Hanna Ojala & Ilkka Pietilä (toim.)

Miehistä puhetta.

Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit

MIEHISTÄ PUHETTA

Hanna Ojala & Ilkka Pietilä (toim.)

MIEHISTÄ PUHETTA

Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit

TAMPERE UNIVERSITY PRESS

© 2013 Tampere University Press ja tekijät

Taitto Maaret Kihlakaski

Kansi Mikko Reinikka

978-951-44-9134-4 painettu
978-951-44-9135-1 (pdf)

Suomen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print
Tampere 2013

Sisällys

Lukijalle 7

OSIO I
MIES VANHENEVASSA YHTEISKUNNASSA

Hanna Ojala & Ilkka Pietilä
Maskuliinisuuden hegemoniasta monenkirjaviin eroihin:
kriittisen miestutkimuksen avauksia
vanhenemisen tutkimukseen 17

Pirjo Nikander
Sukupuoli, muutos
ja ikääntymistutkimuksen metodologiset haasteet 38

Raija Julkunen
Suuria roskia vai tyytyväisiä miehiä?
Eläkkeelle jääminen miehen elämän murroskohtana 58

Jyrki Jyrkämä
Kolmas ikä, sukupuoli ja toimijuus 89

OSIO II
MIES JA VANHENEVA RUUMIS

Pertti Pohjolainen
Vanhenevan miehen toimintakyky 117

Tommi Sulander
Miesten elintapojen muutokset ikäännyttäessä 141

Arto Tiihonen
Miksi ikämies liikkuu? 167

Ilkka Pietilä
Työmiehen vanheneva ruumis
ja miesten sosiaaliset järjestykset 197

OSIO III
VANHENEVA MIES SOSIAALISISSA SUHTEISSA

Ira A. Virtanen
Ikä ja elämänkulku miesten ystävyyssuhteissa 227

Kirsi Lumme-Sandt & Tiina-Mari Lyyra
Ikääntyvän miehen muuttuva rooli perheessä 252

Tapio Kirsi
”Se on niin heleppo se dementiapotilas kun on konstit”
Miesryhmän neuvottelua omaishoitajuudesta 274

Kirjoittajat 306

Lukijalle

Ajatus tämän kirjan kokoamisesta lähti liikkeelle havainnosta, että vanhenemisen tutkimuksessa sukupuoli on ollut suhteellisen vähän kiinnostuksen kohteena niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Vaikka sukupuoli on iän ohella yksi sosiaalista elämää keskeisesti jäsentävistä tekijöistä niin arkielämän käytäntöjen kuin instituutioiden toiminnan tasolla, sukupuoli on harvoin ollut vanhenemisen tutkimuksessa erityinen analyysin kohde. Eikö sukupuolella ole sitten mitään merkitystä vanhenemisessa? Eikö vanhoilla ihmisillä ole sukupuolta? Kokevatko naiset ja miehet vanhenemisen samalla tavoin?

Pohdimme näitä kysymyksiä aiemmassa *Gerontologia*-lehden (4/2010) artikkelissamme, joka käsittelee sukupuolen asemaa vanhenemisen tutkimuksessa. Esitimme silloin, että sukupuolen vähäinen asema vanhenemisen tutkimuksessa johtuu muun muassa siitä, että vanhat ihmiset näyttäytyvät yhteiskunnassa pitkälti sukupuolettomina olentoina, joiden keskeinen määrittäjä on heidän ikänsä sukupuolen sijasta. Sama pätee jossain määrin myös vanhenemiseen prosessina: mitä vanhemmaksi ihminen tulee, sitä vähemmän hänet nähdään

sukupuolensa edustajana, tai ainakin aiempaa rajallisemmassa merkityksessä. Lisäksi silloinkin, kun vanhuudella on muun muassa mediajulkisuudessa sukupuoli, se yleensä on läsnä vinoutuneesti, sillä vanhuus määrittyy julkisuudessa naiseuden kautta.

Millaisena miesten vanheneminen sitten näyttäytyy yhteiskunnassa? Entä millaisena vanheneminen näyttäytyy vanhenevan miehen näkökulmasta? Miesten vanhenemista on tutkittu vähän, eikä siitä ole saatavilla kokoavaa perusteosta suomenkielellä, vaikka naisten ikääntymisestä on olemassa aiempaa kirjallisuutta, muun muassa Ilka Kankaan ja Pirjo Nikanderin (1999) toimittama teos *Naiset ja ikääntyminen*. Kansainvälisesti kiinnostus miesten vanhenemisen tutkimiseen on kasvanut 2000-luvulla. Tästä voi pitää merkkinä esimerkiksi *Journal of Aging Studies* (3/2007) ja *Generations* (1/2008) -lehtien miesten ikääntymistä käsitelleet teemanumerot.

Ajattelemme, että miesten vanhenemisen tutkiminen on tärkeää väestön vanhenemisen vuoksi, ja erityisesti siksi, että samalla vanhojen miesten osuus ikääntyneestä väestöstä kasvaa. Tämä muuttaa myös tapaa, jolla vanhuuden sukupuoli näyttäytyy yhteiskunnassa. Tulevaisuudessa naisten ”yliedustus” siirtyy yhä vanhempiin ikäryhmiin. Esimerkiksi Tilastokeskuksen väestötilastojen mukaan vuonna 1960 miesten ja naisten väliset suhteelliset erot olivat näkyviä jo 60–64 -vuotiaiden ikäryhmässä, jossa miehiä oli 42 prosenttia. Vuonna 2010 taas miesten ja naisten väliset suhteelliset erot tulevat näkyvämmiksi vasta 70 ikävuodesta eteenpäin, sillä 70–74-vuotiaita miehiä oli koko ikäryhmästä 45 prosenttia. Vuoden 2040 väestöennusteen mukaan vasta yli 80-vuotiaissa naisten osuus ylittää 55 prosentin rajan. Tulevaisuudessa vanhoja miehiä on selvästi aiempaa enemmän, ja vanhuus ei ole siinä määrin painottuneesti naisia koskeva asia kuin aiemmin.

Voisikin väittää, että nykyisin nainen on kulttuurisesti edustanut sukupuoletonta vanhuutta ja kasvava vanhojen miesten joukko tuottaa vanhenemisen tutkimukseen sukupuolta. Vanhuuden elämänvaiheen ja vanhojen ihmisten ymmärtäminen sukupuolettomiksi on ollut mahdollista juuri siksi, että naiset ovat muodostaneet enemmistön vanhusväestöstä. Kulttuurisessa mielessä naisen naiseus määrittyy pitkälti

lisääntymiskyvyn ja ulkoisen viehätysvoiman kautta. Kun kyky saada lapsia on päättynyt ja ruumis rapistuessaan menettää nuorekkuudelle perustuvaa viehätysvoimaansa, vanhat naiset ikään kuin menettävät sukupuoltaan – eivät toki biologisessa mielessä, mutta kulttuurisen katseen alla. Koska enemmistö vanhoista on ollut naisia, on vanhuuskin määrittynyt sukupuolettomaksi. Prosessit, joiden kautta miehet määrittyvät vanhaksi ovat naisia moninaisemmat. Tämä liittyy ennen kaikkea miesten keskeiseen valta-asemaan yhteiskunnassa. Esimerkiksi huippuyritysjohtaja tai pitkän linjan valtio*mies* (sic!) ei menetä miehisyyttään ikääntymisen myötä. Toki yhteiskunnallinen asema kohtelee tässä suhteessa miehiä eri tavoin. Joka tapauksessa miesten määrän kasvaessa vanhusväestössä vanhuuden ei ole tulevaisuudessa enää samassa määrin mahdollista määrittyä sukupuolettomaksi kategoriaksi.

Ajattelemme edistävämme tällä kirjalla sellaista suomalaista vanhenemisen tutkimusta, joka ottaisi sukupuolen vakavasti huomioon sosiaalisen elämän eri vaiheissa ja areenoilla. Kirjan näkökulmana miesten vanhenemiseen onkin nimenomaan se, millä tavoin biologinen vanheneminen tapahtuu sosiaalisessa ympäristössään, ja miten sosiaaliset suhteet, roolit ja ruumiillisen vanhenemiseen liittyvät kulttuuriset normit asettavat reunaehtoja vanhenemisen kokemiselle ja vanhenemismuutosten tulkinnoille. Vanhenemisen kokemukset ovat vahvasti sidoksissa sukupuolittuneisiin kulttuurisiin malleihin.

Kutsuimme tähän kirjaan kirjoittajiksi eri aloilla toimivia ja eri tavoin miesten vanhenemista tutkivia ikääntymisen ja vanhenemisen asiantuntijoita. Mukana on niin sosiologeja, gerontologeja kuin terveystutkimuksen edustajia. Tämä monitieteinen kirjoittajakunta on tehnyt mahdolliseksi koota samaan kirjaan tekstejä miesten vanhenemisesta hyvin erilaisista näkökulmista ja tutkimusperinteistä käsin. Samalla monitieteisyys tarkoittaa kuitenkin sitä, että artikkeleissa käytetty sanasto ja käsitteiden määrittelyt vaihtelevat kirjoittajan tutkimus- ja tieteenalan mukaan. Myös kirjoittajien ymmärrys sukupuolesta vaihtelee ja tapa sisäänkirjoittaa sukupuoli tekstiin ei ole johdonmukainen läpi kirjan. Joissakin artikkeleissa sukupuoli näyttäytyy taustamuuttujan kaltaisena valmiina kategoriana ”mies”,

kun taas toisissa artikkeleissa puhutaan mieheydestä käytännöissä ja tilanteissa rakentuvana. Kyse on siitä, näyttäytyykö maailma meille sukupuolittuneena (tapahtunut tosiasia), sukupuolittavana (prosesseissa muotoutuvana kahtiajakona) vai sukupuolistavana (tilanteisena sukupuoleen asettamisena).

Edellä esitetyn teoreettisen ja käsitteellisen moninaisuuden voi nähdä joko häiritsevänä epäyhtenäisyytenä tai monitieteisyyteen kuuluvana ulottuvuutena. Ajattelemme jälkimmäisellä tavalla, emmekä siksi ole halunneet lähteä väkisin yhdenmukaistamaan artikkeleja sukupuolen käsitteen käytössä. Sen sijaan olemme kirjoittaneet kirjaan johdantoartikkelin, jossa avaamme erilaisia tapoja lähestyä vanhenemista sukupuolistuneena ilmiönä, ja jonka toivomme antavan lukijalle eväitä paikantaa kirjan artikkeleita suhteessa näihin erilaisiin lähestymistapoihin.

Sukupuoli on siinä määrin relatiivinen kategoria, että johtopäätökset miehistä tulevat helposti tulkituksi samanaikaisiksi vastakkaisiksi johtopäätöksiksi naisista, ja päinvastoin. Läpi kirjan on muistettava, että ”mieserityinen” näkökulmamme miesten vanhenemiseen ei tarkoita sitä, että ymmärtäisimme miesten elämän ja vanhenemisen olevan kaikilta osin erilaista kuin naisten. Esimerkiksi sanomalla, että ruumiillinen vanheneminen ja sen myötä toimintakyvyn muuttuminen tuottaa miehille uhan miehisyyden menettämisestä emme väitä, etteikö sama koskisi myös naisia. On selvää, että ruumiilliset muutokset aiheuttavat myös naisille uhkan siitä, etteivät he pysty enää samassa määrin täyttämään kulttuurisia naiseuden kriteereitä. Kuten miestutkimuksessa on osoitettu, miehetkään eivät ole yhtenäinen ryhmä, vaan erilaiset ryhmäjäsenyydet, kuten yhteiskuntaluokka ja rotu, määrittelevät miesten toimintaa. Toiminta vaihtelee myös elämänkulun, ajan ja paikan suhteen ja näin ollen vaihtelee myös se, mikä miehiseksi toiminnaksi tulkitaan.

Olemme valinneet tämän kirjan otsikkoon ”Miehistä puhetta: Miehet, ikääntyminen ja vanhenemisen kulttuuriset mallit” sekä käsitteen ikääntyminen että vanheneminen. Nykyisin ikääntymistä ja vanhenemista käytetään usein synonyymeina toisilleen. Niin

julkisessa keskustelussa kuin tieteenkin kentällä vältetään ilmaisuja, jotka pohjautuvat sanalle vanha tai vanhus. Puhutaan mieluummin ikääntymisestä, ikäihmisistä ja seniorikansalaisista. Sitä myötä vanhenemisen on katsottu olevan jollakin tapaa negatiivinen termi ja ikääntyminen positiivisempi tapa puhua vanhenemisesta. Olemme tässä kirjassa lähteneet siitä ajatuksesta, että ikääntyminen ja vanheneminen eivät siinä määrin viittaa samaan kohteeseen, että käyttäisimme niitä synonyymeina. Ikääntyminen viittaa mielestämme iän kronologiaan ja vanheneminen iän biologiaan ja biologisen vanhenemisen seurauksiin (ml. sosiaaliset seuraukset). Tällä tarkoitamme sitä, että vanheneminen tavoittaa paremmin biologiset vanhenemismuutokset, sairaudet ja vaivat, kun taas ikääntyminen on sosiaalisen järjestyksen käsite. Esimerkiksi työelämän kontekstissa on luontevampaa puhua ikääntymisestä kuin vanhenemisesta työpaikalla.

Kirja koostuu kolmesta temaattisesta osiosta, jotka tarkastelevat miesten vanhenemista eri näkökulmista. Ensimmäinen osio – *Mies vanhenevassa yhteiskunnassa* – keskittyy miesten vanhenemiseen tutkimuksen kohteena ja yhteiskunnan tason ilmiönä. Osan aloittaa kirjan toimittajien *Hanna Ojalan* ja *Ilkka Pietilän* artikkeli ”Maskuliinisuuden hegemoniasta monenkirjaviin eroihin. Kriittisen miestutkimuksen avauksia vanhenemisen tutkimukseen”. Se erittelee sukupuolen ja mieheyden käsitteitä, tekee katsauksen kriittisen miestutkimuksen oppihistoriallisiin vaiheisiin sekä avaa lukijalle miesten vanhenemisen tutkimukseen liittyviä teorioita. Teoreettismetodologista pohdintaa jatkaa *Pirjo Nikander* artikkelillaan ”Sukupuoli, muutos ja ikääntymistutkimuksen metodologiset haasteet”. Nikander kysyy, miten erilaiset intersektionaaliset jännitteet sosiaalisen ja henkilökohtaisen, rakenteiden ja yksilön toiminnan ja merkityksenannon sekä mikro- ja makrotason välillä ovat läsnä ikääntymistutkimuksen metodologiasta puhuttaessa. Hän tarkastelee sitä, millaisia näkökulmia laadullinen seurantatutkimus avaa ihmisen elämänkulun, siirtymien sekä sukupuolen, luokan ja iän toisiinsa lomittumiseen eri elämänvaiheissa.

Väestön ikääntyessä elämänvaiheet, niiden sisältö ja pituus muuttuvat. Artikkelissaan ”Suuria roskia vai tyytyväisiä miehiä? Eläkkeelle

jääminen miehen elämän murroskohtana" *Raija Julkunen* tarkastelee miesten eläkkeelle siirtymistä niin tilastotiedon kuin kulttuuristen käsitysten näkökulmasta. Julkusen analyysi piirtää esiin mielenkiintoisia havaintoja muun muassa kohta eläköityviä miehiä ja naisia työelämässä kiinnipitävistä seikoista. Näyttää nimittäin siltä, että miesten ja naisten eläkeaikeita selittävät samat tekijät, mutta parisuhteessa elämisellä on enemmän vaikutusta naisten aikeisiin: kun miehet pysyvät töissä, myös heidän vaimonsa pysyvät. Kun pyritään pidentämään työuria, miesten töissä jatkamisella on siksi kaksinkertainen merkitys. *Jyrki Jyrkämä* jatkaa osin edellisen artikkelin teemasta, ja esittelee artikkelissaan "Kolmas ikä, sukupuoli ja toimijuus" eläkkeelle siirtymisen jälkeisen ajan, niin sanotun kolmannen iän, ja toimijuuden teemoja sukupuolen kannalta. Jyrkämän pohdinta kytkeytyy ajankohtaisiin kysymyksiin parhaillaan eläkkeelle siirtymässä olevista tai jo siirtyneistä suuristaikäluokista ja heille mahdollistuvasta kolmannesta iästä.

Kirjan toinen osa – *Mies ja vanheneva ruumis* – käsittelee miesten vanhenemista ruumiillisten muutosten sekä näihin liittyvien kokemusten ja tulkintojen kannalta. *Pertti Pohjolainen* luo artikkelissaan "Vanhenevan miehen toimintakyky" katsauksen biologisen vanhenemisen prosesseihin, sekä erityisesti miesten toimintakyvyn muutoksiin niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisenkin toimintakyvyn osalta. *Tommi Sulander* valottaa artikkelissaan "Miesten elintapojen muutokset ikäännyttäessä" kyselyaineistojen pohjalta sitä, millä tavoin miesten elintavat muuttuvat ikääntymisen myötä. Artikkelin keskeinen kysymys on se, johtaako vanheneminen suurempaan tietoisuuteen omasta ruumiista ja sen terveydestä, ja näin omien elintapojen muuttamiseen terveellisempään suuntaan.

Artikkelissaan "Miksi ikämies liikkuu?" *Arto Tiihonen* jatkaa ruumiillisuuden ja vanhenemisen välisen suhteen pohdiskelua analysoimalla vanhenevien miesten liikunnan harrastamiselle antamia merkityksiä. Artikkelissa käy ilmi, että syyt, jotka saavat miehet liikkumaan aktiivisesti, linkittyvät niin konkreettisiin ruumiillisiin kokemuksiin, arkipäiväisiin liikuntaharjoituksiin eri ihmisten kanssa kuin käsityksiin liikunnan terveellisyydestä. Myös sillä, minkälaista

miehisyyttä tietyntyyppiset liikuntamuodot ilmaisevat, on miehille väliä. Osion päättää *Ilkka Pietilän* artikkeli ”Työmiehen vanheneva ruumis ja miesten sosiaaliset järjestykset”, jossa hän tarkastelee eläkeikää lähestyvien ja jo eläkkeelle siirtyneiden metallimiesten haastatteluaineiston perusteella sitä, millaisin tavoin ruumiilliset kyvyt ja niiden heikkeneminen tuottavat valta- ja hierarkiasuhteita miesten yhteisöissä. Artikkeli osoittaa, miten fyysiseen työhön liittyvä ’pärjäämisen eetos’ asettaa työväenluokkaisille miehille enemmän paineita ruumiin kunnon osoittamiseen kuin toisille miehille, joilla ruumis ei ole samassa määrin työväline. Näin myös miesten väliset hierarkkiset erot kietoutuvat ruumiillisen kykenevyyden arvioinnin ympärille.

Kirjan kolmas osa – *Vanheneva mies sosiaalisissa suhteissa* – keskittyy miesten sosiaaliseen elämään ja siihen, millaisin tavoin ikääntyminen muovaa sosiaalisia suhteita miehen koko elämänkulun aikana. Osan aloittaa *Ira A. Virtasen* artikkeli ”Ikä ja elämänkulku miesten ystävyyssuhteissa”, jossa tarkastellaan Suomessa harvoin tutkittua teemaa miesten välisestä ystävyydestä ja ystävyydelle annetuista merkityksistä. Analysoimalla eri-ikäisten miesten ajatuksia ystävyydestä Virtanen nostaa esiin tapoja, joilla ikä ja elämänkulun tapahtumat puitteistavat miesten välistä ystävyyttä ja sen toteutumisen mahdollisuuksia. Artikkelissaan ”Ikääntyvän miehen muuttuva rooli perheessä” *Kirsi Lumme-Sandt* ja *Tiina-Mari Lyyra* tarkastelevat ikääntyvien miesten perhesuhteita ja niissä vanhenemisen myötä tapahtuvia muutoksia. Kysely- ja aikakauslehtiaineistoa analysoimalla sekä elävän elämän vanhan miehen sosiaalisia suhteita kartoittamalla kirjoittajat valottavat isoisyyttä ja vanhenevan miehen perheroolia koskevia aikaan kytkeytyviä yhteiskunnalliskulttuurisia muutostrendejä.

Kolmannen osion, ja samalla koko kirjan viimeisessä artikkelissa ”’Se on niin heleppo se dementiapotilas kun on konstit’ Miesryhmän neuvottelua omaishoitajuudesta” käsitellään omaishoitoa ja sen perheen sisäisiin suhteisiin tuottamaa muutosta. *Tapio Kirsi* analysoi artikkelissaan muistisairaan puolisonsa omaishoitajina toimivien miesten tapoja jäsentää omaishoitajuutta osana mieheyttään. Artikkeli osoittaa, ettei omaishoitajuutta ole osin sen naistapaisuuden vuoksi

helppo nivoa osaksi vanhenevan miehen identiteettiä. Ryhmäkeskusteluaineiston hienovaraisessa tarkastelussa Kirsi tuo näkyville sitä kielellistä ja vuorovaikutuksellista tasapainottelua, jota miehet joutuvat tekemään puolisoaan kunnioittavan ja rakastavan aviomieheyden sekä riippumattoman 'tosi-mieheyden' välillä.

Lausumme lämpimät kiitokset kaikille kirjoittajille. Käsikirjoituksianne lukemalla ja kommentoimalla on oma ymmärryksemme kasvanut miesten vanhenemisen moniulotteisesta todellisuudesta. Kaikki kirjan artikkelit ovat käyneet läpi anonyymin arviointimenettelyn. Haluamme kiittää arvioitsijoina toimineita kriittisistä, rakentavista ja artikkeleihin paneutuneista lausunnoistanne. Kiitämme Tampere University Pressia sujuvasta yhteistyöstä julkaisuprosessin aikana sekä kustantajan valitsemaa ulkopuolista arvioitsijaa kirjan loppuunsaattamista tukeneista tarkkanäköisistä kommenteista.

Tampereella huhtikuussa 2013
Hanna Ojala & Ilkka Pietilä

OSIO I

MIES VANHENEVASSA YHTEISKUNNASSA

Väestön demografisesta profiilista johtuen vanhuuden jäsennykset ovat pitkälti olleet naisiin liittyviä ja vanhuus on tullut näkyväksi lähinnä naisia koskevana asiana. Väestö kuitenkin vanhenee ja samalla myös sukupuolten osuudet ikääntyneessä väestössä tasoittuvat. Vanhuus ei tulevaisuudessa ole siinä määrin painottuneesti naisia koskeva asia kuin aiemmin, sillä vanhoja miehiä on aiempaa enemmän. Tämä myös muuttaa vanhenemisen sukupuolittuneita kulttuurisia malleja, mielikuvia, normeja ja jäsentämisen tapoja. Siksi väestölliset muutokset vaativat teoreettisia ja metodologisia avauksia vanhenemisen tutkimukseen. Millaisia eväitä kriittisen miestutkimuksen teoria antaa vanhenemisen tutkimukseen (Ojala & Pietilä)? Miten tutkia ikääntymistä ajallisena prosessina sukupuoli ja muut risteävät erot huomioon ottaen (Nikander)? Väestörakenteen muutoksilla on myös yhteiskunnallisia seurauksia. Yhä useampi eläkkeelle siirtyvä on mies (Julkunen) ja siksi myös eläkkeellä olemisen elämänvaihe, niin sanottu kolmas ikä, oletettavasti muuttaa muotoaan (Jyrkämä). Tässä osiossa tarkastellaan edellisiä miesten vanhenemisen tutkimiseen liittyviä teoreettismetodologisia kysymyksiä.

Maskuliinisuuden hegemoniasta monenkirjaviin eroihin: kriittisen miestutkimuksen avauksia vanhenemisen tutkimukseen

Hanna Ojala & Ilkka Pietilä

Kauheessa kiireessä Kaamasen tiellä
lähteellä Masa joi kauhasta.
Sillä sen täytyi taas kapseli niellä,
kun vaivasi niin eturauhasta.

Matsonni lausui 'on lahonnut kölisi',
ikämiesryhmä tää pirssissä mölisi.
Sitten jo mentiin ja penkka vaan pölisi,
matkalla pohjoiseen.

Mies kun tulee tiettyyn ikään,
niin ei sillä pelaa mikään.
Sen näkee peilistä, on kaikki eilistä,
jo vaan me kimpassa tuumattiin.

Näin Juha ”Junnu” Vainio lausuu vanhenevista miehistä laulunsa *Matkalla pohjoiseen* alkusäkeissä. Ikääntyvän miehen elämä piirtyy sanoituksessa kamppailuksi rapistuvan ruumiin ja miehisen viehätysvoiman parasta ennen päivämäärän umpeutumisen kanssa. Toisaalta lyriikasta huokuu vanhenevien miesten keskinäinen hauskan pitäminen ja viittaaminen kintaalla taakse jääneelle eiliselle, jopa riehakas irtautuminen aiemman elämän miehisyyttä koskevista paineista. Miehen vanhenemisen kuvauksen ohella sanoituksesta on luettavissa vanhenemiseen liittyvä yhteiskunnallinen ja kulttuurinen toiseus, sekä siihen nivoutuvat siirtymät sosiokulttuurisesta keskiöstä marginaaliin, viehättävästä elähtäneeksi, toimintakykyisestä raihnaaksi, valtautuneesta surkeaksi, jopa koomiseksi.

Vainion teksti tekee näkyväksi vanhuuden kulttuurista toiseutta ja siihen liittyviä prosesseja sekä kuvaa vanhuutta sukupuolistuneena ilmiönä miehen kautta. Vainion tekstin näkökulma on poikkeuksellinen, sillä vanhuus on kulttuurisesti totuttu liittämään ensisijaisesti naisiin ja sitä käsittelemään vanhojen naisten toimintojen, ongelmien ja kuvastojen kautta (Fleming 1999, Kangas & Nikander 1999, Ojala 2010, Ojala & Pietilä 2010, Pietilä & Ojala 2010, Vakimo 2001). Mieheen liitettynä vanhuuden toiseuttavat seuraukset tulevat vahvemmin esille, sillä miehen toiminta-areenat ovat julkisempia ja näkyvämpiä kuin naisten. Naisten oletetut toiminta-areenat kytkeytyvät ennen muuta yksityisen kenttään, erityisesti kotiin, ja julkisenkin piirissä rajatumpiin alueisiin (kuten kansalaisopistojen opintopiirit, yhdistystoiminta, lastenlasten hoitaminen). Miesten toiminta-areenoiden ja toiminnan näkyvyyden vuoksi myös vanhenemisen aiheuttamia rajoituksia eksplikoidaan julkisten tekemisten kautta, kuten Vainion laulussa. Vanhenemisen käsittely julkisen kentällä tekee vanhenemisen sukupuolistuneita seurauksia poikkeuksellisen näkyväksi. Vaikka nimenomaan miesten vanheneminen näkyy julkisella alueella, sitä ei ole silti juuri käsitelty.

Miesten vanheneminen näkyy yhteiskunnassa toki monissa muissakin yhteyksissä kuin laulujen kaltaisissa kulttuurituotteissa. Miten näihin ilmiöihin pääsee tutkimuksellisesti kiinni? Miksi miesten van-

henemista ei ole pidetty tutkimuksellisesti mielenkiintoisena? Millaisia tutkimuksellisia eväitä sukupuolentutkimus ja erityisesti kriittinen miestutkimus antaa laajempiin vanhuuden sukupuolistumisen kysymyksiin, ja varsinkin miesten vanhenemiseen, erilaisissa sosiaalisen elämän konteksteissa?

Kriittisesti miehiä ja maskuliinisuuksia tarkasteleva akateeminen tutkimus alkoi kehittyä naistutkimuksen seurauksena 1980-luvulla. Sen jälkeen kriittisen miestutkimuksen teoriapohja on sekä kehittynyt omaan suuntaansa että samanaikaisesti säilyttänyt likeisen suhteensa naistutkimukseen[1]. Tämän prosessin osana kriittinen miestutkimus on samalla eriytynyt sisäisesti. Tutkimuksen kentällä onkin nähtävissä varsin erilaisia teoriaperinteitä, jotka määrittelevät ja käsitteellistävät miehiä, maskuliinisuuksia ja sukupuolten välisiä suhteita toisistaan eroavilla tavoilla. Osa miestutkijoista seurailee kiinteämmin nais- ja sukupuolentutkimuksen kysymyksenasetteluja. Tällöin miestutkimuksen kysymykset koskevat erityisesti miesten asemaa yhteiskunnassa sekä erityisesti miesten naisia ja toisia miehiä kohtaan käyttämää valtaa. Toisaalta kulttuurintutkimuksen ja diskursiivisen tutkimuksen piirissä miehisyyden mallit ja maskuliinisuudet asettuvat toisinaan tutkimuskohteiksi ilman suoraa ja eksplikoitua yhteyttä sukupuolten välisiin suhteisiin, valtaan tai yhteiskunnalliseen epätasa-arvoon.

Tässä artikkelissa tarkastelemme kriittisen miestutkimuksen erilaisten teoriaperinteiden muodostumista siitä näkökulmasta, millaisia teoreettisia ja metodologisia välineitä kehittyvä teoria miehistä ja maskuliinisuuksista antaa miesten vanhenemisen tutkimukseen. Lähtökohtamme on niin sanotussa kriittisestä miestutkimuksesta

1. Viime aikoina on Suomessa siirrytty käyttämään naistutkimus -termin (women's studies) sijaan sukupuolentutkimus -termiä (gender studies), koska sukupuolentutkimus kuvaa paremmin nykyistä sukupuoleen liittyvää käsitteellistä ymmärrystä ja teoretisointia (ks. termikeskustelusta Juvonen, Rossi & Saresma 2010, 11–12). Sukupuolta koskevissa teorioissa korostetaan sukupuolta tekemisen (doing gender, West & Zimmerman 1987) ja esittämisen (Butler 1990) asiana, ominaisuuden tai roolin sijaan. Näin ollen kiinnostus on siirtynyt siihen, mitkä ovat tämän sukupuolen tekemisen ja esittämisen lainalaisuudet ja miten mm. kulttuurisia naisiin ja miehiin liitettyjä feminiinisyyksiä ja maskuliinisuuksia käytetään tehtäessä itseä ja toisia naisiksi ja miehiksi. Tämä ei kuitenkaan poissulje mies- tai naiserityistä sukupuolen tutkimista.

(critical studies on men) erotuksena muusta miestutkimuksesta (men's studies). Kansainvälisessä keskustelussa on tehty erottelu kriittisen miestutkimuksen ja miestutkimuksen välillä siten, että kriittinen miestutkimus hyödyntää nais- ja sukupuolentutkimuksen piirissä kehiteltyä teoretisointia sukupuolesta ja suhtautuu myönteisesti feministiseen tutkimukseen toisin kuin miestutkimus, jonka suhde feminismiin on jakautuneempi. (Ks. määrittelyistä Hearn 2004, Hearn & Collinson 1994, Hearn, Lattu & Tallberg 2003, Jokinen A. 1999, Nieminen 2006.)

Tekstimme keskittyy erityisesti siihen, miten kulttuurissa esiintyviä erilaisia miehisyyden malleja eli maskuliinisuuksia on käsitteellistetty, ja millaista teoriaa näiden käsitteellistämisten perusteella on rakennettu. Lähdemme liikenteeseen kahdesta miesten vanhenemisen tarkastelun kannalta keskeisestä käsitteestä (mies ja miehisyys) ja tiiviistä oppihistoriallisesta katsauksesta kriittiseen miestutkimukseen. Käsitteitä avaamalla ja teoriakehitystä kuvaamalla pyrkimyksenämme on antaa lukijalle sellaista taustatietoa sukupuolentutkimuksesta, jonka avulla on mahdollista ymmärtää iän ja sukupuolen kytköksiä miesten vanhenemisen tutkimuksessa niin teoreettiselta kuin metodologiseltakin kannalta.

Sukupuoli: mies ja miehisyys

Nais- ja sukupuolentutkimuksen teorioissa on erilaisia näkemyksiä siitä, mitä sukupuoli on ja miten sitä voidaan tutkia. Sukupuolta on teoretisoitu muun muassa roolina, tekona, esityksenä, tapana ja diskurssina (Koivunen & Liljeström 1996, Saresma, Rossi & Juvonen 2010). Mikäli sukupuolta ajatellaan *roolina* tämä tarkoittaa sitä, että aineistosta tutkitaan esimerkiksi vanhojen naisten ja miesten rooliodotusten mukaista käyttäytymistä osana erilaisia instituutioita ja sosiaalisia suhteita. Mikäli sukupuoli määritellään *tekona*, kiinnitetään huomio naisten ja miesten toimintaan sekä näihin liittyviin rajoituksiin ja mahdollisuuksiin, siihen miten sukupuolta tuotetaan tilanteisesti.

Jos sukupuoli nähdään *performanssina* eli esityksen asiana, tarkastellaan kulttuurisesti naisisiksi ja miehisiksi ymmärrettyjä tyylillisiä toistotekoja, kuten eleitä, asentoja ja puhetapoja. *Tapana* ajateltuna sukupuoli ymmärretään usein toistuvana, jatkuvana rutiinina ja tavanmukaisina tekemisinä. Tällöin sukupuolta jäljitetään seuraamalla naisten ja miesten tekemiä toistuvia toimintoja ja osin tiedostamattomia valintoja. Jos taas sukupuoli määritellään *diskursseissa* rakentuvana (kielellisenä) neuvotteluna, tarkastellaan ihmisten puheessa ilmeneviä kulttuurisia merkityssysteemejä ja niiden välisiä suhteita.

Monelta osin edellä esitetyt sukupuolen jäsennystavat limittyvät toisiinsa, mutta ovat kuitenkin teoreettisina näkökulmina erilaisia ja kytkeytyvät erilaisiin teoriaperinteisiin. Ne kiinnittyvät lisäksi nais- ja sukupuolentutkimuksen oppihistorialliseen kehitykseen. Tästä syystä esimerkiksi rooliteoriaa pidetään nykyään kiistanalaisena, sillä sen ei katsota ottavan huomioon naisten tai miesten keskinäisiä eroja, toiminnan ja valintojen tilanteisuutta ja niihin liittyviä vaihteluita (Connell 1995, 21–27, Rossi 2010, 25–27). Siitä huolimatta kaikki edellä esitetyt teoreettiset näkökulmat sukupuoleen ovat edelleen tutkimuksellisessa käytössä. Yhteistä kaikille teoretisoinneille on se, että sukupuoli ajatellaan ihmiselämän kannalta katsottuna rakennetuksi, luonnollistetuksi ja normalisoiduksi kategoriaksi. Toisin sanoen teoretisoinnin lähtökohtana on ollut pyrkimys kyseenalaistaa ajatus sukupuolesta myötäsyntyisenä ominaisuutena, jolla olisi siksi sosiaalisessa elämässä suoraviivaiset seurauksensa. Näin ollen kyseenalaistetaan itsestään selvänä pidetty jako naisiin ja miehiin, sekä kuvitelma siitä, että kaksi erilaista ruumista tuottaisi nämä kaksi erilaista ihmisyyden kategoriaa (Jokinen A. 2000, 204).

Sukupuolen teoretisointia on lähdetty rakentamaan siitä ajatuksesta, että sukupuoli sijaitsee biologisen ruumiin lisäksi puheessa ja ajattelussa sekä ruumiin ”pinnalla”, siis vaatteissa, eleissä, ilmeissä ja liikkeissä. Myös arjen valinnat ja toiminnat ovat sukupuolen läpäisemiä, ja siten sukupuoli on yksi keskeisistä elämää jäsentävistä tekijöistä. (Jokinen E. 2005, 205, Kimmel 1995.) Sukupuolentutkimisessa onkin siksi paljolti kysymys niiden logiikoiden ja prosessien selvittämisestä,

millä tavoin sukupuolesta tulee, ja miten siitä tuotetaan, itsestään selvä ja kaikkea toimintaa keskeisesti jäsentävä seikka sosiaalisen elämän eri alueilla. Arjessa puhumme harvoin sukupuolesta sukupuolena. Pikemminkin jäsennämme sukupuolta sen kategorioiden – nainen ja mies – kautta. Näin ollen kriittisen miestutkimuksen teorioiden ja erityisesti miehiä koskevan empiirisen tutkimuksen kannalta kaksi keskeistä käsitettä ovat *mies* ja *miehisyys*.

Käsitteenä, siis teoretisoinnilla ladattuna tai teoretisoituna kategoriana, *miehellä* (man, merkityksessä 'male') "viitataan henkilöihin, jotka identifioituvat miehen sosiaaliseen ja kulttuuriseen kategoriaan. Useimmat näistä henkilöistä omaavat tietyn fyysis-anatomisen hahmon, niin sanotun miehen ruumiin – mutta eivät kaikki" (Jokinen A. 2010, 128, ks. myös Hearn & Collinson 1994, 100).

Miehisyys eli maskuliinisuus (masculinity) on miehisten ominaisuuksien ideaali ja käyttäytymistä luonnehtiva normi. Se ei siis ole todellisuutta peilaava kuvaus miehistä, vaan ennen muuta odotusarvo siitä, miten miehen tulee toimia. Kyse on siis mieheyden kriteereistä. Näitä ovat esimerkiksi kilpailuhalu, itsekontrolli, rationaalisuus, aggressiivisuus, itsenäisyys, aktiivisuus, voimakkuus. Tunnistamme nämä 'ominaisuudet' helposti vastakkaisiksi naiseuteen kohdistuviin odotuksiin nähden. Mies on kaikkea sitä mitä nainen ei ole, ja päinvastoin.

Elävän elämän miehet joutuvat ottamaan kantaa maskuliinisuuteen erilaisissa tilanteissa. Maskuliinisuutta tavoitellaan ja toteutetaan toimimalla normien mukaisella tavalla. Kuten Arto Jokinen (2000, 210) oivallisesti toteaa, "[m]iehenä oleminen on jotain, joka omaksutaan sosialisaatiossa sitä mukaa, kun poika tunnistaa ja oppii miehuuden kulttuurisia odotuksia." Yhdenmukaisuus miehisten odotusarvojen kanssa ei kuitenkaan säily, vaan vaatii jatkuvaa näyttöä. Tätä tehdään tavoilla, jotka mukailevat kulttuurissa hyväksyttyjä tapoja osoittaa olevansa mies.

Erilaiset käytännöt kurovat miestä ja miehisyyttä yhteen ja luonnollistavat näiden välistä yhteyttä. Arkiset käytännöt – kuten kotityöt ja niiden jakaminen – ovat luonnollistamisen mekanismeja, jotka tekevät vaikeiksi erottaa ja eritellä miestä ja miehisyyttä toisistaan.

Esimerkiksi Eeva Jokinen (2005, 65) kuvaa tätä kodin kontekstissa toteamalla, että ”[m]ies köllöttelee sohvalla, koska kentän säännöt sen sallivat, ei siksi *että* hän on mies”. Sukupuoli on piiloutunut arkipäiväiseen toimintaan, ja on siten huomaamattomasti osa sosiaalista elämää. Tämä tekee ymmärrettäväksi myös sitä, miksi sukupuoli sekä sukupuolistuneet valinnat, työnjaot ja arvostukset tuntuvat arkiajatellen niin itsestään selviltä.

Kriittisen miestutkimuksen lyhyt oppimäärä

Miestutkimuksen laajamittaisen nousun voi sijoittaa 1980-luvulle (Hearn 2004, Hearn, Lattu & Tallberg 2003). Toki miehet olivat olleet tutkimuksen kohteina ennenkin niin eksplisiittisesti seksuaalisuuden osalta homotutkimuksessa kuin implisiittisesti ihmistä edustaen. Naistutkimuksen keskeinen huomio oli ollut se, miten mies on edustanut tieteen normia niin tiedon kohteena kuin tiedon subjektina (Keller 1988, Rantalaiho 1986; 1988). Miestutkimusta pidetäänkin usein (vasta)reaktiona 1960-luvun akateemisen naistutkimuksen voimistumiselle ja radikaalifeministiselle liikkeelle (Hearn 2004, 50, Sipilä 1994, 17). Tällainen lähestymistapa on asettanut nais- ja miestutkimuksen vastakkain ja tuottanut miestutkimukselle aseman, jossa se pyrkisi esittämään, etteivät suinkaan kaikki miehet ole naisten alistajia (Jokinen A. 2010, 134-135).

Arto Tiihonen ja Jorma Sipilä (1994, 7) epäilivät yhdessä ensimmäisistä suomalaisista miestutkimusteoksista *Miestä rakennetaan, maskuliinisuuksia puretaan* alkusanoissa teesiä miehestä länsimaisen tieteen normina. Heidän mielestään olisi ennemminkin ollut syytä kysyä millaisen miehen tuo normi piti sisällään ja millaiset miehet se sulki ulkopuolelleen. Hedelmällisempänä lähestymistapana nais- ja miestutkimuksen suhteeseen onkin nähdä se, että ne molemmat syntyivät halusta nostaa esiin sukupuoliperustaista syrjintää. Naistutkimuksen piirissä syrjivien mekanismien avaaminen, äänen antaminen ja valtauttaminen tapahtui sukupuolten välisen tasa-arvon kehyksessä.

Miestutkimuksessa puolestaan sukupuolten välisten suhteiden tarkastelun ohella keskeistä oli miesten välisten suhteiden tarkastelu.

Juuri huomio siitä, ettei maskuliinisuus ole kaikille miehille sama, oli lähtökohta kriittisen miestutkimuksen yhdelle keskeiselle teorialle – hegemoniselle maskuliinisuudelle. Teoria hegemonisesta maskuliinisuudesta oli 1980-luvun miestutkimuksen merkittäviä avauksia (ks. käsitteestä Carrigan, Connell & Lee 1985, Connell 1983; 1995, Connell & Messerschmidt 2005). Sen mukaan jokaisessa yhteiskunnassa jokaisena historiallisena aikana tietyt miehiin ja miesten elämään liitetyt arvot ja ihanteet, mutta myös käytännöt, tavoitteet ja käyttäytymismallit, saavuttavat toisiin ihanteisiin ja malleihin nähden dominoivan eli hegemonisen aseman. Nämä miehisyyden mallit toimivat normatiivisina kuvauksina ja siten tietynlaisina ohjenuorina siinä, millaisina miehet näyttäytyvät yhteiskunnassa ja, millaisina miehet itse näkevät itsensä ja oman elämänsä. Teoria kehitettiin korvaamaan liian staattisena pidettyä sukupuolirooliteoriaa.

Hegemoninen maskuliinisuus konkretisoituu patriarkaalisena yhteiskunnallisena ja kulttuurisena järjestyksenä, jossa tietyt miesryhmät ovat alisteisia toisille miehille. Näitä hegemoniseen maskuliinisuuteen nähden heikommassa asemassa olevia miehisyyksiä on kutsuttu alisteisiksi (subordinate), marginalisoiduiksi (marginalised) tai hegemoniaa tukeviksi (complicit) maskuliinisuuksiksi (Connell 1995, 76–81). Näiden miesten asema on erilaisessa suhteessa naisiin kuin hegemonisessa asemassa olevilla miehillä. Esimerkiksi työväenluokkainen mies on yhteiskunnan hierarkiassa alisteisessa asemassa keski- ja yläluokkaiseen mieheen nähden, mutta toisaalta työväenluokkainen mies voi alistaa vaimoaan ja poikaansa. Maskuliinisuus ei näin ollen ole rooli, vaan pikemminkin sosiaalisten suhteiden, kulttuuristen ideaalien ja yhteiskunnallisten hierarkioiden muodostama valtaan kytköksissä oleva järjestys. (Sipilä 1994, 20.)

Hegemonisen maskuliinisuuden kulttuurista ideaaliluonnetta nykypäivän länsimaisissa yhteiskunnissa kuvastaa se, että stereotyyppisesti voisi sanoa miehen pitävän menestyksen merkkinä isoa taloa, paljon alaisia työelämässä, tehoiltaan suorituskykyistä autoa ja ikuisesti

kurvikkaana pysyvää blondivaimoa. Harva tosielämän mies kuitenkaan näitä tavoittelee ja/tai saa. Näiden kriittisen miestutkimuksen kehittelyjen tuloksena voikin pitää naistutkimuksen klassikon Simone de Beauvoirin (1999 [1949]) tunnetun sloganin ”naiseksi ei synnytä, vaan naiseksi kasvetaan” innoittamana ajatusta siitä, että ”mieheksi ei synnytä, vaan mieheys *ansaitaan*” (Jokinen A. 2010, 129). Toisin sanoen ”[m]itä enemmän mies täyttää maskuliinisia määreitä, sitä enemmän hän on mies ja miehenä arvokas” (Jokinen A. 2010, 129).

Sittemmin hegemonisen maskuliinisuuden käsitettä ja teoriaa on käytetty paljon sekä teoreettisessa että empiirisessä kriittisessä miestutkimuksessa. Voikin sanoa, että hegemoninen maskuliinisuus on käsitteenä saavuttanut hegemonisen aseman kriittisessä miestutkimuksessa. Kuten jokainen dominoiva teoria, ideologia tai muu ajatusrakennelma, myös hegemonisen maskuliinisuuden teoria on kohdannut kritiikkiä. Kritiikki on osittain perustunut maskuliinisuuksien tutkimuksen sisäiseen debattiin. (Ks. tarkemmin Beasley 2008, Connell & Messerschmidt 2005, Hearn 2004, Howson 2009, Nieminen 2006, Petersen 2003, Pietilä 2008, Schippers 2007.)

Hegemonisen maskuliinisuuden teoriaan osoitetun kritiikin kärki on kohdistunut pääasiassa kolmeen asiaan. Ensinnäkin hegemoninen maskuliinisuus on yksikkömuodostaan johtuen tullut helposti tulkituksi universaaliksi järjestykseksi: globaaliksi hegemonisen maskuliinisuuden rakenteeksi. Tämä ajatus ilmentää samankaltaista sukupuolta koskevaa essentialismia kuin aiemmin kritisoitu rooliteoreettinen tulkinta sukupuolesta. Pikemminkin olisi hyödyllisempää ymmärtää hegemoninen maskuliinisuus vallalla olevana miehisyyden ideaalina, joka ilmenee erilaisena eri kulttuureissa ja paikallisissa konteksteissa, ja että elävän elämän miehet ovat arjessaan suhteessa moniin sukupuolta koskeviin ihanteisiin, ei vain yhteen (Connell & Messerschmidt 2005, Hearn 2004).

Toiseksi hegemonisen maskuliinisuuden käsitettä on kritisoitu sen epämääräisyydestä. Hegemoninen maskuliinisuus on ymmärretty milloin poliittiseksi mekanismiksi (kulttuurinen ja moraalinen patriarkaalinen johtajuus), milloin tietyiksi miesryhmiksi (valkoiset

keskiluokkaiset heteromiehet), milloin ominaisuuksien listaksi (aggressiivisuus, riippumattomuus, rationaalisuus). (Beasley 2008, Jokinen A. 2003.) Osin tästä syystä – kolmanneksi – on noussut esiin kysymys hegemonisen maskuliinisuuden tietoteoreettisista ongelmista: millä tavoin maskuliinisen on mahdollista tulla tiedon kohteeksi (Nieminen 2006, Speer 2001, Wetherell & Edley 1999). Empiirisen tutkimuksen tekemisen näkökulmasta kyse on siitä, miten hegemonista maskuliinisuutta käytetään osana empiiristä tutkimusta, siis tunnistetaan ja luetaan ulos esimerkiksi kysely- ja haastatteluaineistoista (Edley & Wetherell 1997, Pietilä 2008, 29–31).

Hegemonisen maskuliinisuuden asemaa kriittisessä miestutkimuksessa on murentanut laajemmin sukupuolentutkimuksessa 2000-luvulla alkanut keskustelu erojen kietoutumisesta toisiinsa (intersectionality, ks. Brah & Phoenix 2004, Egeland & Gressgård 2007, Ludvig 2006, Yuval-Davies 2006). Tämän ajattelun mukaan sukupuoli ei ole olemassa eikä rakennu koskaan irrallaan muista yhteiskunnallisen eronteon kategorioista, kuten iästä, yhteiskuntaluokasta ja seksuaalisuudesta. Sukupuolen ei enää ajatella riittävän ainoaksi analyysin perustaksi, vaan on otettava huomioon myös muita identiteetteihin ja tulkintoihin vaikuttavia eroja. Toisaalta vaikka sukupuoli olisi analyysin lähtökohta, se ei ole pohjakategoria, jota muut erot leikkaavat. Intersektionaalisuudessa on kysymys siitä, että sukupuoli *rakentuu* nimenomaan erilaisten erojen *leikkauksissa*.

Intersektionaalisuuden teorian näkökulmasta miesten elämää jäsentävät teoriat eivät voi perustua ajattelulle, jossa miessukupuolen ja maskuliinisuuksien välillä nähdään olevan suoraviivainen ja yksiulotteinen yhteys (ks. Halberstam 1998). Esimerkiksi ikä jakaa miehiä, koska ikääntyneen miehen kriteerit eivät ole samat kuin nuoremman. Jeff Hearn (1995, 97) on todennut jopa niinkin suoraan, että maskuliinisuus itsessään muotoutuu vahvan ikäperustaisesti (”through and by reference to ’age’”). Tällä hän tarkoittaa sitä, että maskuliinisuuden järjestyksissä iällä on keskeinen osuus (ks. myös Pietilä tämä kirja), erityisesti eri-ikäisten miesten välisten valtasuhteiden vuoksi. Näin

ollen esimerkiksi vanhoja miehiä tutkimalla voidaan tuoda esiin sekä miesten ja miesryhmien välisiä eroja (iän myötä yhteiskunnallista valtaansa vahvistavat ja valtaansa menettävät miehet) että maskuliinisuuksien eriytymistä (Hearn & Collinson 1994, ks. myös Arber, Davidson & Ginn 2003, Calasanti 2009).

Vaikka kriittinen miestutkimus oli yksi vastaus naistutkimuksen esittämille kysymyksille miehistä, se syntyi myös tarpeelle osoittaa miesryhmien välisiä hierarkkisia eroja ja sitä, ettei mieheys ja maskuliinisuus ole kaikille miehille sama. Kriittisen miestutkimuksen lähtökohtana on ollut tarkastella nimenomaan miesten välisiä eroja, ei niinkään miesten välistä yhdenmukaisuutta. Tämä lienee keskeinen ero naistutkimukseen, joka aikanaan lähti kehittämään omaa sukupuolen teoriaansa kiinnittämällä huomiota miesten valtaan. Vallan tarkastelu valotti naisten sortoa ja nosti esiin naisten näkymätöntä historiaa, ja siten korosti naisten keskinäistä samanlaisuutta erotuksena miehistä. Näistä oppihistoriallisista eroista johtuen kriittisessä miestutkimuksessa on alusta alkaen tarkasteltu mieheyttä ja sen erilaisia muotoja muun muassa seksuaalisuuden, rodun, yhteiskuntaluokan ja iän suhteen.

Viime vuosina kriittisessä miestutkimuksessa on aiempaa enemmän tarkasteltu miehiä ja maskuliinisuuksia risteävien erojen, kuten iän, kannalta. Kriittisessä miestutkimuksessa ikä onkin ollut vahvemmin tutkimuskohteena kuin naistutkimuksessa, jossa iän puuttumista tarkasteluista on moitittu (ks. Gardiner 2002, Gullette 1997; 2004, Ojala 2010, Silver 2003, Vakimo 2001, Woodward 1999). Ikä erona on kriittiselle miestutkimukselle hyödyllinen, sillä ikä järjestyy sukupuolen tavoin hegemoniseksi järjestykseksi (keski-ikä hegemoniana), mutta hierarkiassa paikan muuttumista, hegemonisesta asemasta putoamista ja epätasa-arvon käytäntöjä on helpompi havaita, koska ikä on luonteeltaan eri tavalla relationaalinen kuin sukupuoli. Yksilön paikka ikäjärjestyksessä muuttuu väistämättä ikääntymisen seurauksena, ja siksi yksilö voi elämänsä aikana kokea sekä ikään liittyviä etuoikeuksia että syrjintää (Calasanti 2003, 207, Pietilä, Ojala, King & Calasanti painossa). Lisäksi ikä asettuu ihmisten arvioinnin ja rennon refleksii-

visyyden (ks. termistä Jokinen E. 2004) kohteeksi ilmeisemmin kuin sukupuoli, jonka hierarkisoivat käytännöt ovat arjessa piiloisempia.

Miehet ja vanheneminen

Useissa tutkimuksissa on todettu, että vanhenemisen katsotaan olevan miehistä identiteettiä koskeva uhka, sillä se heikentää monia mieheyttä koskevia ominaisuuksia ja asemia (Arber, Davidson & Ginn 2003, Calasanti 2004, Calasanti, Pietilä, Ojala & King 2013). Vanheneminen edellyttää siksi maskuliinisuuden uudelleen määrittelyä ja neuvottelemista (Davidson & Meadows 2010, Pietilä tämä kirja). Ajatus vanhenemisen miehille tuottamasta uhasta kuvastaa niin sanottua taakkatulkintaa vanhenemisen ja maskuliinisuuden suhteesta (ks. esim. Sipilä 1994). Taakkatulkinta kytkeytyy olennaisesti oletukseen maskuliinisuuden keskeisestä rakentumisesta fyysisen suorituskyvyn varaan, mutta myös siihen, että vanhenemisen myötä mahdollisuudet autonomiaan ja riippumattomuuteen, sekä oman elämän kontrolliin, muuttuvat rajallisemmiksi. Myös miehen asema erilaisissa sosiaalisissa hierarkioissa heikkenee. Vanhenemisen myötä mies ei enää kykene samanlaisiin fyysisiin suorituksiin kuin ennen, menettää arvostustaan siirtyessään eläkkeelle ja siksi kadottaa olennaisia oman miehisyytensä tunnusmerkkejä. Näin miehisyyttä määrittelevät odotukset ja ihanteet määrittyvät vanhenevan miehen niskaan kaatuvana taakkana ja vääjäämättömään alamäkeen sysäävänä luopumisena minuuden kulmakivistä.

Taakkatulkinta rakentuu ajatukselle ikäperustaisesta hegemonisesta maskuliinisuudesta, jossa miehisyyden ideaalit liittyvät nuoruuteen, voimaan ja itsenäisyyteen, ja jossa miehisyyden representoiminen tapahtuu nimenomaan erilaisten asioiden suorittamisen kautta. Suorittamisen keskeisiä kenttiä ovat palkkatyö ja siihen liittyvät (valta) asemat, sekä sellaiset toiminnalliset kontekstit, jotka mahdollistavat ruumiillisen ja muun kyvykkyyden osoittamisen. Tutkimuksessa, joka korostaa iän, sukupuolen, yhteiskuntaluokan ja muiden yhteiskunnal-

listen kategorisointien tuottamia valta-asemia, kriittinen miestutkimus antaa teoreettisia ja metodologisia välineitä sen analysoimiseen, millaisin erilaisin tavoin ikä tuottaa hierarkioita miesten ja miesryhmien välillä. Miestutkimukseen suuntautuvan ”feministisen gerontologian” keskeinen tavoite onkin Toni Calasantin (2004, S307) mukaan tutkia sitä, kuinka yhteiskunnalliset ikäjärjestykset (age relations) tuottavat maskuliinisuuksia, miesten välisiä eroja ja eriarvoisuuksia, ja samalla uusintavat vanhojen miesten heikompaa asemaa sekä yhteiskunnallista näkymättömyyttä. Tästä näkökulmasta on olennaista tarkastella muun muassa sitä, millaisissa asioissa ikään liittyvä valta näkyy sekä millaisten prosessien kautta ikään liittyviä jäsennyksiä ja asemia tuotetaan. Tämä johdattaa pohtimaan myös sitä, miten iän ja vallan suhteet rakentuvat instituutioiden tasolla, miten ikä, sukupuoli ja valta kietoutuvat toisiinsa työelämässä, mutta myös miten ikä tuottaa erilaisia epävirallisia hierarkioita erilaisissa miesryhmissä, miesten yhteisöissä ja arkielämän käytännöissä.

Maskuliinisuuden taakkatulkintaan liittyen Jorma Hänninen (2006, 72–73) on esittänyt, että vanhenemisen myötä marginaaliin joutumista voisi negatiivisen tulkinnan ohella, tai sen sijaan, ajatella myös niin, että vanheneminen tarjoaa miehelle vapautumisen mahdollisuuden. Vanheneminen voi nimittäin tarjota miehelle myös tilaisuuden irrottautua joistakin miehisyyteen liittyvistä paineista. Siirryttyään pois työelämästä ja hyväksyttyään fyysisen suorituskyvyn asteittaisen alenemisen mies voi samalla vapautua jatkuvasta uusien saavutusten tavoittelusta ja näin toistamasta miehisyyden normatiivisia odotuksia. Mies voi näin irtautua hegemonisen maskuliinisuuden odotuksista. Vallan väheneminen ei siis vain rajoita toimintaa ja valintoja, vaan tarjoaa samalla käänteisesti tilaisuuksia asettautua vapaaehtoisesti marginaaliin, hegemonisen ulkopuolelle. Marginaali voi luoda oman ja itse määritellyn tilan, jossa valinnan vapaudet kasvavat: ”kokemuksena marginaalissa eläminen ei ole vain kokemusta alistamisesta, vaan myös kokemusta neuvokkuudesta, selviytymisestä ja vastustuksesta” (Ojala 2010, 280).

Miehisyyden taakkatulkinta antaa miehen vanhenemisesta varsin lohduttoman, yksioikoisen ja osin myös epärealistisen kuvan. Vaikka miehet kulttuurinsa jäseninä taatusti tunnistavat miehisyyteen liittyvät keskeiset määreet, ei niiden tavoitteleminen ole elämänkulun eri vaiheissa samalla tavalla sitovaa ja rajoittavaa. Connellin ja Messerschmidtin (2005) ajatuksia seuraillen voisi todeta, että siinä missä hegemonisen maskuliinisuuden sisällöissä on alueellisia ja paikallisia vaihteluita, miehisyyden ideaalit myös eroavat yhteiskuntaluokan ja iän suhteen. Se, millaisena nähdään 80-vuotiaan miehen idealisoitu elämä, ei välttämättä hae suoraan ankkuripisteitään nuoruudesta tai keski-iästä. Vaikka 'hyvään vanhenemiseen' liitetyt tavoitteet kulkevat monelta osin samassa linjassa kaiken ikäisten miesten hyvän elämän tavoitteiden kanssa, vanhenemiseen liittyvät realiteetit muovaavat ideaaleja ja suhteuttavat niitä tuon kuhunkin ikään sisältyviin voimavaroihin. Vanheneva mies ei siis peilaa elämäänsä yksiulotteisesti vain suhteessa idealisoidun maskuliinisuuden odotuksiin, vaan tulkitsee elämänvaihettaan ajassa ja paikassa, suhteessa siihen mikä on mahdollista, hyvää ja tavoiteltavaa tässä iässä.

Ikään ja sukupuoleen liittyviä normatiivisia odotuksia on valotettu myös haastattelututkimuksissa, joissa on tarkasteltu sitä, millaisin tavoin ihmiset tulkitsevat omaa ikäänsä ja ikääntymistään erilaisissa arkielämän konteksteissa ja käytännöissä (esim. Jolanki, Jylhä & Hervonen 2000, Nikander 2009, Pietilä & Ojala 2011). Tutkimuksessa on keskitytty niihin prosesseihin ja tulkintatapoihin, joilla niin rakenteelliset tekijät kuin kulttuuriset ikään ja sukupuoleen liittyvät odotusarvot ja normit välittyvät arkiajatteluun. Diskursiivisesti suuntautunut käytäntöjen ja kulttuuristen prosessien tutkimus painottaa tulkintojen joustavuutta, tilanteisuutta ja niiden neuvotteluluonnetta. Vaikka ihmiset tekevät ikää ja sukupuolta koskevia havaintoja ja tulkintoja totunnaisesti nojautuen kulttuurisesti jaettuihin ajattelutapoihin, nämä tulkinnat vain harvoin perustuvat puhtaan stereotyyppisiin käsityksiin iästä ja sukupuolesta. Pikemminkin ne ottavat joustavasti huomioon sekä sukupuoleen liittyvien ideaalien ja tavoitteiden ikäperustaisuutta että iän kategorisointeihin väistämättä sisältyviä sukupuolisidonnaisia

oletuksia. Edellisten lisäksi arkielämän tulkinnat tukeutuvat muiden yhteiskunnallisten jakojen ohella luokkaperustaisiin arvostuksiin. Näin erilaisiin yhteiskunnallisiin asemiin liittyviä normatiivisia oletuksia ja odotuksia tulkitaan refleksiivisesti suhteessa toisiinsa.

Diskursiivisesti orientoitunut iän ja sukupuolen tulkintoihin keskittyvä tutkimus hyödyntää tyypillisesti sekä iän sosiologian ja vanhenemisen tutkimuksen että kriittisen miestutkimuksen (ja laajemmin sukupuolentutkimuksen) teoriaa. Arkiajattelun analysoinnin avulla se lisää ymmärrystämme siitä, kuinka ikä ja sukupuoli ovat yhteenkietoutuneita sosiaalisessa elämässä, kuinka ne toimivat ihmisten itseymmärryksen ja kategorisointien perustana, ja samalla muotoilevat sosiaalisia suhteita silloinkin, kun näitä suhteita ei lähtökohtaisesti tarkastella vallan näkökulmasta. Miesten vanhenemisen tutkimuksen kannalta tällaisen tutkimuksen keskeisin anti liittyy miesten elämän monenkirjavuuden esilletuomiseen. Vaikka elämänkulun osana ikä-, sukupuoli- ja luokkaperustaiset luokittelut asettavatkin ihmiset tiettyihin yhteiskunnallisiin asemiin, arkielämän käytännöissä kategorisoinnit ovat aina moniulotteisempia, joustavampia ja vivahteikkaampia.

Monenkirjavat vanhat miehet ja kriittisen miestutkimuksen anti

Pontimenamme artikkelissa on ollut se sukupuolentutkimuksen piirissä laajasti jaettu ymmärrys, että sukupuolta on itsestään selvyytensä vuoksi hankalaa arvioida ja vaikeaa havainnoida. Sukupuolen mukaiset jäsennykset ja mallit levittäytyvät arkielämän kaikille alueille ja siksi ne ovat implisiittisesti osa myös sitä, miten ihmiset kokevat ja tulkitsevat elämänsä tapahtumia ja vaiheita, elämänkulkuaan sekä vanhenemistaan silloinkin, kun sukupuoleen liittyvät merkitykset eivät ole eksplisiittisesti läsnä (Ojala & Pietilä 2010, 335).

Kriittinen miestutkimus antaa välineitä miesten elämän analysoimiseen sukupuolinäkökulmasta, samoin kuin naistutkimus on antanut naisten tutkimiseen. Samalla on kuitenkin huomattava, että

kriittiseen miestutkimukseen sisältyy rajoituksia, jotka kritiikittömästi miesten vanhenemiseen siirrettynä yksipuolistavat tutkimusta. Erityisesti hegemonisen maskuliinisuuden hallitseva, jopa hegemoninen, asema kriittisen miestutkimuksen käsitteistössä on tuottanut miesten ja maskuliinisuuden tutkimukseen osin jumittuneen tilanteen. Erityisesti empiirisen tutkimuksen näkökulmasta hegemonisen maskuliinisuuden keskeinen asema on tuottanut oravanpyörän, jossa hegemonista maskuliinisuutta tutkittaessa tuotetaan hegemonista maskuliinisuutta. Kuten McMahon (1993) on osuvasti huomauttanut, (hegemonisen) maskuliinisuuden määrittelyyn sisältyy usein tietynlainen kehäpäätelmä. Samalla kun miehisyyttä määritellään miesten käyttäytymisen perusteella (mikä on miehille tyypillistä ja mikä erottaa heidät naisista), näitä käyttäytymismalleja yhtä usein selitetään maskuliinisuudella, kulttuurisella voimalla, joka ajaa miehet toimimaan miehisesti (ks. myös Pietilä 2009). Ongelma perustuu nähdäksemme pitkälti siihen, että kriittisessä miestutkimuksessa liian usein otetaan tietyt miesten ja miehisyyksien kuvaukset annettuina ilman, että aihetta lähestyttäisiin miesten arkielämän ja omien tulkintojen suunnasta.

Richard Howsonin (2009) tavoin ajattelemme kuitenkin, että hegemoninen maskuliinisuus on empiirisen tutkimuksen ja nimenomaan sosiaaliseen elämään ja arjen käytäntöihin kohdistuessaan käyttökelpoinen käsitteellinen malli, kunhan tutkija tunnistaa hegemonisen maskuliinisuuden teoreettiset sudenkuopat. Hegemonisen maskuliinisuuden käsitteen avulla on mahdollista tarkastella mitä ja miten miehet tekevät ottaessaan arkisissa ympyröissään kantaa siihen, miten miesten kulttuurisessa ja sosiaalisessa mielessä tulisi identifioitua (Howson 2009, 7). On myös muistettava, että kriittinen miestutkimus on muutakin kuin hegemonisen maskuliinisuuden teoriaa. Se on sukupuolen luentaa miehen ja maskuliinisuuden kategorioiden avulla. Kuten Hearn, Lattu ja Talberg (2003, 21–22) huomauttavat, miestutkimus hyötyisi myös nais- ja sukupuolentutkimuksen keskustelujen käyttämisestä. Samoin kriittinen miestutkimus hyötyisi vanhenemisen tutkimuksen teoriasta. Iän ja vanhenemisen tarkastelun kautta sukupuoleen liittyvä hegemonisesta asemasta putoaminen,

hierarkisointi ja alistus asettuvat helpommin havaittavaksi. Toisaalta iän kautta on mahdollista nähdä myös se, miten hegemoniassa ja sen ulkopuolella vapautuu toisin toimimisen paikkoja.

Arto Jokinen (2003, 243) on todennut, että miehet voivat identifioitua hegemoniseen maskuliinisuuteen ilman, että he täyttävät kaikkia sen kriteerejä. Tätä ajatusta voisi jatkaa myös niin, että miehet voivat viitata kulttuurisiin miehisyyttä koskeviin ideaaleihin silloinkin, kun heillä ei ole esimerkiksi ikänsä vuoksi enää mahdollisuutta tai tarvetta täyttää itse näitä kriteerejä. Vanhenemisen myötä jotkut miehisyyden odotusarvot ja tavoitteet jäävät taakse, ja niistä irtautuminen voi kääntyä jossain mielessä positiiviseksi itseymmärryksen resurssiksi. Tietyssä iässä koittaa vapaus olla välittämättä asioista, jotka elämän aiemmissa vaiheissa ovat voimakkaasti määrittäneet miehen paikkaa sosiaalisissa hierarkioissa. Tämä tulee esiin Junnu Vainion laulun *Matkalla pohjoiseen* viimeisessä säkeistössä.

Mies kun tulee tiettyyn ikään,
no, älä ole milläsikään.
Nyt päästiin naisista, ja painajaisista,
jo vain me kimpassa tuumattiin.

Kirjallisuus

Arber, Sara, Davidson, Kate & Ginn, Jay (2003) Changing Approaches to Gender and Later Life. Teoksessa Sara Arber, Kate Davidson & Jay Ginn (toim.) *Gender and Ageing. Changing Roles and Relationships.* Open University Press, Berkshire, 1–14.

Beasley, Christine (2008) Rethinking Hegemonic Masculinity in a Globalizing World. *Men & Masculinities* 11:1, 86–103.

de Beauvoir, Simone (1999) *Toinen sukupuoli.* Suom. Annikki Suni (alkup. 1949). Tammi, Helsinki.

Brah, Avtar & Phoenix, Ann (2004) Ain't I a Woman? Revisiting Intersectionality. *Journal of International Women's Studies*, 5:3, 75–86.

Butler, Judith (1990) *Gender Trouble. Feminism and the Subversion ofIdentity.* Routledge, New York.
Calasanti, Toni (2003) Theorizing Age Relations. Teoksessa Simon Biggs, Ariela Lowenstein & Jay Hendricks (toim.) *The Need for Theory. Critical Approaches to Social Gerontology for the 21st Century*. Baywood, Amityville, 199–218.
Calasanti, Toni (2004) Feminist Gerontology and Old Men. *Journals of Gerontology: Social Sciences,* 59B:6, S305–314.
Calasanti, Toni (2009) Masculinities and Ageing Bodies. Considerations for Moving on. Teoksessa Alp Biricik & Jeff Hearn (toim.) *GEXcel Work in Progress Report, vol. VI. Proceedings from GEXcel Theme 2. Deconstructing the Hegemony of Men and Masculinities.* GEXcel, Linköping, 27–33.
Calasanti, Toni, Pietilä, Ilkka, Ojala, Hanna & King, Neal (2013) Men, Bodily Control, and Health Behaviors: The Importance of Age. *Health Psychology* 32:1, 15–23.
Carrigan, Tim, Connell, Bob & Lee, John (1985) Toward a New Sociology of Masculinity. *Theory and Society* 14:5, 551–604.
Connell, Robert W. (1983) *Which Way Is up? Essays on Class, Sex and Culture.* George Allen & Unwin, Sydney.
Connell, RW. (1995) *Masculinities. Second Edition.* Polity Press, Cambridge.
Connell RW & Messerschmidt James W. (2005) Hegemonic Masculinity. Rethinking the Concept. *Gender and Society* 19:6, 829–859.
Davidson, Kate & Meadows, Robert (2010) Older Men's Health: the Role of Marital Status and Masculinities. Teoksessa Brendan Gough & Steve Robertson (toim.) *Men, Masculinities and Health: Critical Perspectives.* Palgrave Macmillan, Basingstoke and New York, 109–124.
Edley, Nigel & Wetherell, Margaret (1997) Jockeying for Position. The Construction of Masculine Identities. *Discourse & Society* 8:2, 203–217.
Egeland, Cathrine & Gressgård, Randi (2007) The "Will to Empower". Managing the Complexity of Others. *Nordic Journal of Women's Studies*, 15:4, 207–219.
Fleming, Andrew (1999) Older Men in Contemporary Discourses on Ageing. Absent Bodies and Invisible Lives. *Nursing Inquiry* 6:1, 3–8.
Gardiner, Judith Kegan (2002) *Masculinity Studies & Feminist Theory. New Directions*. Columbia University Press, New York.
Gullette, Margaret Morganroth (1997) *Declining to Decline. Cultural Combat and the Politics of the Midlife.* University Press of Virginia, Charlottesville and London.
Gullette, Margaret Morganroth (2004) *Aged by Culture.* The University of Chicago Press, Chicago.
Halberstam, Judith (1998) *Female Masculinity*. Duke University Press, Durham and London.

Hearn, Jeff (2004) From Hegemonic Masculinity to the Hegemony of Men. *Feminist theory* 5:1, 49–72.
Hearn, Jeff (1995) Imaging the Aging of Men. Teoksessa Mike Featherstone & Andrew Wernick (toim.) *Images of Aging. Cultural Representations of Later Life*. Routledge, London, 97–115.
Hearn, Jeff & Collinson, David L. (1994) Theorizing Unities and Differences between Men and between Masculinities. Teoksessa Harry Brod & Michael Kaufman (toim.) *Theorizing Masculinities.* Sage, Thousand Oaks, 97–118.
Hearn, Jeff, Lattu, Emmi & Tallberg, Teemu (2003) Minne mies menossa? Miehiä koskevan tutkimuksen kehitys Suomessa. *Naistutkimus–Kvinnoforskning* 16:1, 18–29.
Howson, Richard (2009) Deconstructing Hegemonic Masculinity. Contradiction, Hegemony and Dislocation. *Nordic Journal for Masculinity Studies* 4:1, 6–24.
Hänninen, Jorma (2006) Vanhan miehen ruumis ja hegemoninen maskuliinisuus. *Gerontologia* 20:2, 67–74.
Jokinen, Arto (1999) Suomalainen miestutkimus ja -liike. Muutoksen mahdollisuus? Teoksessa Arto Jokinen (toim.) *Mies ja muutos. Kriittisen miestutkimuksen teemoja.* Tampere University Press, Tampere, 15–51.
Jokinen, Arto (2000) *Panssaroitu maskuliinisuus. Mies, väkivalta ja kulttuuri.* Tampere University Press, Tampere.
Jokinen, Arto (2003) Vallan syrjässä vaan ei sivussa. Teoksessa Arto Jokinen (toim.). *Yhdestä puusta. Maskuliinisuuksien rakentuminen populaarikulttuureissa.* Tampere University Press, Tampere, 238–246.
Jokinen, Arto (2010) Kriittinen mies- ja maskuliinisuustutkimus. Teoksessa Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi & Tuula Juvonen (toim.) *Käsikirja sukupuoleen.* Vastapaino, Tampere, 128–139.
Jokinen, Eeva (2004) Kodin työt, tavat, tasa-arvo ja rento refleksiivisyys. Teoksessa Eeva Jokinen, Marja Kaskisaari & Marita Husso (toim.). *Ruumis töihin. Käsite ja käytäntö.* Vastapaino, Tampere, 285–304.
Jokinen, Eeva (2005) *Aikuisten arki.* Gaudeamus, Helsinki.
Jolanki, Outi, Jylhä Marja & Hervonen, Antti (2000) Old Age as a Choice and as a Necessity. *Journal of Aging Studies* 14:4, 359–372.
Juvonen, Tuula, Rossi, Leena-Maija & Saresma, Tuija (2010) Kuinka sukupuolta voi tutkia? Teoksessa Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi & Tuula Juvonen (toim.) *Käsikirja sukupuoleen.* Vastapaino, Tampere, 9–17.
Kangas, Ilka & Nikander, Pirjo (toim.) (1999) *Naiset ja ikääntyminen.* Gaudeamus, Helsinki.
Keller, Evelyn Fox (1988) *Tieteen sisarpuoli. Pohdintoja sukupuolesta ja tieteestä.* Vastapaino, Tampere.
Kimmel, Michael S. (1995) Series Editor´s Introduction. Teoksessa Donald Sabo & David F. Gordon (toim.) *Men's Health and Illness. Gender, Power, and the Body*. SAGE, Thousand Oaks, vii-viii.

Koivunen, Anu & Liljeström, Marianne (toim.) (1996) *Avainsanat. 10 askelta feministiseen tutkimukseen.* Vastapaino, Tampere.
Ludvig, Alice (2006) Differences between Women? Intersecting Voices in a Female Narrative. *European Journal of Women's Studies* 13:3, 245–258.
McMahon, Anthony (1993) Male Readings of Feminist Theory. The Psychologization of Sexual Politics in the Masculinity Literature. *Theory and Society* 22:5, 675–695.
Nieminen, Jiri (2006) Maskuliinisuus ja hegemoninen politiikka. Kysymyksiä kriittisen miestutkimuksen epistemologiasta. *Naistutkimus-Kvinnoforskning* 19:1, 17–29.
Nikander, Pirjo (2009) Doing Change and Continuity. Age Identity and Micro-macro Divide. *Ageing & Society* 29:6, 863–881.
Ojala, Hanna (2010) *Opiskelemassa tavallaan. Vanhat naiset ikäihmisten yliopistossa.* Tampere University Press, Tampere.
Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (2010) Sosiaaligerontologian näkökulmia sukupuolistuneeseen vanhenemiseen. *Gerontologia* 24:4, 335–344.
Petersen, Alan (2003) Research on Men and Masculinities. Some Implications of Recent Theory for Future Work. *Men and Masculinities* 6:1, 54–69.
Pietilä, Ilkka (2008) *Between Rocks and Hard Places. Ideological Dilemmas in Men's Talk about Health and Gender.* Acta Universitatis Tamperensis 1329. Tampere University Press, Tampere.
Pietilä, Ilkka (2009) Kontekstuaalinen vaihtelu miesten puheessa terveydestä: yksilöhaastatteluiden ja ryhmäkeskustelujen vertaileva analyysi. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 46:3, 171–183.
Pietilä, Ilkka & Ojala, Hanna (2010) Miesten vanheneminen 2000-luvun Suomessa. Näkökulmia muuttuviin arkielämän käytäntöihin ja yhteiskuntapolitiikkaan. *Futura* 29:3, 73–78.
Pietilä, Ilkka & Ojala, Hanna (2011) Acting Age in the Context of Health. Middle-aged Working-class Men Talking about the Bodies and Aging. *Journal of Aging Studies* 25:4, 380–389.
Pietilä, Ilkka, Ojala, Hanna, Calasanti, Toni & King, Neal (painossa) Aging Male Bodies, Health and the Reproduction of Age Relations. *Journal of Aging Studies*.
Rantalaiho, Liisa (toim.) (1986) *Miesten tiede, naisten puuhat. Yhteiskuntatieteen kritiikkiä naisten työn näkökulmasta.* Vastapaino, Tampere.
Rantalaiho, Liisa (1988) Naistutkimuksen metodologiasta. Teoksessa Päivi Setälä & Hannele Kurki (toim.) *Akanvirtaan. Johdatus naistutkimukseen.* Yliopistopaino, Helsinki, 28–54.
Rossi, Leena-Maija (2010). Sukupuoli ja seksuaalisuus, erosta eroihin. Teoksessa Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi & Tuula Juvonen (toim.) *Käsikirja sukupuoleen.* Vastapaino, Tampere, 21–38.
Saresma, Tuija, Rossi Leena-Maija & Juvonen Tuula (toim.) (2010) *Käsikirja sukupuoleen.* Vastapaino, Tampere.

Schippers, Mimi (2007) Recovering the Feminine Other. Masculinity, Femininity and Gender hegemony. *Theory & Society* 36:1, 85–102.
Silver, Catherine B. (2003) Gendered Identities in Old Age. Toward (De) gendering? *Journal of Aging Studies* 17:4, 379–397.
Sipilä, Jorma (1994) Miestutkimus. Säröjä hegemonisessa maskuliinisuudessa. Teoksessa Jorma Sipilä & Arto Tiihonen (toim.) *Miestä rakennetaan, maskuliinisuuksia puretaan.* Vastapaino, Tampere. 17–33.
Speer, Susan (2001) Reconsidering the Concept of Hegemonic Masculinity. Discursive Psychology, Conversation Analysis and Participants' Orientations. *Feminism and Psychology* 11:1, 107–135.
Sipilä, Jorma & Tiihonen, Arto (toim.) (1994) *Miestä rakennetaan, maskuliinisuuksia puretaan.* Vastapaino, Tampere.
Vakimo, Sinikka (2001) *Paljon kokeva, vähän näkyvä. Tutkimus vanhaa naista koskevista kulttuurisista käsityksistä ja vanhan naisen elämänkäytännöistä.* SKS, Helsinki.
West, Candace & Zimmerman, Don H. (1987) Doing Gender. *Gender and Society* 1:2, 125–151.
Wetherell, Margaret & Edley, Nigel (1999) Negotiating Hegemonic Masculinity: Imaginary positions and psycho-discursive practices. *Feminism and Psychology* 9:3, 335–356.
Woodward, Kathleen (1999) Introduction. Teoksessa Kathleen Woodward (toim.) *Figuring Age. Women, Bodies, Generations.* Indiana University Press, Bloomington, iv–xxix.
Yuval-Davies, Nira (2006) Intersectionality and Feminist Politics. *European Journal of Women's Studies* 13:3, 193–209.

Sukupuoli, muutos ja ikääntymistutkimuksen metodologiset haasteet

Pirjo Nikander

Vuonna 2008 *Journal of Aging Studies* -lehti julkaisi erikoisnumeron, jossa kriittisen ikääntymistutkimuksen etualan nimiä oli pyydetty reflektoimaan uraansa tutkijoina, omaa ikääntymistään ja vanhenemistutkimuksen menetelmiä, antia ja tulevaisuuden keskeisiä kysymyksiä. Kirjoittajakunta koostui jo keski-iän saavuttaneista tunnetuista anglo-amerikkalaisista tutkijoista, kuten Toni Calasanti, Simon Biggs ja Stephen Katz, ja eläkeiässä olevista pitkän linjan teoreetikoista, kuten Andy Achenbaum, Caroll Estes, Jon Hendricks, Chris Phillipson, Martha B. Holstein ja Rom Mannheim. Erikoisnumero tarjosi kirjoittajajoukolle harvinaisen mahdollisuuden reflektoida omaa ikääntymistään, sen tuomaa muutosta ja merkityksiä suhteessa teorioihin, käsitteisiin ja tutkimustuloksiin, joita he myös itse ovat olleet muodostamassa uransa aikana. Teksteissään he tarkastelevat omaa henkilöhistoriaansa suhteessa ikääntymistutkimuksen aihekirjoon sekä teoria- ja menetelmäkehitykseen. Samalla tavanomainen välimatka tutkijan ja tutkittavan kohteen välillä katoaa, kun kirjoittajat, kuten

kaikki ikääntymistutkijat ennen pitkää, asettuvat osaksi aineistoaan ja koettelevat tieteellisen tiedon ja yleistysten käypyyttä itseään ikään kuin peiliin katsoen. Tuloksena on kiintoisa, harvinainen ja ihmiskasvoinen kokonaisuus, jossa teoreettinen kohtaa omaelämäkerrallisen ja henkilökohtainen, ruumiillinen ikääntymisen kokemus samasta aiheesta tuotetut empiiriset yleistykset ja keskiarvot (Nikander 2009a).

Erikoisnumero avaa samalla näkymän ikääntymistutkimuksen keskeisiin teoreettis-menetelmällisiin keskusteluihin. Perinteinen 'ikä – kohortti – periodi' -jako sekoittuu kertomuksissa ikääntymisen sukupuolittuneeseen kokemukseen kirjoittajien reflektoidessa omaa henkilöhistoriaansa, kasvuympäristöään, nuoruuden tärkeimpien vuosien kohorttikokemuksia, taitekohtia, sekä muun muassa sukupuolen, perherakenteen ja seksuaalisen suuntautuneisuuden vaikutuksia omaan elämään, tutkijanuraan ja teorioihin. Kokoelma osoittaa, miten erilaiset intersektionaaliset jännitteet sosiaalisen ja henkilökohtaisen, rakenteiden ja yksilön toiminnan ja merkityksenannon sekä mikro- ja makrotason välillä ovat aina läsnä ikääntymistutkimuksen metodologiasta puhuttaessa. Sukupuolen ja iän toisiinsa kietoutumista voidaankin tarkastella paitsi makrotason pitkän ajanjakson muutoksina, demografisena, taloudellisena tai sosiaalipoliittisena kehityksenä, trendeinä ja tunnuslukuina, myös kulttuurisena, tilannekohtaisena, henkilökohtaisesti jäsentyvänä ja koettuna kokonaisuutena.

Tässä artikkelissa tarkastelen iän ja sukupuolen tutkimusta erityisesti metodologisena kysymyksenä. Kysyn, onko ajassa jotain erityistä, joka tekee sukupuolesta tai mieheydestä keskeisesti kiinnostavan ikääntymisen tarkastelukulman, ja jos näin on, millä menetelmin aihetta kenties tulisi lähestyä. Tarkastelen aluksi joitakin ikääntymistutkimuksen teoreettis-metodologisia keskusteluja ja avaan erityisesti *mikroistumisesta* ja mikro-makro -jaosta käytyä keskustelua. Tämän jälkeen esittelen laadullisen seurantatutkimuksen yhtenä tapana ylittää perinteinen jako mikro- ja makrotasoon. Voiko laadullinen seurantatutkimus avata empiirisen ikkunan ihmisen elämänkulun ja siirtymien sekä sukupuolen, luokan ja iän toisiinsa lomittumiseen eri elämänvaiheissa? Näiltä osin artikkelissani on kyse metodologisesta

kokeesta, jossa aineistona ja illustraation välineenä käytän kahden suuriin ikäluokkiin lukeutuvan miehen yksilöhaastatteluja. Haastattelut on tehty miesten ollessa 50-vuotiaita ja toistettu 64-vuotiaina. Artikkelin lopuksi käsittelen sukupuolittuneen lähestymistavan vahvuuksia ja rajoituksia. Kysyn, onko sukupuoli lopulta liian kapea linssi ikääntymiseen ja tuleeko sen rinnalle tuoda laajempia, ikääntymisen globaalit ja intersektionaaliset aspektit paremmin tavoittavia lähestymistapoja. Kysyn myös, miten ikääntymistutkimuksen temaattista, teoreettista antia ja sen mahdollista metodologista likinäköisyyttä on mahdollista testata.

Mikro- ja makrokuvia: ikääntymistutkimuksen teoria- ja metodisuhdanteet

Yhteiskuntatieteellisen ikääntymistutkimuksen kentällä käytyä viimeaikaista menetelmäkeskustelua voi kuvata kaksinapaiseksi. Yhtäältä ikääntyvää yhteiskuntaa lähestytään laajojen taloudellisten, väestörakenteellisten, työnjaollisten tai globaalien trendien ja dynamiikkojen kautta. Toisaalta esimerkiksi kulttuurigerontologit ovat kiinnostuneempia tarkastelemaan ikääntymistä yksilöiden tilanteisen toiminnan, kulutuksen, merkitysten, diskurssien ja vuorovaikutuksen perspektiiveistä. Tässä jaossa ei sinänsä ole mitään uutta. Metodisuhdanteet vaikuttavat ikääntymistutkimukseen siinä missä muihinkin aloihin (Alastalo 2005), ja tutkijat ovat aina valinneet eri tulo- ja analyysikulmia samaan ilmiöön. Kentältä kuuluu silti huolestuneita äänenpainoja. Hagestad ja Dannefer (2001) ovat viitanneet makrotason sosiaalisen koheesion, konfliktien sekä laajemman rakenteiden, normien ja arvojen kautta tapahtuvan tarkastelun puutteeseen puhumalla ikääntymistutkimuksen *mikroistumisesta* (microfication). Metateoreettisessa pohdinnassaan he identifioivat potentiaalisia syitä tälle trendille ja teoreettisen, ikääntymisen ilmiötä selittävän ja kokonaiskuvaa rakentavan tutkimuksen vähäisyydelle. Samalla he syyttävät lähinnä kuvaamaan pyrkivää ”empirismin pölypilveä” ja

mikrovuorovaikutuksen tasolle seisahtavaa tutkimustrendiä alan jatkuvasta teoriaköyhyydestä (Hagestad & Dannefer 2001, 4, ks. myös Maddox & Campbell 1985, Leinonen 2008).

Mikroistumisen takana Hagestad ja Dannefer (2001) näkevät useita toisiinsa liittyviä tekijöitä. Jälkimoderni aika – zeitgeist – ensinnäkin suosii yksilön toiminnan tarkastelulle pohjaavaa tutkimusotetta. Toiseksi ikääntymisen yleinen ”medikalisoituminen” ohjaa käsitteellistämään ikääntymistä ongelmakeskeisin termein. Tämä ”kurjuusperspektiivi” (Tornstam 1992) ohjaa tutkimukseen, joka tarjoaa poliittisille, sosiaalipoliittisille ja terveydenhuollon toimijoille tutkittua tietoa, jolle toimintaa ja päätöksentekoa rakentaa. Kolmanneksi Hagestad ja Dannefer toteavat myös tutkimusrahoituksen liialti tukevan tutkimusperspektiivien kapeutumista ja yksilöiden välittömän toimintaympäristön, jopa meso-, organisaatio- ja yhteisöjen tason sivuuttavia tutkimushankkeita (emt. 2001, 15). Ongelmakeskeinen mikroistumiselle pohjaava tutkimus näkyy kirjoittajien mukaan selvästi tieteellisissä kokouksissa ja konferensseissa, joissa voi nykyisin viettää runsaasti aikaa hoivataakkaa tai dementiaa käsitteleviä esityksiä kuunnellen. Jos sen sijaan toivoo kuulevansa yhteiskuntien ikärakenteellista muutosta, ikäryhmien keskeisiä suhteita tai epätasa-arvoa käsittelevää keskustelua, on valinnanvara jo huomattavasti kapeampi.

Hagestad ja Danneferin puheenvuoro on ehkä tietoisen poleeminen. Voimme myös olla sitä mieltä, että perinteinen keskustelu mikro- ja makrotasojen välille tehtävästä erosta on lopulta yhtä hedelmällinen kuin vanha kahtiajako irtautumis- ja aktiivisuusteorian välillä. Itse kysymys on kuitenkin ikuinen. Tutkimusmetodologiamme sijoittaa ikääntymisen ontologian ja ilmiön aina tietyllä tapaa. Toisin sanoen tutkimus helposti etualaistaa ikääntymisestä ja elämänkulusta luotavasta kokonaiskuvasta jotkut aspektit, jättäen samalla toiset taka-alalle. Mutta onko mahdollista löytää lähestymistapoja ja menetelmiä, joissa laajempi aikaan ja paikkaan sitoutuva yhteiskunnallinen taustakuva rakenteineen yhdistyy yksilön paikallisen toiminnan kulttuuriseen tarkasteluun. Tämänkaltaista metodologiaa, jossa eri traditiot, äänenpainot ja laajempi ”konteksti ja ikääntyvien oma toimijuus sulautuvat”

on toistuvasti peräänkuulutettu gerontologian menetelmäkeskusteluissa (Hendricks 2003, 80, Nikander 2009b). Seuraavaksi esittelen viime vuosina suosiotaan lisänneen laadullisen seurantatutkimuksen lähtökohtia ja koettelen, missä määrin sen kautta on kenties mahdollista rakentaa siltoja mikro- ja makrotasojen ja eri metodologisten näkökulmien välille.

Laadullinen seurantatutkimus ja ikääntymisen polut

Eletyn elämän seuraamisen mahdollistavat menetelmät ovat suhteellinen harvinaisuus ikääntymistutkimuksessa. Käytössä on kylläkin retrospektiivisiä, esimerkiksi kertomuksia tai elämäkertahaastatteluja käyttäviä (”kerro minulle elämäntarinasi”) tai toistettavien, samoilta osallistujilta tai kohorteilta koottavia survey- tai paneeliaineistoja hyödyntäviä lähestymistapoja (esim. Bornat 2002, Pulkkinen ym. 2003, Wadsworth 2002). Viimeksi mainittujen aineistojen hyödyntämisen mahdollisuudet ovatkin erityisesti Suomessa huippuluokkaa. Lisäksi esimerkiksi etnografisissa kenttätutkimuksissa voidaan myös seurata samaa yhteisöä ja sen kehittymistä, vaiheita ja elämänkaarta. Viimeksi mainitun kaltaisesta tutkimuksesta esimerkkinä voisi olla vaikkapa Peter Townsendin Englannin ja Walesin vanhainkotihoivaa käsittelevä klassikko *The Last Refuge* (1962) ja osin sen pohjalta tehty seurantatutkimus, jossa Julia Johnson kollegoineen muun muassa vieraili osassa Townsendin 50 vuotta aiemmin tutkimissa vanhainkodeissa (Johnson, Rolph & Smith 2000). Yhdessä nämä kaksi teosta piirtävät harvinaislaatuisen kuvan vanhusten hoivan historiasta ja sen käytänteiden muutoksesta ajassa.

Laadullinen seurantatutkimus (qualitative longitudinal research) on viime aikoina toistuvasti nimetty, tai kenties pikemminkin uudelleen löydetty, omaksi menetelmäkseen (esim. Holland, Thomson & Henderson 2006, McLeod & Thomson 2009, Neale & Flowerdew 2003). Sillä viitataan tutkimusotteeseen, jossa samoja ihmisiä tai yhteisöjä seurataan tietyin aikavälein, tyypillisesti haastatteluja ja

etnografista otetta yhdistäen. Tämä ihmisten ”rinnalla kulkemisen” metodi (McLeod & Thomson 2009, 61) soveltuu erityisesti erilaisten elämänkulullisten siirtymien ja elämänurien tarkasteluun. Sitä onkin mahdollista soveltaa esimerkiksi lasten koulutusurien, sukupuolittuneiden työurien, vankila- tai rangaistusurien, kroonisten sairauskokemusten, aikuisuuteen, vanhemmuuteen tai isovanhemmuuteen siirtymisen, sekä omaishoitajuuden tai eläköitymisen tutkimuksessa. Laadullista seurantatutkimusta käyttävien mukaan lähestymistavalla on lukuisia etuja esimerkiksi paneeliseurantaan verrattuna. Neale ja Flowerdew'n (2003, 192) mukaan määrällinen seuranta tuottaa ikään kuin ”joukon pysäytettyjä still-kuvia, jäädytettyjä hetkiä ajassa, jotka tarjoavat lintuperspektiivin sosiaaliseen elämään, panoraamakuvan laajuudeltaan, mutta yksityiskohdiltaan puutteellisen.” Elokuvametaforaa jatkaen he toteavat määrällisen seurannan rakentavan suuren kertomuksen kohteestaan. Samalla kuitenkin yksittäiset juonen käänteet, ihmiselämän kertomuksen yksityiskohdat ja sen merkittävät tapahtumat jäävät helposti piiloon. Henwood ja Lang (2003, 49) puolestaan toteavat, ettei paneelitutkimus useinkaan tavoita ihmiselämän joustavaa ja usein tilannesidonnaista kokemusta, ymmärrystä ja tulkintaa, joiden kautta ihmiset selviytyvät ja reagoivat elämänkulun siirtymiin ja sosiaaliseen muutokseen.

Laadullisen seurantatutkimuksen tarkempi määrittely on sen pidemmästä historiasta huolimatta vielä käynnissä ja käytössä olevien menetelmällisten ja aineistokeruun muotojen valikoima täydentyy kaiken aikaa (Henwood & Lang 2003, Holland, Thomson & Henderson 2006, Thomson & Holland 2003, Saldana 2003). Menetelmänä se on paitsi työläs, kallis ja tutkijan sitoutumista vaativa, myös tyypilliseen tutkimusprojekti- ja rahoituslogiikkaan huonosti istuva. Käytössä on usein sekä retrospektiivistä ja prospektiivistä materiaalia hyödyntäviä aineistontuottamisen tapoja: kyselyjä, etnografiaa, yksilö- ja ryhmähaastatteluja sekä henkilökohtaisia dokumentti-, päiväkirja- ja kuva-aineistoja, joista myös koostetaan aineistoarkistoja yhteiseen käyttöön (Timescapes 2012). Lähestymistavan voikin katsoa lukeutuvan monimenetelmien tai mixed methods -lähestymistapojen

joukkoon ja sen viimeaikainen suosio selittyy sillä, että myös sosiaalipoliittinen päätöksentekotyö tarvitsee kysely- ja numerotiedon rinnalle muutosprosessien hienosyisemmän dynamiikan tavoittavia menetelmiä (McLeod & Thomson 2009, 62).

