

”Tää hioo ihmisestä sen terävimmän kärjen”

NARRATIIVIS-SOSIAALIGERONTOLOGINEN TUTKIMUS
OMAN KODIN JÄTTÄMISESTÄ JA VANHUUDESTA VANHAINKODISSA

KILPI LAURA

Tampereen yliopisto

Porin yksikkö

Sosiaalipolitiikan pro gradu -tutkielma

Huhtikuu 2010

*”Vanhenemisen voi välttää vain
sillä kohtuuttomalla hinnalla,
että kuolee nuorena.”
(Hervonen 1999)*

TAMPEREEN YLIOPISTO

Porin yksikkö

KILPI, LAURA: ”Tää hioo ihmisestä sen terävimmän kärjen”

NARRATIIVIS-SOSIAALIGERONTOLOGINEN TUTKIMUS OMAN KODIN
JÄTTÄMISESTÄ JA VANHUUDESTA VANHAINKODISSA

Pro gradu -tutkielma, 86 sivua, 1 liite

Sosiaalipolitiikka

Huhtikuu 2010

Tässä pro gradu -tutkielmassa ollaan kiinnostuneita vanhainkodissa asuvien vanhusten elämäkokemuksista ja vanhuudesta vanhainkodissa. Tutkimuskohteena olevien vanhusten elämä ei yhteiskunnan tavoitteista, eikä monen vanhuksen omasta toiveesta huolimatta päättynyt omaan kotiin. Tutkielman tehtävänä on etsiä vanhusten narratiivisten haastattelujen (n=9) avulla vastausta siihen, *miltä vanhuksista tuntuu jättää kotinsa vanhainkotiin siirryttäessä ja pystykö vanhainkoti mahdollistamaan vanhukselle hyvän vanhuuden*. Tutkielman analyysissä haastatteluaineistosta muodostetaan viisi aineistoa kuvaavaa tyyppitarinaa, joita edelleen jäsennetään aineistosta ja teoriasta esiin nousevien teemojen avulla.

Aihealue on mielenkiintoinen ja tutkimisen arvoinen, koska oman kodin jättäminen ja vanhainkotiin siirtyminen koskettaa suurta määrää vanhuksia nyt ja tulevaisuudessa. Myös se, että vanhainkodissa asuviin vanhuksiin kiinnitetään yhteiskunnan tasolta niukasti huomiota, ja koska hyvä vanhuus on yksi vanhuspolitiikan keskeinen tavoite, on tämän kaltaiselle tutkimukselle tilauksensa. Tutkimuksen tavoitteena on antaa välineitä vanhusten ja vanhuuden parempaan ymmärtämiseen niin vanhustyöhön kuin arkisiin sukupolvien välisiin kohtaamisiin.

Aineiston keruu- ja analyysitavasta johtuen tämän pro gradu -tutkielman voi määritellä narratiivis-sosiaaligerontologiseksi. Sosiaaligerontologisiin teorioihin sisältyy näkemys siitä, mitä on hyvä vanheneminen ja miten siihen päästään (Jyrkämä 2003, 267). Sosiaaligerontologian yksi tärkeä tutkimusalue on se, mitä ikääntyvät ihmiset kertovat vanhenemisestaan ja minkälaisia omakohtaisia tuntemuksia heillä on vanhenemiseen liittyvistä eri kokemuksista, kuten omasta kodista vanhainkotiin siirtymisestä. Myös kertomuksia käsittelevä narratiivinen suuntaus on kiinnostunut iäkkäiden itsensä kuvaamasta koetusta vanhenemisestä (Heikkinen & Rantanen 2003, 193). Juuri muutos ja prosessi tekevät kertomuksen ja sen tutkimisen kiinnostavaksi (Hyvärinen 2006).