Esimerkkinä laadullisesta seurantatutkimuksesta voisi mainita *Inventing Adulthoods* -hankkeen, jossa noin sadan, eri puolilla Britanniaa asuvan nuoren aikuisuuteen siirtymistä seurattiin kymmenen vuoden ajan. Tutkittavien valinnassa otettiin huomioon kaupunki-maaseutu -erot, samoin kuin kulttuurinen, etninen ja taloudellista asemaa määrittävä variaatio. Tutkimusaineisto koostui paitsi kyselyistä ja haastatteluista myös muun muassa nuorten pitämistä päiväkirja-aineistoista (esim. Thomson, Plumridge & Holland 2003). McLeodin (2003) mukaan laadullinen seurantatutkimus voikin tavoittaa jotain prosessista, jossa ihmisen minuus tai jatkuvasti prosessissa oleva habitus (habitus-in-process) jäsentyy tai muuttuu aikajanalla. Se on hyödyllinen työkalu erityisesti tarkasteltaessa ajallisten, paikallis-maantieteellisten ja rakenteellisten tekijöiden sekä ihmisen toimijuuden, arvojen ja asenteiden keskinäissuhdetta. Lähestymistapana se toisin sanoen näyttäisi ainakin lupaavan ylittää aiemmin mainitun mikro- ja makrotasojen välille rakennetun raja-aidan ja kenties samalla vastaavan mikroistumissyytteisiin.

Miten laadullinen seuranta-asetelma sitten soveltuu ikääntymisen ja sukupuolen tutkimukseen? Mitä annettavaa sillä mahdollisesti on ja miten esimerkiksi kuva ikääntyvän miehen elämänkulusta täydentyy laadullista seurantaa soveltaen? Seuraavassa teen menetelmällisen kokeen. Tarkastelen kahden suuriin ikäluokkiin kuuluvan miehen erityisesti eläköitymisen ja ikääntymisen henkilökohtaisia merkityksiä hakevaa haastattelupuhetta. Keskustelut on tehty miesten juuri täytettyä 50 vuotta (vuonna 1997) ja toistettu eläkkeelle siirtymisen aikoihin heidän täytettyä 64 vuotta (vuonna 2011).

Kaksi miestä luokkakuvassa

Seuraavassa ääneen pääsevät Pauli ja Juhani, kaksi vuonna 1947 syntynyttä, taustoiltaan erilaista miestä. Juhani on ensimmäisen haastattelun aikoihin jäänyt juuri työttömäksi ja hänellä on takanaan joitakin lyhyitä työllistämisjaksoja, mutta ei omasta mielestään näkymää pidemmästä työllistymisestä. Pauli puolestaan on itse omistamansa firman toimitusjohtaja ja hyvässä taloudellisessa asemassa. Molemmilla haastateltavalla on lapsia ja he ovat naimisissa. Olen valinnut tarkasteluun erityisesti työhön, terveydentilaan ja tulevaisuudennäkymiin liittyvää keskustelua. Haastattelukatkelmat on anonymisoitu ja eris- ja paikannimet ja jotkin tunnistamisen mahdollistavat yksityiskohdat on muutettu. Kahdessa ensimmäisessä katkelmassa miehen kuvaavat elämäänsä 50-vuotiaina.

Pauli: Siis mullahan on onnellinen tilanne.

PN: Mm

Pauli: Et mä nostan vaan vuokria ja ja ja sillain että että... Ei oo velat on maksettu ja kaikki kaikki kaikki on mitä tarvitaan. Autot, asunnot, kesähuvilat, Lapin majat. Ja kaikkee on. ((myöhemmin samassa haastattelussa Pauli puhuu eläkkeelle siirtymisestä))

Pauli: Mä meinaan sillai hiljaa lipsuen että tota katton kalenteria, siellä lukee golf. Tai sihteeri kun on taitava niin se panee sinne että tota neuvottelussa ja Lapin matkoja pari kolme keväällä ja syksyllä pari Espanjan matkaa. Golf ja ja hiihto ja...

Juhani: Mut kyl... Mut siis tää, nykynen tilanne tuntuu siis aika nöyryyttävältä että, siinä kai on siitä kysymys että täs on niinku oma ihmisarvo kyseenalasena kokoajan.

PN: Mm. Se liittyy kuitenkin sitten tähän tota niin niinku työssä olemiseen ja työn merkitykseen niinkö?

Juhani: Juu. Tässä eletään palkkatyöyhteiskunnassa. Tota työttömyys on kirous ja työ on kirous. Että ole siinä jotenkin.

PN: Niin

Juhani: Siinä jotenkin pitäs roikkua, mut siis kun (tauko) Niin. En siis ole (tauko) löytänyt paikkaani maailmassa tai yhteiskunnassa. ((*myöhemmin samassa haastattelussa Juhani puhuu tulevaisuudennäkymistä*))

Juhani: Ei siitä mitään tuu. No sit mä en. Makaan siinä sohvalla työttömänä tai pätkätöissä ja katon ku lapset kasvaa. Toivon pääseväni aina kesämökille.

Molempina ajankohtina tehdyissä haastatteluissa oli mukana sekä retrospektiivisiä että tulevaisuuteen projisoivia, tulevaa kuvittelemaan kutsuvia kysymyksiä (ks. tarkemmin Nikander 2002). Yllä olevissa katkelmissa miesten kuvaamat elämän nykyisyyden ja tulevaisuuden näkymät poikkeavat selvästi toisistaan. Molemmat jäsentävät tätä päivää ja tulevaisuuttaan työnteon kautta ja samalla miesten arviot, toimijuus ja toimintahorisontit rakentuvat selvästi erilaisiksi. Kiinnostavia teemoja analyysin kannalta voisivat olla ainakin toiminnan ja paikallisuuden jäsennykset, siis se miten miehet omaa yhteiskunnallista paikkaansa kategorisoivat (Nikander 2010). Koska aineisto tällä kertaa asettuu lähinnä metodisen keskustelun ja kokeen välineeksi, en tässä lähde tarkemmin analysoimaan puheen yksityiskohtia.

Seuraavissa kahdessa aineistonäytteessä puhujat vastaavat haastattelijan ajan kulumista ja ikääntymisen merkitystä koskeneeseen kysymykseen. Samalla puhe kääntyy kuolemaan ja terveyteen.

Pauli: Sitten tulee tässä iässä pojat rupee niinku vähän sairasteleen saamari

PN: Mm-hm

Pauli: Ihan selvästi. Että osa ei oo hoitanu kuntoonsa. Tietysti tota onneksi ei oo pamahtanu mitään ittelle semmosia mutta... Ainahan se on mahdollista että sydän jysähtää ja, tai jotain että ollaan ylipainosia ja viinojakin juodaan ja ja tuolla maailmassa pyöritään ja... Ja tota... Sillaihan se menee sitten että joutuu niinku vähän hillitteen tätä puolta ja

PN: Joo

Pauli: Tupakka tietysti pois ja... Sitte semmosena kuuskymppisenä tule kysyyn ni siinähän ruvetaan pian kattoon että ooksä olemassa vai ei. Luokkajuhlissa suurinpiirtein, asiat oli jo kääntynyt että osa puhui tämmösistä terveyksistä sun muista. Kun on lääkäriä ja kaikennäköistä sähläriä joukossa ja. Tommoset DC-kympin kapteenit on kovimmassa kunnossa kun niitten on pakko olla.

PN: Niin

Pauli: Siis aika hyvä kirjo meitä on. Ja upseerit oli hyvässä kunnossa. Siel on kaks everstiä muistaakseni porukassa. Ne on hyvässä kunnossa. Mutta nää ekonomit ja dipl.inssit jotka on tehtaanjohtajia niin

PN: Niin ne joutuu edustaan

Pauli: Voi vitsi kuule ne alko oleen jo vähän raakkeja jo.

Juhani: Joo työurasta nyt ei ollu siis paljon, paljon, paljon jäljellä eikä luvassa mutta tota, muutenhan se nyt tarkottaa siis tätä eksistentiaalista ulottuvuutta. Siis, (naurahtaa) maasta olet tullut ja maaksi sinun pitää jälleen tuleman - ulottuvuutta. Niin se on se eksistentiaalinen ulottuvuus joka siis, ahdistaa ja pelottaa. Toi, niinku kuolema-ajatus tuli jollain tavalla vasta pari vuotta mun äidin kuoleman jälkeen mulle. Mä olin sitä, sitä ennen sitä mieltä että kaikki ihmiset kuolevat. Ja tota, (naurahtaa) sitten pari vuotta mun äidin kuoleman jälkeen niinkun kolahti että minä kuolen (naurahtaa) Ja se oli niinku ihan eri juttu.

Yllä olevissa katkelmissa terveyteen ja omaan kuolevaisuuteen liittyvät teemat otetaan esille ikääntymisen mukanaan tuomina asioina, jotka ikään kuin ”herätään” huomaamaan. Pauli puhuu selvästi oman ikäpolvensa edustajana, yhtenä ”pojista” ja omaa terveyttään ja elämäntapojaan luokkakokouksessa tapaamiinsa ystäviinsä verraten. Juhanin puhe taas on selvästi henkilökohtaisempaa ja siinä tulee esille havahtuminen omaan kuolemaan. Ajallisuuden kautta puheesta siis on analysoitavissa sukupuolittuneen terveyspuheen yksityiskohtia,

vastuunoton ja iän myötä eteen tulevien ”terveyssiirtyminen” rakentumista (vrt. Pietilä 2008).

Uusintahaastattelut edelleen täydentävät miesten tapaa paitsi kuvata omaa henkilökohtaista muutostaan, myös sitä, miten he kaikkia muitakin koskevaan elämänkululliseen muutokseen itse asennoituvat ja mitä ratkaisuja tekevät. Seuraavissa kahdessa aineistokatkelmassa terveyttä ja elämämuutoksia koskeva puhe siis jatkuu, mutta puhujat ovat 14 vuotta vanhempia, 64-vuotiaita.

Pauli: Niin mää oon neljä vuotta sitten luovuttanu firman pojalle. Nyt mää en oo mikään, on kamalan kiva, kun ei oo mikään. Sitten kuitenkin maailma on kunnossa, se on se taitolaji sitten. Lihominen tapahtu 50 ja 60 väliin tulee kun laiskistuu ja ei viitti niin kauheesti hosuu tuol pitki ja syö hyvin ja… kun ylipainoo tulee niin menee lonkat ja menee polvet ja menee kaikki, mää varotan kaikkia, että ruvetkaa pikkusen kattoon peräänne siinä viidenkympin kohdalla, mää en viel sillon ymmärtäny, mää menin kovaa… Sieltähän se tulee, sitä ei aina tajuta, mul on peltiä lonkassa tai vähän kalliimpaa ainetta ja toi pannaan poikki kuukauden perästä, uutta polvee, että semmosia tulee. ((*myöhemmin samassa haastattelussa*))

PN: Mites se, onks sulla ollu vaikea sopeutua tähän, että kroppa rupee niiku…?

Pauli: Kyllä siihen toistaseks viel hyväksyy, mutta tota se on kurjaa ettei mene enää Eurooppaan lasketterlurinteille eikä veneessä ei oo enää niin ketterä. Mutta sitte mää oon kippari, että vielä ei oo mitään vakavaa. Että vielä kulkee portaissa täällä pitkin. Se on ihan selvä kun kattoo kavereita seittemänkymppisinä. Se on paha jos kintut menee, ei mulla vielä oo semmosia ahdistustiloja, et se on jännää.

Juhani: Sitten on elähtäny vähän lisää, ja mahaa on tullu lisää, mikä hävettää suuresti. Pojat on lentäny pesästä, joka on siis uus elämäntilanne. Joo nuorempi poika muutti viime syksynä pois kot-

too. Se oli mulle hyvin ambivalentti tilanne, ku lähtee viimenen kakara pois, toisaalta toivoo, ettei siitä mitään peräkammarin poikaa tule, eli lähteehän sen pitääkin. No sit ne on siirtäny mut eläkkeeltä toiselle. Työttömyyseläkkeeltä vanhuuseläkkeelle, joka aiheuttaa kans jonkinlaisia identiteetti-ihmettelyjä…

PN: Varmasti.

Juhani: et mikä otus mää oon. Kyllä mää tänä vuonna meinaan vielä pikkusen palkkatyötäkin tehdä, siis lapionvarressa sulan maan aikaan, pihanrakennustöitä. Mutta että saattaa olla, että se on viimene, että tää vuosi on viimenen vuos ehkä palkkatöissä. Juu, että kun mää siis aikoinaan siihen jopa pitkäaikaistyöttömän rooliin meinasin uida liiviin ja sitten olin työttömyyseläkeläinen. Sitten kuitenkin tää eläkeläisyys on jotenkin erilaista kuin työttömyys. Elämäntilanteessa ei oo paljon paskankaan eroa, kuitenkin tietty identiteettiero siinä on. Viisastunu en oo, rouva on. ((*myöhemmin samassa haastattelussa, Juhani puhuu työnjatkamisesta*))

Juhani: Niin, oon aatellu ihan vaan fyysistä jaksamista. Kun työpari on kuitenkin entinen, mua selvästi nuorempi, ja entinen urheilija, että… kyl mää näille kolmekymppisille pärjään. Mut tota toi 55-vuotias urheilija on vähän vaikee…(yhteistä naurua) tällasia pappoja me ollaan. Työnantaja täytti juuri 65 syksyllä, että se ymmärtää vähän ikääntymisestä. Vaikka nuori poika sekin vielä on.

Mitä sitten voimme näiden katkelmien pohjalta todeta suurten ikäluokkien tai miesten ikääntymisestä? Auttaako laadullinen seuranta ja haastattelujen toistaminen luomaan kokonaisemman, puhuttelevamman tai jollain tapaa yhteiskunnallisesti relevantimman kuvan ikääntymisen dynamiikasta? Vai onko pikemminkin kyse tutkijan tarkoituksenmukaisesti valitsemista ääritapauksista ja laadullisen aineiston paloista, joiden kautta voidaan esittää juuri halutunlainen kuvaus?

Kolme keskeistä havaintoa on syytä keskustella tässä läpi. Aineistoesimerkit ovat ensinnäkin hyvin rajallisia ja aito laadullinen seu-

rantatutkimus vaatisi systemaattisemman otannan tekemistä suurten ikäluokkien edustajista. Suuret ikäluokat saattaisivatkin olla laadullisen seurannan kannalta hyvin toimiva kohde. Baby-boom käsitteenä tunnetaan useissa länsimaissa ja yleisotsakkeena se myös helposti johdattaa olettamaan yhtäläisyyksiä läpi sukupolven, kenties kansainvälisestikin. Suomessa tutkimus on kuitenkin jo tuonut vahvasti esille, että suuret ikäluokat ovat kaikkea muuta kuin yhtenäinen sukupolvi. Pikemminkin on kyse kohortista, johon ”kuuluvien elämänkaari on ollut täynnä tienhaaroja, joissa tiet ovat eriytyneet” (Karisto 2005, 28) ja joka itse asiassa koostuu useista paikallissukupolvista (Jyrkämä 2005). Laadullisen seurantatutkimuksen kautta voitaisiin edelleen problematisoida suurten ikäluokkien kohorttikokemusta, kysyä tulisiko suurista ikäluokista tai heidän käynnissä olevasta ikääntymisestään tai eläköitymisestään puhua yksikössä vai monikossa, ja edelleen täydentää olemassa olevaa makro-sosiaalisesti kehystettyä kuvaa paikallisesti koetulla ja kerrotulla.

Toiseksi jo tässä esitetyn pohjalta voimme nähdä yhteiskuntaluokan ja työmarkkina-aseman selvästi jäsentävän miesten ikääntymisen kokemusta ja minuuden rakentumista haastattelupuheessa. Sukupuoli ei siis selittäjänä ole itsessään riittävä (vrt. Gordon ym. 2005). Aineistokatkelmissa eläkkeelle siirtyminen jäsentyy yhtäältä tehtyjen omien valintojen kautta (Pauli) ja toisaalta kasvottoman viranomaistoimien kautta (”ne on siirtänyt minut eläkkeeltä toiselle”, Juhani). Sukupuolittunut miestarina jäsentyy siis jälleen työn kautta. Jos työtä ei ole, on epäonnistunut löytämään paikkansa ja tarinalta puuttuu tulevaisuusperspektiivi. Toisaalta töistä pois jäätyä ja firman siirryttyä pojalle ollaan ”ei mikään”.

Kolmanneksi laadullinen seuranta-asetelma näyttäisi myös rikastuttavan ikääntymisen sukupuolittuneen ymmärryksen rakentamista. Ilman seurantaa käsitys Juhanin työurasta olisi esimerkiksi jäänyt poikkileikkaukseksi ja tuokiokuvaksi, ja myöhemmin tapahtunut paluu työmarkkinoille ja ratkaisu jatkaa työn tekoa eläkkeellä olisi rajautunut tutkimuskuvan ulkopuolelle. Ajallisuus menetelmällisenä strategiana avaa siis laadultaan ainutlaatuisen empiirisen näkymän myös suku-

puolittuneiden ikääntymiskokemusten rakentumiseen. Glen Elderin (1991, 58) sanoin ”[m]inkä tahansa vakavasti otettavan ihmiselämää käsittelevän tutkimuksen on huomioitava aika, prosessit ja sosiaalinen konteksti”. Juuri ajassa tapahtuva muutos ja yksittäisten ihmisten tekemät henkilökohtaiset jäsennykset, asenteet ja toiminta suhteessa elämänkululliseen siirtymiin, tapahtumiin ja muutokseen korostuvat laadullisessa seurannassa. Tuloksena on elokuva pysäytyskuvan sijaan. Juhanin ja Paulin haastatteluista on luettavissa ulos erilaisia ura- ja eläköitymispolkuja sekä terveyden arviointeja ja henkilökohtaisia valintoja ja terveyskäyttäytymistä koskevia pohdintoja. Lisäksi, ja tässä näytettyä paljon laajemmin, aineisto sisältää sukupolvien (isien ja poikien) ja sukupuolten välisten suhteiden muutosta ja kehittymistä koskevaa puhetta sekä isovanhemmuudelle asettuvien kulttuuristen odotusten, roolien ja siirtymien ja hyvän kuoleman käsittelyä.

Laadullisen seurantatutkimuksen edellä mainitut kiistattomat edut eivät kuitenkaan tarkoita sitä, että olisin myymässä sitä jollain tavoin parempana, todellisempaa tai syvempää tietoa tuottavana menetelmänä. Tämän kaltaisiin metodihierarkioita rakentaviin ja ylläpitäviin äänenpainoihin usein törmää menetelmäkirjallisuutta lukiessa eivätkä laadullisen seurantatutkimuksen tekstitkään ihan kuivin jaloin tästä selviydy (McLeod & Thomson 2009). Metodihierarkioiden rakentamisen sijaan on tärkeää nähdä kulloinkin käytetyn lähestymistavan vahvuudet ja rajoitukset, ja myös kirjoittaa nämä analyysiä lukevalle selkeästi näkyviin. Mitä tahansa lähestymistapaa käytämmekin, on tutkimuksemme aina avoin ”entä jos” -kysymyksille. Entä jos haastattelija olisi ollutkin mies, olisiko se vaikuttanut haastattelujen sisältöihin ja puhumisen tapaan? Entä jos olisitkin kahden haastattelukerran sijaan jututtanut miehiä vuoden välein? Entä vertailu naishaastateltaviin? Kaikki tekemisemme ja tekemämme ratkaisut voidaan siis kyseenalaistaa ja siksi ne on syytä aina perustella.

Sukupuolittunut ikä – vai onko intersektionaalisuus ”uusi musta”?

Onko sukupuoli, yksilön mieheys tai naiseus lopulta ikääntymisprosessia keskeisimmin jäsentävä ja rakenteistava määre? Vai tulisiko sukupuolen rinnalle yhä useammin tuoda muita ikääntymistä yhtä lailla kehystäviä tekijöitä, kuten rotu, luokka tai seksuaalinen suuntautuminen? Muotimaailmasta lainattua termiä käyttäen luvun lopuksi pohdinkin: onko sukupuoli epämuodikas tai lähestymistapana passé ja intersektionaalisuus puolestaan ”uusi musta”? Kysymys liittyy gerontologisessa tutkimuksessa tehtyihin metodologisiin valintoihin ja laajemmin tieteellisen teoreettisen keskustelun itsestäänselvyyksiin, yleistyksiin ja sokeisiin kohtiin.

Feministisen gerontologian syntyhistoria rakentui aikoinaan havainnolle, jonka mukaan naisten ikääntymiskokemus ei helposti mahtunut tieteellisiin jäsennyksiin. Syynä oli miehen ikääntymisen käyttö mittarina, jota vasten naisen ikääntymistä tarkasteltiin (esim. Calasanti 2009, 472). Näennäisen sukupuolineutraali standardi ikääntymisestä puhuttaessa oli siis itse asiassa hyvin miehinen. Tällöin esimerkiksi länsimaisen naisen eläköityminen asettui kuriositeetiksi ja poikkeukselliseksi, kun sitä verrattiin standardiin, joka pohjasi miesten pidempään ja rikkoutumattomampaan työuraan. Toisaalta, vanhuus voidaan perustellusti nähdä erityisesti feministisenä kysymyksenä. Vuonna 1999 ilmestyneessä *Naiset ja ikääntyminen* -kirjassa toteankin muun muassa, että ”odotettavissa oleva keskimääräinen elinikä suosii yhä naista siten, että vanhuus, erityisesti 85 ikävuoden jälkeen, on tulevaisuudessakin naiskysymys” (Nikander 1999, 212).

Sukupuolisensitiiviselle, sekä naiseuden että mieheyden mukanaan tuomat aspektit huomioivalle tutkimukselle on silti selvä tilauksensa. Mieheys saattaa oivaltavalla tavalla toimia analyyttisenä linssinä ja lähtökohtana, jonka kautta sukupuolispesifit erot ja samankaltaisuudet samoin kuin liikkeessä olevat sukupolvittuneet elämänkulun kulttuuriset merkitykset asettuvat uudella tapaa tarkasteltaviksi. Tästä tämä kirja on hyvä osoitus. Analyyttisten sukupuolisilmälasien pukemisen sijaan haasteena on tuottaa tutkimusta, joka aidosti ja

oivaltavasti huomioi sukupuolen merkityksen osana ikääntymistä ja elämänkulkua. Samalla tutkimus haastaa ja laventaa olemassa olevia kulttuurisia sukupuolitarinoita ja ymmärrysrepertuaareja niiden kaventamisen tai implisiittisen vahvistamisen sijaan (Ojala & Pietilä 2010).

Sukupuolta ja ikää yhdistävän tulkinnan rinnalle on syytä silti tuoda myös muita muuttujia ja viimeaikaisessa ikääntymistutkimuksessa tämä intersektionaalisuuden vaatimus korostuukin selvästi (Calasanti 2009, Ojala 2010, Ojala & Pietilä 2010; tämä kirja). Sukupuolen rinnalle nostetaan enenevästi tarkastelutapoja, joissa rodun, sukupuolisen suuntautumisen, luokka-aseman tai globaalispaikallisen sijainnin ja prosessien aspektit laajentavat ikääntymisen ilmiöön avautuvaa näkymää. Samalla sukupuolen merkitys ihmistä määrittävinä määreenä suhteellistuu ja saa paikkansa keskeisenä, mutta vain yhtenä monista ikääntymisen todellisuutta ja kokemusta jäsentävistä tekijöistä. Samanaikaisesti voi myös väittää iän mukaan tuomisen yhtä lailla laventavan ja hienosyistävän intersektionaalisuuden perinteisen kolmijaon luokka – sukupuoli – rotu puitteissa käytyjä keskusteluita (esim. Acker 1999).

Nais- tai miesspesifistä ikääntymisestä ei siis ole enää mahdollista puhua yleistäen tai yksikössä, vaan eri intersektionaalisten elementtien toisiinsa yhdistyminen ja keskinäistarkastelu eri elämänkulun vaiheissa vääjäämättä moninaistaa ja problematisoi keskimääräisistä ajoituksista ja siirtymistä käytävää keskustelua (Calasanti 2010). Viimeaikainen puhe elämänkulun globaalimaantieteestä vielä edelleen haastaa ikää ja elämänkulkua koskevaa teoretisointia ja tuo samalla esille paitsi käytössä olevien menetelmien ja tutkimusasetelmien myös teoreettisen likinäköisyyden (Dannefer 2004, 650). Globaali ikääntymistä ja elämänkulkua koskeva moninaisuus haastaa gerontologisessa tutkimuskirjallisuudessa esiintyvät perinteiset yleistykset, itsestäänselvyydet ja oletukset. Sukupuoli ja ikääntyminen eivät suinkaan ilmiöinä ja kokemuksina pysy paikallaan länsimaisista tutkimuksista poikkikulttuurisiin aineistoihin ja tilanteisin liikuttaessa. Tutkimuksen likinäköisyys ja pitkälti angloamerikkalainen ”valkopesty” empiria ja teorianmuodostus ovat selittämiskyvyltään aina rajallisempia mitä kauemmaksi länsimaisesta ikääntymistodellisuudesta liikutaan. Toi-

saalta globaalit muutokset näkyvät myös tässä ja nyt kansallisvaltioiden sisällä esimerkiksi uudenlaisina hoivatodellisuuksina ja -käytäntöinä. Ikääntymisteoretisoinnin globaalimaantiede siis edellyttää jatkossa elämänkulun luokkaan, sukupuoleen, rotuun ja paikallisuuteen suhteuttamista.

Artikkelin alussa mainitsemani erityisnumero on viehättävä esimerkki tieteellisestä tekstistä, jossa kirjoittajat tarkastelevat yhtäältä omaa henkilökohtaista ikääntymistään ja suhteuttavat sitä laajempiin yleistyksiin ja teorioihin. Henkilökohtainen voikin toimia yleisen testinä ja yleistä tulisi aina koetella ja tarkastella suhteessa paikallisesti koettuun. Teoreettista suhteuttamista ja metodologista reflektiota myös suhteessa globaaleihin kehityskulkuihin tarvitaan tutkimuksessa yleisemminkin. Erityisen tai henkilökohtaisen ja yleistettävän tiedon samoin kuin mikro- ja makrotason välillä tapahtuvasta tulkintaliikkeestä ja suhteuttamisesta voisikin puhua analyyttis-teoreettisten kaksiteholasien käyttönä. Mitä teoreettisia tai menetelmällisiä ratkaisuja ja rajauksia tutkimuksessa teemmekin on hyvä välillä koetella tulkintojemme likinäköisyyden astetta zoomaamalla aineiston yksityiskohdista laajempaan paikallis- tai globaalitason yleistämisen mahdollisuuksiin ja päinvastoin yleisestä erityiseen. Teoreettis-menetelmällisten valintojen tuottamia havaintoja esitellessään hyvä tutkimus siis aina myös arvioi, mitä samanaikaisesti jää varjoon ja taka-alalle. Tämä koskee myös sukupuolen merkitystä koskevia empiirisiä havaintoja ja niiden pohjalta tehtyjä yleistyksiä.

Kirjallisuus

Acker, Joan (1999) Rewriting Class, Race, and Gender: Problems in Feminist Rethinking. Teoksessa Myra Marx Ferree, Judith Lorber & Beth B. Hess (toim.). *Revisioning Gender.* Sage London, 44–69.

Alastalo, Marja (2005) *Metodisuhdanteiden mahti. Lomaketutkimus suomalaisessa sosiologiassa 1947–2000.* Vastapaino, Tampere.

Bornat, Joanna (2002) Doing Life History Research. Teoksessa Anne Jamieson & Christine R. Victor (toim.) *Researching Ageing and Later Life. The Practice of Social Gerontology*. Open University Press, Buckingham, 117–134.

Calasanti, Toni (2009) Theorizing Feminist Gerontology and Sexuality: An intersectional approach. Teoksessa Vern L. Bengtson, Daphna Gans, Norella M. Pytney & Merril Silvertein (toim.) *Handbook of Theories of Aging* (2nd Edition). Springer, New York, 471–498.

Calasanti, Toni (2010) Gender and Ageing in the Context of Globalization. Teoksessa Dale Dannefer & Chris Phillipson (toim.) *The Sage Handbook of Social Gerontology*. Sage, London, 137–149.

Dannefer, Dale (2004) Toward a Global Geography of the Life Course. Teoksessa Jeylan T. Mortime & Michael J. Shanahan (toim.) *Handbook of the Life Course*. Springer, New York, 647–670.

Elder, Glen H. Jr. (1991) Lives and Social Change. Teoksessa W.R. Heinz (toim.) *Theoretical Advances in Life Course Research*. Deutscher Studien Verlag, Weinham, 58–86.

Gordon Tuula, Holland Janet, Lahelma Elina & Thomson Rachel (2005) Imagining Gendered Adulthood: Anxiety, Ambivalence, Avoidance and Anticipation. *European Journal of Women's Studies* 12:1, 83–103.

Hagestad, G.O & Dannefer Dale (2001) Concepts and Theories of Aging: Beyond Microfication in Social Science Approaches. Teoksessa Robert H. Binstock & Lind K. George (toim.) *Handbook of Aging and the Social Sciences* (5th Edition). Academic, San Diego, California, 3–21.

Hendricks, Jon (2003) Structure and Identity – Mind the Gap: Towards a Personal Resource Model of Successful Aging. Teoksessa Simon Biggs, Ariela Lowenstein & Jon Hendricks (toim.) *The Need for Theory. Critical Approaches to Social Gerontology.* Baywood, New York, 63–87

Henwood Karen & Lang, Iain (2003) Qualitative Research Resources: A Consultation Exercise with UK Social Scientists. A Report to the ESRC. Swindon, UK.

Holland, Julie, Thompson, Rachel & Henderson, Sheila (2006) *Qualitative Longitudinal Research: A Discussion Pape*r. London Southbank University.

Johnson, Julia, Rolph Sheena & Smith Randall (2000) *Residential Care Transformed. Revisiting 'The Last Refuge*. Palgrave Macmillan, London.

Jyrkämä, Jyrki (2005) Syntynyt 1947, kuollut...? Suuret ikäluokat ja elämänkulkutulevaisuus. Teoksessa Karisto, Antti (toim.) *Suuret ikäluokat*. Vastapaino, Tampere, 347–363.

Karisto, Antti (2005) Suuret ikäluokat kuvastimessa. Teoksessa Karisto, Antti (toim.) *Suuret ikäluokat*. Vastapaino, Tampere, 17–60.

Leinonen, Anu (2008) Kohti ikääntyvän yhteiskunnan rakennepiirteitä: esimerkkinä funktioanalyysin käyttö iän sosiologisessa tutkimuksessa. *Gerontologia*, 22:1: 12–24.

Maddox George, L & Campbell, Richard, T. (1985) Scope, Concepts, and Methods in the Study of Aging. Teoksessa E. Shanas & R.B. Binstock (toim.) *Handbook of Aging and the Social Sciences* (2nd edition). Van Nostrand Reindold, New York, 3–28.

Manheimer, Ronald, R. (2008) Becoming Historical to Oneself. *Journal of Aging Studies*, 22:2, 177–183.

McLeod, Julie (2003) Why We Interview Now – Reflexivity and Perspective In a Longitudinal Study. *International Journal of Social Research Methodology* 6:3, 201–212.

McLeod Julie & Thompson Rachel (2009) *Researching Social Change: Qualitative Approaches.* Sage, London.

Neale, Bren & Flowerdew, Jennifer (2003) Time, Texture and Childhood. The Contours of Longitudinal Qualitative Research. *International Journal of Social Research Methodology*, 6:3, 189–199.

Nikander, Pirjo (1999) Ikääntyvä yhteiskunta ja tulevaisuuden ikääntyvä nainen. Teoksessa Ilka Kangas & Pirjo Nikander (toim.) *Naiset ja ikääntyminen*. Gaudeamus, Helsinki, 211–228.

Nikander, Pirjo (2002) *Age in Action: Membership Work and Stage of Life Categories in Talk.* Finnish Academy of Science and Letters, Helsinki.

Nikander Pirjo (2009a) Walking the Talk: Becoming One's Own Data as a Critical Scholar. Review Symposium. *Ageing & Society* 29:4, 649–651.

Nikander, Pirjo (2009b) Doing Change and Continuity. Age identity and the Micro-macro Divide. In the special issue: Discourse, Identity and Change in Mid-to-late Life: Inter–disciplinary Perspectives on Language and Ageing. *Ageing & So*ciety 29:6, 863–881.

Nikander, Pirjo (2010) Jäsenkategoria-analyysi ja haastattelun kulttuuriset jäsennykset. Teoksessa Johanna Ruusuvuori, Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino, Tampere, 242–268.

Ojala, Hanna (2010) *Opiskelemassa tavallaan. Vanhat naiset ikäihmisten yliopistossa*. Tampere University Press, Tampere.

Ojala, Hanna & Pietilä Ilkka (2010) Sosiaaligerontologian näkökulmia sukupuolistuneeseen vanhenemiseen. *Gerontologia* 24:4, 335–344.

Pietilä, Ilkka (2008) *Between Rocks and Hard Places. Ideological Dilemmas in Men's Talk about Health and Gender*. Acta Universitatis Tamperensis 1329. Tampere University Press, Tampere.

Pulkkinen, Lea, Fyrsten, Sanna, Kinnunen, Ulla, Kinnunen, Marja–Liisa, Pitkänen, Tuuli & Kokko, Katja (2003) *40+. Erään ikäluokan selviytymistarina*. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja 349. Jyväskylän yliopistopaino, Jyväskylä.

Saldaña, Johnny (2003) *Longitudinal Qualitative Research: Analyzing Change through Time* AltaMira Press, Walnut Creek.

Thomson, Rachel & Holland, Julie (2003) Hindsight, Foresight and Insight: The Challenges of Longitudinal Qualitative Research. *International Journal of Social Research Methodology* 6:3, 233–244.

Thomson, Rachel, Plumridge Libby & Holland, Julie (2003) Imagining Adulthood: Resources, Plans and Contradictions. *Gender & Education* 14:4, 337–350.

Timescapes (2012) Viitattu 1.3. 2012 (http://www.timescapes.leeds.ac.uk/)

Tornstam, Lars (1992) The Quo Vadis of Gerontology. On the Scientific Paradigm of Gerontology. *Gerontologist* 32:3, 318–326.

Townsend, Peter (1962) *The Last Refuge: A Survey of Residential Institutions and Homes for the Aged in England and Wales*. Routledge and Kegan Paul, London.

Wadsworth, Michael (2002) Doing Longitudinal Research. Teoksessa Anne Jamieson & Christine R. Victor (toim.) *Researching Ageing and Later Life*. *The Practice of Social Gerontology*. Open University Press, Buckingham, 99–116.

Suuria roskia vai tyytyväisiä miehiä? Eläkkeelle jääminen miehen elämän murroskohtana

Raija Julkunen

Vaikka japanilaiset elävät pitkään, verrattain terveinä ja ovat vauraita, ei eläkkeelle jäävillä miehillä ole helppoa. Eläkkeelle jääneitä miehiä kutsutaankin Japanissa muun muassa ”märiksi puunlehdiksi” sekä ”isoiksi roskiksi”, koska he eivät osaa työn ulkopuolella tehdä oikein mitään. Miehet kun ovat tehneet pitkän työuran, jonka aikana ihmissuhteet ovat rakentuneet työpaikan ympärille. (…) Kun eläkepäivät lopulta koittavat, mies ja vaimo ovat vieraita toisilleen, eivätkä japanilaiset miehet osaa puhua tuntemuksistaan vaimoilleen. Vaimojen on puolestaan kerrottu kärsivän ”eläkkeelle jääneen miehen syndroomasta”. Ongelmasta kärsii 60 prosenttia vanhoista naisista, ja syndrooman fyysisiä oireita ovat muun muassa ihottumat ja haavaumat. (Vanhainvalta muuttaa Japania, HS 2.12.2011)

Mieheni on tätä kirjoittaessani eläkkeellä kymmenettä, minä viidettä vuotta, eikä kumpikaan ole saanut ihottumaa. Jos minä en olisi voinut jatkaa myös eläkkeellä entisiä puuhiani – siis kirjoittamista, esitelmiä, opetusta, asiantuntijatehtäviä – voi olla, että mieheni olisi saanut näppylöitä. Hänen arkensa perusrungon sen sijaan muodostavat sellaiset miestapaiset asiat kuin talosta, pihasta, kesämökistä, saunan lämmityksestä, koirasta, autosta, autolla ajamisesta, ostoksista, tietokoneista, digilaitteista, verkkoasioinneista ja ruumiinkunnosta huolehtiminen sekä sanomalehtien lukeminen.

Naistutkimus on katsonut, että sillä on oikeus tutkia naisia ottamalla lähtökohdaksi naisteoria ja vertaamatta naisia miehiin. Sukupuolten vertaaminen on kuitenkin säilynyt paitsi tasa-arvon myös sukupuolierityisyyden osoittamisen tekniikkana. Pyrin tässä artikkelissa ottamaan lähtökohdaksi miestapaisen elämän, mutta käytän sen osoittamiseksi myös miesten ja naisten vertailua. Miestapaisella tarkoitan miehille tyypillistä ja miehen kulttuurisia odotuksia vastaavaa. Tapaisuus on rutiiniksi muodostunutta, sellaista mihin on helppo supsahtaa (Jokinen 2005).

Miestutkimus nimeää itsensä usein maskuliinisuuksien tutkimukseksi, kun taas naistutkimus ei ole kutsunut itseään feminiinisyyksien tutkimukseksi (Julkunen 2010, 55–66). Tämä tuntuu vihjaavan siihen, että tapoja olla mies on monia, mutta on vain yksi tapa olla nainen. Totta on, että miesten keskinäiset luokkaerot ovat suuret. Toisessa reunassa ovat vallan huipulla olevat, toisessa reunassa marginalisoitunut mieskurjalisto. Monien maskuliinisuuksien viitepiste on silti pikemminkin hegemoninen maskuliinisuus, jolloin toisenlaisen miehen stereotyyppi on siviilipalveluksen suorittanut ”pehmeä” homomies. Tässä artikkelissa miehiä jakavat kuitenkin luokka, ammatti ja sukupolvi, vaikka samalla kulttuurinen miestapaisuus lävistää kaikki nämä ryhmät.

Nojaan tässä kirjoituksessa sekä olemassa olevaan tutkimus- ja tilastotietoon että omaan tutkimukseemme *Ikä, työ, sukupuoli* (tarkemmin Julkunen 2003, 47–66, Julkunen & Pärnänen 2005, 93–102, Pärnänen 2011, 107–132). Yhteiskuntapoliittiset intressit ovat suun-

nanneet suomalaista eläketutkimusta kohti kahta painopistettä: toinen on työnteon varhainen lopettaminen, toinen työssä jaksaminen ja jatkaminen. Kummastakaan näkökulmasta ei kysytä, mitä eläkkeelle siirryttäessä tapahtuu. Tutkimus- ja tilastotiedon käyttöä rajoittaa sekin, että kaikki muuten relevantit lähteet eivät sisällä sukupuolen ja iän samanaikaista tarkastelua.

Tutkimuksemme aineisto kerättiin vuosina 2000–2001 ja siinä haastateltiin kymmeneltä työpaikalta henkilöstöjohtajaa tai vastaavaa, luottamushenkilöä sekä kolmea-viittä 56–64-vuotiasta työntekijää (n = 40, miehiä = 20, naisia = 20). Nämä neljäkymmentä työntekijää olivat työpaikkojensa vanhimpia. Johtuneeko haastattelutilanteen vuorovaikutuksesta – nuoret tutkijanaiset haastattelijoina – miesten vähäisemmästä verbaalisesta taitavuudesta vai mistä, mutta paria poikkeusta lukuun ottamatta miesten kokemukset eivät olleet yhtä antoisia kuin naisten runsaammat tarinat. Tutkimuksen alkuperäinen fokus koski niitä tekniikkoja, joilla kuusikymppiset tekevät itsensä kelpaaviksi vaatimuksiltaan kovenevaan ja ikäsyrjivään työelämään; silti myös odottavaa eläkkeelle siirtymistä käsiteltiin. Käytän tässä artikkelissa Anna Pärnäsen tekemiä haastatteluja.

Rajaan tarkastelun tematiikan koskemaan eläkkeelle siirtymistä työstä, työuran jälkeen. Vuonna 2010 Suomessa työeläkkeelle siirtyi 35 265 miestä, joista vanhuuseläkkeelle siirtyneitä oli 21 780, työkyvyttömyyseläkkeelle 11 576 ja loput työttömyys- ja maatalouden erityiseläkkeelle (ETK:n taskutilasto 2011). Työkyvyttömyyseläkkeelle siirrytään keskimäärin 51–52 vuoden iässä. Raimo Raitasalo ja Kaarlo Maaniemi (2011) otsikoivat, että viisi nuorta (16–29 v.) jää eläkkeelle joka päivä, useimmat mielenterveyssyistä. Täyttä kansaneläkettä saavat ne, jotka eivät ole ansainneet (juuri) lainkaan työeläkettä. Naisten työssäkäynnin yleistymisen myötä vanhojen vain kansaneläkettä saavien naisten määrä vähenee. Nuorehkojen miesten määrä ja eritoten osuus ryhmässä on kasvussa (Tuominen ym. 2011). Tässä artikkelissa keskityn tavanomaisempaan elämänkulkuun ja sivuutan ne vammaisuuteen, sairauteen ja syrjäytymiseen liittyvät kysymykset, joita nuorena tapahtuva eläkeläiseksi tulo sisältää.

Vaikka kuudenkymmenenviiden vuoden vanhuuseläkeikää on pidetty jonkinlaisena yleisnormina, niin ennen 1990-luvulla alkaneita eläkereformeja työeläkejärjestelmien vanhuuseläkeiät vaihtelivat sektoreittain ja ammateittain noin 58–65 vuoden välillä. Lisäksi erilaisille varhaiseläkkeille siirtyminen eli *early exit* -reitit olivat tulleet tavallisiksi. Eläkkeelle siirtymisessä on siis ollut joltinenkin ikähaitari. Vuoden 2005 eläkeuudistuksen jälkeen työeläkkeen vanhuuseläkkeelle jääminen on alkanut keskittyä joustavan eläkeiän alarajaan eli 63 ikävuoteen (Tuominen ym. 2012, 23).

Sukupuolistunut ikääntyminen

AP: Ajatteletteko ikääntymistä?
Risto: En
AP: Ette?!
Risto: Totta hitossa mää ajattelen

Eläkkeelle siirtyminen aktualisoi suhteen omaan ikään ja vanhenemiseen. Feministisessä keskustelussa vanhenemista on pidetty sukupuolittuneena, vanhoja naisia kaksinkertaisesti syrjittyinä ja naisia menetettyinä, kun he kadottavat kaksi tärkeintä patriarkaatin heille osoittamaa ominaisuutta: hehkeän ulkonäön ja hedelmällisyyden (Arber & Ginn 1991). Miehet sen sijaan on määritelty enemmän sosiaalisen aseman ja saavutusten kuin ulkonäön ja potenssin perusteella. Mitä erityistä siis voisi olla miehen vanhenemisessa?

Ikädiskurssi ja subjektiivinen ikäkokemus ovat monitahoisia ja moniselitteisiä asioita (Julkunen 2003; 2008b). Myös haastattelutilanteessa omasta ikäkokemuksesta voi kertoa eri versioita. Ensimmäisessä lauseessa sitä ei ajateltu, toisessa jo painokkaasti. Ikä on myös tilanteista. Ikääntyminen ei ole aina mielessä, mutta jotkin tilanteet – omien lasten ja lastenlasten vuosien karttuminen, sairaudet, työpäivän jälkeinen väsymys, työssä eteen vyöryvät muutokset, tunne ajan aina vain

nopeammasta kulusta, vanhuuseläkkeen hakeminen – muistuttavat työssäkäyviäkin siitä.

Aineistossamme varsinkin miehet kokivat itsensä kronologista ikäänsä nuoremmiksi, ja olisivat ottaneet iästään viisi–kymmenen vuotta pois päästäkseen kokemaansa ikään. Itsensä nuoremmaksi tunteminen on yleinen sääntö, joka korostuu terveillä, tyytyväisillä ja hyväosaisilla (Ruoppila & Uotinen 2006). On vaikea kokea itseään myyttisiin lukuihin – 40, 50, 60 tai 70 vuotta – liitetyn iän mukaiseksi. Omanikäiset sen sijaan näyttivät itseä vanhemmilta sekä ulkonäöltään että sosiaalisesti eli olivat kiinnostuneita vanhojen ihmisten asioista, kuten sairauksista, eläkkeistä ja lastenlapsista. Miesten mielestä erityisen vanhoilta näyttivät samanikäiset naiset.

> Ja kyllä kai, miehet ainakin niinkun, ja tää nyt on kauheen sovinistista ajattelua, mutta kyllä vähän niin kuin lähtee siitä, että naiset vaan vanhenee ja me miehet ei sillai vanheta. (Kari)

> Tietysti mun täytyy sanoa, että minun ikäiset naiset on vanhoja akkoja. (Risto)

Jyväskyläläisessä Ikivihreät -tutkimuksessa (Ruoppila & Uotinen 2006) 65–69-vuotiaiden miesten ja naisten subjektiivisessa ikäkokemuksessa ei ollut juuri eroa. Kummatkin kokivat itsensä 6–7 vuotta kalenteri-ikäänsä nuoremmiksi. Kaikissa kolmessa tutkitussa kohortissa oli kuitenkin selvä sukupuoliero koetussa ihanneiässä. Naiskohorttien ihanneikien keskiarvot vaihtelivat 55–58 vuoden välillä, miesten 48–52. Yksi mahdollinen tulkinta tälle on, että miesten on vaikeampi hyväksyä ikääntymistään. Toinen hieman erisävyinen tulkinta sanoo, että juuri naisten elämään ja minuuteen ulkonäön rapistumisesta huolimatta lasten kotoa lähdön ja vaihdevuosien jälkeen ilmestyy uutta vapautta, itsenäisyyttä ja rohkeutta (Greer 1993, Kosonen 2003). Miesten ikäkokemuksessa ei vastaavaa vahvistumista liene tai ainakaan kulttuurinen kuvasto ei kerro sellaisesta.

Yleinen ikätutkimuksen havainto on, että vanhat ovat aina vanhempia kuin itse. Omassa 56–64-vuotiaiden aineistossamme jotkut kokivat itsensä ikäisekseen, mutta kukaan ei tuntenut itseään vanhaksi tai ikääntyneeksi. Vanhoja olivat paitsi kronologisesti määritellyt kasi- tai ysikymppiset, myös ne, jotka olivat antaneet periksi. Tämän kummallekin sukupuolelle yhteisen kokemuksen alla piili hyvin sukupuolittunut ruumiillinen vanheneminen. Naisten vanheneva ruumis oli katseen kohteeksi joutuva ulkonäköruumis, se valui ja repsahti ja peili kertoi totuuden. Miehetkin ajattelivat ulkonäköään, pukeutumistaan, vatsaansa ja kaljuaan. Silti heidän ruumiinsa niin tässä aineistossa kuin kulttuurisissa kuvissa on suoritusruumis: ruumis, joka kykenee työ-, urheilu- ja seksuaalisiin suorituksiin (Julkunen 2003, 90–119). Samalla, kun aineistomme miehet totesivat suorituskyvyn heikkenemisen, heillä oli kuitenkin tarve vakuuttaa, miten hyviä he edelleen olivat ruumiillisissa ponnistuksissa ja miten he pärjäsivät nuoremmille.

Vain miehetkö jäävät eläkkeelle?

Feministit ovat saattaneet huudahtaa, että *women don't retire* (Skucha & Bernard 2000). Naisten työ eli hoiva, kotityö, arjen ja sosiaalisten suhteiden ylläpito ei pääty missään iässä. Jos ”naisten työ ei lopu koskaan”, niin työnteon lopettamisen ja eläkkeelle siirtymisen voi ajatella miestyyppisenä asiana. Tilastollisessa mielessä tämä ei tietenkään pidä paikkaansa. Naisten elämänkulku on maskulinisoitunut siinä mielessä, että ansiotyö valtaa ja määrittelee yhä enemmän myös naisten elämää (Esping-Andersen 2009). Suomalaiset naiset tekevät ansiotyötä siinä missä miehetkin. Naiset ovat miehiä koulutetumpia, ja yhä useammat naiset ovat asiantuntija- ja johtavissa asemissa. Survey-tutkimuksissa miehet liittävät ansiotyöhön naisia vähemmän odotuksia ja positiivisia merkityksiä (Lehto & Sutela 2008, Haavisto 2010). Suomalaiset naiset siirtyvät eläkkeelle miesten lailla ansiotyöstä. Omassa aineistossamme vahvimmat kommentit sosiaalisen identiteetin menetyksestä työn mukana tulivat naisilta.

Miesten niin sanottu työvoima-ajan odote on kuitenkin noin vuoden naisia pitempi: 2000-luvun alkupuolella 36,5 vuotta ja naisten 35,3 vuotta (Tutkimus työssäolon pituudesta EU-maissa 2010). Sukupuoliero oli vähän suurempi vuonna 2010 työeläkkeelle siirtyneiden työeläkelakien mukaisessa työurassa: esimerkiksi vanhuuseläkkeelle siirtyneissä yli kaksi vuotta (M 36,6 v., N 34,0 v.) (Kautto 2011, 29). Miesten ja naisten välinen ero syntyy pikkulapsivaiheessa yleistyneen väliaikaisen kotiäitiyden vuoksi (Julkunen 2009b; 2010). Lisäksi miesten työssäoloaika kattaa heidän lyhyemmän elinikänsä vuoksi suuremman osan elämänkaaresta (59,8 % elinajan odotteesta; naisilla 52,0 %).

Toisaalta, kuten Esping-Andersen (2009) sanoo, miesten elämänkulku ei ole vastaavasti feminisoitunut. Vaikka sukupuolten ajankäyttö lähenee hiljakseen, koti ja hoiva ovat säilyneet naisen vastuualueena (Julkunen 2010, 156–168). Miehet ajatellaan kulttuurisesti ansiotyönsä, ammattinsa ja elättäjyyden kautta, siihen sitoutuneiksi, sen avulla identiteettinsä rakentaneiksi. Kodin ja perhesiteiden ylläpito on voinut sukupuolisessa työnjaossa jäädä vaimolle (Barnes & Parry 2004). Silloinkin, kun naiset ovat tehneet miesten kanssa samanmittaisen työuran, sen rinnalla kulkee tavallisesti hoivaura. Näin naisilla ansiotyö, kotityö, lasten synnyttäminen ja hoiva limittyvät toisiinsa. Katkos ansiotyöstä eläkkeelle ei ole täydellinen: kodin arjessa rakentuneet korvaavat rutiinit ja identiteetit ovat valmiina.

Miehelle ansiotyön lopettaminen on ainakin kulttuurisen käsikirjoituksen mukaan syvällinen statuksen, aseman, tekemisen, tulolähteen, sosiaalisten suhteiden ja arkisten rutiinien menetys. Näin eläkkeelle siirtyminen vaatisi identiteetin uudelleenrakentamista ja eläkkeelle siirtymisen aiheuttama kriisi uhkaisi juuri miehiä. Japanilaistarinan ohella suomalaisessa mediassa kohuttiin muutama vuosi sitten Suosikin pitkäaikaisen päätoimittajan Jyrki Hämäläisen kuolemasta, minkä syyksi tulkittiin eläkkeelle jäämisen aiheuttama tyhjyys ja masennus. Tapauksen esille ottanut Elina Mäkinen (2009) on tutkinut mieskirurgien siirtymistä eläkkeelle. Kysymyksessä on työkeskeinen, korkean statuksen ryhmä, joka silti tekee ruumiillisesti kuormittavaa

ja iän mukana raskaaksi käyvää työtä. Myös tämän ammattikunnan keskuudessa elävät tarinat tutuista, jotka eläkkeelle siirtymisen jälkeen alkoivat ”ryypätä itseään hengiltä” – jotkut onnistuivat tässä, jotkut tulivat vedetyiksi kuiville.

Miehen siirtyminen eläkkeelle on ajateltu myös parisuhteen ja perheen kriittiseksi paikaksi, joka asettaa parisuhteen uuteen vaiheeseen ja kuormittaa puolisoa (Skucha & Bernard 2000, Barnes & Barry 2004, von Bonsdorf 2009). Kriisi voi johtaa joko liiton vahvistumiseen tai ”näppylöihin”, jopa avioeroon. Naisen elämänkaaressa kriittiseksi paikaksi on eläkkeelle siirtymisen sijaan ajateltu lasten lähtö kotoa. Näin universaaliksi esitetty lineaarinen elämänkulkumalli, jossa työnteon lopettaminen on merkittävä katkos tai kriisi, sisältäisi maskuliinisen harhan tai normin.

Michelle Lazar (2007) sanoo, että naiseus maskulinisoituu valta-asemissa, mieheys feminisoituu kotona. Gøsta Esping-Andersen (2009) katsoo sukupuolten lähentymisen ja samanlaistumisen alkaneen keskiluokasta. Työväenluokan segregoidut miesammatit säilövät tiukempaa sukupuolirajaa ja miesidentiteettiä, kun taas koulutettujen miesten on helpompi omaksua feminiinisyyttä. Lähentymisessä on myös kansallisia eroja. Suomi on sukupuolten tasa-arvon kärkimaita; suomalaiset miehet eivät kuitenkaan ruotsalaisten tapaan ole tunnettuja ”pehmoudestaan”.

Työnteon lopettaminen

Suomessa ikääntyvien miesten ansiotyö on vähentynyt muutamassa vuosikymmenessä reippaasti. Kysymys on sekä siirtymisestä palkkatyön yhteiskuntaan että eläketurvan normalisoitumisesta. Kuten taulukko 1 osoittaa, 55–74-vuotiaiden miesten työllisyys ehti supistua rajumminkin ennen kuin se alkoi uudestaan kohota 1990-luvun laman jälkeen. 1990-luvun laman aikoihin suomalaisten ikääntyvien miesten työllisyys oli EU15-maiden matalin, ja ripeästä kasvusta huolimatta se on edelleen muita Pohjoismaita matalampi. Taulukkoa

lukiessa kannattaa muistaa, että työllisiksi lasketaan kaikki ne, jotka työvoimatutkimuksen otosviikon aikana tekevät vähintään yhden tunnin ansiotyötä. Vanhimmissa on niitäkin, jotka ovat jo siirtyneet eläkkeelle, mutta tekevät samalla pätkä- tai osa-aikatöitä. Myös eläkkeelle siirtyneiden sivutoiminen yrittäjyys ja itsensä työllistäminen on yleistynyt (Järnefelt 2011).

Taulukko 1. Ikääntyneiden työllisyysasteet sukupuolen mukaan (Pärnänen 2011, 38).

Vuosi	1970	1975	1980	1985*	1990	1995	2000	2005	2009
Naiset									
55–59	56,8	56,7	53,8	55,3	59	50,7	59,9	67,4	73,6
60–64	31,3	27,8	26,2	29	20,8	15,9	20,2	30,8	39,2
65–74	10,9	8,4	5,6	4,8	3,4	2,2	2	3,3	4,6
Miehet									
55–59	79,3	74,2	64,3	59,4	61,2	47	58,7	63,4	69,2
60–64	65	55,1	41,1	35,6	30	21,3	26,7	36,3	39,4
65–74	41	29,4	17	10,6	9,1	5,3	6,3	7,4	10

Työnteko lopetetaan erilaisia reittejä pitkin: työttömäksi, ”työttömyyseläkeputkeen”, työkyvyttömäksi, vanhuuseläkkeelle tai joskus vain jäädään pois työstä, kun mitta on tullut täyteen tai eropaketti annetaan käteen. 1990-luvun laman aikana työttömyydestä tuli tavallinen työnteon lopettamisen väylä. Ikääntyneellä työttömällä, olipa putkessa tai ei, ei ole paljonkaan paluumahdollisuuksia. Vuoden 2005 suuren eläkeuudistuksen tavoitteena oli pidentää työuria ja karsia eläkkeelle vievien reittien lukuisuutta. Yksilöllinen varhaiseläke lakkautettiin ja julkisen sektorin vanhuuseläkeiät yhdenmukaistettiin yksityisen sektorin kanssa. Työttömyyseläke lakkautettiin tietyn siirtymäajan jälkeen,

mutta ikääntyneet voivat edelleen saada työttömyysturvan lisäpäiviä. Tosin lisäpäivien ikärajaa siirrettiin (Jauhiainen & Rantala 2011).

Vaikka yksityisen sektorin vanhuuseläkeikä vuoden 2005 uudistukseen saakka oli 65 vuotta, se toteutui harvoin. Se tuntui epärealistisen korkealta niin työssäkäyvien omien toiveiden kuin työnantajien kannalta (Julkunen & Pärnänen 2005). Vuoden 2005 uudistuksessa realiteetti tunnustettiin, kun työeläkejärjestelmän vanhuuseläkeiän alaraja laskettiin 63 vuoteen. Samalla eläkejärjestelmään rakennettiin sisään pitemmän työuran kannustimet: joustava eläkeikä (63–68 v), kannustinkarttuma ja elinaikakerroin.

Vuonna 2009 työttömyyseläkkeelle siirryttiin keskimäärin 52-vuotiaana ja vanhuuseläkkeelle 63-vuotiaana (Kautto 2011). Miehiä on vähän enemmän työkyvyttömyys- ja naisia työttömyyseläkkeellä. Miesten työkyvyttömyyseläkehakemukset hyväksytään useammin kuin naisten (Gould & Nyman 2001, Gould 2007). Vaikka miehet ja naiset ovat osin eri eläkejärjestelmien piirissä ja tulevat eläkkeelle hieman eri reittejä pitkin, heidän keskimääräisessä eläkkeellesiirtymisiässään ei ole eroa. Keskimääräinen siirtymisikä on kivunnut ylöspäin viime vuosina. Viisikymmentävuotiaan odotteella laskettuna se on miehillä hieman naisia aikaisempi (M 62,3 v. vs. N 62,4 v.) (ETK:n taskutilasto 2011). Toivotun ja todennäköisenä pidetyn eläkeiän välillä on muutaman vuoden kuilu, vaikka toivottu eläkeikäkin on hinautunut hissukseen ylöspäin yleisen ilmapiirin ja eläkepolitiikan muutoksen myötä (Tuominen ym. 2010).

Kun pitkistä työurista on tullut keskeinen kansallinen intressi (Julkunen 2009a), Suomessakin eläkeikäpreferensseihin ja eläketapahtumaan on kohdistunut lisääntyvästi tutkimusta. Työnteon lopettamisen ikään vaikuttavat lukuisat institutionaaliset, työmarkkina- ja henkilökohtaiset tekijät, kuten terveys, ammatti, koulutus, työpaikan varmuus, työolot, työn subjektiivinen merkitys, työnantajan ikäpolitiikka ja parisuhde (Forma ym. 2010, Julkunen & Pärnänen 2005, Järnefelt 2009, Pärnänen 2011, Takala ym. 2010, Tuominen ym. 2010, Tuominen ym. 2012). Kansallisesti vaihtelevat eläkejärjestelmät

ehdollistavat tapahtumaa. Empiiriset tulokset ovat vähän konstikkaita, sillä eläkkeellesiirtymisprosessin eri vaiheissa voivat painottua eri tekijät. Kuva voi siis vaihdella vähän sen mukaan, tutkitaanko työssä pysymistä 63 ikävuoteen saakka vai työssä jatkamista sen jälkeen (Forma 2004a, Karisalmi 2010, 37).

Suomalaisten miesten ja naisten tosiasiallinen eläkkeelle siirtyminen tapahtuu siis keskimäärin samassa iässä, ja kyselyjen valossa suomalaisten miesten ja naisten keskimääräisen eläkeikätoiveen välillä ei ole eroa (Julkunen & Pärnänen 2005). Sen sijaan lukuisat 1990-luvun tutkimukset kertoivat, että miehillä on enemmän aikomuksia ja toiveita siirtyä eläkkeelle ennen vanhuuseläkeikää. Neli- ja viisikymppisistä miehistä useammat kuin naisista kokevat terveytensä heikoksi (Forma ym. 2006b, 207; von Bonsdorf 2009).

Samalla 2000-luvun eläkeuudistukseen liittyneet tutkimukset ovat osoittaneet miehillä olevan naisia enemmän kiinnostusta työssä jatkamiseen 63 vuoden vanhuuseläkeiän jälkeen (Forma ym. 2006a, Pelkonen 2005, 50–56, Karisalmi ym. 2010). Vanhuuseläkeiän jo saavuttaneiden työnteossa on samansuuntainen ero. Niin 63–70 -vuotiaissa työssä jatkajissa kuin eläkkeellä työskentelevissä on enemmän miehiä (Palomäki & Tuominen 2010, 15–16, Tuominen ym. 2012). Selvitykset eivät kerro, missä määrin tätä selittää miesten yleisempi yrittäjyys. Yrittäjät näet jatkavat työntekoa palkansaajia pitempään. Toisaalta sellaisilla työväenluokkaisilla miesaloilla, kuten rakentamisessa, maa- ja metsätaloudessa ja kuljetuksessa halukkuus työnteon jatkamiseen 63 vuoden jälkeen on vähentynyt (Tuominen ym. 2010). Eri suuntiin vetäviä tuloksia selittää se, että miehet ovat keskenään erilaisia. Heillä on naisia suurempi todennäköisyys sekä lopettaa työnteko varhain että jatkaa pitkään (Pelkonen 2005, 47).

Suomea pidetään työnteon on/off-kulttuurina. Työtä joko tehdään kokoaikaisesti ja täysin voimin tai sitten ei tehdä lainkaan. Esimerkiksi Yhdysvalloissa yleisiä, jäähdyttelyvaiheen tarjoavia siltatöitä ei Suomessa juuri esiinny (von Bonsdorf 2009). Osa-aikaeläke on eräänlainen suomalainen sosiaalipolitisoitu ja subventoitu vastine, joka tarjoaa niin työn kuin eläkkeellä olon hyvät puolet (Nieminen

& Forma 2005). Meidän aineistossamme kerrottiin myös eräänlaisesta asteittaista luovuttamisesta eläkeiän lähestyessä. Työn ydinsisältö hoidettiin hyvin ja kokemuksella, mutta kaikista rönsyistä ja uutuuksista ei enää jaksettu välittää (Julkunen 2003). Työpaikoilla tuota jäähdyttelyä – kuten osa-aikaeläkeläisiäkin – myös paheksutaan. Erityisten työroolien muotoilua eläkeikää lähestyville ei pidetä mahdollisena, vaan kaikilta odotetaan täyttä työpanosta (Julkunen & Pärnänen 2005).

Terveyden, työolojen ja työn subjektiivisen merkityksen ohella myös perhetilanne vaikuttaa työnteon lopettamiseen. Yleisellä tasolla työssä käyvä puoliso pitää työssä, eläkkeelle jo jäänyt vetää pois. Etenkin kansainväliset tutkimukset paljastavat tämän ”alta” sukupuolittuneen elatuksen- ja työnjaon: avioliitto, huollettavat ja lapset pitävät ikääntyneitä miehiä työssä, mutta vetävät naisia pois (Forma ym. 2006b, 207, von Bonsdorf 2009). Omassa aineistossamme kuusikymppiset työssä pysyneet miehet ja naiset erosivat selvästi perhe-asemaltaan (Julkunen 2003). Miehet olivat perheenelättäjiä ja heillä oli usein vielä kouluikäisiä lapsia. Naiset olivat yllättävän usein puolisottomia, lähinnä eronneita ja monella oli uusi haku päällä. Heiltä siis puuttui sekä mieselättäjä että aikaisemmin eläkkeelle siirtynyt, eläkkeelle vetävä mies. Sama kuvio näkyy myös edustavassa aineistossa (Tuominen ym. 2012).

Kaiken kaikkiaan miesten ja naisten eläkeaikeita selittävät samat tekijät, mutta parisuhteessa elämisellä on enemmän vaikutusta naisten aikeisiin. Kun miehet ovat yleensä vaimojaan vanhempia, aviomiehen jääminen eläkkeelle saattaa vetää sinne myös vaimoa. Kysymys voi olla sekä puolisoiden yhteisistä eläkepäivien suunnitelmista että traditionaalisten normien vastaisen tilanteen – mies kotona, vaimo työssä – häiritsevyydestä. Kun pyritään jatkamaan työssä pysymistä, miesten jatkamisella on kaksinkertainen merkitys. Kun miehet pysyvät, myös heidän vaimonsa pysyvät.

Helpotus, houkutus, häpeä, oikeus, velvollisuus, vääryys

Eläkkeelle siirtyminen voidaan nähdä prosessina, jossa toisiaan seuraavat eläkeajatukset, eläkeaikeet, eläketapahtuma ja sopeutuminen siihen (Karisalmi ym. 2008, Seitsamo 2006, Ilmarinen 2006). Ensimmäisillä eläkeajatuksilla on taipumus ilmestyä jossain viidenkymmenen vuoden jälkeen, siis paljon ennen säädettyä vanhuuseläkeikää. Omassa tutkimuksemme niin naiset kuin miehet kertoivat, miten elämä iän myötä kapeutui työn ympärille. Työ vaati enemmän omista voimista, ja palautuminen työpäivän ja työviikon jälkeen otti enemmän aikaa. Niinpä aikaa tai energiaa ei oikein riittänyt muulle elämälle nuorempien vuosien malliin (Julkunen 2003, 160–163).

Aineistomme osoitti, miten työn lopettamisen tunteiden kulttuurinen repertuaari on ambivalentti. Työnteon lopettamisessa ja eläkkeelle siirtymisessä oli samaan aikaan kaikki seuraavat sävyt. Se oli helpotus iän mukana vaativammaksi käyvästä työstä, ei tarvinnut enää sinnitellä ja yrittää pysyä mukana. Se oli houkutteleva lupaus uudesta alusta: olisi aikaa ja tilaa kaikkeen siihen, mikä työssäkäyvän piti siirtää sivuun. Eläke oli yhteiskunnan (eläkejärjestelmän) antama oikeus, ja tuolloisen ajattelun mukaan työpaikan antaminen nuoremmille erityisesti irtisanomis- ja saneeraustilanteessa oli suorastaan ikääntyneen velvollisuus (Julkunen 2003, 223–253).

Eläkkeelle siirtyminen oli kuitenkin myös häpeäsävyinen sosiaalisen identiteetin menetys. Painokkaimmin asiaa kuvasi nainen, joka oli juuri siirtymässä eläkkeelle. Hänellä oli paljon tekemistä ja suunnitelmia. Silti hän tunsi, että hän ”jää niin kuin ulos jostakin”.

> Eläkkeellä, ootsa eläkkeellä? Sä et oo tarpeellinen, sä oot vanha. Mm. .. Hyvänen aika, kun joku kysyy, että mitä sä teet työkses, niin tuota miten mää voin sanoa, etten mitään, että mä oon eläkkeellä .. Että ei ei oo mitenkään kunniakasta olla eläkkeellä. (Pirkko)

Erityisesti vastentahtoinen poisjääminen voi synnyttää arvottomuuden ja vääryyden tunteita. Irtisanominen, työttömäksi joutuminen

vaikkapa ”työttömyyseläkeputkeenkin” eli eläkkeelle saakka jatkuvan päivärahan suojaan voi nujertaa – toki monet sitä toivovatkin. Seuraavan esimerkin henkilö (mies), josta haastateltu metallimies kertoi, oli lähtenyt 55-vuotiaana ”päällisin puolin” vapaaehtoisesti työttömyyseläkeputkeen.

> Ja hänhän ei kestänyt sitä eläkkeelle jäämistä (itse asiassa työttömyyttä, RJ), vaan tuota lähti tästä maailmasta oma-aloitteisesti (…) Ei siinä mennyt kuukauttakaan (…) kun alko se tuskittelu ja se, että kyllä sitä teki pöljän tempun, kun meni tämmöstä tekemään. Se nyt oli ääriesimerkki. mutta ei ainoa (työpaikalla, RJ) (…) Se (työn jättäminen, RJ) on erittäin kova paikka ja se on kuitenkin monelle ihmiselle lähes ainoa elämän sisältö. Että sitäkin kautta, mutta kyllä siinä on myös sitä, että joutuu niin sanotusti luukulle menemään, vaikka ei nyt kirjaimellisesti sille kuuluisalle sosiaaliluukulle menekään, mutta kuitenkaan ei itse hanki sitä leipälaukkuansa, vaan se tulee jostain tuolta. (Pekka)

Oman aineistomme ikääntyneet olivat välttäneet työttömyyden ja työkyvyttömyyden, mutta joillakin eläkkeelle siirtyminen oli niin lähellä, että he olivat ehtineet hakea eläkepäätöstä. Heitä vanhuuseläkkeen hakeminen kiukutti ja nöyryytti. Työssä pysyminen oli yksi tapa säilyttää nuorempaa habitusta (Julkunen 2003, Julkunen & Pärnänen 2005). Työ piti ”käynnissä”, virkeänä ja elämässä mukana. Sen sijaan eläkkeellä uhkaa repsahtaminen ja taantuminen. Eläkkeelle siirryttäessä siirrytään vanhojen ihmisten sosiaaliseen tilaan ja ollaan askel lähempänä elämän loppua.

Edellisiä merkityksiä esiintyi niin miehillä kuin naisilla. Seuraava sitaatti on miestyöpaikan luottamusmieheltä, ja argumenttia voi pitää työväenluokkaisena ja miestapaisena. Haastattelujen aikaan yksityisen sektorin vanhuuseläkkeen ikäraja oli 65 vuotta, ja se sai raskasta ruumiillista työtä tekevät myös toivomaan irtisanomista työttömyyseläkeputkeen. Eläkkeelle tuli päästä ”riittävän ajoissa”, niin että

eläkevuosista ehtisi nauttia ja ”elää omaehtoista elämää” (Julkunen & Pärnänen 2005, 175–176). Metallin luottamusmies selitti:

> Nähhään, että jos ollaan 65-vuotiaaksi täällä, työ on kuitenkin sen verran rasittavaa, että mulla ei ole sitten minäehtoista vanhuuden aikaa, eli mää oon sitte jo niin huonokuntonen (…) Eli nähhään semmonen mahdollisuus, että mulla on kymmenen vuotta aikaa elää itselle, harrastaa, tehhä omaehtoisia asioita.

Terveys 2000-aineistossa vanhimmat työssäkäyvät miehet arvioivat työkykynsä kuitenkin harvemmin rajoittuneeksi kuin samanikäiset naiset. 60–64-vuotiaista työssäkäyvistä naisista 28 prosenttia koki työkykynsä rajoittuneeksi, kun vastaava osuus miehillä oli vain 13 prosenttia. Vanhimpien työssä käyvien miesten työkyky oli suhteellisen hyvä, ja heillä oli työssä selviämistä haittaavia ongelmia huomattavasti vähemmän kuin samanikäisillä naisilla ja nuoremmilla miehillä. Työssä jaksamisen ongelmat painottuivat miehillä alle 60-vuotiaisiin, naisista 60 vuotta täyttäneisiin (Gould & Polvinen 2006).

Tulokset viittaavat siihen, että ikääntyneiden toimintakyvyn mukainen valikoituminen – huonokuntoiset siirtyvät pois, ja vanhimmat työssäkäyvät ovat siksi hyväkuntoisia – pätee tai päti kymmenen vuotta sitten paremmin miehiin kuin naisiin. Miehillä iän mukana raskaan ruumiillisen ja teollisen työn tekijöiden osuus väheni, johtajien ja asiantuntijoiden osuus lisääntyi. Sen sijaan vanhimmilla naisilla oli matala koulutus, raskas työ ja paljon terveysongelmia. Mahdollisesti sukupuoliero nyt kymmenen vuotta myöhemmin ei ole enää noin huomattava. Koulutetut naisikäluokat ovat siirtyneet ikäpyramidissa eteenpäin, ja toisaalta perusteollisuus ei samassa mitassa saneerannut ikääntyneitä miehiä ulos kuin 1990-luvulla. Toki tilanne muuttui taas vuoden 2008 finanssikriisin ja teollisuuden alamäen myötä.

Miesten eläkevuodet

Miesten elinikä on naisia lyhyempi, ja Suomessa tämä ero on pohjoismaisittain suuri. Laskennallisia eläkevuosia on enemmän kuin edellä haaveillut kymmenen vuotta omaa elämää. Silti kansainvälisten vertailujen valossa suomalaisilla on hätkähdyttävän vähän terveitä elinvuosia.

Taulukko 2. Eliniän ja terveiden elinvuosien odotteet sekä laskennallisen eläkkeelläoloaika sukupuolen mukaan (ETK:n taskutilasto 2011; terveet elinvuodet: Lancet, Ylen tiedeuutiset).

	Miehet	Naiset
55-vuotiaan odotettavissa oleva elinikä (2009)	24,9 v.	30,0 v.
65-vuotiaan odotettavissa oleva elinikä (2009)	17,2 v.	21,2 v.
50-vuotiaalla olevia terveitä elinvuosia	12,9 v.	13,9 v.
Laskennallinen eläkkeelläoloaika (2008)	20,5 v.	24,3 v.

Työ voi siis pitää kiinni elämässä ja toimintakyvyssä, mutta jos työ ylittää kyvyt ja voimavarat, siitä eroon pääsemisen voi olettaa kohentavan terveyttä ja elämänlaatua. Eläkkeelle jäämisen ja terveyden välinen yhteys onkin mutkikas. Eläkkeelle jäädään hyvin eri-ikäisenä, eri reittejä pitkin, erilaisessa kunnossa, erilaisista töistä ja erilaisiin taloudellisiin ja sosiaalisiin olosuhteisiin. Eläkkeellä voi olla terveyttä korjaava ja palauttava vaikutus, mutta toisaalta työn pitkä käsivarsi, eli ”hyvän työn” elämänlaatua ja terveyttä edistävä vaikutus, säilyy eläkkeelläkin. Shapiro ja Yarborough-Hayes (2008) päättelevät, että eläkkeelle jäämisen vaikutus miehen terveyteen riippuu eläketapahtuman luonteesta. Jos siirtymä on haluttu ja jos eläkeläiselämä on antoisaa työhön verrattuna, se todennäköisesti edistää terveyttä. Eläkkeellä miehillä on vähemmän stressiä, he ovat vähemmän ahdistuneita ja he voivat kontrolloida paremmin elämäänsä. On myös näyttöä siitä, että terveys- ja hyvinvointihyöty tasaantuu kuherruskuukausi-vaiheen jälkeen, mutta ei palaa työssäoloajan tasolle.

Tuore kansainvälisenä yhteistyönä toteutettu ranskalaistutkimus on antanut näyttöä siitä, että melkoinen osa työikäisten kokemista

terveysongelmista väistyy eläkkeelle siirryttäessä. Tutkimuksessa seurattiin vuosittaisilla kyselyillä 14 714 Ranskan valtiollisen kaasu- ja sähköyhtiön työntekijän koettua terveyttä ja uniongelmia. Tässä tapauksessa eläke-edut olivat anteliaat, sillä eläkkeelle siirryttiin 55–60 vuoden iässä ja eläke oli 80 prosenttia palkasta. Eläkeikää lähestyttäessä tutkimukseen osallistuneiden kokema terveys heikkeni ja univaikeudet lisääntyivät. Eläkkeelle jääminen paransi terveyttä ja vähensi uniongelmia kaikissa ammattiryhmissä sekä miehillä että naisilla. Ainoastaan työkyvyttömyyseläkkeelle siirtyneillä vointi ei parantunut eläkkeelle jäämisen jälkeen (Terveys paranee .. 2011). Niillä, joiden työhön ja työolosuhteisiin liittyi ongelmia, terveys heikkeni jyrkästi eläkeiän lähestyessä. Heillä terveys myös koheni eniten. Sen sijaan työntekijät, jotka olivat tyytyväisiä työhönsä ja joiden työn vaatimukset olivat kohtuullisia, voivat hyvin niin työssä ollessaan kuin eläkkeelle jäätyään. Jussi Vahtera, yksi tutkimuksen tekijöistä, haluaa muistuttaa, että työ myös saattaa edistää terveyttä ja että enemmistö vanhemmista työntekijöistä koki terveytensä hyväksi ja nukkui hyvin (Terveys paranee eläkkeelle siirryttäessä 2010).

Suomessa kuntasektorilla toteutetun pitkittäisseurannan valossa eläkkeelle siirtymisen myötä subjektiivisessa hyvinvoinnissa tapahtui pieni positiivinen muutos. Samalla terveydessä tapahtui polarisoitumista (Seitsamo 2007). Terveytensä hyväksi kokevien osuus kasvoi, mutta niin kasvoi myös hyvin huonoksi kokevien osuus. Eläkkeelle siirtyminen ei kuitenkaan torjunut ikääntymismuutoksia, vaan koko kuudentoista vuoden seurannan aikana verenkiertoelinten, hengityselinten sekä mielenterveyden sairaudet yleistyivät. Ruumiillisesti kuormittava työ ennusti kunnon heikkenemistä, ”hyvä”, henkisesti vaativa antoisa työ taas terveyden säilymistä. Luokkaerot ja työn pitkä käsivarsi näkyivät.

Tyhjän päälle vai haaveita toteuttamaan?

Työttömyystutkimus kertoo niistä dramaattisista vaikutuksista, joita työpaikan menettämisellä on. Eläkkeelle siirtynyt menettää samoja asioita: päivärytmin, työn antaman sisällön, sosiaalisen yhteisön ja sosiaalisen identiteetin. Sennett (2007) kutsuu hyödyttömäksi tulemisen pelkoa tämän ajan dilemmaksi ja näkee eläkeiän yhtenä sen mekanismina. Aivan samoin kuin omat eläkeikää lähentyvät informanttimme sosiaaligerontologia on varustanut eläkkeelle siirtymisen kahtalaisin merkityksin. Yhtäältä eläkeikää värittävät pelot köyhyydestä, leskeydestä, yksinäisyydestä, ikävystymisestä, toimettomuudesta ja hyödyttömyydestä (Skucha & Bernard 2000). Toisaalta pidentyneen eliniän, parempien eläkkeiden ja kolmannen iän diskurssin myötä eläkeläisyys on käsitetty normatiivisesti hyväksytyksi tapahtumaksi, joka avaa työnteon ja perheen huoltamisen pakoista vapaan, jopa etuoikeutetun elämänvaiheen. Tyhjyyden ja eristymisen sijaan tarjolla on uusia sosiaalisia kontakteja ja elämänsisältöjä. Oman aineistomme miehiä odottivat pienemmät ja isommat haaveet vapauden tunteesta, kesämökistä ja marjametsistä aina totaaliseen elämänmuutokseen ja asuinpaikan vaihtamiseen saakka.

> Eläkevuosia varten meillä on vaimon kanssa muita vaihtoehtoisia suunnitelmia, jotka on aika isoja (…) Mä nään sen elämän niin kun kolmena vaiheena. Sen peruslähtökohta on kuitenkin se, että pitää maisemaa vaihtaa totaalisesti (…) joku tämmöinen talon rakentaminen meren rannalle ja sinne kaikki tietokoneyhteydet ja sitten tietoisuus siitä, että on kaskyt minuuttia (…) teatteriin, ravintolaan, yliopiston kirjastoon, niin kyllä se tuntuu aika houkuttelevalta. (Kari)

Tutkimuksissa on löydetty kuherruskuukausi-ilmiö eli eläkkeelle siirtymisen jälkeinen vuoden–parin aktivoitumiskausi, jolloin pyritään realisoimaan lykätyt haaveet ja tekemiset. Työterveyslaitoksen toteuttamassa kuntasektorin tutkimuksessa havaittiin tällainen siirtymävaiheen

vaikutus erityisesti liikunnassa (Seitsamo 2007). Myös suomalaiset ajankäyttöaineistot antavat viitteitä liikunnan ja järjestöaktiivisuuden kuherruskuukausiefektistä (Ylikännö 2008). Huomattava osa Ikivihreät -tutkimuksen miehistä – ja naisista vielä suurempi osa – katsoi eläkkeelle jäämisen lisänneen heidän harrastamistaan. Eläkkeelle jäämisen myönteiseksi koettu vaikutus oli lisääntynyt kohortti kohortilta (Heikkinen ym. 2007).

Eniten eläkkeelle siirryttäessä lisääntyy kuitenkin television katsominen. Tosin myös oletus entistä vireämmistä ja aktiivisemmista eläkeläisistä saa empiiristä tukea. Nuorimmilla ja hyvätuloisimmilla eläkeläisillä liikunnan, matkustamisen ja järjestöosallistumisen kaltainen aktiivisuus on yleisempää kuin aikaisemmilla kohorteilla (Ylikännö 2008, Heikkinen ym. 2007). Mutta kaiken kaikkiaan myös eläkeläisten ajankäyttö antaa viitteitä sosioekonomisten erojen kasvusta. Hyvätuloisimpien 65–69-vuotiaiden ajankäyttö oli muuttunut aktiivisemmaksi 1990-luvulla, kun taas keskimäärin vanhuuseläkeläisten keskuudessa ajankäyttö on muuttunut jonkin verran passiivisemmaksi.

Eläkkeelle siirryttäessä otetaan käyttöön siihen saakka elämässä kertyneet voimavarat. Chris Phillipson (1987) on todennut, että kysymys ei ole siirtymästä johonkin tyystin uuteen elämään, vaan pikemmin tiettyihin luokka- ja sosiaalisiin asemiin liittyneiden etujen ja haittojen lopullisesta yhteenvedosta. Edellä siteerattu mies puhuu suuresta elämänmuutoksesta, mutta itse asiassa haaveet ovat siihenastisen elämän yhteenveto, jota puitteistavat hyvän sosioekonomisen aseman, tulojen ja varallisuuden, kulttuuriharrastusten ja kirjoittamisen jatkuvuus sekä läheinen suhde vaimoon, lapsiin ja lastenlapsiin.

Luokkajako on merkittävä, mutta silti karkea puitteistaja. Chris Phillipsonin (1987) etnologisesti orientoitunut tutkimus kolmesta miesvaltaisesta ammattiryhmästä – kaivosmiehistä, autotehtaan työntekijöistä ja arkkitehdeistä – valottaa ammattikulttuurin ja yhteisön merkitystä eläkkeelle siirryttäessä. Eläkkeelle siirtymä sujui helpoiten arkkitehdeillä. He saattoivat suunnata työtaitonsa uuteen tekemiseen. Autotehtaan työläisillä kuilu työn ja eläkkeellä olon välillä oli suurin.

Kaivosmiesten siirtymä tapahtui traditionaalisessa kaivosyhteisössä, jossa eläkeläisille oli oma paikkansa ja jossa eläkkeelle siirtyminenkin oli kollektiivinen tapahtuma. Tiivistäen voi sanoa, että kaivosmiesten aikaisempi toiminnallisuuden taso jatkui, arkkitehtien laajeni ja monipuolistui ja useiden autotyöläisten kuihtui. Oletan kuitenkin, että yksilöllistyvässä yhteiskunnassa, jossa yhteisösiteet heikentyvät, eläkkeelle siirtyminen työstetään yhä enemmän yksin tai yhdessä puolison kanssa. Ehkä jotain oireellista on siinä ajankäyttöaineistojen antamassa tuloksessa, että eläkeikäisten sosiaaliseen vuorovaikutukseen käyttämä aika supistui 1990-luvulla (Ylikännö 2008).

Ilka Haarnin (2010) tutkimuksessa aktiivisia kodinulkoisia osallistumismuotoja oli laaja, mutta ilmeisen sukupuolittunut kirjo. Aktiivisilla eläkeläisillä oli jo eläkkeelle siirryttäessä mielekkään tekemisen halu ja tarve. Arkeen kaivattiin rytmiä, päivään ohjelmaa, elämälle sisältöä. Joku kaipasi nimenomaan hyödyksi olemista. Osallistuvaan ja aktiiviseen elämänotteeseen oli päädytty eri reittejä pitkin. Yksi oli jatkuvuus. Eläkkeellä voi jatkaa ja vahvistaa aikaisempia harrastuksia tai hyödyntää työssä kehkeytyneitä taitoja ja verkostoja. Toinen oli korvaavuus: etsitään jokin uusi työnkaltainen toiminta, esimerkiksi vapaaehtoistyö. Kolmas oli muutos. Nyt oli aikaa toteuttaa aikaisemmat haaveet tai täyttää elämä jollain uudella. Näin oli etenkin, jos eläkkeelle siirtyminen ja leskeytyminen olivat tapahtuneet samoihin aikoihin ja jättäneet elämään kaksi suurta aukkoa.

Haarni (2010) tutki kodin ja palkkatyön ulkopuolisia osallistumismuotoja, mutta kannattaa muistaa, että yhä useampi eläkkeelle siirtynyt – eritoten mies – ”ikääntyy aktiivisesti” jatkamalla sivutoimisesti, mahdollisesti yksinyrittäjänä, ansiotyön tekoa. Nykyiset säännöt tekevät työeläkejärjestelmän vanhuuseläkkeellä työskentelystä taloudellisesti edullista. Kyseisellä kombinaatiolla voi käyttää työuran aikana kertyneitä taitoja ja verkostoja sekä tehdä työtä, niin kuin kaikki haluaisivat: omaehtoisesti ja työajastaan itse päättäen.

Eläkkeelle siirtymistä ja sopeutumista koskevat tutkimukset tarkastelevat useimmiten yksilöitä, vaikka eläkkeelle sopeudutaan parina ja eläkkeelle siirtyminen muovaa parisuhteen dynamiikkaa. Eläkeikäiset miehet ovat naisia useammin avio- tai avoliitossa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) Hypa-aineistossa (2006) 60–69-vuotiaista miehistä oli avio- tai avoliitossa 81 ja naisista 69 prosenttia; 70–79 -vuotiaissa sukupuoliero oli edelleen kasvanut (M 79 % vs. N 48 %) (Vaarama & Ollila 2008, 119). Yleinen anglosaksisen tutkimuksen oletus ja tulos on, että alun sopeutumis- ja neuvotteluvaiheen jälkeen tuloksena on lisääntynyt läheisyys (Kulik 2001; 2002). Pitkissä liitoissa on usein saavutettu tietty yhteinen ymmärrys miehen ja vaimon vastuista ja vallasta.

Samaten oletetaan, että sukupuolten eriytyminen vähenee: miehistä ja naisista tulee samanlaisempia sekä työn- ja vallanjaosta tasa-arvoisempaa. Eläkkeelle siirryttäessä kodista tulee entistä selvemmin elämän keskus. Kun aikaa on, myös kotityöhön käytetty aika lisääntyy. Kotityöllä voi sekä kompensoida vähentyneitä tuloja että saada aktiivista sisältöä arkeen (Piekkola & Ruuskanen 2006). Näin sukupuolijakoisessa elämäntavassa mies tulee vaimon hallitsemalle areenalle. Empiiristen tutkimusten tulokset osoittavat kuitenkin myös jatkuvuuksia (Kulik 2001; 2002). Kun miesten eläkkeet ovat naisten eläkkeitä suuremmat, miesten elättäjänrooli jatkuu tässä muodossa. Miehet voivat edelleen tehdä suuret päätökset, naiset pienet. Vallan- ja työnjaon tasa-arvoisuus lisäsi vanhojen naisten tyytyväisyyttä, mutta lisäsi miesten väsymystä ja stressin tunteita. Tulos vihjaa siitä, että ainakin joissakin sukupolvissa (ja maissa) osallistuminen kotityöhön voi horjuttaa miehen itsearvostusta ja statusta miehenä.

Barnesin ja Parryn (2004) tutkimuksessa löytyi myös jännitteitä erityisesti siirtymävaiheessa. Koti saattoi olla vaimon reviiri ja oma tila. Hänen rutiininsa ja tottumuksensa häiriintyivät, kun mies alkoi olla läsnä kotona ja keittiössä ja esittää huomautuksiaan siitä tavasta, millä vaimo hoiti kotia. Uusi järjestys vaati siis neuvottelua ja totuttelua.

Jotkut naiset kokivat juuri miestensä sopeutumisen vaikeammaksi. Dynamiikka vaihtelee sen mukaan, jäädäänkö eläkkeelle yhtä aikaa vai erikseen. Sukupuolitapaisuudeltaan joustavat miehet saattoivat ennen vaimoa eläkkeelle jäädessään ottaa kodin työt ja vastuut omakseen. Mutta miesten kotityö saattoi myös jäädä väliaikaiseksi ja vanhat rutiinit palata, kun vaimokin jäi eläkkeelle.

Lähenemistä kokivat erityisesti ne parit, jotka olivat päättäneet jäädä yhtä aikaa pois työstä, joilla oli yhteisiä harrastuksia ja kiinnostuksen kohteita ja joilla oli samanlainen käsitys sukupuolten vastuista ja tehtävistä. Tasapaino voidaan saavuttaa myös sukupuolen mukaisella töiden eriytymisellä, kunhan oma ja toisen panos koetaan reiluksi. Tätä voi kutsua kiitollisuuden taloudeksi (Hochschild 2003, Jokinen 2005). Vanhoilla pareilla se on kiitollisuutta siitä, että toinen on vielä rinnalla ja antaa kykyjensä mukaisen – vaikka ehkä erilaisen – osansa yhteiseen elämään.

Kun yhteinen areena on nyt koti, niin sukupuolten eriytymisen väheneminen tarkoittaisi miesten feminisoitumista. Runsas tutkimusaineisto osoittaa, että Suomessakin naiset tekevät enemmän kotityötä kuin miehet, vaikka ero on hissukseen kaventumassa niin koko väestössä kuin eläkeikäisillä (Julkunen 2010, 157–165, Pääkkönen & Niemi 2002, Niemi 2005, Piekkola & Ruuskanen 2006). Eläkkeelle siirryttäessä miehet lisäävät enemmän kotityötä kuin naiset. Naiset tekevät silti enemmän ja kotitöiden sisältö pysyy sukupuolittuneena. Miehille tyypillisissä kotitöissä – auton, pihan ja talon huollossa – on vahva vapaa-aikatyyppinen elementti. Väestötasolla 75 vuotta täyttäneet miehet käyttävät kotityöhön yhtä paljon aikaa kuin naiset. Tämä johtunee kuitenkin enemmän siitä, että osa vanhoista miehistä jää yksin, eikä tasoittuminen koske pariskuntia. Tilanteen niin vaatiessa miehet osaavat kuitenkin tarttua myös naistapaiseen avuttomien hoivaan. Hoivatutkimus kertoo, että pitkissä avioliitoissa, vaimon sairastuessa, mies voi ottaa kotityöt ja vaimon hoitamisen omakseen (Kirsi 2008; Kirsi tämä kirja). Miesten osuus virallistettuina omaishoitajina on ollut kasvussa (Julkunen 2008).

Uutta elämänsisältöä eläkkeelle siirtymisvaiheessa tuovat usein myös lastenlapset (Lumme-Sandt & Lyyra tämä kirja). Meidän lastenlapsemme erottelevat isoisiään ja isoisoisiään termeillä ukki, vaari, pappa ja vanha ukki. Kulttuurinen sukupuolittuneisuus näkyy kuitenkin mummolan tai mummilan jatkuvuudessa, ukkilan, vaarilan tai pappalan kielellisestä poissaolossa. Isoisyyttä, saati sen merkitystä eläkkeelle sopeutumisessa, on tutkittu niin vähän, että Robin Mann (2007) otsikoi artikkelinsa *Out of Shadows.* Arkinen kokemukseni kertoo, että miesten ja lastenlasten suhde voi olla tärkeä siinä missä naisten ja lastenlastenkin. Kun miehet naisia useammin katuvat sitä, etteivät työkiireiden vuoksi antaneet omille lapsilleen riittävästi aikaa, suhde lapsenlapseen voi olla korvaava ja lääkitsevä suhde. Ainakin lehtiin haastatellut eläkkeelle jäävät johtajamiehet voivat kertoa ylpeänä ryhtyvänsä nyt kokoaikaisiksi isoisiksi.

Kaikilla vanhoilla miehillä ei ole puolisoa. Barnesin ja Parryn (2004) havaintojen mukaan yksin asuvissa (sukupuolta erittelemättä) esiintyi polarisoitumista. Heissä oli tyytyväisiä, sosiaalisesti ja seksuaalisesti aktiivisia, toisaalta eristyneitä ja lukkiutuneita. Muutkin suhteet ja läheiset kuin avioliitto ja kiinteä parisuhde voivat olla tärkeitä. Tyytyväiset yksinäiset arvostivat aikaa ja vapautta. Terveys oli tyytyväisten/aktiivisten ja tyytymättömien/eristyneiden tärkeä erottelija.

Sopeutuminen ja valmentaminen eläkkeelle

Eläkkeelle siirryttäessä otetaan käyttöön siihenastisen elämän luomat resurssit ja kyvyt. On suorastaan klisee todeta, että nykyiset eläkkeelle siirtyjät ovat edeltäjiään hyväkuntoisempia, elinvoimaisempia ja parempituloisia. Kun aikaisemmin – maskuliinisen normin mukaan – eläkkeelle siirtymistä on tarkasteltu sosiaalisen aseman ja roolin menetyksenä, viime aikoina yhä enemmän uutena mahdollisuutena, mahdollisuutena kolmanteen ikään ja elämänvaiheeseen.

Eläkkeelle sopeutumisen ja merkityksellisen elämäntyylin luomista helpottavat uuden elämänvaiheen suunnittelu ja ideointi. Myös

omalla subjektiivisella asenteella ja sosiaalisilla verkostoilla on väliä. Barnesin ja Barryn (2004) tutkimuksessa miesten sopeutumista edisti sukupuolijoustavuus, vähemmän lukkiutunut maskuliinisuus. Naisista helpoiten sopeutuivat kotikeskeisen ja perinteisen naisroolin omaksuneet, kodin omaksi tilakseen ja paikakseen kokevat. Joillakin hyvin sopeutuneilla aikaisemmat elämänsisällöt ja aktiviteetit vahvistuvat, jotkut hankkivat uusia. Kansainvälisten tutkimusten mukaan elämään ollaan tyytyväisempiä, jos eläkkeelle jäämistä on suunniteltu, jos se ajoittuu suunnilleen samoin kuin muilla ja jos se on vapaaehtoista (Seitsamo 2007, 17–18).

Kannattaa vielä kerran muistuttaa siitä, miten tärkeitä työnteon lopettamisen koko konteksti ja prosessi ovat. Keskimäärin ja tilastollisena yleistyksenä työvuosien hyväosaisuus jatkuu parempana eläkkeenä, parempana terveytenä sekä sosiaalisina ja kognitiivisina kykyinä. Huono terveys, eläkkeen pienuus, raskaat hoivavastuut tai liikkumisen esteet lisäävät eristymistä. Barnesin ja Parryn (2004) tutkimuksessa jotkut miehet kokivat menetystä ja vihaa. Esimerkiksi eläkkeelle irtisanottu pankinjohtaja koki menettäneensä asemansa ja arvonsa, vaikka talous oli turvattu ja elämässä oli paljon muuta sisältöä. Samoin kaivosmies, jolla oli hyvin maskuliininen työ, identiteetti ja ammatillinen yhteisö, ei osannut nukkua vielä kuuden vuoden jälkeenkään ja ikävystyi kotona. Toisaalta jotkut miehet, jotka olivat viihtyneet hyvin työssään ja joiden identiteetille se oli ollut keskeinen, eivät tunteneet surua, joskus omaksi yllätyksekseen. Tähän vaikutti vapaaehtoisen eläkkeelle jäämisen ohella riittävä toimeentulo, vapaus työkurista sekä mielekäs vaihtoehtoinen elämä.