Tämän pro gradu -tutkielman tulokset todistavat, että oman kodin jättäminen voi olla vanhukselle erittäin raskas kokemus. Etenkin, jos vanhus joutuu laitokseen vasten omaa tahtoaan, hän voi kokea katkeruutta ja vihaa. Oman kodin ikävä kuitenkin haalistuu ajan saatossa ja vanhus voi kokea myös vanhainkodin kodikseen. Tutkimuksen perusteella vanhainkodissa pitkään eläneet (yli viisi vuotta) ovat sopeutuneet vanhainkodin normeihin ja kulttuuriin ja he kokevat saavansa päättää omasta elämästään. Vanhukselle elämä on hyvää, vaikka vanhainkodissa asumattoman silmin hänen elämän hallintansa saattaisikin olla supistunut. Hyvää vanhuutta vanhainkodissa tuottavat ennen kaikkea oman elämän rajallisuuden hyväksyminen, elämän jatkuvuuden näkeminen nuoremmista sukupolvissa sekä vanhuksen itsensä kokema hyvä psyykinen terveys ja hengellinen tasapaino.

Avainsanat: koti, vanhuus, vanhainkoti, sosiaaligerontologia, narratiivisuus

UNIVERSITY OF TAMPERE
Department of Pori

KILPI, LAURA: *"This makes a person blunt"*

NARRATIVE-SOCIAL GERONTOLOGIST RESEARCH OF LEAVING HOME AND
THE OLD AGE IN THE HOME FOR THE ELDERLY

Master's thesis: 86 pages, 1 appendix

Social Politics

April 2010

The aim of this master's thesis was to research life experiences and the life of the old people who live in the elderly house. Despite the goal of society and the own desire of many old people, the life of the elderly in this study did not end in their own home. The intention of this master's thesis is to find, with the help of nine narrative interviews, answers for the following questions: *what kind of an experience is it to move from the person's own home to home for the elderly? And is the home for the elderly capable of providing the good old age?* The interview data is analyzed by making five narratives which represents the nine old people in the study. Subsequently, the narratives are evaluated in themes which arouse from the interview data and theory.

This subject is interesting and worth the research since a great amount of old people are leaving their own house and moving to a home for the elderly today as well as in the future. Also, the fact that the society takes too little, and as the good old age is one of the most central goals for the politics of the aged shows that this master's thesis has an important function in the study of gerontology. Further, the purpose of this study is to give some valuable information to the people who nurture the elderly, i.e. for a better understanding of the old age, and for all of us who are in contact with the old aged people.

This study can be described to be narrative-social gerontologist due to the technique of collecting and analyzing the interview data. The theories of social gerontology deal with what good aging is and how it can be reached (Jyrkämä 2003, 267). The most essential research subjects of for social gerontology are the views which the aged people themselves tell about the experiences of their aging and, for example, how they feel about the fact that they have to leave their own home. Alike social gerontology narrativity is interested in the self experienced aging of the old people (Heikkinen & Rantanen 2003, 193). It is about the transform and the process which make the narrative research interesting (Hyvärinen 2006).

According to the results of this master's thesis leaving own house in the old age can be a very hard experience. Especially if the old person is forced to move to the home for the elderly, the person can come across bitterness and anger. However, home sickness can fade away after a while. According to this study the aged who have lived long (over five years) in the home for the elderly have adapted to the standards and culture of the elderly house. In addition, they feel their old age is good despite the view that some outsider could say they have lost some control of their own lives. The interviews of the elderly show that the good old age can be reached if the old person has accepted the truth that the life is limited, life continues in younger generation and in self experienced physical health and spiritual balance.

Key words: home, old age, home for the elderly, social gerontology, narrativity

SISÄLLYSLUETTELO

1 VANHUSTEN TARINOITA ETSIMÄSSÄ	1
1.1 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAUSTAA	1
1.2 TUTKIMUSKYSYMYKSET	2
1.3 TUTKIMUSRAPORTIN SISÄLTÖ	3
2 OMASTA KODISTA VANHAINKOTIIN.....	4
2.1 KODIN MÄÄRITTELYÄ	4
2.2 OMAN KODIN MERKITYS VANHUUDESSA	5
2.3 KOTI LAITOKSESSA	8
3 VANHUUDESTA JA VANHUSKÄSITYKSISTÄ	10
4 SOSIAALIGERONTOLOGISIA PERUSTEITA	15
4.1 MITÄ ON SOSIAALIGERONTOLOGIA?.....	15
4.2 SOSIAALIGERONTOLOGISESTI MUOTOILTU HYVÄ VANHUUS	16
4.3 <i>HYVÄ VANHUUS</i> AIEMMAN SOSIAALIGERONTOLOGISEN TUTKIMUKSEN VALOSSA	20
5 NARRATIIVISUUDESTA	25
5.1 KERTOMISEN JA KERTOMUKSEN MERKITYKSESTÄ	25
5.2 KERTOMUKSESTA NARRATIIVISUUTEEN.....	27
5.3 MUISTELU KERTOMUSTEN TUOTTAJANA	30
5.4 TUTKIMUSTAVAN EETTINEN PERUSTA.....	32
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	34
6.1 AINEISTON KUVAUS JA SYNTYPROSESSI.....	34
6.2 HAASTATTELUSTA JA VANHUSTEN ERITYISYYDESTÄ	37
6.3 AINEISTON ANALYYSI	41
7 NARRATIIVISESTI JUONITETTUJA TYYPPITARINOITA	43
7.1 TARINOITA MEILLE KAIKILLE	43
7.2 TARINOIDEN RAKENTUMINEN	44
7.2.1 <i>Liisa Heleniuksen tarina</i>	45
7.2.2 <i>Helvi Koistisen tarina</i>	49
7.2.3 <i>Rauha Lahtisen tarina</i>	52
7.2.4 <i>Heikki Rinteen tarina</i>	55
7.2.5 <i>Matti Järvisen tarina</i>	57
8 VANHAINKOTIELÄMÄÄ	60
8.1 TARINOIDEN TARKASTELUA	60
8.2 ELÄMÄÄ ENNEN, NYT JA TAIVAASSA.....	61
9 HYVÄ VANHUUS VANHAINKODISSA?	75
9.1 TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO	75
9.2 TUTKIMUSTULOSTEN LUOTETTAVUUS	80
10 LOPUKSI	85
LÄHTEET	87
LIITE: NARRATIIVINEN HAASTATTELURUNKO	101

1 VANHUSTEN TARINOITA ETSIMÄSSÄ

1.1 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAUSTAA

Oma koti on ihmiselle ehkäpä kaikkein arvokkain paikka maailmassa – verrataanhan sitä usein kultaankin. Kotoa poistutaan ja sinne tullaan takaisin aina niin työpäivän kuin lomamatkankin jälkeen. Elämässä saattaa tulla eteen kuitenkin tilanne, jolloin omasta kodista joudutaan lähtemään, eikä sinne enää koskaan palata. Yksi esimerkki tällaisesta tilanteesta on vanhuudessa tapahtuva oman kodin jättäminen ja vanhainkotiin siirtyminen. Tämä pro gradu -tutkimus on tarkoitettu kaikille niille, jotka haluavat kuulla, millaiselta oman kodin jättäminen vanhuksesta tuntuu ja millaista elämä on vanhainkotiin siirtymisen jälkeen. Narratiivisten haastattelujen avulla elämästään meille kertoo yhdeksän 85–96-vuotiasta vanhainkodissa asuvaa vanhusta.

Nuori ihminen ajattelee harvoin vanhuutta. Omat isovanhempani elävät melko terveinä vielä omissa kodeissaan, joten yhteyteni vanhainkotiin ja siellä asuviin ihmisiin on tätä taustaa vasten ollut vähäistä. Vuonna 2008 toteutin kuitenkin sosiaalityön maisteriopintoihin liittyvänä kehittämistyönä asiakastyytyväisyyteen perustuvan haastattelututkimuksen Tampereen Koukkuniemen vanhainkodissa. Vanhukset tekivät minuun tuolloin lähtemättömän vaikutuksen. En ollut koskaan aiemmin ajatellut, että vanhainkodista löytyy satoja vuosia mielenkiintoista, kertomisen arvoista elämää.