Suomalaiset survey-tutkimukset antavat varsin valoisan kuvan 60–69-vuotiaiden miesten hyvinvoinnista ja elämänlaadusta. Ikivihreät -tutkimusohjelmassa (Heikkinen ym. 2006) on vertailtu 65–69-vuotiaiden jyväskyläläisten kohortteja vuosina 1988, 1996 ja 2004. Miesten enemmistö raportoi hyvästä elämänlaadusta: toimeentulosta, fyysisestä ja kognitiivisesta toimintakyvystä, psyykkisestä hyvinvoinnista ja sosiaalisista suhteista. Naisiin verrattuna miehillä oli monia hyvinvoinnin edellytyksiä. Heissä oli enemmän ylempiä toimihenkilöitä, heillä oli

paremmat tulot (omat ja yhteiset eläkkeet) ja asuivat useammin puolison kanssa. Heillä oli harvemmin arkielämää häiritsevä oire tai vaiva, he kokivat terveytensä ja toimintakykynsä paremmaksi ja harvemmat olivat käyneet lääkärissä. He pärjäsivät naisia paremmin myös mielialavertailussa. Heissä oli vähemmän masentuneita, ahdistuneita ja yksinäisiä. Tämä palautuu osin puolison elossa oloon, kun taas naisten yleisempi masennus, ahdistuneisuus ja yksinäisyys selittyvät ainakin osin naisten yleisemmällä leskeydellä. Miehet mainitsevat eläkkeelle jäämisen hyvin harvoin yksinäisyyden syyksi. Koetun yksinäisyyden tärkeimmät syyt ovat puolison tai muun läheisen kuolema, sairaus ja avioero.

Ikivihreät -aineistossa miehillä oli myös naisia enemmän sosiaalisia suhteita. Miehissä oli vähemmän lapsettomia ja enemmän monilapsisia, ja he tunsivat useammin tapaavansa riittävästi lapsiaan ja lastenlapsiaan. Heissä oli naisia enemmän niitä, joilla on laaja ystäväjoukko, ja vähemmän niitä, joilla ei ole yhtään huolehtivaa henkilöä. Avun antaminen toisille kotitöissä, asioilla käynnissä, lasten hoidossa ja muussa sellaisessa yleistyi kohortti kohortilta. Läheisten ihmisten merkitys elämän tarkoituksena oli yleistynyt kohorttivertailussa niin miehillä kuin naisilla.

Myös THL:n Suomalaisten hyvinvointi -tutkimus piirtää 60–69-vuotiaiden miesten tilanteesta valoisan kuvan (Vaarama & Ollila 2008). Monissa suhteissa miesten ja naisten välillä ei ole sanottavaa eroa. Sikäli kun sitä on, ero kääntyy miesten hyväksi. Miehet siis elävät naisia useammin parisuhteessa, tuntevat itsensä harvemmin yksinäiseksi tai stressaantuneeksi, harvemmat ovat käyttäneet lääkärien palveluja – hyvä tai paha. Miessukupuoli oli yksi elämään tyytyväisyyden selittäjistä. Jos ajatellaan, että vanhenevat, eläkkeelle siirtyneet miehet ovat jotenkin erityisen surkuteltavia, se ei saa vahvistusta. Miesten rivit ovat tuohon 65–69 vuoden ikään mennessä jo harventuneet naisia enemmän, mutta noihin ikävuosiin saakka eläneet miehet näyttävät voivan samanikäisiä naisia paremmin. Yksi syy siihen on juuri naisten aikaisempi leskeytyminen. Kun miehet kuolevat nuorempina, tuonikäiset miehet ovat naisia valikoituneempi joukko.

Kyselytutkimuksiin antamiensa vastausten valossa suomalaiset eläkkeelle siirtyneet miehet eivät ole suuria tai pieniä roskia. Joku voi kyllä kokea elämänsä hyödyttömäksi, mutta empiiriset aineistot eivät kerro mistään epidemiasta. Japaniin verrattuna yhtenä tekijänä voi pitää vähemmän sukupuolittunutta kulttuuria.

Hyvä elämänlaatu ei edes puhu eläkevalmennuksen tarpeesta. Eläkevalmennus, *pre-retirement education*, alkoi Yhdysvalloissa 1940-luvun lopulla ja Britanniassa 1950-luvulla. Alun perin tarkoitus oli auttaa eläkkeelle jääneitä ensimmäisten kuukausien ahdistuneisuuden, masennuksen ja itseensä käpertymisen ohi (Skucha & Bernard 2000, 34). Potentiaalisia eläkevalmentajia ovat työnantajat – erityisesti henkilöstöhallinto ja työterveyshuolto – ammattijärjestöt, vakuutusyhtiöt, eläkeläisjärjestöt, kertaluontoiset projektit ja vertaistuki. Suomessa eläkevalmennus on kuitenkin vähäistä, eikä se ole organisoitua (Ilmarinen 2006). Eläkeläisjärjestöt tarjoavat osallistumisen ja yhteisöllisyyden kanavia, mutta se ei vastaa valmennusideaa.

Voi olla, että eläkevuosien alla annettu valmennus tulisi myöhänlaiseen. Gøsta Esping-Andersen (2009) näet väittää, että *retirement begins with babies*. Toiset elävät pitkän elämän hyvän eläkkeen turvin, toiset lyhyen elämän pienellä eläkkeellä. Luokkaerojen kaventamiseksi Esping-Andersen ei näe muuta mahdollisuutta kuin aloittaa pikkulapsista. Pitkän työuran ja pitkän elämän edellyttämä kognitiivinen, mentaalinen ja ruumiillinen kyvykkyys ja hyvinvointi rakennetaan lapsesta alkaen.

Yksilöiden valmentaminen, ohjaus ja voimaannuttaminen eri elämänalueilla on kuitenkin yleistynyt siinä määrin, että Anu Kantola ja Risto Heiskala (2010) diagnostisoivat nykyisen valtion valmentajavaltioksi. Valmentajavaltio pyrkii saamaan kansalaisista yhä enemmän suorituksia ja valjastamaan heidät kilpailukyky-yhteiskunnan palvelukseen. Eläkkeelle sopeuttamisessa näyttää olevan valmennusaukko. Yhteiskuntapolitiikka on suuntautunut työuran pidentämiseen: työssäkäyvät ajatellaan liiankin valmiiksi ja halukkaiksi eläkkeelle. Toki eläkeikäisiin kohdistuu valmentajavaltion idean mukainen aktiivisen ja tuottavan ikääntymisen odotus (Julkunen 2008b; 2009a). Eläkeläiset

ovat yleinen hoiva- ja osallistumisresurssi, järjestötoiminnan ja kansalaisyhteiskunnan kannattelijoita. Roope Mokka ja Aleksi Neuvonen (2006) ehdottivat muutama vuosi sitten uutta oppivelvollisuutta eli 60–70-vuotiaille kolmannen iän peruskoulua. He eivät kaavailleet meistä vanhoista omais- tai naapurihoivaajia, vaan yleistä kansalaistoiminnan tukipylvästä. En ole nähnyt, että kukaan olisi tarttunut tähän *Demoksen* ideaan.

Kirjallisuus

Arber, Sara & Ginn, Jay (1991) *Gender and Later Life*. Sage, London.

Barnes, Helen & Parry, Jane (2004) Renegotiating Identity and Relationships: Men's and Women's Adjustments to Retirement. *Ageing & Society* 24:2, 213–233.

Esping–Andersen, Gøsta (2009) *The Incomplete Revolution. Adapting to Women's New Roles*. Polity, Cambridge.

Forma, Pauli (2004a) Antavatko erilaiset kysymykset erilaisen kuvan työssä jatkamiseen liittyvistä suunnitelmista. Teoksessa Pauli Forma & Janne Väänänen (toim.) *Työssä jatkaminen ja työssä jaksamisen tukeminen kunta-alalla.* Kuntatyö 2010-tutkimus. Kuntien eläkevakuutus, Helsinki, 189–208.

Forma, Pauli (2004b) Perhe, työ ja työssä jatkaminen. Teoksessa Pauli Forma & Janne Väänänen (toim.) *Työssä jatkaminen ja työssä jaksamisen tukeminen kunta-alalla. Kuntatyö 2010-tutkimus*. Kuntien eläkevakuutus, Helsinki, 115–140.

Forma, Pauli, Tuominen, Eila & Väänänen-Tomppo, Irma (2006a) *Finnish Pension Reform and Intentions of Older Workers to Continue at Work*. Eläketurvakeskuksen työpapereita 2006:2.

Forma, Pauli, Tuominen, Eila, Tuominen, Kristiina & Väänänen-Tomppo, Irma (2006b) Sukupuoli ja aiottu eläkeikä. Teoksessa Anna-Maija Lehto, Hanna Sutela & Arto Miettinen (toim.) *Kaikilla mausteilla. Artikkeleita työolotutkimuksesta*. Tilastokeskus, Helsinki, 203–220.

Forma, Pauli, Kaartinen, Risto, Pekka, Toni & Saarinen, Arttu (2010) Työelämän pitkät linjat kunta-, valtio- ja yksityissektorilla vuosina 1984–2008. Julkaisussa Eila Tuominen, Mervi Takala & Pauli Forma (toim.) *Työolot ja työssä jatkaminen*. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2010:2, 31–58

Greer, Germaine (1993) *Muutos. Nainen, vaihdevuodet ja vanheneminen*. Otava, Helsinki.
Gould, Raija (2007) Esitelmä kansainvälisessä vammaisnaisseminaarissa 12.3.2007, www.invalidiliitto, luettu 13.7.2010.
Gould, Raija & Nyman, Heidi (2001) *Työkyvyttömyyseläkkeet 1990–2001*. Eläketurvakeskus, Helsinki.
Gould, Raija & Polvinen, Anu (2006) Työkyky työuran loppupuolella. Teoksessa Raija Gould, Juhani Ilmarinen, Jorma Järvisalo & Seppo Koskinen (toim.) *Työkyvyn ulottuvuudet. Terveys 2000-tutkimuksen tuloksia.* ETK & Kela & KTL & TTL, Helsinki, 255–290
Haarni, Ilka (2010) *Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa*. Gaudeamus, Helsinki.
Haavisto, Ilkka (2010) *Työelämän kulttuurivallankumous*. Evan arvo- ja asennetutkimus 2010. Eva, Helsinki.
Heikkinen, Eino, Kauppinen, Markku, Salo, Pia-Leena & Suutama, Timo (toim.) (2006) *Ovatko 65–69-vuotiaat aikaisempaa toimintakykyisempiä, terveempiä ja aktiivisempia? Havaintoja ikivihreät-projektin tutkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004*. Sosiaali– ja terveysturvan tutkimuksia 83, Kelan tutkimusosasto, Helsinki 2006.
Heiskala, Risto & Kantola, Anu (2010) Vallan uudet ideat: hyvinvointivaltion huomasta valmentajavaltion valvontaan. Teoksessa Petteri Pietikäinen (toim.) *Valta Suomessa*. Gaudeamus, Helsinki, 124–148.
Hochschild, Arlie (2003) *The Commercialization of Intimate Life. Notes from Home and Work*. University of California Press, Berkeley.
Ilmarinen, Juhani (2006) *Pitkää työuraa*. Työterveyslaitos, Helsinki.
Jokinen, Eeva (2005) *Aikuisten arki*. Gaudeamus, Helsinki.
Jauhiainen, Signe & Rantala, Juha (2011) *Ikääntyvien työttömyys ja työttömyysputki – katsaus viimeaikaiseen kehitykseen*. Eläketurvakeskuksen raportteja 3/2011, Helsinki.
Julkunen, Raija (2003) *Kuusikymmentä ja työssä*. SoPhi, Jyväskylä.
Julkunen, Raija (2008a) Kuka vastaa läheisistämme. Teoksessa Päivi Lipponen (toim.) *Rakas velvollisuus. Omaishoitajan arjen haasteet*. Kirjapaja, Helsinki, 214–242.
Julkunen, Raija (2008b) Luvut: Ikä ideana ja tutkimuskohteena; Ihmisen mittainen työ; Eläkepolitiikka ja eläkkeiden antama toimeentulo. Teoksessa Asta Suomi & Sinikka Hakonen (toim.) *Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin*. PS–kustannus, Jyväskylä, 15–31, 55–92.
Julkunen, Raija (2009a) Ikäpolitiikka – kuinka työuran pidentämisestä tuli keskeinen sosiaalipolitiikan tavoite. Teoksessa Johannes Kananen & Juho Saari (toim.). *Ajatuksen voima. Ideat hyvinvointivaltion uudistamisessa.* Minerva, Jyväskylä, 221–260.
Julkunen, Raija (2009b) *Työelämän tasa-arvopolitiikka*. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:53.

Julkunen, Raija (2010) *Sukupuolen järjestykset ja tasa-arvon paradoksit*. Vastapaino, Tampere.
Julkunen, Raija & Pärnänen, Anna (2005) *Uusi ikäsopimus*. SoPhi, Jyväskylä.
Järnefelt, Noora (2010) Education and Longer Working Lives. *A Longitudinal Study on Education Differences in the Late Exit from Working Life of Older Employees in Finland*. Finnish Centre for Pensions Studies 2010:1.
Järnefelt, Noora (2011) Ikääntyneiden yrittäjyys on lisääntynyt. *Hyvinvointikatsaus* 22:4, 7–13.
Karisalmi, Seppo, Tuominen, Eila & Kaliva, Kasimir (2008) *Eläkeaikomukset ja eläkkeellesiirtyminen*. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2008:2, Helsinki.
Kautto, Mikko (2011) Eläkkeet, eläkkeensaajat ja eläkepolitiikka. Teoksessa Mikko Kautto (toim.) *Eläkkeet ja eläkkeensaajien toimeentulo 2000–2010*. Eläketurvakeskuksen raportteja 4/2011, Helsinki, 25–44.
Kosonen, Ulla (2003) *Naisia työn reunoilla. Elämänkokemusta ja ikäsyrjintää*. SoPhi, Jyväskylä.
Kulik, Liat (2001) Marital Relations in Late Adulthood, Throughout the Retirement Process. *Ageing & Society* 21:4, 447–469.
Kulik, Liat (2002) Marital Equality and the Quality of Long-Term Marriage in Later Life. *Ageing & Society* 22:4, 459–481.
Lazar, Michelle M. (2007) Feminist Critical Discourse Analysis. Articulating a Feminist Discourse Praxis. *Critical Discourse Studies* 4:2, 141–164.
Lehto, Anna-Maija & Sutela, Hanna (2008) *Työolojen kolme vuosikymmentä*. Tilastokeskus, Helsinki.
Mann, Robin (2007) Out of the Shadows? Grandfatherhood, Age and Masculinities. *Journal of Ageing Studies* 21:4, 281–291.
Mokka, Roope & Neuvonen, Aleksi (2006): *Yksilön ääni. Hyvinvointivaltio yhteisöjen ajalla*. Sitra & Demos, Helsinki.
Mäkinen, Elina (2009) Kirurgin eläkkeelle jääminen ja työstä irtautumisen haasteet. *Yhteiskuntapolitiikka* 74:6, 621–631.
Niemi, Iiris (2005) Iäkkäiden pariskuntien ajankäyttö. Teoksessa Hannu Pääkkönen (toim.) *Perheiden ajankäyttö*. Tilastokeskus, Helsinki, 103–122
Niemi, Iiris & Pääkkönen, Hannu (2001) *Ajankäytön muutokset 1990-luvulla*. Tilastokeskus, Helsinki.
Nieminen, Pia & Forma, Pauli (2005) ”Nyt on varaa tuhlata aikaa” – Osa-aikaeläkkeelle siirtyminen haastatteluaineiston valossa. *Janus* 13:2, 117–136.
Palomäki, Liisa-Maria & Tuominen, Eila (2010) *Työssä käyvät eläkeläiset – erot muihin työssä käyviin ja eläkkeellä oleviin*. Eläketurvakeskuksen keskustelualoitteita, Helsinki.
Pelkonen, Janne (2005) *Vanhimpien palkansaajien työssä jatkaminen työeläkeuudistuksen jälkeisessä valintatilanteessa*. Eläketurvakeskuksen raportteja 2005:1.

Phillipson, Chris (1987) The Transition to Retirement. Teoksessa Gaynor Cohen (ed.) *Social change and life course*. London, Tavistock Publications.
Piekkola, Hannu & Ruuskanen, Olli-Pekka (2006) *Työtä eri elämänvaiheissa ja ajankäyttö -äidit ja ikääntyvät*. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2006:73.
Pärnänen, Anna (2011) *Organisaatioiden ikäpolitiikat: strategiat, instituutiot ja moraali*. Tilastokeskus, Helsinki.
Pääkkönen, Hannu (2010) *Perheiden aika ja ajankäyttö. Tutkimuksia kokonaistyöajasta, vapaaehtoistyöstä, lapsista ja kiireestä*. Tilastokeskus, Helsinki.
Pääkkönen, Hannu & Niemi, Iiris (2002) *Suomalainen arki. Ajankäyttö vuosituhannen vaihteessa*. Tilastokeskus, Helsinki.
Raitasalo, Raimo & Maaniemi, Kaarlo (2011) Viisi nuorta eläkkeelle joka päivä. *Sosiaalivakuutus* 49:1, 34.
Ruoppila, Isto & Uotinen, Virpi (2006) Ikäidentifikaatio 65–69-vuotiailla jyväskyläläisillä vuosina 1988, 1996 ja 2004. Teoksessa Eino Heikkinen, Markku Kauppinen, Pia-Leena Salo & Timo Suutama (toim.) (2006) *Ovatko 65–69-vuotiaat aikaisempaa toimintakykyisempiä, terveempiä ja aktiivisempia? Havaintoja ikivihreät-projektin tutkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004*. Sosiaali– ja terveysturvan tutkimuksia 83, Kelan tutkimusosasto, Helsinki 2006, 173–185.
Seitsamo, Jorma (2007) *Retirement Transition and Well-Being. A 16-year Longitudinal Study*. Työterveyslaitos, Helsinki.
Sennett, Richard (2007) *Kapitalismin uusi kulttuuri*. Vastapaino, Tampere.
Shapiro, Adam & Yarborough-Hayes, Raijah (2008) Retirement and Older Men's Health. *Generations* 32:1, 49–53.
Skucha, Julie & Bernard, Miriam (2000) 'Women's work' and the Transition to Retirement. Teoksessa Miriam Bernard, Judith Phillips, Linda Machin& Val Harding Davies (eds.) *Women Ageing*. Routledge, London & New York, 23–39.
Suomalaiset elävät loppuelämänsä huonommassa kunnossa kuin monet muut eurooppalaiset. Lancet, Yle.fi/tiede/tiedeuutiset/ (luettu 9.12.2011).
Takala, Mervi, Karisalmi, Seppo & Tuominen, Eila (2010) Tutkimuskatsaus. Julkaisussa Eila Tuominen, Mervi Takala & Pauli Forma (toim.) *Työolot ja työssä jatkaminen*. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2010:2, 19–30.
Terveys paranee eläkkeelle jäädessä. http://www.ttl.fi/työterveyslaitos/organisaatio/työyhteisöt_ja_organisaatiot/psykososiaaliset_tekijät. tutkimusuutisia. Päivitetty 1.4.2010. (luettu 9.12.2011)
Tuominen, Eila, Takala, Mervi, Ahonen, Kati & Karisalmi, Seppo (2010) Palkansaajien eläkeaikomukset 2000-luvulla. Teoksessa Eila Tuominen, Mervi Takala & Pauli Forma (toim.) *Työolot ja työssä jatkaminen*. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2010:2.

Tuominen, Eila, Nyman, Heidi & Lampi, Jukka (2011) Eläkkeiden reaalinen kehitys vuosina 2000–2010. Teoksessa Mikko Kautto (toim.) *Eläkkeet ja eläkkeensaajien toimeentulo 2000–2010*. Eläketurvakeskus, Helsinki, 45–77.

Tuominen, Eila, Tuominen, Kristiina & Kahma, Nina (2012) *Joustava vanhuuseläkeikä. Työnantaja- ja työntekijäkyselyihin perustuva tutkimus joustavan eläkeiän toimivuudesta*. Eläketurvakeskus, Helsinki.

Tutkimus työssäolon pituudesta EU-maissa. Suomalaiset kuudennella sijalla. *Sosiaalivakuutus* 2010, 1, 16–20.

Vaarama, Marja & Ollila, Kati (2008) Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu kolmannessa iässä. Teoksessa Pasi Moisio, Sakari Karvonen, Jussi Simpura & Matti Heikkilä (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2008*. Stakes, Helsinki, 116–140.

von Bonsdorff, Monika E. (2009) *Intentions of Early Retirement and Continuing to Work Among Middle-Aged and Older Employees*. Jyväskylä Studies in Business and Economics 83, Jyväskylän yliopisto.

Väänänen–Tomppo, Irma, Tuominen, Eila & Tuominen, Kristiina (2006) Ikääntyvien palkansaajien työolot ja työhön sitoutuminen. Teoksessa Anna-Maija Lehto, Hanna Sutela & Arto Miettinen (toim.) *Kaikilla mausteilla. Artikkeleita työolotutkimuksesta*. Tilastokeskus, Helsinki, 178–202

Ylikännö Minna (2008)Eläkeläisten ajankäyttö ja sen muutokset 1990-luvulla. Julkaisussa Eila Tuominen (toim) *Näkökulmia eläkeläisten hyvinvointiin – toimeentulosta kulutukseen ja ajankäyttöön*. Helsinki: Eläketurvakeskus, Eläketurvakeskuksen raportteja 2008: 4, 65–95.

Kolmas ikä, sukupuoli ja toimijuus

Jyrki Jyrkämä

Vanheneminen ja vanhuus ovat monella tapaa liikkeessä. Eläkkeelle jääminen ei merkitse – kuten aiemmin – vanhuuden alkamista. Puhutaan myöhäiskeski-iästä, nuorista vanhoista, vanhoista vanhoista ja yhä enemmän myös kolmannesta iästä, uudesta elämänvaiheesta, joka alkaa kun keski-iän, perheen ja työelämän tuottamat riippuvuudet karisevat. Tunnetuimman teoreettisen ilmauksensa tämä näkymä on saanut englantilaisen Peter Laslettin (1987; 1989; 1999) kehittelemässä kolmannen iän teoriassa.

Laslettin teoriaa on kritisoitu siitä, ettei se ota lukuun sukupuolen merkitystä elämänkulussa ja ikääntymisessä. Kriitikot ovat viitanneet siihen, että naisilla säilyy heidän ikääntyessäänkin miehiä enemmän esimerkiksi omiin vanhempiin ja lastenlapsiin liittyviä hoivariippuvuuksia. Tämä liittyy naisten perinteisesti keskeisempään asemaan hoivaajina ja huolenpitäjinä perheissä. Laslettia on mahdollista kritisoida myös miesten sivuuttamisesta: kolmannen iän teoria on pitkälti sukupuoleton. Tässä se heijastelee laajemminkin ikääntymistutkimusta ja ikääntymisestä käytyjä keskusteluja (ks. Ojala & Pietilä tämä kirja).

Tavoitteenani on oikaista tätä vääristymää. En tee sitä kuitenkaan niin, että kohteenani olisivat erityisesti ikääntyvät miehet. Lähden liikkeelle Laslettin teoriasta ja sen kritiikistä, ja tarkastelen tämän pohjalta ikääntymistä ja kolmatta ikää sukupuolen näkökulmasta. Sovellan myös toimijuusnäkökulmaa (ks. Jyrkämä 2008) kolmannen iän arviointiin. Pohdintani kietoutuvat ajankohtaisiin kysymyksiin parhaillaan eläkkeelle siirtymässä olevista tai jo siirtyneistä suurista ikäluokista ja niiden tulevaisuudesta (ks. esim. Jyrkämä 2005). Meneillään olevaa vuosikymmentä voikin luonnehtia suurten ikäluokkien eläköitymisen vuoksi kolmannen iän vuosikymmeneksi, nouseehan 65–79 -vuotiaiden ”nuorten” ikäihmisten määrä Suomessa sen aikana 600 000:sta noin miljoonaan.

Eläkkeelle, mutta miten ja mihin?

Vanhuuseläkkeelle siirtyminen on perinteisesti nähty yhtenä elämänkulun suurista muutostilanteista (ks. Julkunen tämä kirja). Eläkkeelle jäämistä on tutkittu ja siitä on keskusteltu pitkään (esim. Atchley 1976, Phillipson 1978; 1987, Arber & Ginn 1995, Savishinsky 1995, Sadler 2000). Tutkimuksien tuottamaa kuvaa on hallinnut ongelmanäkökulma. Varsin perinteisen yhteenvedon siitä tiivistää esimerkiksi Anthony Giddens *Sociology*-kirjassaan (1989, 598-599):

> ”Eläkkeelle jääminen luo sosiaalisia, taloudellisia ja psykologisia ongelmia yksilöille ja, varsin usein, myös kotitalouksille; se merkitsee suurta muutosta myös niille, jotka kykenevät näkemään uudelleen löydetyn vapaan ajan mahdollisuutena. ... Eläkkeelle jäänti merkitsee oletettavasti aina tulojen menetystä. ... Yhteiskunnassa, jossa työ on keskeinen arvo, eläkkeelle jäänti merkitsee säännönmukaisesti statuksen menetystä...”

Pitääkö tämä perinteinen kuva paikkansa? Synnyttääkö eläkkeelle siirtyminen todella sosiaalisia, taloudellisia ja psykologisia ongelmia?

Onko tässä mahdollisesti eroja miesten ja naisten välillä? Muun muassa Elaine Cumming (2000) on esittänyt, että eläkkeelle jääminen on hankala elämänvaihe erityisesti miehille miesten identiteettien rakentuessa vahvemmin palkkatyölle. Viehättävä, kaunokirjallinen osavastaus kysymyksiin löytyy Tove Janssonin (1982, 77) muumikirjoista. ”Ellei joku satu tietämään mitä eläkkeelle pääseminen merkitsee, niin kerrotaan asia: kun ihminen tulee tarpeeksi vanhaksi, hän saa kaikessa rauhassa tehdä juuri mitä haluaa. Ainakin hemulin omaiset olivat selittäneet niin.”

Kolmanteen ikään

Hemulin omaisten käsitys vie mietteet suoraan Peter Laslettin (ks. 1987; 1989) teoretisoimaan kolmanteen ikään. Terminä kolmas ikä on tullut käyttöön kuitenkin jo 1950-luvulla. Käsitteenä se yhdistyi niin sanottuun kolmannen iän yliopistotoimintaan, ensin Ranskassa ja sittemmin yhä yleisemmin myös muualla. Siitä ja myös Laslettin teoriasta on osin kriittisestikin keskusteltu varsin paljon (ks. esim. Rees Jones ym. 2008, Phillips, Ajrouh & Hillcoat-Nallétamby 2010). Samaa keskustelua on käyty varsin pitkään myös Suomessa (esim. Tikka 1991, Muhonen & Ojala 2004), ja käsitteellisenä välineenä se on ollut mukana tutkimuksissakin (esim. Munnichs 1987, Karisto & Konttinen 2004, Koskinen ym. 2007, Kärnä 2009, Haarni 2010).

Mitä käsite ja siihen liittyvä teoria pitävät sisällään? Laslett puhuu kolmannesta iästä uutena elämänvaiheena. Eliniän noustua ja noustessa työelämän jättämisen ja kuoleman välinen ajanjakso on pidentynyt ja pidentyy edelleen. Esimerkiksi Suomessa eläkkeelle jäädään nykyisin keskimäärin hieman yli kuusikymmentävuotiaina, mutta eletään sen jälkeen vielä pitkään: naiset noin 25 vuotta, miehet noin 20 vuotta. Tähän aikaan, sen alkuvaiheeseen, sijoittuu Laslettin mukaan kolmas ikä. Kolmas ikä ei ole kuitenkaan määritettävissä kronologisen iän perusteella, ei tiettynä ikävuosilukuna eikä väljempänä ikämäärityksenä. Kyse on sekä yksilöllisesti että yhteiskunnallisesti uudesta elämänvaiheesta ja -kokemuksesta.

Laslettin elämänvaiheistus poikkeaa ”vanhasta, luonnollisesta” vaiheistuksesta lapsuudesta vanhuuteen. Laslett erottaa toisistaan ensimmäisen, toisen, kolmannen ja neljännen iän. Ensimmäinen ikä - lähinnä perinteinen lapsuus ja nuoruus - on ajanjakso, jolloin ihminen on riippuvainen muista ihmisistä ja jolloin hän on niin yleisemmän sosialisaation kuin myös kasvatuksen ja koulutuksen kohteena. Toinen ikä puolestaan muodostaa kypsyyden, riippumattomuuden, elannon ansaitsemisen sekä perheeseen liittyvien ja muiden sosiaalisten vastuiden ja velvollisuuksien ajanjakson. Tässä Laslett näyttää ajattelevan perinteistä nuorta aikuisuutta ja keski-ikää. Toista ikää seuraavat kolmas ja neljäs. Näistä neljäs ikä on varsinaisen vanhuuden, uudelleen muotoutuneen riippuvuuden ja raihnaisuuden aikaa ennen elämän lopullisesti päättävää kuolemaa.

Mutta mitä tämä uusi kolmas ikä tarkemmin ottaen on? Laslettin (ks. 1987; 1989) mukaan se on määriteltävissä useasta lähtökohdasta käsin. Käsite voidaan määritellä ensinnäkin demografisesti. Kolmas ikä on kehittyneiden yhteiskuntien uusi rakennepiirre, jota ilmentää erityinen ”kolmannen iän indeksi”. Indeksi ilmaisee sen todennäköisyyttä, että tietyn väestön, tietyn ajankohdan 25-vuotiaat tulevat aikanaan saavuttamaan 70 vuoden iän. Kolmannesta iästä voidaan puhua, jos tämä indeksi on vähintään 0.5 miestenkin osalta: siis puolet tietyn hetken 25-vuotiaista miehistä tulee olemaan elossa vielä 70-vuotiaina. Näinhän on esimerkiksi Suomessa. Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2007 tuon ikäisten naisten keskimääräinen elinaikaodote oli noin 57 vuotta ja miestenkin 50 vuotta.

Toinen demografinen ehto Laslettin mukaan on, että vähintään 10 prosenttia väestöstä on samana hetkenä jo ylittänyt 65 vuoden iän. Suomessa luku lähentelee kohta jo kahtakymmentä prosenttia. Kolmas ikä on siis yhtäältä yhteiskunnan väestörakenteellinen tila, mutta myös väestöllinen optio, tulevaisuudenodote. Ihmiset voivat jo varhaisaikuisuudessa ennakoida elävänsä suurella todennäköisyydellä hyvinkin pitkäikäisiksi ja kohtuullisen terveinä.

Yksilötason näkymä kolmannen iän teoriaan on vielä kiinnostavampi. Laslett liittää tähän uuteen hyväkuntoisuuden ajanjaksoon

näkymät riippumattomuudesta, vapaudesta, itsensä toteuttamisesta, elämästä ilman velvollisuuksia. Nyt ihminen tekee sen, mitä on aina halunnut tehdä. Nyt toteutuvat elämän varsinaiset päämäärät. Nyt on aika saavuttaa todellinen ”elämänkruununsa”, elää vahvasti ja väkevästi ennen kuin neljäs ikä alkaa ja kuolema lopulta lähestyy. Kyse on ennen kaikkea valinnoista. Ihminen on vapaa toteuttamaan henkilökohtaiset tavoitteensa, ”yksilöllisen elämänsuunnitelmansa päämäärät”, kuten Laslett (1989, 176) toteaa.

Tässä katsannossa kolmannessa iässä on siis kysymys elämän täydellistymisestä. Sillä ei välttämättä ole tekemistä kronologisen, biologisen tai sosiaalisen iän kanssa, mutta useimmille se on mahdollista vasta eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Kolmas ikä liittyy läheisesti ihmisen kokemaan subjektiiviseen ikään: ihminen on vain niin vanha kuin tuntee olevansa. Neljännen iän alku saattaa kolmannen iän jälkeen kestää viisi, kymmenen, viisitoista tai jopa kolmekymmentä vuotta.

Ajallinen tila toisen ja neljännen iän välissä sekä elämänpäämäärät, jotka tässä tilassa tulisivat täydellistymään, eivät Laslettin mukaan vielä riitä. Edellytyksenä on sekä yhteiskunta- että yksilötasoisia tekijoitä. Niistä varakkuus koskee niin yhteiskuntaa kuin yksilöitäkin. Kolmas ikä näyttää Laslettin mielestä olevan pitkälle kehittyneiden yhteiskuntien ja kohtuullisen varakkaiden yksilöiden etuoikeus. Yksilötason edellytyksiä ovat myös terveys – lähes määritelmällisesti – ja tarmokkuus, päättäväisyys sekä ”kolmasikäläiset” asenteet, jotka tarvitaan jotta ihmiset kykenevät menemään eteenpäin saavuttaakseen ”sen, mitä kutsutaan elämänkruunuksi ihmisten myöhäisiässä” (Laslett 1987, 137). Olennaista on myös, että ihmisten täytyy hyvin aikaisin luottaa siihen, että he elävät kyllin kauan kokeakseen tämän uuden elämänvaiheen.

Demografisena faktana kolmas ikä on olemassa. Se näyttäytyy yhä useammin myös erilaisissa enemmän tai vähemmän virallisissa teksteissä. Esimerkiksi vuoden 2004 valtioneuvoston kanslian tulevaisuusselonteossa (2004, 23) todetaan:

> ”Työiän ja vanhuuden väliin on vähitellen syntynyt uusi pitkä elämänjakso, ns. *kolmas ikä.* Eläkeikään tulevat ovat yhä useammin terveitä ja toimintakykyisiä ihmisiä, joilla on keskimäärin enemmän vaurautta ja ostovoimaa kuin edeltäjillään. Ikärakenteen muutos muuttaa kysynnän rakennetta. Seniorikansalaiset muodostavat jatkossa merkittävän, joskin epäyhtenäisen kuluttaja-ryhmän.”

Kolmas ikä nähdään siis politiikan sekä myös talouden kohteena, mahdollisuutena ja reunaehtona. Yhä näkyvämmin kolmas ikä ilmenee myös *anti-ageing* -teollisuudessa sekä tuotteiden ja palveluiden markkinoinnissa. Missä määrin se näyttäytyy yksilöllisenä elämänkulun optiona, odotushorisonttina, on yhä kiinnostavampi kysymys. Sama koskee kolmatta ikää myös sukupuoli- ja sukupolvi-ilmiönä.

Kolmas ikä kritiikin kohteena

Miten kolmatta ikää on mahdollista arvioida? Demografisesti kolmas ikä on siis tosiasia. On myös näkyvissä ”kolmasikäläisiä” ilmiöitä: eläkeläisasumista Espanjassa, kasvavaa matkailua, kylpyläelämää, osin ylenmääräistäkin aktiivisuuden esittämistä. Toisaalta on paineita pidentää työuria sekä uhkia esimerkiksi eläkkeitä kohtaan. Kolmatta ikää on arvioitava myös nykyistä vanhuspolitiikkaa vasten: miten kolmannen iän vapaudesta nauttivat tai tulevat nauttimaan esimerkiksi ne noin 300 000 suomalaista, jotka kertovat hoitavansa jotakin lähiomaistaan, mutta jotka eivät välttämättä katso olevansa omaishoitajia eivätkä saa virallista omaishoidon tukea.

Kolmannen iän on katsottu edellyttävän – kuten myös Chris Gilleard ja Paul Higgs (1998, 234) toteavat – korkeaa fyysistä ja materiaalista hyvinvointia. Sinikka Vakimo (2001, 69) puolestaan esittää teorian sivuuttavan sen, ettei yhteiskunta välttämättä takaa esimerkiksi työttömille ja sairaille riittäviä kolmannen iän resursseja. Kaikki eivät ole terveitä ja hyvin toimeentulevia. Eroja resursseissa

on myös sukupuolten välillä. Esimerkiksi eläkkeiden osalta on sukupuolten välillä edelleen merkittäviä eroja: naiset ovat useammin pelkällä kansaneläkkeellä, ja miesten työeläkkeet ovat keskimäärin useita satoja euroja naisten eläkkeitä korkeammat.

Kolmas ikä on myös historiallinen kohortti-ilmiö. Jos Laslettia on uskominen, sen edellytys on pitkä, siihen suuntautuva ajallinen perspektiivi. Kolmas ikä edellyttää ”etukäteisvalmistelua”. On uskottava, että koittaa aika, jolloin voi vihdoin saavuttaa ne asiat, jotka on aiemmin omaksunut elämänsä päämääriksi. Entä ne, joilla näitä päämääriä syystä tai toisesta ei ole? Entä ne, joilta puuttuu Laslettin edellyttämä oikea, ”kolmasikäläinen” asennoituminen. Näiltä osin teoriaa voi arvostella piiloisesta, sisäänrakennetusta normatiivisuudesta.

Myös kolmannen ja neljännen iän suhde vaikuttaa ongelmalliselta. Laslettin mukaan – tosin vähän epämääräisesti - kolmatta ikää voi elää joissakin tapauksissa yhtä aikaa ensimmäisen ja toisen iän kanssa. Näin esimerkiksi tekevät jotkut urheilijat tai taiteilijat – hyvä suomalainen esimerkki voisi olla vuonna 1968 syntynyt, Himalajalla kiipeilevä ammattilaisvuorikiipeilijä Veikka Gustafsson toteuttaessaan kertomansa mukaan juuri sitä mitä elämässään haluaa tehdä. Raja neljänteen ikään näyttää kuitenkin olevan jyrkkä. Laslett (1989, 153) katsoo, että muutos kolmannesta neljänteen ikään on kaikkein tärkein elämänkulun vaiheista:

> ”Näin on siksi, että kolmannessa iässä jokaisen, varsinkin neljännen iän uhatessa, pitäisi olla tietoinen siitä, milloin ja miten vetäytyä. On erittäin vaativa tehtävä olla vastaanottavainen ystävien, naapurien, tuttavien ja ylipäänsä ihmisten arvioinneille, olivat ne sitten esitetty suoraan, epäsuorasti tai hienotunteisuussyistä vain vihjaten. Meidän täytyy harjoittaa itsemme tunnistamaan tarkoin se, milloin on tullut hetki vetäytyä tästä, lakata tekemästä tuota, tunnistamaan se, että tässä tietyssä suhteessa olemme alkaneet tulla taakaksi. Tämä on osa taitoa elää myöhäisikää, ja voi vain toivoa, että kolmatta ikää elävät soveltavat sovinnaissääntöjä opastaakseen kumppaneitaan ja seuraajiaan.”

Kolmannesta iästä täytyy siis osata luopua ja vetäytyä. Vetäytymisimperatiivit näyttävät tulevan ulkoapäin. Tässä Laslettilla on selvä liittymäkohta perinteiseen irtaantumisteoriaan. Mutta naapuritko siis kertovat, milloin ”elämänkruunusta” on luovuttava? On myös muistettava, että kolmas ja neljäs ikä eivät ole luonteeltaan ON-OFF -tilanteita vaan limittyvät toisiinsa.

Kolmannen iän arvioinnissa on helppo yhtyä Mike Buryn (1995) esittämään kritiikkiin. Buryn mukaan teorialla on ollut merkitystä yleisen keskustelun kannalta, mutta teoreettisella tasolla Laslettin hahmotelma jää yleiseksi ja epäselväksi eikä sillä ole – ainakaan toistaiseksi – hedelmällisiä yhtymäkohtia empiiriseen tutkimukseen tai muuhun ikääntymiseen kohdistuneeseen teoretisointiin. Buryn mukaan esimerkiksi tiukka rajanveto kolmannen ja neljännen iän välillä merkitsee helposti sitä, että vanhenemisen perinteiset stereotypiat liitetään nyt sellaisinaan neljänteen ikään. Samalla vain aktiivisuuden nähdään tuottavan hyvää elämää, kun taas passiivisuus nähdään aina negatiivisena. Onko kolmannen iän teoria siis – taas kerran – uusi versio klassisesta aktiivisuusteoriasta?

Bury kritisoi Laslettia myös voluntarismista ja normatiivisuudesta: kolmas ikä ”valitaan”, mutta samoin kuin ”kolmasikäläiset” asenteet, se on myös pakko omaksua. Tämä pakollinen luovuus, itsensä toteuttaminen ja henkilökohtainen kasvu saavat Buryn puhumaan teoriaan sisäänrakennetuista elitistisistä, keskiluokkaisista arvoista. Bury näkee teorian myös sekä seksistisenä että anakronistisena. Teoria toisin sanoen pohjautuu ideaan palkkatyöstä tapahtuvasta eläköitymisestä jättäen huomiotta erilaiset muut elämänkulut, jotka liittyvät vaikkapa naisten kotityöhön, yleistyviin pätkätöihin tai ikääntyvien työntekijöiden pitkäaikaistyöttömyyteen.

Kolmannen iän teoriaan kohdistetusta kritiikistä huolimatta kolmas ikä on ilmiönä tullut jäädäkseen. Kolmannen iän voi siihen kohdistetusta kritiikistä huolimatta tulkita eräänlaisena uutena yhteiskunnallisena ja elämänkululliseena optiona, odotushorisonttina, joka ensimmäisenä on koskenut – näin voinee väittää – suuria ikäluokkia, vuosina 1945–1950 syntyneitä ikäkohortteja.

Suuret ikäluokat

Ikääntymisen perusmaisemaa suomalaisessa yhteiskunnassa ovat sosiaalisesti ja kulttuurisesti pitkään hallinneet ”sotiemme veteraanit”, sodat käyneet ja suomalaisen yhteiskunnan jälleenrakentamisesta vastanneet ikäryhmät. Tässä mielessä vanhuus on näyttäytynyt ”miehisenä”, vaikka ikäihmisten suuri enemmistö on naisia. Se, millaisena vanhuus kulloinkin nähdään, on vahvasti historiallinen ja sukupolvinen kysymys. Tämä vanhuuden kulttuurinen maisema on nyt olennaisesti muuttumassa. Nuorimmat rintamalla olleet syntyivät vuonna 1925 ja ovat siis jo 88-vuotiaita. 1930-luvulla syntyneet ovat myös yli 70-vuotiaita. Nyt ”iäkkäiksi” ovat tulossa 1940-luvulla syntyneet ja heistä suurimpina ryhmänä ennen kaikkea vuosina 1945–50 syntyneet ikäluokat. Vuoden 1945 ikäluokka tavoittelee 68:ttä ikävuottaan ja nuorimmat, vuonna 1950 syntyneet, alkavat hekin olla jo 63-vuotiaita. Suuret ikäluokat ovat siis jo siirtyneet tai viimeistään siirtymässä eläkkeelle ja aloittamassa tässä mielessä kolmatta ikäänsä.

Suuria ikäluokkia ei tee merkittäviksi ainoastaan niiden koko, vaan myös muut tämänikäisten elämänkulkuun liittyneet tekijät (Ks. Karisto 2005b, Erola & Wilska 2004). Kyse on muutosprosesseista, joita suuret ikäluokat ovat käyneet elämänkulussaan läpi ja joita he eri tavoin kantavat mukanaan. Suuriin ikäluokkiin kuuluvat elivät lapsuutensa 1950-luvulla, nuoruutensa 1960-luvulla, ja he ovat siis eläneet läpi suomalaisen yhteiskunnan rajun muutoksen, maaseudun suuren murroksen ja kaupungistumisen, 1960-luvun kulttuurisen liberalisoitumisen, koulutuksen laajenemisen, kulutuksen vapautumisen sekä sen kasvun ja rakentumisen keskeiseksi osaksi ihmisten arkea, kuten myös alkoholipolitiikan löyhentymisen.

Suuret ikäluokat eivät kuitenkaan ole yhtenäinen joukko. Kaikki eivät muuttaneet. 1960- ja 70-lukujen poliittinen radikalisoituminen kosketti vain pientä osaa suurista ikäluokista. Vaikka koulutusmahdollisuudet laajenivat, on suurten ikäluokkien sisällä suuria eroja koulutustasossa. Myös alkoholinkäytössä, toimintakyvyssä ja toimeentulossa on eroja. Kuten ihmiset yleensä, myös ikääntyvät suuret ikäluokat muodostavat varsin moniaineksisen ja heterogeenisen joukon.

On kysytty, ovatko suuret ikäluokat pelkkä tilastollinen kohortti vai muodostavatko he aidon sukupolven, jolla on jokin ”sukupolvisisältö” (ks. esim. Burnett 2010)? Suurten ikäluokkien on sanottu olevan ensimmäisen varsinaisen nuorisosukupolven, siis sukupolven, joka synnytti ja myös kantaa mukanaan tiettyä uudenlaista nuoruutta. Suuriin ikäluokkiin viitataan myös märkänä sukupolvena, jonka jossain määrin entisestä poikkeavat alkoholinkäyttötavat syntyivät ja omaksuttiin 1960-luvun ”alkoholivapautuksen” myötä. Karisto (2005a) puhuu suurista ikäluokista myös ”nivelsukupolvena”, jonka juuret ovat suurelta osin Maaseutu-Suomessa, mutta joka on elämässään kohdannut paljon muutoksia ja uutuuksia esimerkiksi teknologian alueella. Kariston mukaan suuria ikäluokkia voi pitää myös ”onnekkaana sukupolvena”, joka omiin vanhempiinsa verrattuna kokee elämänsä olleen helpompaa. Suuret ikäluokat ovat muodostaneet toisaalta ”tungossukupolven”, mikä on ilmennyt asumisen ahtautena, suurina koululuokkina sekä tungoksena opiskelupaikkoihin ja työmarkkinoille. Sama tungos seuraa suuria ikäluokkia myös vanhuspalveluihin ja hoitolaitoksiin.

Miltä suurten ikäluokkien tulevaisuus näyttää eliniän ja terveyden osalta? Esimerkkinä voi käyttää vuonna 1947 syntynyttä suurista suurinta ikäluokkaa (ks. Jyrkämä 2005, 359). Tuolloin syntyi yli 108 000 lasta, joista yli 80 000 henkeä on tällä hetkellä vielä elossa ja asuu Suomessa. Tänä vuonna tämä joukko viettää 66-vuotispäiviään, 70-vuotispäivät odottavat vuonna 2017. Suurin osa on jo eläkkeellä: kolmas ikä on periaatteessa jo menossa. Neljäs ikä odottaa jossain 2020-luvun lopulla. Vuonna 2027 elossa olevat viettävät 80-vuotispäiviään. Viimeistään silloin heistä monella toimintakyky heikkenee, arkiselviytymisessä alkaa olla vaikeuksia ja noin joka kymmenes kärsii muistisairaudesta. Vuonna 2030 ikäluokasta on jäljellä karkeasti arvioituna vajaa puolet eli noin 50 000 henkeä. Vuosikymmenen lopulla jo joka kolmannelta heistä löytyy muistisairaus. Vuonna 2047 ikäluokasta useat sadat, näin on arvioitavissa, viettävät satavuotissyntymäpäiviään. Monella suurten ikäluokkien edustajalla on siten edessään vielä varsin pitkä taival elämänkulussaan.

Kuten aiemmin todettiin, Laslett näkee kolmannen iän pitkälti kehittyneiden hyvinvointiyhteiskuntien ilmiönä. Esimerkiksi Suomessa yhteiskunta kykenee tarjoamaan ikääntyville erilaisia hyvinvointiresursseja, ja heidän tilanteensa on yleisesti ottaen hyvä. Vuoden 2008 Hyvinvointikatsauksessa (Vaarama & Ollila 2008, 134) todetaan kolmasikäisten (tässä 60–79-vuotiaiden) elämäntilanteesta:

> ”… tulokset kuvaavat kansallisesti edustavasti tänään vielä aktiivisia elinvuosiaan viettävää joukkoa, jossa nuorimmat joko ovat juuri jääneet tai todennäköisesti lähivuosina jäävät eläkkeelle ja vanhimmat alkavat olla neljännen iän kynnyksellä. Suomalaiset kolmasikäläiset elävät näiden tulosten valossa hyvää elämää, eivätkä sellaiset määritelmät kuin ”hoivasuhde” tai ”elatussuhde” oikein tunnu sopivan tähän joukkoon. Tulokset vahvistavat käsitystä siitä, että uudet vanhuspolvet ovat entistä terveempiä, vauraampia ja aktiivisempia. Mieleen nousee jopa kysymys siitä, jäädäänkö nykyisissä pitkän iän oloissa liian aikaisin eläkkeelle?”

Tutkijoiden mukaan kolmasikäisten tilanne näyttää siis niin hyvältä, että saattaisi olla aihetta sen lyhentämiseen työssäoloaikaa jatkamalla. Kaikilla ei kuitenkaan mene yhtä hyvin. ”Kaikki kolmasikäläiset eivät kuitenkaan ole päässeet osalliseksi tästä hyvinvoinnista, sillä noin joka neljännellä on jonkinasteisia vaikeuksia kattaa menojaan ja noin joka kymmenennellä kasautuvat pienituloisuus, sairaudet, yksinäisyys ja tyytymättömyys elämään” (Vaarama & Ollila 2008, 134).

Entä sukupuolten väliset erot elämäntilanteissa? Kuten tiedetään, naiset elävät pitempään kuin miehet, mutta usein iän kasvaessa huonompikuntoisina. Hyvinvointikatsauksen mukaan useammat kolmasikäiset miehet ovat parisuhteessa, kun taas naiset asuvat useammin yksin. Elämiskulujen kattamisessa, subjektiivisessa taloudellisessa tilanteessa tai kulutusvarallisuudessa ei ole eroja. Olennaisia eroja ei ole myöskään asumisessa; miehet tosin asuvat hieman useammin

maaseudun haja-asutusalueella tai maaseutukylässä. Koetun terveydenkään osalta sukupuolet eivät juuri poikkea toisistaan. Ainoa isompi ero löytyy naisten jonkin verran suuremmasta stressaantuneisuudesta. Sosiaalisen hyvinvoinnin osalta miesten ja naisten profiilit ovat hyvinkin samankaltaiset, naisten hieman yleisempää yksinäisyyttä lukuun ottamatta. Sukupuolet ovat tyytyväisiä elämäänsä ja tapaavat ystäviä ja sukulaisia samassa määrin. Pientä eroa löytyy sukulaisten ja ystävien auttamisessa, jossa naiset ovat jonkin verran aktiivisempia.

Selvempiä eroja löytyy kolmas- ja neljäsikäisten (yli 80-vuotiaiden) väliltä. Tutkijoiden mukaan ”karkea vertailu kolmas- ja neljäsikäläisten osalta myös tukee Peter Laslettin (1996) teoriaa siitä, että näiden ikäkausien välillä on suuria eroja. Neljäsikäläisille on kolmasikäläisiä tyypillisempää yksin asuminen, heikompi subjektiivinen terveys, vähäisempi sosiaalinen aktiivisuus, tyytymättömyys omaan vapaa-aikaan ja yksinäisyyden yleistyminen” (Vaarama & Ollila 2008, 133.)

Johtopäätöksenään Marja Vaarama ja Kati Ollila (emt., 134) esittävät, että kaikkia yli 65-vuotiaita yhtenä ryhmänä koskevista tarkasteluista tulisi luopua ja siirtyä ikäryhmäspesifimpään ja myös iäkkäimmillä sukupuolittaiseen tarkasteluun. Kanta on aiheellinen, ja siihen voi lisätä vielä vaateen sukupolvilähtöisestä tarkastelusta. Monet erot kolmas- ja neljäsikäisten välillä voivat olla myös sukupolvisidonnaisia. Kolmatta ikää ei voikaan tarkastella vain kronologisen iän viitekehyksessä.

Toimijuus ja kolmas ikä

Aiemmin jo viitatun Mike Buryn (1995) mukaan Laslettin kolmannen iän konseptia voi arvostella ennen kaikkea normatiivisuudesta. Teoria esittää, millaisia asenteita ikääntyvien pitäisi omaksua ja myös miten ikääntyneiden tulisi toimia. Kolmannen iän sijaan Bury korostaa laajempaa elämänkulkuperspektiiviä ja viittaa myös toimijuuteen, näkemykseen siitä, että ihmiset osaltaan myös tekevät itse omaa van-

huuttaan. Normatiivisena kolmannen iän teoria ei anna aineksia ymmärtää, miksi ja miten ihmiset ikääntyessään toimivat kuten toimivat.

Toimijuutta nostavat esiin myös Stephen Katz ja Debbie Laliberte-Rudman (2009) pohtiessaan ikääntymiseen liittyviä yksilöllisiä ja kollektiivisia identiteettejä sekä niiden rakentumista yhteiskunnassa, jossa ikääntymiselle annettu tila on eri tavoin muuttumassa. Kevin McHughiin (2000) viitaten he toteavat, että kolmannen iän teoriaan sisältyvästä aktiivisuusvaateesta on tullut yhteiskunnallinen mantra. Tuottavuus näyttäytyy tienä onnellisuuteen ja pitkäikäisyyteen, muutoin eläminen on kuolemaksi. Toimijuuden näkökulmasta ikääntyminen on kuitenkin tätä moniulotteisempi ja monitasoisempi ilmiökokonaisuus.

Miten ikääntymistä ja kolmatta ikää voi tarkastella toimijuuden näkökulmasta? Tarkastelun voi aloittaa elämänkulkututkimuksen suunnasta (ks. Jyrkämä 2008). Glen Elder, Monica Kirkpatrick Johnson ja Robert Crosnoe (2003) ovat yleisempää elämänkulkuperspektiiviä kehitellessään nostaneet esiin viisi mielestään keskeistä ”paradigmaattista periaatetta”. Niistä yksi on ”inhimillisen toimijuuden periaate” (principle of human agency). Heitä mukaillen voi toimijuutta hahmotella näin: inhimillisinä olentoina ihmiset rakentavat elämänkulkuaan ja ikääntymistään toimien ja tehden valintoja historiallisen tilanteen ja yhteiskunnallisten olosuhteiden luomissa mahdollisuuksissa ja rajoissa. Ikääntyvätkään ihmiset eivät toimi passiivisesti yhteiskunnallisten tekijöiden ja rakenteiden ohjaamina, vaan tekevät valintoja ja ratkaisuja tunnistaen ja pohtien kulloisessakin tilanteessa itselleen mahdollisia vaihtoehtoja. Ihminen reflektoi elämäänsä ja tilannettaan – mennyttä, nykyisyyttä ja tulevaa – arvioi ja harkitsee mahdollisuuksiaan ja vaihtoehtojaan sekä tekee valintoja tämän perusteella. Näin nähtynä toimijuus on melkeinpä itsestäänselvyys: tällaisiahan ihmiset ovat, näinhän me toimimme.

Toimijuudesta käydyssä keskustelussa käsitteeseen on kohdistettu myös kritiikkiä. Sitä on luonnehdittu ”tyhjäksi” ja ”saippuaiseksi”: käsitteeksi, jolla ei ole sisältöä ja josta ei saa otetta (esim. Marshall

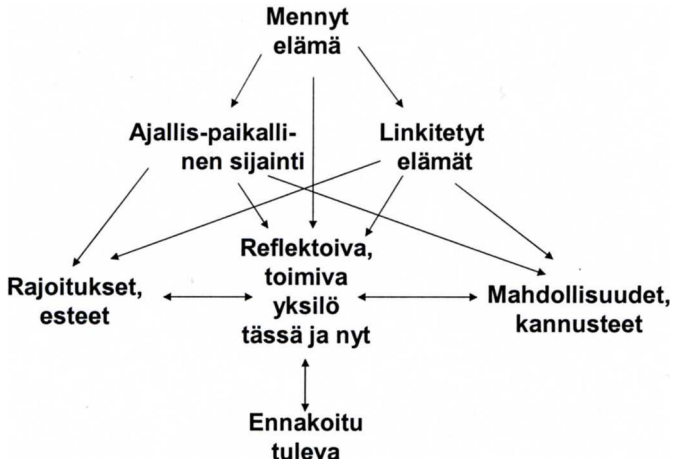
2005). Toimijuuden voi kuitenkin ymmärtää useammasta lähtökohdasta. Ikääntymistutkimuksen alueella siihen sisältyy uudenlainen ihmiskäsitys: näkymä ikääntyviin toimivina ja valintoja tekevinä subjekteina, vaikka subjektius joissakin tilanteissa voi olla murenemassa esimerkiksi pitkälle edenneen muistisairauden vuoksi.

Toinen lähtökohta on tulkita toimijuus uudenlaisena teoreettis-metodologisena viite- ja tulkintakehyksenä. Tällöin sen avulla on mahdollista lähestyä ikääntyviä ihmisiä arkitilanteissaan, vanhustyön toimintakäytäntöjä, laitosten arkilogiikkoja tai vaikkapa pohtia teknologian soveltamiseen liittyviä kysymyksiä (Jyrkämä 2008). Tällaisena viitekehyksenä toimijuudelle voi antaa sisältöä tarkastelemalla sitä kolmesta toisiinsa limittyvästä näkökulmasta. Näitä näkökulmia voi myös pohtia ja arvioida suhteessa kolmanteen ikään.

Elämänkulkunäkökulma

Ensimmäinen näkökulmista liittyy elämänkulkuun. Sitä voi täsmentää Gieleen ja Elderiin (1998) viitaten kuviolla 1, joka hahmottaa kuvion muodossa aiemmin sanallisesti esitettyä toimijuusluonnehdintaa.

Kuvio 1. Toimijuus ja elämänkulku



Kolmannen iän ja suurten ikäluokkien näkökulmasta kuviota on mahdollista tulkita seuraavasti. Suuret ikäluokat ovat tulossa ”kolmanteen ikäänsä”, toisin sanoen jättämässä työelämän ja siirtymässä eläkkeelle. Tilanteeseen ei tulla kuitenkaan ”tyhjin päin ja käsin” vaan kaikilla on takanaan varsin pitkä mennyt elämä, joka on tuottanut kullekin tietyn ajallis-paikallisen sijainnin ja linkittänyt kunkin elämään joukon toisia elämiä, toisia ihmisiä. Mennyt elämä ja sen aikana tehdyt valinnat, sen tuottama sijainti ja linkittyneet muut ihmiset merkitsevät yhtäältä rajoituksia ja esteitä, toisaalta mahdollisuuksia ja kannusteita. Kukin elää tässä ja nyt, reflektoi tilannettaan, arvioi mennyttä ja tulevaa, tunnistaa rajojaan ja vaihtoehtojaan, toimii ja tekee valintoja.

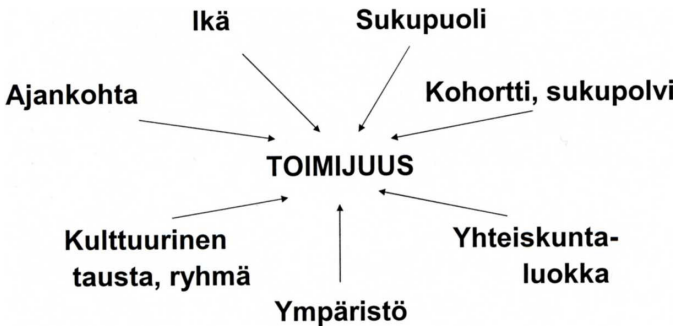
Nykyhetken näkökulmasta olennaisia ovat aiemmin tehdyt valinnat ja se, millaisia toisia ihmisiä omaan elämään on linkittynyt. Valinnat voivat olla suotuisia tai vähemmän suotuisia esimerkiksi terveyden kannalta, ne voivat myös kasautua ja tätä kautta luoda lisääntyvää hyvinvointia tai eriarvoisuutta, kuten uudessa, viime vuosina eteenpäin kehitellyssä kumuloituvan epätasa-arvoisuuden teoriassa esitetään (ks. esim. Ferraro, Pylypiv Shippee & Schafer 2009). Uudenlaisen näkymän linkittyneisiin elämiin antaa puolestaan saattueteoria (convoy theory). Esimerkiksi terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta kaikki ikääntyvään ihmiseen linkittyneet toiset ihmiset eivät ole välttämättä vaikutuksiltaan myönteisiä. (Antonucci, Birditt & Akiyama 2009.)

Puhuttaessa suurista ikäluokista, toimijuuden elämänkulkunäkökulma korostaa yksilöllisiä elämänhistorioita ja arkitilanteita, mutta myös kollektiivista elämänhistoriaa. Suuret ikäluokat – kuten ikäpolvet ennen heitä ja heidän jälkeensäkin – ovat tehneet omia valintojaan oloissa, joissa on ollut tarjolla rajatut mahdollisuudet. Olennaista joka tapauksessa on, että suurten ikäluokkien toimijuutta ikääntymisen ja kolmannen iän suhteen ei voi ymmärtää ilman tätä elämänkulkunäkökulmaa.

Yhteiskunnallisilla rakenteilla voi Anthony Giddensiä (1984) seuraten viitata resursseihin ja sääntöihin. Näin nähtynä niillä on kahdensuuntainen tehtävä: ne luovat ehtoja mutta myös edellytyksiä, rajoittavat mutta myös ohjaavat, estävät mutta myös kannustavat. Elämänkulussa rakenteet ovat läsnä menneessä, nykyisessä ja tulevassa elämässä: ihminen ei elä tyhjiössä. Rakenteisiin liittyvät niin kulloisenkin elämäntilanteen rajoitukset ja esteet kuin mahdollisuudet ja kannusteetkin. Esimerkkinä toimivat vaikkapa ikänormit. Yhtäältä ne koettavat säädellä sitä, mitä tietynikäiset ihmiset esimerkiksi eivät voisi tehdä, toisaalta ne antavat imperatiiveja toimia jollakin tietyllä tavalla. Tällaisina rakenteet ovat muuttuvia sekä enemmän tai vähemmän joustavia.

Toimijuutta on mahdollista analysoida lähtemällä liikkeelle joukosta toimijuuden rakenteellisia koordinaatteja. Metaforisesti tässä voi puhua myös eräänlaisesta toimijuuden sosiokulttuurisesta ja ajallis-paikallisesta GPS-paikannuksesta.

Kuvio 2. Toimijuus ja rakennekoordinaatit



Kuviota voi lähestyä kahdesta suunnasta. Ensinnäkin voi tarkastella yksilöitä. Joku suuriin ikäluokkiin kuuluva voi nyt – siis vuonna 2013 – olla esimerkiksi 68-vuotias, pienviljelijätaustainen, Pohjanmaalta kotoisin oleva, ylempiin toimihenkilöihin lukeutuva, Espoossa kesät ja Marbellassa talvisin asuva mies. Kyse tässä on henkilön yhteiskunnallisesta kategorisoinnista, luokittelusta.

Toiseksi on kysymys rakenteista. 68-vuotiaana ihminen sijoittuu tiettyyn paikkaan yhteiskunnan ikärakenteessa, jossa häneen kohdistuu odotuksia ja normeja ja hänellä on oikeuksia sekä velvollisuuksia. Nämä yhdessä luovat sekä toiminnan rajoituksia että mahdollisuuksia hänen elämäänsä. Olennaista toimijuuden kannalta on myös se, miten yksilö tunnistaa nämä ulottuvuudet sekä miten hän niitä arvioi ja niihin vastaa. Ihmisellä on – ainakin periaatteessa – mahdollisuus toimia myös toisin kuin norminmukaiset odotukset edellyttäisivät.

”Rakenteellisuus” sisältyy myös sukupuoleen. Olla mies tai nainen merkitsee iän tapaan jotakin sijaintia tietyn yhteiskunnan rakenteessa. Kuten muutkin inhimilliset ominaisuudet, miehenä ja naisena olemisen tavat ja merkitys muuttuvat ajassa ja paikassa. Samoin saattaa toimia tiettyyn – kuviteltuun tai koettuun – sukupolveen kuuluminen. Millaisia merkityksiä ikääntyneisiin ihmisiin on liittynyt suomalaisessa yhteiskunnassa esimerkiksi siksi, että he ovat lähimenneisyydessä kuuluneet ”sotiemme veteraanien” sukupolveen tai nyt suuriin ikäluokkiin? Rakenteina toimivat myös kulttuurinen tai etninen tausta ja yhteiskuntaluokka. Rakenteet saavat muotonsa ja merkityksensä aina kulloisessakin ajassa ja ympäristössä. Toimijuuden ja sen tutkimuksen näkökulmasta on keskeistä, millaisia toiminnallisia mahdollisuuksia ihmisillä on rakenteissa.

Olennaista on myös miettiä ja selvittää näiden rakenteellisten koordinaattien yhteistä dynamiikkaa, niiden intersektionaalisuutta. Gilleard ja Higgs (2005) pohtivat kolmannen iän muotoutumista suhteessa ainoastaan yhteiskuntaluokkaan, kohorttiin ja yhteisöön sekä niiden yhteen kietoutumista. Koordinaattinäkökulma on tätä laajempi. Suuret ikäluokat – vaikka ovatkin suhteellisen samanikäisiä – ovat myös miehiä ja naisia, kuuluvat eri yhteiskuntaluokkiin

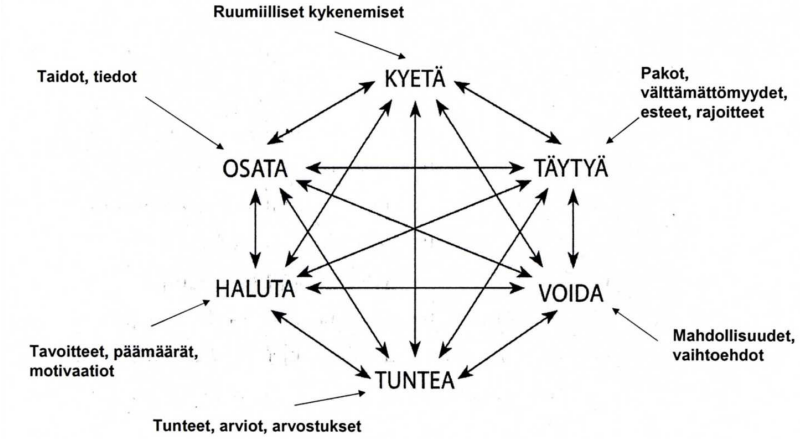
tai -ryhmiin, omaavat erilaisia kulttuurisia taustoja, elävät erilaisissa ympäristöissä samaa aikaa, mutta osin sen erilaisina muunnelmina. Suuret ikäluokat voivat näyttäytyä erilaisissa ympäristöissä myös erilaisina paikallissukupolvina: kuulua suuriin ikäluokkiin Taivalkoskella voi olla hyvinkin erilaista verrattuna siihen, että on elänyt elämänsä Tampereella (ks. Jyrkämä 1995).

Myös kolmannen iän voi tulkita eräänlaiseksi muuttuvia yhteiskunnallisia resursseja ja sääntöjä ilmentäväksi kulttuuriseksi rakenteeksi. Tällaisena kolmatta ikää konstruoidaan eri tavoin esimerkiksi ikääntymiseen kohdistuvassa keskustelussa ja kulutukseen liittyvässä markkinoinnissa. Miten tilannetta tällöin tulkitaan ja miten ikääntyvät ihmiset omassa toiminnassaan ottavat tämän huomioon, on kolmannen iän näkökulmasta olennainen ja kiinnostava, ja toistaiseksi myös pitkälle tutkimaton kysymys.

Modaliteettinäkökulma

Kolmannen perustavan näkökulman toimijuuteen muodostavat modaliteetit, joilla toimijuutta on mahdollista tarkastella ikään kuin sisältäpäin, yksilöistä ja tilanteista käsin. On ajateltavissa, että toimijuus rakentuu kuvion 3 esittämien modaalisten ulottuvuuksien dynaamisena vuorovaikutuksena. Näin nähtynä toimijuudessa ovat erityisen kiinnostavia erilaiset muutostilanteet, jollaisena esimerkiksi eläkkeelle siirtymistä ja myös ”kolmannen iän” alkamista voi pitää. Mihin erilaiset ikääntyvät ihmiset kykenevät, mitä osaavat, millaisia ovat heidän tavoitteensa ja päämääränsä, millaisia pakkoja, rajoitteita ja esteitä heidän elämäänsä liittyy, entä vaihtoehdot ja lopulta tunteet? Missä suhteessa modaliteetit ovat toisiinsa ja millainen kudelma niistä muotoutuu?

Kuvio 3. Toimijuus ja modaliteetit



Modaliteettinäkökulma limittyy myös rakenteisiin. Millaisia eroja erilaisissa tilanteissa on sukupuolten välillä? Mitä miehet kykenevät, mitä naiset? Esimerkiksi voi ottaa vaikkapa arjen teknologian: onko miesten ja naisten välillä eroja osaamisen osalta, miten teknologiaan emotionaalisesti suhtaudutaan, nähdäänkö sen avaavan uusia vaihtoehtoja?

Modaliteettinäkökulmaa voi soveltaa myös ikäryhmään tai sukupolveen. Mitä esimerkiksi suuret ikäluokat kollektiivina – tai, kuten Burnett (2010) toteaa, sosiaalisena toimijana – tavoittelee, osaa, kykenee ja tuntee tai millaisia mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja suuriin ikäluokkiin lukeutuvien ikääntyvien toiminnoille on olemassa esimerkiksi jossakin tietyssä ympäristössä. Esimerkiksi tässä voi ottaa vaikkapa – toki miehisen – hirvenmetsästyksen ”kansalaisyhteiskunnallisena” instituutiona tai toimintakäytäntönä. Kyse on varsin suuresta asiasta. Vuonna 2002 kaatolupia myönnettiin 85 000 ja hirvien kaatamiseen käytettiin 1,6 miljoona henkilötyöpäivää. Metsästäjät ovat kuitenkin vanhenemassa. Vuonna 2002 hirvenmetsästäjien keski-ikä oli yli 50 vuotta ja kolmannes heistä oli yli 56-vuotiaita, nyt siis jo

68-vuotiaita. (Selby & Petäjistö 2007.) Kyse on siis pitkälti maaseudulla asuvien, suurten ikäluokkien miesten ylläpitämästä toiminnasta. Kuinka pitkään kyetään olemaan mukana? Onko hirvenmetsästykselle vaihtoehtoja? Miltä hirvimetsästä poisjääminen tuntuu?

Takaisin kolmanteen ikään

Ikääntymistutkimuksen kentällä suhtautuminen kolmanteen ikään ja Laslettin teoriaan on syystäkin ristiriitaista. Elämänkulkututkimus ei kolmatta ikää juuri noteeraa (ks. esim. Mortimer & Shanahan 2003, Settersten 2003) eikä se näy liiemmin myöskään esimerkiksi viimeisimmässä ikääntymisen ja sosiaalitieteiden käsikirjassa (Binstock & George 2006), uusimmassa ikääntymisteorioiden käsikirjassa (Bengtson, Gans, Putney & Silverstein 2009), uudessa sosiaaligerontologian käsikirjassa (Dannefer & Phillipson 2010) eikä viime vuonna ilmestyneessä ikääntymisen sosiologian käsikirjassa (Settersten & Angel 2011).

Yksi syy kolmannen iän syrjimiseen on varmasti Laslettin teoriaan kohdistettu kritiikki. Toinen syy voi olla myös perinteisen elämänvaiheistuksen tuntuminen luonnolliselta. Kaikenkattavan vanhuus -termin korvaaminen kolmannella ja neljännellä iällä ei tapahdu hetkessä. Vanhuus on kuitenkin – kuten alussa todettiin – yhteiskunnallisesti ja kulttuurisesti liikkeessä. Esimerkiksi arkikeskustelussa ja ikäjulkisuudessa kolmannen iän teoria, tai ainakin siitä irrotettu termi, on ottanut tuulta alleen ja alkanut elää omaa elämäänsä. Katz ja Laliberte-Rudman (2005) kysyvätkin, tuleeko kolmas ikä käsitteenä korvaamaan eläkeläisyyden.

Kolmannella iällä on toki sijansa myös teoreettisemmassa, varsinkin kulttuuriorientoituneessa ikääntymiskeskustelussa. Kolmas ikä liitetään esimerkiksi tarkasteluihin ”menestyksekkäästä” ja ”positiivisesta” vanhenemisesta (Phillips, Ajrouh & Hillcoat-Nallétamby 2010). Kolmas ikä nähdään uudenlaisena kulttuurisena tilana, joka liittyy lisääntyvään kulutukseen ja elämäntyyleihin. Sen kestävyyden katsotaan riippuvan globaalin kapitalismin ja sen mahdollistaman

kulutuskulttuurin laajenemisesta (Rees Jones ym. 2008, 27). Myös Gilleard ja Higgs (2005) puhuvat kolmannesta iästä uutena yhteiskunnallisena kenttänä, joka on olemassa sekä sosiaalisena että kulttuurisena ilmiönä.

Tässäkään ei voi unohtaa kolmanteen ikään kohdistettua kritiikkiä. Jos kolmas ikä laslettilaisesti ymmärrettynä edustaa menestyksekästä, positiivista vanhuutta, on sillä myös pimeä puolensa. Holstein, Parks ja Waymack (2011) pohtivat kolmatta ikää eettisestä näkökulmasta. Onko kolmas ikä mahdollinen kaikille, esimerkiksi naisille ja värillisille amerikkalaisessa yhteiskunnassa? He kysyvät myös, missä määrin 'ikääntyvä voi ja hänen pitää olla terveenä' -malli on korvaamassa 'heikentyminen ja menetykset' -paradigman. Samaan viittaavat Katz ja Laliberte-Rudman (2005, 140–160) puhumalla positiivinen ikääntyminen -mallin tyrannimaisuudesta.

Kolmatta ikää voi pohtia vielä suhteessa neljänteen ikään, siis vanhuuteen. Neljäs ikä Laslettin tarkasteluissa jää hahmottomaksi. Onkin mahdollista miettiä, edustaako kolmannen iän hahmotelma tietynlaista 'vanhenemista ilman vanhuutta' -mallia, uutta "ageless self" -mallia Tässä voisi karkean metaforisesti puhua myös vanhenemisen Titanic-ilmiöstä: kansituoleissa istutaan niin pitkään kuin mahdollista ja orkesteri soittaa. Tähän liittyy Bill Bythewayn (2011, 215–216) kiinnostava kommentti: "Me olemme onnellisempia sijoittaessamme itsemme elämään johonkin tiettyyn ikävaiheeseen verrattuna tilanteeseen, jossa tuntisimme jatkuvasti vain vanhenevamme". Bytheway kuitenkin lisää, että juuri käsitykset elämänvaiheista aiheuttavat eripuraa ja epävarmuutta. Esimerkiksi keskustelu kolmannesta iästä järisyttää monella tapaa perinteisiä käsityksiä elämänkulusta.

Aiemmin kehitelty toimijuusviitekehys antaa toisenlaisen näkökulman. Väestöllisesti kolmanteen ikäänsä tulevilla ja sitä jo elävillä ihmisillä on historiansa, elämäntilanteensa ja siihen liittyvät sidonnaisuudet. Ikääntyvät – olivat kumpaa sukupuolta tahansa – elävät yhteiskunnallisissa ja kulttuurisissa rakenteissaan, ottavat ne huomioon tai eivät ota, pohtivat tilannettaan ja tulevaisuuttaan ja ennen kaikkea rakentavat tätä kautta omaa arkeaan ja elämäänsä. Tämän he tekevät

myös miehinä ja naisina. Kolmas ikä näyttäytyy tässä kehkeytyvänä kulttuurisena rakenteena, jonka ikääntyvät omilla tavoillaan ottavat elämässään huomioon.

Näin tulevat arvatenkin tekemään myös suuret ikäluokat. Verrattuna aiempiin sukupolviin kolmas ikä – nyt siis väestöllisenä terminä; ehkä saattaisi olla parempi puhua ikääntyneisyysvaiheesta – on tälle ikäryhmälle väljempää ja vähemmän normitettua ja tarjoaa enemmän mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja. On kiintoisaa nähdä, miten suuret ikäluokat elävät tulevaisuudessa, millaisen ”sukupolvi- ja sukupuoliperformanssin” he rakentavat. Antti Karisto (2005) on mainiosti käyttänyt tästä joukosta ilmausta ’forever young’ -sukupolvi. Onko tämä on mahdollista yhdistää uudenlaiseen ’ageful and proud’ -identiteettiin, jää nähtäväksi.

Entä hemuli? Hemuli jäi eläkkeelle huvipuiston lippuja nipsauttavan ovenvartijan paikalta kahdeksan viikkoa kestäneen sateen raunioitettua hänen työpaikkansa. Myös hemulilla oli kolmannen iän päämäärä. Hän halusi rakentaa nukkekaapin, ”talon, jossa on paljon huoneita, kaikki yhtä vakavia, tyhjiä ja hiljaisia” (Jansson 1982, 82). Unelmat ja päämäärät eivät aina toteudu. Hemuli ei kyennyt vastustamaan lasten painostusta ryhtyä kokoamaan huvipuistoa uudelleen. Puisto valmistuu, ja lopulta hemuli joutuu luopumaan myös lapsille esittämästään hiljaisuuden vaatimuksesta:

> ”Entä jos heillä ei ole hauskaa, hän ajatteli levottomana. Jospa heillä ei *voi* olla hauskaa, elleivät he saa huutaa itseään pökerryksiin...Ehkä he ovat menneet kotiin!
>
> Hän ryntäsi Kampsun lipaston päälle ja kurkisti katossa olevasta aukosta. Olivat he siellä. Koko puisto rapisi ja vilisi salaista ja hurmaavaa elämää. Loiskahdus, naurun tirske, heikkoja mätkähdyksiä, innokkaiden askelten tassutusta kaikkialla. Heillä *oli* hauskaa.

Huomenna, ajatteli hemuli, huomenna sanon heille, että he saavat nauraa ja ehkä hyräillä hiukan, jos siltä tuntuu. Mutta ei enempää. Ehdottomasti ei.

Hän laskeutui alas lipastolta ja heittäytyi takaisin riippumattoon. Hän nukahti verrattain pian murehtimatta mitään." (Jansson 1982, 98.)

Kirjallisuus

Antonucci, Toni C. & Birditt, Kira S. & Akiyama, Hiroko (2009) Convoys of Social Relations: An Interdisciplinary Approach. Teoksessa Vern L. Bengtson & Daphna Gans & Norella Putney & Merrill Silverstein (toim.) *Handbook of Theories of Aging.* 2nd Edition. Springer Publishing Company, New York, 247–260.

Arber, Sara & Ginn, Jay 1995. Choice and Constraint in the Retirement of Older Married Women. Teoksessa Sara Arber & Jay Ginn (toim.) *Connecting Gender and Ageing. A Sociological Approach.* Open University Press, Buckingham, 69–86.

Atchley, Robert C. (1976) *The Sociology of Retirement.* John Wiley and Sons, New York.

Bengtson, Vern L. & Gans, Daphna & Putney, Norella & Silverstein, Merrill (toim.) (2009) *Handbook of Theories of Aging.* Second Edition. Springer Publishing Company, New York.

Binstock, Robert H. & George, Lind K. (toim.) (2006) *Handbook of Aging and the Social Sciences.* 6th Edition. Elsevier, San Diego.

Burnett, Judith (2011) *Generations. The Time Machine in Theory and Practice.* Ashgate, Aldershot.

Bury, Mike (1995) Ageing, Gender and Sociological Theory. Teoksessa Sara Arber & Jay Ginn (toim.) *Connecting Gender and Ageing. A Sociological Approach.* Open University Press, Buckingham, 15–29.

Cumming, Elaine (2000) Further Thoughts on the Theory of Disengagement. Teoksessa Jaber Gubrium & James Holstein (toim.) *Aging and Everyday Life.* Blackwell, Oxford, 25–39.

Dannefer, Dale & Phillipson, Chris (toim.) (2010) *The SAGE Handbook of Social Gerontology.* Sage, Los Angeles.

Elder, Glen & Kirkpatrick Johnson & Monica & Crosnoe, Robert (2003) The Emergence and Development of Life Course Theory. Teoksessa Jeylan T Mortimer & Michael J Shanahan (toim.) *Handbook of the Life Course.* Springer, New York, 3–22.

Erola, Jani & Wilska, Terhi–Anna (toim.) (2004) *Yhteiskunnan moottori vai kivireki. Suuret ikäluokat ja 1960-lukulaisuus.* SoPhi, Jyväskylä.

Ferraro, Kenneth F. & Pylypiv Shippee, Tatjana & Schafer, Markus H. (2009) Cumulative Inequality Theory for Research on Aging and the Ife Course. Teoksessa Vern L. Bengtson, & Daphna Gans & Norella Putney & Merrill Silverstein (toim.) *Handbook of Theories of Aging.* Second Edition. Springer Publishing Company, New York, 413–434.

Giddens, Anthony (1984) *Constitution of Society.* Polity Press, Cambridge.

Giddens, Anthony (1989) *Sociology.* Polity Press, Cambridge.

Giele, Janet Z. & Elder, Glen H. (1998) Life Course Research. Development of a Field. Teoksessa Janet Z. Giele & Glen H. Elder (toim.) *Methods of Life Course Research. Qualitative and Quantitative Approaches.* Sage, Thousand Oaks, 7–19.

Gilleard, Chris & Higgs, Paul (1998) Old People as Users and Consumers of Health-care: A Third Age Rhetoric for a Fourth Age Reality. *Ageing and Society* 18(2), 233–248.

Gilleard, Chris & Higgs, Paul (2005) *Contexts of Ageing. Class, Cohort and Community.* Polity Press, Cambridge.

Haarni, Ilka (2010) *Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa.* Gaudeamus, Helsinki.

Jansson, Tove (1982) Hemuli joka rakasti hiljaisuutta. Teoksessa Tove Jansson. *Näkymätön lapsi ja muita kertomuksia.* Viides painos. WSOY, Juva, 76–99.

Jyrkämä, Jyrki (1995) *”Rauhaisesti alas illan lepoon”? Tutkimusvanhenemisen sosiaalisuudesta neljässä paikallisyhteisössä.* Acta Universitatis Tamperensis ser A vol. 449. Tampereen yliopisto, Tampere.

Jyrkämä, Jyrki (2005) Syntynyt 1947, kuollut…? Suuret ikäluokat ja elämänkulkutulevaisuus. Teoksessa Antti Karisto (toim.) *Suuret ikäluokat.* Vastapaino, Tampere, 347–365.

Jyrkämä, Jyrki (2008) Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. *Gerontologia* 22 (4), 190–203.

Karisto, Antti (toim.) (2000) *Suomalaiselämää Espanjassa.* SKS, Helsinki.

Karisto, Antti (2005a) Suuret ikäluokat kuvastimessa. Teoksessa Antti Karisto (toim.) *Suuret ikäluokat*. Vastapaino, Tampere 2005,17–60.

Karisto, Antti (toim.) (2005b) *Suuret ikäluokat.* Vastapaino, Tampere.

Karisto, Antti & Konttinen, Riitta (2004) *Kotiruokaa, kotikatua ja kaukomatkailua, tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä.* Palmenia–kustannus, Helsinki.

Katz, Stephen & Laliberte-Rudman, Debbie (2005) Exemplars of Retirement: Identity and Agency Between Lifestyle and Social Movement. Teoksessa Stephen Katz. *Cultural Aging. Life Course, Lifestyle, and Senior Worlds.* University of Toronto Press, Toronto. 140–160.

Koskinen, Simo, Hakapää, Liisa, Maranen, Pirkko & Piekkari, Jouni (toim.) 2007. *Kolmasikäläisten elämää pohjoisissa kaupungeissa. KaupunkiElvi-hankkeen tutkimustuloksia.* Lapin Yliopistopaino, Rovaniemi, 275–309.

Kärnä, Sirpa (2009) *Hyvinvoinnin pysyvyyttä ja muutosta kolmannessa iässä. Ikääntyvien elämänkulun seuranta vuosina 1991 ja 2004 Varkauden kaupungissa.* Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 166. Kuopion yliopisto, Kuopio.

Laslett, Peter (1987) The Emergence of the Third Age. *Ageing and Society* 7 (2), 133–160.

Laslett, Peter (1989) *A Fresh Map of Life. The Emergence of the Third Age.* Weidenfeld and Nicolson, London.

Laslett, Peter (1996) What Is Old Age? Variation Over Time and Between Cultures. Teoksessa Graziella Caselli & Alan D. Lopez (toim.) *Health and Mortality Among Elderly Populations.* Clarendon Press, Oxford, 21–39.

Marshall, Victor W. (2005) Agency, Events, and Structure at the End of the Life Course. *Advances in Life Course Research*, 10, 57–91.

McHugh, Kevin E. (2000) The "Ageless Self". Emplacement of Identities in Sun Belt Retirement Communities. *Journal of Aging Studies* 14 (1), 103–115.

Muhonen, Reetta & Ojala, Hanna (2004) Ajassa muuttuva kolmas ikä. *Gerontologia* 18 (1), 10–17.

Munnichs, Joep M. A. (1987) From Pension via Retirement into the Third Age in the Netherlands. Teoksessa Kyriakos S. Markides & Cary L. Cooper (toim.) *Retirement in Industrialized Countries. Social, Psychological and Health Factors.* John Wiley & Sons, Chichester, 124–137.

Phillips, Judith & Ajrouch, Christine & Hillcoat–Nallétamby, Sarah (2010) *Key Concepts in Social Gerontology.* Sage, Los Angeles.

Phillipson, Chris (1978) *The Emergence of Retirement.* University of Durham, Durham.

Phillipson, Chris (1987) The Transition to Retirement. Teoksessa Gaynor Cohen (toim.) *Social Change and the Life Course.* Tavistock Publications, London and New York, 87–102.

Rees Jones, Ian & Hyde, Martin & Victor Christina R. & Wiggins, Richard D. & Gilleard, Chris & Higgs, Paul (2008) *Ageing in a Consumer Society. From Passive to Active Consumption in Britain.* The Policy Press, Bristol.

Rowe, Alan R. (1976) The Retired Scientist: The Myth of the Aging Individual. Teoksessa J. F. Gubrium (toim.) *Time, Roles and Self in Old Age*. Human Science Press, New York.
Sadler, William A. (2000) *The Third Age. Six Principles of Growth and Renewal after Forty.* Da Capo Press, Oxford.
Savishinsky, Joel (1995) The Unbearable Lightness of Retirement: Ritual and Support in a Modern Life Passage. *Research on Aging* 17(3), 243–259.
Selby, Ashley & Leena Petäjistö (2007) Hirviseurueiden tulevaisuuden näkymät. Metsätieteen aikakauskirja 2, 19–21.
Settersten, Richard A. & Angel, Jacqueline J. (toim.) (2011) *Handbook of Sociology of Aging.* Springer, New York.
Tikka, Marja (1991) *Pohdintoja kolmannesta iästä.* Yhteiskuntapolitiikan laitos: Työpapereita 67. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.
Vaarama, Marja & Ollila, Kati (2008) Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu kolmannessa iässä. Teoksessa Pasi Moisio, Sakari Karvonen, Jussi Simpura & Matti Heikkilä (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2008*. STAKES, Helsinki, 116–140.
Vakimo, Sinikka (2001) *Paljon kokeva, vähän näkyvä. Tutkimus vanhaa naista koskevista kulttuurisista käsityksistä ja vanhan naisen elämänkäytännöistä.* SKS, Helsinki.
Tulevaisuusselonteko (2004) *Hyvä yhteiskunta kaikenikäisille.* Valtioneuvoston kanslian julkaisuja. Valtioneuvosto, Helsinki.

OSIO II

MIES JA VANHENEVA RUUMIS

Vanheneminen on pohjimmiltaan biologinen prosessi, joka saa merkityksensä osana sosiaalisia suhteita ja toimintaa. Biologiset vanhenemismuutokset muuttavat miesten toimintakykyä (Pohjolainen). Miehet havaitsevat näitä muutoksia arkipäivän ympäristöissään ja mukauttavat toimintaansa näihin muun muassa elintapojensa osalta: moni mies pyrkii vanhetessaan elämään aiempaa terveellisemmin (Sulander). Vanhenemismuutoksiin itsessään liittyy kulttuurisia merkityksiä, joita tulkitaan uudelleen oman vanhenemisen myötä. Näin esimerkiksi liikuntaa suhteutetaan muuttuneeseen toimintakykyyn ja se saa osin uusia merkityksiä (Tiihonen). Koska vanheneminen tapahtuu sosiaalisessa ympäristössä, vanheneva ruumis asettuu myös katseen kohteeksi ja toisten ihmisten arvioitavaksi. Ruumiillisella vanhenemisella on siksi vaikutuksensa miehen asemaan yhteisöissä niin työelämässä kuin sen jälkeenkin (Pietilä). Tässä osiossa tarkastellaan ruumiillista vanhenemista ja sen vaikutuksia miesten elämään.

Vanhenevan miehen toimintakyky

Pertti Pohjolainen

Yksi gerontologisen tutkimuksen paljon pohdittuja kysymyksiä on, miksi naiset elävät vanhemmiksi kuin miehet. Sukupuolien välistä eroa elinajan pituudessa on selitetty kahdella tavalla. Yhden selitysmallin mukaan ero perustuu evoluutioon ja on pitkälti geneettisten tekijöiden määräämä. Toinen malli korostaa fyysisten ympäristötekijöiden (esim. työolot, tapaturmat) tai käyttäytymiseen liittyvien tekijöiden (riskialtis elämä, epäterveelliset elintavat) merkitystä. Ne ovat miehille ”kohtalokkaampia” kuin naisille ja seuraukset näkyvät miesten suurena kuolleisuutena.

Miesten ja naisten välinen kuolleisuusero on Suomessa suurempi kuin useimmissa muissa läntisen Euroopan maissa. Sukupuolien välinen suhteellinen kuolleisuusero on suurimmillaan 20–29 -vuotiaana (Martelin ym. 2008). Vaikka ikääntymisen myötä ero jonkin verran kapenee, on miesten kuolleisuus vielä 70-vuotiaanakin noin kaksinkertainen naisiin verrattuna. Nuorilla miehillä ylikuolleisuus johtuu ennen muuta tapaturmista ja väkivaltaisista kuolemista. Keski-ikäisillä

ja vanhoilla miehillä tärkeimmät kuolinsyyt ovat sydän- ja verisuonitaudit sekä kasvaimet. Vaikka naisilla on tutkimuksissa todettu olevan enemmän sairauksia, ja he raportoivat erilaisia terveysongelmia useammin kuin miehet, niin naiset elävät kuitenkin vanhemmiksi (Riska 2011). Tästä ilmiöstä käytetään usein nimitystä terveysparadoksi.

On tunnettua, että ikääntymisen myötä terveydentila huononee ja toimintakyky vähenee. Erityisesti lisääntyy pitkäaikaissairauksien määrä. Diagnostisoidut sairaudet eivät kuitenkaan kerro koko totuutta ikäihmisen terveydestä, vaan hän saattaa selvitä varsin hyvin päivittäisistä askareistaan huolimatta monista sairauksista. Tästä syystä toimintakyvyn merkitys on tullut entistä tärkeämmäksi arvioittaessa niin iäkkäiden miesten kuin naistenkin terveydentilaa.

Toimintakyky ja siinä iän mukana ilmenevät muutokset on yksi vanhenemisen indikaattoreista. Tässä artikkelissa tarkastellaan erityisesti miehillä ilmeneviä toimintakykymuutoksia ja niiden merkitystä ikääntyvän miehen elämässä. Aluksi kuitenkin kuvataan lyhyesti tärkeimpiä fyysisiä muutoksia, joita elimistön toiminnoissa ja rakenteissa tapahtuu ikääntymisen myötä. Vaikka artikkelin painopiste on fyysisessä toimintakyvyssä, pitää muistaa, että fyysisen puolen lisäksi toimintakykyyn sisältyy psyykkinen ja sosiaalinen osa-alue. Toimintakyky on laaja-alainen ja monimuotoinen kokonaisuus, jossa edellä mainitut komponentit ovat kiinteästi yhteydessä toisiinsa ja jatkuvassa vuorovaikutuksessa keskenään.

Biologiset vanhenemismuutokset

Vanhenemismuutosten yleispiirteitä

Laajasti määriteltynä biologinen vanheneminen tarkoittaa kaikkia niitä muutoksia, joita elimistössä tapahtuu syntymän ja kuoleman välillä. Kysymys on hyvin monimutkaisista prosesseista, joissa vanhenemismuutokset ilmenevät eri tavoin. Esimerkiksi jotkut fysiologiset toiminnot heikkenevät ihmisen ikääntyessä huomattavasti, kun taas

toisissa ilmenee vain vähäisiä muutoksia. Tutkijat ovat jo pitkään yrittäneet selvittää vanhenemisprosessin syitä. Yhtenäistä ja yleisesti hyväksyttyä vanhenemisen selitystä ei ole kuitenkaan pystytty esittämään. Eräiden teorioiden mukaan vanheneminen on ohjelmoitu jokaisen lajin geneettiseen rakenteeseen. Toiset teoriat taas pitävät vanhenemista elimistön stressitilana, joka on seurausta ympäristötekijöiden aiheuttamasta kumulatiivisesta vaikutuksesta.

Kasvukauden jälkeen elimistön rakenteissa ja toiminnoissa tapahtuu epäsuotuisia muutoksia, jotka korostuvat iän mukana ja johtavat lopulta kuolemaan. Ihmisellä nämä muutokset alkavat noin 20–30 vuoden iässä. Aluksi vanhenemismuutoksia ei juuri huomaa, mutta viimeistään 40–50 vuoden iässä havaitaan, ettei elämä fysiologisessa mielessä ole enää samanlaista kuin nuorempana.

Biologiset vanhenemismuutokset perustuvat solutasolla tapahtuviin muutoksiin. Kudosten ja elinten tilavuus ei kuitenkaan aina pienene samassa suhteessa, mitä solukato edellyttäisi. Tämä johtuu mm. siitä, että osa jäljelle jäävistä soluista suurenee, ja toisaalta siitä, että surkastuneiden solujen tilalle asettuu rasvan täyttämiä sidekudossoluja (ns. seniili rasvoittuminen). Vanhenevassa kudoksessa on siten erikokoisia soluja. Vanhojen ihmisten solukko on heterogeenista, kun taas nuorilla ihmisillä se on homogeenista.