Haastatellessani vanhuksia havahduin siihen, että moni heistä on vailla keskusteluseuraa. Asiakastyytyväisyyden lisäksi vanhuksilla oli tarve kertoa elämästään: lapsuuden niukkuudesta, avioitumisesta, leskeytymisestä, yksinäisyydestä, omasta kuolemasta ja mitä moninaisimmista asioista. Kaikkein suurimpana kriisinä vanhusten puheesta kumpusi kuitenkin puhe oman kodin kaipuusta ja vanhainkotiin siirtymisen aiheuttamista raskaistakin tunteista. Jo tuolloin päätin, että vanhusten ääni on saatava kuuluviin. Tällä tutkimuksella haluan nyt osoittaa kunnioitusta kaikkia niitä ihmisiä kohtaan, jotka viettävät elämänsä viimeiset vuodet vanhainkodissa. Jokaisen elämä on kertomisen ja kuuntelemisen arvoinen edelleen ja etenkin vanhainkodissa.

1.2 TUTKIMUSKYSYMYKSET

Aineiston keruu- ja analyysitavasta johtuen määrittelen tutkimukseni narratiivis-sosiaaligerontologiseksi. Yhdeksän nauhoitetun narratiivisen haastattelun pohjalta muodostan viisi aineistoa edustavaa tyyppitarinaa. Tarinoiden avulla kuvaan sitä, miten vanhuksat kokevat vanhainkodissa asumisen ja miten he ymmärtävät itsensä ja elämänsä, menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden. Arvioin vanhusten elämää sosiaaligerontologisten, *hyvää vanhuutta* kuvaavien teorioiden ja ajatusrakennelmien pohjalta.

Vanhainkodissa asuvien vanhusten omaa ääntä kuullaan liian vähän. Tutkijat ovat vain harvoin kiinnostuneita vanhusten itsensä kertomista kokemuksista. Vanhusten oma ääni jää kuulumattomiin lukuisissa (esim. Heikkilä ym. 2008, Laine 2005; 2006, Voutilainen 2004) tutkimuksissa ja raporteissa, joissa selvitetään hoidon laatua ja vanhusten vointia omaisten ja hoitohenkilökunnan arvioimana. Tässä tutkimuksessa halutaan vanhusten itsensä kertomien elämäkerrallisten tarinoiden avulla löytää vastaus seuraaviin kysymyksiin:

- 1) *Miltä vanhuksista tuntuu jättää kotinsa vanhainkotiin siirryttäessä?*
- 2) *Pystyykö vanhainkoti mahdollistamaan hyvän vanhuuden?*

Tutkimuksen tavoitteena on antaa välineitä vanhusten ja vanhuuden parempaan ymmärtämiseen niin vanhustyössä kuin arkisissa sukupolvien välisissä kohtaamisissa.

1.3 TUTKIMUSRAPORTIN SISÄLTÖ

Olen aluksi kuvannut tutkimuksen taustaa, tarkoituksen ja tutkimuskysymykset. Tämän johdannon jälkeen luvussa kaksi käsittelen kodin ulottuvuuksia ja merkitystä vanhuudessa, sillä oman kodin jättäminen ja vanhainkotiin siirtyminen koskettaa suurta määrää vanhuksia nyt ja tulevaisuudessa. Seuraavaksi luvussa 3 käsittelen vanhuutta ja yhteiskunnassamme vallalla olevia lukuisia vanhuskäsityksiä. Tämä antaa pohjaa luvulle 4, jossa teen katsauksen vanhuuden sosiaaligerontologisiin ulottuvuuksiin. Luvun lopussa keskityn aiemman tutkimuksen kautta erittelemään sitä, miten niin sanottua hyvää tai onnistunutta vanhenemistä on käsitelty. Luvussa 5 tarkastelen tutkimukseni metodologisia valintoja ja niiden eettistä perustaa. Luvussa 6 esittelen tutkimusaineiston ja tutkimusprosessin kulun sekä pohdin vanhusten haastattelemisen erityisyyttä ja tutkimuksen eettisiä lähtökohtia.