Vanhetessaan elimistö kuihtuu ja kuivuu sekä toisaalta rasvoittuu. Yleensä lähes kaikkien elinten ominaispainot pienenevät. On arvioitu, että esimerkiksi sydämen, aivojen, keuhkojen, munuaisten ja lihaksiston soluista 30–40 prosenttia katoaa 80 vuoden ikään mennessä (Ruikka ym. 1992). Solukato ei kuitenkaan tapahdu samalla laajuudella kaikissa elimissä, eikä kaikilla yksilöillä. Joillakin ihmisillä solukato painottuu keskushermostoon, kun taas toisilla katoa ilmenee eniten esimerkiksi lihaksistossa. Solukadolla ei kuitenkaan välttämättä ole vaikutusta elimistön toimintoihin ainakaan lepotilassa. Sen sijaan kuormitustilanteissa ”solureservit” eivät useinkaan enää riitä ja elimistön toimintakyky alenee. Tämä selittää selvät erot nuorten ja vanhojen henkilöiden välillä maksimaalisissa tai lähes maksimaalisissa suorituksissa.

Pituuden väheneminen alkaa suunnilleen 40 vuoden iässä ja nopeutuu 60 ikävuoden jälkeen noin 2 cm:iin 10 vuodessa (Suominen 2008). Poikittaistutkimuksissa havaitut erot johtuvat osittain keskipituuksien eroista eri sukupolvien välillä, mutta myös pitkittäistutkimusten tulokset ovat osoittaneet pituuden vähenevän progressiivisesti iän mukana. Pituuden menetykseen vaikuttavat muun muassa asennon ja ryhdin muutokset, luiden kalkkikato, nikamavälilevyjen kokoonpuristuminen sekä reisiluun kaulaosan kulman muuttuminen lantioon nähden.

Kehon painon muutokset vanhetessa noudattavat jonkin verran erilaista logiikkaa kuin pituuden muutokset. Paino alkaa yleensä lisääntyä 25. ikävuoden tienoilla ja lisääntyminen jatkuu keskimäärin 50 vuoden ikään asti. Painon lisääntyminen johtuu tavallisimmin rasvan määrän lisääntymisestä. Rasvan lisääntyminen voi jatkua vielä tämänkin ikävaiheen jälkeen, mutta kehon paino ei enää välttämättä lisäänny, koska mm. lihas- ja luukudoksen määrä vähenee (Suominen 2008). Noin 70 vuoden iästä lähtien paino alkaa yleensä laskea keskimäärin 2–3 kg kymmenessä vuodessa.

Lihavuuden ja ylipainoisuuden osoittimena käytetään usein painoindeksiä (BMI, *body mass index*). Se lasketaan jakamalla paino (kg) pituuden (m) neliöllä. Painoindeksin mukaan ”lihavuustyypit” voidaan luokitella Spirdusoa (1995) mukaellen seuraavasti (taulukko 1).

Taulukko 1. Lihavuustyypit painoindeksin mukaan luokiteltuna (Spirduso 1995)

Lihavuustyyppi	Painoindeksi (BMI)
alipaino	-20
normaali paino	21-24
lievä lihavuus	25-29
merkittävä lihavuus	30-34
vaikea lihavuus	35-39
sairaalloinen lihavuus	40

Painoindeksin ohella toinen tapa arvioida lihavuutta on tarkastella rasvakudoksen jakautumista. Puhutaan keskivartalo- eli vyötärölihavuudesta (omena-tyyppi), jolloin rasvakudos kasaantuu pääosin vyötärölle tai päärynä-tyypistä, jossa rasvakudos kerääntyy reisiin ja lantiolle (Kukkonen-Harjula ym. 1997). Miehille on tyypillistä vyötärölihavuus, joka ikääntymisen myötä edelleen lisääntyy.

Verenkierto- ja hengityselimistön vanheneminen

Verenkiertoelimistössä merkittävimmät iän mukana ilmenevät muutokset ovat sydämen maksimisykkeen aleneminen, iskutilavuuden (sydämen yhdellä lyöntikerralla pumppaama verimäärä) pieneneminen ja sydänlihaksen supistumiskyvyn heikkeneminen (Kallinen 2008). Nämä muutokset vähentävät sydämen toiminnallista reservikapasiteettia, rajoittavat fyysistä suorituskykyä sekä heikentävät elimistön kykyä sopeutua erilaisiin kuormitustilanteisiin. Vanhenemisen mukana tapahtuva maksimisykkeen aleneminen voidaan karkeasti arvioida kaavalla ’220 miinus ikävuodet’, jolloin esimerkiksi 60-vuotiaan henkilön maksimisykkeeksi saadaan 160.

Iän mukana hengitystoiminnot heikkenevät keuhkoissa ja rintakehässä tapahtuvien muutosten seurauksena. Keuhkorakkuloiden suureneminen ja hiussuonten väheneminen pienentävät tehokasta hengityspinta-alaa. Tärkeimmät hengitystoimintaan vaikuttavat vanhenemismuutokset ovat keuhkojen pinta-alan pieneneminen, rintakehän elastisuuden aleneminen, rintarangan ryhdin muuttuminen (kumaraisempi asento) ja hengityslihasten toiminnan heikkeneminen (Kallinen 2008). Maksimaalista hengityskapasiteettia vaativassa tilanteessa muutokset rintakehän seinämässä ja erityisesti hengityslihaksissa rajoittavat suoritusta. Vanheneminen ei kuitenkaan vaikuta sanottavasti normaaliin lepohengitykseen, vaan muutokset näkyvät ennen muuta maksimaalisissa hengitystoiminnoissa (esim. maksimaalinen hengityskapasiteetti). Miehillä hengitystoiminnot ovat koko aikuisiän ajan korkeammalla tasolla kuin naisilla.

Yhteispeli keuhkojen, sydämen ja verenkiertoelimistön välillä määrää, kuinka tehokkaasti happi kulkeutuu kudoksiin. Tätä kuvataan usein maksimaalisella hapenottokyvyllä. Se laskee väistämättä ikääntymisen myötä. Hapenottokyvyn pieneneminen alkaa noin 30 ikävuoden tienoilla ja jatkuu elämän loppuun asti. Murrosiän jälkeen miesten maksimaalinen hapenottokyky on kaikissa ikäryhmissä keskimäärin korkeammalla tasolla kuin naisten. Erityyppiset fyysiset toiminnot vaativat tietyn hapenkulutustason. Kun maksimaalinen hapenottokyky laskee riittävän alas, se vaikeuttaa tai jopa estää monista päivittäisistä toiminnoista (esim. portaiden nouseminen) suoriutumista. Vaikka maksimaalinen hapenottokyky huononee sekä liikunnallisesti aktiivisilla että liikuntaa harrastamattomilla ihmisillä, niin liikunnanharrastajilla se pysyy kuitenkin koko ajan korkeammalla tasolla (Kallinen 2008).

Vanhenemismuutokset tuki- ja liikuntaelimistössä

Ikääntymisen myötä lihaksistossa tapahtuu monia rakenteellisia muutoksia: lihasmassa vähenee, sidekudoksen ja rasvan määrä lisääntyy, lihassoluihin kasaantuu eräänlaista kuona-ainetta, lipofuskiinipigmenttiä, ja sidekudos lisääntyy sekä soluissa että solujen välissä. Lihaskudoksen määrän vähenemistä ja sen korvautumista rasvakudoksella nimitetään sarkopeniaksi (Sipilä ym. 2008). Lihasten suorituskyky on parhaimmillaan 20–30 vuoden iässä ja alkaa sen jälkeen jossain määrin vähentyä. Merkittävästi se alkaa kuitenkin huonontua vasta 50–60 ikävuoden jälkeen. Miehet pystyvät tuottamaan 70-vuotiaana noin 80 prosenttia ja naiset noin 65 prosenttia 20-vuotiaiden maksimivoimasta. Lihasvoiman heikkeneminen ei kuitenkaan tapahdu tasaisesti kaikissa lihaksissa, siinä on huomattavia eroja eri lihasten ja lihasryhmien välillä. Selvemmin lihasvoiman väheneminen näkyy alaraajojen lihaksissa.

Ikääntymiseen liittyvä luun haurastuminen (osteoporoosi) alkaa noin 40. ikävuoden tienoilla ja jatkuu elämän loppuun saakka. Miehet

menettävät noin 20–30 prosenttia luuaineksestaan elämänsä aikana. Heillä kuitenkin luukato etenee hitaammin ja osteoporoosi on selvästi harvinaisempaa kuin naisilla. Vanhenemiseen liittyvää luukatoa on yritetty selittää monilla tekijöillä. Miehillä tärkeitä luukudokseen vaikuttavia tekijöitä ovat ravinto, sekä luustoa kuormittava liikunta tai sen puute. Tupakointi ja runsas alkoholinkäyttö vähentävät luun mineraalipitoisuutta. Tutkimusten mukaan vähäisellä liikunnalla, tupakoinnilla ja alkoholinkäytöllä on toisistaan riippumattomia vaikutuksia luun kuntoon, jolloin niiden yhteisvaikutus voi muodostua huomattavaksi (Suominen 1997).

Iän mukana nivelten liikkuvuus vähenee. Tämä johtuu siitä, että nivelnesteen määrä vähenee ja toisaalta sidekudoksen määrä nivelissä lisääntyy. Vanhojen ihmisten toimintakyvyn kannalta nivelten liikkuvuudella on tärkeä merkitys. Rajoitukset nivelten liikelaajuuksissa aiheuttavat usein sen, että ikäihmiset joutuvat luopumaan monista toiminnoista (Sakari-Rantala 2003). Toistaiseksi on kuitenkin epäselvää, missä määrin liikkuvuuden väheneminen johtuu niin sanotusti normaaleista vanhenemismuutoksista ja missä määrin on kysymys degeneratiivisten sairauksien aiheuttamista vaikutuksista. Pääasiassa nivelten jäykistyminen ja liikelaajuuksien pieneneminen johtuvat kuitenkin nivelruston ulkopuolisten kudosten, nivelsiteiden, jänteiden ja lihasten rakenteellisista muutoksista. Nivelten liikkuvuuden väheneminen liittyy usein erilaisiin nivelvaivoihin ja on sitä kautta yhteydessä liikkumisvaikeuksiin. Miehillä ikääntymismuutokset nivelten toiminnassa (esim. jäykistyminen ja liikelaajuuksien pieneneminen) ovat suurempia kuin naisilla.

Näön ja kuulon vanhenemismuutokset

Näköaistin vanhenemismuutoksista tavallisin ja yleensä ensimmäisenä ilmenevä on silmän lähimukautumiskyvyn heikkeneminen. Tämä tarkoittaa sitä, että silmää ei kyetä tarkentamaan lähietäisyydelle, jolloin tarvitaan niin sanotut lukulasit. Näin tapahtuu yleensä 40–50

vuoden iässä. Mukautumiskyvyn heikentyminen kuitenkin hidastuu merkittävästi tai pysähtyy kokonaan 60 ikävuoden tienoilla. Toinen käytännön elämän kannalta merkittävä näkökyvyn muutos on hämäräadaptaatiokyvyn huononeminen. Ikääntynyt silmä ei pysty mukautumaan hämäriin katseluolosuhteisiin yhtä nopeasti kuin nuori silmä, ja mukautuminen on kaikkiaankin epätäydellisempää. Selvimmin mukautumiskyky huononee 50. ikävuoden jälkeen.

Vanhenemiseen liittyvä tyypillinen kuulon muutos on korkeiden äänien (6 000–8000 Hz) erotuskyvyn heikkeneminen, kun taas puhealueen taajuuksilla (500–2000 Hz) vanhenemisen aiheuttamaa huonokuuloisuutta ei juuri esiinny. Korkeiden äänien kuulemisen vaikeutuminen alkaa jo 20–30 vuoden iässä ja 75-vuotiaista 65 prosentilla on vähintäänkin lievä kuulovika (Sorri & Huttunen 2008). Kuuloaistin herkkyys edustaa monipuolista yhdistelmää itse vanhenemisen, ympäristömelun ja joissakin tapauksissa jopa ravintotekijöiden ja elintapojen vaikutuksista. Näin ollen ikääntymisen lisäksi kuulon huononemiseen vaikuttavat lukuisat muut tekijät. Aistitoimintojen vanhenemismuutoksissa ei ole johdonmukaisia eroja sukupuolien välillä.

Tasapainomuutokset ikääntyessä

Pystyasennon ylläpitoon vaikuttavat monet elinjärjestelmät ja niiden välinen yhteistyö (ks. taulukko 2). Järjestelmän monimutkaisuus saattaakin olla yksi syy siihen, että sen toiminta iän mukana merkittävästi heikkenee. Asennon kannalta olennaista tietoa tulee eri aistien kautta. Näkö on tasapainon kannalta ensisijaisen tärkeä, mutta keskeisessä asemassa ovat myös nivelien ja jalkapohjan reseptorit. Niistä saatava tieto kertoo siitä, millaisessa asennossa keho on. Vartalon ja raajojen lihakset ovat vastuussa tarvittavista korjausliikkeistä ja nivelten stabiloinnista. Keskushermosto huolehtii eri toimintojen integroinnista mahdollisimman tarkoituksenmukaisella tavalla.

Taulukko 2. Asennon ylläpitoon liittyvät elinjärjestelmät ja toiminnot (Era 1997)

1. Aistit
- sisäkorvan tasapainoelin
- näkö
- proprioseptinen järjestelmä (esim. nivelten reseptorit)
- ihon ja ihonalaisen kudoksen reseptorit (erityisesti jalkapohjassa)

2. Asennon korjauksista ja stabiloinnista vastaava lihaksisto
- raajojen ja vartalon lihakset

3. Keskushermosto
- eri toimintojen integrointi

Kaikissa edellä mainituissa elinjärjestelmissä tapahtuu vanhenemiseen liittyviä muutoksia, jotka yleensä ovat haitallisia kehon asennonhallinnan kannalta (Pajala ym. 2008). Sisäkorvan rakenteiden on todettu heikentyvän iän mukana. Näköaistin muutoksista ainakin näkötarkkuuden aleneminen ja silmän adaptaatiokyvyn heikkeneminen aiheuttavat ongelmia tasapainon ylläpitämisessä. Lihasvoiman heikkeneminen iän mukana vaikuttaa tasapainoon. Erityisesti alaraajojen voiman väheneminen vaikeuttaa tasapainon hallintaa. Miesten ja naisten välisistä tasapainoeroista tutkimustulokset ovat ristiriitaisia.

Reaktioaika ja liikenopeus vanhenemisen indikaattoreina

Havaintomotorisella suorituksella tarkoitetaan motorista yhdellä tai useammalla raajalla nopeasti tehtävää reaktiota johonkin ympäristön ärsykkeeseen, tavallisimmin ääneen tai valoon. Motorinen reaktio voi olla yksinkertainen, kuten napin painallus, tai monimutkainen liikesarja, kuten auton kääntäminen risteyksessä. Havaintomotoriikasta vastaa kolme elinjärjestelmää: havainto-, kognitiivinen ja motorinen järjestelmä. Havaintojärjestelmä huolehtii aistielimistä tulevan tiedon käsittelystä, kognitiivinen järjestelmä integroi aistielimistä ja muisti-

järjestelmästä tulevaa tietoa. Motorinen järjestelmä vastaa edellisten järjestelmien tuottaman tiedon perusteella tehtyjen toimintapäätösten toteuttamisesta eli liikesuorituksista.

Eniten havaintomotorisia toimintoja on tutkittu reaktio- ja liikeaikojen sekä liikenopeuden avulla. Yksinkertaisessa reaktiotestissä (simple reaction) vastataan aina samaan ärsykkeeseen. Monivalintatehtävissä (choice reaction) ärsykkeitä ja vasteita on useita, joista suorittajan pitää valita oikea. Monivalintatehtävissä ikäryhmien väliset erot reaktioajoissa ovat selvempiä kuin yksinkertaisessa reaktioajassa (Spirduso 1995). Nuoremmissa ikäryhmissä miesten havaintomotorinen nopeus on parempi kuin naisten, mutta vanhimmissa ikäryhmissä sukupuolierot tasoittuvat (Pajala ym. 2008).

Toimintakyvyn määritelmiä

Toimintakyvyn käsite on noussut keskeisen asemaan sekä gerontologisessa tutkimuksessa että käytännön vanhustyössä. Tietoja toimintakyvystä tarvitaan moneen tarkoitukseen. Niitä käytetään muun muassa väestön terveyden tason mittaamisessa, yksilöiden työkyvyn, kuntoutustarpeen ja avuntarpeen arvioinnissa sekä erilaisten interventio-ohjelmien vaikutusten selvittämisessä. Toimintakyvyn arvioinnin perusteella ehkäisevät interventiot tai tukiohjelmat voidaan kohdistaa niitä eniten tarvitseviin ryhmiin ja henkilöihin.

Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen yleistä valmiutta mihin tahansa toimintaan sekä kykenevyyttä ottaa käyttöön omia voimavarojaan (Kirjonen 1999). Tämä määritelmä viittaa ihmisen yleiseen ja kokonaisvaltaiseen toimintakykyyn. Toimintakykyä on mahdollista tarkastella monella eri tasolla ja eri näkökulmista. Voidaan puhua eri elinjärjestelmien ja elinten toimintakyvystä tai alimmalla tasolla solun toimintakyvystä. Laajimmillaan toimintakyky voidaan ymmärtää ihmisen toimintoina, joita hän toteuttaa osallistuessaan elämän eri tilanteisiin. Tällöin toimintakyky ilmenee työkykynä, selviytymisenä arkipäivän toiminnoista tai toimintana erilaisissa harrastuksissa (Heikkinen 2002).

Hyvä toimintakyky merkitsee hyvää suoriutumista tavanomaisista tehtävistä (Aromaa ym. 2005). Toimintakyky on suhteellinen ilmiö, joka eri olosuhteissa on erilainen. Sitä voidaan korjata ja korvata erilaisin keinoin. Kysymys on siis siitä, miten hyvin yksilö suoriutuu omien odotustensa ja yhteisön tai ympäristön asettamista vaatimuksista. Esimerkiksi työn asettamat vaatimukset vaihtelevat suuresti. Työkyky riippuu monista yksilöllisesti ja ajan mukana vaihtelevista tekijöistä. Heikentynyttä työkykyä voidaan kohentaa parantamalla henkilön terveyttä ja toimintakykyä tai kehittämällä työtä ja työympäristöä.

Ihminen arvioi omaa toimintaansa identiteettinsä, ympäristön määrittelemien normien ja kulttuurin muodostamassa kontekstissa (Laukkanen 2008). Toimintakyvyn arvioinnissa on oleellista kiinnittää huomiota myös kompensaatiokeinoihin ja ihmisen henkilökohtaisiin tavoitteisiin. S). Usein toimintakyky jaetaan osa-alueisiin. Puhutaan esimerkiksi fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystä.

Fyysisellä toimintakyvyllä ymmärretään elimistön toiminnallista kykyä selviytyä sille asetetuista fyysistä ponnistelua vaativista tehtävistä. Fyysinen toimintakyky perustuu hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä tuki- ja liikuntaelimistön toimintaan. Maailman terveysjärjestön esittämän ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health) -luokituksen perusteella fyysiseen toimintakykyyn kuuluvat ruumiin toiminnot ja rakenteet sekä niissä ilmenevät joko tilapäiset tai pysyvät ongelmat (WHO & Stakes 2004). Fyysisen toimintakyvyn kannalta olennaista on, millaisia muutoksia tapahtuu hengitys- ja verenkiertoelimistössä, tuki- ja liikuntaelimistössä – ennen muuta lihas- ja luukudoksessa – sekä nivelten liikkuvuudessa. Lisäksi fyysiseen toimintakykyyn vaikuttavat havaintomotorisissa toiminnoissa ja tasapainossa ilmenevät muutokset. Rauti on (2006) mukaan fyysisen toimintakyvyn osa-alueet ja niitä kuvaavat indikaattorit voidaan ryhmitellä seuraavasti: lihasvoima (esim. käden puristusvoima), hapenottokyky (sydämen ja verisuoniston tehokkuus, lihasten kyky käyttää happea), havaintomotoriikka (reaktio- ja liikeaika, tasapaino), nivelliikkuvuus (olkanivelen fleksio), sekä kehon koostumus (pituus, paino, lihasmassa, rasvamassa).

Psyykkisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan kykyä ottaa vastaan ja käsitellä tietoa, muodostaa käsityksiä ympäröivästä maailmasta sekä kykyä tuntea ja kokea. Se voidaan määritellä kyvyksi suoriutua erilaisista älyllisistä ja muuta henkistä ponnistelua vaativista tehtävistä (Ruoppila & Suutama 1994). Psyykkisen toimintakyvyn keskeisiä alueita ovat siten älylliset ja tiedolliset toiminnot, elämän kokeminen sekä kyky ratkaista erilaisia ongelmia. Käsitteeseen sisältyvät tiedon käsittelyssä tarvittavien toimintojen lisäksi toiminnan tavoitteet, tarpeet, asenteet, minäkäsitys sekä pystyvyyden ja elämänhallinnan kokeminen. Psyykkisen toimintakyvyn määrittelyssä ja arvioinnissa voidaan tehdä ero potentiaalisen ja tosiasiallisen eli reaalisen toimintakyvyn välillä. Useimmiten psyykkistä toimintakykyä koskevat tutkimukset ovat keskittyneet todetun toimintakyvyn arviointiin. Psyykkisessä toimintakyvyssä on tärkeää yksilön ja hänen elin- ja toimintaympäristönsä välinen vuorovaikutussuhde. Toisaalta psyykkinen toimintakyky on aina yhteydessä toimintakyvyn muihin osa-alueisiin (fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky). Sitä voidaan parhaiten arvioida, kun tunnetaan yksilön elämän olennaisimmat puitteet, asuin- ja elinympäristö sekä virallinen ja epävirallinen sosiaalinen verkosto, jotka voivat tukea yksilöä selviytymään päivittäisen elämän asettamista haasteista ja vaatimuksista.

Toimintakyvyn kolmesta osa-alueista *sosiaalinen toimintakyky* ja sen määritteleminen lienee kaikkein ongelmallisinta. Sosiaaliselle toimintakyvylle ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää, joskin useita erilaisia malleja ja teorioita on esitetty. Epämääräisyydestä huolimatta sosiaalista toimintakykyä arvioidaan ja arvioita käytetään hyväksi päätöksenteossa vanhustyössä päivittäin. Erikoista nykytilanteessa on, että vaikka arkisessa käytännön työssä sosiaalista toimintakykyä arvioidaan päivittäin, tieteellinen maailma ei ole pystynyt muodostamaan yksiselitteistä määritelmä (Simonen 2010).

Sosiaalinen toimintakyky on yhtäältä kykyä tulla toimeen yhteiskunnassa vallitsevien arvojen ja normien mukaisesti, ja toisaalta selviytymistä arkipäivän toiminnoista, vuorovaikutussuhteista ja oman toimintaympäristön rooleista (Sosiaalityön sanasto 2002). Sosiaaliseen

toimintakykyyn kuuluvat sekä yksilön vuorovaikutustaidot että yhteisön ja yhteiskunnan jäsenenä toimiminen. Joissakin määritelmissä painotetaan yksilön resursseja, rooleja, sosiaalisia taitoja tai suhdetta yhteiskuntaan (Kananoja 1987, Heikkinen & Leskinen 1987, Hervonen & Pohjolainen 1990, Rissanen 1999). Maailman terveysjärjestön ICF-luokituksessa sosiaaliseen toimintakykyyn kuuluvia arvioitavia asioita ovat esimerkiksi keskustelun ylläpitäminen, käyttäytymisen säätely vuorovaikutussuhteessa ja perhesuhteet (WHO & Stakes 2004).

Sosiaalisesta toimintakyvystä ei ole rajattavissa erityistä tutkimusperinnettä eikä käsitteellistä analyysia ole tehty tyhjentävästi millään tieteenalalla. Viime aikoina ratkaisua ongelmaan on haettu toimintakyvyn käyttöön liittyvien modaliteettien (osata, kyetä, täytyä, voida, haluta, tuntea) näkökulmasta (Jyrkämä 2007) tai kulttuurihistoriallisesta toiminnan teoriasta (Mäkitalo 2001). Molemmissa lähestymistavoissa sosiaalinen toimintakyky on enemmänkin yhteiskunnallinen käsite kuin yksilön ominaisuus.

Miesten toimintakykymuutokset ikääntyessä

Etenkin fyysisessä toimintakyvyssä iän mukana ilmenevä heikentyminen perustuu paljolti edellä kuvattuihin biologisiin vanhenemismuutoksiin. Seuraavaksi tarkastellaan miesten toimintakykyä eri ikäryhmissä. On kuitenkin syytä korostaa, että ikäryhmiä vertailtaessa eli poikkileikkausasetelmassa esiin nousevat erot eivät aina johdu pelkästään vanhenemisesta, vaan taustalla saattaa olla kohorttivaikutus (esim. Pohjolainen & Heikkinen 1989). Eri aikoina eläneiden miesten toimintakyky etenkin vanhuudessa on erilainen johtuen ennen muuta ympäristö- ja elämäntyylitekijöistä. Sodassa olleen miessukupolven toimintakyky vanhuudessa on ehkä huonompi kuin heidän poikiensa, jotka ovat eläneet lapsuutensa ja nuoruutensa suomalaisen yhteiskunnan nousukaudella. Edelleen mielenkiintoista on seurata, millainen toimintakyky tulee olemaan eläkeiässä ”sotasukupolven” pojanpojilla, jotka ovat viettäneet lapsuudessaan runsaasti aikaa tietokoneen ääressä.

Miesten toimintakykyä kuvaava tutkimustieto on seuraavassa jaettu kolmeen ryhmään. Ensiksi esitellään tutkimukset, joissa toimintakyvyn arviointi perustuu tutkittavan omaan näkemykseen eli itsearvioituun toimintakykyyn. Toisen kokonaisuuden muodostavat tutkimukset, joissa toimintakykyä on arvioitu siitä näkökulmasta, miten hyvin miehet selviytyvät erilaisista päivittäisistä toiminnoistaan. Näissäkin arvioinneissa on usein kysymys tutkittavan omasta arviosta selviytymisestään. Kolmanteen ryhmään kuuluvat tutkimukset, joissa toimintakyvyn arviointi tai mittaaminen perustuu johonkin objektiiviseen mittausmenetelmään tai testiin. Aineistoa miesten toimintakyvystä ja siinä iän myötä ilmenevistä muutoksista on koottu ensisijaisesti suomalaisista tutkimuksista.

Itsearvioitu toimintakyky

Tutkimuksissa ihmisten omaa käsitystä heidän toimintakyvystään voidaan selvittää kysymällä yleisesti, millaiseksi tutkittava arvioi toimintakykynsä. Kahdessa maaseutukunnassa toteutetussa väestötutkimuksessa kysyttiin eläkeiän kynnyksellä olevilta miehiltä (55–69-vuotiaat) heidän omaa arviotaan toimintakyvystään (Pohjolainen 2005). Miehistä noin 40 prosenttia piti toimintakykyään erittäin hyvänä tai hyvänä. Näiden osuus pieneni hieman siirryttäessä nuoremmista ikäryhmistä vanhempiin. Miehiltä kysyttiin myös, kuinka hyvin he selviytyivät erilaisista ruumiillista ponnistelua vaativista tehtävistä. Fyysisesti vähän kuormittavat tehtävät, kuten 10 kilon taakan nostaminen, portaiden nousu tai kahden kilometrin pyöräily sujuivat useimmilta vielä varsin hyvin, mutta 10 kilometrin kävely tai metsässä liikkuminen tuottivat vaikeuksia jo monelle, etenkin vanhimmassa ikäryhmässä (64–69-vuotiaat).

Koko Suomen väestöä edustavassa tutkimuksessa 11 prosentilla eläkeikäisistä miehistä (65–84 -vuotiaat) oli vaikeuksia ulkona liikkumisessa (Laitalainen ym. 2010). Näin arvioituna fyysinen toimintakyky oli kohentunut viimeisten vuosikymmenien aikana, sillä

vastaava luku oli 21 prosenttia vuonna 1991. Ikäryhmittäiset erot ovat kuitenkin säilyneet. Kun 65–69-vuotiaista miehistä vaikeuksia on 6 prosentilla, niin vastaava luku 80–84-vuotiailla on 20 prosenttia.

Itsearvioituun toimintakykyyn voidaan liittää osana tutkittavan oma käsitys aistitoiminnoistaan. Yleensä tällöin arvioidaan näköä ja kuuloa. Suomalaista väestöä edustavan tutkimuksen mukaan noin 80 % eläkeikäisistä (65–84-vuotiaista) miehistä pystyy lukemaan sanomalehteä joko silmälaseilla tai ilman (Laitalainen ym. 2010). Määrä ei ole kymmenen vuoden aikana juurikaan muuttunut. Samassa tutkimuksessa kuuloa selvitettiin kysymyksellä, pystyykö kuulemaan vaikeuksitta usean henkilön keskustelussa. Tällä tavalla arvioituna eläkeikäisistä miehistä hyvä kuulo on yli puolella (60 %). Tämäkin luku on kymmenen vuoden aikana pysynyt samana. Sen sijaan sekä näössä että kuulossa oli merkittäviä ikäryhmittäisiä eroja. Kun 65–69-vuotiaista miehistä 15 prosentilla oli lukemisessa vaikeuksia, niin vastaava luku 80–84-vuotiailla oli jo 28 prosenttia. Kuulo-ongelmia oli nuorimmassa ikäryhmässä joka kolmannella (30 %), mutta vanhimmassa jo joka toisella (54 %).

Eläkeikäisten miesten psyykkinen toimintakyky näytti myös parantuneen viime vuosikymmenen aikana, sillä heistä 57 prosenttia selvisi hyvin tai melko hyvin hyvää muistia ja henkistä ponnistelua vaativista tehtävistä vuonna 2009 (Laitalainen ym. 2010). Kymmenen vuotta aikaisemmin vastaava luku oli 49 %. Ikäryhmittäiset erot ovat kuitenkin edelleen olemassa. Nuoret eläkeläismiehet (65–69-vuotiaat) pärjäsivät mainituissa tehtävissä selvästi paremmin kuin vanhemmat miehet (80–84-vuotiaat).

Toimintakyvyn itsearvioinnissa korostuu fyysisen toimintakyvyn merkitys. Arvioitaessa erikseen toimintakyvyn eri osa-alueita fyysisen toimintakyvyn ollessa keskinkertainen tai huono, niin psyykkinen ja etenkin sosiaalinen toimintakyky on arvioitu hyväksi tai jopa erinomaiseksi. Yhdessä pitkäaikaistyöttömiin kohdistuneessa tutkimuksessa kysyttiin miehiltä, joiden ikä vaihteli välillä 26–62 vuotta (keski-ikä 46.5 vuotta), arvioita heidän fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta toimintakyvystään. Vastaajista 40 prosenttia arvioi fyysisen toimintaky-

kynsä erittäin hyväksi tai hyväksi (Pohjolainen ym. 2009). Psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky arvioitiin kuitenkin paremmaksi kuin fyysinen toimintakyky. Psyykkistä toimintakykyään piti hyvänä tai erittäin hyvänä yli puolet (57 %) ja sosiaalista toimintakykyään peräti kolme neljännestä (73 %) pitkäaikaistyöttömistä miehistä.

Päivittäisistä toiminnoista selviytyminen

Yleisin menetelmä selvittää toimintakykyä on tiedustella, miten vastaaja pärjää päivittäisissä askareissaan. Kyky selviytyä päivittäisistä toiminnoista vaikeutuu siirryttäessä nuoremmista ikäryhmistä vanhempiin. Toimintakyvyn huonontuessa vaikeudet ilmenevät usein ensin asioiden hoitamisessa (IADL-toiminnot, *Instrumental Activities of Daily Living*). Eniten vaikeuksia ilmenee raskaissa taloustöissä, kuten siivoamisessa ja painavien tavaroiden kantamisessa (Jylhä ym. 2007). Myös ulkona ja portaissa liikkuminen vaikeutuu jo toimintakyvyn heikkenemisprosessin alkuvaiheessa, kun taas kyky suoriutua päivittäisistä perustoiminnoista (PADL-toiminnot, *Physical Activities of Daily Living*), kuten syömisestä ja henkilökohtaisesta hygieniasta, säilyy yleensä pisimpään. Sosiaalilääketieteellisellä kriisikynnyksellä tarkoitetaan tilannetta, jossa vaikeuksia ilmenee esimerkiksi kaupassa käynnissä tai raha-asioiden hoitamisessa (Laukkanen 2008). Kun päivittäiset perustoiminnotkaan eivät enää suju, kotona asuminen on uhattuna.

Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys – tutkimuksessa yli 90 prosenttia 65–69-vuotiaista miehistä vastasi selviytyvänsä vaikeuksitta päivittäisistä toiminnoista (Laitalainen ym. 2010). Vanhempiin ikäryhmiin mentäessä vaikeudet lisääntyivät. Etenkin raskaiden kotitöiden tekeminen, ruuan valmistaminen, varpaan kynsien leikkaaminen ja asiointi pankkiautomaatilla tuottivat vaikeuksia. Niistä selviytyi vaikeuksitta hieman yli puolet 80–84-vuotiaista. Helpot arkiaskareet kuten syöminen, pukeutuminen, peseytyminen,

vuoteeseen meno ja WC:n käyttö onnistui 88–94 prosentilla vanhimpaan ikäryhmään kuuluvista.

Terveys 2000-tutkimuksen, joka edusti 30 vuotta täyttänyttä suomalaista väestöä, mukaan pukeutumisesta ja peseytymisestä miehet selviävät kohtalaisen hyvin noin 65 vuoden ikään saakka, mutta yli 84-vuotiaista vaikeuksia on jo joka toiselle (Koskinen ym. 2002). Sen sijaan varpaan kynsien leikkaaminen tuottaa vaikeuksia jo joka viidennelle 65–74-vuotiaista ja neljälle viidestä 85 vuotta täyttäneistä. Vaikka erilaiset jalkavaivat, kuten vaivaisenluut tai pitkät varpaankynnet, joita ei enää kykene itse leikkaamaan, kuulostavat vähäisiltä ongelmilta, ne haittaavat arkielämää merkittävästi (Jylhä ym. 2007).

Monissa päivittäisissä toiminnoissa on miesten ja naisten välillä huomattaviakin eroja. Etenkin monet IADL -mittareiden osioista ovat sukupuolisidonnaisia. Yleensä miehet suoriutuvat arkiaskareista naisia paremmin. Poikkeuksena on kuitenkin ruuan valmistus. Se, että tänä päivänä vanhat miehet eivät yleensä osallistu ruuanlaittoon, ei kuitenkaan pääosin johdu siitä, etteivätkö he fyysisessä mielessä kykenisi siihen. Kyse lienee enemmän siitä, että useimmat vanhat miehet eivät yksinkertaisesti osaa tai halua valmistaa ruokaa, joka on perinteisesti kuulunut naisten (vaimon) tehtäviin. Tämä kuvastaa sitä, kuinka toimintakyvyn arviointi on sidoksissa yhteiskunnallisiin arvoihin ja normeihin.

Sukupuolen lisäksi monet muut tekijät vaikuttavat päivittäistoimintoihin. Lukuisissa tutkimuksissa on todettu sosioekonomisen aseman, terveydentilan ja elintapojen olevan yhteydessä toimintakykyyn silloin, kun sitä arvioidaan IADL- tai PADL-mittareilla. On myös huomattava, että aina toimintakyky ei ikääntymisen myötä huonone, vaan saattaa jopa kohentua. Näin voi käydä esimerkiksi silloin kun toimintakykyä väliaikaisesti huonontanut sairaus tai vamma on parantunut, tai henkilö on sopeutunut tilanteeseen niin, ettei koe enää toimintakykyään huonoksi (Laukkanen 2008).

Usein toimintakykyä arvioitaessa kohteena on vain päivittäisistä perustoiminnoista selviytyminen. Tämä saattaa johtaa siihen, että alkava toiminnanvajaus jää huomaamatta, jolloin kuntoutus viivästyy

ja kuntoutustulokset sen seurauksena huonontuvat. Olisikin hyvä käyttää toimintakyvyn arvioinnissa toimintakykytestejä ja - mittareita, jolloin mahdolliset toiminnanvajaukset havaittaisiin aikaisemmin kuin itsearviointiin perustuvilla kyselyillä tai haastatteluilla. Varsinkaan vanhimmissa ikäryhmissä itsearviointi (usein yksi kysymys) ei anna yksilötasolla riittävän tarkkaa kuvaa toimintakyvystä, vaan mittaamiseen tarvitaan erilaisia testejä ja mittausmenetelmiä (Pohjolainen 1999, Husu & Suni 2011).

Kestävyys, lihasvoima ja reaktiokyky

Suurimmassa osassa tutkimuksista miesten toimintakykyä on selvitetty itsearviointiin perustuen. Varsinaisia toimintakyvyn mittauksia etenkin vanhoille miehille on tehty varsin vähän. Kahdessa maaseutukunnassa toteutetussa tutkimuksessa (Iästä 55 -projekti) suurimmat erot ikäryhmien välillä olivat kestävyydessä (mitattiin 6 minuutin kävelytestillä) ja lihasvoimamittauksissa (kyynärvarren koukistus, käden puristusvoima, tuolilta nousu ja polven ojennusvoima) (Pohjolainen 2005). Kaikkien näiden mittauksien tulokset huononivat johdonmukaisesti siirryttäessä nuoremmista ikäryhmistä vanhempiin. Samansuuntaisia tuloksia on saatu monissa muissa kestävyyttä ja lihasvoimaa kartoittavissa tutkimuksissa (Era 1992, Spirduso 1995, Rikli & Jones 1999, Kallinen 2008). Kestävyyden ja lihasvoiman vähenemistä pidetäänkin ”normaaleina” vanhenemismuutoksina, joskin lihasvoiman väheneminen alkaa selvästi myöhemmin (noin 50 vuoden iässä) kuin kestävyyden huononeminen, joka on läheisesti yhteydessä verenkiertoelimistön vanhenemiseen.

Lukuisat tutkimukset ovat osoittaneet, että reaktioaika nopeutuu yksinkertaisissa ja monivalintatehtävissä 25. ikävuoteen asti ja alkaa sen jälkeen hidastua (Pajala ym. 2008). Suoritus hidastuu iän mukana sitä enemmän, mitä monimutkaisemmasta tehtävästä on kysymys. Iästä 55 -projektissa ikäryhmien välisiä eroja miehillä ilmeni etenkin monivalintareaktioajoissa (Pohjolainen 2005). Ikääntymiseen liittyvä

havaintomotoristen toimintojen hidastuminen on seurausta useiden tekijöiden yhdistelmästä, joka johtaa keskushermostossa tapahtuvan tiedon prosessoinnin hidastumiseen. Toimintojen hidastumista (esimerkiksi reaktioaika) pidetään yhtenä vanhenemismuutosten yleispiirteenä (Birren ym. 1990). Havaintomotorisen järjestelmän hidastumisen uskotaan olevan monien päivittäisten perustoimintojen rajoitusten taustalla. Kompensaatioiden, kuten varovaisuus tai toiminnan hidastaminen, avulla ikäihminen kuitenkin selviytyy päivittäisistä rutiineistaan, eikä toimintakyvyn haittaa voida heti havaita (Pajala ym. 2008).

Näkö, kuulo ja tasapaino

Aistien osalta on eniten selvitetty näköön ja kuuloon liittyviä toimintavaikeuksia. Terveys 2000-tutkimukssessa työikäisten miesten (30–64-vuotiaat) lähinäkö oli lähes kaikilla normaali (Koskinen ym. 2002). Lähinäön ongelmat alkoivat yleistyä 75 ikävuoden jälkeen ja 85 vuotta täyttäneistä alle puolella lähinäkö oli normaali. Samoin kaukonäkö alkoi huonontua eläkeiän alkaessa (noin 65-vuotiaana). 65–74-vuotiaista miehistä 10 prosentilla kaukonäkö oli heikentynyt, mutta 85 vuotta täyttäneistä jo 75 prosentilla. Näkötarkkuus tutkittiin silmälasein, jos henkilö käytti niitä. Kuulo oli audiometrimittausten perusteella normaali yli 90 prosentilla työikäisistä miehistä, mutta alkoi heikentyä eläkeiässä niin, että 85 vuotta täyttäneistä kuulo oli normaali enää 10 prosentilla (Koskinen ym. 2002). Jyväskylässä tehdyssä Ikivihreät -tutkimuksessa 75- ja 80-vuotiaiden miesten kuulo oli heikentynyt nimenomaan korkeiden äänien kuulemisen alueella (Era 1992).

Tasapainon hallinta on parhaimmillaan nuorilla miehillä, heiketen sitten ikääntymisen myötä, erityisesti 60 ikävuoden jälkeen. Huojunnan lisääntyminen on havaittavissa jo 40 vuoden ikäisillä miehillä verrattuna nuorempiin (Pajala ym. 2008). Kahden maaseutukunnan väestötutkimuksessa (Iästä 55 -projekti) miesten huojuntanopeus lisääntyi siirryttäessä nuoremmista ikäryhmistä vanhempiin

(Pohjolainen 2005). Tasapainoon vaikuttavat vanhenemismuutokset monissa elinjärjestelmissä, joten sitä voidaan pitää ikääntymistä laajasti kuvaavana indikaattorina.

Miesten toimintakyvyn tukeminen vanhuudessa

Miesten ja naisten välisiä terveyseroja ja terveyskäyttäytymistä on selitetty muun muassa sukupuolirooleilla, joihin kummatkin sukupuolet ovat sosiaalistuneet, ja joiden mukaisesti he käyttäytyvät (Riska 2011). Näiden rooliodotusten vuoksi naiset hakevat miehiä useammin hoitoa lieviinkin oireisiin. Tästä syystä heidän tilastoihin päätyvä sairastavuutensa on suurempi kuin miesten. Miehet taas useammin hakevat hoitoa vasta siinä vaiheessa, kun oireet ovat jo vakavia, tai jopa uhkaavat henkeä. On esitetty, että miesten korkea kuolleisuus johtuu siitä, että he tavallaan vähättelevät oireitaan. Toimintakyvyn näkökulmasta edellä esitetty terveysparadoksi tarkoittaa sitä, että miehet pärjäävät lähes kaikissa toimintakykymittauksissa naisia paremmin, mutta elävät siitä huolimatta lyhyemmän elämän.

Vanhuudessakin toimintakykyä voidaan vielä lisätä monin keinoin. Fyysistä toimintakykyä on mahdollista parantaa kuntoutuksella tai kompensoida menetettyä toimintakykyä erilaisilla apuvälineillä. Sosiaaliset kontaktit, verkostot ja apu auttavat arkitoiminnoissa, joskin osalle vanhoista miehistä avun pyytäminen saattaa tuntua vaikealta miehisyyttä koskevien kulttuuristen normien vuoksi (ks. Pietilä tämä kirja). Asuin- ja elinympäristön rakentaminen sellaiseksi, että arkiaskareista selviytyminen helpottuu, vaikuttaa motivaatioon ja tavoitteisiin. Julkiset ja yksityiset organisaatiot tai laitokset tarjoavat monenlaisia palveluja, jotka tukevat iäkkäiden henkilöiden psyykkis-sosiaalista toimintakykyä. Psyykkinen aktivointi voi tapahtua ystävien ja sukulaisten kanssa käytävissä keskusteluissa ja tapaamisissa. Vapaaehtoistyöhön osallistuminen saattaa vähentää ikääntymiseen liittyvien roolimenetysten haitallisia vaikutuksia ja antaa uusia voimavaroja käsitellä ja ratkaista vanhenemiseen liittyviä ongelmia (Ruoppila & Suutama

2003). Erityisen tärkeitä edellä esitetty toimenpiteet ovat miehille. Sosiaalisen ympäristön tukea lisäämällä, motivaatiotekijöitä kohottamalla, opettamalla uusia taitoja (esimerkiksi ruoan valmistaminen) ja parantamalla fyysistä ympäristöä päästään tilanteeseen, jossa melko huonokuntoinenkin ikämies pärjää kotioloissaan vielä viimeisinäkin elinvuosinaan.

Kirjallisuus

Aromaa, Arpo, Gould, Raija, Hytti, Helka & Koskinen, Seppo(2005) Toimintakyky, työkyky ja sairauden sosiaaliset seuraukset. Teoksessa Arpo Aromaa, Jussi Huttunen, Seppo Koskinen & Juha Teperi (toim.) Suomalaisten terveys. Duodecim, Stakes, KTL, Helsinki, 134–148.

Baltes, Paul & Baltes, Margaret (1990) Psychological Perspectives on Successful Aging. The Model of Selective Optimization with Compensation. Teoksessa Paul Baltes & Margaret Baltes (toim.) *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences.* Cambridge University Press, New York, 1–34.

Birren, James, Vercruyssen, Max & Fisher, Laurel (1990) Havainto- ja suoritusnopeus ja vanheneminen. *Gerontologia* 4:2, 88–98.

Era, Pertti (1992) Fyysinen toimintakyky, aistitoiminnot ja havaintomotoriikka. Teoksessa Riitta-Liisa Heikkinen & Timo Suutama (toim.) *Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn ja terveyden arviointi. Ikivihreät-projekti. Osa II*. Kehittämisosaston julkaisuja 1991:10, STM, Helsinki, 40–69.

Era, Pertti (1997) Havaintomotoriikan ja kehon asennon hallintakyvyn muutokset vanhetessa ja liikunta. Teoksessa Pertti Era (toim.) *Ikääntyminen ja liikunta.* Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 108, Likes, Jyväskylä, 49–62.

Heikkinen, Eino (2002) Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) *Vanhuuden voimavarat*. Tammi, Helsinki, 13–33.

Heikkinen, Riitta-Liisa & Leskinen, Anna-Liisa (1987) Sosiaalinen toimintakyky II. *Gerontologia* 1:2, 37–43.

Hervonen, Antti & Pohjolainen, Pertti (1990) *Gerontologian ja geriatrian perusteet*. Lääketieteellinen oppimateriaalikustantamo, Tampere.

Husu, Pauliina & Suni, Jaana (2011) Aikuisväestön koettu ja mitattu kunto. Teoksessa Pauliina Husu, Olavi Paronen, Jaana Suni & Tommi Vasan-

kari (toim.) *Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010.* Opetus– ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:15, OKM, Helsinki, 69–75.
Jylhä, Marja, Helminen, Sanna, Artama, Mia, Luukkaala, Tiina & TamELSA – tutkijaryhmä (2007) *Iäkkäiden tamperelaisten elämäntilanne ja terveys. TamELSA – tutkimuksen tuloksia vuosilta 1979, 1989, 1999 ja 2006.* Raportteja 8/2007, Stakes, Helsinki.
Jyrkämä, Jyrki (2007) Toimijuus ja toimijatilanteet – aineksia ikääntymisen arjen tutkimiseen. Teoksessa Marjaana Seppänen, Antti Karisto & Teppo Kröger (toim.) *Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä*. PS-kustannus, Jyväskylä, 195–217.
Kallinen Mauri (2008) Kestävyys. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 120–128.
Kananoja, Aulikki (1987) Mitä on sosiaalinen toimintakyky? *Kuntoutus* 10:4, 6–22.
Kirjonen, Juhani (1999) Työelämän kehitystrendit. Teoksessa Jorma Kuusinen & toimituskunta (toim.) *Ikääntyminen ja työ*. Työterveyslaitos ja WSOY, Helsinki, 110–127.
Koskinen, Seppo, Sainio, Päivi, Gould, Raija, Suutama, Timo, Aromaa, Arpo & toimintakykytyöryhmä (2002) Toimintakyky ja työkyky. Teoksessa Arpo Aromaa & Seppo Koskinen (toim.) *Terveys ja toimintakyky Suomessa. Terveys 2000 – tutkimuksen perustulokset*. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B3/2002, Kansanterveyslaitos, Helsinki, 71–87.
Kukkonen–Harjula, Katriina, Kallinen, Mauri & Alen Markku (1997) Liikunta osana keskeisten kansantautien hoitoa ja kuntoutusta. Teoksessa Pertti Era (toim.) *Ikääntyminen ja liikunta*. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 108, Jyväskylä, 77–140.
Laitalainen, Elina, Helakorpi, Satu & Uutela, Antti (2010*) Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys keväällä 2009 ja niiden muutokset 1993–2009*. Raportti 30/2010, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.
Laukkanen, Pia (2008) Toimintakyky ja ikääntyminen – käsitteestä ja viitekehyksestä päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 261–272.
Martelin, Tuija, Koskinen, Seppo & Sihvonen, Ari-Pekka (2008) Elinaika ja kuolemansyyt. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 36–50.
Mäkitalo, Jorma (2001) Toimintakyky ja toiminnan teoria. Teoksessa Seija Talo (toim.) *Toimintakyky – viitekehyksestä arviointiin ja mittaamiseen*. Seminaariraportti. Sosiaali- ja terveysturvan katsauksia 49, KELA, Turku, 65–92.
Pajala, Satu, Sihvonen, Sanna & Era, Pertti (2008) Asennonhallinta ja havaintomotorinen kyvykkyys. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina

Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 136–157.
Pohjolainen, Pertti & Heikkinen, Eino (1989) Eläkeikäisten jyväskyläläisten liikunta- ja terveystutkimus. Pitkittäis- ja kohorttiasetelma vanhenemisen tutkimuksessa. *Gerontologia* 3:3, 177–190.
Pohjolainen, Pertti (1999) Suoritustestit ja itsearviointi ikääntyneiden toimintakyvyn mittaamisessa. *Gerontologia* 13:4, 209–217.
Pohjolainen, Pertti (2005) *Terveys, toimintakyky ja terveyselämäntyyli kahdessa maaseutukunnassa. Iästä 55 -projekti.* Raportteja 2/2005. Ikäinstituutti, Helsinki.
Pohjolainen, Pertti, Tiihonen, Arto, Simonen, Mika & Takala, Katri (2009) *Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tuen lähtökohdat. Tutkimus Hämeenkyrön pitkäaikaistyöttömistä.* Raportteja 1/2009. Ikäinstituutti, Helsinki.
Rautio, Nina (2006) *Seuruu- ja vertailututkimus sosioekonomisen aseman yhteydestä toimintakykyyn iäkkäillä henkilöillä*. Studies in Sport, Physical Education and Health 113, Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.
Rikli, Roberta & Jones, Jessie (1999) Development and Validation of a Functional Fitness Test for Community-residing Older Adults. *Journal of Aging and Physical Activity* 7:2, 129–161.
Riska, Elianne (2011) Sukupuoli. Teoksessa Mikko Laaksonen & Karri Silventoinen (toim) *Sosiaaliepidemiologia.* Gaudeamus, Helsinki, 60–72.
Rissanen, Lea (1999) *Vanhenevien ihmisten kotona selviytyminen.Yli 65-vuotiaiden terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveyspalveluiden koettu tarve.* Oulun yliopisto, Oulu.
Ruikka, Ilmari, Sourander Leif & Tilvis, Reijo (1992) *Vanheneminen ja sairaudet, WSOY ja SHKS,* Helsinki.
Ruoppila, Isto & Suutama, Timo (1994) Psyykkisen toimintakyvyn muutokset vanhetessa. Teoksessa Jorma Kuusinen & toimituskunta (toim.) *Ikääntyminen ja työ*. Työterveyslaitos ja WSOY, Helsinki, 58–75.
Ruoppila, Isto & Suutama, Timo (2003) Kognitiivisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Anne Hietanen & Tiina-Mari Lyyra (toim.) *Iäkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen*. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2003:2, STM, Helsinki, 155–170.
Sakari-Rantala, Ritva (2003) *Iäkkäiden ihmisten liikunta- ja kuntosaliharjoittelu*. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 142. Likes, Jyväskylä.
Simonen, Mika (2010) Sosiaalisen toimintakyvyn arviointitilanne tutkimushaastattelussa. *Gerontologia* 24:2, 187–202.
Sipilä, Sarianna, Rantanen, Taina & Tiainen, Kristiina (2008) Lihasvoima. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 107–119.

Sorri, Matti & Huttunen, Kerttu (2008) Ikääntyneen kuulo. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 158–170.
Sosiaalityön sanasto (2002). Stakes, www.stakes.fi/oske/terminologia/sanastot/sostyo.htm.
Spirduso, Waneen (1995) *Physical Dimensions of Aging*. Human Kinetics. Champaign, IL.
Suominen, Harri (1997) Kehon rakenteen ja fyysisen suorituskyvyn muutokset vanhetessa ja liikunta. Teoksessa Pertti Era (toim.) *Ikääntyminen ja liikunta.* Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 108. Likes, Jyväskylä, 17–48.
Suominen, Harri (2008) Kehon rakenne ja koostumus. Teoksessa Eino Heikkinen & Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 2. uudistettu painos. Duodecim, Helsinki, 96–101.
WHO & Stakes (2004) *ICF – toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus*. Stakes, Helsinki.

Miesten elintapojen muutokset ikäännyttäessä

Tommi Sulander

Elintavoilla on merkittävä vaikutus ihmisten terveyteen läpi elämän. Laajat tutkimukset vuosikymmenien ajalta ovat osoittaneet esimerkiksi vähäisen liikunnan ja tupakoinnin lisäävän sydän- ja verisuonitautien riskiä ja heikentävän fyysistä toimintakykyä. Vaikka elintapojen vaikutus yksilöiden terveyteen määräytyy pitkälti jo elämänkaaren aikaisemmissa vaiheissa, positiiviset elintapamuutokset, myös myöhemmällä iällä, ovat omiaan vaikuttamaan suotuisasti terveyteen (Kalache & Kickbush 1997).

Yksi tämän hetken keskeisimmistä sosiaali- ja terveyspoliittisista tavoitteista on löytää keinoja siihen, miten ikääntyneet ihmiset voisivat selviytyä omassa kodissaan entistä pidempään (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008). Kotona asumisen onnistuminen edellyttää huomion kiinnittämistä kaikkiin niihin tekijöihin, joilla voidaan edesauttaa ikääntyneiden ihmisten yleistä hyvinvointia. Elintavat vaikuttavat keskeisesti siihen, miten hyvin ikääntyneet ihmiset selviytyvät itsenäisesti omassa kodissaan. Miesten elintavat ovat erityisen kiinnostava aihe, sillä esimerkiksi miehiseen elämään perinteisesti kuuluva alko-

holinkäyttö ja sen aiheuttamat haitat ovat lisääntyneet viime vuosina jyrkästi (esim. Vilkko ym. 2010). Vaikka miesten päivittäistupakointi on vuosien saatossa vähentynyt, kaksi kolmesta ikääntyneestä miehestä on tupakoinut joskus elämänsä aikana. Myös ruokatottumuksissa ja liikunnassa, sekä elintapojen seurausvaikutuksena ilmenevässä lihavuudessa, on nähtävissä ajallisia muutoksia (Laitalainen ym. 2010).

Iäkkäiden ihmisten elintapojen tutkimus on lisääntynyt viime vuosikymmenten aikana. Tästä huolimatta ihmisten elintapojen ajallisten muutosten tutkiminen on varsin vähäistä. Suurin osa tutkimuksista perustuu väestötason aineistoihin, joissa valtakunnallisella satunnaisotoksilla saadaan kattavaa kuvaa väestön elintavoista ja niiden muutoksista. Näissä tutkimuksissa ei kuitenkaan tavoiteta yksilöiden tekemiä muutoksia, koska niissä ei seurata samojen yksilöiden elämää. Väestötasoisten seurantojen perusteella ei voida varmuudella sanoa, muuttuvatko iäkkäiden ihmisten elintavat ikääntymisen myötä vai selittyvätkö muutokset uusien ikäpolvien ikääntymisellä (ts. eri ikäpolvien erilaisilla elintavoilla).

Elintapojen moniulotteisuuteen oman säväyksensä tuo elämän lääketieteellistyminen eli medikalisoituminen ja siihen liittyvä uusien lääkkeiden kehittäminen. Lääkityksellä on voitu alentaa satojen tuhansien suomalaisten korkeita verenpaine- ja kolesteroliarvoja. Näiden terveyden riskitekijöiden ensisijaisena lähteenä ovat epäterveelliset elintavat. Mutta kuinka moni epäterveellisesti elävä mies laittaa oikeasti elintapansa remonttiin, jos lääkityksen avulla voidaan alentaa terveyteen liittyviä verenpaine- ja kolesterolitasoja? Todennäköisesti osa tekee näin, mutta suurin osa ei. Viimeaikaiset tutkimustulokset Suomesta osoittavat, että etenkin suurten ikäluokkien miehillä terveyskäyttäytymismuutokset ovat terveyden näkökulmasta niin vähäisiä, että hyvin harva pääsee eroon verenpaine- ja/tai kolesterolilääkkeistään (Sulander ym. 2012).

Suomessa on jo vuosikymmenten ajan toteutettu väestötasoista terveysvalistusta. Terveyteen liittyvä tietoisuus on lisääntynyt ja valtaosa kansalaisista on tietoisia elintapojen terveysvaikutuksista (esim. Aarva & Pasanen 2005). Ihmisten tekemiin valintoihin voi

osaltaan vaikuttaa myös ikääntymisen myötä lisääntyvä tietoisuus oman ruumiin ja terveyden muuttumisesta. Iäkkäänä ruumis alkaa ilmoitella vanhenemisestaan, ja siksi kiinnostus terveyttä kohtaan voi herätä juuri tässä elämänvaiheessa. Yksi tärkeä tekijä elintapojen taustalla ovat terveysuskomukset. Toisin sanoen kysymys on siitä, miten ihmiset uskovat omien valintojensa vaikuttavan tai olevan vaikuttamatta terveyteensä.

Tässä artikkelissa käsitellään elintapoja ja niiden muutoksia ikääntyvien miesten näkökulmasta. Empiiristä tietoa elintapojen muutoksista samoilla henkilöillä on saatavilla varsin vähän. Tässä luvussa tuodaan esille elintapojen muutoksiin liittyviä tutkimustuloksia perustuen Ikihyvä Päijät-Häme -seurantatutkimukseen. Kyseisessä tutkimuksessa seurattiin kolmeen eri ikäkohorttiin (syntyneet 1926–1930, 1936–1940 ja 1946–1950) kuuluvia henkilöitä vuosien 2002 ja 2012 välillä. Vuonna 2002 tehtyyn kyselyyn vastasi yhteensä 2815 henkilöä. Vastausprosentiksi saatiin 66: miehillä 63 % ja naisilla 69 %. Kyselyyn vastanneet osallistuivat myös terveystarkastuksiin. Vuoden 2008 kyselyyn ja terveystarkastuksiin tuli yhteensä 1889 miestä ja naista vuonna 2002 tutkimukseen osallistuneista. Näin lasketuksi vastausaktiivisuudeksi muodostui siten 67 prosenttia. Tässä artikkelissa esitetään tuloksia perustuen vuosien 2002 ja 2008 väliseen seurantaan. Ennen elintapojen (nautintoaineet, liikuntatottumukset, ylipaino ja lääkkeiden käyttö) käsittelyä käydään lyhyesti läpi maskuliinisuuden käsite, joka liittyy oleellisesti miesten terveyteen ja elintapoihin.

Miehet, maskuliinisuus ja elintavat

Miesten elintavat kytkeytyvät keskeisesti käsitykseen mieheydestä ja maskuliinisuudesta. Maskuliinisuuden voidaan ajatella olevan sosiaalinen konstruktio siitä, mitä on olla mies tietyssä ajassa ja paikassa. Kyseessä on toisin sanoen voimakkaasti kulttuurinen ideaali siitä, mitä merkitsee olla mies. Miehisyyteen liittyy useissa kulttuureissa feminiinisyyteen liitettävien ominaisuuksien, kuten tunteiden ja haa-

voittuvuuden tukahduttaminen ja torjuminen (Genoe & Singelton 2006). Maskuliinisuus, etenkin länsimaisessa kulttuurissa, kytkeytyy kilpailullisuuteen, varallisuuteen, valta-asemaan, itsenäisyyteen ja fyysiseen kovuuteen (Bennett 2007, Donaldson 1993).

Miehiseen terveyspuheeseen liittyy keskeisesti fyysinen aktiivisuus ja fyysinen kunto (Pietilä 2008, ks. myös Pietilä tämä kirja). Ikääntyminen tuo tullessaan väistämättömiä tekijöitä, jotka uhkaavat tätä maskuliinisen ideaalin ylläpitämistä. Fyysiset ja psyykkiset sairaudet vähentävät mahdollisuutta itsenäisyyteen tuoden mukanaan riippuvuuden toisten avusta ja hoivasta. Sen myötä myös elintavat usein muuttuvat. Fyysinen aktiivisuus vähenee ja sitä kautta fyysinen kestävyys ja kovuus maskuliinisuuden osoittimena uhkaa rapistua. Vaikka terveyden heikentyessä osa miehistä pyrkii muuttamaan elintapojaan, saattavat toiset kokonaan kieltää tämän heikentymisen. Tämä saattaa osaltaan vaikuttaa siihen, että miehet, osana perinteistä maskuliinista käyttäytymistä, viivyttelevät avun hakemisessa (Galdas ym. 2005). Avun hakeminen muodostaa ristiriidan maskuliinisen identiteetin kanssa, sillä se pakottaa miehen myöntämään avuntarpeen ja sitä myötä oman heikkoutensa.

Ilkka Pietilä (2008) on tutkimuksissaan havainnut miesten kuitenkin omaksuneen myös terveyden edistämisen ja terveyskasvatuksen keskeiset sanomat. Elintavoista puhuessaan miehet käyttävät kohtuullisuutta eräänlaisena terveysvalintoja ohjaavana periaatteena. Miesten puheissa tupakointi yhdistetään elintavoista selkeimmin epäterveellisyyteen. Myös alkoholin osalta ollaan tietoisia ongelmajuomisen haitoista, mutta usein haitat yhdistetään sosiaalisiin haittoihin ennemmin kuin omaan terveyteen. Pietilän mukaan ruokatottumukset tai ravinto ovat elintavoista selkeimmin sukupuolittunut teema. Vaikka miehet tietävät terveellisen ruokavalion positiivisista terveysvaikutuksista, terveellinen ruoka ja siihen liittyvät ilmaukset viittaavat miesten diskursseissa usein naisiin. Perinteisesti on totuttu ajattelemaan, että maskuliinisuus ja terveellinen elämäntapa ovat keskenään ristiriitaisessa suhteessa. Suomalaisten nyky-miesten puheissa terveellisyys on kuitenkin hallitsevana diskurssina perinteisten tosimiestulkintojen

sijaan. Maskuliinisuuden perinteinen ideaali onkin tämän mukaan muotoutumassa uudelleen. Pietilä (2008) toteaakin, että terveystietoisuudesta on hiljalleen muotoutumassa olennainen osa miehisyyden keskeisiä ideaaleja, osa tämän päivän hegemonista maskuliinisuutta.

Nautintoaineet: tupakka ja alkoholi

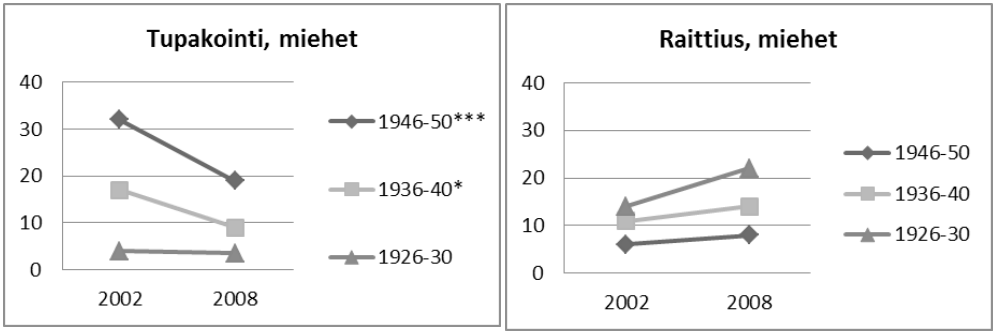
Tupakointi ja alkoholinkäyttö ovat vuosikymmeniä olleet enemmän miesten kuin naisten asia. Se, missä määrin tupakoivat iäkkäät miehet muuttavat tupakointimääräänsä ikääntymisen myötä, on kuitenkin edelleen avoin kysymys. Suurin osa tupakoitsijoista ei saavuta kovin korkeaa ikää ja osa miehistä lopettaa tupakoinnin sairauksien seurauksena. Valtakunnallisesti katsottuna eläkeikäisistä miehistä noin joka kymmenes ilmoittaa lopettaneensa tupakoinnin viimeisen vuoden aikana terveydellisten näkökohtien perusteella (Laitalainen ym. 2010). Myös alkoholinkäyttöön liittyen on viitteitä siitä, että miehet vähentävät keskimäärin juodun alkoholin määrää ikääntymisen myötä (Vilkko ym. 2010). Tähän saattavat osaltaan vaikuttaa ikääntymisen aiheuttamat fysiologiset muutokset, joiden vuoksi humalatilan saavuttamiseksi tarvitaan yhä pienempi määrä alkoholia. Tupakointi lisää terveydenhoitomenoja, koska se on selkeä terveyden riskitekijä läpi elämänkaaren. Tupakoinnilla on selvä yhteys muun muassa sydän- ja verisuonitauteihin sekä syöpäsairauksiin (Peto ym. 1994, Luoto ym. 1998, Jacobs ym. 1999). Lisäksi tupakointi heikentää toimintakykyä (Stuck ym. 1999).

Suomessa tupakointi on ollut miehillä yleistä. Etenkin toiseen maailmansotaan osallistuneiden miesten tupakointi oli korkealla tasolla. Tämä johtui osittain siitä, että valtio jakoi sotilaille ilmaiseksi savukkeita ja näin ollen tupakoijien määrä oli suuri myös sodan jälkeen. Uudet ikäpolvet ovat puolestaan tupakoineet vähemmän ja ovat näin tasoittaneet miesten kokonaistupakoinnin osuutta.

Eläkeikäisten tupakoitsijoiden määrä on vähäinen verrattuna työikäiseen väestöön, vaikka valtaosa eläkeikäisistä miehistä on tupa-

koinut joskus elämänsä aikana (Laitalainen ym. 2010). Tupakointi lopetetaankin usein jo ennen eläkeikää. Tosin osa tupakoitsijoista ei ennenaikaisen kuolleisuuden vuoksi elä kovin vanhaksi. Ikihyvä Päijät-Häme -seurantatutkimus samojen miesten osalta osoittaa etenkin suurten ikäluokkien miesten lopettavan tupakoinnin ikääntymisen myötä (Sulander ym. painossa). Tarkasteltaessa miesten tupakointilukemia vuosina 2002 ja 2008, päivittäin tupakoivien määrä on lähes puolittunut tänä ajanjaksona (Kuvio 1). Nuorimman (1946–50) ($p < .001$) ja keskimmäisen (1936–40) ($p < .05$) ikäkohortin osalta muutos on tilastollisesti merkitsevä. Väestötutkimuksiin perustuva ikääntyvien miesten aleneva tupakoinnin kehityssuunta ei siis johdu ainoastaan kuolleisuudesta, vaan myös siitä, että suuri osa miehistä todellisuudessa lopettaa tupakoinnin ikääntymisen myötä.

Kuvio 1. Nautintoaineiden käytön muutokset päijäthämäläisillä miehillä vuosien 2002 ja 2008 välillä (%).



Myös alkoholinkäyttöön liittyen Suomesta on viitteitä ikääntyneiden ihmisten raittiuden yleistymisestä (Vilkko ym. 2010). Vaikka raittius yleistyy, yhdeksi keskeisimmäksi väestön terveyteen liittyväksi uhaksi on samaan aikaan noussut alkoholia käyttävien miesten kasvava al-

koholinkäyttö. Julkinen keskustelu alkoholiongelmista ja alkoholin kulutuksen lisääntymisestä on kohdistunut myös ikääntyneisiin.

Vanhemmilla ikäpolvilla alkoholinkäyttö on ollut perinteisesti varsin vähäistä. He ovat eläneet oman nuoruutensa ja aikuisuutensa nykyistä selvästi kontrolloidumman alkoholipolitiikan aikana. Kieltolain ja valtion säännöstelemän alkoholimyynnin ajanjaksot ovat osaltaan vaikuttaneet alkoholiin suhtautumiseen. 1980-luvun puolivälissä raittius oli vielä varsin yleistä ikääntyneiden ihmisten parissa (Kivelä ym. 1986). 1980-luvun puolivälistä on alkanut tasainen raittiiden ikääntyneiden ihmisten määrän aleneminen (Laitalainen ym. 2010). Nuoremmat ikääntyneiden ikäpolvet, joiden nuoruus ja aikuisuus ovat ajoittuneet liberaalimman alkoholipolitiikan aikaan, käyttävätkin huomattavasti enemmän alkoholia vanhempiin ikäpolviin verrattuna.

Vaikka alkoholin terveysvaikutuksista on tehty tutkimusta jo pidemmän aikaa, alkoholinkäytön muutoksista ikääntyneiden ihmisten osalta on kertynyt vain muutamia tutkimuksia. Suurimmassa osassa tutkimuksista ei seurata samoja henkilöitä, vaan ajalliset muutostarkastelut perustuvat eri ajankohtina tehtyihin poikkileikkauslukuihin. Nämä tutkimukset niin Suomesta (Sulander ym. 2004, Laitalainen ym. 2010) kuin muistakin maista (Breslow & Smothers 2004, Horverak & Bye 2007) osoittavat ikääntyneiden alkoholinkäytön yleistyneen ajan myötä.

Alkoholikuolleisuus lisääntyy käsi kädessä alkoholin kulutuksen lisääntymisen myötä. Alkoholin liikakäytön kasvusta kertoo alkoholiongelmien ja -kuolemien selvä lisääntyminen vuoden 2004 alkoholin veroalennuksen jälkeen (Mäkelä & Österberg 2008, Stakes 2008). Alkoholiperäiset taudit ja tapaturmaiset alkoholimyrkytykset ovat kivunneet työikäisten miesten ja naisten yleisimmäksi kuolinsyyksi. Tämän lisäksi 65 vuotta täyttäneiden suomalaisten miesten alkoholikuolemien määrä on kolminkertaistunut viimeisen kahden vuosikymmenen aikana (Tilastokeskus 2007).

Kattava kuva Suomen iäkkäiden ihmisten alkoholinkäytöstä on saatavilla Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksessa (THL) toteutetusta Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäymiskyselystä (Laitalainen ym. 2010).

Kyselyssä ei seurata samoja henkilöitä, vaan joka toinen vuosi toteutettava kysely tehdään poikkileikkausotoksena. Tästä huolimatta eri vuosien aineistot mahdollistavat niin sanotun synteettisen kohorttianalyysin. Esimerkiksi vuonna 1997 vastanneita 65–69-vuotiaita voidaan kuvitteellisesti kuljettaa 10 vuotta eteenpäin vastausvuoteen 2007, jolloin he olisivat 75–79-vuotiaita. Seurannan aikana raittiiden osuus kyseisessä kohortissa näyttäisi lisääntyvän iän myötä, mutta toisaalta alkoholin säännöllinen käyttö alkoholia käyttävillä ei vaikuta vähentyvän (Uutela ym. 1999, Laitalainen ym. 2008). Sen sijaan keskimääräiset alkoholin viikkokulutusmäärät vähenevät iän myötä. Mainitun 10 vuoden seurantajakson aikana kyseiseen kohorttiin kuuluvien iäkkäiden ihmisten keskimääräinen viikkokulutus näyttäisi puolittuvan.

THL:n tutkimuksen mukaan osa ikääntyneistä miehistä vähentää alkoholinkäyttöä terveydellisten näkökohtien perusteella. Useimmin näin tekevät 65–69-vuotiaat miehet, joista noin joka viides on vähentänyt alkoholinkäyttöä viimeisen vuoden aikana (Laitalainen ym. 2010). Alkoholinkäytön vähentäminen myöhemmässä iässä ei ole yhtä yleistä, oletettavasti siitä syystä, että alkoholinkäyttö on muutenkin vanhemmilla miehillä nuorempia vähäisempää. Terveydenhuoltohenkilökunnalta kehotuksen vähentää juomista ilmoitti saaneensa noin joka kymmenes 65–69-vuotias mies (Laitalainen ym. 2010). Tätä vanhemmat miehet olivat saaneet vastaavan kehotuksen huomattavasti harvemmin. Iäkkäistä miehistä juuri 65–69-vuotiaat juovat alkoholia vielä suhteellisen paljon.

Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimukseen perustuvien analyysien perusteella edellä mainitut tulokset näyttäisivät osin pätevän myös seurattaessa samoja miehiä. Etenkin raittius vaikuttaa hieman yleistyneen kuuden vuoden seurannan aikana (Kuvio 1.) (Sulander ym. painossa). Ikihyvä Päijät-Häme -aineisto asettaa omat rajoitteensa asian syvällisempään tarkasteluun, koska varsinaisia alkoholikäyttömääriä ei ole systemaattisesti kysytty seurannan aikana. Tästä huolimatta aineisto antaa kuitenkin suuntaa alkoholikäytön muutoksista. Näiden tutkimustulosten valossa miesten alkoholinkäyttö näyttäisi polarisoituvan

eläkeiän kynnyksellä. Samalla, kun osa miehistä lisää juomista, tai jatkaa aiempia juomatottumuksia, osa miehistä raitistuu.

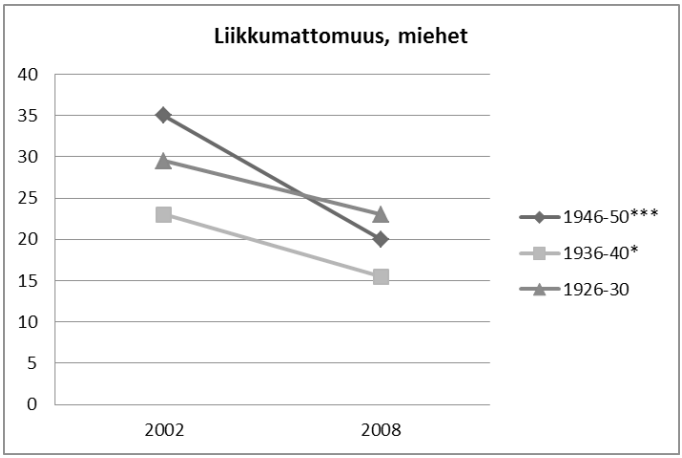
Fyysinen aktiivisuus

Liikunta-aktiivisuuden muutoksista on tehty muutamia tutkimuksia eri maissa. Tulokset eivät ole täysin yhteneväisiä. Joidenkin tutkimusten mukaan liikunta-aktiivisuus lisääntyy ihmisten jäädessä eläkkeelle (Evenson ym. 2002). Tämän voidaan katsoa olevan yhteydessä lisääntyneeseen vapaa-aikaan. Toisaalta on myös viitteitä siitä, että liikunta-aktiivisuus ei lisääntyisi eläkkeelle jäännin seurauksena (Slingerland ym. 2007). Tuoreen amerikkalaistutkimuksen mukaan 65 vuotta täyttäneiden miesten liikunta-aktiivisuus väheni jossain määrin viiden vuoden seurannan aikana. Etenkin ne miehet, joilla on heikko terveys ja jotka asuvat yksin näyttäisivät yleisemmin vähentävän liikuntaa ikääntymisen myötä (Janney ym. 2010). Aiemassa hollantilaisessa tutkimuksessa iäkkäiden miesten liikunta-aktiivisuuden todettiin myös vähentyneen kymmenen vuoden seurannan aikana (Bijnen ym. 1998).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) 65–84-vuotiaita suomalaisia koskevassa selvityksessä miesten liikunta-aktiivisuuden todetaan hienoisesti vähentyneen 1990 -luvun lopulta tähän päivään. Selvityksessä todetaan myös, että iäkkäistä miehistä noin joka kolmannes harrastaa kestävyysliikuntaa suositusten mukaisesti. Toisaalta niiden osuus, jotka tekevät suositusten mukaisesti sekä kestävyys- että lihaskuntoharjoittelua on vain 5 prosenttia. (Laitalainen ym. 2010.)

Tuoreen tutkimuksen mukaan Päijät-Hämeen miehillä liikunta-aktiivisuuden muutokset poikkeavat väestötason seurantatuloksista. Etenkin suurten ikäluokkien miehillä on nähtävissä varsin suotuisia muutoksia kuuden vuoden seurannan aikana. Hikoilua ja hengästymistä tuottavaa liikuntaa harrastamattomien määrä on puolittunut vuosien 2002 ja 2008 välillä ($p < .001$) (Kuvio 2). Vanhemmissa ikäkohorteissa on myös tapahtunut vastaavan suuntainen kehitys, joskin hieman lievemmässä muodossa (Sulander ym. painossa).

Kuvio 2. Hikoilua ja hengästymistä aiheuttavan liikunnan harrastamattomuuden muutokset päijäthämäläisillä miehillä vuosien 2002 ja 2008 välillä (%).



Liikunnan lisääminen terveydellisten näkökohtien valossa vähenee iän myötä terveyden heikentymisen ja toiminnanvajeiden yleistymisen vuoksi. Yli 75-vuotiaissa miehissä ikääntymiseen liittyvät fysiologiset muutokset sekä sairaudet aiheuttavat usein luopumista raskaammista liikuntaharrastuksista. Esimerkiksi maksimaalinen hapenottokyky heikkenee iän myötä huolimatta siitä harrastaako liikuntaa tai ei (Fleg ym. 2005, ks. Pohjolainen tämä kirja). Tästä huolimatta varsinkin päivittäistä kävelyä harrastetaan varsin aktiivisesti. Lähes puolet Helsingin keskustassa asuvista 75 vuotta täyttäneistä miehistä ilmoittaa kävelevänsä vähintään puoli tuntia päivittäin. Yli 85-vuotiaista miehistä vielä noin kolmannes ilmoittaa vastaavasta kävelyaktiivisuudesta. (Sulander ym. 2009.)

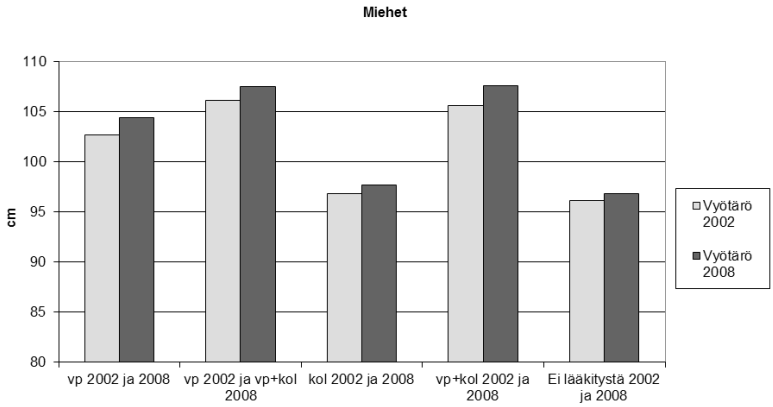
Lihavuus

Lihavuus on yksi merkittävin kansanterveyden uhka. Suomen väestö, lapsista vanhuksiin, on lihonut viime vuosikymmenien aikana, eikä tälle kehitykselle näytä tulevan loppua. Väestötutkimusten kuva väes-

tön terveyskäyttäytymisen muutoksista on paradoksaalinen suhteessa ihmisten keskimääräiseen painoon. Jo muutamien vuosikymmenten ajan suomalaiset ovat siirtyneet noudattamaan yhä terveellisempää elämäntyyliä. Ruokavalio rasvojen ja vihannesten käytön osalta on terveellistynyt niin miehillä kuin naisilla (Laitalainen ym. 2010, Helakorpi ym. 2011). Lisäksi miesten tupakointi on vähentynyt (esim. Helakorpi ym. 2011). Miksi kansa siis lihoo, jos tutkimukset osoittavat positiivisia muutoksia väestön elintavoissa? Selitykset tälle kehitykselle ovat moninaiset. Arkiliikunta on vähentynyt ja työntekoon tarvitaan yhä vähemmän energiaa. Lisäksi valmisruokien ja pikaruokien käytön yleistymisen voidaan olettaa vaikuttaneen väestön lihomiseen.

Myös Päijät-Hämeen ikääntyneet miehet näyttäisivät hieman lihoneen viimeisen vuosikymmenen aikana (Sulander ym. 2011). Yksityiskohtaisemmat tarkastelut (ks. kuvio 3) ovat osoittaneet lihavuuden olevan yleisempää verenpainelääkkeitä käyttävillä miehillä. Verenpainelääkkeitä syövien miesten keskimääräinen vyötärönympärys on selvästi lääkkeitä käyttämättömiä miehiä suurempi.

Kuvio 3. Päijäthämäläisten miesten ikävakioitu keskimääräinen vyötärönympärysmitta (cm) vuosina 2002 ja 2008, kyseisten vuosien verenpaine- (vp) ja kolesterolilääkkeiden (kol) käytön mukaan (Sulander ym. 2011.)



Väestötutkimuksilla on vaikea tavoittaa sitä kokonaisuutta, joka vaikuttaa väestön lihomiseen. Tämä aihe ei ole yksiselitteisesti riippuvainen siitä, mitä ihmiset syövät tai kuinka paljon harrastetaan liikuntaa. Kyse on myös uskomuksista siitä, millaisilla asioilla on vaikutus yksilöiden omaan painoon. Yhdysvaltalaisessa kyselytutkimuksessa lähes kolme neljäsosaa vastaajista oli sitä mieltä, että elintavoilla on paljon vaikutusta lihavuuteen. Viidesosa oli puolestaan sitä mieltä, että perimällä on merkittävä vaikutus lihavuuteen. Henkilöt, jotka uskoivat, että perimä vaikuttaa lihavuuteen, harrastivat vähemmän liikuntaa ja söivät vähemmän kasviksia ja hedelmiä. Ihmiset, jotka puolestaan uskoivat elintapojen suureen merkitykseen, harrastivat enemmän liikuntaa (Wang & Coups 2010). Tutkimuksen tulokset viittaavat siihen, että elintapojen muutoksen taustalla voi olla erilaiset uskomukset. Jos ajattelua hallitsee käsitys oman kehon ja terveyden geneettisestä määräytymisestä, todennäköisyys sille, että ihmiset eivät muuta tottumuksiaan, on suurempi.

Ruokatottumukset

Ruokatottumukset ovat keskeinen osa elintapoja, koska niillä on merkittävä osuus kroonisten sairauksien synnyssä (Pietinen ym. 1996, Puska 2000). Terveellinen ruokavalio alentaa etenkin sydän- ja verisuonitautikuolleisuutta (Huijbregts ym. 1997). Ikääntyneiden ruokatottumusten tutkiminen onkin tärkeää, koska kroonisten sairauksien määrä lisääntyy iän myötä.

Suomalaisten miesten ruokatottumukset ovat perinteisesti sisältäneet suuren määrän tyydyttynyttä rasvaa ja vähäisen määrän vihanneksia ja hedelmiä. 1970-luvulla aloitetusta Pohjois-Karjala -projektista (Puska ym. 2009) seurannut valistustoiminta onkin painottanut ruokatottumusten osalta rasvan määrän vähentämistä ja vihannesten/hedelmien käytön lisäämistä niin miehillä kuin naisilla (Puska 2000, Pietinen ym. 2001). Rasvojen osalta keskeisimpänä tavoitteena on

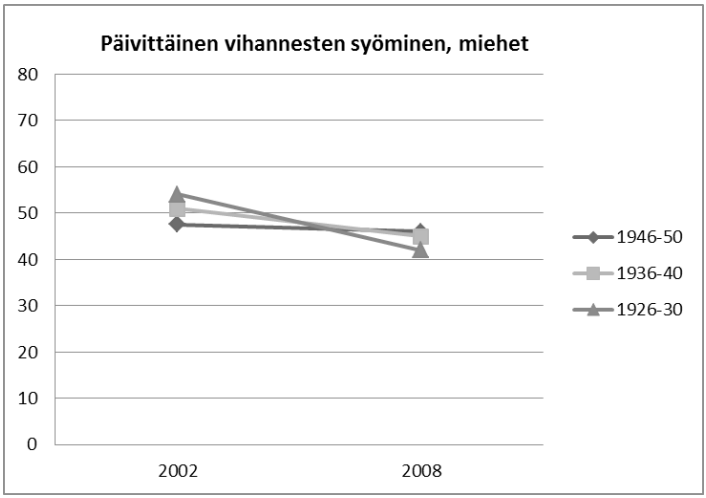
ollut vähentää tyydyttyneen rasvan määrää ruokavaliossa ja korvata se osin tyydyttymättömillä rasvoilla.

Ikääntyneiden miesten elintavat ovat ruokatottumusten osalta kehittyneet suotuisasti, joskin ne ovat vielä hieman työikäistä väestöä perinteisemmät. Suomessa 1970-luvun lopulla alkanut terveysvalistus, etenkin ruokavalion osalta, näyttää vaikuttaneen miesten valintoihin. Etenkin maitorasvojen käyttö on vähentynyt (Laitalainen ym. 2010).

Vuonna 1985 yli 60 prosenttia Suomen eläkeikäisistä miehistä käytti voita leivällä (Kivelä ym. 1986). Osin tämä johtui voin dominoivasta asemasta kauppojen rasvavalikoimissa. Tähän tilanteeseen tuli kuitenkin muutos muutamaa vuotta myöhemmin. Niin sanottu margariinivallankumous 1980-luvun lopulla toi kansalaisten ulottuville monia vaihtoehtoisia levitteitä. Tämän myötä kasvoi mahdollisuus valita, millä rasvatuotteella voitelee leipänsä ja paistaa ruokansa. Ihmisten tietous rasvojen terveysvaikutuksista yhdistettynä rasvojen tuotevalikoiman runsauteen toimivat selkeänä lähtölaukauksena voin käytön alenemiselle. Tämä kehitys on jatkunut viimeiset pari vuosikymmentä niin, että vuonna 2010 enää noin 10 prosenttia eläkeikäisistä miehistä voiteli leipänsä voilla (Laitalainen ym. 2010). Samoin rasvaisimpien maitolaatujen juojia on enää noin kolmannes parin vuosikymmenen takaiseen aikaan verrattuna. Lisäksi ruoan valmistuksessa yhä useampi laittaa paistinpannulle kasviöljyä. Positiivista on ollut myös havaita vihannesten päivittäisen käytön lisääntymistä. Liikunnan lisäksi yleisimmät miesten elintapamuutokset liittyvätkin erityisesti ruokavalioon. Keskimäärin noin neljännes iäkkäistä miehistä on tehnyt näihin liittyviä muutoksia (Sulander ym 2009, Laitalainen ym. 2010).

Päijät-Hämeen iäkäs miesväestö ei kuitenkaan 2000-luvulla ole lisännyt vihannesten päivittäissyöntiä (Kuvio 4) (Sulander ym. painossa). Keskimäärin noin puolet näistä miehistä on sekä vuosien 2002 että 2008 kyselyissä ilmoittanut käyttävänsä vihanneksia päivittäin. Vaikka näiden ruoka-aineiden käyttö ei ole ikääntymisen myötä lisääntynyt, positiivisia muutoksia ruokatottumuksissa on todennäköisesti tapahtunut jo aiemmin.

Kuvio 4. Vihannesten päivittäiskäytön muutokset päijäthämäläisillä miehillä vuosien 2002 ja 2008 välillä (%).



Suomalaisten miesten ruokavalion keventyminen on ajallisesti osunut yhteen työn rasittavuuden vähentymisen kanssa. Rasvainen ruoka ja etenkin voi ovat aiemmin kuuluneet keskeisesti fyysisesti raskasta työtä tekevien miesten ruokavalioon. Raskas ja rasvainen ruoka liittyy maskuliinisuuteen edustaen vahvuutta ja voimaa. Onko niin, että suomalainen miehinen ruokavalio on muuttunut ajan saatossa siksi, että yhä useampi mies on siirtynyt raavaista miesten töistä sisälle konttoreihin istumaan työpöydän ääressä? Mies ei siis enää tarvitse samassa mitassa raskasta ravintoa kuin ennen. Mikäli näin on, silloin kyse ei olekaan suoranaisesti miehisestä ruokavaliosta, vaan siitä miten paljon päivittäinen toiminta meitä rasittaa, ja kuinka paljon tarvitsemme energiaa ruokavaliosta.

Mielenkiintoisen lisän elintapojen muutoskeskusteluun tuo elintapalääkitys ja sen yleistyminen. Elintapalääkityksellä tarkoitetaan tässä sellaisten lääkkeiden käyttöä, joiden vaikutus voitaisiin osin tai jopa kokonaan korvata elintapamuutoksilla. Elintapoihin liittyen korkea verenpaine ja korkea kolesterolitaso ovat yleisimpiä niistä terveyden riskitekijöistä, joihin käytetään säännöllistä lääkitystä (World Health Organization 2007). Suomessa on noin puoli miljoonaa ihmistä, joilla on verenpainelääkitys (Lääkärikirja Duodecim 2010), ja lähes yhtä moni syö kolesterolilääkkeitä.

Verenpaine- ja kolesterolilääkityksen on todettu vähentävän väestön sydän- ja verisuonitautien määrää ja kuolleisuutta (Dahlöf ym. 1991, Pyörälä 2004). Lääkitystä tarvitaan, mutta elintapamuutoksilla voitaisiin useiden henkilöiden kohdalla alentaa verenpainetta sekä kolesteroliarvoja. Käypähoito-suosituksiin on kirjattu seikkaperäisesti verenpainetaudin ja korkean kolesterolitason hoitosuositukset (Käypä hoito 2009, Käypä hoito 2013). Niissä todetaan: ”Väestöön ja yksilöihin kohdistuvin toimenpitein pyritään edistämään elintapamuutoksia, joiden avulla kohonneen verenpaineen ja muiden sydän- ja verisuonitautien vaaratekijöiden tasoja voidaan alentaa” ja ”Elämäntapamuutokset ovat dyslipidemian hoidon perusta ja usein riittävä hoito pienen riskin potilaille.”

Myös ylipaino ja lihavuus ovat keskeisiä sydän- ja verisuonitautien ja kuolleisuuden riskitekijöitä (Hu ym. 2004, McGee ym. 2005). Keskivartalolihavuutta kuvaava vyötärön ympärysmitta on yksi lihavuuteen liittyvän terveysriskin osoitin, jonka on havaittu olevan yhteydessä sairastavuuteen (Ramsay ym. 2006) ja kuolleisuuteen (Jacobs ym. 2010). Miehillä riski on huomattava, mikäli vyötärön ympärysmitta on yli 100 cm. Naisilla vastaava riskiraja on 90 cm (Käypä hoito 2011). Erityisen selvästi laihduttamisesta hyötyisivät ylipainoiset ja lihavat, joilla on kohonnut verenpaine tai kolesterolitaso (Expert panel… 2001). Myös alkoholinkäyttöä vähentämällä (Tolstrup

ym. 2008) ja ruokavaliota muuttamalla (Krachler ym. 2009) saadaan aikaan terveyden kannalta suotuisia muutoksia vyötärönympäryksessä.

Riskitekijöitä alentavat elintapamuutokset vaikuttavat suotuisasti sydän- ja verisuonitautien sekä monien muiden kansantautien ehkäisyyn (Vartiainen ym. 2008). Elämäntapamuutoksilla on saavutettu korkean kolesterolitason omaavilla potilailla jopa statiinihoitoon verrattavia parannuksia seerumin kolesterolitasoissa (Jenkins ym. 2003, Becker ym. 2008). Koska painon lisääntyminen on yhteydessä heikompaan elämänlaatuun ja erityisesti huonompaan fyysiseen toimintakykyyn (Strandberg ym. 2003), elämäntapamuutoksilla voidaan kohentaa myös elämänlaatua. Vaikka verenpainelääkitys on johtanut merkittävään laskuun aivohalvauksien esiintyvyydessä (SHEP… 1991), verenpainetaudin riskin vähentämistä elintapojen muutoksilla ei pitäisi unohtaa (Puska ym. 2009). Myös painonpudotuksen pitäisi olla keskeinen osa interventiostrategioita, koska se vaikuttaa suotuisasti verenpaineeseen ja seerumin kolesterolitasoon (Stevens ym. 2001).

Tuoreessa suomalaistutkimuksessa (Sulander ym. 2011) tarkasteltiin ikääntyvien Päijät-Hämäläisten verenpaine- ja kolesterolilääkkeiden käytön yhteyttä vyötärönympärysmittaan kuuden vuoden seurannassa. Erityinen kiinnostus kohdistui siihen, muuttuiko niiden henkilöiden vyötärönympärys, joilla oli ollut lääkitys seurannan alku- ja loppuvaiheessa ja poikkesiko mahdollinen muutos lääkkeitä käyttämättömistä. Pienin keskimääräinen vyötärönympärys havaittiin lääkkeitä käyttämättömillä, joilla myös vyötärönympäryksen kasvu oli pienintä. Suurin keskimääräinen vyötärönympärys havaittiin puolestaan molempina vuosina kaikissa muissa lääkekäyttöryhmissä paitsi pelkkää kolesterolilääkettä käyttävillä. Etenkin naisilla vyötärönympärys oli suurentunut kuuden vuoden seurannan aikana enemmän lääkkeitä käyttävillä kuin niillä, joilla ei ollut lääkitystä. Miehillä vastaava oli havaittavissa ainoastaan verenpainelääkkeitä molempina vuosina käyttävillä. Tämä lihominen selittyi pääosin lääkkeitä käyttävien ja käyttämättömien elintapaeroilla. (Sulander ym. 2011.)

Niillä henkilöillä, joilla on ainakin verenpainelääkitys, keskimääräinen vyötärönympärysmitta oli riskirajoja suurempi. Toisessa tuoreesS-

sa tutkimuksessa lääkkeitä käyttävien miesten todettiin pysyttäytyvän totutuissa elintavoissa kuuden vuoden seurannan aikana (Sulander ym. 2012). Toisin sanoen tutkitut ikääntyvät miehet eivät olleet lisänneet merkittävästi liikuntaa tai terveellisiä ruokatottumuksia. Monet kuitenkin ilmoittavat tehneensä muutoksia, mutta nämä muutokset ovat niin vähäisiä, ettei niiden avulla päästä eroon lääkityksestä.

Vaikka lääkitys on tarpeen etenkin niille, jotka eivät ole valmiita tekemään suuria elintapamuutoksia, se voi myös vaikuttaa siihen, että elintapoja ei muuteta. Suomessa on aikaisemmin havaittu, että verenpainelääkkeitä käyttävillä lihavuus ja alkoholinkäyttö sekä naisilla tupakointi lisääntyvät (Salomaa ym. 1994). Lisäksi lihavuuden (BMI >30 kg/m^2) on todettu olevan yleisempää kohonneen kuin normaalin verenpainetason omaavilla (Kastarinen ym. 2000).