Ensimmäinen tutkimustuloksia käsittelevä luku (luku 7) koostuu tutkimuksen aineiston, yhdeksän narratiivisen haastattelun pohjalta muodostetuista viidestä aineistoa kuvaavasta fiktiivisestä, mutta todellisuuteen pohjautuvasta tyyppitarinasta. Luvussa 8, analyysin päävaiheessa, jäsennän tarinoiden teemallista sisältöä. Lopuksi luvussa 9 teen yhteenvedon tutkimustuloksista ja arvioin tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimus loppuu lukuun 10, jossa esitän vielä muutamia tutkimuksen loppupäätelmiä.

2 OMASTA KODISTA VANHAINKOTIIN

2.1 KODIN MÄÄRITTELYÄ

Kodin kuvaaminen ja sille annetut merkitykset vaihtelevat ajan, paikan ja kulttuurin mukaan. Kodin merkitys liittyy ihmisen henkilöhistoriaan, kokemuksiin ja persoonaan. Koti on merkityksellinen paikka meille jokaiselle ja se voi tarkoittaa sekä positiivisia että negatiivisia asioita. Kotia on määritelty historian saatossa lukuisin eri tavoin. Tässä kappaleessa käyn läpi muutamia määritelmiä.

Kokemus omasta kodista rakentaa perustaa yksilön mielekkäälle ja tyydyttävälle elämälle, sillä koti on paikka, jossa ihminen voi kokea kuulumisen ja hyväksytyksi tulemisen tunteita. Sanaan koti liitetään erityisesti turvallisuuden tunteita. Kodin tulisi olla paikka, jossa ihminen voi olla oma itsensä. (Forsberg 2002.) Granfelt (1998, 103) vertaa kodin käsitettä ”satamaan”, josta laivat lähtevät matkalle ja jonne ne taas palaavat. Tämä ”lähtevien laivojen satama” tarkoittaa Granfeltille kielikuvaa hyvästä elämästä, joka karkaa käsistä (emt., 103). Kuvatessaan kodittomien naisten todellisuutta Granfelt tulee käsitelleeksi myös jotain sellaista, joka on tuttua myös muille kotinsa menettäneille, kuten vanhainkodissa asuville vanhuksille.

Vilkon (1998, 27–28) mukaan koti on toisaalta tiettyssä paikassa sijaitseva asunto, josta olemme tehneet kotimme. Toisaalta koti on ”mielen koti”, johon liittyvät arvomaailmamme, yksilölliset kokemuksemme ja tunteemme. Kysymys ”kodin tunnusta” kiteytyy kodiksi kokemiseen, kotoisuuteen ja johonkin kuulumiseen. Koti edustaa myös pysyvyyttä olemalla osa elettyä elämää. Koti ei koskaan ole vain asunto, joka sijaitsee jossakin ympäristössä ja jossa ihminen elää omien esineidensä ja tavaroidensa ympäröimänä. Se on erityisesti näihin esineisiin ja useasti juuri tiettyyn asuntoon ja sen ympäristöön liittyvät elämänhistorialliset muistot ja kokemukset. (Vilkko 1997, 173.) Voiko vanhus tuntea olevansa ”kuin kotonaan” vanhainkodissa, jos sinne ei liity elämänhistoriaa ja kokemuksia kuin lyhyeltä ja usein sairastelun värittämältä ajalta?

Kotia määritellään yleensä kolmen pääulottuvuuden kautta: kodin fyysisyys (materiaalit, tila), kodin sosiaalisuus (perhe) ja kodin symbolisuus (tunteet, mielikuvat) (Rapoport 1995, 38). Granfeltin (1998, 103–106) kodin luokituksen ensimmäisellä tasolla koti merkitsee tunteenomaista asennoitumista johonkin tilaan tai asiaan. Toinen taso käsittää Granfeltin mukaan tietynlaiset suhteet, jotka muodostuvat ihmisen ja hänelle rakkaan toiminnan tai sitä edustavan tilan välille. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi taidemaalarin ja taideteoksen välille syntyvää yhteyttä. Kolmannella tasolla koti on sisäinen kokemus, joka mahdollistaa minuuden rajat ja sisäisten mielikuvien tuottamisen. Sisäinen koti sijaitsee ihmisen sisällä ja siellä voi pitää kaikkein kalleimpia aarteita, joita kukaan toinen ei voi nähdä, ja joista ei koskaan tarvitse luopua.

2.2 OMAN KODIN MERKITYS VANHUUDESSA

Kodin erityisasemaa Suomessa kuvaa se, että kotirauhan rikkominen on Suomen laissa kielletty (Rikoslaki 9.6.2000/531). Suomalaisissa vanhainkodeissa ei kuitenkaan täysin voida tunnustaa kotirauhaa, sillä niissä vanhusten huoneiden ovet ovat auki ja hoitajien täytyy voida aina päästä huoneeseen. Näin sen pitääkin olla, sillä vanhainkodeissa asuvat vanhuset tarvitsevat ympärivuorokautista ja välitöntä hoitoa ja hoivaa. Ehkäpä kuitenkin juuri tuossa kotirauhassa, kodin yksityisyydessä, kiteytyy ajatus oman kodin merkityksestä ja tärkeydestä. Ajatellaanhan ihmisen vanhainkodissa menettävän sekä yksityisyytensä, yksilöllisyytensä että itsenäisyytensä.

Kodin merkitysten pohdinta on tärkeää monelle yhteiskunnan osa-alueelle. Sosiaalitieteissä kotia on käsitelty muun muassa sukupuoliperspektiivistä, kun Vilkkonen (1998) on tutkinut naisten ja miesten erilaisia kotikäsitteitä omaelämäkertojen avulla. Myös sosiaalipoliittisesti kodin rooli on tärkeä, kun puhutaan esimerkiksi vanhusten asumisesta tai kodittomuudesta (esim. Vilkkonen 2000, Granfelt 1998). Sekä sosiaalipoliittinen, mutta myös monien ikääntyvien omaa asumistaan koskeva tavoite, on asua kotona elämän loppuun saakka tai ainakin niin kauan kuin se on mahdollista.

Tämän tutkimuksen tutkimuskohteena ovat vanhainkodissa jo asuvat vanhukset. Heidän elämänsä ei yhteiskunnan tavoitteista, eikä omista toiveista huolimatta päättynytkään omaan kotiin. Tutkimukset (esim. Vilkkonen 2006; Koskinen 2001) osoittavat, että vanhusten halu asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään liittyy tarpeeseen päättää ja vastata omista asioista myös vanhuudessa. Vanhukset haluavat olla vapaasti omassa rauhassaan, elää normaalia elämää ja tehdä, mitä itse tahtovat.

Tutkimusten mukaan vanhemmilla ihmisillä on voimakas kiintymys asuinpaikkaan, oli kyseessä sitten vaikkapa lapsuudenkoti tai asuminen pitkään samalla paikkakunnalla (Högbacka 2003). Kariston ym. (2003) mukaan erityisen muuttohaluttomia ovat ikäihmiset, jotka ovat asuneet pitkään samassa paikassa. Tuttu ympäristö saattaa vahvistaa selviytymisen tunnetta ja siihen ollaan kiintyneitä (Sarola 1994, 122). Högbackan tutkimuksessa (2003, 160) eräs nainen sanoo, että kotona asuminen mahdollisimman pitkään on tärkeää, koska *”sen jälkeen on sitten sama missä sitä asuu”*.

Omassa kodissaan vanha ihminen ei ole vieras niin kuin vanhainkodissa. Kotona asuessa ihmisellä on mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa eri-ikäisten ihmisten kanssa ja luoda kontakteja eri yhteisöihin. (Koskinen ym. 1998, 221.) Pysyvän ympäristön on todettu merkittäväksi hyvinvoinnin tekijäksi vanhalle ihmiselle. Vanhojen ihmisten halu asua omassa kodissa niin pitkään kuin mahdollista perustuukin sekä haluun säilyttää identiteettiä että pyrkimykseen ylläpitää käsitystä omista kyvyistä ja osaamisesta tutussa ympäristössä. (Sarola 1994, 127, 129.)