Lääkehoito voi merkitä sitä, että terveyden kannalta haitallinen käyttäytyminen jatkuu. Esimerkiksi tupakoitsijoista ja ylipainoisista suurin osa saavuttaa lääkkeitä käyttämällä helposti suositusten mukaiset verenpainetason ja kolesteroliarvot. Silloin voi tuntua siltä, että tupakoinnille ja ylipainolle ei tarvitse tehdä mitään. Ne kuitenkin lisäävät niin sydän- ja verisuonitautien kuin monien muidenkin tautien riskiä. Lääkehoidolla voi siis olla vastaavanlainen uskomusvaikutus kuin aiemmin esiintuodulla uskomuksella geneettisen perimän vaikutuksesta lihavuuteen. Lääkkeitä käytettäessä ei ole tarvetta kiinnittää samassa määrin huomiota siihen, mitä syö ja juo tai kuinka paljon liikkuu, koska lääkkeillä voidaan saavuttaa kehon arvojen tasapaino.

Elintavat ovat varsin moniulotteinen kokonaisuus. Useiden ihmisten ei ole helppoa muuttaa elämän myötä vakiintuneita elintapojaan. Monet mieluummin syövät lääkkeitä kuin muuttavat vuosien saatossa juurtuneita tapojaan. Tähän liittyen voidaan esimerkiksi kysyä: onko eläkkeellä olevan maatalon isännän helppoa lopettaa epäterveellisenä pidetyn rasvaisen maidon juonti ja vaihtaa voi kasvisrasvalevitteisiin, jos koko elämän ajan nämä rasvaisemmat tuotteet on saatu omalta tilalta oman työn tuloksena? Se, miksi me noudatamme tietynlaisia elintapoja, ei ole ainoastaan hyvän ja huonon terveyden puntarointia, vaan elintapoihin – kuten ruokatottumuksiin ja liikunnan harras-

tamiseen – liittyy myös yksilöllisiä ja kulttuurisia merkityksiä (ks. Tiihonen tämä kirja). Nämä tekijät tulee huomioida silloin, kun arvioimme miesten terveyskäyttäytymistä ja sen muuttumista ikääntymisen myötä.

Miesten elintavat: monimuotoinen kokonaisuus

Iäkkäiden miesten elintavat ovat tärkeä aihe nyt ja tulevaisuudessa. Varsinkin nautintoaineet ovat kuuluneet vuosikymmenet enemmän miesten kuin naisten elämään ja etenkin miesten alkoholinkäyttö on ollut voimakkaasti esillä viime vuosina. Yksi syy tähän on alkoholin hinnan alentamisen jälkeen havaittu kulutuksen kasvu. Lisäksi alkoholiongelmien jyrkkä lisääntyminen on ollut omiaan vauhdittamaan keskustelua ja luomaan uhkakuvia tulevasta kehityksestä. Uhka on todellinen, jos alkoholinkulutus Suomessa ei käänny laskuun. Tosin on syytä muistaa, että alkoholiongelmat painottuvat suurkuluttajiin. Suurin osa miehistä kuuluu kuitenkin kohtuukuluttajien ryhmään. Ne miehet, jotka eivät kuole ennen eläkeikää näyttäisivät vähentävän alkoholin kulutusta ikääntymisen myötä. Viimeaikaiset tulosten mukaan myös raittius näyttäisi lisääntyvän. Jos samaan aikaan kokonaiskulutus kasvaa, joukossamme on yhä enemmän myös alkoholin suurkuluttajamiehiä. Alkoholinkäyttö näyttää siis olevan polarisoitumassa. Alkoholin asema suomalaisten miesten elämässä tulee todennäköisesti olemaan vahva jatkossakin. Se kuinka vahva alkoholin asema tulevaisuudessa on, riippuu pitkälti alkoholipoliittista toimenpiteistä sekä yleisen arvoilmaston vaikutuksesta.

Tupakoinnin kohdalla poliittiset toimenpiteet, kuten tupakoinnin kieltäminen työpaikoilla sekä julkisissa tiloissa, ovat vaikuttaneet tupakoinnin vähenemiseen. Toisaalta kohorttivaikutus osaltaan selittää iäkkäiden miesten tupakoinnin vähenemistä. Nyt eläkkeelle siirtyvien ikäpolvien tupakointi on ollut selvästi vähäisempää kuin aiempien ikäpolvien. Kun uudet ikäpolvet siirtyvät eläkkeelle, heidän tupakointinsa on tästä syystä iäkkäänä aiempia ikätovereitaan vähäi-

sempää. Tästä huolimatta Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimusaineiston mukaan miehet aidosti myös lopettavat tupakoinnin ikääntymisen myötä. Etenkin suurten ikäluokkien miehillä lopettaminen on ollut varsin yleistä. He myös alkavat eläköitymisen lähestyessä harrastaa enemmän liikuntaa. Voidaankin hyvällä syyllä kysyä, onko eläkeiän lähestyminen miehille keskeinen etappi laittaa elämä remonttiin vai onko kyse yleisestä arvoilmapiirin muuttumisesta? Tätä aihetta on syytä jatkossa tutkia perusteellisesti.

Alkoholinkäytön lisäksi etenkin miesten lihavuus on lisääntynyt vuosien saatossa. Nämä molemmat tekijät ovat uhkaamassa iäkkäiden miesten terveyttä, ja vaarantavat itsenäisen selviytymisen toteutumista. Toisaalta varallisuus ja koulutustaso ovat suurilla ikäluokilla korkeampia kuin tämän hetken ikääntyneillä. Kun tiedetään, että paremmassa asemassa olevilla (ikääntyneillä) ihmisillä on parempi terveydentila, tämän väestörakenteellisen muutoksen voidaan olettaa vaikuttavan suotuisasti tulevien ikääntyneiden keskimääräiseen terveydentilaan. Mikäli tekijät, kuten lihavuus ja alkoholinkäyttö eivät käännä väestön terveyden ja toimintakyvyn kehitystä negatiiviseksi, voidaan olettaa, että tulevaisuuden iäkkäät miehet rasittavat suhteellisesti vähemmän sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmää.

Ikääntyminen heikentää lihasvoimaa ja tuo mukanaan sairauksia, jotka aiheuttavat liikunnallisen aktiivisuuden vähentymistä. Miehillä tämä muutos tapahtuu hieman naisia myöhemmin, koska naisilla toiminnanvajeet sekä muun muassa osteoporoosi kehittyvät miehiä aiemmin. Viimeaikaiset tutkimustulokset osoittavat, että ikääntymisen vuoksi miehet joutuvat yleisimmin luopumaan raskaammista liikuntaharrastuksista (Sulander ym. 2009). Tästä huolimatta iäkkäät miehet liikkuvat ja harrastavat heille mieluisia lajeja varsin aktiivisesti.

Kun suuri joukko ihmisiä kootaan yhteen ja lasketaan heistä terveyttä kuvaavia muuttujia ja näiden keskiarvoja, on selvää, että suositusten mukaisesti terveellisiä elintapoja noudattavat ovat keskimäärin terveempiä ja elävät pidempään kuin epäterveellisiä tapoja noudattavat. Useasti elintapoja pohdittaessa ollaan vastakkain keskiarvojen ja yksilöllisten elämän merkitysten kanssa. Miten tulisi suh-

tautua yksilöllisyyteen ja ihmisten oman elämän asiantuntijuuteen? Tulisiko meidän lopettaa 80 vuoden iässä tupakointi, jos olemme koko elämämme tupakoineet? Onko olemassa mittareita, joilla mitata esimerkiksi sitä merkityksellisyyttä, jonka 80-vuotias entinen maatalon isäntä tai emäntä kokee juodessaan oman tilan rasvaista täysmaitoa? Ei ainakaan kovin päteviä, minkä vuoksi joudumme tukeutumaan tilastoihin ja valistamaan kansalaisia niiden sanoman kautta.

Elintapojen muutoksiin liittyvä tutkimus on Suomessa niin kuin muuallakin keskittynyt suurista väestöaineistoista tehtyihin analyyseihin. Tällöin on varsin hankalaa todeta, onko havaittu muutoskehitys aitoa ihmisten tekemää muutosta vai vaikuttavatko muutoksiin eri ikäpolvien erilaiset tottumukset, jotka näkyvät esimerkiksi iäkkäiden miesten tupakoinnin vähenemisenä.

Oman säväyksen elintapakeskusteluun tuo elämän medikalisoituminen ja siihen liittyvä uusien lääkkeiden kehitys. Lääkityksellähän on voitu alentaa esimerkiksi satojen tuhansien suomalaisten korkeita verenpaine- ja kolesteroliarvoja. Samaan aikaan on toisaalta syntynyt eräänlainen uusi elintavan muoto, ”sekakäyttö”, jossa epäterveellisiä elintapoja jatketaan, koska lääkärin määräämien ”elintapalääkkeiden” avulla voidaan estää tuon elintavan haitat. Tällöin ei ole tarvetta kiinnittää samassa määrin huomiota siihen, mitä syö ja juo tai kuinka paljon liikkuu, koska lääkkeillä voidaan saavuttaa kehon arvojen tasapaino. Tämä kehitys kuvaa osaltaan elintapojen syvämerkityksellisyyttä. Mieluummin syödään lääkkeitä kuin muutetaan vuosien saatossa juurtuneita tapoja.

Elintapoihin liittyvä keskustelu on monimuotoista, koska sen taustalla on sellaisia merkityksiä, joita on tilastoilla hankala selittää. Yksilölliset ja kulttuuriset merkitykset ovat tärkeitä näkökulmia, jotka tulisikin ottaa huomioon perinteisen terveellisyysajattelun rinnalla etenkin silloin, kun kyse on väestön vanhemmista edustajista. Miesten kohdalla elintapoihin liittyvää keskustelua ei voida irrottaa maskuliinisuuden käsitteestä, koska sen juuret etenkin länsimaissa ovat miehisen elämän ominaisuuksissa, kuten kilpailullisuudessa, valta-asemassa ja fyysisessä kovuudessa (Bennett 2007, Donaldson

1993). Toisaalta ikääntymisen myötä useat miehet joutuvat myöntämään oman kehon heikentymisen, joka samalla heikentää perinteistä maskuliinista identiteettiä.

Vaikka terveelliset elintapamuutokset myös myöhemmällä iällä edesauttavat terveyttä, on syytä antaa tilaa sille ajatukselle, että tekemämme elintapavalinnat edustavat usein meille muussakin kuin terveellisyysmielessä tärkeitä asioita. Kun perinteiseen terveyden edistämisen sanomaan yhdistetään yksilölliset, kulttuuriset ja maskuliinisuuden merkitykset, on selkeän ja yksiselitteisen sanoman, suosituksen tai ohjeistuksen laatiminen varsin haasteellista. Ehkä lopulta on kuitenkin niin, että muihin elintapoihin paitsi tupakointiin liittyvä selkein suositus on vanha sanonta: kohtuus kaikessa.

Kirjallisuus

Aarva, Pauliina & Pasanen, Matti (2005) Suomalaisten käsityksiä terveyteen vaikuttavista tekijöistä ja niissä tapahtuneita muutoksia vuodesta 1994 vuoteen 2002. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 42:1, 57–71.

Becker, David, Gordon, Ram, Morris Patti, Yorko, Jacqueline, Gordon, Y. Jerold, Li, Mingyao & Iqbal, Nayyar (2008) Simvastatin vs. Therapeutic Lifestyle Changes and Supplements: Randomized Primary Prevention Trial. *Mayo Clinic Proceedings* 83:7, 758–764.

Bennett, Kate (2007) "No Sissy Stuff": Towards a Theory of Masculinity and Emotional Expression in Older Widowed Men. *Journal of Ageing Studies* 21:4, 347–356.

Bijnen, Fransje, Feskens, Edith, Caspersen, Carl, Mosterd, Willem & Kromhout, Daan (1998) Age, Period, and Cohort Effects on Physical Activity Among Elderly Men During 10 Years of Follow-up: the Zutphen Elderly Study. *The Journals of Gerontology. Series A, Biological Sciences and Medical Sciences* 53:3, M235–241.

Breslow, Rosalind & Smothers, Barbara (2004) Drinking Patterns of Older Americans: National Health Interview Surveys, 1997–2001. *Journal of Studies on Alcohol* 65:2, 232–240.

Dahlöf, Björn, Lindholm, Lars, Hansson, Lennart, Schersten, Bengt, Ekbom, Tord & Wester, P–O (1991) Morbidity and Mortality in the Swedish

Trial in Old Patients with Hypertension (STOP-Hypertension). *Lancet* 338:8778, 1281–1285.
Donaldson, Mike (1993) What Is Hegemonic Masculinity? *Theory and Society* 22:5, 643–657.
Evenson, Kelly, Rosamond, Wayne, Cai, Jianwen, Diez-Roux, Ana & Brancanti, Frederick (2002) Influence of Retirement on Leisure-time Physical Activity: The Atherosclerosis Risk in Community Study. *American Journal of Epidemiology* 155:8, 692–699.
Expert Panel on detection, evaluation and treatment of high blood cholesterol in adults (2001) Executive summary of the third report of the National Cholesterol Education Program (NCEP) expert panel on detection, evaluation and treatment of high blood cholesterol in adults (Adult Treatment Panel III) *The Journal of the American Medical Association* 285:19, 2486–2497.
Fleg, Jerome, Morrell, Christopher, Bos, Angelo, Brant, Larry, Talbot, Laura, Wright, Jeanette & Lakatta, Edward (2005) Accelerated Longitudinal Decline of Aerobic Capacity in Healthy Older Adults. *Circulation* 112:5, 674–682.
Galdas, Paul, Cheater, Francine & Marshall, Paul (2005) Men and Health Help-seeking Behaviour: Literature Review. *Journal of Advanced Nursing* 49:6, 616–623.
Genoe, Rebecca & Singleton, Jerome (2006) Older Men's Leisure Experiences Across Their Lifespan. *Topics in Geriatric Rehabilitation* 22:4, 348–356.
Helakorpi, Satu, Pajunen, Tuuli, Jallinoja, Piia, Virtanen, Suvi & Uutela, Antti (2011) *Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys, kevät 2010.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Raportti 15/2011. Helsinki.
Horverak, Oyvind & Bye, Elin (2007) *Det norske drikkemonsteret. En studie baserat på intervjudata fra 1973–2004.* Statens Institutt for rusmiddelforkning, SIRIUS rapport nr. 2, Oslo.
Hu, Gang, Tuomilehto, Jaakko, Silventoinen Karri, Barengo, Noël & Jousilahti, Pekka (2004) Joint Effects of Physical Activity, Body Mass Index, Waist Circumference and Waist-To-Hip Ratio with the Risk of Cardiovascular Disease Among Middle-Aged Finnish Men and Women. *European Heart Journal* 25:24, 2212–2219.
Huijbregts, Patricia, Feskens, Edith, Räsänen, Leena, Fidanza, Flaminio, Nissinen, Aulikki, Menotti, Alessandro & Kromhout, Daan (1997) Dietary Pattern and 20 Year Mortality in Elderly Men in Finland, Italy, and The Netherlands: Longitudinal Cohort Study. *British Medical Journal* 315:7099, 13–17.
Jacobs, David, Adachi, Hisashi, Mulder, Ina, Kromhout, Daan, Menotti, Alessandro, Nissinen, Aulikki & Blackburn Henry (1999) Cigarette

Smoking and Mortality Risk: Twenty-Five-Year Follow-Up of the Seven Countries Study. *Archives of Internal Medicine* 159:7, 733–740.
Jacobs, Eric, Newton, Christina, Wang, Yiting, Patel, Alpak McCullough, Marjorie, Campbell, Peter, Thun, Michael & Gapstur, Susan (2010) Waist Circumference and All-cause Mortality in a Large US Cohort. *Archives of Internal Medicine* 170:15, 1293–1301.
Janney, Carol, Cauley, Jane, Cawthon, Peggy , Kriska, Andrea & Osteoporotic fractures in men study group (2010) Longitudinal Physical Activity Changes in Older Men in the Osteoporotic Fractures in Men Study. *Journal of the American Geriatrics Society* 58:6, 1128–1133.
Jenkins, David, Kendal, Cyril, Marchie, Augustine, Faulkner, Dorothea, Wong, Julia, de Souza, Russell, Emam, Azadeh, Parker, Tina, Vidgen, Edward, Lapsley, Karen, Trautwein, Elke, Josse, Robert, Leiter, Lawrence & Conelly, Philip (2003) Effects of a Dietary Portfolio of Cholesterol-lowering Foods vs. Lovastatin on Serum Lipids and C-reactive Protein. *The Journal of the American Medical Association* 290:4, 502–510.
Kalache, Alexandre & Kickbush, Ilona (1997) "A Global Strategy for Healthy Ageing." *World Health* 50:4, 4–5.
Kastarinen, Mika, Nissinen, Aulikki, Vartiainen, Erkki, Jousilahti, Pekka, Korhonen, Heikki, Puska, Pekka & Tuomilehto, Jaakko (2000) Blood Pressure Levels and Obesity Trends in Hypertensive and Normotensive Finnish Population from 1982 to 1997. *Journal of Hypertension* 18:3, 255–262.
Kivelä, Sirkka–Liisa, Piha, Tapani, Niemensivu, Helena & Eronen, Ari (1986) *Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen kevät 1985.* Kansanterveyslaitoksen julkaisuja, B2/1986, Helsinki.
Krachler, Benno, Eliasson, Mats, Stenlund, Hans, Johansson, Ingegerd, Hallmans, Göran & Lindahl, Bernt (2009) Population-wide Changes in Reported Lifestyle are Associated with Redistribution of Adipose Tissue. *Scandinavian Journal of Public Health* 37:5, 545–553.
Käypä hoito (2009) http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/naytaartikkeli/tunnus/hoi04010 (haettu 10.10.2012).
Käypä hoito (2011) http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/naytaartikkeli/tunnus/hoi24010 (haettu 10.10.2012).
Käypä hoito (2013) http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/naytaartikkeli/tunnus/hoi50025 (haettu 12.4.2013).
Laitalainen, Elina, Helakorpi, Satu & Uutela, Antti (2008) *Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys keväällä 2007 ja niiden muutokset 1993–2007.* Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B14/2008. Helsinki.
Laitalainen, Elina, Helakorpi, Satu & Uutela, Antti (2010) *Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen ja terveys keväällä 2009 ja niiden muutokset 1993–2009.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 30/2010, Helsinki.

Luoto, Riitta, Prättälä, Ritva, Uutela, Antti & Puska, Pekka (1998) Impact of Unhealthy Behaviors on Cardiovascular Mortality in Finland, 1978–1993. *Preventive Medicine* 27:1, 93–100.

Lääkärikirja Duodecim (2010) http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00034 (haettu 10.10.2012).

McGee, Daniel & Diverse Populations Collaboration (2005) Body Mass Index and Mortality: A Meta-analysis Based on Person-level Data from Twenty–six Observational Studies. *Annals of Epidemiology* 15:2, 87–97.

Mäkelä, Pia & Österberg, Esa (2008) Alkoholin kulutus kasvaa – lisääntyykö hyvinvointi? Teoksessa Moisio, Pasi, Karvonen, Sakari, Simpura, Jussi & Heikkilä, Matti (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2008*. Stakes, Helsinki. 310–324.

Peto, Richard, Lopez, Alan, Boreham, Jillian, Thun, Michael & Heath, Clark (1994) *Mortality from Smoking in Developed Countries 1950–2000.* Oxford University Press Inc., New York.

Pietilä, Ilkka (2008) *Between Rocks and Hard Places: Ideological Dilemmas in Men's Talk about Health and Gender.* Acta Universitatis Tamperensis 1329. Tampere University Press, Tampere.

Pietinen, Pirjo, Vartiainen, Erkki, Seppänen, Ritva, Aro, Antti & Puska, Pekka (1996) Changes in Diet in Finland from 1972 to 1992: Impact on Coronary Heart Disease Risk. *Preventive Medicine* 25:3, 243–250.

Pietinen, Pirjo, Lahti-Koski, Marjaana, Vartiainen, Erkki & Puska, Pekka (2001) Nutrition and Cardiovascular Disease in Finland since the Early 1970s: A Success Story. *The Journal of Nutrition, Health and Aging* 5:3, 150–154.

Puska, Pekka (2000) Nutrition and Mortality: The Finnish Experience. *Acta Cardiologica* 55:4, 213–220.

Puska, Pekka, Vartiainen, Erkki, Laatikainen, Tiina & Paavola, Meri (toim.) (2009) *The North Karelia Project. From North Karelia to National Action.* Yliopistopaino, Helsinki.

Pyörälä, Kalevi, Ballantyne, Christie, Gumbiner, Barry, Lee, Michael, Shah, Arvind, Davies, Michael, Mitchel, Yale, Pedersen, Terje & Kjekshus, John (2004) Reduction of Cardiovascular Events by Simvastatin in Nondiabetic Coronary Heart Disease Patients with and without the Metabolic Syndrome: Subgroup Analyses of the Scandinavian Simvastatin Survival Study (4S). *Diabetes Care* 27:7, 1735–1740.

Ramsay, Sheena, Whincup, Peter, Shaper, Gerald & Wannamethee, Goya (2006) The Relations of Body Composition and Adiposity Measures to Ill Health and Physical Disability in Elderly Men. *American Journal of Epidemiology* 164:5, 459–469.

Salomaa, Veikko, Vartiainen, Erkki, Korhonen, Heikki, Haukkala, Ari, Tuomilehto, Jaakko, Nissinen, Aulikki & Puska, Pekka (1994) Sydän- ja

verisuonitautien vaaratekijät verenpainepotilailla ja muussa väestössä vuosina 1982–1992. *Suomen Lääkärilehti* 49:18–19, 1926–1932.

SHEP Cooperative Research Group (1991) Prevention of Stroke by Antihypertensive Drug Treatment in Older Persons with Isolated Systolic Hypertension. Final Results of the Systolic Hypertension in the Elderly Program (SHEP). *The Journal of the American Medical Association* 265:24, 3255–3264.

Slingerland, Annabelle, van Lenthe, Frank, Jukema, Wouter, Kamphuis, Carlijn, Looman, Caspar, Giskes, Katrina, Huisman, Martijn, Narayan, Venkat, Mackenbach Johan & Brug, Johannes (2007) Aging, Retirement, and Changes in Physical Activity: Prospective Cohort Findings from the GLOBE Study. *American Journal of Epidemiology* 165:12, 1356–1363.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2008) *Ikäihmisten palvelujen laatusuositus.* Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 3, Helsinki.

Stakes (2008) *Päihdetilastollinen vuosikirja 2008: Alkoholi ja huumeet.* http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2008/paihde/Paihdetilastollinen2008.pdf (haettu 14.9.2012).

Stevens, Victor, Obarzanek, Eva & Cook, Nancy ym. (2001) Long-term Weight Loss and Changes in Blood Pressure: Results of the Trials of Hypertension Prevention, phase II. *Annals of Internal Medicine* 134:1, 1–11.

Strandberg, Timo, Strandberg, Arto, Salomaa, Veikko, Pitkälä, Kaisu & Miettinen, Tatu (2003) Impact of Midlife Weight Change on Mortality and Quality of Life in Old Age. Prospective Cohort Study. *International Journal of Obesity and Relatated Metabolic Disorders* 27:8, 950–954.

Stuck, Andreas, Walthert, Jutta, Nikolaus, Thorten, Bula, Chirtophe, Hohmann, Chirtoph & Beck, John (1999) Risk Factors for Functional Status Decline in Community-Living Elderly People: A Systematic Literature Review. *Social Science and Medicine* 48:4, 445–469.

Sulander, Tommi, Helakorpi, Satu, Rahkonen, Ossi, Nissinen, Aulikki & Uutela, Antti (2004) Smoking and Alcohol Consumption Among the Elderly: Trends and Associations, 1985–2001. *Preventive Medicine* 39:2, 413–418.

Sulander, Tommi, Nisén, Jessica, Heimonen, Sirkkaliisa, Pohjolainen, Pertti, Virkola, Elisa, Karvinen, Elina & Koivula, Riitta (2009) *Vanhuksen koti keskellä kaupunkia. Kyselytutkimuksen tulokset.* Ikäinstituutti, Raportteja 4/2009. Helsinki.

Sulander, Tommi, Heinonen, Heikki, Pajunen, Tuuli, Karisto, Antti, Valve, Raisa, Pohjolainen, Pertti, Seppälä, Ullamaija & Fogelholm, Mikael (2011) Verenpaine- ja kolesterolilääkkeitä käyttävien vyötärönympärysmitan muutokset kuuden vuoden seurannassa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 48:3, 196–203.

Sulander, Tommi, Heinonen, Heikki, Karisto, Antti, Valve, Raisa, Pohjolainen, Pertti, Seppälä, Ullamaija & Fogelholm, Mikael (2012) Weight and Health Behavior Changes among Ageing People with Medication for Hypertension and High Cholesterol Level. ISRN Public Health 2012.

Sulander, Tommi, Kuusisto, Kari, Heinonen, Heikki, Karisto, Antti, Fogelholm Mikael (painossa). Ikääntyvien elintavat kohentuvat Päijät-Hämeessä. Yleislääkärilehti.

Tilastokeskus (2007) *Tilastokeskuksen kuolemansyytilasto 2007*. http://stat.fi/til/ksyyt/index.html (haettu 14.9.2012).

Uutela, Antti, Helakorpi, Satu & Puska, Pekka (1999) *Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen keväällä 1997 ja sen muutokset 1993–97*. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B5/1999. Helsinki.

Tolstrup, Janne, Halkjær, Jytte, Heitmann, Berit, Tjonneland, Anne, Overvad, Kim, Sorensen, Thorkild & Groenbaek, Morten (2008) Alcohol Drinking Frequency in Relation to Subsequent Changes in Waist Circumference. *The American Journal of Clinical Nutrition* 87:4, 957–963.

Vartiainen, Erkki, Peltonen, Markku, Laatikainen, Tiina, Sundvall, Jouko, Salomaa, Veikko, Jousilahti, Pekka & Puska, Peka (2008) FINRISKI-tutkimus: Sekä miesten että naisten sydän- ja verisuonisairauksien kokonaisriski pieneni viime vuosina. *Suomen Lääkärilehti* 63:15, 1375–1381.

Vilkko, Anni, Sulander, Tommi, Laitalainen, Elina & Finne-Soveri Harriet (2010) Miten Iäkkäät suomalaiset juovat. Teoksessa Mäkelä, Pia, Mustonen, Heli & Tigerstedt, Christoffer (toim.) *Suomi juo. Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008.* Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki, 142–153.

Wang, Catharine & Coups, Elliot (2010) Causal Beliefs about Obesity and Associated Health Behaviors: Results from a Population–based Survey. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 3:7, 19.

World Health Organization (2007) *Prevention of cardiovascular disease: guideline for assessment and management of cardiovascular risk.* http://whqlibdoc.who.int/publications/2007/9789241547178_eng.pdf (haettu 14.9.2012).

Miksi ikämies liikkuu?

Arto Tiihonen

Tämä artikkeli ikämiesten liikkumisen erilaisista merkityksistä kiinnittyy pitkään jatkuneeseen tutkimustraditioon, jossa on tutkittu liikunnan ja urheilun harrastamisen sosiokulttuurisia merkityksiä. Sukupuoli, sukupuolittuneet tavat, sukupuoleen kiinnittyvät erilaiset kulttuuriset tarinat, elämänkulku ja sen käännekohdat ovat olleet keskeisinä kiinnostuksen kohteina tässä tutkimusperinteessä. Tutkimusaineistoina on käytetty pääasiassa erilaisia narratiiveja niin osallistujilta itseltään kuin mediasta tai muista lähteistä.[1]

Liikkumisen harrastamisen tutkimuksessa on viime vuosina yleisemminkin suunnattu katse liikunnan harrastamisen merkityksiin tai liikunnan kautta syntyvään tai rakentuvaan liikuntasuhteeseen (ks. Koski & Tähtinen 2005, Koski 2008, Zacheus 2008, Nieminen 2011). Miesten – varsinkin nuorten ja keski-ikäisten – liikunnan tai

1. Tämä 'suomalais-tanskalainen koulukunta', jossa generaattoreina olivat Henning Eichberg Tanskasta ja Esa Sironen Suomesta tuotti useita (väitös)kirjoja ja artikkeleita alkaen 1980-luvun lopulta. Ks. esim. Eichberg 1987, Sironen 1988, Sironen, Veijola & Tiihonen 1992, Eichberg 1994, Tiihonen 1994, Sironen 1996, Veijola 1996, Sparkes 1996, Silvennoinen, Tiihonen & Innanen 1997, Sparkes & Silvennoinen 1999, Innanen 2001, Tiihonen 2002).

oikeastaan liikkumattomuuden syiden tutkimiseen on ollut myös yhteiskunnallista tilausta (Pietilä 2008, Hoikkala, Salasuo & Ojajärvi 2009). Veteraaniurheilututkimuksen piirissä on myös tutkittu urheilemisen erilaisia sosiokulttuurisia merkityksiä (ks. Tiihonen 2011, Young & Medic 2011a; 2011b). Lisääntyneestä tutkimustoiminnasta huolimatta miesten, ja vielä tarkemmin ikämiesten tai ikääntyneiden miesten (55+), liikkumisen ja urheilemisen erilaisista syistä ja merkityksistä ei tiedetä vielä kovinkaan paljon.[2]

Oma kiinnostukseni miesten liikkumiseen ja urheilemiseen on kestänyt neljännesvuosisadan verran tuottaen muun muassa pro gradu- ja lisensiaatin työn ja väitöskirjan sekä runsaahkosti artikkeleita. Miesnäkökulma kirjoituksissani on tullut esiin nuoruuden miehisinä urheilutarinoina ja niiden sosiologisina tulkintoina, miesten ruumiillisten kokemuksellisuuksien käsitteellisinä tarkasteluina ja erilaisten liikkumisen ja urheilemisen sosiokulttuuristen merkitysten analyyseina ja tulkintoina. Ikämiehistä olen tehnyt yhden empiiriseen aineistoon perustuvan artikkelin.[3]

Yhteenvetona aihealueen tutkimuksesta voi sanoa sen, että (ikä) miesten liikkumista ja urheilemista on viime aikoina tutkittu yhä enemmän ottaen huomioon erilaiset sosiokulttuuriset merkitykset tai liikuntasuhteet. Myös monenlaisia menetelmiä on käytetty tarinoista osallistuvaan havainnointiin ja kyselyihin. Empiiristen tutkimusten perusteella tiedetään myös aika hyvin se, miten paljon ikämiehet liikkuvat. Edellisestä huolimatta ikämiesten liikkumisen syiden ja merkitysten tutkimus on vielä alkutekijöissään. Tässä artikkelissa kiinnostukseni kohteena onkin se, miksi kohtuullisen paljon liikuntaa

2. Suurissa väestötutkimuksissa kysytään myös liikunnan harrastamisen määriä, muotoja ja lyhyesti myös liikkumisen syitä. Tässä artikkelissa en viittaa niihin, koska kirjassa on erilliset artikkelit aiheesta (ks. Sulander ja Pohjolainen) ja lukija voi verrata näin tekstejä keskenään ja täydentää näin kuvaa ikämiesten liikkumisesta.
3. Viime vuosina olen ottanut haasteekseni sen, miten yhtä aikaa tutkia empiirisesti ja voimaannuttaa tutkittavia. Kvalitatiivisesta tutkimuksesta rakentunut tietämys olisi hyvä saada kiteytetyksi myös empiiriseksi tutkimukseksi ja tutkimustuloksiksi, -tulkinnoiksi ja -sovelluksiksi. Toisaalta tämä sama soveltava haaste on ollut jossakin määrin mukana jo alusta asti. (Ks. Tiihonen 2007; 2008; 2009a ja b; 2011). Ks. www.miksiliikun.fi

harrastavat ikämiehet (56–75-vuotiaiden ryhmä) liikuntaa harrastavat. Tulkintani perustuvat laajaan ikämiesten tekemään itsearviointimateriaaliin, jota vertaan tarpeen tullen veteraaniyleisurheilijoilta keräämääni samanlaiseen aineistoon (Tiihonen 2011).

Perustelen artikkelini aihetta ja kohdetta sillä, että lisääntyneestä tutkimuskiinnostuksesta huolimatta emme tiedä riittävästi siitä, mitkä kaikki syyt saavat miehet liikkumaan ja mikä heidät saa pysymään liikunnan harrastajina vuodesta toiseen. Tutkimalla tätä ymmärrämme paremmin heidän liikunnallista elämäntapaansa ja voimme ehkä paremmin rakentaa menetelmiä, joilla saamme myös vähemmän liikkuvat ikämiehet harrastamaan liikuntaa.

Artikkelin aineistosta ja konteksteista

Tässä artikkelissa tutkimuskumppaneinani on ollut 56–75-vuotiaiden ikämiesten muodostama kymmenhenkinen joukko taustoiltaan jonkin verran erilaisia, mutta paljon liikkuvia miehiä. Tarkastelen heidän liikuntamotiivejaan, -kokemuksiaan, -roolejaan ja liikkumisen liittyviä miehisyyksiä sekä heidän ikäkokemuksiaan. Kuvaan myös heidän liikkumisensa määrän ja laadun. Vähäisemmässä määrin viittaan myös heidän käsityksiinsä liikunnan vaikutuksista toimintakykyyn ja siihen, mitä ominaisuuksia he liikunnan avulla haluavat kehittää.

Tavoitteenani on piirtää empirian osalta tarkka, mutta teorian ja käytännön sovellusten osalta pohdiskeleva ja keskusteleva artikkeli. Keskustelua käyn kunkin teeman sisällä sekä liikunta- ja miestutkimuksen että käytännön kentän kanssa. Liikuntapuhe ja käytetyt käsitteet ovat vuosikymmenten saatossa noudatelleet kunkin aikakauden kulttuurista henkeä. Terveysliikunta ei vielä 1980-luvulla ollut iskenyt itseään läpi eikä terveysliikunnan konkretisointia edes osattu tehdä kunnolla vielä 2000-luvun alussakaan (vrt. Karisto 1984; 1987, Tiihonen & Lukka 2004). Terveysliikunta onkin varsin uusi käsite, jota ennen puhuttiin kuntoliikunnasta, kuntourheilusta, urheilusta tai liikuntakulttuurista (vrt. Sironen 1996, Zacheus 2008).

Liikuntakulttuurin käsitteet ovatkin ikään kuin valuneet nuorille ja sen eliitille kohdistetusta urheilusta aina kohti suurempia kohderyhmiä, joista viimeisimpänä mukaan on integroitu ikäihmiset ja vanhukset. Samalla liikunnan 'suosituspuheessa' on pudotettu suoritustasovaatimuksia niin, että melkein mikä tahansa liikkuminen kelpaa nykyään terveysliikunnaksi. Enää ei tarvitse hikoilla eikä sykkeen tarvitse nousta korkealle, kuten vielä kuntourheilun tai -liikunnan vuosikymmenillä. Ihan viime vuosina liikuntasuosituksia on tosin myös tiukennettu ja varsinkin lihasvoiman merkitys myös ikääntyneiden toimintakyvyn ylläpitämisessä on huomattu.

Sukupolvinäkökulma on tullut myös liikuntaharrastuksen tutkimuksessa entistä enemmän esille. Yksi päätulos monissa tutkimuksissa on ollut se, että nykynuoret elävät hyvin erilaista liikuntakulttuurista aikakautta kuin vanhempansa tai isovanhempansa. Yksinkertaistettuna muutoksen voisi kiteyttää niin, että suoritusperustaisesta yksilökilpaurheilusta on siirrytty elämyksellisempiin ja mielihyvähakuisempiin joukkueliikuntamuotoihin ja -motiiveihin. (Koski & Tähtinen 2005, Zacheus 2008.) Tässä artikkelissa viittaankin usein tähän liikuntakulttuurin niin empiiriseen kuin käsitteelliseen muutokseen eli tätä kautta kirjan kannalta yhteen keskeiseen teemaan: ikääntymisen erilaisiin sosiokulttuurisiin merkityksiin.

Toimittaessamme Jorma Sipilän kanssa ensimmäistä suomalaista miestutkimuskirjaa 1990-luvun alussa (Sipilä & Tiihonen 1994) emme pitäneet varsinaisena miestutkimuksena sellaista empiiristä tutkimusta, jossa sukupuoli on yksi taustamuuttuja muiden joukossa. Ajatuksena oli, että pelkkä tieto miehistä ilman tulkintoja siitä, miten miehisyydet/maskuliinisuudet/ miesten alakulttuurit tai sukupuolijärjestelmä ja yhteiskuntapolitiikka selittävät miesten käyttäytymistä, ei riitä tekemään tutkimuksesta varsinaista miestutkimusta. Taustalla oli myös ajatus nais- ja sukupuolitutkimuksen omasta teoriamuodostuksesta ja menetelmistä, joista tulisi olla ainakin tietoinen. Tästä johtuen miesnäkökulma on tässä artikkelissa läsnä kohderyhmän lisäksi erilaisina miehisyyskäsitteinä, jotka myös konkretisoituvat itse aineistossa, kun vastaajat arvioivat niiden merkitystä elämässään ja lii-

kunnan harrastamisessaan. 'Miespuhe' pitää sisällään myös viittaukset miestutkimukseen, mutta myös populaarimpiin mieskeskusteluihin siitä, miten 'miehen pitää elää ja olla' nykymaailmassa.

Tutkimusmenetelmästä ja sen taustoista

Käytän tässä artikkelissa kehittämääni itsearviointimenetelmää, jossa vastaaja arvioi omaa liikkumistaan – kaikkia viimeisen vuoden aikana harrastamiaan liikuntamuotoja – erilaisten liikuntasosiologisten käsitteiden avulla. Kun vastaaja arvioi esimerkiksi omaa liikkumistaan liikunnan sosiaalihistorioitsija Henning Eichbergin (1987) suoritusurheilu – terveysliikunta – kokemusliikunta -käsitteistön avulla, niin vastaukseksi saadaan se, miten vastaaja painottaa liikkumisessaan kutakin noista liikkumisen motiiveista. Itsearviointi kertoo myös sen, jos jossakin liikuntamuodossa painottuvat eri motiivit kuin toisissa. Kävely voi todennäköisesti luokittua terveysliikunnaksi, mutta golf voi olla kokemusliikuntaa ja sulkapallo suoritusurheilua. Vaikka kaikki edellä mainitut ovat tietysti melko turvallisia lajeja, ja parantavat kestävyyttä ja liikkuvuutta, niiden harrastamiseen saattavat johtaa aivan eri syyt.

Rakennan ikämiesten itsearviointien pohjalta liikkumisprofiileja näistä kohtuullisen paljon liikkuvista ikämiehistä. Optiikkani on teoreettisesti laaja, koska kääntelen kuvakulmaa eri asentoihin tavoitteenani saada otetta liikkumisen erilaisista syistä ja merkityksistä. Liikkumisessa kokemuksellisuus onkin olennaista sen ruumiillisuuden vuoksi (Tiihonen 2002). Kun tutkijat yleensä itse käyttävät teoreettisia käsitteitä kerättyään empiirisen aineistonsa, niin minä annan nuo käsitteet tutkittaville itselleen. Empiirinen materiaalini on siis jo lähtökohtaisesti vahvasti teoriasidonnaista, koska kaikki käytetyt käsitteet ovat tutkijoiden kehittelemiä ja testaamiakin. En siis tuota lähtökohtaisesti uusia käsitteitä, vaan arvioin vanhoja ja yhdistelen erilaisia näkökulmia toisiinsa, jotta saisimme tarkemman ja perustellumman kuvan ikämiesten liikkumisesta.

Vastaajat ovat saaneet luettavakseen tarkat ohjeet käsitteistä. Tämän jälkeen he ovat arvioineet kutakin liikuntamuotoaan 1…5 -asteikolla, jossa 1 merkitsee vähäistä merkitystä ja 5 erittäin suurta merkitystä. Viisi miestä yhdeksästä on tehnyt itsearvioinnin tutkimusapulaisen läsnä ollessa, neljä on tehnyt ne sähköpostitse kotonaan. Vaikka kaikki käytetyt käsitteet eivät olleet vastaajille ennestään tuttuja, he kykenivät erittäin hyvin vastaamaan asetettuihin arviointitehtäviin. Vastaamisen helppous yllätti jonkin verran, vaikka menetelmää olikin testattu opiskelijoiden ja pilottiaineiston keräyksen avulla. Aineistonkeräyksen onnistuminen vakuutti tutkijan siitä, että ikäihmisiltä voi kysyä vaikeita asioita.

Kohderyhmää voi hyvällä syyllä kutsua tutkimuskumppaneiksi, koska he tavallaan tutkivat itse itseään niillä välineillä ja käsitteillä, jotka heille annoin. Artikkelin aineiston muodostavat kymmenen 56–75 -vuotiasta miestä, jotka otin mukaan laajemmasta aineistostani. Valikointi tapahtui seuraavilla perusteilla. Ensinnäkin jokainen liikkuu liikuntasuosituksiin nähden melko paljon, osa erittäin paljon (vuositasolla 275–895 tuntia eli viidestä reiluun 17 tuntiin viikossa). Keskiarvona oli noin 550 tuntia vuodessa eli noin 11 tuntia viikossa (vaihteluväli 5,3–17,2 h/vko). Kaksi miehistä liikkuu yli kaksi tuntia päivässä, vain yksi alle tunnin, mutta suurin osa reilun tunnin päivässä. Toiseksi: suurin osa aineistoon valikoiduista miehistä harrasti vuoden aikana noin neljää eri liikuntamuotoa (n. 90 % kaikesta liikunnasta) ja eniten harrastettuun lajiin kulutettiin keskiarvoisesti melkein tarkalleen puolet kaikkeen liikkumiseen kulutetusta ajasta (vaihteluväli 23–84 %). Voidaan siis sanoa, että miehet liikkuivat paljon ja melko monipuolisesti.

Kolmanneksi: ikähaitariksi tuli lähes kaksikymmentä vuotta, koska halusin mukaan työelämässä olevia, juuri eläkkeelle siirtyneitä ja jo pidempään eläkkeellä olevia (kaksi vielä töissä, yksi osa-aikaisesti työssä, kolme joku aika sitten eläkkeelle siirtyneitä ja neljä jo pidempään työelämästä poissaolleita). Heidän koulutus- ja työtaustansa ovat myös erilaisia; mukana on muun muassa toimitusjohtaja, liikennelentäjä,

psykologi, ekonomi, projektipäällikkö, asemoija, valmennuskonsultti, biologi, metallipajan esimies – koulutusalat vaihtelevat siis vastaavasti.

Valintaperusteena pidin myös sitä, että miehet tulivat mukaan erilaisista vapaaehtoistoiminnan konteksteista. Kolme tutkittavista on miesaktiiveja, yksi on mukana aatteellis-poliittisessa toiminnassa, toinen opiskelijajärjestötoiminnassa ja kolmas lastensuojeluun liittyvässä vertaistukitoiminnassa. Yksi on luontoaktiivi. Miehistä yksi on veteraaniurheilija ja -valmentaja ja kaksi miehistä on aktiivisia liikkujia ja ikämiesurheilijoita. Urheilijoissa on jalkapalloilija, salibandyn pelaaja ja yleisurheilija. He ovat kaikki siis jollakin tavoin aktiiveja joko yhteiskunnallisesti tai harrastustoiminnassa. En siis voi vertailla aktiiveja ei-aktiiveihin, mutta voin pohtia sitä, miten erilaiset vapaaehtoisorientaatiot mahdollisesti vaikuttavat liikkumisen merkityksiin.

Kysyin vastaajilta myös heidän koulutuksestaan, työstään, elintasostaan, vapaaehtoistoiminnastaan ja asumissuhteistaan, sekä arviointeja terveydentilasta, kunnosta, liikkumistaustasta ja viimeisimmästä liikuntanumerostaan. Vastaajien koulutustaso on melko korkea, mutta vaihteluakin on riittävästi. Kaikki kokivat elintasonsa hyväksi, vaikka varallisuudessa heillä on suuriakin eroja. Kuntonsa ja terveytensä he arvioivat hyväksi tai erinomaiseksi – ainoastaan kolme arvioi jomman kumman tyydyttäväksi. Viimeisin liikuntanumerokin oli vastaajilla yhtä lukuun ottamatta hyvä tai erinomainen. Tämä antaa olettaa, että nämä miehet ovat olleet läpi elämänsä liikunnallisesti aktiivisia. Lisäksi he ovat saaneet positiivista palautetta liikkumisestaan jo nuorena, millä voi olla merkitystä liikunnan kokemuksellisuuden näkökulmasta läpi heidän elämänsä.

Aineistoni miehet ovat siis monessa mielessä homogeeninen taustojensa puolesta. Joissakin tapauksissa esimerkiksi koulutustausta tai koettu terveys voi olla hyväkin selittäjä liikkumiselle annetuille merkityksille. Lähtökohtaisesti en kuitenkaan pyri selittämään miesten välisiä eroja näillä taustamuuttujilla, vaan kiinnostukseni kohdistuu siihen, miten samankaltaiset miehet voivat merkityksellistää asioita eri tavoin. Tässä artikkelissa piirretään mahdollisimman tarkkaa ku-

vaa näistä paljon liikkuvista ikämiehistä, joiden elämän orientaatiot – työurat ja muut harrastukset – poikkeavat varsin paljon toisistaan.

Käytän seuraavassa kuvioita havainnollistaakseni tuloksia. Lähtökohtana on se, että olen pyytänyt jokaista osallistujaa arvioimaan vuosittaisen liikkumisensa liikuntamuodot ja -määrät edeltävän vuoden tilanteen mukaisena niin kuin hän ne muistaa. Vaikka menetelmään liittyy virhemahdollisuuksia, niin edeltävän vuoden liikkumisen tarkka muistaminen ei kokemukseni mukaan ole kuitenkaan kovin vaikeaa. Vuodenajat, kuukaudet ja viikot antavat melko helpon kehyksen oman liikkumisen arviointiin. Koska en ensisijaisesti tutki liikunnan tarkkaa määrää, vaan sen monimuotoisuutta ja merkityksiä, niin määrän arviointi voi olla suuntaa-antavaa.

Keskeistä menetelmässä on se, että itsearviointi koski kaikkia harrastettuja liikuntamuotoja erikseen. Vastaaja ei siis arvioinut itseään esimerkiksi terveysliikkujaksi, vaan hän arvioi jokaisen harrastamansa liikuntamuodon harrastusmotiivin erikseen. Kävelyä harrastetaan todennäköisesti eri motiivein kuin jalkapalloa, kuntosalityöskentelyä tai laskettelua. Näistä kaikista eri liikuntamuotojen arvioinneista laskin keskiarvot, mutta kuvioihin on otettu erikseen tiedot myös eniten harrastetuimmasta lajista. Tämä siksi, että eniten harrastettu laji oli selvästi dominoivin ajallisesti, joten oletuksena oli, että se muutenkin edusti vastaajalle merkityksellisintä liikuntamuotoa. Näin ei kuitenkaan aina ollut, vaan joissakin tapauksissa itsearviointi osoitti jonkin muun lajin olleen merkityksellisin, mutta sen harrastaminen saattoi eri syistä jäädä varsin vähäiseksi. Siksi nostan joissain yhteyksissä esiin myös näitä yksittäisiä tietoja, vaikka keskiarvo ja eniten harrastettu laji sinänsä jo kertovat paljon vastaajien liikkumisesta ja sen merkityksistä.

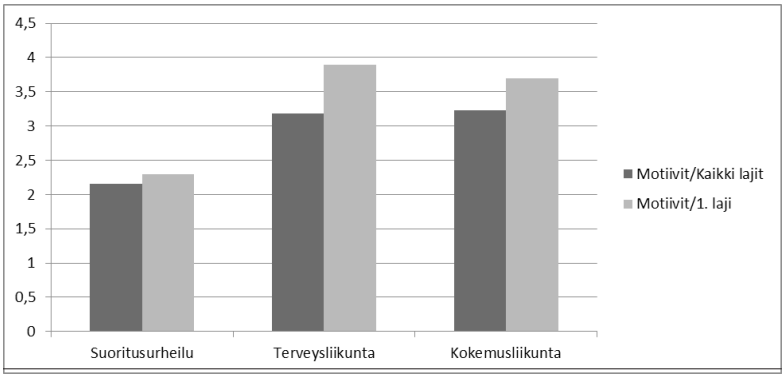
Ei vain terveysliikuntaa

Miehet saivat ensimmäiseksi itsearviointitehtäväkseen arvioida oman liikkumisensa motiiviperustaa. Valitsin käsitteiksi liikunnan sosiaalihistorioitsija Henning Eichbergin (1987) lanseeraaman Suomes-

sakin varsin tutun kolmijaon suoritusurheiluun, terveysliikuntaan ja kokemusliikuntaan. Jaottelua on usein tulkittu niin, että meillä jokaisella olisi jokin perusmotiivi harrastaa liikuntaa, ja että se olisi jokin noista kolmesta. On kuitenkin selvää, että sama ihminen voi harrastaa eri liikuntamuotoja hyvin eri syistä: joissakin liikuttajana ovat terveydelliset motiivit, toisessa kilpailuhenkinen suorittaminen ja kolmannessa motiivi, jonka vastaaja määritteli kokemukseksi (esim. elämys- tai luontokokemus). Sekin on toki totta, että jokaisella jokin näistä motiiveista oli tärkein, mutta ei kuitenkaan niin selvästi kuin on ehkä oletettu. Ainakin ikämies voi liikkua monin eri motiivein.

Kun tarkastellaan miesten liikkumisen motiivien itsearviointeja erikseen, nähdään jo jonkin verran siitä monimuotoisuudesta, joka liikkumisen motiiveihinkin sisältyy. Suoritus-, terveys- ja kokemusmotiivit vaihtelevat melko paljon miesten kesken ja myös silloin, kun tarkastellaan kokonaisliikuntaa ja eniten harrastettua lajia. Suoritusmotiivi on keskiarvoisesti kaikkien lajien osalta 2,2 ja eniten harrastetun lajin osalla 2,3. Terveysmotiivin osalta samat luvut ovat 3,2/3,9 ja kokemusmotiivin osalta 3,2/3,7.

Kuvio 1. Suoritus-, terveys- ja kokemusmotiivien itsearviointien keskiarvot kaikesta liikunnasta ja itsearvioinnit eniten harrastetusta liikuntamuodosta. Huomaa, että arviointiasteikko on 1-5.



Ryhmätasolla motiivit jakautuivat siten, että terveysmotiivi ja kokemusmotiivi olivat lähes yhtä tärkeitä, mutta suoritusmotiivi oli sekin joillekin miehille ja joissakin liikuntamuodoissa tärkeä, vaikka keskiarvoisesti se jäikin edellisistä selvästi. Näin pienen ja homogeenisen ryhmän perusteella ei voi vetää johtopäätöstä, että kaikkien ikämiesten liikuntamotiivit noudattelisivat tätä samaa kuviota. Liikuntaa aktiivisesti harrastavilla ikämiehille näyttäisi kuitenkin olevan tyypillistä se, että kaikki motiivit ovat jollakin tavalla edustettuina ja että eri lajeja harrastetaan erilaisin motiivein. Terveys- ja kokemusmotiivi ovat myös sellaisia, että niitä löytyy kilpailumielessä harrastetuistakin liikuntamuodoista. Ikämiehet siis tulkitsevat terveyttä edistäväksi myös sellaisia liikuntamuotoja, jotka sisältävät selvästi kilpailullisia elementtejä. Sama koskee myös kokemuksellisuutta, koska kilpailullinen liikunta tuottaa kulttuurisesti merkittäviä kokemuksia.

Kun lähtökohtaoletuksena ikääntyneiden miesten liikunnassa on se, että lapsena ja nuorena liikunta on ollut joko kilpailu- ja suorituskorosteista tai sitten agraarissa yhteisössä hyötyliikuntatyyppistä, niin ikääntyneenä he ovat selvästi oppineet motivoimaan itseään terveys- ja kokemusperusteisesti (Zacheus 2008). Tähän vaikuttaa tietysti myös liikuntamuotojen vaihtuminen erityyppisiksi. Suurin osa aineiston miesten liikunnasta on määrällisesti (sauva)kävelyä ja muutenkin kestävyystyyppiset, matalaintensiteettiset lajit hallitsevat. Hiihto, vaeltelu/retkeily, hyötyliikunta, pyöräily, golf, hölkkä/juoksu ovat useimmiten harrastettujen lajien kärjessä melkein jokaisella näistä miehistä. Toki joukkoon mahtuu yksi jalkapalloilija, mutta hänkin määrittelee hyvin kilpailullisen harrastamisensa ensisijaisesti terveysliikuntana.

Voi olla, että paljon liikuntaa harrastavat miehet ovat sekä kyenneet löytämään uusia merkityksiä liikkumiselleen että ovat muuttaneet liikuntatottumuksiaan vastaamaan ikääntymisen vaatimuksia. Toisaalta he eivät myöskään ole kokonaan luopuneet nuorena opitusta liikkumisen suoritusperustelusta. Tämä alustava havainto voi olla erittäin merkittävä miettiessämme syitä yleisemminkin ihmisten liikkumiseen tai liikkumattomuuteen.

Seitsemällä miehellä aineiston 10 miehestä eniten harrastettu laji myös motivoi heitä enemmän kuin liikunta yleensä. He ovat löytäneet ykköslajikseen lajin, joka sopii heille hyvin. Kolme miestä harrastaa kuitenkin määrällisesti eniten lajia, jonka motiivit eivät ole niin tärkeitä kuin kaiken liikunnan keskiarvoisesti. Selitys voi olla se, että vähemmän harrastetuissa lajeissa on enemmän kokemuksellisia tai suorituksellisia elementtejä, jotka ovat houkuttelevampia kuin esimerkiksi kävelyn tuottamat merkitykset. Yksittäisten lajien osalta tämä on vielä selvempää. Oli normaalia, että joku vähän harrastettu laji motivoi hyvin, mutta eri syistä tätä liikuntamuotoa ei voi harrastaa määrällisesti kovin paljon.

Liikunnan merkityksellisyyden ja esimerkiksi liikuntaneuvonnan näkökulmasta katsottuna on hyvä, että eniten harrastettu liikuntamuoto on myös monipuolisesti motivoiva. Aineiston miesten kohdalla näyttää ainakin siltä, että terveys- ja kokemusmotiivit ovat vahvoja juuri ykköslajin kohdalla. Mutta huomattava on myös se, että suoritusmotiivi on neljälle ainakin kohtuullisen tärkeä syy harrastaa eniten liikuttavaa lajia. Liikuntaharrastuksen merkityksellistä vahvuutta voitaneen verrata konkreettiseen liikkumiseen niin, että merkitysten ollessa monipuolisia ja vahvoja on todennäköisempää, että kyseinen henkilö myös liikkuu aktiivisesti ja siten hänen liikuntasuhteensa on vahva (vrt. Koski & Tähtinen 2005, Koski 2008).

Toki kausaalisuus voi elämänhistoriallisesti toimia toisinkin päin. Liikkuva ihminen saattaa myös kehittää tekemiselleen enemmän merkityksiä kuin liikkumattomampi. Joka tapauksessa havainto voi olla sekä tutkimuksellisesti että käytännön työn kannalta merkittävä. Esimerkiksi liikuntaneuvonnassa painopiste voitaisiin radikaalisti siirtää tehokkaiden ja terveellisten liikuntaohjelmien tekemisestä asiakkaan elämän ja liikkumisen merkitysten analysoinnin kautta konkreettisiin elämäntapamuutoksiin, mutta myös kyseisten henkilöiden liikunnalleen antamien kulttuuristen merkitysten muuttamiseen. Kukapa haluaisi tai jaksaisi liikkua vain laihduttaakseen, vaikka näin jääräpäisesti näytetään uskovan tuputtamalla ihmisille yhä enemmän tietoa siitä, miten terveellistä laihtuminen ja hyvä kunto ovat. Tämän

aineiston perusteella kulttuuristen merkitysten ja liikunta-aktiivisuuden välistä yhteyttä voi vahvasti ounastella, mutta tarvittaisiin vertailuryhmiä, joissa liikunta-aktiivisuus olisi vähäisempää, jotta asian voisi tutkimuksellisesti vahvistaa.

Tästä taustoiltaan homogeenisesta ryhmästä erottuu toki jo edellä esitetyn motiivitarkastelun kautta erilaisia miehisyyksiä toteuttavia miehiä. Joillekin perinteinen miehinen suoritusperuste on kohtuullisen vahva, jotkut kieltävät sen kokonaan. Itse uskallan tulkita havaintoa niinkin, että suoritusperiaatteen myöntäminen ei tänä aikana ole oikein sopivaakaan, mikä selittäisi jossakin määrin suoritusurheilun saamia alhaisia lukuja. Osittain tämä johtuu myös siitä, että esittämissäni kuvioissa ei näy yksittäisten liikuntamuotojen saamia arviointilukuja. Joitakin lajeja harrastetaan systemaattisesti muita enemmän myös suoritusperiaatteella. Palloilulajit ovat näistä tyypillisimpiä. Tämä kuvastaa sitä, että liikunta- tai urheilulaji itsessään määrittää myös sen motiivipohjaa, eikä kyse ole siten pelkästään siitä, miten ihminen itse merkityksellistää liikkumisensa.

Eichbergin (1987; 1994) teorian ja suoritus-, terveys- ja kokemuskäsitteiden konfigurationaalisuus (lyhyesti sanottuna: tekemisen yksilöllisen ja kulttuurisen suhteen homologisuus) näkyykin siinä, että eri liikunta- ja urheilumuotoja harjoitetaan erilaisissa konteksteissa, eri säännöillä, eri alakulttuureissa, jolloin myös kulttuuriset merkitykset ovat erilaisia. Merkityksen käsitteen kautta onkin järkevää avata edellä mainittua kolmijakoa hieman tarkemmin. Suoritushan viittaa johonkin mitattavaan tai vertailtavaan suoritukseen, kuten aikaan, painoon, pituuteen. Eichberg (1987; 1994) puhuukin gramma, sekunti, sentti -urheilusta. Vertailun logiikka ulottuu tietysti myös terveysliikuntaan, jossa tavoitteena on yleensä aina parempi kunto, laihempi vartalo ja terveempi yksilö. Jos suoritusurheilussa verrataan itseä ja suoritusta yleensä muihin ja muiden tekemiin tuloksiin, niin terveysliikunnassa vertailu kohdistuu itseen – mitä olin ennen, mitä olen nyt, mitä olen mahdollisesti tulevaisuudessa. Ja tietysti tekemisen terveellisyyteen. Vaikka kyse ei ole kilpailusta, niin vertailusta kuitenkin. Terveysliikunnan ’lempeys’ tai ’pehmeys’ ja kaikille sopivuus pitää myös

sisällään ajatuksen siitä, että huonompikuntoinen, osaamattomampi yksilö jaksaa liikkua niin paljon, että siitä on hyötyä terveydelle ja hyvinvoinnille.

Kokemusliikunnan merkitys ei sekään ole tyhjä vertailusta – onhan jo aluksi selvää, että ihmisillä on sekä hyviä että huonoja (liikunta) kokemuksia. Merkitykselliset kokemukset eivät koostu vain hyvistä kokemuksista, vaan voivat perustua tekohetkellä hyvin rankkoihin fyysisiin tai psyykkisiin selviytymiskokemuksiin sisältäen katkeria tappioita, loukkaantumisia tai sairastumisia. Näiden jälkeen ihminen on voinut ymmärtää itsestään enemmän kuin koskaan aiemmin. Kaikki – tietysti myös ihanat virtauksen tunteet, ruumiilliset hyvänolontunteet ja onni täydellisestä lyönnistä, potkusta tai liikkeestä – kokemuksemme vertautuvat joihinkin jo ennestään tuttuihin kulttuurisiin tarinoihin tai käsityksiin siitä, mikä tuntuu hyvältä ja mikä ei (Tiihonen 1996; 2002, Tiihonen & Lukka 2004).

Aineiston miehet siis sekä valitsevat itse liikkumisen merkityksiä että toteuttavat jo kulttuurissa valmiina olevia merkityksiä. Nämä liikuntaa paljon harrastavat miehet ovat käsittääkseni osanneet sekä itsenäisesti valita että käyttää kulttuurissa tarjolla olevia merkityksiä hyväkseen niin, että liikkumisen merkityksistä on muodostunut riittävän vahvoja sidoksia arkeen. Silti miehet eroavat merkitysten valinnassaan ja niiden kombinaatioissa toisistaan niin, että voidaan alustavasti nähdä myös miesten erilaisten liikunnallisten merkitysprofiilien rakentuminen.

Liikunnasta saadaan merkityksellisiä kokemuksia

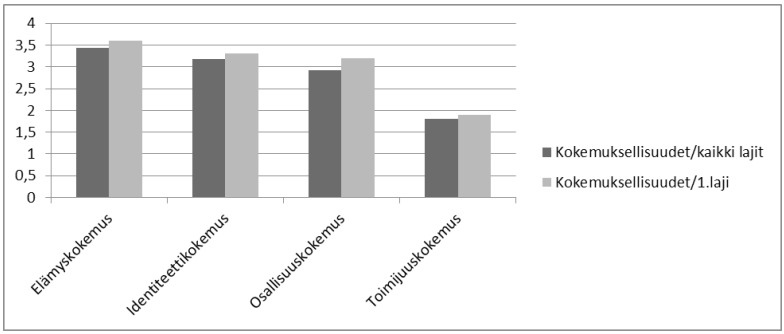
Liikunnan kokemuksellisuus motivoi haastattelemiani ikämiehiä suurin piirtein yhtä paljon kuin sen terveysvaikutuksetkin, kuten edellä nähtiin. Kokemuksellisuutta voi tarkastella myös siitä näkökulmasta, millaisia kokemuksia liikunnasta haetaan. Nykymaailma, jota on alettu kutsua elämysyhteiskunnaksi, tarjoaa myös liikunnan harrastajalle monenlaisia kokemuksia. Liikunnan ja urheilun maailma

onkin kokemuksellisesti erityisen rikas: se tarjoaa elämysten lisäksi jopa identiteettiä muuttavia kokemuksia. Erityisen tärkeinä pidetään liikunnan osallisuutta, yhteisöllisyyttä rakentavia kokemuksia. Liikunnan ja urheilun kentillä monet ovat myös vahvistaneet toimijuuttaan tekemällä vapaaehtoisesti asioita toisten puolesta ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Joukkueissa ja seuroissa ollaan vapaaehtoisina talkoissa, huoltajina, ohjaajina tai muissa ryhmää vahvistavissa tehtävissä. Tällaiset kokemukset ovat myös varsin väkeviä. (Tiihonen 1996; 2002; 2004, Pirnes & Tiihonen 2010.)

Liikunnan harrastamista on selitetty usein korostetun rationaalisin perustein. Oletetaan, että ihmiset harrastavat liikuntaa, koska se parantaa kuntoa ja se edistää muutenkin heidän hyvinvointiaan ja terveyttään. Kokemusten merkitys on nykyään hyväksytty, mutta usein ajatellaan, että liikunnan ja urheilun tulisi tarjota vain hyviä kokemuksia tai esimerkiksi 'virtauskokemuksia'. Totta tietysti on, että liian moni ei ole kokenut liikunnan parissa lainkaan hyviä kokemuksia, mutta paljon liikkuvat ja urheilevat ihmiset ovat väistämättä kokeneet myös vähemmän mukavia asioita ja tapahtumia. Tästä huolimatta he edelleen liikkuvat. Tarvitaan siis tarkempaa analyysia ja tulkintaa paljon liikkuvien liikunnallisista kokemuksista.

Olen toisaalla jakanut liikunnassa – miksei muuallakin – saatavat kokemukset neljään osin päällekkäiseen, mutta silti erottelukykyiseen luokkaan (ks. kuvio 2, Pirnes & Tiihonen 2010; Tiihonen 2012). Niiden erot perustuvat osittain passiivisuus-aktiivisuus -akselille, osittain yksilöllisyys-yhteisöllisyys -akselille ja osin egoistinen-altruistinen -akselille. Jaot eivät kuitenkaan ole tarkkarajaisia, vaan esimerkiksi tietty määrä psyykkiseksi, nautinnonhaluiseksi ja individualistiseksi määrittelemääni elämyksellisyyttä voi liittyä kaikkiin muihinkin kokemuksiin.

Kuvio 2. Liikunnasta saatavien erilaisten kokemusten jakaumat ikämiesryhmässä kaikkien ja eniten harrastetun lajin osalta. Arviointiasteikko 1-5.



Liikunnasta saadaan ja ehkä haetaankin eniten elämyksellisyyttä, eli psyykkistä ja hetkellistä nautintoa. Itselle merkityksellisten identiteettikokemusten tärkeys on ehkä yllättävää, koska kokemuksia ei voi samalla tavalla tuottaa kuin elämyksiä, eikä niitä edes välttämättä koeta kovin usein. Paljon liikkuvat miehet kuitenkin osaavat ja haluavat merkityksellistää liikkumisensa, se on heidän identiteetilleenkin tärkeää, ja siksi he myös kokevat saavansa liikunnasta identiteetilleen tärkeitä aineksia.

Osallisuuskokemusten kohtuullisen suuri merkitys ei ollut yllätys, vaikka tässä ryhmässä joukkueurheilun määrä on vielä melko pieni suhteessa nuorempiin ikäluokkiin. Osallisuutta voi tosin kokea yksilölajeissakin. Toimijuus, joka on myös gerontologisessa tutkimuksessa keskeinen käsite, on vastausten perusteella kokemuksellisesti vähiten merkityksellinen tälle ryhmälle. Liikkuminen ei harrastuksena pakota aktiiviseen toimijuuteen, ellei kyseinen henkilö toimi ohjaajana, valmentajana tai esimerkiksi seuran toimihenkilönä. Näitäkin henkilöitä ryhmässä oli, mutta keskiarvot eivät heidän vastauksiaan tavoita, sillä toimijuus kohdistui vain yhden lajin parissa tehtyyn vapaaehtoistyöhön. Toisaalta toimijuuskokemus oli tutkijan taholta määritelty aikamoista aktiivisuutta vaativaksi kokemukseksi, kun se

gerontologiassa käsitetään usein aika vähäiseksikin – tosin merkityksselliseksi – aktiivisuudeksi omassa elämässä (Jyrkämä 2008; tämä kirja).

Tarkastelin myös sitä, miten ikämiehet merkityksellistivät kokemuksensa eniten harrastamassaan lajissa, koska arvelin säännöllisen harrastamisen vaikuttavan myös lajista saataviin kokemuksiin ja merkityksiin. Kuviosta 2 näkyykin hyvin, että eniten harrastetussa (1. laji) lajissa jokainen kokemuksellisuuden muoto on voimakkaampi kuin kaikissa lajeissa keskiarvoisesti. Erityisen selvästi vahvistui osallisuuskokemusten merkitys. Tämä kertonee siitä, että eniten harrastetuissa liikuntamuodoissa sosiaalisuudella on suuri merkitys ja jonkin toisen tai toisten ihmisten mukanaolo sitoo ikämiehenkin tähän tekemiseen.

Toisessa aineistossa (Schneider-Lehto & Tiihonen 2012) tutkittavina oli keski-ikäisiä kuntoaerobicia harrastavia miehiä, joista osa esiintyi myös erilaisissa voimistelunäytöksissä. Kyseisessä ryhmässä kuntoaerobic oli kokemuksellisesti selvästi muuta liikuntaa merkityksellisempää kaikilla kokemusulottuvuuksilla. Vielä jännittävämpi oli tulos, joka osoitti, että esiintyjät merkityksellistivät liikuntakokemuksensa huimasti ei-esiintyjiä korkeammalle. Liikuntalajit, joissa esiinnytään, kilpaillaan tai toimitaan kiinteässä ryhmässä näyttävät vahvistavan liikkumisen kokemuksellista merkitystä keski-ikäisille ja ikääntyneille miehille. Seuraavaksi tarkastelenkin sitä, missä rooleissa ja kenen kanssa ikämiehet liikuntaa harrastavat.

Miesroolit ovat tärkeitä ikämiesten liikunnassa

Liikunta ja urheilu ovat sosiokulttuurisia ilmiöitä ja ne ovat vahvasti institutionaalistuneet kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan kentillä. Ikääntyvien ja jo keski-ikäisten liikunta on tosin Suomessa suurelta osin liikunta- ja urheiluseurojen ulkopuolista toimintaa, lukuun ottamatta muutamia lajeja ja veteraaniurheilun kenttää. Monet muut järjestöt, kuten kansanterveys- ja eläkejärjestöt, ovat kuitenkin viime vuosikymmenten aikana lisänneet tuntuvasti liikuntatoimintaansa

(Myrskylä 2005, Haarni 2010). Keski-ikäisten ja ikääntyneiden liikkuminen tapahtuu kuitenkin pääasiassa seura- ja yhdistystoiminnan ulkopuolella arjen erilaisissa rooleissa. Liikuntamotivaation ja kokemusten lisäksi onkin tärkeää tarkastella, minkälaisissa arjen rooleissa ikääntyvien miesten liikunta konkreettisesti tapahtuu.

Kysyin tutkimiltani miehiltä, miten paljon he liikkuvat erilaisissa sosiaalisissa yhteisöissä ja rooleissa. Annoin neljä vaihtoehtoa: yhdessä kavereiden kanssa tai yksin, yhdessä kumppanin kanssa, työyhteisön kanssa tai työmatkoilla ja perheen kanssa. Rooleina kuvasin näitä Poika-Mies-, Parisuhde-Mies-, Työ-Mies- ja Isä-Mies -rooleiksi, joissa kiteytyy nykymiehen keskeiset mahdollisuudet toteuttaa itseään miehenä. Samalla ne tietysti ovat myös aika vahvoja rooliodotuksia (ks. Tiihonen 2002; 2007; 2010).

Vastausten perusteella ikämiehet liikkuvat joko yksin, kavereidensa tai puolisoidensa kanssa. Ikä- ja elämänvaihe selittänee sen, että isän tai työmiehen rooleissa liikutaan varsin vähän. Lapset ovat lentäneet pesästä eikä edes työmatkoja tehdä aktiivisesti liikkuen. Väestötasolla huomattu arkiliikunnan väheneminenkin selittynee osittain sillä, että liikunta ei enää tunnu ikämiehilläkään kuuluvan tiettyihin arjen rooleihin. Oletusten mukaisesti nämä aktiivisesti liikkuvat ikääntyvät miehet löytävät pääasiallisen liikkujan roolinsa miesten urheiluporukoista tai he harrastavat yksin jotakin itselleen rakasta liikunta- tai urheilulajia. Vain kaksi miestä kymmenestä ei liikkunut juuri lainkaan Poika-Mies -roolissa.

Huomion arvoista on miesten runsas liikkuminen puolisoidensa kanssa. Kuusi miestä liikkui paljon tai ainakin kohtuullisen paljon vaimonsa seurassa. Kävely, hiihto, golf ja vaeltelu ovat liikuntamuotoja, joita voi harrastaa kumppanin kanssa kahdestaan. Silloin kun tällainen laji on ikämiehen eniten harrastettu laji, sitä todennäköisesti harrastetaan puolison kanssa kahdestaan. Kuusi kymmenestä harrastaa ykköslajiaan enemmän puolison kanssa kuin kaikkia muita lajeja yhteensä. Neljällä eniten harrastettu liikuntalaji on enemmän miesten laji, jota harrastetaan joko muiden miesten kanssa tai yksin: näitä ovat jalkapallo, kuntosalityöskentely, luontovaeltelu ja pikaluistelu.

Paljon liikkuvat miehet liikkuvat siis paljon myös kumppaniensa kanssa, joten siinä rakentuu liikuntaan uusia sosiokulttuurisia merkityksiä, joita ei perinteisesti ole otettu huomioon suomalaisessa liikuntakulttuurissa. Suomalainen liikuntakulttuuri ja -politiikkahan on jakanut miesten ja naisten liikunnan harrastamisen ja osin myös liikuntamuodot ja -kulttuurit erilleen niin kouluissa kuin urheiluseuroissakin. Se myös heijastuu tai näkyy liikuntalajeissa, jotka jakautuvat 'miesten ja naisten lajeihin'. Ikämiehet ovat kuitenkin löytäneet liikuntamuotoja, joita miehet ja naiset voivat harrastaa yhdessä.

Oletan, että paljon liikkuvien miesten liikkumisen yhtenä tärkeänä motiivina onkin se, että he voivat näin viettää aikaa puolisoidensa kanssa. Tämä yhteinen intressi ja ajankäyttö vahvistaa miesten suhdetta aktiiviseen liikkumiseen ja elämäntapaan. Tässä voisikin olla yksi kehittämisen alue, kun ajatellaan sitä, miten keski-ikäiset ja ikääntyvät saataisiin liikkumaan entistä enemmän. Pariskuntien yhteistä liikuntaharrastamista ei nykyisin käytetä riittävästi hyväksi liikuntavalistuksessa tai -palveluissa.

Liikkumalla esitetään perinteisiä ja neuvottelevia miehisyyksiä

Miehisyys on käsitteenä hankalasti lähestyttävä. Julkisessa keskustelussa sekoittuvat niin miehisyys, miehuus kuin maskuliinisuuskin (ks. Ojala & Pietilä tämä kirja) keskenään tavoilla, jotka haittaavat analyyttista keskustelua aiheesta. Miehinen mies on esimerkiksi käsitepari, joka pakottaa ihmiset ajattelemaan asiaa varsin arvolatautuneesti. Silti kuitenkin niin, ettei ole mitenkään mahdollista olettaa, että meillä kaikilla olisi samanlainen käsitys siitä, mitä 'miehinen mies' tarkoittaa.

Kysyinkin vastaajiltani heidän suhdettaan neljään erityyppiseen miehisyyteen ja vieläpä niin, että he saivat määritellä itsensä niihin eri liikuntamuodoissa. Oletukseni oli, että eri liikuntamuodot ikään kuin tuovat esiin erilaisia miehisyyksiä ja niissä voi esittää erilaisia miehisyyksiä, mutta silti tulkinta on kuitenkin lopulta jokaisen miehen itsensä. Miehisyysluokitteluna käytin miestutkimuksesta muok-

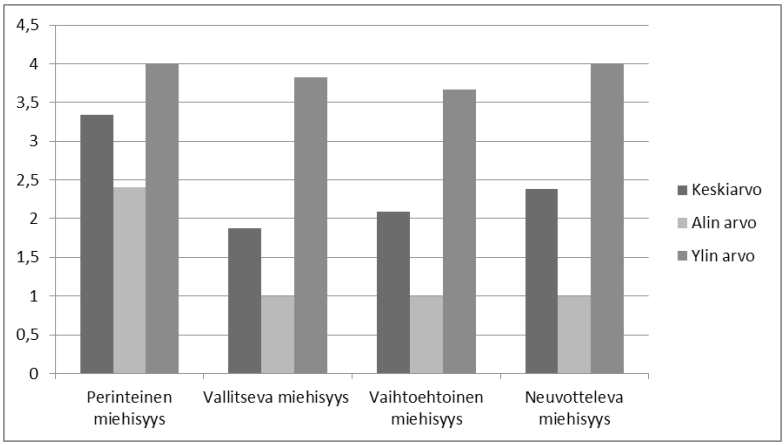
kaamaani nelijakoa perinteiseen, valtaapitävään, vaihtoehtoiseen ja neuvottelevaan miehisyyteen (ks. Tiihonen 2002). Kerroin lyhyesti kunkin miehisyysluokituksen määritelmät, joiden perusteella vastaajat kykenivät ymmärtämään eri miehisyysluokitusten olennaiset piirteet.

Oletukseni oli, että esimerkiksi hiihtämisessä tai yleisurheilussa esiintynee yleisimmin perinteiseen miehisyyteen yhdistettyjä asioita, kuten kestävyyttä, pitkäjänteisyyttä, kilpailullisuutta, yksin tekemistä ja suoritusten arvostamista. Voi myös ajatella, että golf, tennis, laskettelu, laitesukellus tai jotkut muut uudet ja muodikkaat liikuntamuodot yhdistyisivät miesten mielissä hegemoniseen (valtaapitävään) maskuliinisuuteen. Jooga, erilaiset tanssimuodot, luontoliikunta tai vaikkapa hyötyliikunta saattavat taas herättää miehissä tunteen, että heidän miehisyytensä olisi jollakin tavoin vaihtoehtoista suhteessa liikuntakulttuurissa vallitsevaan kilpailullisempaan valtavirtamiehisyyteen. Samoin liikkuminen perheen tai puolison kanssa kuin myös työmatkaliikunta tai leikki ja pelailu voivat johdattaa ajattelemaan neuvottelevan miehisyyden oletuksia. Näin tehden yritin myös ilmaista, että miehisyys on sekä tekemistä, habituksen rakentamista että asenteita ja vuorovaikutusta.

Kuviosta 3 näkyy, että ikämiehet tunnistivat liikkumisessaan perinteisen miehisyyden muita paremmin. Osin tämä selittyy heidän harrastamillaan melko perinteisillä liikuntalajeilla, mutta osansa on varmaan myös heidän sukupolvellaan. Yksinharrastetut kestävyyslajit varmaankin yhdistyvät myös suomalaisessa kulttuurissa perinteiseen miehisyyteen, vaikka näitä lajeja voi toki harjoittaa muitakin merkityksiä etsien (Zacheus 2008).

Muista miehisyysmääritelmistä eniten kannatusta sai neuvotteleva miehisyys, minkä voisi tulkita niin, että liikuntaa harjoittaessaan miehet ottavat huomioon toisten ihmisten tarpeita ja tunteita. Lähdetään yhdessä vaimon kanssa (sauva)kävelylle, otetaan lapsenlapset mukaan hiihtoretkelle tai säädetään vauhti ja voima muille sopivaksi. Joitakin lajeja harrastaessaan – vaikkapa joogaa ja golfia – miehet tunnistivat hyvin myös vaihtoehtoisuutensa tai valtaapitävyytensä. Kulttuuriset miehisyysmerkitykset olivat heille siis tuttuja.

Kuvio 3. Liikunnan erilaiset miehisyysmerkitykset: keskiarvo ja miehisyysmerkityksen saama alin ja ylin arvo miehen jonkin liikuntamuodon kohdalla. Arviointiasteikko 1-5.



Erilaiset miehisyydet representoituvat miesten erilaisissa liikunta- ja urheilulajien harrastamisissa. Tietty homologia harrastamisen laadun ja miehisyyden laadun välillä on myös selvää eli tietty liikuntamuoto vastaa tiettyä miehisyyttä näiden miesten arvostuksissa. Kaikkien harrastusten valinnassa miehisyyden pohtiminen ei ehkä kuitenkaan ole ollut keskeistä, koska monet liikuntamuodot on varmaankin valittu lapsena niistä vaihtoehdoista, joita on ollut tarjolla, tai joita on kotona, koulussa tai kaveripiirissä harrastettu. Uusien liikuntamuotojen valinnassa on kuitenkin todennäköisesti käyty myös tällaista miehisyyspohdintaa, koska esimerkiksi sauvakävelyn, golfin, joogan, salibandyn, kuntosaliharjoittelun, vesijuoksun tai tanssillisten lajien harrastamisen yhteydessä argumentoidaan vahvastikin niiden sopivuutta miehille. Kuviossa 3 näkyy hyvin se, miten eri liikuntamuodoissa saatetaan tunnistaa erilaisia miehisyyksiä. Kuvion ylin arvo kuvaa sitä, miten yksittäinen mies on voinut kokea jonkin lajin harrastamisen voimakkaasti tietyn miehisyystyypin osalta merkitykselliseksi.

Miehisyystarkastelu yhdessä edellä olleen miesroolitarkastelun kanssa paljastaa sen, että eri liikuntamuodoilla on merkitystä sille, minkälaisena miehet omaa miehisyyttään pitävät. Osaa liikuntamuodoista harrastetaan joko yksin tai muiden miesten kanssa, ja niissä yleensä perinteinen tai valtaapitävä miehisyys tuntuu korostuvan. Toisaalta monet liikuntamuodot ovat sellaisia, että niitä harrastetaan puolison tai vaikkapa lasten kanssa. Ne myös tulkitaan miehisyydeltään lähinnä neuvottelevan miehisyyden kategoriaan. Osa liikuntamuodoista taas korostaa miesten valtaapitävyyttä ja osa vaihtoehtoisuutta.

Liikuntalajin ja miehisyystulkinnan välinen suhde ei kuitenkaan ole suora, vaan toiselle esimerkiksi hiihtäminen voi olla perinteisen miehisyyden aluetta, kun toinen kokee sen neuvottelevan miehisyyden alueeksi. Tällöin selittäjäksi nousee se, kenen kanssa liikuntaa harrastetaan eikä se, minkälaisia kulttuurisia merkityksiä liikuntamuotoon yleisesti kiinnitetään. Liikuntalajin ja -seuran valinnalla kuitenkin viestitään osittain sitä, minkälaisia miehiä ollaan. Tutkimani ikämiehet ovat kuitenkin monipuolisia eli heidän liikuntalajivalikoimassaan on sekä perinteistä miehisyyttä korostavia että etenkin neuvottelevaa miehisyyttä esiin tuovia liikuntamuotoja. Tämäkin vahvistaa heidän suhdettaan liikkumiseen.

Liikkuvat ikämiehet tuntevat itsensä kalenteri-ikäänsä nuoremmiksi

Nykymaailmassa ikä on yksi eniten keskustelua herättävistä käsitteistä. Ikäkäsityksiin liitetään sekä positiivisia – yleensä nuoruus – että negatiivisia – yleensä vanhuus – merkityksiä. Ikuista nuoruutta haetaan terveellisillä elämäntavoilla, liikunnalla, oikealla ravinnolla, kosmeettisilla tuotteilla, nuorekkailla harrastuksilla ja lopulta vaikkapa kauneusleikkauksilla. Ikärasismi (ageismi) eli iän vuoksi syrjityksi tuleminen, on sekin mahdollista ja todennäköistä kulttuurissa, jossa suositaan ikuista nuoruutta (Kinnunen 2008, Öberg 2003).

Suomalaisessa kulttuurissa vanhuskuvat ovat muuttuneet nopeasti, kun ihmisten elinikä ja toimintakykyinen, terveenä eletty elämä on noussut eri syistä varsin nopeasti. Kun aiemmin viisikymmentä vuotta täyttäneelle harmaahapselle annettiin lahjaksi kiikkustuoli tarvittavaa liikkumista varten ja kaappikello jäljellä olevan vähäisen ajan mittaamista varten, niin nyt lahjaksi saatetaan antaa lumilauta tai golfbagi liikkumiseen ja syke- tai askelmittari liikunnan tehon mittaamiseen. Yhteiskunnallisena tavoitteena tuntuu olevan se, että tällaisen ikinuoren eläkeikä alkaisi vasta 70-vuotiaana.

Ikääntymiseen liittyy yksilöllisten kokemusten lisäksi myös yhteiskunnallisia pelkoja ja uhkia. Väestön ikääntymisen myötä julkisuudessa keskustellaan jatkuvasti esimerkiksi yhteiskuntamme 'kestävyysvajeesta', mikä toteutuu, jos työssäkäyvän väestön määrä vähenee entisestään eläköitymisen tai työkyvyttömyyden lisääntymisen seurauksena. Hyvästä terveydestä sekä työ- ja toimintakyvyn ylläpitämisestä on siksi tulossa kansalaisvelvollisuus, joka saattaa ahdistaa yksilöä, mutta saattaa myös motivoida eläkeläisiä muun muassa vapaaehtoistoimintaan (Haarni 2010).

Pyysin ikämiehiä arvioimaan omaa iän kokemustaan eli minkä ikäiseksi he kokevat itsensä arjessa ja eri liikuntamuotoja harrastaessaan. Ajatuksenani oli, että liikunta saattaa vaikuttaa eri tavoin siihen, miten iän kokee. Jos ikämies harrastaa jotakin lajia kilpailumaisesti, on todennäköistä, että hän pitää itseään tämän lajin kautta katsottuna ikäistään huomattavastikin nuorempana. Toisaalta aktiiviliikkuja voi tuntea itsensä todella huonoksi jossakin itselleen vieraassa lajissa ja määritellä näin itsensä ikäistään vanhemmaksi tässä kyseisessä lajissa. Siksi kysyinkin erikseen, miten he kokevat ikänsä omassa arjessaan.

Päähavainnot olivat seuraavat: ikämiehet kokivat olevansa arjessaan keskiarvoisesti 3–7 vuotta kronologista ikäänsä nuorempia. Vain kaksi piti itseään arjessaan suurin piirtein oman ikäisenään (+-2 vuotta), kun kolme kahdeksasta (tähän kysymykseen vastasi vain kahdeksan vastaajaa) koki olevansa 8–13 vuotta ikäistään nuorempia. Tähän aineistoon vertautuvat ruotsalaiset 55–75-vuotiaat tunsivat itsensä 15–19 vuotta kalenteri-ikäänsä nuoremmiksi (Öberg 2003).

Liikuntaharrastuksissa ikä koettiin sekä nuorentavana että vanhentavana. Joissakin liikuntaharrastuksissa 2 miestä koki olevansa yli 13 vuottakin ikäistään nuorempia. Kaikenlainen liikunta ei kuitenkaan tuota kokemuksia, joissa tuntisi itsensä samalla tavoin nuoreksi. Vastauksista näki selvästi, että itselle 'parhaimmissa' lajeissa iän myös koki nuorempana, kun taas itselle heikommat tai vieraammat lajit saivat tuntemaan itsensä vanhemmaksi.

Vertasin aineistoani tutkimiini saman ikäisiin veteraaniyleisurheilijoihin eikä eroa kovin paljon ilmennyt, vaikka aktiiviyleisurheilijat kokivatkin itsensä sekä arjessa että liikuntaharrastuksissaan hiukan nuoremmiksi kuin tässä tutkitut paljon liikuntaa harrastavat ikämiehet (Tiihonen 2011).

Liikunta ja urheilu näyttävät saavan ikämiehet tuntemaan itsensä kalenteri-ikäänsä nuoremmilta. Mikä on lopulta liikunnan harrastamisen vaikutus iän kokemiseen, jää vielä selvittämättä tämän tutkimuksen perusteella, mutta yhteys niillä vaikuttaisi olevan. Ainakin ikämiehet tuntevat itsensä nuoremmiksi niissä liikuntamuodoissa, jotka heille ovat läheisimpiä ja eniten harrastettuja. Voi silti olla, että ikääntyneet aktiiviliikkujat ja urheilijat kokevat ikänsä saman ikäisiä korkeampanakin. Ikämiesliikkuja ja -urheilijahan saattaa tunnistaa ikääntymisen merkit muita helpommin seuratessaan omaa suorituskykyään niin objektiivisista tuloksista kuin omista muuttuneista tuntemuksistaan liikkuessaan.

Liikkuvat ikämiehet: yhteenvetoa ja tulkintoja

Liikunta on tutkimilleni paljon liikuntaa harrastaville ikämiehille monella tavalla tärkeä asia ja osa liikunnallista elämäntapaa. Liikuntamuodot, joita he harrastavat, ovat myös eri tavoin merkityksellisiä. Sauvakävelyä saatetaan harrastaa eri motiivein, erilaisia kokemuksia hakien ja erilaisissa sosiaalisissa yhteisöissä kuin vaikkapa salibandya, hiihtoretkeilyä tai jumppaa. Merkitysten rakentumisessa on miesten kesken yhtäläisyyksiä, mutta jokaisen miehen elämänkulku, aiem-

mat kokemukset, nykyinen elämäntilanne ja lähipiiri vaikuttavat voimakkaasti näiden merkitysten rakentumiseen. Vahva oletukseni tutkimuksen perusteella onkin, että erilaisten kokemuksellisten ja sosiokulttuuristen merkitysten vaikutus siihen, että he harrastavat paljon liikuntaa, on merkittävä.

Liikuntaa harrastetaan aineistoni miesten ryhmässä sekä terveys- että kokemusperusteisesti. Kummatkin ovat varsin tärkeitä motivoijia. Jotkut liikuntamuodot ovat heidän mielestään enemmän terveysliikuntaa ja toiset kokemusliikuntaa: osin nämä ovat tietysti myös päällekkäisiä motiiveja vahvistaen näin suhdetta liikkumiseen. Aivan vähämerkityksistä ei myöskään ole suoritusorientaatio, joka joillekin miehille ja joissakin lajeissa on hyvinkin motivoiva tekijä. Taustalla on sekä entistä että nykyistä kilpaurheiluharrastusta, mutta myös suorituksen paranemiseen tähtäävää harjoittelua. Kokemuksellisuus tuntuu motivoivan erityisesti luontoliikunnassa, yhteisöllisissä liikuntamuodoissa ja toisaalta kilpaliikuntatyyppisissä harrastuksissa.

Kokemuksellisuuksista nousevat esille elämys-, identiteetti- ja osallisuuskokemukset. Elämyksiä haetaan liikunnasta eniten, mutta itselle tärkeiden identiteettikokemusten merkitys on sekin suuri. Osallisuuskokemuksia saadaan tietysti eniten joukkue- ja ryhmäliikunnasta, jota tosin tässä ikäryhmässä harrastetaan vähemmän kuin nuoremmissa ikäluokissa. Selvästikin on niin, että liikunnasta on saatu itselle tärkeitä kokemuksia ja että niitä myös liikunnasta haetaan. Liikunta ja urheilu lieneekin tutkimukseeni osallistuneille miehille elämänalue, josta ei haeta pelkästään nautintoa ja elämyksiä, vaan jotakin itselle tärkeämpää. Veteraaniyleisurheilijamiehille tekemässäni tutkimuksessa tämä seikka korostui vieläkin enemmän – lempilaji oli heille kokemuksellisesti kaikissa suhteissa erittäin merkityksellinen asia (Tiihonen 2011).

Liikunnalliset ikämiehet liikkuvat myös erilaisissa sosiaalisissa yhteisöissä. Joitakin lajeja harrastetaan yksin, joitakin kaveriporukassa ja erityisen paljon liikutaan puolisoiden kanssa. Heillä onkin arjessaan paljon positiivista 'sosiaalista painetta' liikkumiseen: on pelivuoro kavereiden kanssa, käydään lenkillä vaimon kanssa ja joskus

on mukava irrottautua kaikista sosiaalisista paineista ja hiihtää yksin rauhoittavassa metsässä. Toki eri miehillä painottuvat jonkin verran tietyntyyppiset sosiaaliset yhteisöt eli osa harrastaa pääosin yksin, osa kaveriporukassa ja osa on 'parisuhdeliikkujia'. Näyttää kuitenkin siltä, että monenlaiset tavat ja yhteisöt harrastaa liikuntaa vahvistavat näiden miesten liikuntasuhdetta (Koski 2008, Nieminen 2011).

Perinteinen miehisyys liittyy ikämiehillä 'perinteisen tyylin' liikuntalajeihin eli lähinnä yksin harjoitettaviin kestävyyslajeihin. Neuvotteleva miehisyys taas konkretisoituu yhteisöllisissä liikuntamuodoissa ja parisuhdeliikunnassa. Valtavirtamiehisyys ja vaihtoehtoinen miehisyys näkyvät myös lajien kautta: eri liikuntamuodoilla näyttääkin olevan piiloinen tai julkisempi suhde erilaisiin miehisyyksiin. Kun kaikki miehet kuitenkin harrastivat erityyppisiä lajeja, heillä oli myös kokemuksia erityyppisistä miehisyyksistä eivätkä kaikki tulkinneet miehisyyttään suoraan liikuntalajin mukaan.

Liikunta tuntuu 'nuorentavan' ikämiehiä – ja itselle mieluisin liikuntamuoto nuorentaa enemmän kuin jokin tuntemattomampi laji. Jotkut tunsivat itsensä yli 15 vuotta ikäistään nuoremmaksi itselle rakkaan lajin parissa. He myös tunsivat itsensä arjessa keskimäärin noin viisi vuotta ikäistään nuoremmiksi. On vaikea sanoa, mikä on tässä liikunnan merkitys, koska ikääntyneet muutenkin tuntevat itsensä useimmiten itseään nuoremmiksi. Kun kuitenkin oli niin, että tietyt liikuntamuodot nuorentavat enemmän kuin toiset, on selvää, että vaikutusta iän kokemiseen on selvästi olemassa.

Tämän pienelle ryhmälle tehdyn itsearviointiin perustuvan tutkimuksen perusteella ei voi tehdä kovin suuria yleistyksiä. Tulokset kuitenkin vertautuvat kohtuullisen hyvin veteraaniurheilijoille tehtyihin laajoihin tutkimuksiin, joissa on myös kysytty syitä urheilun harrastamiseen. Heilläkin läheisten sosiaalinen tuki, lajirakkaus ja erilaiset urheilemiseen liitetyt merkitykset korostuvat (Young & Medic 2011a; 2011b). On tosin huomattava, että omassa aineistossani kohteena oli kaikenlainen liikunta, ei pelkästään kilpaurheilulajin harrastus. Omassa veteraaniyleisurheilijamiehille suunnatussa samanlaisessa itsearvioinnissa korostuikin se, miten omassa kilpaurheilulajissa erilaiset

merkitykset olivat vielä intensiivisemmin esillä kuin tässä kohteena olleessa joukossa. 'Lajirakkaus' teki heidät ikään kuin sokeiksi eli he näkivät omassa lajissaan kaikkea hyvää ja paljon (Tiihonen 2011; 2012, ks. myös Schneider-Lehto & Tiihonen 2012).

Ikämiesten tai ehkä pitäisi sanoa kaikkien miesten – miksei myös naisten – liikunnan edistämisen parissa työskenteleville voisi sanoa, että liikunta sisältää monenlaisia kokemuksellisia ja sosiokulttuurisia merkityksiä, joista osa kiinnittyy myös vahvasti siihen, minkälaisissa rooleissa miehenä eletään ja minkälaisia miehisyyksiä erilaisiin liikuntamuotoihin on kulttuurisesti liittynyt. Kun tämän perusteella pyritään etsimään syitä ja motivaatiota liikunnan harrastamiseen, ottaisin itse puheeksi erilaiset tavat, erilaiset yhteisöt ja erilaiset tulkinnat liikunnasta. Varsinkin liikuntaa harrastamattomien tai vähän harrastavien voisi olettaa kiinnostuvan näistä ei niin fyysisistä tai terveydellisistä syistä. Terveellisyysperusteet ovat heille varmaankin myös tuttuja ja toimimattomiksi havaittuja motivointikeinoja. Liikkumiselle pitää olla monenlaisia, joskus jopa yllättäviä ja mielikuvituksellisiakin, syitä. Tärkeintä on se, että arkeen saa juurrutettua liikuntaa, jolla on ihmiselle jokin merkitys tai mieluummin useita erilaisia merkityksiä. Pelkkä uusien liikuntakokemusten hankkiminen ei auta, ellei tähän liikuntamuotoon rakennu tai rakenneta itselle tärkeää merkitysmaailmaa. Joskus jonkin vanhan liikuntamuodon voi elvyttää vakiintuneeksi liikuntaharrastukseksi, kun sen aiemmat tulkinnat muunnetaan uusiksi, ikääntyvän miehen maailmaan sopivaksi.