Marin (2003, 30) puoltaa käsitystä siitä, että koti merkitsee eniten juuri ikääntyneille ihmisille. Vanhojen ihmisten kotona asumisen ensisijaisuudelle antamat merkitykset voidaan kiteyttää seuraavaan listaan (Heywood, Oldman & Means 2002, ref. Marin 2003, 30–34) :

- vapaus ja itsemäärääminen,
- itsenäinen elämä ja elämänhallinta sekä omatoimisuus,
- sosiaalisten suhteiden säilyminen,
- asuinympäristö, turvallisuus ja luonto,
- arvokas elämä ja arvostettuna oleminen,
- tasavertaisuus avunantajien kanssa,
- oman minuuden vahvistuminen ja
- mahdollisuus ilmaista tunteita.

Vanhusten kotona asumiseen saattaa liittyä myös kielteisiä asioita, kuten yksinäisyyden kokemuksia. Yksinäisyyttä aiheuttavat eritoten terveyden ja toimintakyvyn heikkeneminen ja läheisten ihmissuhteiden puute. (Tepponen 2003; Tiikkainen 2007). Tiikkainen (2007) muistuttaa kuitenkin, että vanhusten yksinäisyys on hyvin subjektiivinen kokemus. Myös Saarenheimo (2003b, 104) huomauttaa, että yksinäisyys on suhteellinen käsite, sillä jokainen tarkastelee omaa tilannetta omaan aikaisempaan tilanteeseen tai toivottuun tilanteeseen nähden.

2.3 KOTI LAITOKSESSA

Laitokseen muuttaminen on suuri elämänmuutos ja ”siirtyminen lopullisesti omasta kodista sen ulkopuoliseen hoitoon on eräs kuormittavimmista elämänkaaren vaiheista” (Kotiranta 2009, 9). Vieraat ihmiset, uusi koti ja uudet olosuhteet herättävät pelkoa ja ahdistusta. Muuttoon voi liittyä myös turvattomuuden, katkeruuden ja epätietoisuuden tunteita. Vanhus voi tuntea yksinäisyyttä ja omaisiaan kohtaan jopa vihaa. Vanhuksen vieminen pakolla vanhainkotiin on loukkaus hänen ihmisyytensä kohtaan. Ennen muuttoja jokaisen olisi hyvä saada tutustua uuteen kotiin. Valmistelematon muutto saattaa johtaa vanhuksen toimintakyvyn nopeaan heikkenemiseen. (Kotiranta 2009.)

Laitosasuminen alkaa yleistyä 80 ikävuoden jälkeen ja 90 vuotta täyttäneistä vanhuksista 20–40 prosenttia asuu kodin ulkopuolella jossakin laitoksessa (Myrskylä 2005, 176–178). Laitoshoitoon turvaudutaan yleensä vasta viime kädessä. Vaarana laitoshoidossa nähdään laitostuminen, jonka seurauksena ihminen helposti menettää itsenäisen otteen elämäänsä ja häneen kehittyy riippuvuus laitoksesta ja sen antamasta turvallisuudesta. (Auvinen ym. 1982, 24.) Vanhukset ovat palvelutaloissa tyytyväisempiä kuin muissa laitoksissa. Mitä laitosmaisempi hoitolaitos, sitä tyytymättömämpiä vanhukset ja erityisesti heidän omaisensa ovat siellä saatuaan hoitoon. (Vaarama ym. 1999.) Monet vanhukset kokevat laitokset vieraisiksi, koska niistä puuttuvat kodinomaisuus ja lämpö (Parkkila, Välimäki & Routasalo 2000). Laitoksen kodinomaisuutta vähentävät myös siellä vallitseva työn nopeus, tehokkuus ja hoitajien kiire (Vuorinen 2003).