Tutkimukseeni osallistuneet ikämiehet ovat löytäneet näitä itselleen sopivia liikkumisen syitä, joiden juuri tuntuu olevan sekä heidän aiemmissa että uudemmissakin kokemuksissaan liikunnasta ja urheilusta, mutta erityisesti niissä tulkinnoissa, joita he liikunnalleen antavat. Nämä kokemukset ja tulkinnat eivät kuitenkaan synny tyhjiössä, vaan ikämiesten läheiset – puolisot ja kaverit – ovat tärkeitä vaikuttajia. Myös liikunnan edistäjien tulisi eri tavoin ja nykyistä paremmin ottaa huomioon liikkumisen erilaiset sosiokulttuuriset merkitykset toiminnassaan. Liikkumisen motiiveihin, kokemuksiin ja tulkintoihin vaikuttavat omalta osaltaan myös ne miesroolit ja käsitykset miehi-

syydestä, jotka liikkumisessa ja urheilussa ovat kulttuurisesti läsnä. Niitä voi vahvistaa tai niitä voi muuttaa, jos ne vain ensin havaitaan, otetaan puheeksi eri foorumeilla, ja rakennetaan sekä yksilöllisiä että yhteisöllisiä liikuntaa tukevia ohjelmia ja mahdollisuuksia.[4]

Liikkuvat ikämiehet osoittavat esimerkillään, että liikkumiselle on heille erilaisia ja eritasoisia merkityksiä. Osa näistä merkityksistä konkretisoituu ruumiillisissa kokemuksissa ja niiden tulkinnoissa, osa arkipäiväistyy jokapäiväisissä liikuntaharjoituksissa eri ihmisten kanssa ja osa näyttäytyy käsityksinä liikunnan terveellisyydestä, kokemuksellisuudesta tai sen suhteesta kulttuurisiin käsityksiin siitä, minkälaista miehisyyttä tietyntyyppiset liikuntamuodot ilmaisevat. Ehkä parasta liikunnan edistämistä olisikin se, että näiden ikämiesten erilaisista tavoista tehdä liikunnasta merkityksellistä keskusteltaisiin ja niistä otettaisiin mallia niin liikuntaneuvonnan ja liikunnanohjauksen käytännöissä kuin kunkin omassa arjessakin.

Kirjallisuus

Eichberg, Henning (1987) *Liikuntaa harjoittavat ruumiit.* Vastapaino, Tampere.

Eichberg, Henning (1994) The Narrative, the Situational, the Biographical. Scandinavian Sociology of Body Culture Trying Third Ways. *International Review for the Sociology of Sport* 29:1, 99–116.

Haarni, Ilka (2010) *Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeläiset kaupungissa.* Gaudeamus, Helsinki.

Hoikkala, Tommi, Salasuo, Mikko & Ojajärvi, Anni (2009) *Tunnetut sotilaat. Varusmiehen kokemus ja terveystaju*. Nuorisotutkimusseura. Gummerus, Jyväskylä.

4. Liikunta & tiede -lehdessä oli vuosina 2010-2011 (L&t 1,2,4,6/2010, Nieminen 2011) päätoimittaja Pasi Kosken organisoimana juttusarja otsikolla ”Pelastakaa tiedemies Reino”, jossa eri alojen liikunta-asiantuntijat antoivat neuvojaan ”Reinolle”. Juttusarja paljasti sekä hauskasti että informatiivisesti sen, että liikkumiselleen kannattaa etsiä erilaisia merkityksiä. Lääkäri toi esiin terveysmerkityksiä, psykologi mielenterveyteen liittyviä merkityksiä ja sosiologi sosiokulttuurisia merkityksiä.

Innanen, Mikko (2001) Isyys ja äitiys nuorten kertomana – lukiolaisten tyttöjen ja poikien kirjoituksia. Likes, Jyväskylä.
Jyrkämä, Jyrki (2008) Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. *Gerontologia* 22:4, 190–203.
Karisto, Antti (1984) *Hyvinvointi ja sairauden ongelma*. Kela M 46, Helsinki.
Karisto, Antti (1988) Liikunta ja elämäntyylit. Teoksessa Esa Sironen (toim.) *Uuteen liikuntakulttuuriin*. Tampere, Vastapaino.
Kinnunen, Taina (2001*) Pyhät bodarit – yhteisöllisyys ja onni täydellisessä ruumiissa.* Gaudeamus, Helsinki.
Kinnunen, Taina (2008) *Lihaan leikattu kauneus*. Gaudeamus, Helsinki.
Koski, Pasi & Tähtinen, Juhani (2005*)* Liikunnan merkitykset nuoruudessa. *Nuorisotutkimus* 23:1, 3–21.
Koski, Pasi (2008) Physical Activity Relationship (PAR). *International Review for the Sociology of Sport* 43:2, 151–163.
Laitinen, Arja & Tiihonen, Arto (1990) Narratives of Men's Experiences in Sport. *International Review for the Sociology of Sport* 25:3, 185–202.
Myrskylä, Pekka (2005) (toim.) *Tallella ikä eletty. Ikääntyminen tilastoissa*. Tilastokeskus, Helsinki.
Nieminen, Leena (2011) "Löytyi kelvollinen tapa aloittaa". *Liikunta & Tiede* 48:1, 76–79.
Pietilä, Ilkka (2008) *Between Rocks and Hard Places. Ideological Dilemmas in Men's Talk about Health and Gender.* Tampere University Press, Tampere.
Pirnes, Esa & Tiihonen, Arto (2010) Hyvinvointia liikunnasta ja kulttuurista, Käsitteiden, kokemusten ja vastuiden uusia tulkintoja. *Kasvatus & Aika* 4:2, 203–235.
Schneider-Lehto,Tarja & Tiihonen, Arto (2012) Miehet jumppaamaan – ikuisuusprojekti vai täyttä totta? Voimistelu (3) 4, 40–41.
Silvennoinen, Martti, Tiihonen, Arto & Innanen, Mikko (1997) (toim.) *Härkätaistelija kentän reunalla. Kertomuksia isistä, lapsista ja urheilusta.* Jylk, Jyväskylä.
Sipilä, Jorma & Tiihonen, Arto (1994) (toim.) *Miestä rakennetaan – maskuliinisuuksia puretaan.* Vastapaino, Tampere.
Sironen, Esa (1988) (toim.): *Uuteen liikuntakulttuuriin*. Vastapaino, Tampere.
Sironen, Esa, Tiihonen, Arto & Veijola, Soile (1992) (toim.) *Urheilukirja.* Vastapaino, Tampere.
Sironen, Esa (1995) *Urheilun aika ja paikka.* Likes, Jyväskylä.
Sparkes, Andrew C. (1996), The Fatal Flaw: A Narrative of the Fragile Body-Self. *Qualitative Inquiry* 2:4, 463–494.
Sparkes, Andrew, C. & Silvennoinen, Martti (1999) (toim.): *Talking Bodies. Men's Narratives of the Body and Sport.* SoPhi, Jyväskylä.
Tiihonen, Arto (1990) *Urheilu kertomuksena.* Julkaisematon pro gradu -työ. Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos.

Tiihonen, Arto (1993) Urheilijaksi, sankariksi, mieheksi? Urheilun initiaatiot ja mieheksi kasvamisen erilaiset kontekstit. *Nuorisotutkimus* 11:4, 23–30.
Tiihonen, Arto (1994) Asthma – The Construction of the Masculine Body. *International Review for the Sociology of Sport*, 29:1, 51–62.
Tiihonen, Arto (1996) *Urheilullisen miehen mahdolliset maskuliinisuudet.* Lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto, liikunnan sosiaalitieteiden laitos.
Tiihonen, Arto (2002) *Ruumiista miestä, tarinasta tulkintaa: oikeita miehiä – ja urheilijoita?* Likes, Jyväskylä.
Tiihonen, Arto (2004) "Mikään ei ole rumempaa kuin kaunis mies?!" *Liikunta & tiede* 41:4, 21–26.
Tiihonen, Arto & Lukka, Sanna (2004*)* Terveysliikunta rulettaa – jos vain tietäisi miten sen toteuttaisi. *Liikunta & Tiede* 41:3, 16–19.
Tiihonen, Arto (2007) Painia ikämiessarjassa – ikääntyneen miehen mahdollisuudet toteuttaa erilaisia miehisyyksiä. Teoksessa Arto Tiihonen & Ilkka Syrén (toim.) *Ikääntyminen ja sukupuoli -seminaariraportti*. Oraita 1/2007. Ikäinstituutti, Helsinki, 25–30.
Tiihonen, Arto (2008*)* Ikäkokemusta jäljittämässä. Teoksessa Sirkkaliisa Heimonen & Ilkka Syrén (toim.) *Kokemus ja kokemuksellisuus ikääntyessä. Seminaariesityksiä 26.–27.11.2007*. Oraita 1/2008. Ikäinstituutti, Helsinki, 20–24.
Tiihonen Arto (2009a) Reading a Training Diary through Theories. Masters and Mentors: meaning and methods in older adults' sporting activities. 10.–11.8.2009, Sibelius Hall, Lahti. (Oral presentation).
Tiihonen Arto (2009b) Voimaannuttava arviointi – rakenne– ja toimijuusteorioiden näkökulma. Teoksessa Pertti Pohjolainen & Sirkkaliisa Heimonen (toim.) *Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen.* Oraita 1/1009. Ikäinstituutti, Helsinki, 89–100.
Tiihonen, Arto (2011) Erilaisia ikämiehiä – veteraaniyleisurheilijoiden liikkumisen ja urheilemisen merkitykset. Teoksessa Kunto Viiru, Jorma Manninen, Mikko Nieminen, Harri Suominen, Christer Sundqvist, Arto Tiihonen & Raimo Taponen (toim.) *Erilainen tapa vanheta*. Suomen Veteraaniurheiluliitto, Kajaani, 19–44.
Tiihonen, Arto (2012) Kokemuksia, suorituksia, terveyttä – aktiivisen ikämiehen liikunnalla on monta moottoria. Liikunta & tiede 49 (5) 74–78.
Veijola, Soile (1998) *Liikkuvat subjektit, paikallinen tieto. Tutkimuksia urheilusta, turismista ja sosiologiasta.* Helsingin yliopisto, sosiologian laitoksen tutkimuksia No. 232.
Young, Bradley W. & Medic, Nicola (2011a) Examining Social Influences on the Sport Commitment of Masters Swimmers. *Psychology of Sport and Exercise*, 12:2 168–175.
Young, Bradley W. & Medic, Nicola (2011b) Veteraaniurheilututkimuksia: urheiluun panostaminen, osallistumisen motiivit ja osallistumiseen vaikuttavat tekijät. Teoksessa Kunto Viiru, Jorma Manninen, Mikko

Nieminen, Harri Suominen, Christer Sundqvist, Arto Tiihonen, Raimo Taponen (toim.) *Erilainen tapa vanheta*. Suomen Veteraaniurheiluliitto, Kajaani, 45–58.
Zacheus, Tuomas (2008) *Luonnonmukaisesta arkiliikunnasta liikunnan eriytymiseen. Suomalaiset liikuntasukupolvet ja liikuntakulttuurin muutos*. Turun yliopiston julkaisuja C 268, Turku.
Öberg, Peter (2003) Images Versus Experience of the Aging Body. Teoksessa Christopher A. Faircloth (toim.) *Aging Bodies. Images & Everyday Experience.* Altamira Press, Walnut Creek, 103–139.

Työmiehen vanheneva ruumis ja miesten sosiaaliset järjestykset

Ilkka Pietilä

Ikä on sukupuolen tavoin yksi sosiaalisen elämän tärkeimmistä ankkuripisteistä, jonka ympärille ihmisten ja ihmisryhmien väliset suhteet rakentuvat. Arkielämän erilaisissa tilanteissa tulkitsemme jatkuvasti ihmisten ominaisuuksia, toimintaa, motiiveja ja ajattelutapoja suhteessa heidän ikäänsä. Ikä- ja elämänkaarikategoriat tekevät mahdolliseksi asemoida, kuvata ja selittää, siis tehdä ymmärrettäväksi, omaa ja muiden ihmisten toimintaa (Nikander 2009, 864). Ikäkategoriat toimivat kulttuurisesti jaettuina tulkinnan resursseina, minkä vuoksi teemme ikää koskevia päätelmiä joustavasti ja suurelta osin tiedostamattamme. Ikäkategorioiden tärkeä piirre on myös se, että ne ovat normatiivisia. Ikäluokitukset eivät ainoastaan kuvaa tietynikäisten ihmisten piirteitä, vaan ne samalla asettavat velvoittavia odotuksia siitä, kuinka eri-ikäisten ihmisten *tulisi* toimia ja ajatella. Ikäkategorioihin liittyy siten luonnollistettuja normeja, jotka ohjaavat tietynikäisten ihmisten toimintaa, ja jotka samalla tuottavat hierarkkisia suhteita eri-ikäisten ihmisten välille (Laz 2003, Tulle 2007, Twigg 2004).

Nämä normit ovat myös sukupuolistuneita, sillä naisten ja miesten vanhenemista sekä ikätyypillisiä piirteitä koskevat odotukset ovat monelta osin erilaisia (Ojala & Pietilä 2010).

Jeff Hearn (1995) on kuvannut tapoja, joiden kautta ikä jakaa miehiä ja tuottaa miesryhmien välille valta- ja hierarkiaeroja. Hearnin mukaan nuoret miehet ovat edullisemmassa asemassa muihin miehiin nähden fyysisen kuntonsa ja voimansa sekä nuoruuteen liittyvien seksuaalisen viriiliyden ja miehisten ulkonäköihanteiden vuoksi. Toisaalta keski-ikäisillä miehillä on usein organisaatioiden toimintaan liittyvää valtaa, esimerkiksi työelämässä, ja laajemminkin yhteiskunnallista vaikutusvaltaa (Hänninen 2006). Vaikka vanhuuteen usein liitetään mielikuvia riippuvuudesta ja heikosta asemasta, joillakin vanhoilla miehillä voi olla sekä merkittäviä taloudellisia resursseja että myös yhteisöjen sisäistä, sukupolvet ylittävää valtaa. Työelämässä ansioituneet miehet saattavat vanhoinakin nauttia kokemukseen perustuvaa arvostusta, erityisesti silloin, jos he ovat toimineet yhteiskunnallisesti näkyvissä asemissa. Miesten välisiä ikäsidonnaisia hierarkioita tuottavat siis monenlaiset tekijät, kuten ruumiillinen kyvykkyys, taloudellinen ja organisatorinen valta, sekä tunnustettuun kokemukseen perustuva arvovalta.

Iän merkitys miesten välisten hierarkioiden tuottajana korostuu kuitenkin eri tavoin erilaisissa miesryhmissä. Pohdittaessa iän merkitystä miesten välisissä valta-asemissa on siksi samalla otettava huomioon muut miesryhmien väliset erot, kuten koulutus, etninen tausta, asuinpaikka ja ammattiasema. Se, millaisten tekijöiden ja prosessien kautta ikä välittyy miesten välisiin suhteisiin, vaihtelee eri miesryhmissä. Esimerkiksi pitkälle koulutettujen henkistä työtä tekevien miesten joukossa korkea hierarkkinen asema on liittynyt muodollisiin valta-asemiin ja niissä saavutettuun osaamiseen, tietotaitoon, arvovaltaan ja kunnioitukseen. Ruumiillisen työn tekijöillä arvostus on taas puolestaan liittynyt joko fyysiseen kyvykkyyteen ja kuntoon tai työuran aikana kertyneeseen taitoon ja kokemukseen.

Keski-ikäisten vanhenemisen tulkintoja koskevassa tutkimuksessa on todettu, että miehet tyypillisesti hahmottavat omaa vanhenemis-

taan ruumiillisen toimintakyvyn muutoksen kautta (esim. Hänninen 2006, Julkunen 2003, Pietilä & Ojala 2011). Tämän on katsottu liittyvän siihen, että miehisyyttä koskevat ideaalit ja arvostukset koskevat olennaiselta osin juuri miesten fyysistä suorituskykyä. Siksi miehen miehisyyden aste määrittyy kulttuurisesti paljolti suhteessa voimaan, kestävyyteen ja fyysiseen kyvykkyyteen, sekä niihin ruumiin ulkonäköä koskeviin piirteisiin, jotka ilmentävät fyysistä kuntoa. Ruumiillisen vanhenemisen mukanaan tuoma voiman ja toimintakyvyn heikkeneminen tuottaa tämän vuoksi miehille vaikeuksia performoida sellaista maskuliinisuutta, joka perustuu nuoruuden ja nuoren miehen ruumiin idealisointiin (esim. Calasanti, Pietilä, Ojala & King 2013). Fyysinen suorituskyky korostuu erityisesti ruumiillista työtä tekevien miesten maskuliinisuuden määritelmissä (Calasanti 2004, Collinson 1992, Connell 2005).

Tässä artikkelissa tarkastelen miesten ruumiillista vanhenemista työväenluokan miesten näkökulmasta. Ymmärrän luokan tässä yhteydessä sekä ammattiasemana työtä koskevine käytäntöineen että bourdieulaisena kulttuurisena arvojen ja tavoitteiden koostumana (Kivimäki 2008, Ojala 2010, Skeggs 2004, Tolonen 2008). Näkökulmani on näin sosioekonomista luokkanäkemystä laajempi. Tarkastelen luokkaa työelämän käytäntöjen kannalta, missä työntekijä asetetaan erilaisiin työtehtäviin työyhteisön virallisten ja epävirallisten sääntöjen mukaisesti. Nämä käytännöt ja säännöt kiinnittyvät työväenluokkaisiin arvostuksiin ja odotuksiin, joissa ruumiillisessa työssä pärjääminen asettuu keskeiseksi miehen mitaksi. Ruumis, sen kunto ja oikeanlainen käyttäminen ovat keskeisellä sijalla siinä, miten mies onnistuu edustamaan omaa luokkaansa. Fyysistä voimaa ja kuntoa vaativa työ tekee siksi vanhenemisen näkyväksi toisella tapaa kuin henkinen työ. Tavoitteenani on avata sitä, millaisten prosessien kautta työväenluokkaisten miesten ryhmässä ruumiillinen vanheneminen näyttäytyy, asettuu osaksi sosiaalisia suhteita ja samalla tuottaa miesten välisiä valta- ja hierarkiasuhteita.

Artikkeli lähtee ajatuksesta, ettei ruumiillinen vanheneminen tapahdu sosiaalisessa tyhjiössä, vaan kiinnittyy niin työelämässä, per-

heessä kuin vapaa-ajan yhteisöissäkin päivittäisten käytäntöjen kautta osaksi sosiaalisia suhteita. Näissä tilanteissa ruumis on iän, mieheyden ja luokan määrittelyn näyttämö. Vanheneminen saa siten merkityksensä toiminnassa, jossa muuttuvaa ruumista tulkitaan suhteessa ikään ja ikäkategorioihin. Nämä tulkinnat ovat olennainen osa niitä tapoja, joilla omaa ikää eletään ja 'tehdään' eri elämänvaiheissa[1]. Tämän prosessin osana ruumista uudelleentulkitaan vastaamaan senhetkistä ikää ja elämänvaihetta, sekä niitä määrittäviä odotuksia ja normeja. Ruumiskuvan sopeuttaminen tuottaa jatkuvuutta elämään ikääntymisen tuottamien muutosten keskellä (ks. Phoenix & Sparkes 2009).

Käytän artikkelin empiirisenä aineistona keväällä 2010 toteutettuja metallialan työntekijämiesten ryhmäkeskusteluja ja yksilöhaastatteluja. Haastattelujen aiheina olivat miesten kokemukset ja tulkinnat vanhenemisestaan, vanheneminen työelämässä, eläkkeelle siirtyminen sekä eläkkeellä olo elämänvaiheena. Haastatteluissa käsiteltiin laajasti ikääntymistä sekä haastatellun omalta kannalta että yleisemmin miesten elämässä. Haastatteluihin osallistui 12 iältään 50–70-vuotiasta miestä, joita haastateltiin kolme kertaa noin kuukauden väliajoin. Ryhmähaastattelut järjestettiin sekä aineistonkeruun alussa että lopussa. Puolet haastatelluista miehistä oli jäänyt 5–7 vuotta aiemmin eläkkeelle (ikäryhmä 65–70 vuotta) ja puolet oli taas hiljalleen lähenemässä eläkeikää (ikäryhmä 50–55 vuotta). Yksi haastateltavista oli sairauseläkkeellä, kun taas muut eläkeläiset olivat vanhuuseläkkeellä. Tekstissä käytetyissä haastatteluotteissa mukana olevien miesten nimet on muutettu. (Haastatteluista tarkemmin ks. Poutanen 2011.)

Teksti etenee siten, että käsittelen aluksi aineistooni perustuen tapoja, joilla haastatellut miehet havainnoivat ja tulkitsevat ruumiinsa muutoksia suhteessa erilaisiin yleisiin toiminnallisiin vaatimuksiin. Artikkelin toinen alaluku tarkastelee sitä, kuinka vanheneminen näyttäytyy työelämässä, millaisia seurauksia sillä on miehen asemaan, sekä

1. Sukupuolentutkimuksessa on viime vuosikymmenten ajan korostettu sitä, ettei sukupuoli ole vain jotakin, joka 'on', vaan jota tuotetaan arkielämän käytännöissä ja vuorovaikutuksessa. Tähän tuottamiseen on viitattu termillä "doing gender" (West ja Zimmerman 1987). Myöhemmin samaa ajatusta on tuotu esiin iän ja ikääntymisen tutkimuksessa, jossa asiaa on käsitteellistetty termeillä "acting", "doing", "performing" ja "accomplishing age" (ks. Calasanti 2003, Laz 2003).

miten työkyvyn muutoksia käsitellään työyhteisössä. Seuraava osa keskittyy talkoisiin työelämän ulkopuolisen fyysisen työn yhteisöllisenä kontekstina, jossa työväenluokkaisen miehen vanheneva ruumis joutuu toisten miesten arvioinnin kohteeksi. Näiden kahden toiminnan kentän kautta tarkastelen miesten yhteisöjen sosiaalisia järjestyksiä ja sitä, kuinka ruumiillinen vanheneminen asemoi miehiä ryhmien hierarkioissa. Tämän analyysin avulla osoitan, että vanhenemista ja ruumiillisuutta koskevat luokkaperustaiset odotukset ja normit eivät sitoudu ainoastaan työn kontekstiin, vaan toteutuvat samankaltaisina myös työn ulkopuolella.

Ruumiin uudelleentulkitseminen

Miesten terveyttä ja vanhenemista koskevassa tutkimuksessa on sitkeästi elänyt teesejä, joiden mukaan vallitsevat miehisyyden mallit estävät miehiä ilmaisemasta minkäänlaista heikkoutta (esim. Brannon 1976, Courtenay 2000, Harrison ym. 1989). Vaikka tällä näkemyksellä on myös suomalaisessa kulttuurissa totuuspohjansa, ei asia ole aivan näin yksinkertainen. Ikääntymisen myötä ruumiin vanheneminen on fakta, jota ei käy kiistäminen: tuulimyllyjä vastaan ei voi taistella (McVittie & Willock 2006). Se ei kuitenkaan ole ainoastaan negatiivinen ja miehisyyttä uhkaava asia, vaan samalla yleinen elämänkulun tulkinnan resurssi, jonka paikkansapitävyyttä ja soveltamisen rajoja koetellaan oman elämän tapahtumien tulkinnoissa. Olennaista tulkinnoissa on ruumiin suhteuttaminen elettyyn aikaan ja elämään: se mitä ruumiilta vaadittiin vielä kaksikymmentä vuotta sitten ei enää ole tavoite. Rapistumisesta huolimatta vanheneva ruumis on edelleen kykenevä moneen työhön ja saavutukseen. Moni mies ajattelee eläkkeellä ollessaan elämän olevan vielä edessä, vähän reissussa rähjääntyneessä, mutta edelleen toimintakykyisessä kropassa.

Vanhenemisen vaikutusten yksiselitteinen tunnustaminen on kuitenkin hankalaa miehille, jotka ovat koko ikänsä tottuneet tulemaan omillaan toimeen raskaassa työssä. Tällainen ajattelutapa lienee

tyypillistä yleisesti (suomalaiselle) mieskulttuurille, jolle on leimallista ”pärjäämisen eetos” (Kortteinen 1992), mutta erityisesti ruumiillisen työn tekijöille. Suoranaisen heikkouden näyttäminen ei ole suotavaa, ja kun toiminnan rajoituksia ilmenee ne mielellään muotoillaan niin, että oma kykenevyys tulee esiin heikentymisestä huolimatta. Vaikka mies ei enää pystyisi nostamaan ja kantamaan sadan kilon painoisia metallikappaleita, kuten aiemmin työmailla, haastateltavat saattoivat todeta itsestään, että ”kyllä 50 kiloa kuitenkin vielä nousee”.

Metallimies Joukoa (69 vuotta) ovat viime vuosina vaivanneet selkäkivut, mitkä rajoittavat hänen päivittäisiä toimiaan, ja ovat siksi muuttaneet muun muassa tapoja, joilla hän ulkoiluttaa koiraansa.

> Tää koira on nyt, ja vaihdettu ne samat lenkit tuossa. Sen takia mä en oo juossu enää, koska toi selkä ei kestä sitä hölkkää, mutta tietysti mulla on aina paita märkänä, kun tuolla nää lenkit tekee, että on [paita] vaihdettava sitten. Niin ei siinä kauheeta (…) saatan yhden kymmenen kilometrin lenkin heittää. (Jouko)

Ote on tyypillinen esimerkki siitä, kuinka vanhenemisen myötä ilmeneviä kroonisia vaivoja kuvataan metallimiesten haastatteluaineistossa. Haastateltavat totesivat ikääntymisen näkyvän muun muassa erilaisina vaivoina, raskaan työn jälkeisen palautumisen hidastumisena, ajoittaisena väsymyksenä ja siinä, että liikakiloja alkaa kertyä aiempaa helpommin. Työikäiset haastateltavat kertoivat myös vaikeuksista selvitä vuorotyön aiheuttamista uniongelmista sekä siitä, että fyysisen kunnon säilyttämiseen täytyy tehdä (liikunnassa) enemmän töitä.[2] Näistä muutoksista huolimatta haastateltavat korostivat kykyään suoriutua erilaisista tehtävistä. Kuten edellisessä otteessa, jossa Jouko kertoo koiransa kanssa tekemistään lenkeistä, ruumiilliset vaivat vaativat joissain tilanteissa muuttamaan tapaa, joilla tehtävät nykyisin

2. Kiinnostavana kuriositeettina mainittakoon, ettei yksikään haastateltava maininnut tässä yhteydessä seksuaalisuuden muutoksia.

toteutetaan[3]. Jatkuvuuden korostaminen tässä yhteydessä perustuu siihen, että vaikka toteutustavat muuttuvatkin, lopputulos pysyy samana. Kymmenen kilometrin lenkin pystyy edelleen ”heittämään”, jos ei juosten niin sitten kävellen.

On kuitenkin tilanteita, joissa ikääntyvä mies joutuu toteamaan, ettei enää pysty samaan mihin aiemmin, ja että tätä muutosta ei pysty kompensoimaan toteuttamistavan muuttamisella. Joukon toisessa haastattelussa hän kertoo talonsa katon korjaamisesta.

> Edellisen kerran mä oon sen talon maalannu, kerran maalattu, porukalla maalattiin se sitten. Mutta nytte tosiaan vedettiin vaan kaikki, tehtiin uus vuoraus siihen sitten. Niin en mä enää sitten, se on niitten rappusten kanssa semmonen kipuaminen ja muu, niin se on kovaa sitten. Eikä mitään järkee oo. Sieltä tippuu.. ei oo, että antaa nuorempien tehdä. (Jouko)

Jouko kuvaa päätöksensä tilata katon korjaus ulkopuoliselta työporukalta rationaalisena ja harkittuna ratkaisuna. 69-vuotiasta miestä varmasti pidetään hyväkuntoisena, jos hän kävelee koiransa kanssa kymmenen kilometrin lenkkejä. Toisaalta se, että hän ei ryhdy itse tekemään talonsa kattoremonttia ei aseta häntä raihnaisen vanhuksen asemaan, sillä on helppoa yhtyä Joukon näkemykseen, ettei katolla kiipeilyssä ole ”mitään järkeä”. Tästä seuraava johtopäätös on yhtä vakuuttava ja järkeenkäypä: ”antaa nuorempien tehdä”.

Eläkkeelle siirtyneet haastateltavat korostivat useassa yhteydessä aktiivisuuden säilyttämisen olevan erityisen tärkeää eläkeiässä (ks. Poutanen 2011). Se, että eläkeikäisen miehen hyvä elämä rakentuu aktiiviselle toiminnalle ja tekemiselle, liittyy ilmiselvästi laajempaan kultuuriseen käsitykseen onnistuneesta vanhenemisesta (successful ageing, ks. esim. Katz 2000, Katz & Marshall 2003, Marshall &

3. Paul ja Margaret Baltesin (1990) mukaan ihmiset sopeutuvat ikääntymisen tuomiin fyysisiin ja psyykkisiin muutoksiin suhteuttamalla tavoitteensa toimintakykyynsä. Keskeisiä suhteuttamisen tapoja ovat toiminnan valikointi, optimointi ja kompensointi.

Katz 2002). Tämän vuoksi kaikki haastateltavat kertoivat mielellään säännöllisestä osallistumisestaan erilaiseen toimintaan talkoista järjestöjen vapaaehtoistyöhön, ja pojan kanssa puuhommien tekemisestä lapsenlapsien kaitsemiseen. Näihin tekemisiin liittyy tilanteita, joissa oma ruumiillinen vanheneminen tuottaa rajoituksensa. 63-vuotias, sairauseläkkeelle jäänyt Markku kertoo haastattelussa olkapäidensä ja hartioidensa olevan kipeät puusavotan jäljiltä.

> Nää nyt oli taas olkapää-selkäkivut, vähän pojalla puuhommissa [oltiin] tuol Teiskossa ja.. vedettiin siellä 30 mottia puita sieltä. [..] Päivä huhkittiin siellä mettässä.. No sanotaan, että mä otin ny kyllä aika rauhallisesti että.. Kyllä nää, poika ja se iso isäntä heitteli tukkia, semmosia kun siel oli koivut isommat tommosia pölliä, semmosia.. metrin, puolentoista mittasia. Ne heitti niitä traktorin lavalle ja.. Mutta mä heittelin kyllä sitä vähä semmosta, pienempää tavaraa. (Markku)

Markku kertoo ilmeisen tyytyväisenä ja ylpeänä kuinka toivat ”30 mottia” puuta metsästä yhdessä poikansa ja naapurin isännän kanssa. Kroonisten olkapää- ja hartiavaivojen vuoksi (Markulta on operoitu toinen olkapää) hän kuitenkin tunnustaa ”ottaneensa rauhallisesti” metsässä ja heitelleensä traktorin lavalle ”vähän pienempää tavaraa” siinä missä poika ja naapurin isäntä ottivat isommat puut hoitaakseen. Otetta lukiessa tulee mieleen, että omien toimintakyvyn rajoitusten tunnustaminen voisi olla vaikeaa miehelle, joka on läpi elämänsä tottunut tekemään raskaita töitä, ja joka siksi joutuu syrjään ’oikean työn’ tekemisestä. Ruumiilliseen vanhenemiseen sopeutumisen kannalta olennaista onkin se, että toimintakyvyn muutosten eksplisiittinen tunnustaminen kuvaa puhujan realistista näkemystä itsestään ja omasta ruumiistaan. Näin toimimalla hän välttää lankeamasta ”ikääntymisen kieltämisen ansaan” (Tulle 2007). Aktiivinen tekeminen korostaa fyysistä toimintakykyisyyttä hiljalleen ilmenevistä rajoituksista huolimatta. Tärkeintä tässä yhteydessä ei ole se, kuinka monta mottia mies on itse metsästä tuonut, vaan se, että rajoitteistaan huolimatta

hän on ollut toiminnan kaikissa vaiheissa aktiivisesti mukana yhteisön toiminnassa.

Markun kertomus kuvaa myös sitä, kuinka ruumiillinen vanheneminen tulee näkyväksi osana sosiaalisia suhteita. Pojan kanssa puuhommiin lähteminen ei ole samalla tapaa vapaaehtoinen valinta kuin muunlaiset talkootyöt, sillä siihen sisältyy sukupolvien väliseen apuun liittyvää molemminpuolista velvoittavuutta. Toisaalta työn suhteuttamiselle omiin kykyihin on tässä kontekstissa enemmän tilaa kuin palkkatyössä, sillä aikuisten lasten kanssa yhdessä työskentely sisältää oletuksen vastuun asteittaisesta siirtymisestä vanhemmilta lapsille. Siten kuvaukset sukupolvien välisestä yhteistyöstä sisältävät ”sukupolviälyn” (generational intelligence, Biggs, Haapala & Lowenstein 2011) piirteitä, jolla viitataan eri-ikäisten ihmisten kykyyn käsitellä vanhenemisen myötä muuttuvia suhteita ja asemia sukupolvien välillä. Isät ja pojat ymmärtävät isän ikääntymisen, ja molemmat osaavat sijoittaa isän tavan osallistua toimintaan tässä kontekstissa tavalla, joka ylläpitää isän aktiivista roolia muutoksista huolimatta.

Ruumiin vanheneminen työelämässä

Vaikka haastatteluissa erilaisten pienempien vaivojen katsotaan yleisesti ottaen kuuluvan keski-ikäisen työmiehen elämään (ks. Pietilä & Ojala 2011), työelämän päivittäinen pärjääminen asettaa vanhenevan ruumiin toisten ihmisten arvioinnin kohteeksi. Tässä yhteydessä kyse ei ole vain vanhenevan miehen ruumiista yleisesti, vaan erityisesti vanhenevan ammattimiehen ruumiista, jossa sekä työn vaikutukset, yksilölliset ominaisuudet, sekä näiden arviointiin liittyvät sosiaaliset normit käyvät näkyviksi. Heikkenevällä työkyvyllä on vaikutuksensa työntekijän asemaan työyhteisössä sekä työtehtävien että yhteisön epävirallisten hierarkioiden suhteen.

Työn fyysisen raskauden vuoksi erilaiset (erityisesti tuki- ja liikuntaelimistön) vaivat kuuluvat vanhenevan metallimiehen elämään, ja tulevat esiin työyhteisöissä päivittäisissä keskusteluissa, mutta myös

sairauslomina tai jopa työkyvyttömyytenä. Vanhenemisen myötä ilmenevillä työkykyä haittaavilla vaivoilla, vammoilla ja sairauksilla on siksi ensinnäkin materiaaliset seurauksensa (Hytti 1993). Haastatteluissa metallimiehet epäilivät, että työkyvyn aleneminen asettaa työntekijän vaaralliseen asemaan YT-neuvotteluiden aikana. Heikentyneen työkyvyn myötä työntekijä voi nimittäin joutua helpommin 'saneerattavien' listalle. Työntekijä, joka ei enää kykene fyysisten rajoitusten vuoksi raskaisiin tehtäviin, saatetaan myös siirtää kevyempiin tehtäviin. Vaikka tämä on sinänsä positiivinen toimintatapa, jolla esimerkiksi työmarkkinoiden erilaisissa ikäohjelmissa pyritään pidentämään työssäoloa (ks. esim. Ilmarinen 2006), se saattaa vaikuttaa ansioihin merkittävästi. Jarmo (50 vuotta) on työpaikallaan seurannut vanhenevien miesten sijoittumista erilaisiin työtehtäviin.

IP[4]: Joo.. No mites tuota, ku tosta ikääntymisestä puhuttiin, niin onks teidän työpaikalla sitten jotakin tämmöstä, ikääntymisohjelmaa tai jotakin sen tyyppistä..? Että otetaanko siellä huomioon työntekijöiden ikääntyminen noin työtehtävien jakamisessa tai muuten?

Jarmo: Ei oo, ei oo kyllä, ne on sitte ollu siel.. Siinä tulee just se palkkaussysteemi sitte. Jos sää siitä [nykyisestä tehtävästä] lähdet niin sitten [..] ansionsa sitte alkaa pikku hiljaa putoomaan sieltä sitten niin.. Kyllähän sekin sanelee justiinsa sitä, että sää et sitte hakeudukaan äkkiä sitte niihin muihin hommiin. Ja ohan siinä sekin, että sitten ajatellaan niin, että toiset kattoo, että "jaaha toi ei enää pystykään nuihin hommiin perkele" että.. "on siitä niin huono tullu jo, ettei se pystykään niitä tekeen". Kyllähän siinä tämmönen..

IP: Et se on semmonen kunnia-asia tavallaan?

Jarmo: Niin se on niitä justiinsa.

4. Haastattelijan puheenvuorojen merkinnöissä IP on Ilkka Pietilä ja EP Elina Poutanen.

Jarmon kuvaus tuo esiin sen, että vaikka palkkaus on tärkeä asia työntekijöille, helpompiin tehtäviin siirtymisellä voi olla myös sosiaaliset seurauksensa työyhteisössä. Siirtyminen toiseen tehtävään on työyhteisössä julkinen tapahtuma, joka siirtää vanhenevan työntekijän työyhteisön sisäisessä hierarkiassa alemmas niiden joukkoon, jotka eivät ”enää pysty” entisiin töihin, joista on ”tullut jo niin huonoja”. Eläkkeelle siirtynyt, aiemmin luottamusmiehenä työskennellyt Asko (65 vuotta) toteaa samalla tavoin vanhenemisen tuottavan painetta siirtyä helpompiin töihin, ja että tällä on vaikutuksensa ansiotasoon.

EP: Mites koet, että oliko siellä työpaikalla, suhtauduttiinko ikääntyviin työntekijöihin jotenkin eri tavalla tai oliko mitään sellaista..?

Asko: Niin no se oli ennen kato sielläkin, jotka oli, vaikka oli koneella töissä, niin vanhemmaksi tuli vain, eikä pärjännyt enää, kato urakkahommissa, urakka-aikoja niilläkin oli. Niin se vaan siirrettiin sitten huonompiin hommiin ja tuntihommiin, niin siinä sitten ansiotaso tippui.

”Huonompiin” hommiin siirtyminen merkitsee tässäkin otteessa samanaikaisesti sekä heikompia tuloja että heikompaa asemaa työyhteisössä. Samalla tavoin kuin aiemmassa Jarmon haastatteluotteessa vanheneva työntekijä tulee sijoitetuksi niiden joukkoon, jotka eivät ”pärjänneet enää”. Ruumiillisen työn yhteydessä ruumiin kunto toimii siis keskeisenä tekijänä, joka asemoi yksilöt yhteisön hierarkioissa. Työyhteisössä hierarkkiset asemat ovat usein niin vakiintuneita, että erityisesti alemmille asemille voi olla omat nimityksensä. 50-vuotiaan Jari käyttää nimitystä ”kuparisepät”, jolla hänen mukaansa aikanaan viitattiin miehiin, jotka eivät ruumiillista syistä enää kyenneet aiempiin tehtäviin.

> Kyllä mää muistan sillon kun mä tulin tota, tähän työelämään ja.. viiskymppinenhän oli sikavanha. Ne oli vanhoja äijiä. Eli osa oli jo [siirtynyt] kuparisepäks, sanottiin meillä silleen että

ne [..] niinku ei pystyny enää oleen niinku raskaassa levyhommassa niin.. Ne joutu sitte niinku kevyempiin hommiin, niitä sanottiin kuparisepiks sitte. (Jari)

Ikääntymisohjelmien ja alentuvaa palkkaa kompensoivien järjestelmien puuttuessa siirtyminen kevyempiin tehtäviin on käytännössä arvonalennus, joihin ”joudutaan”, ja joka aiheuttaa työyhteisössä jännitteitä. Asko korostaa, että hänen ollessaan luottamusmiehenä siirtyminen toisiin tehtäviin käsiteltiin rehdisti koko yhteisön kesken.

Asko: Mä olin itte 15 vuotta luottomiehenäkin siinä, niin tulihan sielläkin sitten vanhempia miehiä, jotka trukkia ajoi, niin ne kato alko se tökkään sillai, ettei enää hallinnut sillai. Tai sitten tuli jotain pikkukolaria tai noin, sitten otettiin.. (EP: ..motoriikassa sitten näkyi..) Niin silloin otettiin se trukkikortti niiltä pois, että tuli jotain muuta tekeen..

EP: No puhuttiinko siitä sitten vaikka kahvihuoneessa tai jossain tauoilla, jos joltain vaikka viedään trukkikortti pois?

Asko: Ei, se mentiin sillai kivasti läpi että se ymmärti jolta [otettiin kortti], että se ei loukkaantunut siitä.. Vaan sanottiin suoraan ja mäkin monta kertaa sanoin, että sitä on turha sitten takanapäin puhua, vaan puhutaan edessä kaikki sitten porukalla, ja sitten hyväksytään tämä. Ja toinen hyväksy, se jolta otettiin se, ja se tekee nyt sitten näitä hommia eläkeikään asti, kun se oli monta kertaa niin, että ne oli yli kuusikymppisiä. Ja kato 65-vuotiaana pääsi sitten vasta eläkkeelle.

Kuten edellä on todettu, fyysisen kunnon heikkeneminen saattaa johtaa siirtymiseen helpompiin tehtäviin joko työntekijän oman valinnan seurauksena tai työnantajan määräyksestä. Molemmissa tapauksissa työyhteisöllä on merkittävä roolinsa sekä työntekijöiden työkyvyn arvioinnissa että tämän muuttuvan aseman käsittelyssä. Asko kuvaa luottamusmiehen aseman tärkeäksi tässä prosessissa, sillä tilanteiden hoitaminen vaatii sovittelua paitsi itse tehtävien osalta myös sen suh-

teen, kuinka ihmiset muuttuvaan tilanteeseen suhtautuvat. Sillä, että tilanne käydään koko joukon kesken läpi, varmistetaan, ettei työkyvyn heikkenemisestä puhuta ”takanapäin”, mikä lieventää työyhteisön sisäisiä jännitteitä. Aina siirtyminen ’huonompiin hommiin’, tai jopa irtisanotuksi joutuminen, ei johdu ruumiillisesta vanhenemisesta. Nopeasti muuttuva teknologia asettaa työntekijöille vaatimuksensa, johon kaikki eivät pysty sopeutumaan. Tämä sopeutumiskyvyn puute voidaan myös tulkita seuraukseksi vanhenemisesta. Jarmo kertoo YT-neuvottelujen jälkeen leikkauslistalle joutuneista työntekijöistä.

> Kun meille tulee sitä uutta teknologiaa jatkuvasti, ja nyt varsinki tulee [..] Niin se vähä rassaa toisaalta sitä kautta sitte, että nää vanhemmat, vanhat ukot ja vanhenevat ukot sitte niin, ne jää auttamattomasti kato kelkasta pois. Kyllä sen nykki huomaa just tästä porukasta, joka lähtee pois niin, niis on helevetin kovia ammattimiehiä justiinsa tällä vanhalla teknologialla. Mutta ny kun tulee se uus [teknologia] sinne, niin ei.. Siis ei ne, ei pystykään opettelemaan, ja kannattaako sitte alakaa opetteleen enää muutaman vuoden takia sitä. (Jarmo)

Olemme Hanna Ojalan kanssa aiemmassa tutkimuksessamme (Pietilä & Ojala 2011) paperimiesten haastattelujen perusteella todenneet, että työpaikan ”ukkokerhoksi” kutsuttu miesjoukko ei välttämättä rakennu ensisijaisesti kronologisen iän varaan. Ukkokerhoon voidaan lukea kuuluvaksi myös lähes samanikäisiä työyhteisön miehiä, jotka joko kärsivät monista sairauksista, ja joiden katsotaan tästä syystä olevan ’ikäistään vanhempia’, tai jotka puhuvat vaivoistaan liian paljon. Jälkimmäinen korostaa tulkintamme mukaan sitä, että samalla kun sairaus liitetään vanhuuteen, sairauksien ’vatvominen’ tulkitaan työväenluokkaisessa yhteisössä epämiehekkääksi. Vanhuus, jota julkiseksi tuodun sairastamisen katsotaan ilmentävän, siirtää miehen pois täysivaltaisten miesten ryhmästä ukkokerhoksi nimitettyyn välitilaan, jossa mies on enää rajoitetusti yhteisön jäsen.

Jarmon puheessa kykenemättömyys ja jälkeen jääminen teknisestä edistyksestä merkitsee siirtymistä ”vanhojen ukkojen” joukkoon. Työyhteisössä ”vanhoiksi ukoiksi” voidaan siis jopa kronologisesta iästä riippumatta laskea kaikki ne, jotka eivät syystä tai toisesta täytä yhteisön vaatimuksia. Nämä vaatimukset voivat koskettaa muun muassa ruumiillista kuntoa, työtehtävistä suoriutumista tai ammattitaidon ylläpitämistä. Koska monet perinteiset teollisuuden alat, kuten metalli- ja paperiteollisuus, ovat vahvasti miesvaltaisia aloja, niissä työyhteisö ei ole ainoastaan ammattiin perustuva yhteisö, vaan samalla myös miesten yhteisö. Tämän vuoksi yhteisön arjessa on läsnä samanaikaisesti sekä ammatillisia että laajemmin miehisyyttä koskevia normeja, joiden noudattamista valvotaan, ja joiden rikkomisesta on yhteisön jäsenelle seurauksensa.

Talkoot työväenluokkaisena ruumiillisen työn muotona

Beverley Skeggs (2004, 142) on korostanut, että luokan määrityksiin ja erontekoihin liittyvät arvot kiinnittyvät aina tilallisiin konteksteihin, mitkä voidaan ymmärtää esimerkiksi instituutioiden niin materiaalisina käytäntöinä ja tiloina kuin ei-materiaalisina järjestyksinä ja normeina (Ojala 2010, 290). Palkkatyö on instituutiona suhteellisen selvärajainen, ja siksi siellä toteutuvat viralliset ja epäviralliset arvot ja normit piirtyvät useaa muuta elämän aluetta selkeämpinä esiin. Tästä huolimatta ruumiillinen vanheneminen tulee näkyväksi ja yhteisöllisen arvioinnin kohteeksi myös muissa sosiaalisen elämän tilanteissa. Puhuttaessa miesten vastavuoroisen auttamisen muodoista miehet viittasivat usein haastatteluissa talkoisiin yhteisen toiminnan kenttänä, keskinäisen auttamisen organisoituneena muotona. Erilaisista talkootöistä useimmin esimerkiksi otettiin rakennus- ja remonttityöt. Talkoot ovat perinteinen vapaaehtoisen auttamistyön muoto Suomessa. Se on tapa jakaa palkkatyön ulkopuolisten raskaiden töiden aiheuttamaa rasitusta. Talkoisiin kuuluu vapaaehtoisuuden ja myös

vastavuoroisuuden periaate. Osallistuessaan talkoisiin mies kuitenkin saattaa omat ruumiinsa kyvyt yhteisön arvioitavaksi.

EP: Tästäkin oli puhetta siellä ryhmähaastattelussa jo, että usein kuulee sanottavan, että suomalainen mies ei pyydä apua edes sitä tarvitessaan. Mitä mieltä oot asiasta, onko se niin?

Asko: Ei se tänä päivänä enää, ei se enää oo sillai. Mutta ennen se oli, että sitä ei saanut näyttää sitä heikkoutta. Mutta kyllä tänään jo munkin ikäluokka jo periaatteessa, niin kyllä varmaan.. Ja totta kai mitä vanhemmaksi [tulee], niin sitten kun tosiasiat tunnustaa, että se on nyt pakko pyytää apua toiselta tai sanoa, että ”voisitko sä vähän jelpata” tai näin. Toinenhan, jos on samanhenkinen vähän, niin totta kai sä sitten voit sanoa, että ”no joo”, että ”mä voin pyytää sua sitten taas”. On se muuttunut siitä.

EP: Mikä siinä heikkouden näyttämisessä on sitten sellaista nolostuttavaa?

Asko: Niin, mutta kun ajatellaan, että jos on oikein sellainen joku 60 kiloinen [mies] ja sitten mäkin oon tällainen melkein 100 kiloinen. Mä pystyn ottaan vaikka sen 50 kilon säkin ja kantaan sitä vaikka 30 metriä johonkin, vaikka nyt meidän rakennuksella, ku tekee remonttia ja siellä on talkooporukka. Mutta se 50 kiloa, ne [kevyemmät miehet] ei vie sitä omaa painoonsa niin herkästi. Niin siinä se on justiin sitten, että se tuntee sen heikkoutensa. Mutta sitten taas se vastaavasti.. ei mun saisi niin kun yhtään kattoa alaspäin, että ”jaa, toi ei jaksakaan sitä”. Mutta sen vaan pitäis tuoda sen minkä se pystyy, että se periaate pitäis olla. Mutta kun se ei oo näin miesporukassa. Siellä tulee sitä huulta sitten, että ”no joo”, että ”menepäs vähän tonne naisten kanssa tonne vähän kevyempiin hommiin”.

Askon (65 vuotta) kertomus tuo havainnollisesti esiin sen, että talkootyö on institutionalisoitunut keskinäisen auttamisen muoto, joka

antaa legitiimin mahdollisuuden pyytää toisilta miehiltä apua raskaisiin töihin. Vakiintuneena sosiaalisena käytäntönä se vapauttaa pyytäjän avun hakemiseen potentiaalisesti liittyvästä häpeästä, sillä talkoisiin sisältyy oletus auttamisen vastavuoroisuudesta. Toisaalta miesporukoiden normit asemoivat jäsenensä yhteisön sisäisissä hierarkioissa ruumiillisen kunnon perusteella, mikä tuottaa toisenlaisen sosiaaliseen arviointiin liittyvän uhkan. Vaikka Asko etäännyttää itsensä tällaisesta heikoimpien miesten leimaamisesta (”ei mun saisi .. yhtään kattoa alaspäin”), hän toteaa ruumiin kuntoon perustuvan asemoinnin olevan miesporukoissa vakiintunut sosiaalinen käytäntö. Tämän sosiaalisen järjestyksen osana heikompia miehiä katsotaan alaspäin. Alin asema, johon mies voi heikomman kuntonsa vuoksi joutua, on tulla sijoitetuksi samaan toiminnalliseen kategoriaan naisten kanssa: ”menepäs vähän tonne naisten kanssa tonne vähän kevyempiin hommiin”[5]. Tämä kuvastaa miesyhteisön ruumiilliseen kuntoon liittyvää arvojärjestystä, jossa ylimmällä portaalla ovat sekä fyysisesti kyvykkäät, mutta myös kokeneet ja taitavat ammattimiehet, ja alimmalla tasolla miehet, jotka eivät pysty muihin kuin ’naisten töihin’.

Talkoissa, ja niissä toteutuvissa miesten sosiaalisissa järjestyksissä, on kuitenkin tiettyjä eroja sen suhteen, millaisen yhteisön toimintaan talkoot liittyvät. Niissä tilanteissa, joissa talkoisiin sisältyy perheen sisäistä sukupolvien välistä vaihtosuhdetta, ruumiillisen kunnon tuottamat hierarkia-erot näyttäytyvät lievempinä. Ismo (67 vuotta) kertoo osallistumisestaan poikansa muuttotalkoisiin vastatessaan yleisempään kysymykseen tilanteista, joissa hän kokee tulleensa kohdelluksi jollakin tietyllä tapaa ikänsä vuoksi.

IP: No mites tota tuleeko sulla mieleen tilanteita, joissa olisit kiinnittäny huomioo siihen, että sua on kohdeltu jotenkin eri

5. Kris Paap (2006, 121) havaitsi etnografisessa rakennusalan tutkimuksessaan, että miesvaltaisessa, ruumiillista työtä tekevässä yhteisössä heikkous ja osaamattomuus liitetään automaattisesti naisiin, ja tämä näkyy myös kielenkäytössä. Jos rakennusmies ei käytä lekaansa riittävällä voimalla, häntä saatetaan neuvoa lyömään lekan sijasta käsilaukulla (”hit it with your purse”). Näin miesten välisissä hierarkioissa miehen vertaaminen naisiin tai tyttöihin on yksinkertainen, mutta tehokas tapa asemoida mies yhteisön alimmalle portaalle.

tavoin tän ikäsenä kuin aiemmin? Esimerkiks jossain kaupassa tai, tai.. kotona tai [naurahtaa] terveydenhuollossa tai jossai tämmösessä tilanteessa?

Ismo: Ei oo muuta, mutta se, mitä mä jo sillon siin ryhmäkeskustelussa sanoin, että.. Oonhan mä sanonu, että ei se mua loukannu, mutta sen mä kerroin, että mä siinä pojan muuttotalkois olin, niin ne sano mulle, että [naurahtaa] että ”kanna sää ny vaan noita köykäsempiä”. [..] Kun me on kuitenkin aika paljo tehty tuol juur tossa [vapaaehtoistyössä] tehty noita muut-, jonku verran muuttoja tehty ja aika.. kyllä me on aika raskaitakin vaan kannettu, vaikka siel on muakin iäkkäämpää porukkaa meillä porukassa. Että, ettei se ny niinku, kyllä tän ikäset ny viel aika raskaitakin kantaan pystyy [naurahtaa], ettei se siitä kiinni oo mutta.. Mutta kai ne ny vaan nuoremmat sitten kattoo, että pääsee ukko vähä sitten köykäsemmällä [naurahtaa].

Olemme analysoineet alle 40-vuotiaiden paperimiesten haastatteluaineiston perusteella (Pietilä, Ojala, King & Calasanti, painossa) sitä, kuinka isien ja poikien välisestä sukupolveen sitoutuvasta järjestyksestä neuvotellaan suhteessa isien ruumilliseen vanhenemiseen. Nuorempien miesten kuvauksissa isiensä vanhenemisesta oli mukana osin ristiriitaisia elementtejä sukupolvien välisistä valta- ja hierarkiasuhteista. Ruumiillisen vanhenemisen myötä isät luovuttavat pojilleen raskaisiin fyysisiin töihin liittyvää vastuuta, mutta säilyttävät samalla työn organisointia ja valvontaa koskevaa määrittelyvaltaa. Pojat puolestaan ovat varovaisia haastamaan isän asemaa työnjohtajana, ja määrittelevät itsensä isän apulaisiksi. Tulkitsemme tämän neuvottelun liittyvän siirtymäprosessiin, jossa nuoremmalle sukupolvelle siirretään hiljalleen vastuuta ja valtaa perheen infrastruktuurin ylläpitämisestä (esimerkiksi metsätyöt kesämökillä), ja joka murrosvaiheessa edellyttää molemmilta sukupolvilta joustavuutta ja hienotunteisuutta, jo aiemmin mainittua ”sukupolviälyä” (Biggs, Haapala & Lowenstein 2011).

Ismon kuvaus siitä, kuinka hänet ohjattiin talkoissa kantamaan ”vaan noita köykäsempiä” kuvastaa samanlaista neuvottelevaa suhtau-

tumista ikääntymiseen tuottamiin muutoksiin sukupolvien välisissä suhteissa. Ismo toki puolustautuu toteamalla, ettei ikä sinänsä merkitse voimien ehtymistä, vaan että vapaaehtoistyön miesporukassa ovat häntäkin iäkkäämmät miehet kantaneet raskaita taakkoja. Tästä huolimatta hän korostaa, ettei loukkaantunut ohjeesta kantaa kevyempiä tavaroita, ja hyväksyy tämän osana ikääntyvän miehen elämää ja sukupolvien välistä suhdetta. Tehtävien jaossa alempaan kastiin valuminen ei tuota samanlaista uhkaa perheen sisäisessä työnjaossa, sillä vanheneminen asettuu tässä kontekstissa selvemmin osaksi elämänkulkua ja sukupolvien kiertoa.

Ikä, kokemus ja aktiivisuus resursseina yhteisössä

Edellisessä luvussa käsittelin sitä, kuinka vanheneminen asettaa työväenluokkaiset miehet vaaraan joutua siirretyksi alemmaksi ruumiilliseen kyvykkyyteen perustuvissa hierarkioissa niin työelämässä kuin myös työelämän ulkopuolisissa fyysistä suorituskykyä vaativissa tilanteissa. Ruumiillinen kyvykkyys toimii työväenluokkaisten miesten välisten sosiaalisten järjestysten kantavana elementtinä ja tuottaa näin ikäperustaisia hierarkioita osana konkreettista arkielämän toimintaa. Ruumiillinen vanheneminen on fakta, jota ei käy kiistäminen, ja tämä realismi kävi usein esiin haastateltavien puheessa elämästään. Vaikka edellä esitellyt aineistoesimerkit osoittavat iän jakavan miehiä erilaisiin asemiin erityisesti ruumiillisen kyvykkyyden perusteella, olisi yksinkertaistavaa kuvata vanhenevan miehen elämää pelkkänä asteittaisena liukumisena yhä heikompaan asemaan miesten välisissä hierarkioissa. Ruumiillista vanhenemista voidaan nimittäin kompensoida muun muassa tiedoilla, taidoilla sekä yleisellä toiminnallisella aktiivisuudella.

Vaikka talkoissa vanheneva mies ei enää pystyisi samanlaisiin fyysisiin suorituksiin kuin aiemmin, ruumiillista työtä läpi elämänsä tehneillä miehillä on kokemusta ja taitoja, joita he pitävät tärkeänä voimavarana erityisesti sukupolvien välisessä suhteessa. Asko (65 vuotta) kertoo lastensa ja näiden serkkujen jatkavan talkooperinnettä, ja

asemoi itsensä samalla neuvonantajan paikalle: ”siinä me vanhemmat yritetään, jos meillä on joku tieto vaikka, joka pätee vielä tänään, niin se opetetaan niille, että näinkin voi [työn] tehdä”. Tietotaidon siirtäminen sukupolvelta toiselle korostaa miehen elämän varrella keräämää kokemuksellista pääomaa. Varsinaisen tietotaidon lisäksi tätä yhteiskuntaluokkaan sitoutuvaa kulttuurista pääomaa edustaa oikeanlainen suhtautuminen työhön. Puhuessamme vapaaehtoistyöstä Markku (63 vuotta) toteaa eräästä toisesta tutkimukseen osallistuvasta haastateltavasta, Joukosta (69 vuotta), näin:

Markku: Mää sanon, että siinä semmonen talkoomies, että kysyt mihin vaan niin, se on kyllä valmis tuleen. Se on noita [urheiluseuran] järjestysmiehiä, [luettelee paikkoja ja tapahtumia] ja siis on mukana.. Ja jos tarvitaan mettään tai mihkä vaan talkooväkee, se on aina ensimmäisenä valmis. [Ympäristökunnassa] asuu että, tulee suhteellisen kaukaa ja..

IP: Niin sain sen käsityksen, että sillä on kans aika monta rautaa tulessa..

Markku: On sillä ja se, nyt se täyttää tota [päivämäärä], se täyttää 70. Sillä on tota.. Varotteli että [tapahtumaan] hälle ei sitte tuoda mitään kukkia. Se, se on semmonen mies, että se ei.. Niin kun, että se tuo, hän tuo kakun sinne kyllä, kakkukahvit, mutta.. hälle ei sitte osteta mitään. Mutta siin on oikeen esimerkillinen talkoomies.

Ruumiillisen kyvykkyyden ja käytännöllisen taidon ohella ahkeruus on yksi tärkeimmistä asioista, joita työväenluokkaisissa miesyhteisöissä arvostetaan. ”Esimerkillinen [talkoo]mies” on monessa mukana ja on aina valmis auttamaan muita, mutta säilyttää vaatimattomuutensa, eikä pyydä toisilta mitään. Hän ei säästä itseään osallistuessaan yhteisön toimintaan, mutta säilyttää etäisyyden itseään koskeviin huomionosoituksiin. Tällaisella toiminnalla Jouko on saavuttanut luotetun ja arvostetun aseman yhteisössä. Samalla on huomionarvoista, että tämä arvostus ei sinänsä sitoudu Joukon fyysisiin kykyihin. Riippu-

matta hänen voimistaan ja taidoistaan, oikeanlainen suhtautuminen talkoisiin ja muuhun vapaaehtoistyöhön tekee Joukosta sellaisenaan esimerkin miesyhteisössä.

Edellä esitin, että sukupolvien välisiin suhteisiin liittyvät ruumiillista työtä koskevat käytännöt sisältävät osin erilaisia odotuksia ja normeja kuin muunlaisten miesyhteisöjen käytännöt. Vaikka ruumiillinen vanheneminen jossakin muussa yhteydessä saattaa heikentää miehen asemaa yhteisössä ja kaventaa hänen riippumattomuuttaan, perheen sisäiset käytännöt avaavat turvallisempia asemia ikääntyvälle miehelle sukupolvien suhteisiin sisältyvän vastavuoroisuuden periaatteen vuoksi. Seuraavassa otteessa Antti (70 vuotta) ottaa jälleen talkoot esimerkiksi (miesten) keskinäisestä auttamisesta, mutta ottaa tässä yhteydessä esimerkiksi lasten ja lapsenlasten osallistumisen fyysiseen työhön.

Antti: Kyllä määkin niin monissa talkoissa oon ollu ja kaikissa, kaikissa, etten mää tota noi.. Mut että kun itte, itte tarvis [apua], niin aattelee ”no emmää ny viitti pyytää”, että kyllä siinä vähä sitä vikaa on.

IP: No mitä sä sa-, mitä sä sanosit et että mikä siinä pyytämisessä sitten..

Antti: No en tiiä mikä, se, se on vähä vaikee..

IP: ..on se kynnys?

Antti: ..Oon itte aatellu sen, no emmää oikeen osaa sitä selittää mikä vitsi siinä on, kun aattelee.. Tai ei mun nyt tietysti tarvi mitään, ku mul on tota, poika on kunnossa ja sitten on tota viis yli kakskymppistä kaveria [lapsenlapsia], poikia viel, nii kyllä niitä, niitä tulee sitte ku ne.. Vaikka ne sanoo nii mä sanon että ”nyt tullaan sit eikä meinata”, meinaan ni se [naurahtaa]..

IP: Nii [naurahtaa].

Antti: ..ettei mun tartte niinku pyydellä vieraita ny enää että..

Antti pohtii miesten välistä auttamista ensin yleisellä tasolla, ja toteaa, että tavallisesti miehille on vaikeampaa pyytää apua kuin osallistua

itse auttamiseen, vaikkapa talkoiden muodossa. Ilmeisesti erityisen hankalaa on pyytää apua miehiltä, jotka ovat liian vieraita, sillä avun pyytäminen edellyttää tietynlaista tuttuutta ja sitä kautta syntyvää luottamussuhdetta. Siirtyessään pohtimaan aihetta omassa elämässään Antin puheesta käy ilmi, että sukulaissuhteet poistavat avun pyytämiseen liittyvän arastelun. Avun vastavuoroisuuden katsotaan sisältyvän sekä vanhempien ja lasten että isovanhempien ja lastenlasten väliseen suhteeseen. Perheen sisäinen omavaraisuus työvoiman suhteen tuottaa myös riippumattomuutta perheen ulkopuolisesta avusta, mikä lienee samalla osoitus talkooperinteen agraariyhteiskuntaan ulottuvista juurista. Antti toteaakin ylpeästi, ”ettei mun tartte niinku pyydellä vieraita ny enää”. Ajatus heijastaa kulttuurisia arvostuksia miehisestä riippumattomuudesta ja korostaa Antin asemaa perheyhteisön päänä. Vaikka mies menettäisi asemaansa ruumiillisen vanhenemisen myötä, asema perheen vanhimpana miehenä tuottaa hänelle uudella tavalla arvostettuna perheen (työn)johtajana.

Ruumis työmiehen eletyn elämän kuvana

Ruumiillinen vanheneminen on prosessi, jonka eri vaiheissa ihmiset tulkitsevat vanhenemiseen liitettyjä muutoksia. Ruumis on samalla minuuden historiaa, sillä siinä näkyvät eletyt vuodet ja ruumiin käyttö. Siksi ruumiilliset muutokset ja vaivat sidostuvat laajempaan elämän kontekstiin. Tutkimustani varten haastatelluilla miehillä erottamaton osa minuutta ja elämää oli olla metallimies, myös eläkkeelle siirtymisen jälkeen[6]. Eläkkeelle siirryttyäänkin metallimiehen ruumis säilyttää metallimiehen eletyn elämän. Markku (63 vuotta) liittää olkapäävaivansa eksplisiittisesti työhön.

6. Useimmat haastateltavat olivat tehneet metallialan töitä koko aikuisikänsä, jotkut jopa 16-vuotiaasta asti, mikä on ymmärrettävä syy vahvalle metallimiehen ammatti-identiteetille.

> Tää oikeehan mulla on se joka leikattiin, mutta tää vasen on, oireilee kanssa ja mä en tiä, että oireileeko se siittä, että kun sitä on käytetty [metsätöissä].. Ja kyllä sieläkin kulumaa täytyy olla kun.. neljäkytä vuotta tota yli väänsin.. metallitöitä, niin ei se ihan terve voi olla.. (Markku)

Ikääntymisen myötä ruumis ei enää toimi samanlaisena välineenä töissä tai vapaa-aikana kuin aiemmin. Erilaiset krooniset vaivat, erityisesti tuki- ja liikuntaelinvaivat, ymmärrettiin haastatteluissa usein työperäisiksi. On tärkeää huomata, että tällöin vaivat eivät kerro vain ikääntymisestä ja ruumiin rapistumisesta, vaan myös eletystä metallimiehen elämästä, johon vammat ja kasaantuvat vaivat liittyvät olennaisella tavalla. Ikääntymisen myötä ilmenevät vaivat siis ikään kuin kuuluvat raskaan työn tekijän elämään. Vaikka palkkatyö ja sen ulkopuolinen ruumiillinen työ, kuten talkoot, ovat erilaisia kontekseja, ne sisältävät kuitenkin hyvin samanlaisia luokkaan sitoutuneita normatiivisia tapoja tulkita vanhenemista ruumiillisena prosessina. Tämä kuvastaa sitä, kuinka luokka toteutuu osaltaan ruumista koskevina huomaamattomina arkipäiväisinä jäsennyksinä, odotuksina ja vaatimuksina (Tolonen 2008). Ruumis toimii samanaikaisesti sekä eletyn elämän että luokan representaationa ja ”kantaa” näin henkilökohtaisten kokemusten ohella kulttuurisia merkityksiä (Kinnunen 2001, 273). Siksi ”ainutkertaisesta eksistenssistään huolimatta ruumis on väistämättä kulttuurinsa ’tuote’ suuntautumisiltaan ja tavoiltaan” (Kinnunen 2008, 16) ja siten uusintaa luokkaperustaisia tulkintoja, ihanteita ja arvostuksia.

Jorma Hänninen (2006, 71) on kiinnittänyt huomiota siihen, että siinä missä vanhan naisen ruumis näyttäytyy kulttuurissamme usein groteskina, osan vanhoista miesruumiista kulttuurinen katse pikemminkin ylevöittää. Hän mainitsee jälkimmäisestä esimerkkinä sotaveteraanit:

> Sodassa haavoittuneen vanhan miehen ruumiissa on rujoja piirteitä, mutta siihen kohdistuva katse ei välttämättä tunnis-

> ta puuttuvia raajoja, arpia, sokeita silmiä tai kyynärsauvoja. Katseella on pikemminkin taipumus kääntää groteski yleväksi, siihen viittaavat piirteet merkityksellistyvät isänmaan puolesta tehtyjen uhrauksien ja sankaruuden ruumiillisiksi kunniamerkeiksi. Sankaruus muistuttaa puolestaan veteraanin nuoruudesta, sotilaan hengen menon vaarasta piittaamattomasta urheudesta, lopulta supermaskuliinisuudesta. (Hänninen 2006, 71.)

Edellä oleva Markun haastatteluote tuo mieleen ajatuksen, että neljänkymmenen raskaan työvuoden jälkeiset krooniset vaivat kertovat sotaveteraanien tavoin itsensä uhraamisesta työväenluokkaisen yhteisön puolesta palkkatyön ”kunnian kentillä” (Kortteinen 1992). Eläkkeelle siirtyminen nähdään kulttuurissamme, erityisesti miesten elämässä, uhkaavana elämän vaiheena, jossa mies kadottaa mahdollisuuden toteuttaa kulttuurisesti arvostettuja miehisyyden muotoja (ks. Julkunen, tämä kirja). Siksi varsinkin eläkeikäisen miehen elämässä vaivat voidaan tulkita tavoilla, jotka rakentavat koherentin elämäntarinan, ja joka yhdistää vanhenevan ruumiin heikkenevän toimintakyvyn luokkaperustaisiin arvostuksiin. Työstä aiheutuneet vammat ovat tietyssä mielessä ruumiiseen piirtyneitä raskaan työuran kunniamerkkejä, jotka kuvastavat kantajansa ansioita. Samalla ne myös toimivat erontekoina metalliteollisuuden työntekijöiden ja valkokaulustyöntekijöiden välillä ryhmien välisessä statuskamppailussa (ks. esim. Collinson 1992). Ne tuottavat työmiehelle vakuuttavan merkin jäsenyydestään työmiesten joukossa: merkin, joka erottaa todelliset raskaan työn tekijät muista miehistä. Näin vanheneva mies säilyttää rapistuvista voimistaan huolimatta luokkaperustaista ”kunnioitettavuuttaan” (respectability, Skeggs 2004).

Vanheneminen tapahtuu yhteisö(je)n jäsenenä

Olen tässä artikkelissa analysoinut tapoja, joilla ruumiillinen vanheneminen tuottaa hierarkkisia eroja työväenluokkaisten miesten yhtei-

söissä. Lähtökohtanani on ollut ajatus, että vaikka ikä jakaa miehiä erilaisiin asemiin yhteiskunnassa (Hearn 1995), asemoinnit syntyvät eri miesryhmissä erilaisten prosessien kautta. Työväenluokkaisten miesten joukossa luokkaperustaiset maskuliinisuuden arvostukset rajaavat määrittelemään vanhenemista fyysisen kyvykkyyden avulla. Näin myös miesten väliset hierarkkiset erot kietoutuvat ruumiillisen kykenevyyden arvioinnin ympärille. Fyysiseen työhön liittyvä 'pärjäämisen eetos' asettaa työväenluokkaisille miehille enemmän paineita voiman, kestävyyden ja muun ruumiin kunnon osoittamiseen kuin toisille miehille, joilla ruumis ei ole samassa määrin työväline. Siksi haastatteluissa metallimiehet tyypillisesti tulkitsivat oman terveyden ja toimintakykynsä mahdollisimman hyväksi, vaivoista riippumatta.

On kuitenkin tärkeää huomata, että tässä käsiteltyjen miesyhteisöjen sosiaalisissa käytännöissä ikä ja ruumiin kunto toimivat osin kaksisuuntaisessa suhteessa toisiinsa. Iän perusteella tehdään tulkintoja toisten miesten ruumiillisista kyvyistä, ja vanhenemisen nähdään vaikuttavan jo työuran aikana työmiehen kykyyn toimia raskaissa töissä. Näitä tulkintoja tehdään rutiininomaisesti ikään perustuen silloinkin, kun miehen kyvyistä ei edes ole muuta näyttöä kuin hänen ikänsä. Toisaalta miehiä asemoidaan ikäkategorioihin myös heidän ruumiillisen kuntonsa ja terveytensä perusteella. Työyhteisöjen "ukkokerhot" eivät suinkaan aina perustu kronologiseen ikään, vaan alentuneeseen työkykyyn, joka ilmaistaan ikää koskevin määrein. On selvää, että molemmat tulkintatavat kuvastavat ikäsyrjivää suhtautumistapaa, jossa vanhuus, huonokuntoisuus ja yhteisön ulkopuolelle joutuminen kietoutuvat yhteen. Samalla se kuitenkin tuo näkyviin ruumiiseen ja vanhenemiseen liittyviä normeja, odotuksia ja ihanteita, joiden varaan työväenluokkainen miehisyys rakentuu ja joilla ideaaleja ylläpidetään. Ruumiin kunto edustaa siis työkyvyn ohella kykyä performoida työväenluokkaista maskuliinisuutta, kykyä toimia luokkaperustaisten miehisyyden mallien mukaisesti.

Vanhenemisessa luokkaperustaisen yhteisön jäsenenä ei ole kyse vain abstraktista vuosien kertymisestä, vaan päivittäisiin käytäntöihin, velvollisuuksiin ja odotuksiin sidoksissa olevasta prosessista, joka

asemoi ihmisiä yhteisössä eri tavoin. Ruumis ei siksi ole vain sielun koti, vaan myös julkinen minuuden taso, joka vaatii oikeanlaista esiintymistä kollektiivisen katseen kohteena. Se, millaisen painoarvon ruumis saa vanhenemisen tulkinnoissa, ja millaisia seurauksia vanhenemisella on yhteisön jäsenelle, vaihtelee yhteisöstä toiseen. Yksi sukupuolistuneen vanhenemisen tutkimuksen tulevaisuuden tehtävistä onkin selvittää, millaisina vanheneminen ja sukupuoli näyttäytyvät, ja miten ne kiinnittyvät toisiinsa, naisten ja miesten erilaisissa perhe-, ammatti- ja vapaa-ajan yhteisöissä.

Kirjallisuus

Baltes, Paul & Baltes, Margaret (1990) Psychological Perspectives on Successful Aging: The Model of Selective Optimization with Compensation. Teoksessa Paul Baltes & Margaret Baltes (toim.) *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences.* Cambridge University Press, New York, 1–34.

Biggs, Simon, Haapala, Irja & Lowenstein, Ariela (2011) Exploring Generational Intelligence as a Model for Examining the Process of Intergenerational Relationships. *Ageing & Society* 31:7, 1107–1124.

Brannon, Robert C. (1976) No 'Sissy Stuff': The Stigma of Anything Vaguely Feminine. Teoksessa Deborah David & Robert Brannon (toim.) *The Forty-Nine Percent Majority*. Addison-Wesley, Reading.

Calasanti, Toni (2004) Feminist Gerontology and Old Men. *Journals of Gerontology: Social Sciences* 59B:6, S305–314.

Calasanti, Toni (2003) Theorizing Age Relations. Teoksessa Simon Biggs, Ariela Lowenstein & Jay Hendricks (toim.). *The Need for Theory. Critical Approaches to Social Gerontology for the 21st Century*. Baywood, Amityville, 199–218.

Calasanti, Toni, Pietilä, Ilkka, Ojala, Hanna & King, Neal (2013) Men, Bodily Control, and Health Behaviors: The Importance of Age. *Health Psychology* 32:1, 15–23.

Collinson, David L. (1992) *Managing the Shopfloor. Subjectivity, Masculinity and Workplace Culture*. Walter de Gruyter, Berlin and New York.

Courtenay, William H. (2000) Constructions of Masculinity and Their Influence on Men's Well-being: A Theory of Gender and Health. *Social Science and Medicine* 50:10,1385–1401.
Connell, Raewyn W. (2005) *Masculinities*. 2nd edition. Polity Press, Cambridge.
Harrison, James, Chin, James & Ficarrotto, Thomas (1989) Warning: Masculinity May Be Dangerous to Your Health. Teoksessa Michael S. Kimmel & Michael A. Messner (toim.) *Men's Lives*. Macmillan Publishing Company, New York, 296–309.
Hearn, Jeff (1995) Imaging the Aging of Men. Teoksessa Mike Featherstone & Andrew Wernick (toim.) *Images of Aging. Cultural Representations of Later Life*. Routledge, London, 97–115.
Hytti, Helka (1993) *Työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen yhteiskunnalliset taustatekijät*. Kansaneläkelaitoksen julkaisuja M:87. KELA, Helsinki.
Hänninen, Jorma (2006) Vanhan miehen ruumis ja hegemoninen maskuliinisuus. *Gerontologia* 20:2, 67–74.
Ilmarinen, Juhani (2006) *Pitkää työuraa! Ikääntyminen ja työelämän laatu Euroopan unionissa.* Työterveyslaitos ja Sosiaali- ja terveysministeriö, Helsinki.
Julkunen, Raija (2003) *Kuusikymmentä ja työssä*. SoPhi, Jyväskylä.
Katz, Stephen (2000) Busy Bodies. Activity, Aging and the Management of Everyday Life. *Journal of Aging Studies* 14:2, 135–152.
Katz, Stephen & Marshall, Barbara L. (2003) New Sex for Old. Lifestyle, Consumerism, and the Ethics of Ageing Well. *Journal of Aging Studies* 17:1, 3–16.
Kinnunen, Taina (2001) *Pyhät bodarit. Yhteisöllisyys ja onni täydellisessä ruumiissa.* Gaudeamus, Helsinki.
Kinnunen, Taina (2008) *Lihaan leikattu kauneus. Kosmeettisen kirurgian ruumiillistuneet merkitykset*. Gaudeamus, Helsinki.
Kivimäki, Sanna (2008) Kadonnutta luokkaa etsimässä. *Kulttuurintutkimus* 25:4, 3–18.
Kortteinen, Matti (1992) *Kunnian kenttä: Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona.* Hanki ja jää, Helsinki.
Laz, Cheryl (2003) Age Embodied. *Journal of Aging Studies* 17:4, 503–519.
Marshall, Barbara L. & Katz, Stephen (2002) Forever Functional. Sexual Fitness and the Aging Male Body. *Body & Society* 8:4, 43–70.
McVittie, Chris & Willock, Joyce (2006) "You Can't Fight Windmills". How Older Men Do Health, Ill Health, and Masculinities. *Qualitative Health Research* 16:6, 788–801.
Nikander, Pirjo (2009) Doing Change and Continuity. Age Identity and Micro–macro Divide. *Ageing & Society* 29:6, 863–881.
Ojala, Hanna (2010) *Opiskelemassa tavallaan. Vanhat naiset ikäihmisten yliopistossa.* Tampere University Press, Tampere.
Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (2010) Sosiaaligerontologian näkökulmia sukupuolistuneeseen vanhenemiseen. *Gerontologia* 24:4, 335–344.

Paap, Kris (2006) *Working Construction. Why White Working–Class Men Put Themselves – and the Labor Movement – in Harm's Way*. Cornell University Press, Ithaca and London.
Phoenix, Cassandra & Sparkes, Andrew C. (2009) Being Fred: Big Stories, Small Stories and the Accomplishment of a Positive Ageing Identity. *Qualitative Research* 9:2, 219–236.
Pietilä, Ilkka, Ojala, Hanna, Calasanti, Toni & King, Neal (painossa) Aging Male Bodies, Health and the Reproduction of Age Relations. *Journal of Aging Studies*.
Pietilä, Ilkka & Ojala, Hanna (2011) Acting Age in the Context of Health: Middle-Aged Working-Class Men Talking about the Bodies and Aging. *Journal of Aging Studies* 25:4, 380–389.
Poutanen, Elina (2011) *"Kyllä siinä meni semmonen vuosi, puolitoista ennen kun mä tajusin, että perhana, mullahan onkin kivaa, että mä oon päässy pois". Tutkimus miesten eläkkeelle siirtymisestä ja ikääntymisestä.* Pro gradu -tutkielma. Terveystieteiden yksikkö, Tampereen yliopisto.
Tolonen, Tarja (toim.) (2008) *Yhteiskuntaluokka ja sukupuoli*. Vastapaino, Tampere.
Tulle, Emmanuelle (2007) Running to Run: Embodiment, Structure and Agency Amongst Veteran Elite Runners. *Sociology* 41:2, 329–346.
Twigg, Julia (2004) The Body, Gender, and Age. Feminist Insights in Social Gerontology. *Journal of Aging Studies* 18:1, 59–73.
West, Candace & Zimmerman, Don H. (1987) Doing Gender. *Gender and Society* 1:2, 125–151.

OSIO III

VANHENEVA MIES SOSIAALISISSA SUHTEISSA

Vanhenemme osana perhettä ja muita yhteisöjä. Ihmissuhteilla, kuten sukulaisilla ja ystävillä, on oma tärkeä sijansa siinä, millaisena koemme vanhenemisen. Elämänkulku ja erilaiset elämäntilanteet sekä luovat mahdollisuuksia että asettavat rajoituksia miesten ystävyyssuhteiden toteutumiselle: ystävyys muuttuu iän myötä (Virtanen). Ikääntymisen seurauksena miehen asema myös perheessä muuttuu: ensin pojasta puolisoksi, sitten isästä isoisäksi. Omat kokemukset isyydestä ja ajan tuottamat kulttuuriset muutokset vaikuttavat siihen, miten miehet kokevat ja toteuttavat omaa isoisyyttään (Lumme-Sandt & Lyyra). Vanhenemisen myötä yhä useammin käy niin, että parisuhteen toinen osapuoli sairastuu vakavasti, ja tarvitsee enenevässä määrin puolison hoivaa. Kun miehestä tulee vaimonsa omaishoitaja, parisuhde muuttaa muotoaan. Hoivasuhteen myötä muun muassa perheen sukupuolittuneita työnjakoja joudutaan määrittelemään uudelleen (Kirsi). Tässä osiossa tarkastellaan miesten elämänkulun myötä muuttuvia asemia ystävyys- ja perhesuhteissa.

Ikä ja elämänkulku miesten ystävyyssuhteissa

Ira A. Virtanen

Ystävät ovat elämän suola, sanotaan. Kuten suola, ystävät säilövät ja maustavat elämää. He tuovat arkeen ja juhlaan jotakin erityistä ja välttämätöntä – tukea, iloa, yhteenkuuluvaisuuden tunnetta. Ystävyyssuhteet eivät ole iästä riippuvaisia, sillä kaikenikäisillä ihmisillä on ystäviä. Uusia tuttavuuksia solmitaan lisäksi koko elämänkulun ajan (ks. esim. Nussbaum 1994, 211) ja osa näistä suhteista syvenee ystävyyksiksi, jotka kestävät läpi elämän. Ne ovat ainutlaatuisia, erityisiä suhteita ja kahden ihmisen keskenään vapaasti määrittämiä. Ystävyyssuhdetta kuvataankin useimmiten laatusanoilla vapaaehtoinen, tasavertainen ja vastavuoroinen (Samter 2003, 639).

Ystävyyssuhteet ovat yksilöllisiä, mutta ne eivät kuitenkaan ole muusta sosiaalisesta yhteisöstä irrallisia. Rawlinsia (2009, 9) mukaillen ystävyys on peri-inhimillinen sekoitus yksilön henkilökohtaista itsemääräämisoikeutta sosiaalisessa osallisuudessa. Tavat, joilla yksilöt osallistuvat sosiaaliseen todellisuuteen, poikkeavat tai mukailevat ja vahvistavat kulttuurisia merkityksenantoja. Esimerkiksi ystävyys

naisen ja miehen välillä puhuttaa edelleen: onko suhteessa kyse 'pelkästä' ystävyydestä? Monissa eri kulttuureissa ajatellaan, että miesten ystävyyssuhteet poikkeavat naisten ystävyyssuhteista. Tyypillisesti niin, että naisten välisiä suhteita pidetään syvempinä kuin miesten (esim. Duck & Wright 1993). Miesten ystävyyssuhteita kuvataan toisinaan pinnallisesti, jolloin niihin viitataan erinäisin etuliittein, kuten äijäporukat, pelikaverit tai muut puhtaasti tekemisen ympärille muodostuneet kaverisuhteet. Miesten ystävyyssuhteille läheisyys ja tuki ovat kuitenkin tärkeitä (Winstead, Derlega & Rose 1997, 118–119), vaikkei niiden rooli olisikaan yhtä suuri kuin naisten ystävyyssuhteissa (Samter 2003, 661). Tässä artikkelissa kuvataan ystävyyssuhteiden merkitystä suomalaisen miehen elämänkulussa.

Ystävyyttä on sosiaalitieteissä tutkittu yllättävän vähän, huomattavasti vähemmän kuin perhesuhteita. Suurin osa varhaisista ystävyyden tutkimuksista on koskenut keski-ikäisiä amerikkalaisia naisia – ja ikääntyneitä naisia on tutkittu muutoinkin enemmän kuin miehiä (Allan 1989, 102–103). Miesten ystävyssuhteita käsittelevät kirjoitukset alkoivat lisääntyä 1990-luvulla ja niissä on tarkasteltu miestenvälisiä suhteita muun muassa luokan, etnisyyden tai seksuaalisuuden näkökulmasta (esim. Allan 1998, Flood, Gardiner, Pease & Pringle 2007, Kaplan 2006, Nardi 1992; 1999, Walle 2007). Kulttuurilla ja sosiaalisilla rakenteilla on oma vaikutuksensa käsityksiin sukupuolesta, iästä (Moen 2001, 180) sekä ystävyyssuhteiden verkostosta ja sen vuoksi ystävyystutkimusten tulokset ovat enemmän tai vähemmän kulttuurisidonnaisia (ks. Allan 1996, Winstead, Derlega & Rose 1997, 119). Esimerkiksi kiinalaisessa kulttuurissa ystävä-termi viittaa suhteen laatuun, mutta ei kerro tärkeästä sosiaalisesta ja suhdehistoriallisesta ulottuvuudesta, kuten siitä, onko ystävyys syntynyt työ- tai opiskelukontekstissa (Smart 1999). Erityisen vähän tiedetään siitä, miten miesten ystävyydelle antamat merkitykset muuttuvat iän myötä. Tämä tutkimus pyrkii vastaamaan edellä mainittuun tyhjiöön.

Tässä artikkelissa paneudutaan laadullisia menetelmiä hyväksikäyttäen suomalaisten miesten kokemuksiin elämänkulusta ja ystävyyssuhteista. Aineisto koostuu 25 eri-ikäisen miehen haastatteluista.

Ystävyyssuhde nähdään artikkelissa interpersonaalisena vuorovaikutussuhteena, johon molemmat suhteen osapuolet vaikuttavat ja tuottavat sen merkityksiä. Yksilön käsitys ystävänä olemisesta on samalla myös subjektiivinen kokemus. Tämä kokemus elää ajassa ja suhteen muutoksissa. Elämänkulku ja käsitys omasta ystäväidentiteetistä ovat siksi luonteeltaan sekä yksilöllisiä että sosiaalisesti jaettuja. Tässä artikkelissa miesten elämänkulkua ei tarkastella sosio-historiallisesta tai rakenteellisesta näkökulmasta (vrt. Hagestad & Dannefer 2001), vaan ystävyyden kokemusta lähestytään yksilön elämismaailman kautta hänen itsensä kuvaamana (ks. myös Ojala & Pietilä, tämä kirja).

Artikkelissa kysytään ensiksi, miten eri-ikäiset miehet kuvaavat ystävyyssuhteitaan ja niiden muutoksia. Kysymyksellä pyritään selvittämään, onko eri-ikäisten miesten välillä havaittavissa eroja siinä, millaisia merkityksiä ystävyyssuhteille ja niiden muutoksille annetaan. Toiseksi kysytään, millaisin eri tavoin miehet jäsentävät ikääntymistä osana ystävyyssuhteita. Näin pyritään tavoittamaan tapoja, joilla iästä, ajasta, ikääntymisestä ja elämänvaiheista puhutaan, sekä selvittämään sitä, millainen merkitys ystävyyssuhteilla on elämänkulussa.

Ystävyyden elämänkaari

Ystävyyssuhteet ovat sosiaalisessa todellisuudessa havaittavia suhteita, joita ei kuitenkaan määritä välineelliset tai sopimukselliset elementit, kuten esimerkiksi avioliittoa tai asiakassuhdetta. Toisin sanoen ystävyyttä määrittää kahden ihmisen välisen siteen *laatu* (Allan 1996, 84). Ystävyyden rajaaminen tieteellisenä käsitteenä on kuitenkin hankalaa muun muassa juuri siksi, että ystävyyden kokemus on niin yksilöllinen ja henkilökohtainen. Silti, vaikka ihmisten ystävyyssuhteet ja kokemukset eroavat toisistaan, suurimmassa osassa suhteita tietyt elementit ovat jaettuja -esimerkiksi se, että ystävät ovat tärkeitä tuen ja seuran lähteitä (Pecchioni, Wright & Nussbaum 2005, 98). Ystävyyssuhteet ovat lisäksi vapaaehtoisia suhteita, joissa ystävien roolit on keskenään neuvoteltu, mutta jotka myös vaativat molempien panosta

(Rawlins 1992, 2009). Ystävyyssuhteissa korostetaan samanarvoisuutta. Samanarvoisuus todentuu hierarkiattomuudessa ja siinä, että usein ystävät ovat samanikäisiä, heidän yhteiskunnallinen asemansa on samankaltainen ja he omaavat yhdenmukaisia arvoja, vaikkei se olekaan täysin välttämätöntä (Bell 1981, 10, Nussbaum 1994, 210).

Vaikka osalle ihmisistä parhaimpia ystäviä ovat ne, jotka ovat helposti tavoitettavissa tai fyysisesti lähellä, ei yhdessä vietetyn ajan määrä kerro kaikkea suhteen läheisyydestä. Allanin (1989, 93) mukaan esimerkiksi varauksetonta yhteyttä kasvokkaisviestinnän ja ystävyyden läheisyyden välillä ei esiinny. Jos ystävyyssuhteen laadulliset kriteerit täyttyvät, eivät elämäntilanteen muutokset vaikuta kaikkein läheisimpinä pidettyihin ystävyyssuhteisiin. Ystävyys valitaan (Adams & Blieszner 1989, 11) toisin kuin sukulaissuhteet, jotka perustuvat suurelta osin geneettisille siteille ja voivat olla ritualistisempia kuin ystävyyssuhteet (Pecchioni, Wright & Nussbaum 2005, 98). Tämä ei kuitenkaan sulje pois sitä, etteivätkö myös sukulaiset, puoliso tai sisarukset voisi toimittaa ystävän roolia ja usein he niin tekevätkin. Ystävyyden kokemus perustuu suhteen jatkuvaan uudelleen arviointiin (Allan 1981, 30) ja on siksi suhde, joka edellyttää halukkuutta vuorovaikutukseen.

Vuorovaikutuksen rooli onkin hyvin keskeinen sekä ystävyyssuhteiden syntymisessä että niiden ylläpidossa. Ystävyyssuhteet syntyvät, koska keskinäinen vuorovaikutus on henkilökohtaisesti palkitsevaa (Bell 1981, 10). Jotta ystävyyssuhteita voidaan luoda ja ylläpitää onnistuneesti, osapuolten tulee omata vuorovaikutustaitoja, kykyä lohduttaa ja tukea, kertoa itsestään ja elämästään, saada toinen viihtymään, mutta osata myös selvittää keskinäisiä konflikteja (Samter 2003, 638, Spencer & Pahl 2006, 59). Ystävyyssuhteisiin liittyy siis myös vaikeuksien ja negatiivisten tunteiden hallintaa. Suhteet, joissa ystävyyttä käytetään hyväksi esimerkiksi rahallisesti tai ponnahduslautana, jotta päästäisiin kiinni toisen ihmisen sosiaaliseen pääomaan, ovat yleensä lyhytkestoisia (Pecchioni, Wright & Nussbaum 2005, 98–99). Ystävät neuvottelevat, sanallisesti ja sanattomasti, kuinka

paljon he viettävät aikaa yhdessä, mitä he tekevät yhdessä ja mitä heidän ystävyyteensä ylipäänsä kuuluu.

Tässä artikkelissa keskitytään aikuisiän ystävyyssuhteisiin. Samterin (2003) ansiokkaan meta-analyysin mukaan aikuisten ystävyyssuhteita on tutkimuksissa tyypillisesti jaettu nuorten aikuisten, keski-ikäisten, nuorten-vanhojen ja vanhojen-vanhojen kategorioihin. Aikuisiän kynnyksellä olevat nuoret pitävät ystävyyssuhteiden rakennuspalikoina jaettua tukea, vastavuoroisuutta, välittämistä ja ymmärretyksi tulemista. Ystävät puhuvat 'samaa kieltä' ja sen seurauksena kokevat, että he voivat olla 'oma itsensä'. Nuorille aikuisille puhuminen on tärkeää ystävyyssuhteissa ja se siivittää yhdessä vietettyä aikaa. Vuorovaikutus voi olla hyvin tiivistä, koska sillä on merkittävä funktio: itsen ymmärtäminen. Sen voi saavuttaa niin, että kertoo itsestään toiselle rehellisesti läheisissä ystävyyssuhteissa.

Vanhimpien ihmisten ystävyyssuhteet eroavat merkittävästi nuorempien aikuisten suhteista (Samter 2003). Ne eivät enää ole yhtä intensiivisiä, vaikkakin tärkeitä. Vanhemmalla iällä läheiset ystävyyssuhteet ovatkin osoitus ystävien henkilökohtaisesta vahvuudesta ja erityislaadusta (Allan 1989, 93–95). Siebert, Mutran ja Reitzes (1999) totesivat tutkimuksessaan, että eläkeikää lähestyvillä ihmisillä sitoutuminen ystävyyteen ja vahva ystäväidentiteetti lisäsivät heidän hyvinvointiaan. Sukupuoli tai siviilisääty ei vaikuttanut tuloksiin. Vanhempien ihmisten ystävyyssuhteet ovat merkityksellisiä jo senkin vuoksi, että ne ovat usein kestäneet pitkään; ihmissuhteet tuovat elämään kokemuksen jatkuvuudesta. Samter (2003) tarkentaa, että vanhimmilla ihmisillä läheisyys, tuki tai tunteiden käsitteleminen eivät enää näyttele yhtä suurta roolia kuin nuoremmilla. Ennemminkin seura ja virikkeet korostuvat. Tämä osaltaan selittää sen, miksi vanhemmat ihmiset hyväksyvät lähipiiriinsä ihmisiä, joiden kanssa sitoutuneisuus, tuki ja yhteisymmärrys eivät välttämättä saavuta syvintä mahdollista tasoaan. Hioutunut sosiaalinen kyvykkyys ja sujuvampi mukautuminen ympäristön vaatimuksiin saattavat puoltaa keventyvää ystäväkategorisointia.

Miesten ystävyyssuhteet

Määrällisesti tarkasteltuna yhdysvaltalaisissa ja brittiläisissä tutkimuksissa on havaittu, että jo varhaisesta iästä alkaen pojilla olisi enemmän ystäviä ja laajempi verkosto kuin tytöillä (Allan 1996). Määrä ei kuitenkaan kerro ystävyyssuhteiden laadusta tai siitä, millaisia funktioita eri sukupuolet antavat ystävyydelle. Samterin (2003, 652–653) mukaan teini-ikäiset pojat mieluiten pelaavat pelejä ja urheilevat yhdessä. Samat mieltymykset on nähtävissä myös nuorten miesten välisissä suhteissa. Nuoret naiset puolestaan korostavat puhumisen merkitystä ystävyyssuhteissaan. Naisten ilmaisullisuus ja tunnepuhe esiintyvätkin tutkimusasetelmissa usein miesten välineellisyyden ja toiminnallisuuden vastapuolena. Migliaccio (2009) pyrki tutkimuksellaan todentamaan, miten miesten ystävyyssuhteita rakennetaan maskuliinisilla performansseilla, kuten fyysisellä ja henkisellä vahvuudella. Tätä tehtävää varten hän vertasi Yhdysvaltojen armeijassa työskentelevien ja alakoulun opettajien arvioita vuorovaikutuksesta ystävyyssuhteissa. Johtopäätöstensä mukaan miesten vuorovaikutus ystävien kanssa on osa laajempaa maskuliinisuuden performanssia, jolla tarvittaessa kompensoidaan feminiinisen ammatin, kuten opettajuuden, vaikutusta henkilökohtaiselle maskuliinisuuskäsitykselle.

Bowmanin (2008) tutkimus esittää hyvin erilaisia päätelmiä. Hän selvitti ystävyyssuhteiden läheisyydelle keskeisen viestintätavan – itsestä kertomisen – suhdetta sukupuolirooleihin identifioitumiseen. Tulokset osoittavat, ettei miesten ystävyyssuhteiden viestintä ole helposti määriteltävissä maskuliinisen tai feminiinisen rooliodotuksen mukaan. Vaikka maskuliinisen rooliodotuksen omaavat miehet välttävätkin jakamasta itseään koskevaa negatiivista tietoa, itsestä kertovien aiheiden laajuuteen sillä ei ollut vaikutusta. Samaa sukupuolta olevissa ystävyyssuhteissa sekä miehet että naiset ilmaisevat itseään avoimesti (Duck & Wright 1993) ja myös miehet puhuvat henkilökohtaisista asioista ja ratkovat ongelmia keskenään (ks. Soilevuo Grønnerød 2004).

On selvää, että miehillä on läheisiä ystävyyssuhteita toisten miesten kanssa. Läheisten ystävien määrä saattaa olla vähäisempi kuin

naisilla, mutta niiden merkitystä ei voi sukupuolen perusteella asettaa kyseenalaiseksi. Miehet arvostavat ystävyyssuhteitaan, sillä he saavat niistä tukea ja voivat puhua ystävilleen tunteistaan ja ongelmistaan (Virtanen & Isotalus 2010). Samterin (2003, 662 663, 671) mukaan jokaisessa ikävaiheessa miesten ja naisten ystävyyssuhteiden samankaltaisuus on merkillepantavampaa kuin eroavaisuudet. Molemmat sukupuolet myös tutkitusti kärsivät ystävyyssuhteiden puutteesta (Ojala & Kontula 2002). Nuoret aikuiset miehet ja naiset kertovat kasvaneesta yksinäisyyden ja masennuksen tunteesta, jos heillä on heikkolaatuisia ystävyyssuhteita tai ei ystäviä lainkaan (Samter 1994). Tutkimuskirjallisuudessa on löydettävissä viitteitä siitä, että muutos miesten ystävyyssuhteissa tapahtuisi vanhimpien miesten kohdalla (esim. Field 1999; Wright & Patterson 2006). Aiheesta on kuitenkin vielä varsin vähän tutkimustietoa.

Haastatteluaineisto ja sen analysointi

Tämän artikkelin tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla 25 suomalaista pääkaupunkiseudulla asuvaa eri-ikäistä miestä. Miesten iät vaihtelivat 21 vuodesta 67 vuoteen (ka = 41, Md = 37). Enemmän avoimen kuin strukturoidun kaltaisissa teemahaastatteluissa miehiltä kysyttiin tyytyväisyydestä elämään, ystävyyssuhteiden merkityksestä ja niissä viestitystä sosiaalisesta tuesta. Aineistoa kerättäessä miehiltä ei kysytty suoraan elämänkulusta, ikääntymisestä tai ystävyyssuhteiden muutoksesta. Tästä huolimatta aika, paikka ja yhtälailla ystävyyssuhteiden säilyminen kuin muuttuminenkin esiintyivät aineistossa selkeänä.

Haastattelut koodattiin aineistolähtöisesti merkitysyksiköihin eli koodeihin käyttäen hyväksi laadullisen aineiston analyysiohjelmaa, ATLAS.tia. Ensimmäisessä analyysivaiheessa havaittiin, että miesten ystävyyssuhteet olivat sidoksissa paikkaan. Seuraavalla analyysikierroksella myös alustavat havainnot ikääntymisen tuomista sosiaalisista muutoksista vahvistuivat. Ikää koskeva puhe sai omat alakoodinsa, kun taas ystävyyssuhteen tärkeyttä kuvaava puhe jäsennettiin tekemi-

sen ja tuntemisen koodeihin. Ensiksi koodeja käsiteltiin yhtenäisenä merkitysjoukkona, jotta löydettäisiin yhdistäviä tekijöitä eri-ikäisten ja samassa elämäntilanteessa olevien miesten kesken. Lähempään tarkasteluun poimittiin ne haastattelut, joissa ikääntymiselle annettiin sanallisia merkityksiä ja ne, joissa miehen tulkittiin sijoittavan merkityksenantonsa muutoksen, ajan, menneisyyden tai tulevaisuuden horisonttiin.

Miesten puheessa käsitteet, joilla ystävyyden toiseen osapuoleen viitattiin, vaihtelivat. 'Hyvä ystävä', 'ystävä' ja 'kaveri' olivat yleisimpiä, kuitenkin vain yhden miehen ilmoittaessa, että ystävä-termi on naisten välisiä suhteita varten. Suurimmalle osalle miehistä ystävät olivat tärkeitä, jopa välttämättömiä. Miehille ystävät näyttelivät viihtymisen sekä välineellisen ja tiedollisen tuen lisäksi henkisen hyvinvoinnin lisääjän roolia. Seuraavissa luvuissa tarkastellaan aineistoon pohjautuen miesten käsityksiä ystävyyssuhteista ja elämänkulusta. Tarkastelu on jaoteltu neljään ikäkategoriaan analyysin perusteella: nuoret miehet (20+ v.), ruuhkavuosien miehet (30+ v.), keski-ikäiset miehet (45+ v.) ja vanhemmat miehet (60+ v.).

Nuoret miehet: ystäväpiiri rajautuu väistämättä

Nuorille miehille ystävyyssuhteet olivat tärkeitä ja samaan aikaan väistämättömän muutoksen kohteena. Heidän puheessaan muutos tuli niin sanotusti ulkoapäin eli oli sosiaalisesti motivoitu ja jotakin, johon miehet koettivat sopeutua. Näistä merkityksellisimpiä olivat fyysisen elinpaikan muutos ja parisuhteen aloittaminen. Ensiksikin osalla parisuhteen vakavoituminen vei ystävien kanssa jaettavissa olevasta ajasta yhä kasvavan osan. Ystävyyssuhteet säilyivät silti olennaisen tärkeinä miehen sosiaaliselle olemassaololle. Marko (27 v.)[1] avaa ajatuksiaan seuraavasti:

1. Aineisto-otteiden yhteydessä ilmoitetaan kyseisen miehen ikä ja pseudonyymi.

> On ne kamalan tärkeitä. On se, no, ristiriitasta sikäli, että jos miettii, että nytten kun on alottanut työt, ni se on vienyt oikeestaan kaiken ajan ja energian. Mutta oikeesti en ajattele niin, että työ on kaikkein tärkeintä, vaan että ensimmäisenä olis sitte niinkun parisuhde ja perhe. Joko niinku tuleva oma perhe tai sitten se oma tausta, mistä tulee. Ja sit ystävät. Koska varmaan, jos ei niitä olis, niin sit ei olisi mitään. (Marko)

Myös Kalle (26 v.) vertaa ystävyyssuhteen tärkeyttä parisuhteen tärkeyteen ja ajattelee, että iällä on siinä eniten tekemistä. Kallelle parisuhde on jotakin muuta kuin ystävyys ja täyttää erilaista funktiota nuoren miehen elämässä.

> Ehkä ystävyys on tärkeempää kuin parisuhde. Ainaki mun näkövinkkelistä, vieläkin ehkä. [ ] Mut yleensähän parisuhde on kuitenkin lähtökohtaisesti huomattavasti lyhyempi kuin mitä on kaverisuhde. Varsinkin sanotaan nyt mun ikäiselleni ihmiselle. Ehkä se tulee siitä vaan, että sitä tuntee paremmin ehkä vielä ne ystävät kuin mitä tuntee oman puolikkaansa, niin tota. Ehkä se iän myötä muuttuu sitte taas, että se parisuhde muuttuukin enemmän ystävyydeksi. (Kalle)

Toiseksi analyysi osoitti, kuinka ystävyyssuhteet olivat sidoksissa paikkaan. Nuoret miehet olivat muuttaneet opiskelemaan ja siksi pois kotiseudulta tai työn perässä kaupunkiin. Ystävien kanssa vietetty aika ja järjestäytymättömät tapaamiset olivat nopeasti muuttuneet sovittaviksi ja sovitettavaksi. Suhteiden olemassaolosta miehet puhuivat viittaamalla niiden syntypaikkaan, nykyiseen asuinpaikkaan ja maantieteelliseen etäisyyteen. Välimatka ei ollut täysin ongelmatonta, koska totuttuihin ystävyyssuhteiden käytäntöihin, erityisesti kasvokkaiseen vuorovaikutukseen, oli vähemmän mahdollisuuksia. Soitteleminen tai sähköiset kanavat eivät korvanneet yhdessä vietettyä 'hengailuaikaa'.

Nuoret miehet joutuivat mukauttamaan tapoja, joilla he ylläpitivät lapsuudessa solmittuja ystävyyssuhteita. Tämä korostaa entises-

tään elämänmuutosta ja vaatii opettelemaan irtipäästämistä. Kaikilla miehillä ystävyyssuhteet eivät olleet kestäneet muutospaineissa yhtä tiiviinä. Myös uusien ystävyyssuhteiden luominen todettiin hankalammaksi iästä ja/tai paikasta johtuen. Kalle (26 v.) oli muuttanut pieneltä paikkakunnalta pääkaupunkiseudulle ja huomannut, että uusien ystävien löytäminen ei ollut yksinkertaista. Kysyttäessä, oliko tämä kokemus enemmän paikka- kuin ikäkysymys, hän vastasi sen liittyvän ikään.

> No, se on itse asiassa vahvastikin se ikätekijä. Koska mun mielestä, jos ois nuorempana, tai mulle tulee muutenkin harrastusten kautta, aina tullut kaverit, niin se on helpompi mennä nuorisoharras-, tai nuorena harrastaa, kun siinä on se ikäporukka. (Kalle)

Nuorten miesten porukoissa on mahdollista tutustua laajemmin myös kavereiden kavereihin ja ystävyyssuhteet pääsevät muodostumaan vapaammin. Kun tapaamisia alkaa säädellä rajallinen aika ja arjen lisääntyvät velvollisuudet, ystävien näkeminen supistuu yhä useammin kahdenkeskiseen, sovittuun näkemiseen.

Kevin (21 v.) oli kohdannut samankaltaisia muutoksia. Hän oli juuri muuttanut opiskelemaan toiselle paikkakunnalle, mutta kaipasi ystävien kanssa kahvittelua ja oleskelua tutussa kohtaamispaikassa. Sekä paikan että siviilisäädyn muutos haastaa totutut ystävyyssuhdekäytännöt ja vaatii niiden uudelleenneuvottelua. Alla olevassa otteessa Kevin kertoo ystävänsä kanssa käymästään keskustelusta.

> Ja tota, sanoin vaan, että ”mitä jos mä tulisin [käymään kotipaikkakunnalla]?”. Ja sit se oli sillai, että ”tuu ihmeessä”. Mä olin sillä varauksella, että ”jos mulla nyt on töitä sillon, niin mun pitää vielä se tarkistaa. Tai ei haittaa sitten tyttöystävää täällä, että mä lähden sinnepäin”. (Kevin)

Muutoksen edessä miehen katse on molempiin suuntiin, menneeseen ja tulevaan. Nuoret miehet saattavat kohdata samanaikaisesti lukuisia uusia haasteita, kuten opiskelun tai työn aloittamisen, omaan asuntoon muuttamisen ja taloudenpidon opettelun, sekä irtautumisen perheestä ja tutusta ympäristöstä. Uusi elämänvaihe tuo mukaan epävarmuutta ja haasteellisia päätöksentekohetkiä. Haastattelupuheesta erottuu se, että elämänvalinnat tehdään omien arvojen tai hyvinä pidettyjen ideaalien mukaan. Opiskeleminen, työskenteleminen ja parisuhteen aloittaminen nähtiin tavoitteina, joita kohti 'luonnollisesti' liikutaan. Ystävyyssuhteet joko kestävät läpi nämä vaiheet tai tulevat päätöksenseensä muutosten paineessa.

Ruuhkavuosien miehet: ystävyyssuhteet koetuksella aikarajoitteiden vuoksi

Niille miehille, joiden elämässä asuinpaikka ja työelämä olivat vakiintuneet, parisuhde näyttäytyi ensisijaisimman huomion kohteena ja siihen käytettiin eniten aikaa. Sami (37 v.) on kahden alle 10-vuotiaan lapsen isä ja käy iltatöissä. Hän oli tehnyt tietoisen valinnan, ettei pitänyt enää niin paljon yhteyttä "hulivilivuosien aikaisiin ystäviin". Nämä ystävät olivat jatkaneet vauhdikasta elämää, jota Sami piti ikäisilleen epäkypsänä käyttäytymisenä. Hänelle ystävyyden ylläpitäminen tapahtui enää lähinnä muuttoavun tai muun vastavuoroisen, välineellisen tuen kautta.

> Onhan ne [ystävät] tärkeitä, mutta kyllä mulle kaikkein tärkein on kummiskin koti ja työ. Että se on se ykkösjärjestys. (Sami)

Samin haastattelussa kuului, kuinka vaimo oli hänelle sekä ystävä että puoliso. Esimerkiksi kysyttäessä, mikä ystävien tukemisessa on haastavinta, hän viittasi vaimoonsa ja sanoi, että anteeksi täytyy osata pyytää.

Teemulle (33 v.) perheellisen ihmisen elämäntilanne näyttäytyi hieman erilaisena. Hänen lapsensa olivat vielä hyvin pieniä ja hän

keskittyi arjen pyörittämiseen ja siinä jaksamiseen. Ystävät olivat Teemulle vastapainoa työlle ja kotielämälle: ”Totta kai, hyvin tärkeitä, pääsee välillä pois kotoa (nauraa)!” Kuitenkin myös Teemu kertoi, että hänen tekemänsä valinnat olivat sitä, mitä hän toivoi ja mikä pohjimmiltaan tuotti tyytyväisyyttä elämään. Teemu uskoi, että hänen nykyinen elämäntilanteensa, jossa ystäville oli jopa liian vähän aikaa, olisi vain ohimenevä vaihe, joka muuttuisi ajan myötä.

Myös täysin toisenlaisia kokemuksia kerrottiin. Yksin elävä Sampo (37 v.) toivoi, että saisi viettää enemmän aikaa ystävien kanssa. Hänen ystävänsä olivat sitoutuneet parisuhteisiin ja Sampon puheessa oman parisuhteen kaipuu ja varattujen ystävien poissaolo arjessa kuuluivat selkeästi. Sampo kertoi viettävänsä eniten aikaa naispuolisten ystäviensä kanssa. Tähän oli erityisenä syynä se, että hänen läheisin miespuolinen lapsuudenystävänsä vietti nykyisellään kiireistä perhe-elämää. Ystävyyssuhteet naisten kanssa saattavat myös helpottaa parisuhteen kaipuuta, joka näkyy alla olevasta lainauksesta, jossa Sampo kuvaa toiveitaan.

> Tai ehkä vielä enemmän se, että se kanssakäyminen olis niinkun, tää on ehkä tyhmä sana, mutta arkista. Et se olis semmosta ihan just tosiaan jokapäiväiseen elämään liittyvää. Nyt se tahtoo olla se elämä sitä, että mä oon töissä paljon ja sitten se loppuaika, jollen mä sit käy jossain tyyliin [harrastuksessa] niin kyl mä sit melkein istun kotona, tai niinku katon telkkaria tai nukun. Että siinä se. (Sampo)

Kaipaamansa lapsuudenystävän kanssa Sampo kertoi esimerkiksi nuorena, hieman yli 20-vuotiaana miehenä, tehneensä ex-tempore-reissun ulkomaille. Tarinasta kävi ilmi, kuinka molempien miesten sinkkuus oli sallinut ystävyyssuhteen pysyä läheisenä ja Sampo oli kokenut voivansa luottaa ystävään vähäpätöisimmissäkin asioissa. Nyt Samposta tuntui, että suhteen vastavuoroisuus oli hiipunut.

Lähes Sampon kanssa saman ikäinen, mutta parisuhteessa elävä, Kari (39 v.), vastasi seuraavalla tavalla kysyttäessä, miten tärkeinä hän pitää ystävyyssuhteitaan:

> Sekin on silleen vähän kaksjakosta, et ne on niinkun välttämätöntä, et niitä on olemassa. Mut et en välttämättä koe, että mun pitää olla joka viikko yhteydessä silleen syvällisesti ystäviin ja vaihtamassa kuulumisii. Mut siis on ne tietysti välttämättömiä. Eihän sitä yksin voi niinku elää. Tai silleen, et käpertyy tämmöseen yhteen talouteen ydinperheen kanssa ja sit niinku ajattelee, että tää on kaikki tässä ja mitään muuta ei tarvii olla. Koska se on sit aika kuluttavaa ihan sille perheellekin. Koiralle todennäkösesti. (Nauraa). (Kari)

Karille ”yksin eläminen” on elämää ilman ystäviä. Parisuhde näyttää täyttävän tietyn funktion aikuisen miehen elämässä ja ystävät toisen, mutta näin ei ole kaikkien miesten kohdalla. Yllä esitelty yksinelävä Sampo ei vähätellyt ystävyyssuhteiden merkitystä, mutta parisuhteen puuttuminen voimisti hänen ikäisensä miehen kokemusta arjen tyhjyydestä. Aiemmassa aineisto-otteessa Sami puolestaan totesi ystävän olevan yhtä kuin puoliso.

Kuten nuoret miehet edellä, muutos ystävien kanssa vietetystä vapaasta ajasta jäsentyneempään tai aikataulutetumpaan elämään on läsnä myös Karin (39 v.) puheessa:

> Mä nyt oon ite asunu siis aina [kaupungin] lähiöissä, mut avovaimo asui kuitenkin keskustassa 6 vuotta. Ni sit tavallaan pyöri enemmän keskustassa, jolloin oli helpompaa se, että otti vaikka yhteyttä johonkin, et ”satut sä oleen täällä kulmilla, et mennään vaik istuun jonnekin vähäks aikaa”. Se liittyy ehkä tämmöseen keski-ikäistymiseen, että se liikkeelle lähtö on [nyt] kaikin puolin hankalampaa. (Kari)

Sosiaalisen elämän rajautumiseen tai Karin sanoin ”liikkeelle lähtemisen hankaluuteen” voi kuulua monta tekijää, mutta tuskin kuitenkaan fyysiseen vanhenemiseen liittyviä liikkumisen rajoitteita. On selvää, että ruuhkavuosien miehet tarvitsevat myös yksin olemiseen käytettävää aikaa työltä, perheeltä tai parisuhteelta. Jos aikaa on muutenkin niukasti, voi olla vaikeaa löytää mielekkäitä ajanviettotapoja ystävien kanssa.

Kun Karin (39 v.) ja Sampon (37 v.) puhetta ystävyyssuhteista ja elämänkulusta tarkastellaan rinnakkain, voidaan kysyä, miten tietoisia miehet ovat ystäviensä toiveista. Olettaako parisuhteessa elävä aikuinen mies, että yksinelävällä ystävällä on riittävästi seuraa muista suhteista? Millainen käsitys miehillä on ystävien velvollisuudesta tukea toinen toistaan? Ystävyyssuhteen luonteeseen kuuluu vapaaehtoisuus eikä suhteissa ole tyypillistä esittää vaatimuksia tai raskauttaa ystävää liikaa ikävillä asioilla. Sampo sanoi toivoneensa, että ”tähän ikään olis ollut jo muuta” ja viittasi parisuhteeseen. Hän toivoi arkista yhdessä olemista, mikä haastattelujeni analyysin mukaan toteutuu parhaiten parisuhteessa tai ystävyyssuhteissa nuorten miesten välillä. Tarkemmin sanoen niiden miesten välillä, joilla ei ole sitovia velvollisuuksia, kuten työtä tai vakiintunutta parisuhdetta. Ruuhkavuosien miehille samankaltainen vapaamuotoinen oleilu ei kuitenkaan ole yhtä tyypillistä. Se ero, mikä nuorten ja aikuisten miesten elämänkulussa ja sen vaikutuksella ystävyyssuhteisiin on, löytyy väistämättömyyden ja valinnan välillä. Muutokset tai pyrkimys muutokseen koettiin voimallisemmin tietoisina valintoina ruuhkavuosien miesten kuin nuorimpien miesten elämässä, vaikkeivät ne aina vahvistaneetkaan toivottua tyytyväisyyttä.

Keski-ikäiset miehet: vakiintunut arki tarjoaa ystävyydelle aikaa

Yli neljänkymmenen ehtineet miehet olivat aktiivisessa työelämässä ja työ näyttäytyi arjen aikatauluja voimakkaimmin määrittävänä tekijänä.

Työn rooli elämässä oli keski-ikäisillä miehillä suhteellisen suuri, mutta miesten kuvausten mukaan työ oli tasapainossa ystävyyssuhteiden ja perhe-elämän kanssa. Elämän eri osa-alueet vaativat toki yhteensovittamista, mutta järjestelyjen toimivuus oli haastateltujen miesten mukaan palkitsevaa. Ystävien rooli oli tärkeä ja kokemus ystävien läsnäolosta arjessa huomattavampi kuin esimerkiksi ruuhkavuosien miehillä. Visa (49 v.) pohtii:

> Siis totta kai ystävyyssuhteet on tärkeitä. Nehän, siis perhe ja ystävyyssuhteet, niitä on hirveen vaikee erotellakin. (Visa)

Visan lapset olivat jo kouluikäisiä ja hän kertoi nauttivansa kotona vietetystä ajasta. Ystävät olivat kuitenkin tärkeitä hänen henkiselle hyvinvoinnilleen, sillä he tarjosivat seuraa harrastuksiin ja olivat myös tiedollisen tuen lähteitä esimerkiksi työelämän haasteissa. Keski-ikäisten miesten ystävät olivat enimmäkseen toisia perheellisiä miehiä, jolloin aikaa ja juhlapyhiä vietettiin yhdessä isommalla joukolla.

Esko (59 v.) puolestaan on Visaa kymmenen vuotta vanhempi. Hänen lapsensa olivat jo itsenäistyneet ja muuttaneet pois kotoa.

> Nyt sitä huomaa, että ei ole vaimollekaan niin paljon enää 30 vuoden jälkeen puhuttavaa, että! (Nauraa) Kyllä se on ne muutamat hyvät ystävät ja miehet, joille sitte, joiden kanssa on niinku ja pidetään juttua. (Esko)

On mahdollista, että kodin hiljennyttyä eli kun vastuuta ja velvollisuuksia lapsista ei enää ole samassa määrin kuin aiemmin, aikaa on enemmän muillekin ihmissuhteille. On myös todennäköistä, että miehille tulee tarve uudelleen määrittää omaa elämäänsä. Mahdollisesti pitkäänkin kestänyt parisuhde ei välttämättä yksin tuota kokemusta kokonaisesta itsestä. Vuorovaikutus ja oman elämän pohdinta ystävien kanssa vastaa tähän tarpeeseen.

Eskon (59 v.) kokemus elämänvaiheestaan on mielenkiintoisella tavalla sekä keski-ikäisten miesten että vanhimpien miesten välimaastossa. Yhtäältä hän sanoo nauttivansa mieskavereiden kanssa vietetystä ajasta ja vaikka työelämästä saadut kaverit ovatkin alanvaihdon kautta karsiutuneet, lapsuuden ystävien kanssa vietetty aika on hänelle erittäin merkityksellistä. Samaan aikaan Esko viittaa tapaamisiin ja tekemisiin, joissa sukulaiset tai toiset perheet kohtaavat.

> Se on jännä, kun sitä huomaa tällä iällä, että miten ne asiat menee, että. Ystävyyssuhteet on ensin töistä, kun paahdetaan. Ja sitte hiekkalaatikolta tai lasten harrastuksista ja sitten seuraavaksi koululuokilta, lasten koululuokilta, ni tutustuu ja sitte niiden juttuja ja ehkä jotku naapurit. [ ] Mutta helposti, kun tulee lapsia niin alkaa niiden mukaan se elämä muokkautua. Lapsia tai sit jos on lastenlapsia. Nyt sitä seurustellaan sitten vain niiden kanssa, jotka on samassa tilanteessa. (Esko)

Eskon (59 v.) puhe vahvistaa edelleen ruuhkavuosien miehen Sampon (37 v.) ikävän kokemuksen ikääntymisestä sosiaalisissa suhteissa: ne, joilla on parisuhde ja/tai perhe, viettävät aikaa keskenään. Koska ystävät ovat usein samanikäisiä ja samankaltaisissa elämäntilanteissa, se tarkoittaa, että monilla aikuisilla ja keski-ikäisillä miehillä on parisuhde tai perhettä. Kun sitä ei ole, mies on vaarassa jäädä yksin. Tyytymättömyyden aiheita ovat toteutumattomat toiveet ja odotukset, mutta myös rajalliset sosiaaliset mahdollisuudet esimerkiksi tapaamisiin vain ystävien kesken.

Vanhimmat miehet: ystävät tuovat elämään sopivasti virikettä

Haastatelluista miehistä kolme oli ylittänyt 60 vuoden rajapyykin. Vain yksi heistä oli eläkkeellä. Miesten ystävyyssuhteille antamista merkityksistä ja käytännöistä oli kuitenkin löydettävissä enemmän yhtäläisyyksiä kuin eroja. Topi (67 v.) vahvistaa, että vuorovaikutuksella

on ystävyyttä ylläpitävä tehtävä, mutta ystäviä ei välttämättä tarvitse tavata viikoittain tai soitella heille säännöllisesti. Ystävien tapaaminen tuo tervetullutta vaihtelua arkeen, vaikkakin kaikki tutkimuksessa haastatellut vanhemmat miehet kertoivat olevansa ”muutenkin aktiivisia”. Topi avaa ystävyyssuhteiden merkitystä seuraavasti:

> Kyl ne on tärkeitä, et muutenhan niitä ei tulis ylläpidettyä. Kyllä niillä on oma tuota merkityksensä ja ne antaa tietyllä tavalla virtaa. Ja tuota, sitten tuottaa sellasia odotukset siihen, että se on tärkeätä, että mitä odotat tällä viikolla, tänään, ensi kuussa tapahtuvan. (Topi)

Lastenlapsiin käytetty aika vie aikaa ystävyyssuhteilta, mutta tätä vanhimmat miehet pitivät luonnollisena kehityksenä. Omia lapsia halutaan auttaa ja heidän elämäänsä helpottaa tietäen, mitä kiireisimmät vuodet pienten lasten kanssa vaativat. Sen lisäksi puolison kanssa on yhteisiä projekteja, kuten kodinlaittoa ja kesämökillä olemista, tai kuten Einari (63 v.) asian ilmaisi – työleirejä. Kysyttäessä, onko ystävien läheisyysasteessa eroja, Einari vastasi jäsentämällä mennyttä elämäänsä:

> On ja ei. Elämänvaiheethan kovin sitä säätelee. Nuorena ja sanotaan elämänvaiheena ihan selkeesti, täsmällisesti ennen lapsia ja nyt, olkoon se vaihe nyt sitten ennen avioliittoa, niin silloinhan se elämä suuntautui ulospäin ja oli senkaltaista laajempaa ystäväpiiriä, kulkemista. Sit kun lapset syntyivät, niin ne sitoivat ne omat läheiset, lähipiiri. Ne sitoivat tosi paljon. Se sitominenhan on tosi positiivista, valtaosaltaan. Onhan siinä raskaita vaiheita. Mutta sit syntyy tämä lähipiiri. Ja se vie tietysti nyt, kun ajattelee. Nyt työelämässä on kuitenkin pitkän osan päivää, myös matkoja. [ ] Niin niin, se aika mikä sitten on käytettävissä niinkun tähän ystäviin ja muihin, niin se kapenee. Vielä kun ottaa huomion tämmösen työleiristönkin. (Einari)

Einarin tiivistys tukee aiempia havaintoja, joita nuorten, ruuhkavuosien ja keski-ikäisten miesten haastatteluaineistoista löydettiin. Nuorilla miehillä on eniten aikaa ja toisaalta myös itseilmaistua tarvetta olla ystävien kanssa. Ruuhkavuosien miehet puolestaan suuntaavat energiansa parisuhteen ja/tai perheen perustamiseen tai sen ylläpitoon, ja keski-ikäiset miehet potentiaalisesti elävät elämää perheen ja työn ehdoilla.

Eräs keskeinen yli 60-vuotiaita miehiä yhdistävä tekijä oli ystävien tapaaminen yhdessä oman kumppanin kanssa tai ”vanhanaikaisen kyläilykulttuurin” harrastaminen pariskunnittain, kuten Niilo (67v.) tapaa kuvasi. Kyläilykulttuuri oli tunnistettavissa myös muiden vanhimpien miesten tavoista kuvata ystävyyssuhteitaan. Käytettävissä oleva aika ja mielenkiinnonkohteet määrittävät selvästi ystävyyssuhteita. Vanhemmilla miehillä ystävyyttä myös ylläpidetään muita ikäryhmiä selvemmin yhdessä kumppanin kanssa. Aineiston perusteella on vaikea sanoa, miten niille miesten ystävyyssuhteille käy, joiden yhdistävänä tekijänä on ollut työ.

Miehet voivat hakea ystävältä myös tukea ja vahvistusta. Vanhimmat miehet eivät kuitenkaan puhuneet laajasti tuen tarpeesta tai viitanneet elämän epävarmuuksien hallitsemiseen ystävien avulla. On mahdollista, että elämänkumppanilta saatu tuki riittää ja että mies on oppinut tuntemaan itsensä tehdäkseen itselleen sopivimmat ratkaisut ilman suurempaa tarvetta toisten neuvoille. Neljän- ja viidenkymmenen ikäisille miehille välineellinen tuki, kuten remonttiapu ja kodin rakentamiseen liittyvät asiat olivat tyypillisimpiä yhdessäkin tehtyjä asioita. Perheelle omistetun, välttämättömäksi koetun ajan jälkeen, usein lasten kasvettua, tiedollinen tuki ystäviltä liittyi esimerkiksi työelämän ratkaisuihin ja oli siksi tärkeää. Sama tiedollinen tuki on olennaista myös ruuhkavuosien miehille, vaikkakin heidän puheessaan perheeseen liittyvät asiat olivat eniten esillä. Nuorille miehille puolestaan omaan itseen ja sosiaaliseen hyväksyntään liittyvä tuki näyttäytyi merkityksellisimpänä.

Miesten elämänkulun kuvattu tavanomaisuus ja ainutlaatuiset ystävyyssuhteet

Tässä artikkelissa olen pyrkinyt kuvaamaan eri-ikäisten miesten ystävyyssuhteille antamia merkityksiä ja niiden muutosta osana heidän elämänkulkuaan. Suomalaisten miesten kuvaukset ystävyyssuhteista olivat samankaltaisia kuin amerikkalaisissa (Grief 2009, Matthews 1986) ja brittiläisissä (Allan 1981; 1996) tutkimuksissa. Tulokset osoittavat, että ystävyyssuhteet ovat kaikenikäisille miehille tärkeitä, mutta niiden merkitys on erilainen eri elämänvaiheissa. Suomalaisen miehen elämässä tapahtuvat perin normatiiviset muutokset, kuten perheen perustaminen, heijastuvat merkillepantavasti ystävyyssuhteisiin. Näitä muutoksia selitetään ikään liittyvillä sosiaalisilla odotuksilla sekä miehen omilla toiveilla (ks. myös Matthews 1986, 151). Vaikka ystävät ovatkin miehille hyvin merkityksellisiä, niihin kohdistuu työtä, perhettä ja parisuhdetta enemmän joustavuuden odotuksia.

Tuloksista erottuu, miten miesten ystävyyssuhteet muuttuvat selkeimmin parinmuodostamisen ja perheellistymisen seurauksena (ks. myös Moen 2001). Näin oli myös välillisesti niillä miehillä, joilla ei ollut omaa kumppania. Tämä kertoo siitä, että ystävyyssuhteet ovat vahvasti sidottuja muuhun sosiaaliseen elämään sen lisäksi, että niillä on oma ja ainutlaatuinen interpersonaalinen luonteensa. Parisuhteen merkitys ja vaikutus tosin vaihtelee miesten elämänkulussa. Vain nuorimmille miehille ystävyyssuhteet olivat ensisijaisia muihin ihmissuhteisiin nähden. Nuorten miesten näkemyksissä heidän ystävänsä tunsivat heidät parhaiten ja pidemmältä ajalta, jolloin heillä oli enemmän jaettuja kokemuksia ystävien kuin kumppanin kanssa. Nuorten miesten ystävyyssuhteissa jaettu sosiaalinen tuki helpottaa irtautumista perheestä ja vähentää yksinäisyydentunnetta, jota nuori voi kohdata itsenäistymisprosessissaan (mm. Rawlins 1992).

Monelle yli 30-vuotiaalle miehelle sitoutuminen perhe-elämään on valinta, jonka jälkeen ystävyyssuhteet jäävät odottamaan aikaa, jolloin niihin voi panostaa enemmän. Lukuisat tutkimukset vahvistavat, että kumppani on miehelle usein ensisijainen henkisen tuen lähde

(esim. Gurung, Taylor & Seeman 2003) ja läheinen ystävä (Virtanen & Isotalus 2010). Tämä ei tietenkään tarkoita sitä, etteikö miehistä ystävinä ole henkisen tuen antajiksi. Olennaisempaa onkin tarkastella suhdekontekstia ja suhteiden merkityksiä, kuten sitä, millaisiin tarpeisiin kukin ihmissuhde miehen elämässä ja elämänkulussa vastaa. Ystävyyssuhteiden tehtävänä on tarjota tiedonvaihtoa ja ajatusten tuulettamista, hauskanpitoa, henkilökohtaisen identiteetin vahvistamista ja tukea sekä vastapainoa perhe-elämälle.

Merkillepantavaa on, ettei miesten puheessa kuulunut maskuliinisten ominaisuuksien idealisointia. Ojala ja Pietilä (tämä kirja) tiivistävät artikkelissaan kirjallisuutta, jonka mukaan hegemonisen maskuliinisuuden esiintuomat mieheyden odotusarvot ovat muun muassa itsenäisyys, voimakkuus, aggressiivisuus, aktiivisuus, rationaalisuus ja kilpailunhalu. Kritiikittömästi ajateltuna hegemoninen maskuliinisuus tämän päivän yhteiskunnassa odottaisi siis miehen janoavan korkeata statusta työpaikalla, menestyksen suomaa varallisuutta loistokkaan talon ja auton hankkimiseksi sekä esittelykelpoista puolisoa. Tämän tutkimuksen miehet kuvasivat silti elämänpolullaan merkityksellisiksi läheisiä ystävyyssuhteitaan, ihmissuhteiden ylläpitämistä, perheellistymistä, parisuhteen ja kodinlaittoon käytettyä aikaa sekä lasten ja lastenlasten kanssa viihtymistä. Tulokset vähintäänkin esittävät vaatimuksen puhua miehisyyksistä monikossa.

Miehen sitoutuminen parisuhteeseen tarkoittaa kuitenkin vähentyvää ystävien kanssa vietettyä aikaa ja yhteydenpitoa. Perheen perustamisen aikaan osa miehistä on huolissaan ystävyyssuhteistaan, potee huonoa omaatuntoa ja kipuilee ystävyyssuhteiden erkaantumista. Ne miehet, joilla ei ole kumppania, todennäköisesti kärsivät samaa ikäluokkaa olevien ystävien läheisyyden puutteesta. Jos parisuhteen puuttumisen lisäksi ystävyyssuhteet etääntyvät tai niitä ei ole, se värittää ikääntymisen kokemuksen synkäksi. Nämä ajatukset olivat riippumattomia parisuhteen olemassaolosta, mutta esiintyivät voimakkaimpina niillä, jotka elivät yksin. Moenin (2001, 180) mukaan sosiaalinen eristäytyneisyys on miehelle rankempi kokemus kuin naiselle ja sen on havaittu olevan suurin syy yli 65-vuotiaiden miesten

itsemurhiin. Tässä tutkimuksessa ei ollut mukana vanhoja yksineläjiä tai leskeytyneitä miehiä, mutta tulosten perusteella on ennustettavissa, ettei ikääntyvien yksinelävien tai eronneiden miesten sosiaalinen elämä ole ongelmatonta. Parisuhteen puuttuminen sitä toivovalle on jo seikka sinänsä, mutta kun ystävät löytävät kumppanin, mies kokee jäävänsä hyvin yksin ja hänen tyytyväisyytensä elämään on vaarassa kärsiä (Virtanen 2009).

On tärkeää huomata, että ikä vaikuttaa elinpaikan muutosten kautta erityisesti nuorten miesten ystävyyssuhteisiin, sillä fyysisen paikan vaihtuessa totutut ystävyyssuhteen ylläpitokäytännöt voivat osoittautua toimimattomiksi. Nuoret miehet saattavat muuttaa työn tai opiskelun perässä toiselle paikkakunnalle, jolloin uusien ystävyyssuhteiden saaminen vertautuu mutkattomasti saatuihin lapsuuden ystäviin tai koulukavereihin. Myös aikuisilla miehillä perheen muutto voi vähentää ystävien kanssa vietettyä aikaa. Samaan aikaan ystävyyssuhteiden uudelleenneuvottelu on osa niiden elävää luonnetta. Nämä suhteet liittyvät usein tiettyyn kontekstiin, tekemiseen, tapoihin ja käytäntöihin, joten kun side tuohon kontekstiin katkeaa, suhde vaatii erityistä panostamista – molemmilta osapuolilta – pysyäkseen elossa (Allan 1996, 95–96, Pecchioni, Wright & Nussbaum 2005, 108).

Tutkimukseni merkittävin havainto liittyy iän ja elämäntilanteen vaikutukseen. Ikä ja siihen liittyvät sosiaaliset odotukset ohjaavat miesten ratkaisuja. Tehdyt elämänvalinnat puolestaan säätelevät ystävyyssuhteiden intensiteettiä ja elämänvalintojen samankaltaisuus jäsentää ja tukee kaikkein selkeimmin keskinäistä ystävyyttä. Toisin sanoen aikuisiän ystävyyssuhteista helpoimpia ylläpitää näyttävät olevan ne, joissa ystävällä on samanlainen elämänvaihe. Yksineläminen tai työttömyys tekevät normatiivisten odotusten täyttämisen haasteelliseksi yhteiskunnassa (Ojala & Kontula 2002) ja se heijastuu myös miesten ystävyyssuhteisiin. Yksilölliset erot on kuitenkin tärkeä huomioida (Winstead, Derlega & Rose 1997): vaikka kulttuurisilla ja sosiaalisilla normeilla on merkitystä miehen elämässä, ne eivät sanele läheisten ystävyyssuhteiden laatua. Ystävyyden luomiseen, ylläpitämiseen ja vahvistamiseen tarvitaan ainutlaatuisia, vapaaehtoisia, kahden miehen

yhdessä luomia vuorovaikutuskäytäntöjä ja niiden hallitsemista. Ystävyyssuhteissa tämä tapahtuu yhteisen emotionaalisen sitoumuksen, ei ulkoisten sääntöjen tai ohjeiden mukaan.

Mitä enemmän iän tuomaa kokemusta ihmissuhteista ja niiden vuorovaikutuksesta miehelle kertyy, sitä selkeämmäksi ystävyyssuhteiden rooli miehen elämässä muuttuu. Vanhemmiten ystävyyssuhteiden vaalimisesta ei oteta yhtä paljon paineita kuin nuorena tai keski-iässä. Tämä johtuu muun muassa siitä, ettei ikääntyneen miehen elämässä enää tapahdu niin suuria arjen vaatimusten ja rutiinien muutoksia, mitkä vaatisivat ystävyyssuhteiden uudelleenneuvottelua. Hänninen (2006) on pohtinut miehen vanhuutta hegemonisen maskuliinisuuden valossa. Hän esittää, että keski-ikä on tärkeää aikaa mieheyden määrittämiselle ja ikäkausi, johon muita mies-ikiä suhteutetaan. Vanhuus voi tarjota miehelle mahdollisuuden vapautua suorituskeskeisyydestä ja riippumattomuuden tavoittelusta.

Ikääntymistä sosiaalisissa suhteissa tuleekin tarkastella myös positiivisessa valossa (Hummert, Wiemann & Nussbaum 1994). Stevens ja Van Tilburg (2011) havaitsivat, että vanhoilla miehillä on naisia vähemmän ystäviä ja ystävyyssuhteet ylipäänsä harventuvat ihmisen itsensä aloitteesta tai luonnollisen poistumisen takia. Ihmisten ja ystävyyssuhteiden vanhetessa suhteilla on kuitenkin tapana tiivistyä ja niitä pidetään luotettavina kestävyytensä takia (Patterson & Pettini 1993). Myös tässä artikkelissa esittelemäni tulokset osoittavat, että kaikenikäiset miehet ovat ylpeitä pitkään jatkuneista ystävyyssuhteistaan ja varhain solmitut suhteet näyttävät kestävän ajan ja elämäntilanteen vaihteluita parhaiten. Lapsuudenystävien läheisyys ja yhteiset kokemukset ovat hyvin merkityksellisiä kenties myös miehen oman elämänkulun jäsentämisessä. Ystävyyssuhteen pitkä kesto on lisäksi osoitus oman luonteen hyvistä ominaisuuksista ja yhdessä onnistumisesta. On siis todennäköistä, että ystävyyssuhteet vahvistavat henkistä hyvinvointia myönteisen ystäväidentiteetin kautta.

Käsitys itsestä ystävänä ja halu kiinnittyä muihin ihmisiin säilyy miehen elämässä siviilisäätyyn katsomatta. Vaikka tutkimukseni mukaan parisuhteella on hyvin keskeinen rooli miehen arjessa ja/tai

toiveissa, se ei korvaa miesten välistä ystävyyttä. Pitkään jatkuneet ystävyyssuhteet ovat osoitus kyvystä luoda ainutlaatuisia ja erityisiä suhteita toiseen mieheen ja ne siten vahvistavat yksilön kokemusta sosiaalisesta onnistumisesta (ks. myös Siebert, Mutran & Reitzes 1999). Ystävyyssuhteissa annettu ja saatu tuki on merkityksellistä olemassa olemista sosiaalisessa maailmassa, jolloin kokemus hyväksytyksi tulemisesta ja välittämisestä mahdollistaa miehen myönteiset käsitykset sekä toisesta että itsestä. Nämä kokemukset ovat tärkeitä miehen elämänkulussa ikään ja elämäntilanteeseen katsomatta.

Kirjallisuus

Allan, Graham A. (1981) *A Sociology of Friendship and Kinship*. Studies in Sociology: 10. George Allen & Unwin, London.

Allan, Graham (1989) *Friendship: Developing a Sociological Perspective*. Harvester Wheatsheaf, New York.

Allan, Graham (1996) *Kinship and Friendship in Modern Britain*. Oxford Modern Britain. Oxford University Press, Oxford.

Allan, Graham (1998) Friendship, Sociology and Social Structure. *Journal of Personal Relationships* 15, 685–702.

Adams, Rebecca G. & Blieszner, Rosemary (1989) (toim.) *Older Adult Friendship. Structure and process*. Sage, Thousand Oaks, CA.

Bell, Robert R. (1981) *Worlds of Friendships.* Sage, Beverly Hills, CA.

Bowman, Jonathan M. (2008) Gender Role Orientation and Relational Closeness: Self-Disclosive Behavior in Same-Sex Male Friendships. *The Journal of Men's Studies* 16, 316–330.

Duck, Steven & Wright, Paul H. (1993) Reexamining Gender Differences in Friendships: A Close Look at Two Kinds of Data. *Sex Roles* 28, 709–727.

Field, Dorothy (1999) Continuity and Change in Friendships in Advanced Old Age: Findings from the Berkeley Older Generation Study. *International Journal of Aging and Human Development* 48, 325–346.

Flood, Michael, Gardiner, Judith K., Pease, Bob & Pringle, Keith (2007) (toim.) *International Encyclopedia of Men and Masculinities*. Routledge. Http://ebookee.org/International-Encyclopedia-of-Men-and-Masculinities-free-ebook-download_1338585.html (haettu 29.2.2012).

Grief, Geoffrey L. (2009) *Buddy System. Understanding Male Friendships*. Oxford University Press, Oxford.
Gurung, Regan A. R., Taylor, Shelley E. & Seeman, Teresa E. (2003) Accounting for Changes in Social Support Among Married Older Adults: Insights from the MacArthur Studies of Successful Aging. *Psychology and Aging* 18:3, 487–496.
Hagestad, Gunhild O. & Dannefer, Dale (2001) Concepts and Theories of Aging: Beyond Microfication in Social Science Approaches. Teoksessa Robert H. Binstock & Linda K. George (toim.) *Handbook of Aging and the Social Sciences* (5. painos). Academic Press, New York, 3–21.
Hummert, Mary Lee, Wiemann, John M. & Nussbaum, Jon F. (1994) (toim.) *Interpersonal Communication in Older Adulthood. Interdisciplinary Theory and Research*. Sage, Thousand Oaks, CA.
Hänninen, Jorma (2006) Vanhan miehen ruumis ja hegemoninen maskuliinisuus. *Gerontologia* 2, 67–74.
Kaplan, Danny (2006) *The Men We Loved: Male Friendship and Nationalism in Israeli Culture*. Berghahn Books, New York and Oxford.
Matthews, Sarah H. (1986) *Friendships Through the Life Course*. Sage Library of Social Research, Volume 161. Sage, Beverly Hills, CA.
Migliaccio, Todd (2009) Men's Friendships: Performances of Masculinity. *The Journal of Men's Studies* 17, 226–241.
Moen, Phyllis (2001) The Gendered Life Course. Teoksessa Robert H. Binstock & Linda K. George (toim.) *Handbook of Aging and the Social Sciences* (5. painos). Academic Press, New York, 179–196.
Nardi, Peter M. (1992) Sex, Friendship and Gender Roles Among Gay Men. Teoksessa Peter M. Nardi (toim.) *Men's Friendships*. Sage, Newbury Park, CA, 173–185.
Nardi, Peter M. (1999) *Gay Men's Friendships: Invincible Communities*. University of Chicago Press, Chicago.
Nussbaum, Jon F. (1994) Friendship in Older Adulthood. Teoksessa Mary Lee Hummert, John M. Wiemann & Jon F. Nussbaum (toim.) *Interpersonal Communication and Older Adulthood*. Sage, Thousand Oaks, CA, 209–225.
Ojala, Eija M. & Kontula, Osmo (2002) *Tarvitseeko minua kukaan? Keski-ikäiset yksineläjät perhekeskeisessä yhteisössä*. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 40. Väestöntutkimuslaitos, Väestöliitto.
Pecchioni, Loretta L., Wright, Kevin B. & Nussbaum, Jon F. (2005) *Life-Span Communication.* LEA, Mahwah, NJ.
Patterson, Brian R. & Pettini, Lorraine A. (1993) Age, Depression, and Friendship: Development of a General Friendship Inventory. *Communication Research Reports* 10, 161–170.
Rawlins, William K. (1992) *Friendship Matters: Communication, Dialectics and the Life Course*. Aldine de Gruyter, New York.

Rawlins, William K. (2009) *The Compass of Friendship: Narratives, Identities, and Dialogues*. Sage, Los Angeles.

Samter, Wendy (1994) Unsupportive Relationships. Deficiencies in the Support-Giving Skills of the Lonely Person's Friends. Teoksessa Brant R. Burleson, Terrance L. Albrecht & Irwin G. Sarason (toim.) *Communication of Social Support: Messages, Interactions, Relationships, and Community*. Sage, Thousand Oaks, CA, 195–214.

Samter, Wendy (2003) Friendship Interaction Skills Across the Life Span. Teoksessa J. O. Greene & B. R. Burleson (toim.) *Handbook of Communication and Social Interaction Skills*. LEA, New Jersey, 637–684.

Siebert, Darcy Clay, Mutran, Elisabeth J. & Reitzes, Donald C. (1999) Friendship and Social Support: The Importance of Role Identity to Aging Adults. *Social Work* 44, 522–532.

Smart, Alan (1999) Expression of Interest: Friendship and *Guanxi* in Chinese Societies. Teoksessa Sandra Bell & Simon Coleman (toim.) *The Anthropology of Friendship.* Berg, Oxford, 119–136.

Soilevuo Grønnerød, Jarna (2004) Sointuvaa yhdessäoloa, idealisaatiota, vahvistamista. Nuorten miesten keskinäiset suhteet rockbändeissä. *Nuorisotutkimus* 3, 48–65.

Spencer, Liz & Pahl, Ray (2006) *Rethinking Friendship. Hidden Solidarities Today*. Princeton University Press, Princeton and Oxford.

Stevens, Nan L. & Van Tilburg, Theo G. (2011) Cohort Differences in Having and Retaining Friends in Personal Networks in Later Life. *Journal of Social and Personal Relationships* 28:1, 24–43.

Virtanen, Ira A. (2009) Finnish Supportive Communication: A Qualitative Study on Middle-Aged Singles Support Seeking. Teoksessa Richard Wilkins & Pekka Isotalus (toim.) *Speech Culture in Finland.* University Press of America, New York, 117–138.

Virtanen, Ira A. & Isotalus, Pekka (2010) Miesten tukea antava viestintä eroavalle ystävälle. Teoksessa Aino Kääriäinen, Juha Hämäläinen & Pirjo Pölkki (toim.) *Ero, vanhemmuus ja tukeminen.* Lastensuojelun keskusliitto/Neuvo-projekti, Helsinki, 224–253.

Walle, Thomas M. (2007) Making Places of Intimacy –Ethnicity, Friendship, and Masculinities in Oslo. *NORA – Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 15, 144–157.

Winstead, Barbara A., Derlega, Valerian J. & Rose, Suzanne (1997) *Gender and Close Relationships*. Sage Series on Close Relationships. Sage, Thousand Oaks, CA.

Wright, Kevin B. & Patterson, Brian R. (2006) Socioemotional Selectivity Theory and the Macrodynamics of Friendship: The Role of Friendship Style and Communication in Friendship Across the Lifespan. *Communication Research Reports* 3, 163–170.

Ikääntyvän miehen muuttuva rooli perheessä

Kirsi Lumme-Sandt & Tiina-Mari Lyyra

Sosiaalisilla suhteilla, ovatpa ne sitten perhesuhteita tai ystävyyssuhteita, on iso merkitys vanhojen ihmisten hyvinvoinnille ja jopa eliniälle (Dykstra 2011). Tässä artikkelissa käsittelemme ikääntyvän miehen roolia ja merkitystä perheessä sekä perheen merkitystä ikääntyvälle miehelle. Tarkastelemme ilmiötä miehen suhteessa puolisoon, lapsiin, lastenlapsiin sekä siihen, kuinka nykypäivän ikääntyvä mies ilmoittaa osallistuvansa kotiin liittyviin toimintoihin, kuten ruoanlaittoon ja lastenhoitoon. Lähestymme aihetta sekä aikaisemman kotimaisen ja kansainvälisen tutkimuskirjallisuuden pohjalta että tukeutuen omiin empiirisiin aineistoihimme. Väestötasoisen Ikivihreät -tutkimusprojektin yhteydessä kerättyjen aineistojen avulla tarkastelemme siviilisäädyn kohortti- ja pitkittäismuutoksia, lasten ja lastenlasten tapaamisia sekä sitä miten ikääntynyt mies ilmoittaa osallistuvansa arkisiin askareisiin. Toinen aineistomme on ET-lehdessä vuosina 2009 ja 2010 ilmestyneet miehiä käsittelevät artikkelit. Tämä aineisto on analysoitu kiinnittäen huomiota siihen, miten mies kuvataan suhteessa läheisiinsä, mitä mies

tekee perheen parissa, ja millainen merkitys perheellä on hänelle. Kuvataksemme konkreettisemmin iäkkään miehen muuttuvaa roolia perheessä, olemme laatineet tosielämään perustuvan verkostokartan, joka kuvaa 75-vuotiaan suomalaismiehen ”Martin” sosiaalista verkostoa ja yhteydenpidon tiheyttä. Näitä kolmea hyvin erilaista aineistoa ristiinlukemalla hahmottelemme kuvaa tämän päivän ikääntyvästä suomalaisesta miehestä puolisona, isänä ja isoisänä.

Se, mitä perheellä ymmärretään, millaisia rooleja perheenjäsenillä on ja mikä on perheen merkitys sen jäsenille, on yhteiskunnassa jatkuvassa muutoksessa. Syitä tähän muutokseen ovat muun muassa väestön ikääntyminen, sukupuoliroolien muutokset, perhekoon pieneneminen, uusperheet sekä työelämän muutokset. Edellä mainittujen muutosten seurauksena ikääntyvien miesten merkitys on kasvamassa perheiden arjessa. Vaikka nykypäivän perheissä on vähemmän samaan sukupolveen kuuluvia jäseniä, on peräkkäisiä perhesukupolvia vastaavasti elossa enemmän kuin koskaan aikaisemmin historiassa (Haavio-Mannila ym. 2009, Bengtson ym. 2003).

Tämän päivän miehillä isoisyys on tavanomaisempaa kuin aikaisemmilla sukupolvilla, koska yhä useammat miehet elävät niin vanhoiksi, että omat lapset ehtivät perheellistyä. Nykyisin isovanhemmilla ja lastenlapsilla saattaa olla yhteistä elinaikaa jopa 30–40 vuotta. Lapsia ja lastenlapsia on nykyisin myös lukumäärällisesti vähemmän, joten he voivat saada yksilöllisempää ja suurempaa huomiota isovanhemmiltaan. Nämä seikat mahdollistavat entistä tiiviimmän suhteen isovanhempien ja lastenlasten välille. Tämä näkyy myös Väestöliiton vuoden 2007 perhebarometrissa, jossa 43 prosenttia katsoo isovanhempien olevan perheenjäseniä ja 90 prosenttia kokee isovanhemman lähisukulaisena (Rotkirch ym. 2010).

Isovanhemmiksi tullaan nykyisin ensimmäistä kertaa useimmiten työelämän aktiivisina vuosina, 50–60 ikävuoden vaiheilla. 2010-luvulla isovanhemmiksi alkavat tulla suurten ikäluokkien jälkeen syntyneet, nuoruutensa 1970- ja 1980-luvulla eläneet. Suurelle osalle heistä avoliitot, avioerot ja isän osallistuminen lasten hoitoon ovat

itsestäänselvyyksiä, joten he ovat osa hyvin erilaista perhekulttuuria kuin ennen sotia syntyneet miehet (Attias-Donfut & Segalen 2002).

Perinteisesti miesten omakseen kokema vapaa-aika on ollut erillään perheestä, mutta nykyisin myös miesten oletetaan osallistuvan perheen kanssa puuhailuun ja yhteiseen vapaa-aikaan, ja jopa nauttivan siitä (Scraton & Holland 2006). Aikaisemmin stereotyyppinen miehen kuva oli etäinen ja autoritäärinen perheen elättäjä. Nyt monet miehet vaihtavat vaippoja ja pyörittävät äidin kanssa tasa-arvoisesti kodin arkea. Myös isoisyyteen kohdistuu nyt erilaisia kulttuurisia odotuksia kuin nykyisten isoisien omassa lapsuudessa. Koska aikaisemmin miehet eivät välttämättä juurikaan osallistuneet lasten arkeen, ei isoisänä toimimiselle ole mallia omasta elämästä. Näin isoisyyden tullessa omalla kohdalla ajankohtaiseksi joutuu mies rakentamaan oman roolinsa ikään kuin tyhjästä.

Aloitamme tarkastelemalla miestä parisuhteessa, joka on useissa tutkimuksissa todettu merkittäväksi tekijäksi miehen hyvinvoinnin suhteen. Sen jälkeen siirrymme laajemmin miehen perhesuhteisiin. Erityisesti käsittelemme kanssakäymistä lasten ja lastenlasten kanssa sekä heidän merkitystään miehen elämässä. Sosiaalisten suhteiden laajuutta ja ulottuvuuksia tarkastelemme yhden miehen lähipiiriä kuvaavan verkostokartan avulla.

Ikääntyvä mies parisuhteessa

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että parisuhteella on monenlaisia myönteisiä vaikutuksia miehille. Koska naiset ovat yleensä niitä, jotka solmivat ja ylläpitävät sosiaalisia suhteita, yksinäiset miehet jäävät helposti sivuun sekä perhe- että ystävyysverkostoista (Haavio-Mannila ym. 2009, Davidson, Daly & Arber 2003, Virtanen tämä kirja). Naimisissa olevien miesten kuolleisuus on myös selvästi pienempi kuin naimattomien, eronneiden ja leskien. Siviilisäätyjen väliset terveyserot ovat kasvaneet viime vuosikymmeninä etenkin miehillä (Martelin ym. 2005). Avioliitto on suojaava tekijä miesten fyysiselle ja psyykkiselle

hyvinvoinnille. Tämä vaikutus tulee esille varsinkin vanhemmilla miehillä, kun pitkäaikaissairaudet alkavat heikentää toimintakykyä.

Tätä nykyä avioerojen määrä myös vanhemmissa ikäluokissa on lisääntynyt ja siten vanhojen yksin asuvien miesten määrä on lisääntynyt (Davidson, Daly & Arber 2003). Lasten olemassaololla on havaittu yhteys miesten terveyteen. Sekä avioliitossa olevat ja olleet että naimattomat miehet, joilla ei ole lapsia, ovat monien terveysmittareiden mukaan huonommassa asemassa kuin vastaavassa tilanteessa olevat isät ja isoisät (Dykstra & Hagestad 2007).

Myös väestötason pitkittäistutkimuksissa on raportoitu iän myötä tapahtuvia muutoksia siviilisäädyssä iäkkäillä miehillä. Esimerkiksi Jylhän ym. (1992) tutkimuksessa 70–79-vuotiaista tamperelaisista miehistä oli vuonna 1979 naimisissa 75 prosenttia vastaavan luvun ollessa kymmenen vuotta myöhemmin enää 60. Miesleskien osuus kasvoi 10 vuoden seuruun aikana 18 prosentista kolmannekseen.

Melkaksen (2005) poikkileikkaustutkimuksessa puolestaan yli 55-vuotiaista miehistä oli vuonna 1987 avioliitossa 72 prosenttia ja vuonna 2002 kymmenyksen vähemmän. Avoliitot ovat yleistyneet myös iäkkäämmillä miehillä. Vuonna 2002 heistä 5 prosenttia oli avoliitossa. Saman tutkimuksen mukaan perheettömien miesten osuus on pysynyt lähestulkoon samana: molemmilla tutkimuskerroilla noin neljäsosa yli 55-vuotiaista miehistä oli perheettömiä.

Avioliitossa olevien miesten osuus on vähentynyt alle 75-vuotiaiden, mutta lisääntynyt sitä vanhempien joukossa. Esimerkiksi Terveys 2000 -tutkimuksessa 65–74-vuotiaista miehistä oli alkumittauksessa naimisissa 72 prosenttia ja yli 85-vuotiaista miehistä enää kolmasosa. Kaikissa ikäryhmissä naisleskiä oli selvästi enemmän kuin miesleskiä (Aromaa & Koskinen 2002, 18).

Ikivihreät -projektin pitkittäisasetelmassa on saatu samansuuntaisia tuloksia kuin aiemmin esitellyissä suomalaisissa tutkimuksissa. Ikivihreät -projekti on laaja väestötason tutkimus, jossa on kartoitettu jyväskyläläisen eläkeikäisen väestön terveyttä, hyvinvointia, toimintakykyä sekä sosioekonomisia tekijöitä ja niiden muutoksia sekä pitkittäis- että poikittaisasetelmassa (Heikkinen 1998). Alku-

tutkimukset tehtiin alueen kaikille tavoitetuille 75- ja 80-vuotiaille ja heitä seurattiin kahdeksan vuoden välein. Poikittaistutkimuksessa tarkasteltiin kohdeväestön 65–69-vuotiaita kolmella eri mittauskerralla, vuosina 1988, 1996 ja 2004. Vuoden 1988 alkumittauksessa 65–74-vuotiaista miehistä oli naimisissa 87 prosenttia ja naisista 44. Kuudentoista vuoden seurannan jälkeen miehistä oli naimisissa kaksi kolmasosaa ja naisista enää 8 prosenttia. Avoliittojen määrä oli iäkkäillä miehillä suhteellisen vähäistä: alkumittauksessa vain 1,5 prosenttia eli avoliitossa ja seuranta-ajan lopussa ei enää kukaan (Rautio ym. 2011).

Kohorttitutkimuksissa on havaittu, että myöhemmin syntyneiden kohorttien iäkkäistä naisista yhä useampi on naimisissa ja leskiä on vähemmän. Tämä johtunee osaltaan sodasta, joka on verottanut aiempien kohorttien aviomiehiä ja lisännyt leskeyttä, koska esimerkiksi 1990-luvun alussa yli 65-vuotiaista suomalaista miehistä oli naimisissa kaksi kolmasosaa ja naisista neljäsosa. Naisleskien määrä oli siis kaksinkertainen verrattuna miehiin (Raassina 1994, 40). Samansuuntainen ilmiö näkyy myös Ikivihreät -aineistossa, joissa havaittiin 65–69-vuotiaiden leskien määrän pienenemistä vuoden 2004 kohdalla verrattuna vuoden 1988 vastaavanikäisiin (Rautio & Lampinen 2006).

Avoliitot ovat yleistyneet myös eläkeikäisten keskuudessa. Perinteiset moraalikäsitykset ovat muuttuneet, ja vanhatkin ihmiset voivat olla yhdessä ilman 'papin aamenta'. Vanhemmalla iällä toisensa löytäneiden keskuudessa suosiotaan kasvattaa parisuhde, jossa ollaan yhdessä ilman virallista yhdessä asumista. Pariskunta on tiiviisti yhdessä ja jakaa arjen molempien kuitenkin pitäessä oman asuntonsa. Ajoittain voidaan viettää aikaa myös erillään. (Ghazanfareeon, Karlsson & Borell 2005.) Miehet ovat naisia suotuisammassa asemassa uuden kumppanin löytymisen suhteen. Miehet ovat myös halukkaampia solmimaan uuden suhteen, ja heille yksin eläminen on usein vaikeampaa kuin naisille. Sosiaalisten suhteiden puute ja vaillinaiset kodinhoitotaidot ovat yksi motivaatio uuden puolison etsimiseen (Pankarinkangas 2004; 2007).

Analysoimme myös ET-lehdessä vuosina 2009 ja 2010 ilmestyneet miehiä käsittelevät artikkelit kiinnittäen huomiota siihen, miten mies kuvataan suhteessa läheisiinsä, mitä mies tekee perheen parissa ja millainen merkitys perheellä on hänelle. ET-lehti on niin sanottu kolmannen iän lehti, joka tuottaa tiettyä vanhuuden ideaalityyppiä (Lumme-Sandt 2011). Viime vuosina lehdessä ovat lisääntyneet kirjoitukset kypsän iän onnesta ja uusista parisuhteista. Tämä kertoo osaltaan siitä, että rakkaus, seksi ja seurustelu kuuluvat myös vanhuuteen.

> Sain oikean kultakimpaleen! Tässä on mies, joka kattaa kauniisti, sytyttää kynttilät ja tarjoaa ihanaa ruokaa. Hän ottaa toisen ihmisen huomioon ja pitää hyvänä. Heli kiittää. Jussi puolestaan kehuu Heliä ihanaisekseen, joka herätti hänet uudestaan eloon. (Jussi, 67 v., ET 6/2010)

Perinteinen käsitys on, että miehet eivät puhu tunteistaan (Galasinski 2004), eivätkä varsinkaan julkisesti (Bennett 2007), mutta uudenlainen miehen malli on leviämässä myös vanhempien miesten keskuuteen. Lumme-Sandtin ja Uotilan (2012) ET-lehden parisuhdekirjoituksia käsittelevässä tutkimuksessa havaittiin, että usein juuri miehet käyttivät voimakkaita tunteenilmaisuja puolisostaan puhuessaan. Vaikka tunteista puhuminen ja rakkauden julkinen näyttäminen ei vielä olisikaan levinnyt kaikkien miesten keskuuteen, osoittaa ET-lehden aineisto, että se on kulttuurisesti mahdollisempaa nyt kuin aikaisemmin. Vanhojen ihmisten parisuhteissa voidaan kokea voimakkaita tunteita riippumatta siitä, onko suhde kestänyt 50 vuotta tai viisi kuukautta.

> Rakkaus on sitä, että rintaa pistää ja viluttaa. Siihen kuuluu tietty hyväntahtoinen yllätyksellisyys. Se, että haluaa päästä toisen luokse ilahduttamaan kaikin tavoin, ja myös tekee niin. (Arto, ikätietoa ei saatavilla, ET 6/2009)

Vanhemmalla iällä solmitut parisuhteet ovat yhtä monimuotoisia kuin nuorempienkin. Korkea ikä saattaa vaikuttaa myös siihen, että suhdetta ei kypsytellä kovinkaan pitkään: aikaa ei ole tuhlattavaksi. Seuraava esimerkki kertoo hyvin rationaalisesta suhtautumisesta parisuhteeseen.

> Ajattelin itsekin aikaisemmin, että pitää olla jotain suurta intohimoa ilmassa ennen kuin mitään suhdetta voi aloittaa. Nykyään olen tietoisesti laskenut rimaa. Jos kemiat toimivat ja tykkää toisesta, mikä estää yrittämästä. (Seppo, 74 v., ET 6/2010)

Yhteenvetona iäkkäiden miesten parisuhteen muutoksista voidaan todeta, että aikaisemmin suurin osa vanhoista miehistä eli avioliitossa ja suurin osa vanhoista naisista oli leskiä. Tämä on kuitenkin pikkuhiljaa muuttumassa, ja eläkeikäisten miesten keskuudessa on enemmän kuin ennen yksin asuvia, yleensä joko leskiä tai eronneita. Toisaalta taas asenteet ovat myönteisempiä uusien parisuhteiden solmimiseen myös myöhemmällä iällä ja uudenlaiset – osin tilastoissa näkymättömät – parisuhteen muodot ovat suosittuja. Avioliittoja solmitaan tätä nykyä iäkkäämpänä kuin aikaisemmin. Etenkin miehille uuden parisuhteen muodostaminen on tärkeää, ja vanhankin miehen on soveliasta puhua julkisesti tunteistaan.

Suhde omaan isään ja rooli isoisänä

Perinteisesti miehet ovat olleet vastuussa perheen elättämisestä ja heidän varsinainen toiminta-alueensa on ollut kodin ulkopuolella. Monilla tämän päivän isoisillä on oma isä tai isoisä ollut autoritaarinen ja poissaoleva. Perinteinen työn sukupuolittunut jakautuminen on aiheuttanut sen, että kun miehistä tuli isiä, heidän täytyi panostaa työelämään entistä enemmän. Tämä taas vähensi perheen parissa vietettyä aikaa. Koti ja vastuu lapsista jäivät naisten harteille. Näiden perinteisten sukupuoliroolien johdosta isien suhteet lapsiin ovat usein

jääneet etäisiksi. Seuraavassa aineistoesimerkissä näkyy perinteinen isän malli.

> Isä oli periaatteen mies. Jos hän jotakin vaati, oli tehtävä ja toimittava. (Antti, 66 v., ET 3/2010)

Sotien jälkeinen kulttuurinen malli oli, että isät olivat perheen johtajia, joiden mielipiteitä ei saanut kyseenalaistaa. Tunteenilmaisut isien taholta olivat harvinaisia, isät määräsivät ja heitä toteltiin kyseenalaistamatta. Nykypäivän vanhemmat miehet eivät ole välttämättä katkeria isilleen, sen ajan tavat saavat ymmärrystä. Monissa ET-lehden kirjoituksissa näkyikin miesten inhimillinen tarve tuottaa isä ja isoisä myönteisessä valossa. Myös isän lämmin suhtautuminen lastenlapsiin on usein korvannut omat katkerat lapsuusmuistot. Omassa elämässä kuitenkin halutaan toimia toisin kuin oma isä.

> Isä eli aina rajusti. Perhe-elämä ei ollut Mikon vahvoja puolia, mutta tiedän silti, että hän rakasti meitä lapsia. ... Olen pyrkinyt olemaan enemmän omien lasteni kanssa. Viimeisenä keväänä, ennen kuin syöpä otti Mikosta vallan, vietimme lasten kanssa loman hänen Espanjan kodissaan. Isä leikki tuntikausia pienten tyttärieni kanssa. Siitä jäi lämpimät muistot. (Jorma, 61 v., ET 20/2010)

Nuorisokulttuurin nousu 1950-luvulla erotti sukupolvet toisistaan, mutta nyt silloisen nuorisosukupolven 'rokkivanhuus' luo osaltaan uusia siltoja nuorempiin sukupolviin. Kiinteä yhteys lapsiin ja lapsenlapsiin nähdään tärkeänä ja vaalimisen arvoisena asiani, jossa on onnistuttu omaa isää paremmin.

> Minua ja lapsiani yhdistää rytmi. Se sama seikka, joka 60-luvulla erotti meitä omista vanhemmistamme. Luulen, että meillä on tytärteni kanssa enemmän yhteistä kuin minun sukupolvellani oli omien vanhempiensa kanssa. (Mauri, 59 v., ET 7/2009)

Monille ennen sotia ja sodan aikana syntyneille miehille on tyypillistä, että isää ei ole ollut lainkaan. Sodat ja miesten yleisesti korkeampi kuolleisuus vei monelta isän jo varhain. ET-lehden aineistosta näkyy selvästi, miten isän puuttuminen tai etäisyys on kipeä asia miehille vielä vanhempanakin.

> Isän löytyminen on muuttanut elämäni. Olen ollut ikäni rauhaton, mutta nyt tunnen levollisuutta. (Pentti, 65 v., ET 19/2010)

> En koskaan oppinut tuntemaan isääni. Minulle ei myöskään kerrottu hänestä mitään, joten opin pitämään häntä hirviönä." … Isättömänä kasvaneen isoisän suurin pelko on perheen menettäminen. (John, 68 v., ET-12/2010)

Ojala ja Pietilä (2010) esittävät, että isoisät sijoittuvat yhä julkisen katseen reunamille. Isovanhemmuus on perinteisesti kiinnittynyt erityisesti naisiin, josta kertoo jo se, että isovanhempien kotia kutsutaan yleisesti mummolaksi tai mummulaksi. Eläkkeelle siirtyviä naisia odottaa mieluisa ja sosiaalisesti hyväksytty isoäidin rooli. Miesten eläkkeelle siirtyminen on nähty ongelmallisempana ja isoisyyttä ei ole samalla lailla nähty vanhojen miesten elämän, sosiaalisen identiteetin ja roolin täyttäjänä (Emt). Myös isovanhemmuutta käsittelevät tutkimukset ovat pitkään sivuuttaneet isoisät ja keskittyneet vain isoäiteihin (ks. esim. Attias-Donfut & Segalen 2002, Reitzes & Mutran 2004) ja isoisien tärkeyttä perheessä on tutkimuksissa aliarvioitu (Mann 2007). Jopa jotkut tietokantahaut tarjoavat isoisyyttä käsittelevien artikkelien etsijälle vastaukseksi: "Did you mean 'grandmother' rather than 'grandfather'?"

Usein nimenomaan isoäiti on se, joka ylläpitää ja organisoi yhteydenpitoa lastenlapsiin. Erityisesti eronneilla isillä suhteet lapsiin jäävät usein etäisiksi ja tapaamiset harvoiksi. Parisuhteessa olevilla isoisillä on usein kiinteämmät suhteet myös lastenlapsiinsa kuin eronneilla miehillä (Scraton & Holland 2006). Nyky-Suomessa yhteydenpito aikuisten lasten ja heidän vanhempiensa välillä on yleensä vilkasta.

Vilkkainta se on äitien ja tyttärien välillä, mutta myös isään ollaan paljon yhteydessä. Kaksi kolmasosaa suurten ikäluokkien edustajista on vähintään kerran viikossa yhteydessä isäänsä. Isovanhempiinsa piti viikoittain yhteyttä 1962–1988 syntyneistä vain viisi prosenttia. Yhteydenpito äidinäitiin oli selvästi tiiviimpää kuin muihin isovanhempiin. Vähiten yhteyttä pidettiin isänisään. (Haavio-Mannila ym. 2009.)

Yhteydenpitoa vanhempien ja heidän aikuisten lastensa välillä tarkastelevassa eurooppalaisessa vertailussa todettiin, että suomalaiset poikkesivat muista vertailumaista. Suomalaiset miehet tapasivat lapsiaan harvemmin kuin naiset, kun muissa maissa tapaamisia oli molemmilla sukupuolilla yhtä paljon. Suomalaisista naisista 76 prosenttia tapasi lapsiaan viikoittain, miehistä vastaavasti 64 prosenttia. Avioero vähensi kaikissa tutkimuksen maissa miesten tapaamisia lastensa kanssa, mutta Suomessa se vähensi myös naisten vastaavia tapaamisia. (Tomassini ym. 2004.)

Tutkimusten mukaan isoäidit tapaavat lapsenlapsiaan enemmän kuin isoisät ja he ovat myös tyytyväisempiä rooliinsa isovanhempina (Silverstein & Marenco 2001). Esimerkiksi Thomas (1989) olettaa tämän johtuvan siitä, että naisilla äidin ja hoivaajan rooli jatkuu luontevasti isoäitiydessä. Isoisät sitä vastoin voivat ja joutuvat muokkaamaan isoisän roolinsa enemmän omien halujensa mukaan. Onnistunut isoisyys lisää miehen tyytyväisyyttä elämään. Lapsenlapsiaan useammin tapaavat isoisät raportoivat enemmän itsearvostuksen tunteita ja muuta psykologista hyvinvointia. (Reizes & Mutran 2004.)

Nykyajan perhekulttuurissa arvostetaan aktiivisesti sekä käytännön toimien että tunne-elämän tasolla perhe-elämään osallistuvia miehiä ja siten nykypäivän isoisät haluavat olla lastenlastensa elämässä aktiivisesti mukana isoäitien kanssa tasavertaisessa asemassa. Heille isoisyys onkin ollut mahdollisuus rakentaa uudelleen suhde perhe-elämään. (Sorensen & Cooper 2010, Gauthier 2002.) Isoisyys on myös haluttu rooli ja sen puuttuminen on monille kipeä paikka. Yleensä ajatellaan, että naiset kärsivät siitä, jos lastenlapsia ei ala kuulua ajallaan. Mutta myös miehet voivat avoimesti myöntää kaipaavansa lastenlapsia, ja kokea jopa syyllisyyttä niiden puuttumisesta.

> Aikani odottelin lapsenlapsia, mutta nyt tiedän olevan liian myöhäistä. ... Syytän hieman itseäni heidän asenteestaan. Poikien nuoruuteen sattui minun ja heidän äitinsä riitainen avioero. Ehkä he halusivat säästää omat lapsensa moiselta. (Aulis, 80 v., ET 3/2010)

Käsitys siitä millainen isoisän tulee olla ja millainen rooli isoisällä perheessä on, muodostuu vallitsevassa perhekulttuurissa ja vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Henkilön omat kokemukset isoisästä tai isoisättömyydestä vaikuttavat hänen käsityksiinsä siitä millainen isoisä hän itse haluaa olla (Waldropym 1999, Gauthier 2002). ET-lehdessä haastateltu Juha kertoo:

> Palasin kolme vuotta sitten tyttäreni lasten Adan ja Lumin takia 12 vuoden reissusta Espanjasta Suomeen. Arvostan perheyhteyttä, sukusiteitä ja juuria. Haluan tehdä itseni ja läheiseni onnelliseksi. Ilman perhettä ajelehtisin. (Juha, 69 v., ET 15/2010)

Davidsonin, Dalyn ja Arberin (2003) englantilaisen tutkimuksen mukaan isoisyys on paradoksaalinen, koska siinä tarjoutuu miehille hoivaavampi rooli kuin mitä heillä on ollut silloin, kun heidän omat lapsensa ovat olleet pieniä. Mutta toisaalta heidät yhä nähdään, ja he itsekin mielellään näkevät itsensä, etäämpänä olevassa perinteisessä viisaan perheenpään roolissa. Reitzesin ja Mutranin (2004) mukaan isoisän rooliin liittyy vähemmän odotuksia kuin isoäidin rooliin, ja siksi isoisyys on vapaaehtoisempaa ja perustuu enemmän henkilön omiin haluihin ja toiveisiin kuin isoäitiys. Myönteinen isoisän identiteetti vahvistaa halua ja kykyä toimia isoisänä. Se liittyy usein myös aktiivisempaan vuorovaikutukseen lastenlasten kanssa, mikä taas puolestaan vahvistaa isoisyyden myönteisiä puolia.

> Olen kasvanut lasten suuntaan. Konttaan lattialla, leikin lohikäärmettä ja ajan pikkuautoilla. (Markku, 61 v., ET 2/2010)

Ikivihreät -tutkimusprojektissa on tutkittu muun muassa eläkeikäisiä miehiä ja kysytty, kuinka paljon he auttoivat muita ihmisiä. Vuonna 1988 tutkituista eläkeikäisistä miehistä 45 prosenttia ilmoitti, etteivät he kokeneet lainkaan auttavansa muita. Vuonna 2004 enää 23 prosenttia ilmoitti, ettei koe auttavansa muita. Myös auttamisen määrä oli selvästi lisääntynyt: 37 prosenttia ilmoitti auttavansa muita kolmessa tai useammassa asiassa uusimmassa eläkeikäisten kohortissa verrattuna vuoden 1988 haastattelun 17 prosenttiin. Uudenlainen isoisyys voidaan havaita etenkin asioissa, joissa auttaminen oli lisääntynyt. Selkein muutos näkyi lastenhoitamisessa. Vuoden 1988 eläkeikäisistä miehistä 23 prosenttia ilmoitti auttavansa lastenhoidossa vastaavan luvun ollessa 2004 kohortissa jo lähes puolet. Myös ruoanlaittamisessa auttaminen on nykyajan eläkeläismiehillä lisääntynyt selkeästi verrattuna aikaisempaan (Lyyra ym. 2010).

Konkreettinen puuhailu isoisälle läheisissä töissä tai harrastuksissa on tyypillinen tapa viettää aikaa lastenlasten kanssa. Mies osoittaa tunteitaan tekemällä, joten yhteinen puuhailu lastenlasten kanssa kertoo myös välittämisestä. Muutos entiseen on se, että kun ennen puuhattiin ehkä enemmän isoisän ehdoilla, nyt toimitaan lastenlasten ehdoilla. Maatalon isäntä vie lapset katsomaan koneita ja ajelemaan traktorilla, kaupunkilaisisoisä vaikkapa jääkiekko-otteluun.

> Työn tekemistä on minulle korostettu. Sitä opetetaan sanoin ja näyttämällä, miten tehdään. Itse ajattelen, että nuorten kanssa pitää seurustella. Opetan sitä, mitä he itse haluavat oppia. (Olavi, 67 v., ET 17/2010)

> Kun hoidin yksin Adaa ja Ikennaa koko päivän, kävimme ensin katsomassa koneita ja sitten ajoimme traktorilla lammelle uimaan, Veikko kertoo. (Veikko, 62 v., ET 14/2010)

Nykypäivän eläkeikäisillä on pienemmät perheet kuin aikaisemmin ja tapaamiset lasten kanssa olivat vähentyneet verrattuna aiempiin eläkeläiskohortteihin. Ikivihreät-tutkimuksen mukaan erityisesti miehet

ilmaisevat nykypäivänä haluavansa tavata lapsenlapsiaan useammin verrattuna aikaisempiin eläkeikäisten kohortteihin. Pitkittäistarkastelussa myös lasten merkitys läheisimpänä henkilönä miehillä kasvaa iän myötä (Lyyra ym. 2010). Edellä mainitun suomalaisen tutkimuksen tuloksia vahvistaa myös amerikkalainen Waldropin ym. (1999) huomio, jonka mukaan isoisät haluaisivat jatkuvaa kanssakäymistä lastenlastensa kanssa ja heillä on voimakas tunneside lastenlapsiin. Sorensenin ja Cooperin (2010) tutkimuksessa lapsenlapsipuolten ja biologisten lastenlasten välille ei tehty eroa. Uudenlaiset isovanhemmuudet muodot näkyvät myös ET-lehdessä. Perinteisen biologiaan perustuvan isovanhemmuuden rinnalle on tullut erilaisten uusperheiden isovanhempien ja myös adoption kautta isovanhemmiksi päässeitä, kuten seuraavissa aineistoesimerkeissä.

> Suuri onni on uuden puolison lapsenlapset, jotka ovat hyväksyneet minut papakseen. Otan tämän mahdollisuuden avosylin vastaan, vaikka lapset eivät ihan omia lapsenlapsia olekaan. Se unohtuu, kun saamme olla yhdessä.. (Aulis, 80 v., ET 3/2010)

> Meillä on pieni suku. Vaimoni ja minä olemme molemmat ainoita lapsia. Kun tyttärelle ei alkanut lasta kuulua, kyllähän se suretti. Jokainen odotus ja pettymys oli myös meidän odotuksemme ja pettymyksemme. Ajattelin, että tähänkö perhe typistyy. Onneksi ei! Nyt näen, että (Kiinasta adoptoidun) Pongin ansiosta perhe jatkuu. (Raimo, 70 v., ET 2/2010)

Vaikka monelta osin etäinen perheen arkeen osallistumaton mies on muuttunut äidin ja isoäidin kanssa tasa-arvoiseksi arjen pyörittäjäksi, ja lasten ja lastenlasten kanssa puuhailevaksi läsnä olevaksi (iso)isäksi, ei kaikkien miesten osalta muutos välttämättä ole kuvatun kaltainen. Avioerojen ja muiden epävakaiden suhteiden vuoksi monet miehet joutuvat elämään erossa lapsistaan. Heillä suhde lapsiin voi olla vaikea tai sitä ei ole lainkaan. Jos suhde ei ole kehittynyt lasten kasvuvuosina, on sitä myöhemmin usein vaikea enää solmia. On myös viitteitä

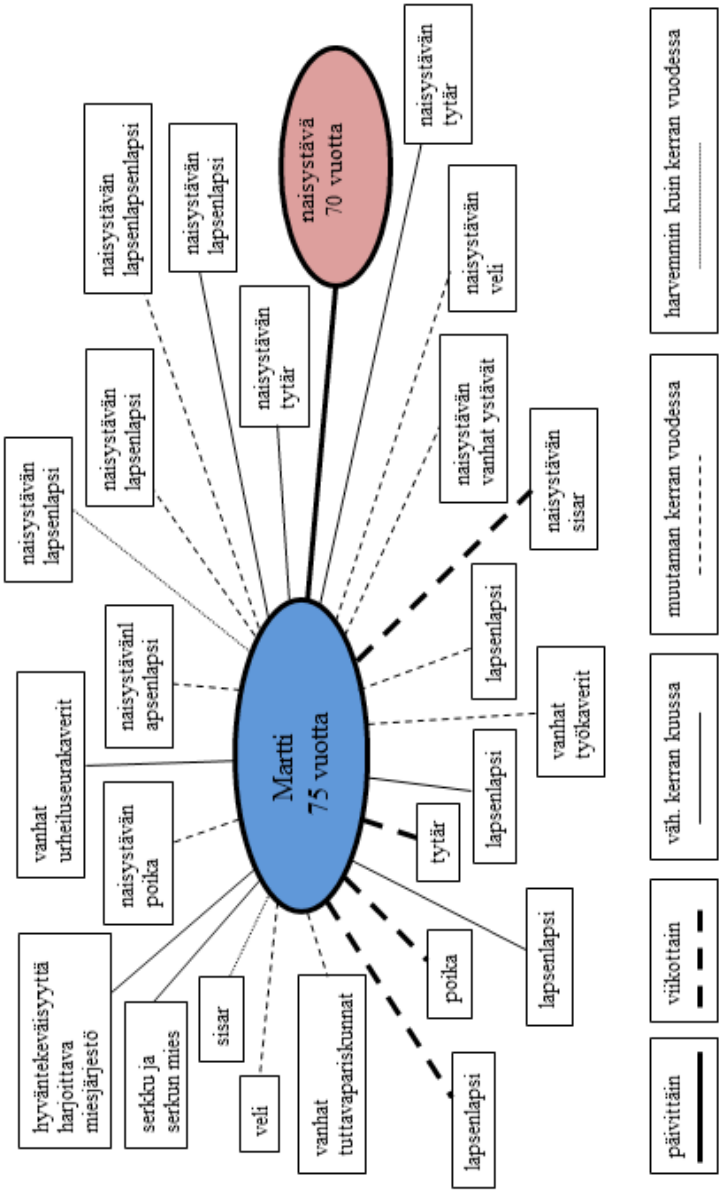
siitä, että ne miehet, jotka hankkivat lapsia panostavat siihen entistä enemmän, mutta on myös kasvava joukko miehiä, jotka eivät koskaan saa jälkeläisiä. Heidän sosiaaliset suhteensa vanhuudessa saattavat olla hyvinkin heikot. (Dykstra & Hagestad 2007.)

Isoisyys syntyy suhteessa omaan elämänhistoriaan sekä vallitsevaan aikakauteen ja kulttuuriin. Mies tarkastelee suhdetta omaan isäänsä tullessaan isoisäksi. Aikaisemmin kulttuurissamme isä on ollut usein etäinen auktoriteetti. Tämän päivän isät ovat enemmän läsnä lastensa elämässä kuin aikaisemmin, samoin isoisät paitsi haluavat, myös viettävät enemmän aikaa perheen ja lastenlasten kanssa. Aikaisempi tutkimus on pitkälti keskittynyt isoäiteihin tarkasteltaessa isovanhemmuutta, mutta uudenlainen isoisyys alkaa näkyä sekä tilastoissa että julkisessa puheessa.

Vanhan miehen sosiaaliset verkostot

Vaikka perheellä on keskeinen rooli vanhojen miesten sosiaalisissa verkostoissa, on viitteitä siitä, että nuoremmilla kohorteilla ystävien merkitys on kasvamassa (Stevens & Van Tilburg 2011, vrt. Virtanen tämä kirja). Kuvataksemme konkreettisemmin iäkkään miehen muuttuvaa roolia perheessä, olemme laatineet 75-vuotiaan suomalaismiehen ”Martin” sosiaalista verkostoa ja yhteydenpidon tiheyttä kuvaavan verkostokartan (kuvio 1). Tässä tosielämän esimerkissä näkyy monia tässäkin artikkelissa ja muissa tutkimuksissa esille tulleita seikkoja. Leskimiehen on yleensä helpompi löytää itselleen uusi kumppani puolison kuoleman jälkeen. Vaikka yhdessäolo on tiivistä ja päivittäistä uuden kumppanin kanssa, molemmat ovat säilyttäneet omat asuntonsa, eivätkä asu virallisesti yhdessä. Tämä saattaa osaltaan liittyä myös siihen, ettei ikääntyessä ole enää tarvetta ”pesän perustamiselle” yhteisten lasten takia. Mutta usein omien asuntojen säilyttäminen on tärkeää myös lasten ja lastenlasten vuoksi. (Ghazanfareeon, Karlsson & Borell 2005.) Miehille partnerin, jonka ei tarvitse välttämättä olla aviopuoliso, olemassaolo on tärkeä yksinäisyyden kokemuksen vähentäjä (esim. Tijhuis ym. 1999).

Kuvio 1. 75-vuotiaan Martin verkostokartta



Yhteydenpitoa lapsiin ja lastenlapsiin säätelee usein sukupuoli ja asuinpaikka (Haavio-Mannila ym. 2009). Martin esimerkissä poika ja tytär asuvat lähellä, joten yhteyttä pidetään viikoittain sekä puhelimella että tapaamalla. Lapsenlapsista esimerkkihenkilömme tapaa useimmiten pojantytärtä, jota hän kuljettaa urheiluharrastukseen viikoittain. Kahta muuta samassa kaupungissa asuvaa lastenlastaan hän tapaa muutaman kerran kuukaudessa. Jo aikuista toisella paikkakunnalla asuvaa tyttärentytärtä hän tapaa lähinnä suvun juhlien yhteydessä. Isoisällä ja tyttärentyttärellä ei ole tapana soitella toisilleen. Tällainen yhteydenpito on yleensä isoäitien vastuulla, ja siksi leskimies tapaakin vähintään yhtä usein naisystävänsä lapsia ja lastenlapsia, etenkin naisystävän tytärten lapsia.

Martti pitää omiin sisaruksiinsa hyvin harvakseltaan yhteyttä, mutta sitä vastoin lähellä asuva sairasteleva naisystävän sisar tarvitsee pariskunnan apua viikoittain. Varsinkin miehen tarjoama kuljetusapu on tärkeää. Yhteydenpito tuttavapariskuntiin vuosikymmenien ajalta on harventunut vaimon poismenon jälkeen, ja osittain myös tuttavien sairauksien ja kuolemien johdosta. Joitakin on kuitenkin yhä jäljellä, joiden kanssa seurustellaan myös uuden kumppanin kanssa. Myös serkkuunsa ja hänen mieheensä Martti on pitänyt yhteyttä tiiviisti vuosikymmeniä. Uusia tuttavia hänelle on tullut joistakin naisystävän vanhoista ystävistä, joita he tapaavat yhdessä.

Puolison sairaudet ja kuolema ovat henkisesti raskaita ja varsinkin miehillä on usein heikko turvaverkko niiden varalta. Myös tunteiden esittäminen voidaan nähdä uhkana maskuliinisuudelle. Esimerkiksi leskeyteen liittyviä tunteita voidaan ilmaista yksityisesti, mutta ei julkisesti. (Bennett 2007). Martti on siinä suhteessa onnellisessa asemassa, että hän kuuluu miesjärjestöön, jossa hän on itse saanut tukea vaimon sairauden aikana ja tukee nyt itse vuorostaan vaikeassa elämäntilanteessa olevia miehiä. Kyseinen järjestö luo siis hänelle mahdollisuuden käsitellä tunteitaan yksityisesti muiden miesten seurassa. Järjestön kautta hän osallistuu myös hyväntekeväisyystoimintaan. Martti on lisäksi urheilumiehiä, mutta ei enää toimi aktiivisesti ur-

heiluseuroissa. Aktiivivuosilta on kuitenkin jäänyt ystäviä, joita hän yhä tapaa säännöllisesti.

Martilla on suhteellisen runsaat ja aktiiviset sosiaaliset suhteet, jotka itse asiassa ovat laajentuneet viime vuosina uuden naisystävän myötä. Miehet ovat siinä suhteessa naisia edullisemmassa asemassa, että heidän on yleensä helpompi löytää uusi kumppani myös vanhana, ja sitä kautta uusintaa sosiaalisia verkostojaan. Toisaalta tämäkin esimerkki kuvaa hyvin sitä, että naiset ovat aktiivisempia sosiaalisten suhteiden ylläpitäjiä kuin miehet.

Rokkivaarit ja rakkaudentunnustukset

Tässä artikkelissa olemme tarkastelleet ikääntyvän miehen roolia ja merkitystä perheessä suhteessa puolisoon, lapsiin, lastenlapsiin ja muihin läheisiin sekä siihen kuinka ikääntyvä mies antaa muille apuaan. Yhteiskunnallisten ja kulttuuristen muutosten myötä myös ikääntyvän miehen perherooli on muuttunut.

Aikaisemmin useimmat vanhat miehet olivat naimisissa, ja yksinäiset vanhat miehet olivat yleensä leskiä. Tämä, kuten moni muukin vanhuuteen liittyvä asia, on viime aikoina monimuotoistunut. Nykyisin vanhojen miesten keskuudessa on entistä enemmän yksinäisiä ja varsinkin eronneita. Mutta toisaalta uusien suhteiden solmiminen vanhalla iällä on entistä yleisempää. Isoisän roolin rinnalla mies saattaa olla myös pienten lasten isä. Nykypäivän lesket samoin kuin eronneet ovat valmiimpia uuteen parisuhteeseen. Aina tämä ei tarkoita uutta avioliittoa, vaan uudenlaiset parisuhteen muodot ovat astuneet kuvaan mukaan, kuten esimerkiksi tiivis parisuhde ilman virallista yhdessä asumista. Romanttiset rakkaudentunnustukset ovat mahdollisia myös vanhoille miehille. Asumis- ja avioliittoperustaiset perhetilastot kertovat huonosti nykypäivän monimuotoisista perhekuvioista. Myöskään perheen merkityksestä vanhoille miehille ei ole kovin montaa tutkimusta sen paremmin Suomessa kuin ulkomaillakaan.

Aikaisempi tutkimus on pitkälti keskittynyt isoäiteihin tarkasteltaessa isovanhemmuutta, mutta uudenlainen isoisyys alkaa näkyä sekä tilastoissa että julkisessa puheessa. Isoisyys ja sen merkitys muuttuu ajassa seuraillen miehen muuttuvaa roolia yhteiskunnassa ja perheessä. Isoisän merkitystä perheessä on kasvattanut erityisesti kaksi yhteiskunnallista muutosta. Ensinnäkin pidentynyt elinikä suo entistä useammalle entistä useampia vuosia olla isoisä. Toisaalta isät ovat nykyään perhekeskeisempiä kuin ennen. Moni mies korvaa isoisäksi tultuaan perheelleen niitä vuosia, jotka täytyi aikoinaan uhrata työlle omien lasten ollessa pieniä.

Jokaisen miehen oma henkilökohtainen historia muokkaa isoisyyttä omaan persoonalliseen muottiin. Yhden erityisvivahteen ilmiölle antaa maamme historia, jossa sota-aika on leimannut useimpien tämän päivän isoisien isäsuhdetta. Tullessaan isoisäksi tämän päivän mies tarkastelee suhdetta omaan isäänsä, joka aiemmassa perhekulttuurissa on ollut enemmänkin etäinen auktoriteetti. Vaikka omat isät saavat ymmärrystä, halutaan omien lastenlasten kanssa toimia toisin. Nykypäivän isoisät paitsi haluavat, myös viettävät enemmän aikaa perheen ja lastenlasten kanssa. Yhteinen puuhailu tapahtuu nykyisin enemmän lasten ja lastenlasten ehdoilla kuin ennen. Lasten kanssa voidaan käydä Bruce Springsteenin keikalla ja lastenlasten kanssa leikitään pikkuautojen perässä lattialla. Tämän päivän isoisä osaa arvostaa omaa tärkeää rooliaan isoisänä.

Miesten muuttuneesta roolista kertoo myös muiden auttamisen monipuolistuminen. Perinteisten miehisten auttamismuotojen, kuten lumitöiden, ruohonleikkuun ja kuljetusavun ohella iäkkäät miehet osallistuvat nykyisin entistä enemmän esimerkiksi kotitöihin, kuten ruuanlaittoon ja lastenhoitoon. Mies, niin nuori kuin vanha, on tullut mukaan perheen arkeen.

Attias–Donfut, Claudine & Segalen, Martine (2002) The Construction of Grandparenthood. *Current Sociology* 50:2, 281–294.

Aromaa, Arpo & Koskinen, Seppo (toim.)(2002) *Terveys ja toimintakyky Suomessa. Terveys 2000 -tutkimuksen perustulokset.* Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B3/2002. KTL, Helsinki.

Bengtson, Vern L., Lowenstein, Ariela, Putney, Norella M. & Gans, Daphna. (2003) Global Aging and the Challenge to Families. Teoksessa Vern L. Bengtson & Ariela Lowenstein (toim.) *Global Aging and Challenges to Families.* Aldine de Gruyter, New York, 1–24.

Bennett, Kate (2007) "No Sissy Stuff": Towards a Theory of Masculinity and Emotional Expression in Older Widowed Men. *Journal of Aging Studies* 21:4, 347–356.

Davidson, Kate, Daly, Tom & Arber, Sara (2003) Exploring the Social Worlds of Older Men. Teoksessa Sara Arber, Kate Davidson, Jay Ginntoim (toim.) *Gender and ageing. Changing Roles and Relationships.* Open University Press, Berkshire, 168–185.

Dykstra, Pearl (2011) Personal Relationships in Late Life: An Introduction to the Special Issue. *Journal of Social and Personal Relationships* 28:1, 5–8.

Dykstra, Pearl & Hagestad, Gunhild (2007) Childlessness and Parenthood in Two Centuries. Different Roads – Different Maps? *Journal of Family Issue.* 28:11, 1518–1532.

Galasiński, Dariusz (2004) *Men and the Language of Emotions*. Palgrave Macmillan, Basingstoke.

Ghazanfareeon, Karlsson, Sofie & Borell, Klas (2005) "A Home of Their Own. Women's Boundary Work in LAT-relationships", *Journal of Aging Studies,* 19:1,73–84.

Gouthier, Anne (2002) The Role of Grandparents. *Current Sociology* 50:2, 295–307.

Haavio-Mannila, Elina, Majamaa, Karoliina, Tanskanen, Antti, Hämäläinen, Hans, Karisto, Antti, Rotkirch, Anna & Roos, J. P. (2009) Sukupolvien ketju: suuret ikäluokat ja sukupolvien välinen vuorovaikutus Suomessa. Helsinki, Sosiaali– ja terveysturvan tutkimuksia; 107.

Heikkinen, Eino (1998) Background, Design and Methods of the Evergreen Project. *Journal of Aging and Physical Activity* 6:2, 106–120.

Jylhä, Marja, Jokela, Jukka, Tolvanen, Eija, Heikkinen, Eino, Heikkinen, Riitta-Liisa, Koskinen, Simo, Leskinen, Esko, Lyyra, Anna-Liisa & Pohjolainen, Pertti (1992) The Tampere Longitudinal Study on Ageing. Description of the Study. Basic Results on Health and Functional ability. *Scandinavian Journal of Social Medicine* (Suppl 47).

Lumme–Sandt, Kirsi (2011) Images of Ageing in 50+ Magazine. *Journal of Aging Studies* 25:1, 45–51.

Lumme–Sandt, Kirsi & Uotila, Hanna (2012) Talk about Love and Intimate Relationships in a Finnish 50+ Magazine. Teoksessa Virpi Ylänne (toim.) *Representing Ageing. Images and Identities*. Palgrave, 68–83.

Lyyra, Tiina-Mari, Lyyra, Anna-Liisa & Tiikkainen, Pirjo (2006). Sosiaaliset suhteet ja niiden toimivuus 65–69-vuotiailla jyväskyläläisillä vuosina 1988, 1996 ja 2004. Teoksessa Heikkinen Eino, Kauppinen Markku, Salo Piia-Leena, Suutama Timo (Toim.) (2006) *Ovatko 65–69-vuotiaat muuttumassa aikaisempaa toimintakykyisemmiksi, terveemmiksi ja aktiivisemmiksi*? Havaintoja Ikivihreät -projektin kohorttivertailututkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004. Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia, 101–118.

Lyyra, Tiina-Mari, Lyyra, Anna-Liisa, Lumme-Sandt, Kirsi & Heikkinen, Riitta-Liisa (2010) Social Relations in Older Adults: Secular Trends and Longitudinal Changes over a 16-year Follow-up. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 51:3, 133–138.

Mann, Robin (2007) Out of the Shadows? Grandfatherhood, Age and Masculinities. *Journal of Ageing Studies* 21:4, 281–291.

Martelin, Tuija, Koskinen, Seppo & Valkonen, Tapani (2005) Kuolleisuus. Teoksessa Arpo Aromaa, Jussi Huttunen, Seppo Koskinen, Juha Teperi (toim.) *Suomalaisten terveys.* Duodecim.

Melkas, Tapani (2005) Sosiaalinen ympäristö. Teoksessa P. Myrskylä (toim.) *Tallella ikä eletty. Ikääntyminen tilastoissa.* Elinolot 2005. Helsinki: Tilastokeskus, 157–170.

Ojala, Hanna & Pietilä, Ilkka (2010) Sosiaaligerontologian näkökulmia sukupuolistuneeseen vanhenemiseen. *Gerontologia* 24:4, 335–344.

Pankarinkangas, Kirsi (2004) Rakkautta, kumppanuutta, hoivaa vai vaivaa? Leskien uudelleen avioituminen keski-iässä ja vanhuudessa. *Gerontologia* 18:4, 266–273.

Pankarinkangas, Kirsi (2007) Toistamiseen: ”Tahdon”. Leskien avioitumismotiivit ja epäröinnin syyt. *Gerontologia* 21:1, 2–16.

Raassina, Arja (1994) *Vanhuspolitiikka. Lähtökohdat tulevaisuudelle.* Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 6, Helsinki.

Rautio, Nina & Lampinen, Päivi (2006). Sosiaalis-taloudellinen asema ja elinolot 65–69-vuotiailla jyväskyläläisillä vuosina 1988, 1996 ja 2004. teoksessa: Teoksessa Eino Heikkinen, Markku Kauppinen, Piia-Leena Salo, Timo Suutama (toim.) *Ovatko 65–69-vuotiaat muuttumassa aikaisempaa toimintakykyisemmiksi, terveemmiksi ja aktiivisemmiksi? Havaintoja Ikivihreät-projektin kohorttivertailututkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004.* Helsinki: Kela, Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia, 25–43.

Rautio, Nina, Lampinen, Päivi & Lyyra, Tiina-Mari (2011): Muutokset iäkkäiden ihmisten sosiaalistaloudellisessa asemassa ja elinoloissa: 16–vuoden pitkittäistutkimus. *Gerontologia* 25:2, 78–92.

Reitzes, Donald & Mutran, Elisabeth. (2004) Grandparenthood: Factors Influencing Frequency of Grandparent – Grandchildren Contact and Grandparent Role Satisfaction. *Journal of Gerontology: social sciences* 59B:1, S9–S16.

Rotkirch, Anna & Roos, JP. (2009) *Sukupolvien ketju. Suuret ikäluokat ja sukupolvien välinen vuorovaikutus Suomessa.* Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 107.

Rotkirch, Anna, Söderling, Isto & Fågel, Stina (2010) Isovanhemmuuden merkitys korostuu. Teoksessa Stina Fågel, Anna Rotkirch, Isto Söderling (toim.) *Farkkumummoja ja pehmovaareja* -uusia ikkunoita isovanhemmuuteen. Väestöliitto, Helsinki, 5–9.

Sakari–Rantala, Ritva & Lampinen, Päivi (1999). Iäkkäiden jyväskyläläisten sosiaalistaloudellinen asema ja elinolot. Teoksessa Timo Suutama, Isto Ruoppila, Pia Laukkanen (toim.) *Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn muutokset. Havantoja Ikivihreät- projektin 8-vuotisesta seuruututkimuksesta.* Kela, Helsinki, 39–59.

Schoenborn C. (2004). Marital Status and Health: United States, 1999–2002. Advance Data from Vital and Health Statistics 2004; 15 (35). http://www.cdc.gov/nchs/products/pubs/pubd/ad/351–360/351–360.htm [viitattu 26.10.2005].

Scraton, Sheila & Holland, Samantha (2006) Grandfatherhood and Leisure. *Leisure Studies* 25:2,233–250.

Silverstein, Merrill & Marenco, Anne (2001) How Americans Enact the Grandparent Role Across the Family Life Course. *Journal of Family Issues* 22:4, 493–522.

Sorensen, Penny & Cooper, Neill (2010) Reshaping the Family Man: A Grounded Theory Study of the Meaning of Grandfatherhood. *Journal of Men's Studies*18:2, 117–136.

Stevens, Nan & Van Tilburg, Theo (2011) Cohort Differences in Having and Retaining Friends in Personal Networks in Later Life. *Journal of Social and Personal Relationships* 28:1, 24–43.

Thomas, Jeanne L. (1989). Gender and Perceptions of Grandparenthood. *International Journal of Aging and Human Development*, 29:4, 269–282.

Tijhuis, Marja A.J, de Jong Giervield, Jenny, Feskens, Edith & Kromhout, Daan (1999). Changes in and Factors Related to Loneliness in Older Men. *Age and Ageing* 28:5, 491–495.

Tiikkainen, Pirjo & Lyyra, Tiina-Mari (2007) Sosiaaliset suhteet. Teoksessa Tiina-Mari Lyyra, Aila. Pikkarainen ja Pirjo Tiikkainen (toim.) *Vanheneminen ja terveys.* Edita, Tampere, 69–80.

Tilastokeskus. Väestö. Siviilisäädyn muutokset. Tilastokeskus 2005. http://www.tilastokeskus.fi/til/ssaaty/index.html [viitattu 28.2.2006]

Tomassini, Cecilia, Kalogirou, Stamatis, Grundy, Emily, Fokkema, Tineke, Martikainen, Pekka, Broese van Groenou, Marjolein & Karisto, Antti. (2004) Contacts between Elderly Parents and their Children

in Four European Countries: Current Patterns and Future Prospects. *European Journal of Ageing* 1:1, 54–63

Waldrop, Deborah, Weber, Joseph, Shondel, Herald, Pruett, Julie, Cooper, Kathy & Jouzapavicuis, Kevin (1999) Wisdom and Life Experience: How Grandfathers Mentor Their Grandchildren. *Journal of Aging and Identity* 4:1, 33–46.

”Se on niin heleppo se dementiapotilas kun on konstit” Miesryhmän neuvottelua omaishoitajuudesta

Tapio Kirsi

Huolenpitoa kodista ja lapsista samoin kuin sairaiden, vammaisten ja vanhusten ammatillista hoitoa on perinteisesti pidetty naisille kuuluvina tehtävinä. Viime vuosikymmeninä sukupuolten välistä työnjakoa koskevat käsitykset ja käytännöt ovat kuitenkin vähitellen muuttuneet. Äidin ohella myös isät osallistuvat aiempaa enemmän pienten lasten ja kodin päivittäiseen hoitoon eikä miespuolinen lastentarhanopettaja tai sairaanhoitaja ole enää samanlainen harvinaisuus kuin joitain vuosikymmeniä sitten. Tämä sukupuoliroolien muutos on koskettanut pääosin sodan jälkeen syntyneitä ikäluokkia. Viime aikoina myös entistä useammat vanhimman ikäpolven miehistä ovat saaneet kutsun hoivan maailmaan. Tuon kutsun syynä on väestön eliniän piteneminen ja vanhenemissairauksien määrän kasvu samanaikaisesti, kun vanhustenhuollon tavoitteeksi on asetettu laitoshoidon vähentäminen ja vanhusten kotona asumisen ja kotona tapahtuvan hoidon edistäminen (Paasivaara 2002).

Väestön vanheneminen ei sinänsä lisää terveyspalveluiden tarvetta ja kysyntää. Nykypäivän ikäihmiset ovat entistä terveempiä

ja toimintakykyisempiä. Useimmat heistä tulevat nykyisin aiempaa pidempään toimeen itsenäisesti kotona tehokkaampien lääkkeiden, teknisten apuvälineiden, kotipalveluiden ja omaisten avun turvin. Vanhustenhuollossa erityisongelmaksi on kuitenkin muodostumassa muistisairauksien määrän kasvu.

Lääketieteellisenä käsitteenä dementia on yleisnimitys monista eri sairausdiagnooseista koostuvalle neurologiselle oireyhtymälle, jonka aiheuttaa jokin aivoja vaurioittava sairaus. Dementoitumiselle ei ole yksiselitteistä syytä. Suurimman osan dementioista aiheuttaa Alzheimerin tauti, jota sairastaa yli puolet (65 %) diagnosoiduista tapauksista. Vaikka dementiaan sairastuvien määrä on viime vuosikymmeninä kasvanut, eivät dementoivat sairaudet ole sinänsä yleistyneet, vaan tapausten toteutunut ja ennustettu absoluuttisen määrän kasvu johtuu väestön ikärakenteen muutoksista, muistisairauksien varhaisemmasta ja tarkemmasta diagnostiikasta sekä paremmista ennusteista. Samalla, kun 65 vuotta täyttäneiden suomalaisten väestöosuuden on arvioitu kasvavan vuoden 1999 14,9 prosentista 26 prosenttiin vuoteen 2030 mennessä, on keskivaikeaa tai vaikeaa dementiaa sairastavien määrän arvioitu lisääntyvän 80 000 henkilöstä 128 000 henkilöön. Vanhimmissa ikäryhmissä dementiaan sairastuvien osuus kaksinkertaistuu aina viiden vuosikohortin välein. Yli 65-vuotiaista suomalaisista dementiaa sairastaa 5–9 prosenttia. Yli 85-vuotiaiden ikäryhmässä dementian vallitsevuus on 15-kertainen 60-vuotiaisiin verrattuna. (Viramo & Sulkava 2001, 22–27.) Naisten pidemmän eliniänodotteen vuoksi enemmistö dementiaan sairastuvista ikäihmisistä on naisia. Miesten eliniänodotteen kasvaessa lisääntyy samalla sekä dementiaan sairastuvien miesten että dementiaa sairastavien naisten miespuolisoiden määrä.

Muistisairaudet ovat vanhuspolitiikan tavoitteiden kannalta ongelmallisia siksi, että niihin sairastuva ihminen tarvitsee jo taudin varhaisvaiheessa tuekseen, ja taudin edetessä päätoimiseksi hoitajakseen toisen ihmisen. Naimisissa olevan ihmisen dementoituessa on tuo ihminen useimmiten puoliso. Kun dementiaan sairastuu vaimo, lankeaa ensisijainen hoitovastuu aviomiehelle. Miesomaishoitajat eivät ole nuorten isien tai hoivatyön miesammattilaisten tavoin päätyneet

oma-aloitteisesti haastamaan hoivan perinteisiä sukupuolittuneita käytäntöjä. Nykypäivän ikämiehistä tuskin monikaan on nuoruudessaan tai työikäisenä varautunut viettämään eläkepäiviään puolisonsa tai vanhempiensa omaishoitajana. Miehet päätyvät läheistensä omaishoitajiksi enemmän yhteiskunnallisten pakkojen kuin oman valintansa seurauksena. Joutuessaan hoivanantajan rooliin ikääntyneiden miesten on ajateltava uusiksi totutut elämänkäytäntönsä, osaamisensa ja tulevaisuutensa.

Dementiapotilaiden omaishoitoa on tutkittu maailmalla 1970-luvun loppupuolelta lähtien. Tutkimuksen keskiössä ovat olleet puolisoaan hoitavien vaimojen ja vanhempiaan hoitavien tyttärien kokemukset, kuormittuneisuus ja selviytymisstrategiat. Myös valtaosassa puolisohoivaa käsittelevien tutkimusten aineistoista naiset ovat enemmistönä (Ducharme ym. 2006). Kiinnostus miesten hoitokokemuksia kohtaan on lisääntynyt 2000-luvulla tutkimusten osoitettua miesten osuuden omaishoitajista aiemmin oletettua suuremmaksi. Yhdysvalloissa lähes puolet (44 %) omaishoitajista on arvioitu olevan miehiä (National Family Caregivers Association 2000). Tilastollisiin aineistoihin ja menetelmiin perustuvissa tutkimuksissa on selvitetty omaisten hoitamiseen käyttämää aikaa ja hoitajana suorittamia tehtäviä. Miesomaishoitajien on havaittu keskittyvän naisia enemmän käytännön asioiden hoitoon kuin puolison henkilökohtaiseen hoivaan ja olevan hoitamisessa naisia valmiimpia tukeutumaan kodin ulkopuolisiin palveluihin. Miesten on todettu myös olevan naisia pidättyväisempiä tunteidensa ilmaisemisessa.

Miesten hoitokokemus nostettiin itsenäiseksi tutkimuskohteekseen 1980–90-lukujen vaihteessa laadullisten tutkimusaineistojen ja -menetelmien saadessa jalansijaa omaishoitotutkimuksen alueella. Näissä tutkimuksissa on eritelty erilaisia mieshoitajatyyppejä ja miesten sopeutumista hoitorooliin (mm. Calasanti & King 2007, Harris 1993, Harris & Long 1999, Kramer 1997, Kramer & Thompson 2002, Parsons 1997, Russell 2001). Ensimmäisiä suomalaisia miesomaishoitajia koskevia laadullisia tutkimuksia ovat kaksi dementiapotilaan puolisohoivaa käsittelevän väitöskirjani osatutkimusta (Kirsi ym. 2000; 2004).

Näiden tutkimusten näkökulmat ja tulokset toimivat tässä artikkelissa tarkasteltavan miesomaishoitajien ryhmäkeskustelun kysymyksenasettelun keskeisenä lähtökohtana ja tulosten tulkintakehyksenä.

Keskusteluryhmä ja keskustelun teemat

Saatuani keväällä 2002 pyynnön miesomaishoitajien keskusteluryhmän vetäjäksi otin tehtävän vastaan kahdesta syystä. Tuolloin tekeillä olevan väitöskirjatutkimukseni (Kirsi 2004) ensimmäisessä osatutkimuksessa olin analysoinut miesomaishoitajien kertomuksia ja meneillään oli miesomaishoitajien yksilöhaastattelujen analysointi. Omaishoidon tutkijana minua kiinnosti, mitä ja miten miehet kertovat hoitokokemuksistaan ryhmätilanteessa, jossa asioista puhutaan miesten kesken. Koska en ollut tehnyt analysoimiani haastatteluja itse, tarjosi keskusteluryhmän vetäminen myös tilaisuuden tutustua henkilökohtaisesti miesomaishoitajiin ja saada käytännön tuntuma tutkimaani todellisuuteen.

Keskusteluryhmä koottiin osana Vanhustyön Keskusliiton vuosina 2000–2005 toteuttamaa Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanketta (Pitkälä ym. 2003). Ryhmä kokoontui viisi kertaa vuoden 2002 syksyllä erään pohjoissavolaisen paikkakunnan vanhusten palvelukeskuksessa. Keskuksen palveluohjaaja kokosi ryhmän miehistä, jotka hoitivat tai olivat hoitaneen kotona muistisairaudesta kärsivää puolisoaan.

Ryhmän kaksituntisiin istuntoihin osallistui vetäjän lisäksi yhteensä seitsemän miestä. Ryhmän kokoonpano vaihteli istunnosta toiseen. Vain Antero (miesten nimet on muutettu) osallistui ryhmän kaikkiin istuntoihin. Heikki oli poissa toisesta, Lauri kolmannesta, Jaakko toisesta ja viidennestä sekä Mauri kahdesta viimeisestä istunnosta. Erkki oli läsnä kolmannella ja neljännellä kokoontumiskerralla. Voitto teki kertavierailun toiseen istuntoon.

Miehet olivat iältään 76–85-vuotiaita. Antero oli ryhmän nuorin ja Lauri vanhin osanottaja. Kaikki miehistä hoitivat pitkäaikaista elä-

mänkumppaniaan. Lauri oli toiminut puolisonsa omaishoitajan pisimpään, yli 10 vuotta. Heikin vaimo oli ollut kaksi vuotta laitoshoidossa. Lyhyin hoitokokemus oli Anterolla. Muistisairauden etenemisvauhdin eroista kertoo se, että Laurin hoitaessa vaimoaan edelleen kotona, joutui Antero sijoittamaan kaksi vuotta sitten Alzheimer-diagnoosin saaneen vaimonsa toisen ja kolmannen ryhmäistunnon välillä pysyvään laitoshoitoon.

Ryhmän kokoontumiskerroilla oli oma otsikkoaiheensa. Ensimmäisen kerran aiheena oli Tutustuminen, toisen Hoitamisen arki, kolmannen Tukimuodot, neljännen Perhe ja ihmissuhteet ja viidennen Oma minä. Tehtävänäni ryhmän vetäjänä oli avata ja virittää keskustelua istuntojen otsikkoaiheisiin liittyvistä teemoista ja ohjata sivuraiteille rönsyilevä keskustelu päivän aiheisiin. Käytännössä osa kunkin kokoontumiskerran keskusteluista liittyi aiempien tai tulevien istuntojen aihepiireihin. Viimeisellä kokoontumiskerralla, jonka aiheena oli ”oma minä”, kääntyi miesten puhe yksilöllisistä elämäntapahtumista ja -kokemuksista usein jo aiemmilla kerroilla käsiteltyihin puolison sairauden ja hoidon kysymyksiin.

Ryhmäkeskustelu eroaa yksilöhaastatteluista siinä, että ryhmäkeskustelun osanottajat joutuvat vertaamaan ja suhteuttamaan yksilöllisiä elämäntapahtumiaan ja -kokemuksiaan muiden osanottajien kokemuksiin, neuvottelemaan eroavuuksista ja rakentamaan kollektiivisesti jaettua ymmärrystä käsiteltävistä asioista (Wilkinson 1998). Ryhmäkeskustelulle ominainen piirre on se, että siinä puhetta ei osoiteta vain ryhmän vetäjälle, vaan myös muille osallistujille (Pietilä 2010, 217). Ryhmäkeskustelussa tuotettua aineistoa analysoitaessa keskeisenä huomion kohteena on puheen sisältöjen ohella ryhmässä tapahtuva vuorovaikutus.

Edellä mainittuihin ryhmäkeskustelun piirteisiin tukeutuen etsin miesten keskustelupuhetta analysoimalla vastauksia kahteen kysymykseen:

1) Mitä ja miten miehet puhuvat toiminnastaan ja kokemuksistaan muistisairaan puolisonsa hoitajana ryhmäkeskustelutilanteessa?
2) Millaisena miehenä oleminen näyttäytyy ikääntyneiden miesten puheessa omaishoitajuudesta?

Miesten keskustelussa kuvaamat asiat ja tapahtumat samoin kuin viidestä istuntokerrasta koostuva keskustelu ovat osia ajallisesti etenevistä prosesseista, joita kuvaavan aineiston tarkasteluun soveltuvat kerronnallisen tutkimuksen näkökulmat ja käsitteet. Aineiston analyysissä tukeudun myös osin samoihin diskurssianalyyttisiin tulkintakehyksiin, joita käytin aiemmissa miesten hoitokokemuksia käsitelleissä tutkimuksissani (Kirsi ym. 2000; 2004).

Tarja Aaltonen ja Anna Leimumäki (2010, 123) määrittelevät Gerard Génetten (1972/1980) esittämään jakoon viitaten kerronnallisen tutkimuksen kohteeksi kertomuksen, joka koostuu kolmesta eritasoisesta komponentista. *Tekstin* taso on puhetta tai kirjoitusta: kieltä, joilla asioista ja kokemuksista kerrotaan. *Tarinan* taso sisältää kerrotut tapahtumat. *Kerronnan* taso on prosessi, jossa kuvattavat asiat ja kokemukset tuotetaan erilaisin keinoin kertomukseksi. Kerronnallisessa tutkimuksessa keskeinen käsite on myös tekstin, tarinan ja kerronnan tasoja toisiinsa yhdistävä *konteksti*, jossa tietyt tapahtumat, asiantilat tai kokemukset nousevat tai jäävät nousematta kerronnassa esille. David Herman (2009) nimeää kertomuksen keskeisiksi elementeiksi tilanteisuuden, kerrottujen tapahtumien ajallisen rakenteen, kokemuksen ja käänteen. Kerronnan elementtinä käänne voi liittyä sekä kerrottuihin tarinoihin että niiden kertomiseen. Tarinan tasolla käänne ilmenee häiriönä tai muutoksena kerrotussa tarinamaailmassa (Aaltonen & Leimumäki 2010, 123). Kerronnan tasolla käänne ilmenee häiriönä tai muutoksena tarinan kerronnassa.

Pohtiessaan toiminnan ajallisia ulottuvuuksia osana kerronnallista tutkimusta Matti Hyvärinen (2010, 98) tekee Zeno Vendleriin (1967) viitaten eron tilojen, prosessien, suoritusten ja saavutusten välillä. Tilat ovat joko pysyviä tai tilapäisiä olotiloja tai pisteittäisiä tapahtumia. Dynaamiset prosessit luovat hitaita säikeitä ja jatkuvuuksia staattisten

olotilojen ja pisteittäisten tapahtumien välille. Suoritukset liittyvät tyypillisesti tekemiseen, joka tehdään alusta loppuun. Saavuttaminen viittaa lyhytkestoiseen tekemiseen, jonka voi ajatella tapahtuvan kerralla. (Mt., 99). Osana prosesseja saavutukset voivat olla myös useista toisiaan seuraavista suorituksista koostuvan toiminnan lopputuloksia, jotka liittyvät toimijoiden tärkeinä pitämiin tavoitteisiin (esim. tenttejä suoritetaan tutkinnon saavuttamiseksi).

Puolisoiden hoitokertomuksia käsittelevässä tutkimuksessa erotin miesten kerronnasta neljä kulttuurista puhetapaa, jotka nimesin asiapuheeksi, perhepuheeksi, toimijuuspuheeksi ja kohtalopuheeksi (Kirsi ym. 2000). Miesten ryhmäkeskustelupuheen tulkinnassa tukeudun edellä mainituista puhetavoista vain kahteen: *perhepuheeseen* puheena puolisoiden jakamasta arjesta ja puheena puolison sairauteen ja hoitoon liittyvistä kokemuksista ja tuntemuksista sekä *toimijuuspuheeseen* puheena miehenä olemisen ja toimimisen tavoista kotona ja kodin ulkopuolisilla elämänalueilla. Ryhmäkeskustelupuheen diskursiivisessa tulkinnassa huomion kohteena ovat puhujille kerronnassa rakentuvat subjektiasemat.

Ryhmän viidessä istunnossa käsitellyistä teemoista valitsen lähemmän tarkastelun kohteeksi kaksi keskustelukokonaisuutta. Hoitamisen konsteiksi ja käytännöiksi nimeämäni teema koostuu kolmesta, tutustumisistunnon loppuun sekä toisen tapaamiskerran alkuun ja sen loppupuolelle sijoittuvasta episodista. Toisessa keskustelukokonaisuudessa puheenaiheina ovat kotitöiden tekeminen ja henkilökohtainen hoiva. Artikkelin lopussa teen lyhyen ekskursion mieheyden representaatioihin neljään muuhun aihepiiriin liittyvässä keskustelussa.

Hoitamisen konstit ja käytännöt

Tutustumisistunnossa miehet esittäytyivät, kertoivat taustoistaan ja kuvasivat puolisonsa muistisairauden ensioireita, sairauden etenemistä, nykyvaihetta ja muistamattomuuden tuottamia ongelmia. Istunnon loppupuolella tiedustelin, ovatko miehet keksineet käytännön kons-

teja, joilla voi helpottaa elämistä muistihäiriöistä kärsivän puolison kanssa.

TK[1]**:** Mutta onks näissä (.) mulle tuli semmonen mieleen, että sitte kun tulee näitä muistiongelmia, niin onko teillä jotain konsteja? Onko se arki opettanut?

Antero: Se olis mielenkiintoista tietää, mie oon oikein miettiny, että jollakin konsteilla tosiaan. Se ruppee, kun sille tuo viimenen lääke annetaan, tuo insuliinipistos, ni sille saa sannoo sen tuhat kertaa, että…

Kysymykseen ensimmäisenä vastannut Antero kertoi miettineensä erilaisia konsteja, niitä kuitenkaan toistaiseksi löytämättä. Anteron käännettyä puheen vaimon muistamattomuuden tuottamiin ongelmiin, samasta aiheesta jatkoi myös Mauri, joka puheenvuoronsa lopuksi kertoi tehneensä tärkeän arkielämän sujumista koskevan havainnon:

Mauri: Sama on meilläkin. Ei oo, ku kavun yl mennöö, niin se unehtuu se tukkahomma. Pitäs uuvestaa mennä (parturiin -TK) vaikka samana päivänä. […] Sen minä oon huomannu, että koskaan ei pitäis sanoa, että tee niin, vaan pitäis sanoa, että tehtäiskö sillä lailla.

Antero: Vähän niinku narrata.

Vastauksena hoitamisen konsteja koskevaan kysymykseeni Lauri kertoi tarinan tilanteesta, jossa hän sai vastahakoisen vaimonsa lähtemään kuukaudeksi muistikuntoutukseen soittamalla sairaalaan ja pyytämällä vaimon puhelimeen:

1. Lainaukset osanottajien puheesta perustuvat nauhan purkajien tekemään yksinkertaiseen litterointiin. Kolme pistettä … tarkoittaa tekstilainauksen alkamis- tai päättymiskohtaa. Merkki (.) ilmaisee lyhyttä ja (..) pidempää taukoa. […] tarkoittaa lainauksesta poisjätettyä kohtaa ja alleviivaus puheen painotusta. Naurahdukset, hymähdykset, lyhyet palautteet (TK: Joo, joo) ja tekstistä poistettujen sanojen selitteet on merkitty lainauksiin suluin. Aineisto-otteissa puhujien nimet ovat pseudonyymeja, keskustelun vetäjä on Tapio Kirsi (TK).

Lauri: …ne tietysti tuntivat hänet jo osasivat sillä tavalla jutella niin tuota se kun juttel vähän aikoo, niin hän sano, että hän lähteekin tuonne sairaalaan. Sai muka niinku ite päättää sen siinä.

TK: Se on varmaan. Ehkä näitten varmaan yks hyöty on, että kun istutaan täällä puhumassa saatetaan oppia niinku, kans saada vinkkejä toisilta millasia konsteja (.) on käytetty.

Lauri: Niin. Ei se ei kyllä aina auta. Aina ei auta mikkää. Mutta joskus kaikkein parraiten sillä lailla neuvottelemalla.

Jaakko: Sovitteluasema on aina parempi, sen oon huomannu.

Mauri: Kyllä, kyllä.

Keskustelu puolison huonomuistisuuden aiheuttamien ongelmien ratkaisemisessa käytettävistä ”konsteista” päättyi yksimielisyyteen neuvottelusta ja sovittelusta parhaina ongelmien ratkaisukeinoina. Maurin mukaan erimielisyyksiä voi yrittää välttää myös puhumalla asioista yhteisesti tehtävinä ja Laurin mukaan antamalla vaimon päättää asioista itse.

Miesten terveyspuhetta sekä yksilö- että ryhmähaastatteluaineistoilla tutkineen Ilkka Pietilän (2008) havaintojen mukaan ryhmähaastatteluissa puheenaiheeksi nousevat lähtökohtaisesti yleisemmät, ei-henkilökohtaiset asiat kuin yksilöhaastatteluissa (Pietilä 2009, 175; 2010, 218). Vaikka vetämässäni miesomaishoitajien ryhmässä keskustelun lähtökohtana olivat osanottajien henkilökohtaiset kokemukset, luonnehti miesten puhetta muistisairaan puolison kanssa elämisestä ensimmäisellä tapaamiskerralla pyrkimys yleistävään puhetapaan. Parhaina arjen ongelmatilanteiden välttämisen ja ratkaisemisen keinoina miehet pitivät neuvottelua ja sovittelua, yhteisen tahtotilan muodostamista ja puolison kannustamista itsenäiseen päätöksentekoon. Arjen hallinnan keinoina nämä miesten parhaiksi katsomat – joskaan ei aina käytännössä toimiviksi havaitut – toimintatavat tuovat mieleen työelämälle tyypillisen strategiapuheen ja työelämässä noudatettavat yhteistoiminnan periaatteet ja ongelmanratkaisutavat. Kysymys siitä, miten toimia silloin, kun puolisoiden väliset yhteistoimintaneuvottelut päättyvät umpikujaan, ei noussut tutustumisistunnossa esiin.

Tutustumisistuntoon osallistuneet miehet kokivat muistisairaan puolison kanssa elämisen arjessa erityisen vaikeaksi asioiden loputtoman toistamisen ja ”inttämisen”, kun vaimo ei usko mitä mies sanoo. Miehen hermot ovat usein lujilla, kun puolison parhaaksi tarkoitetut viestit ja ohjeet eivät mene perille. Tähän tutustumisistunnon osanottajien jakamaan kokemukseen toisenlaisen näkökulman toi ryhmän toiseen istuntoon osallistunut Voitto:

Voitto: …Minä sen verran pikkusen jatkan, kun on ollu tukijoukkoo takana ja sitte, ku ne on käyny koulutusta, ni ne huomoo heti lapset sitten sen, mistä se kenkä puristaa ja heti kahtovat reseptit ja lääkkeet ja niin mulla on ollu siinä mielessä hirveen helppoo. Mulla ei oo ollu sitä vastuuta, kunhan minä annan ne tabletit vuan ja pian hyvän huolen ja muut. Ku se on niin heleppo se dementiapotilas, tulukoon tämäkin sinne konneelle, kun on konstit, että, että muistaa sen vuan, koska se dementiakaveri ei muista mitä se puhhuu, korkeentaan sen puol tuntia…

Antero: Korkeentaan.

Voitto: …sitä saattaa olla sen mieliks niin sen puoli tuntia aivan heleposti […] että, kun se on hyvässä virreessä se ihminen, ja sen saapi piettyä ni. Ja sen oppii näkemään ihan heti, kun se alkaa. Se löytää vaikka mistä, työ tiiätte, sitä sanomista. Mutta kun sen tietää, että se ei muista kuin puol tuntia pitempään niitä puhheitaan. (**TK:** Niin). Niin sen kun muistaa sen kanssa, että sopu säilyy. Kyllä sitä jaksaa? taas, kohta, ei mittään. Ei siinä oo sen kummempaa.

Pyydettyäni muiden miesten kannanottoa Voiton kertomaan, Mauri antoi ympäripyöreän vastauksen. Se ei riittänyt Voitolle, jota kiinnosti nimenomaisesti kokemusten samanlaisuus:

TK: Onko muilla sama kokemus?

Mauri: Kyllä on, on kokemusta on…

Voitto: Onko sama kokemus?

Anteron vastattua Voiton vaativaan kysymykseen väistellen, Mauri jatkoi kommentilla, joka osoittaa muistisairaan puolison kanssa ”pelaamisen” Voiton kuvaamalla tavalla olevan hänelle vieras asia:

Antero: Kyllä se on niin.
Mauri: Kyllä siinä varmasti on pelloomista, on… (**TK:** niin…)

Lauri ei tyytynyt Anteron ja Maurin väisteleviin vastauksiin, vaan toi ikäänsä ja pisimpään hoitokokemuksensa vedoten esiin toisenlaisen tavan toimia ongelmatilanteissa:

Lauri: Minä oon tietysti vanhimmainen meistä ja mun vaimo on ollu kauimmin jo tässä jutussa…(**TK:** Niin) …niin minä nyt viimeks huomasin, huomasin, semmosen jutun, kun se ei, se tuntuu minusta, että se aiheettomasti ruppee, ruppee nii kun (.) jermuilemmaan (Naurahdus) (**TK:** Niin). Minä en aina sitten ole sulattanu sitä, että vaikka minä tiän mistä se johtuu… (**TK:** Hmm)...että ruppee niin ku rähisemmään. Mutta minä nyt tällä viikolla huomasin, että ku se rupes yhestä asiasta jurnuttammaan, en puhunu mittään, minä pistin hatun piähän ja menin ulos (naurahtaa), ulos hommiin, tota. (**TK:** Naurua).
Mauri: Niin se on lähettävä melekein.

Laurin etäisyydenotto ”rähisevästä” ja ”jurnuttavasta” vaimosta ei jäänyt vain mielenosoitukselliseen ulosmarssiin. Tilanne päättyi vasta kun vaimo pyysi itkien anteeksi:

Lauri: Se tul sinne (ulos) perästä ja sano päivee. Minä sanoin, että tänä aamuna sanoin hyvvee huomenta, että se pittee riittää. Ja se sano, että keittääkö hän kahvit. Minä sanoin, että en minä vielä tule. Ei se ossoo keitteekään muuta ennee. (**TK:** Niin) … Niin tota, sitte se jonnii ajan piästä, ku minä en ollu välittävinäkään siitä… (**TK:** Niin)... niin tuota tuota itkien sitten tuli, että voitko vielä antoo anteeksi?

TK: No niin?
Lauri: Se on joka päivä se.

Laurin kertoma tarina rohkaisi myös muita miehiä tuomaan esiin omia samankaltaisia kokemuksiaan. Mauri oli jo aiemmin tunnustanut toimineensa melkein samoin kuin Lauri ja myös Antero kertoi samankaltaisista tuntemuksistaan:

Antero: Niin tota (huokaus)(..) niin ku kaveri sano tossa, että pisti hatun päähän, ni minä sen oon kolme, oon kolme, neljä kertoo tehny, että minä lähen sitte. Vai kumpiko…

Vaikka etäisyydenotot ”rähisevästä” puolisosta, tai ainakin niitä koskevat ajatukset, olivat tuttuja myös muille miehille, on muistisairaan vaimon kanssa elämisen peruslähtökohtana kuitenkin vastuullinen puolisona oleminen:

Lauri: Ei sitä uskalla kauaksi heittöö. Se on katottava.
Antero: Ei tietenkään, tommoseen pimmeyteen heittää.

Toisessa istunnossa ryhmässä vieraillut Voitto istuutui ryhmän alkuperäisjäsenten osin jo yhteisesti jakamilla tulkinnoilla valmiiksi kattamaan keskustelupöytään. Voiton avauspuheenvuorossa ryhmässä aiemmin puhutusta poikkeavaa ei ollut vain se, että Voiton tukena olivat hoitoalaa tuntevat lapset, vaan myös Voiton tapa kuvata hoitamisen arkikäytäntöjään ja eritoten muistisairaan puolison kuvaaminen helpoksi hoidettavaksi.

Tutustumisistunnon lopussa esittämälläni kysymyksellä hoitamisen konsteista halusin selvittää, olivatko miehet keksineet sen kaltaisia hoitamisen arkitilanteita helpottavia keinoja, joista väitöskirja-aineistoni kertomuksissa ja haastatteluissa kertoivat lähinnä vain naiset. Voiton puheenvuorossa oli kyse juuri sellaisista, myös Voiton itsensä ”konsteiksi” kutsumista keinoista, jotka liittyvät muistisairaan ihmisen

hoidon osaamiseen. Vahvaa toimijuutta ilmaiseva perhepuhe asemoi Voiton ryhmässä feminiiniseen hoidon osaajan subjektipositioon.

Tarinan tasolla Voiton puhe hoitamisen konstien osaamisesta ja varsinkin muistisairaan puolison hoidon helppoudesta haastoi ryhmässä aiemmin jaetut tulkinnat. Kerronnan tasolla Voiton äänekäs, keskustelua dominoiva ja vaativa puhetyyli haastoi ryhmän vuorovaikutusrakenteen, mikä oli Laurille liikaa. Laurin kertoma tarina arkikokemuksistaan ”rähisevän” puolison kanssa tuotti keskustelussa kerronnallisen käänteen. Tarinassa Laurin tulkintarepertuaari vaihtui perhepuheesta toimijuuspuheeksi ja subjektiasema vastuullisesta puolisosta itsenäiseksi miestoimijaksi. Tarinansa vakuuttavuutta Lauri painotti etukäteen todetessaan olevansa *tietysti* paikalla olevista miehistä vanhin ja pisimpään puolisoa hoitanut. Lausumallaan Lauri ilmaisi paikkansa ryhmän valtahierarkiassa määrittäen auktoriteettinsa lähteeksi keskustelun osanottajien ikäjärjestyksen ja hoitokokemuksen pituuden.

Ryhmähaastatteluja tutkittaessa on havaittu ryhmän alkavan usein yhteistuumin seurata ensimmäisten puheenvuorojen aikana puheena olevaan asiaan määrittyvää näkökulmaa (Hollander 2004, Pietilä 2010). Voiton ensimmäisen puheenvuoron kohdalla ei käynyt näin. Vasta ryhmänvetäjän ja Voiton oma patistelu sai Maurin ja Anteron vastahakoisesti kommentoimaan avattua näkökulmaa, muttei seuraamaan sitä. Sen sijaan osa miehistä alkoi seurata Laurin avaamaa näkökulmaa, mikä asemoi autonomisen miestoimijan positioon Laurin lisäksi myös Anteron. Laurin ja Anteron kuvaukset toiminnastaan eroavat toisistaan paitsi pituudeltaan myös toimijuuden asteeltaan. Laurin tarinan päähenkilö on aktiivinen toimija, joka keneltäkään lupaa kysymättä ottaa etäisyyttä aiheettomasti rähisevästä vaimostaan. Anteron selonteossa toimijuus on toiminnan aikeisiin, ei itse toimintaan liittyvää, mutta vahvempaa kuin Maurin puhe ”melkein lähtemisestä”.

Ryhmä ei seurannut kumpaakaan edellä referoidussa keskustelussa nousseista näkökulmista yhteistuumin. Lauri vastasi Voiton näkökulmaan omallaan, minkä virittämään keskusteluun Voitto ei

osallistunut lainkaan. Episodin loppurepliikeissä Laurin avaama näkökulma sulkeutuu Laurin ja Anteron toimijuuspuheen vaihtuessa takaisin vastuullisen puolison perhepuheeksi.

Toisen istunnon loppupuolella Voitto otti uudelleen puheeksi hoitamisen arkikäytäntönsä:

Voitto: ...Ni sitten, kun sen, kun sen muistaa, kun kehtoo ja kun jaksaa, että (.) että, kun yrittää olla, kun tietää ite kuhin vaimosa, että (ööö) minkä verran se kestää, minkä verran se puhe tykkää, ja sitä vähän huomookin. Mutta joka tappauksessa piäsee päivän palajon helepommalla, jos ossoo olla silleen pikkusen sillä tavalla myötäkarvaan ajatella ja jos huomoo, että se ei tykkee, ni muuttaa sen puhheenaiheen. Ja sitte, jos se sattuu suuttummaan, ni sitä ei sua siihen lisätä. Se pittää antoo olla se, puol tuntia koska se unneuttaa, se ei muista, mitä se on sanonu. [...] Se on hirveen tärkeetä, että ossoo väistellä ja ottoo sen sillä asteella, kun on sen ajatusmaalima. Ja sikäli, kun se sen ymmärtää. Ni siltä asteelta ottoo ne käsiteltävät ja puhuttavat ja ja esittee ja kohta ollaan naurun puolella asioissa nii.

Voiton puhe potilaan mielialojen ohjailusta antoi minulle aiheen toistaa tutustumisistunnossa esittämäni kysymys hoitamisen konsteista. Tällä kertaa en kuitenkaan kysynyt hoitamisen ”konsteista”, vaan puolison huonomuistisuuden hyväksi käyttämisestä arjen ongelmatilanteissa:

TK: Mehän viime kerralla oikeestaan puhuttiinki. Ja aika paljon tuli oikeestaan sitä, miten vaikeeta on ja mitä ongelmia tuottaa, kun toinen ei muista. Ni tuli vaan mieleen se, että onks teillä semmosta kokemusta, että käykö siinä niin, että sitte kun siihen tottuu siihen hoitamiseen ja pelaamiseen sen kanssa, että sitte oppii myöskii sen kaverin niin ku huonomuistisuutta käyttämään hyväksi kanssa sillä tapaa?

Voitto tulkitsi kysymykseni puolison huonomuistisuuden hyväksikäytöstä puolison hyväksikäyttämiseksi ja vastasi painokkaasti koko ryhmän puolesta:

Voitto: Ei. Ei kyllä oo varmaan näillä pojilla eikä mulla oo semmosta. Se (.) me ollaan niin vanhan ajan, vanhan ajan kasvatteja, että meillä on jokkaisella niin puhas omatunto, että myö ei, myö ei pelata sen sairaan siivellä, kukkaan varmasti!

Voiton voimakas reaktio kysymykseeni loi keskusteluun moraalisesti latautuneen ilmapiirin, mitä osaltaan ilmentää päällekkäin puhuminen. Vastakysymyksessään Antero peräsi perusteita Voiton näkemykselle. Maurin myötäillessä Voitto jatkoi näkemyksensä perustelua ikäpolvensa miehille ominaisella velvollisuudentunnolla:

Antero: Niinkö, niinkö kaveri aattelee?

Mauri: Niitä kaveria ei varmaan oo täällä…(Päällekkäinpuhumista… ei saa selvää).

Voitto: Ihan niin ku, minkä takia me oltiin rintamalla, se oli se velvollisuuventunto. Ja tässä jutussa se on ihan sama... (**TK:** Joo. joo) ...että se on niin ku meiän velevollisuus, olevinnaan.

Voiton paatoksellinen puheenvuoro kirvoitti ryhmässä henkilökohtaisia selontekoja, jotka eivät liittyneet kuitenkaan Voiton esiin nostamaan velvollisuudentuntoon, vaan alkuperäiseen kysymykseeni puolison huonomuistisuuden hyväksikäyttämisestä. Antero kertoi miten hoitaja sai aamulla vaimon narratuksi lähtemään virkistyspäivään, mikä mahdollisti Anteron osallistumisen ryhmän istuntoon. Tarinan ja sen kommentoinnin myötä ”narraamisen” merkitys täsmentyi:

Antero: ... niin kumpikohan se näistä tytöistä sano, että ajetaapas sieltä kautta ja käyvääpäs kattomassa sitä (palvelukeskusta, jossa pariskunta kävi 2 viikkoa aiemmin -TK) kun ei oo millonkaan käyty. Että kyllä tässä tuli niin ku narrattua...

Voitto: ...Nii, no se nyt on. Se ei oo mittään, ku se ei sitä loukkaa. Sen tunteita. Se pittää se vara pittää.

Lauri: Nii, ja neuvottelemalla se on aina. […] ja niin palajon ku mahollista ni hyväkskäyttämmään sitä heiän ommaa tahtoonsa. […] Ni minähän jo kerroin viime kerralla, ni se sairaalan lähtö viime kesänä ku se joka ilta rupes nurnuttammaan, että minnekäs sinä minut heität…

Keskustelu päätyi yhteisymmärrykseen puolison huonomuistisuuden hyväksikäyttämisen oikeutuksesta tilanteissa, joissa hänen tunteitaan ei loukata. Miehet tulkitsivat huonomuistisuuden hyväksikäytön kuitenkin kukin omalla tavallaan. Antero puhui arkitilanteiden sujumista helpottavasta narraamisesta ja Voitto potilaan mielialoja ohjailevasta ”luovimisesta”. Anteron naurahduksen säestämän kommentin luovimisen samaistamisesta neuvottelemiseen voi tulkita ironiseksi heitoksi Laurille, jollaiseksi Lauri ei sitä kuitenkaan tuntunut mieltävän:

Voitto: …Että se on aina niin kun luovimalla.

Antero: Neuvottelun tulos! (Naurahdus).

Lauri: Niin on.

Toisen istunnon lopussa hoitamisen konsteista käydyssä keskustelussa tapahtuneen käänteen tulkinnassa olennaista ei ole se, kuka tulkitsi mitenkin kenenkin tarkoituksia, vaan käänteen kerronnalliset seuraamukset. Jämerässä vastauksessaan puolison muistihäiriöiden hyväksikäyttämistä koskevaan kysymykseeni Voitto ei reagoinut vain omasta, vaan koko ryhmän ja sen edustaman ikäpolven puolesta. Anteron ihmettelevän (”Niinkö, niinkö kaveri aattelee?”) ja Maurin myötäilevän kommentin jälkeen Voitto perusteli näkökantansa puheella miesten velvollisuudentunnosta tavalla, jossa artikuloituu keskustelussa tilanteisesti rakentuvia subjektiasemia pysyvämpi sodankäyneen miessukupolven kollektiivinen identiteetti.

Kukaan miehistä ei yhtynyt Voiton paatokselliseen velvollisuuspuheeseen, ei edes Lauri, joka ryhmästä ainoana sekä talvi- että jatkosodan

eturintamilla taistelleena veteraanina oli keskustelun eri yhteyksissä aiemmin korostanut velvollisuudentunnon merkitystä niin maanpuolustuksen kuin puolison hoitoon sitoutumisensa lähteenä. Laurin vastattua toisen istunnon alussa Voiton perhepuheeseen toimijuuspuheella, jota Voitto ei kommentoinut, näyttää Lauri nyt antaneen samalla mitalla takaisin ohittamalla Voiton vahvan toimijuuspuheen, joka tarinan tasolla kohdistui Laurin ikä- ja kokemusjärjestyksiin ankkuroimaan auktoriteettiasemaan ryhmässä.

Voiton näkemykseen siitä, ettei puolison tunteita tulisi loukata, Lauri vastasi toteamalla ”nii ja neuvottelemalla se on aina” sekä korostamalla hoidettavan oman tahdon hyväksikäyttöä niin paljon kuin mahdollista. Näkemystensä tueksi Lauri toisti aiemmin kertomansa tarinan tilanteesta, jossa vaimo sai päättää itse menosta muistikuntoutukseen. Kyse ei ole vain muille jo aiemmin kerrotun tarinan kertomisesta Voitolle, vaan myös puheenaiheen vaihtamisesta. Hetkeä aikaisemmin Lauri oli kuvannut tilannetta, jossa esittämällä välinpitämätöntä sai vaimonsa itkemään. Tarina päättyy lauseeseen ”Se on joka päivä se”.

Olen edellä alleviivannut Laurin puheesta toiminnan ajallisia määreitä. Lainauksissa neuvottelu on aina ongelmien ratkaisupyrkimysten lähtökohta riippumatta pyrkimysten onnistumisesta. Puheessa puolison oman tahdon hyväksikäytöstä niin paljon kuin mahdollista ”niin paljon” ilmaisee toiminnan arvopäämäärän ja ”kuin mahdollista” toimijuuden tilan. Laurin kerronnassa tarina puolison menosta muistikuntoutukseen on pisteittäinen tapahtuma, jonka lopputuloksen (puolison oman tahdon hyväksikäytön onnistumisen) merkitystä päähenkilön saavutuksena korostaa tarinan toistaminen. Saman tarinan kertominen uudestaan pääosin samalle kuulijakunnalle viittaa myös tapahtuman ainutkertaisuuteen. Tarinan etäisyydenotosta vaimostaan Lauri sen sijaan kertoi vain kerran miehisenä vastapuheena Voiton feminiiniseksi tulkitsemaani hoitopuheeseen. Jälkimmäisessä tarinassa kuvatussa toiminnassa ei ole kyse pisteittäisestä tapahtumasta, vaan pysyvästä olotilasta, joka toteutuu ”joka päivä”.

Hyvärisen (2010, 102) mukaan saavutusten ja suoritusten korostaminen kerronnassa esittää päähenkilöt aktiivisina toimijoina sekä tilojen ja hitaiden prosessien kuvaaminen vastaanottavina toimijoina. Molemmat Laurin kertomista kahdesta tarinasta tuottavat tarinan päähenkilön aktiivisena toimijana. Tarina etäisyydenotosta muistisairaasta puolisosta ei sovi vallitsevan omaishoitodiskurssin normatiiviseen kaanoniin. Korostaessaan hoitamisen konsteja koskevan keskustelun lopussa näkemyksiään ja toimintaansa muistisairaan vaimonsa vastuuntuntoisena ja osaavana puolisona, Lauri vältti joutumasta omaishoitajana epäedulliseen valoon.

Kotityöt ja henkilökohtainen hoiva

Yksi ryhmän toisen tapaamiskerran keskusteluteemoista oli puolisoiden keskinäisessä työnjaossa tapahtuneet muutokset tilanteessa, jossa muistiongelmista kärsivä puoliso ei enää suoriudu kodissa aiemmin huolehtimista tehtävistään. Avasin asiaa koskevan keskustelun kysymällä:

TK: Niin, mitä jos puhuttas siitä, että (..) Kaikilla taitaa olla se tilanne, että se vaimo on kotona. Tullaan vielä toimeen jotenkii, niin tuota onko se sitten (.) siinä on sitten monet hommat, mitkä vaimo on aikasemmin tehny, jää ittelleen?

Antero vastasi kysymykseeni ensimmäisenä toteamalla ”On ne kaikki tehtävä”. Täsmentävään kysymykseen kodinhoitotaitojen opettelusta vastannut Lauri kertoi olevansa ruoanlaittajana parempi kuin vaimonsa, mistä hän sai muiden miesten jakamattoman ihailun:

TK: Mitenkäs ne on luontunu? Onko ollu opettelemista?
Lauri: En minä tiiä, mulla on hyvästi luontunu. Minä teen paremmat ruoat, ku vaimo tekköö ja monipuolisemman.
Muut miehet yhteen ääneen: <u>No niin!</u>

Voiton apuna ruoanlaitossa olivat lähellä asuvat tyttäret.

Voitto: Mulla on tytöt sitte lähellä, ni ne tekköö, jos en minä…

Antero: Se on iso helepotus.

Puhuminen kotitaloustöiden tekemisestä ei kuulunut miesten suosikkiaiheisiin. Aihetta käsiteltäessä keskustelu pyrki tavan takaa lipsahtelemaan muihin aiheisiin. Ohjattuani keskustelun takaisin kotitöiden tekemiseen Antero jatkoi:

Antero: No jotennii se tuntuu meikäläisestä aika helepolle, helepolle ruveta sitä huushollia hoitamaan, ku, kun, kun (..) mulla oli sellanen tälli, että minä jouvuin kymmenen, alle kymmenen vuotiaana perheelle laittamaan ruokaa. Ajattele…(**TK:** No nii!)…eikä niitä ollu niitä kalusteita eikä semmosia, semmonen 15 litran pata ni (naurahdus), jolla keiteltiin. Maitopottuja ja tuuvinkia (naurahdus).

Anterolle jälkikäteen onnenpotkuksi osoittautuneesta ”tällistä” oli kokemusta myös Laurilla, joka Anteron tavoin kertoi omaavansa ruoanlaittajana ”pitkän pohjan” jouduttuaan lapsena olemaan äidin apuna ruoanlaitossa perheen kotitalossa yökortteeria pitäneille linja-auton kuljettajille ja matkustajille.

Mauri otti osaa kotitöiden tekemistä koskevaan keskusteluun vasta istunnon loppupuolella kertoessaan puolisonsa omatoimisuudesta:

Mauri: Joo ja se tekköö, se tekköö ite kyllä paljon. Se on tottunu. Ja kun minä en sais tehhä niitä kaikkia, en sais tehhä… (**TK:** Joo)… vaikkei se pystyiskään kaikkia tekkee, ni ei (.) ruokoo ja muuta laittaan…(**TK:** Niin). Minä kyllä laitan ruokoo, minä pystyn kyllä siihen hommaan. Vaan minä oon siihen perehtynnä jo niin tuota ja minä tiän niin paljon kuin kerkiän. Keitän ja paistan ja mitä vain siinä välissä […] Siivojat käypi joka kuukausi käyvät, että pyssyy puhtaana. Ja kyllä miä piän kanssa huushollin puhtaana niin palajon ku kehtaan ja kerkiän.

Maurin puheessa piirtyi kuva miehestä asiaan perehtyneenä ja osaavana ruoanlaittajana, joka keittää ja paistaa niin paljon kuin muilta kiireiltään ehtii. Puhe siivoamisesta niin paljon kuin ehtii ja kehtaa (viitsii), tuotti Maurin kodin siisteyden ylläpitäjänä vähemmän aktiivisena toimijana kuin ruoanlaittajana.

Kotitöiden tekeminen nousi puheeksi vielä neljännessä ryhmäistunnossa edellisellä kerralla ryhmään mukaan liittyneen Erkin kuvaamana:

Erkki: Päivittäiset asiat hoituu rutiinilla. Hänen dementoitumisasteensa on sillä tavalla että minun harteillani on tuota kodinhoito, ruuanlaitosta pyykinpessuun kaikki. Hänen, hänen (.) hän, tuota, ei pysty hahmottamaan mitään tämmösiä kotitöitäkää.

Erkki luonnehti ruoanlaittoa päivittäin hoituvaksi rutiiniksi. Toimintojen järjestys puheessa arvottaa ruoanlaiton pyykinpesua ja muita (erikseen mainitsemattomia) kodin arkiaskareita tärkeämmäksi toiminnaksi.

Omaishoitajan arki edellyttää miehiltä kotiaskareiden teon lisäksi myös muistisairaan puolison avustamista niissä henkilökohtaisissa toiminnoissa, joista tämä ei kykene enää itsenäisesti suoriutumaan. Ruoanlaittotaitojen oppimisesta kertoessaan Antero otti puheeksi myös vaimon auttamisen pukemisessa:

Antero: ...Veljekset ku…seitsemän veljestä ku oli eikä yhtään tyttöä, ni sitä piti olla minun vähän siinä…(naurahdus). Joo nyt vain tuntuu, ku on jo pitäny kahtena kolmena päivänä laittaa vaatteita päälle, ni se on vähän outoa…(**TK:** Joo.)…kaverille.

Lainauksessa etäisyydenottoa kuvatusta toiminnasta ilmaisee osaltaan se, että pukemisessa Antero ei auttanut vaimoaan, vaan ”kaveriaan”. Kyseessä oli Anterolle uusi, vasta äskettäin eteen tullut ja sellaisena ymmärrettävästi outo tilanne. Voitolla oli puolison pukemisesta vähän pidempi kokemus:

Voitto: Tuntuu olevan teillä pojilla samanlainen ohjelma. Se on meikäläisellä kanssa, että se on kuukauven tahi kaksi, että se mennöö (.) villapuseron hihat mennöö ylösi ja alasin, joskus se on se, ku se on se mieliala jotenkii, että ku se ei pysy se ajattelu tehtävän mukana, ni sitten on hirmu vaikeeta, se, että sitä aatelloo, että kuinkahan kauan sitä mennöö näillä yksillä rinttuuksilla, että se on sitten se laitokseen lähtö.

Jos ilmauksen ”yksillä rinttuuksilla menemisestä” tulkitsee puheeksi totuttujen arkirutiineiden hoitumisesta, ei Voiton puheessa puolison laitokseen sijoittamisen ennakoiduksi rajapyykiksi määrity hoitajana jaksaminen, vaan halu hoitaa ja hoidon osaaminen.

Aiemmin tutkimissani mieshoitajien kertomuksissa ja yksilöhaastatteluissa miehet kuvasivat kotitöiden tekemistä ja puolison hoitamista verrattain vähän, ja silloinkin usein välttelevin tai vähättelevin sanakääntein (Kirsi ym. 2004). Miesten kerronnassa piirtyi esiin tehtäväkohtaisesti eriytynyt toimijuuden hierarkia. Ruoan hankkimisesta ja valmistamisesta monet miehistä puhuivat preesensissä aktiivista toimijuuttaan korostaen. Kodinhoitoon liittyviin tehtäviin (tiskaaminen, siivoaminen, pyykinpesu jne.) viitattiin arjen välttämättöminä rutiineina. Kun puhe siirtyi ruoanlaitosta puolison avustamiseen toiminnoissa, joista hänellä oli vaikeuksia selviytyä itsenäisesti, vaihtui kerronnan preesens usein passiiviksi ja aktiivinen toimijuus pakon sanelemaksi asioiden suorittamiseksi, jossa ilmenevää asioiden tekemisen tapaa (”ruoka *pitää* palastella lautaselle”, ”pukeutumisessa *täytyy* auttaa” jne.) kutsuin responsiiviseksi toimijuudeksi. Puolison kylvettämistä, WC-käynneissä avustamista ja vaippojen vaihtoa sisältävää ruumiillista hoivaa miehet kuvasivat kerronnassaan harvoin ja silloinkin usein tavoilla, joiden tulkitsin ilmentävän heikkoa toimijuutta tai ei-toimijuutta.

Miesten ryhmäkeskustelupuhetta jäsensi samankaltainen kotitöihin ja puolison avustamiseen liittyvä toimijuuden hierarkkinen rakenne kuin aiemmin tutkimiani mieshoitajien kertomuksia ja haastatteluja. Puhe ruoanlaitosta tuotti Laurin, Anteron ja Maurin

aktiivisina toimijoina. Erkin puheessa kotitöistä arjen välttämättöminä rutiineina, Maurin puheessa siivoamisesta sekä Anteron ja Voiton puheessa puolison auttamisesta pukeutumisessa artikuloitui responsiivinen tai vastaanottava toimijuus. Voiton puheessa ruoanlaitto näyttäytyi enemmän perheen yhteisöllisenä kuin kertojan yksilöllisenä toimijuutena.

Puolison ruumiillisista tarpeista huolehtiminen nousi keskustelussa esille kaksi kertaa. En esittänyt keskustelussa asiaan liittyvää kysymystä, koska lievästi dementoitunutta puolisoaan hoitavien miesten kohdalla asia ei ollut ajankohtainen enkä halunnut hämmentää pidempään puolisoaan hoitaneita osanottajia liian intiimeiksi tai tungetteleviksi mahdollisesti koettavilla kysymyksillä. Omaishoidon tutkijana minua myös kiinnosti missä määrin ja millaisissa yhteyksissä miehille vaikeiksi tai arkaluontoiseksi olettamani puheenaiheet nousevat keskustelussa spontaanisti esiin. Seuraavassa tarkastelun kohteena ovat ne kaksi keskustelukontekstia, jossa ruumiillinen hoiva nousi keskustelun aiheeksi.

Yksi hoidon arkea käsitelleen ryhmäistunnon puheenaiheista oli puolison lääkitys ja lääkkeiden antaminen. Useimpien miesten puolisoilla oli lääkitys moniin sairauksiin ja vaivoihin:

Mauri: …ja sitte tota, sillä on marevaanilääkitys, niin ku verenohennus, pitää ottaa joka viikko.
TK: Nii, joo. Ku siinä on monilla kaikki muutkin lääkitykset, ei pelkästään…
Lauri: Minä en tiiä, onko muilla, mutta tällä meiän emännällä on se pissajuttu vielä, että…
Antero: Joo, no minä laitan kanssa sen insuliinin.
Voitto: Meil on semmone systeemi, me kun asutaan lähellä apteekkia, niin ne apteekista tuovat […]

Lauri otettua keskustelussa esiin ”emännän pissajutun”, jatkoi Antero puhumalla insuliinin antamisesta. Kun keskustelua kuuntelee nauhalta, ei Antero puhu insuliinin, vaan – ääntään madaltaen – vaipan lait-

tamisesta. Nauhan purkaja oli ilmeisesti tulkinnut Anteron epäselvän repliikin keskustelukontekstin pohjalta insuliinin pistämiseksi, mistä Antero oli maininnut aiemmin. Laurin ja Anteron puheenvuoroissa ei siis ollut kysymys puolison lääkityksestä, vaan ruumiillisesta hoivasta. Voiton palautettua puheen puolison lääkehuoltoon ei asia noussut enää keskustelussa esiin.

Ryhmän päätösistunnossa kysyin, mitkä ovat olleet istunnossa läsnä olleiden Laurin, Anteron ja Heikin elämässä tärkeitä henkireikiä. Heikki vastasi kysymykseen sekä omasta että Laurin puolesta viitaten asiaan, josta oli ryhmässä ollut puhetta aiemmin ja josta miehet olivat puhuneet myös kahden kesken istuntojen alkamista odotellessa:

Heikki: Kyllä se on ollu se työelämä. Ja nyt minä oon tässä (yhdistys) työssä Laurin kanssa kovasti mukana.
Lauri: En minä oo ennää. Minä kerkesin pois.
TK: Kyllä siitä juttua on ollu, että se on sulle tärkeä henkireikä tää (yhdistys)työ?

Vastauspuheenvuorossaan Lauri kertoi eronneensa järjestön paikallisyhdistyksen puheenjohtajan tehtävästä ja jättäytyneensä pois koko yhdistyksen toiminnasta yhdistyksen hallituksen äänestettyä nurin jäsenistön tasapuoliseen kohteluun liittyvän puheenjohtajan päätösesityksen. Kyse oli Laurille henkilökohtaisesti kipeästä kokemuksesta, johon liittyvät seikat herättivät ihmetystä ja moraalista paheksuntaa myös muiden ryhmän jäsenten keskuudessa. Ryhmän vetäjänä olin kiinnostunut tapauksen seuraamuksista:

TK: Eikös siitä tullu sitte, kun tollasen toiminnan yhtäkkiä lopettaa, niin semmone vähän niinku ajan…?
Lauri: Eihän siitä ennää tulis mitään. Kun minä en pääse enää mihinkään. Se on kertakaikkiaan ihan, ihan tuota...

Vastauksessaan Lauri perusteli yhdistystoiminnasta pois jäämistään puolisonsa hoidon sitovuudella. Osa hoidon sitovuutta oli Laurin jo

aiemmin mainitsema vaimon pissaongelma, mistä puhumiselle avautui keskustelussa lopultakin suotuisa konteksti:

Lauri: Sen takia minä haluan hänet pitää kotona, että kun hänellä on esimerkiks, en tiedä onko muihen vaimoilla, semmonen pissajuttu? Esimerkiks kymmenen kertaa yössä pittää käydä…

Antero: Se ehkä kuuluu taudin kuvaan

Lauri: …Semmonen ku joutuu sairaalaan, ni saapi olla niissä märissään sitte (..) se on pylly märkänä sitte, nii.

TK: Joo. Siinä on kaikkee. Niinku tärkein lähtökohta on sen potilaan (.) vaimon hyvinvointi…

Lauri: Kyllä, kyllä (..) kun sen tietää, että kotona paremmin tulee hoidettua kuin ne sairaalassa, niin sitten sitä hoitaa niin hyvin kuin pystyy.

Heikki: Se niin sanottu perushoito on tärkein.

Lauri: Ja minä niinku pesen ne pissahousut...(**TK:** Joo. Kyllä, kyllä) ...ja kuivatan. Mutta minä tiian, että kun sinne nykynen, kun siellä on vähän henkilökuntaa, ni siellä joutuu samassa pissassaan olemaan…

Laurin ottaessa puheeksi puolison pissaongelmat, vaihtui autonomisen miestoimijan kansalaisjärjestöpuhe vastuullisen puolison perhepuheeksi. Lauri ei hoitanut puolisoaan kotona olosuhteiden pakosta, vaan halusi pitää hänet kotona, koska puolison laitoksessa saama hoito ei Laurin mielestä turvannut hänen hyvinvointiaan. Laurin vahvaa toimijuutta hoidon alueella ilmentää mahdollisuus valita toisin. Keskustelussa oli aiemmin käynyt ilmi, että Laurin puolisolla oli laitoshoitopaikka, jota Lauri ei kuitenkaan käyttänyt, koska koki hoitavansa puolisonsa paremmin kuin ammattihoitajat.

Ruumiillinen hoiva nousi ryhmässä puheenaiheeksi osana moraalisesti latautunutta keskustelukontekstia. Myös ryhmän kokoonpanolla voi olla osuutta siihen, että Lauri otti sekä henkilökohtaisesti kipeän yhdistystoiminnasta vetäytymisensä että puolison ruumiillisista tarpeista huolehtimisen puheeksi juuri käsillä olevassa tilanteessa. Viimeisessä

ryhmäistunnossa olivat Laurin lisäksi läsnä vain kaksi muuta ryhmän alkuperäisjäsentä. Muita osanottajia pidempi yhteinen kokemus keskusteluryhmään kuulumisesta tarjosi suotuisan keskustelukontekstin ikääntyneiden miesten arkaluontoisiksi kokemien asioiden puheeksi ottamiselle ja kokemusten jakamiselle.

Puheen mieserityisyys

Kaksi edellä tarkasteltua keskustelukokonaisuutta ovat vain pieni osa aiheista, joista keskusteluryhmän istunnoissa puhuttiin. Valitsin tarkastelun kohteeksi puheenaiheita ja keskusteluepisodeja, joissa asioille annetuista merkityksistä neuvoteltiin osanottajien kesken ja joissa esiintyi odotustiheää kerrontaa, kerronnallisia käänteitä ja odotusrakenteen muutoksia (Hyvärinen 2010, 112). Keskusteluteemojen valintaan vaikuttivat osaltaan myös aiemmat miesten ja naisten hoitokokemuksia koskevat tutkimustulokseni ja tulkintakehykseni, jotka suuntasivat tarkastelua puhetapojen vaihteluun osanottajien kerronnassa.

Mikä tarkastelemassani miesten puheessa omaishoitajuudesta ja hoitokokemuksistaan on nimenomaisesti miehille ominaista, miten puheessa näkyy mieserityisyys? Aineistoni sellaisenaan ei mahdollista kysymykseen vastaamista siksi, ettei vertailukohdaksi ole käytettävissä naisomaishoitajista tai molemmista sukupuolista koostuvaa keskusteluryhmää. Aiemman tutkimustiedon valossa on silti mahdollista sanoa asiasta jotain.

Dementiapotilaiden omaishoitoa käsittelevissä tutkimuksissa miesten on todettu soveltavan hoitajina tehtävä- tai ongelmakeskeistä (problem-focused coping) selviytymisstrategiaa naishoitajien tukeutuessa enemmän tunnekeskeiseen (emotion-focused coping) selviytymisstrategiaan (Miller & Cafasso 1992). Miehille ominaisena tapana hoitaa puolisoa on pidetty myös instrumentaalisista työrooleista juontuvaa ”työnjohdollista” otetta asioihin (Pruchno & Resch 1989). Tähän on helppo huomauttaa, etteivät likimainkaan kaikki miehet ole

toimineet työelämässä esimiestehtävissä. Toisaalta useimmilla palkkatyössä toimineilla miehillä on kokemusta työnjohdollisesta otteesta alaisena: kokemusta, jota on mahdollista soveltaa omassa toiminnassa kodin piirissä. Sama kokemuksen hyödyntämismahdollisuus koskee myös itsenäisiä ammatinharjoittajia. Vaikka en löytänyt miesten kerronnasta selkeästi työnjohdolliseksi tulkittavissa olevaa puhetta hoitamisesta, oli arkielämän ongelmatilanteissa käytettäviä keinoja ja konsteja koskevassa keskustelussa tunnistettavissa työelämäpuheelle tyypillisiä tehtävä- ja ongelmakeskeisiä toimintatapoja ja retoriikkaa.

Ryhmän toiseen istuntoon osallistuneen Voiton jyrkän kielteinen kanta kysymykseeni puolison huonomuistisuuden hyväksikäyttämisestä arjen ongelmien ratkaisukeinona vastaa Toni Calasantin ja Neal Kingin (2007, 522) havaintoa, joka perustuu sekä nais- että miespuolisosta osanottajista koostuvien omaishoitajien vertaisryhmien havainnointiin. Toisin kuin miehet, kukaan Calasantin ja Kingin havannoimien ryhmien naisjäsenistä ei raportoinut käyttäneensä arjen ongelmatilanteissa fyysistä voimaa. Sen sijaan naiset tukeutuivat hoidettavan mielialojen ohjailuun (manipulation) ja ”narraamiseen” (lying), mistä miehet eivät ryhmissä raportoineet lainkaan. Vetämässäni keskusteluryhmässä Voitto ei rehtinä miehenä hyväksynyt toisen ihmisen hyväksikäyttöä ja valehtelua. Sen sijaan hän esittäytyi ryhmässä puolison mielialojen ohjailun osaajana ja asiantuntijana. Voiton monimerkityksellinen perhepuhe teki näkyväksi sen, ettei tukeutuminen feminiiniseksi ja maskuliiniseksi tulkittavissa oleviin toiminta- ja puhetapoihin riipu kertojan sukupuolesta, vaan myös mies voi hoitaa ja kertoa hoitokokemuksistaan samanaikaisesti sekä kulttuurissamme naisille että miehille tyypillisiksi tulkittaviksi olevilla tavoilla.

Laurin vastakertomuksessa Voiton feminiiniseen perhepuheeseen artikuloitui selkeimmin miehinen toimijuuspuhe. Aiemman hoitokokemusten sukupuolieroja koskevan tutkimustiedon kannalta Laurin tarinassa etäisyydenotosta rähisevästä vaimostaan ja sen kommentoinnissa merkillepantavaa on se, että vaikka tilanne päättyi vaimon itkien esittämään anteeksipyyntöön, ei Lauri keskustelussa ilmaissut huonoa omaatuntoa tai syyllisyyttä käyttäytymisestään.

Kukaan muista istuntoon osallistuneista miehistä ei Laurin tuntemuksista myöskään kysellyt. Jos vastaavanlainen tarina olisi kerrottu pelkästään naisomaishoitajista koostuvassa tai sekaryhmässä, olisivat tarinan herättämät tuntemukset nousseet todennäköisesti keskustelussa vahvasti esiin.

Kodinhoitoa ja puolison henkilökohtaista hoivaa koskevien keskusteluteemojen tarkastelu toi esiin samanlaisen mieshoitajille ominaisen toimijuuden hierarkkisen rakenteen kuin aiemmat miesomaishoitajien kertomuksia ja haastatteluja käsitelleet tutkimukseni. Miesten omat ruoanlaittotaidot nousivat selvästi kodinhoitoa käsittelevän keskustelun ykkösaiheeksi. Varsinkin Laurin toteamus ruoanlaittotaidoistaan (”Minä teen paremmat ruoat ku vaimo tekköö ja monipuolisemman”) ja sen muilta saama palaute tuo mieleen vanhan sanonnan, jonka mukaan ”naiset ovat ruoanlaittajia, mutta parhaimmat kokit ovat miehiä”. Muihin kodin hoitoon liittyviin tehtäviin viitattiin keskustelussa välttämättöminä rutiineina. Puolison ruumiillinen hoiva nousi puheessa spontaanisti esiin vain kerran.

Niin sanottuun hegemonisen maskuliinisuuden paradigmaan perustuvassa miestutkimuksessa miehisyyden keskeisinä määreinä on pidetty muun muassa kykyä ihmisten ja tilanteiden rationaaliseen hallintaan, instrumentaalista ja tehtäväkeskeistä ajattelua ja toimintatapaa, riskinottokykyä, kilpailuhenkisyyttä sekä fyysistä ja seksuaalista mieskuntoisuutta (ks. Connell 1992). Vaikka huolenpito läheisistä ihmisistä ei kuulu elämänalueisiin, joihin miehisyyden määreitä on kulttuurissamme totuttu perinteisesti liittämään, jäsensi rationaalinen ja tehtäväkeskeinen ajattelu monessa kohtaa miesten puhetta puolison hoitajana toimimisesta. Muita miehisyyden määreitä löytyy ryhmässä käydystä keskustelusta enemmän muista kuin edellä tarkastelun kohteena olleista puolison tai kodin hoitamiseen liittyvistä asiayhteyksissä. Kuvaa itsestä kompetenttina miestoimijana rakennettiin keskustelussa keskinäisen vertailun ja asioiden ”paremmaksi panemisen” keinoin. Teen lopuksi lyhyen ekskursion neljään keskusteluteemaan, joissa määriteltiin miehisyyden järjestyksiä.

Toisessa ryhmäistunnossa miehet keskustelivat puolisoidensa lääkityksen ohella myös omasta lääkkeiden käytöstään. Maurin kerrottua, ettei hän tarvitse muita lääkkeitä kuin eturauhaslääkkeen, totesi Antero olevansa mies, joka ei ole käyttänyt lääkkeitä lainkaan lukuun ottamatta nykyisin aamuisin ”nakkaamaansa” Disperiiniä. Toteamukseensa Antero sai Maurilta ironisen naurahduksen säestämän pikapalautteen: ”No nii, tartteet vain sitten!”. Maurin valitellessa myöhemmin keskustelussa puolison hoidon sitovuutta ja kertoessa olleensa aiemmin kova ”mettämies ja marjamies” reissattuaan työhommissa metsissä kolmisenkymmentä vuotta, pani Antero puolestaan paremmaksi toteamalla olleensa vieläkin kovempi ”mehtämies ja kalamies” koko ikänsä, aina 7–8-vuotiaasta lähtien.

Lauria lukuun ottamatta kaikki neljänteen ryhmäistuntoon osallistuneet miehet olivat nuorempana tupakoineet. Heikki ja Erkki kertoivat myös puolisoidensa tupakoinnista. Heikin puoliso unohti tupakanpolton dementoiduttuaan. Erkin vaimo tupakoi edelleen. Myös Erkki itse kertoi polttavansa, mutta vähemmän kuin vaimonsa. Kun vaimolla menee aski päivässä, riittää Erkillä aski kolme, neljä päivää. Jaakko oli ollut polttamatta kymmenisen vuotta. Anteron kerrottua lopettaneensa tupakoinnin kolmekymmentä vuotta sitten, pani Heikki vieläkin paremmaksi kertoen ”olleensa lakossa” kolmekymmentäviisi vuotta – puoli vuosikymmentä Anteroa pitempään.

Tupakointia koskevassa keskustelussa miehet kilpailivat siitä, kuka on ollut polttamatta pisimpään tai korostivat tupakointinsa vähäisyyttä (Erkki) suhteessa puolisonsa tupakointiin. Kun terveysriskien väheksyminen nähtiin aiemmin miehisyyden ilmentymänä, toimii terveystietoisuus ja terveysriskien välttäminen nykyisin näyttämönä perinteisten miehisten ideaalien, kuten itsenäisyyden, vastuullisuuden, itsekontrollin ja rationaalisuuden esiintuomiselle (Pietilä 2009, 181). Tupakoinnin ohella sama terveyttä korostava kulttuurisen arvoilmaston muutos (Helén & Jauho 2003) näkyy myös miesten puheessa lääkkeiden käytöstään: ”terve mies ei lääkkeitä tarvitse”. Ryhmäkeskustelussa miehisiä toimijuuden hierarkioita rakennettiin paitsi ikä- ja kokemusjärjestyksiin myös terveysjärjestyksiin tukeutuen.

Olen edellä kiinnittänyt eniten huomiota Laurin ja Voiton keskustelussa käyttämiin puheenvuoroihin. Syynä tähän ei ole vain näiden kahden miehen poikkeuksellinen keskusteluaktiivisuus, vaan myös se, että heidän puheessaan artikuloituu muita keskustelun osanottajia selkeämmin Ilkka Pietilän (2009, 181) diskursiiviseksi kompetenssiksi kutsuma kertojan kyky hallita ja käyttää vuorovaikutustilanteessa samaa aihetta koskevia erilaisia merkityksenanto- ja puhetapoja. Diskursiivista kompetenssia osoittivat myös muut keskustelun osanottajat erityisesti tilanteissa, joissa asioita ilmaistiin huumorin keinoin. Neljännessä ryhmäistunnossa Erkki kertoi vaimonsa luottavan häneen kaikissa asioissa, koska ”minä en ryyppää, en ainakaan paljo, enkä käy vieraissa, en ainakaan paljo”. Lainausta kirjaimellisesti tulkiten voisi Erkin päätellä ryyppäävän ja käyvän vieraissa ainakin vähän. Tästä ei Erkin tavassa perustella luotettavuuttaan liene kuitenkaan kysymys, vaan mieskuntoisuuden säilymistä humoristisesti ilmaisevasta miehistelystä. Kukaan keskustelun osanottajista ei kiinnittänyt erityistä huomiota Erkin savolaisittain venkoilevaan ”äijäpuheeseen”. Itsekin panin merkille Erkin tavan perustella luottokelpoisuuttaan vasta aineistoa analysoidessani. Puheenvuorossa on äänessä samanaikaisesti sekä puolisonsa vastuullinen omaishoitaja että maskuliinisen puhekulttuurin konventiot tunteva ”tosi mies”.

Lopuksi

Vetämäni keskusteluryhmän osanottajat edustavat suomalaisten miesomaishoitajien ensimmäistä, sodan kokeneiden miesten ikäpolvea. Suhteessa sota-aikaan ryhmän kokoonpanossa näkyy samalla myös ikäpolvien taitekohta: vanhimmat miehistä olivat osallistuneet rintamataisteluihin, joihin nuoremmat eivät olleet ikänsä puolesta ehtineet. Tämä kokemusten ero näkyi keskustelussa sotaan osallistuneiden miesten painokkaampana puheena velvollisuuden täyttämisestä niin isänmaan puolustamisessa kuin elämänkumppanin hyvinvoinnista huolehtimisessa. Velvollisuudentunto ei ollut kuitenkaan miehille

ainoa puolison hoitoon sitoutumisen ja hoitomotivaation lähde. Keskustelussa kuvattiin hoitokokemusta myös tavoilla, joilla muistisairaan puolison hoitamisesta puhuvat tyypillisesti naiset.

Tulevien tutkimusten selvitettäväksi jää, miten muistisairaan puolison hoitamisesta puhuvat ne miehet, joiden isien nuoruudessa jakamaa sotakokemusta vastaavat muistot rock-festivaaleista, jotka puhuvat oman kodin rakentamisen sijasta putkiremonteista tai valmistalojen varustelusta ja joille terveysriskien väheksyminen merkitsee enemmän miehisen itsekontrollin puuttumista kuin tosimiehisyyden mittaa. Tai kuinka puhuvat ne, jotka hoitavat pitkäaikaisen elämänkumppaninsa sijasta nykyistä puolisoaan, joiden työura koostuu pätkätöistä ja jotka ovat tottuneet ruumiilliseen hoivaan jo vaihtaessaan vaippoja lapsilleen.

Kirjallisuus

Aaltonen, Tarja & Leimumäki, Anna (2010) Kokemus ja kerronnallisuus – kaksi luentaa. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino, Tampere.

Ducharme, Francine & Lévesque, Louise & Lachance, Lise & Zarit, Steven & Vézina, Jean & Gangbé, Marcellin and Caron, Chantal D (2006) Older Husbands as Caregivers of Their Wives: A Descriptive Study of the Context and Relational Aspects of Care. *International Journal of Nursing Studies* 43:5, 567–579.

Calasanti, Toni & King Neil (2007) Taking 'Women's Work' 'Like a Man': Husbands' Experiences of care Work. *The Gerontologist, Medicine & Social Sciences*. A supplement to The Journals of Gerontology, Series B 47:4, 516–527.

Connell, Robert W. (1992) A Very Straight Gay. Masculinity, Homosexual Experience, and the Dynamics of Gender. *American Sociological Review*, 57, 732–751.

Genette, Gérard (1980) *Narrative Discourse: An Essay in Method*. Käänt. Jane E. Lewin. (alkup. 1972). Cornell University Press, Ithaca.

Harris, Phyllis B (1993) The Misunderstood Caregiver? A Qualitative Study of the Male Caregivers of Alzheimer's Disease Victims. *The Gerontologist* 33:4, 551–556.

Harris, Phyllis B & Long, Susan O. (1999) Husbands and Sons in the United States and Japan: Cultural Expectations and Caregiving Experiences. *Journal of Aging Studies* 13:3, 241–267.
Helén, Ilpo & Jauho, Mikko (2003) Terveyskansalaisuus ja elämän politiikka. Teoksessa Ilpo Hélen & Mikko Jauho (toim.) *Kansalaisuus ja kansanterveys*. Gaudeamus, Helsinki, 13–32.
Herman, David (2009) *Basic Elements of Narrative*. Wiley-Blackwell, Malden, MA.
Hollander, Jocelyn A (2004) The Social Contexts of Focus Groups. *Journal of Contemporary Ethnography* 33:5, 602–637.
Hyvärinen, Matti (2010) Haastattelukertomuksen analyysi. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino, Tampere, 90-118.
Kirsi, Tapio (2000) Naisen tehtävä. Aviovaimot dementiapotilaan omaishoitajina. *Gerontologia* 14:4, 229–240.
Kirsi, Tapio (2004) *Rakasta, kärsi ja kirjoita. Tutkimus dementoitunutta puolisoaan hoitaneiden naisten ja miesten hoitokokemuksesta*. Acta Universitas Tamperensis 1051. Tampere University Press.
Kirsi, Tapio & Hervonen Antti & Jylhä Marja (2000) A Man's Gotta Do What A Man's Gotta Do. Husbands as Caregivers to Their Demented Wives. A Discourse Analytic Approach. *Journal of Aging Studies* 14, 153–169.
Kirsi, Tapio & Hervonen Antti & Jylhä Marja (2004) Always One Step Behind: Husbands Narratives about Taking Care of Their Demented Wives. *Health: An interdisciplinary Journal of the Social Study of Health, Illness and Medicine* 8:2, 159–181.
Kramer, Betty J (1997) Differential Predictors of Strain and Gain among Husbands Caring for Wives with Dementia. *The Gerontologist* 37:2, 239–249.
Kramer, Betty J & Thompson, Edward H (eds.)(2002) *Men as Caregivers. Theory, Research and Service Implications*. Springer Publishing Company, Inc. New York.
Miller, Baila & Cafasso, Lynda (1992) Gender Differences in Caregiving. Fact or Artefact? *The Gerontologist* 32, 498–507.
National Family Caregivers Association (2000) *National Family Caregivers Association, Summer.* Caregiver Survey 2000. Kensington, Maryland.
Paasivaara, Leena (2002) *Tavoitteet ja tosiasiallinen toiminta. Suomalaisen vanhusten hoitotyön muotoutuminen monitasotarkastelussa 1930-luvulta 2000-luvulle*. Hoitotieteen ja terveyshallinnon laitos. Oulun yliopisto, Oulun yliopistollinen sairaala, Oulu.
Parsons, Karen (1997) The Male Experience of Caring for a family Member with Alzheimer's Disease. *Qualitative Health Research*, 7:3, 391–405.

Pietilä, Ilkka (2008) *Between Rocks and Hard Places. Ideological Dilemmas in Men's Talk about Health and Gender*. Acta Universitas Tamperensis 1329. Tampere University Press, Tampere.

Pietilä, Ilkka (2009) Kontekstuaalinen vaihtelu miesten puheessa terveydestä: yksilöhaastatteluiden ja ryhmäkeskustelujen vertaileva analyysi. *Sosiaalitieteellinen Aikakauslehti* (46), 171–183.

Pietilä, Ilkka (2010) Ryhmä- ja yksilöhaastattelun diskursiivinen analyysi. Kaksi aineistoa erilaisina vuorovaikutuksen kenttinä. Teoksessa Johanna Ruusuvuori & Pirjo Nikander & Matti Hyvärinen (toim.) *Haastattelun analyysi*. Vastapaino, Tampere, 212-241.

Pitkälä Kaisu & Tilvis, Reijo & Huittinen, Veli-Matti ym. (2003) *Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Kuntoutushankeen tausta ja suunnittelu*. Tutkimusraportti 1. Vanhustyön Keskusliitto, Helsinki.

Pruchno, Rachel A & Resch Nancy L (1989) Husbands and Wives as Caregivers. Antecedents of Depression and Burden. *The Gerontologist* 29:2, 159–165.

Russell, Richard (2001) In Sickness and in Health. A Qualitative Study of Elderly Men Who Care for Wives with Dementia. *Journal of Aging Studies* 15:4, 351–367.

Vendler, Zeno (1967) *Linguistics in Philosophy*. Cornell University Press. Ithaca.

Viramo, Petteri & Sulkava, Raimo (2001). Muistihäiriöiden ja dementian epidemiologia. Teoksessa Timo Erkijuntti, Kari Alhainen, Juha Rinne, Hilkka Soininen (toim.) *Muistihäiriöt ja dementia.* Kustannus Oy Duodecim, Helsinki, 20–36.

Wilkinson, Sue (1998) Focus Groups in Health Research. Exploring the Meanings of Health and Illness. *Journal of Health Psychology* 3:3, 329–348.

Raija Julkunen (YTT, dos., yhteiskuntapolitiikan lehtori emerita Jyväskylän yliopistosta). Hänen tutkimustyönsä on liikkunut sosiaalisen ajan, työelämän, hyvinvointivaltion aikalaisanalyysin ja sukupuolen alueilla. Työelämä-tutkimus on kohdistunut myös ikääntymiseen työssä.

Jyrki Jyrkämä (YTT), sosiologi, toimii sosiaaligerontologian professorina Jyväskylän yliopiston yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitoksella. Hänen kiinnostusalueitaan ovat mm. ikääntyvän yhteiskunnan kehitystrendit, ikääntymiseen liittyvät eettiset kysymykset, ikäihmisten arki, toimintakyky ja toimijuus sekä toimintatutkimus, erityisesti vanhustenhoitoon kohdistuvassa tutkimuksessa.

Tapio Kirsi (FT) toimii yliopistonlehtorina Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikössä. Hän on tutkinut miesten ja naisten kokemuksia muistisairaan puolison omaishoidosta. Tällä hetkellä hänen tutkimusintressinsä kohdistuvat 90 vuotta täyttäneiden elämäntarinoihin ja ikäihmisten arkeen.

Kirsi Lumme-Sandt (FT) toimii tutkijana Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikössä. Hän tutkii sukupolvien välisiä suhteita ja vanhuuden mediakuvaa.

Tiina-Mari Lyyra (TtT, dos.) on toiminut gerontologian ja kansanterveyden yliassistenttina Jyväskylän yliopistossa. Hän on tutkinut psykososiaalisten tekijöiden yhteyttä iäkkäiden ihmisten terveyteen, sekä kohortti- ja pitkittäisaineistoissa havaittuja eroja iäkkäiden ihmisten sosiaalisissa suhteissa.

Pirjo Nikander (Ph.D, dos.) työskentelee Tampereen yliopiston tutkijakoulun professorina. Hänen kiinnostuksen kohteitaan ovat laadullinen metodologia, institutionaalisen vuorovaikutuksen ja päätöksenteon

tutkimus, emootiot, diskurssi- ja jäsenkategoria-analyysi, tutkimusetiikka, suuret ikäluokat, ikä kulttuurisena käsitteenä sekä ageismi. Hän on myös toinen vuonna 1999 ilmestyneen Naiset ja ikääntyminen -kirjan toimittajista.

Hanna Ojala (KT) toimii tutkijatohtorina Tampereen yliopiston tutkijakollegiumissa. Hän on tarkastellut ikääntymistä sukupuoleen, ikään ja yhteiskuntaluokkaan kytkeytyvänä sosiaalisena prosessina. Tällä hetkellä hän tutkii miesten ikääntymistä, erityisesti iän ja sukupuolen neuvotteluja miesten yhteisöissä.

Ilkka Pietilä (FT, dos.) on tutkijatohtori Tampereen yliopiston terveystieteiden yksikössä. Hänen keskeisiä kiinnostusalueitaan ovat vanhenemisen, terveyden ja sairauden maallikkotulkinnat, sekä niihin liittyvät sukupuolistuneet, moraaliset ja ideologiset merkitysulottuvuudet ja diskurssit. Hänen tutkimusaiheenaan on lisäksi iän merkitys vanhenevassa yhteiskunnassa.

Pertti Pohjolainen (LitT, dos.) toimii tutkijana Ikäinstituutissa, Helsingissä. Hänen tutkimuskohteina ovat vanhenemiseen liittyvät toimintakyvyn muutokset ja niiden arviointimenetelmät. Toinen keskeinen alue Pohjolaisen tutkimustoiminnassa on terveyselämäntyylin käsite sekä siihen liittyvä teoreettinen ja empiirinen tutkimus. Pertti Pohjolainen on toiminut monissa tieteellisissä asiantuntijatehtävissä (mm. vastaväitökset, väitöskirjojen esitarkastus, tieteellisten lehtien referee -lausunnot) ja ollut kirjoittamassa useita oppikirjoja.

Tommi Sulander (VTT, dos.) toimii tutkijana Ikäinstituutissa. Hänen pääasiallisina tutkimuskohteinaan ovat ikääntyvien ihmisten terveys, elintavat ja toimintakyky. Lisäksi hänen kiinnostusalueitaan ovat viheralueiden hyvinvointivaikutukset sekä iäkkäiden elämänlaatu.

Arto Tiihonen (FT, LitL) on tutkija Ikäinstituutissa. Hänen keskeisiä kiinnostuksen alueitaan sekä tutkimuksessa että käytännön sovelluksi-

na ovat liikkumisen erilaiset kokemuksellisuudet ja kulttuuriset merkitykset, vapaaehtoistoiminnan, kulttuurin ja liikunnan harrastamisen hyvinvointivaikutukset, ja miesten miehisyyskokemukset ja vertaistuki.

Ira A. Virtanen (FM) antaa puheviestinnän perustutkinto-opetusta Helsingin yliopiston Käyttäytymistieteiden laitoksella. Hänen Tampereen yliopistoon valmistelemansa väitöskirja käsittelee suomalaisten miesten supportiivista viestintää ystävyyssuhteissa. Virtanen on erityisen kiinnostunut vuorovaikutuksen ja hyvinvoinnin suhteesta, kuuntelemisesta ja viestinnän kulttuurisista piirteistä.

Miehistä puhetta.

Suomi harmaantuu. Myös miehet elävät pidempään kuin aiemmin. Millaisena miesten vanheneminen näyttäytyy yhteiskunnassa? Millaista ikääntyminen on miehen näkökulmasta?

Kirja tarkastelee vanhenemista yhteiskunnan tasolta miesten omiin tulkintoihin. Teoksen näkökulmana on se, millä tavoin biologinen vanheneminen tapahtuu sosiaalisessa ympäristössään. Miten sosiaaliset suhteet, roolit ja ruumiillisen vanhenemiseen liittyvät kulttuuriset normit asettavat reunaehtoja vanhenemisen kokemiselle ja tulkinnoille?

Teos soveltuu sosiaali- ja terveysalan, gerontologian ja sukupuolentutkimuksen opiskelijoille ja tutkijoille sekä niille, jotka työssään ovat tekemisissä vanhenemisen kanssa.

Kansi Mikko Reinikka | Albert Hall

ISBN 978-951-44-9134-4

TAMPERE UNIVERSITY PRESS