Jos omassa kodissaan asuvat eläkeikäiset tuntevat tarpeettomuuden ja riittämättömyyden tunteita (ks. Liukkonen 1995), niin voiko vanhainkodissa kokea elävänsä mielekästä elämää ja olevansa kuin kotonaan? Tutkimusten (esim. Nores 1993, Noro 1998) mukaan elämään laitoksessa liittyy usein yksinäisyyttä, sosiaalista eristäytyneisyyttä ja arvottomuuden tunteita. Koettua yksinäisyyttä laitoksessa saattaa osaltaan lisätä hoitokumppaneiden huonokuntoisuus. Myös liikkumisen vaikeus saattaa eristää vanhuksen omaan sänkyynsä. Usein laitosasukkaat myös toivovat pääsevänsä omaan kotiin, joka osaltaan saattaa vähentää sosiaalisten kontaktien luomista. Sosiaaliset suhteet laitosasiakkailta rajautuvatkin usein hoitohenkilökunnan ja omaisten väliseksi.

Noron ym. (2000) mukaan yksinäiseksi usein tai jatkuvaksi itsensä koki pitkäaikaisista laitosasukkaista kaksi viidestä miehestä ja melkein puolet naisista. Joka kolmas ei ollut kokenut itseään koskaan yksinäiseksi. Levottomuutta ja häiritsevää käyttäytymistä, kuten vaeltelua, aggressiivista tai muutoin sosiaalisesti poikkeavaa käyttäytymistä ilmeni monissa laitoksissa. Noin joka kolmas pitkäaikaislaitoshoidossa oleva käyttäytyi häiritsevästi.

Setälän (2009) tutkimuksessa selvitettiin vanhainkodin asukkaiden asiakastytyvääisyyttä. Selvityksen mukaan suurin osa vanhuksista sai mielestään elää omanlaistansa elämää vanhainkodissa. Kiitosta vanhukset antoivat sille, että huonetta ei tarvinnut jakaa toisen asukkaan kanssa ja että osastolla sai liikkua vapaasti. Koetun elämänlaadun kannalta merkittäviksi tekijöiksi nousivat turvallisuus ja ystävällinen kohtelu. Elämänlaatua heikentäviä tekijöitä olivat valtaosan mielestä ulkoilun puute, ruoan epämääräisyys ja henkilökunnalta saadun ajan vähäisyys. Tässä kohtaa on kuitenkin muistettava, että elämänlaatu liittyy aina yksilöön persoonana ja sen sisältö on jokaiselle yksilölle erilainen (Noppari & Tanttinen 2004, 46) ja subjektiivisesti arvioitu.

Klemolan väitöskirjatutkimuksesta (2006) selviää, että kun hoitokotiin siirtyminen otetaan esille riittävän ajoissa, on vanhuksella ja omaisilla aikaa sopeutua tulevaan muutokseen. Ennalta valmistautuminen auttaa osapuolia sopeutumaan edessä olevaan muutokseen. Yleistä on, että siirtymävaiheen aikana käydään läpi jonkinasteista surutyötä. Klemolan (2006) mukaan vanhuksen hyvän elämän edellytykset hoitokodissa rakennetaan siinä vaiheessa, kun vanhus vielä asuu omassa kodissaan. Kun vanhus sitten siirtyy laitokseen, hänen elämänlaatunsa on hyvin riippuvainen auttajien ammattitaidosta, arvoista ja asenteista. Tarve päättää ja määrätä omista asioista tulisi voida säilyttää mahdollisimman pitkään, jolloin vanhuksen omanarvon tunne ja itsensä kunnioittaminen säilyisi ja antaisi elinvoimaa päivittäiseen elämään. (Noppari & Tanttinen 2004, 46–47.)

3 VANHUDESTA JA VANHUSKÄSITYKSISTÄ

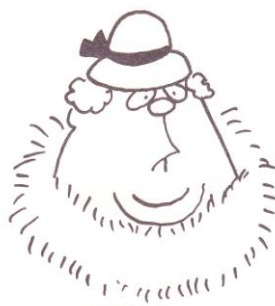
Me kaikki vanhenemme, halusimme tai emme. Ja koska vanhenemiseen liitetään enemmän tai vähemmän negatiivisia asioita, haluan esitellä alkuun humoristisen näkökulman vanhuuteen. Teoksessaan *Kolmivarpainen sammakko* (1976) pilapiirtäjä Kari Suomalainen muotoilee neljä mummotyyppiä. Hänen stereotyyppeihin tukeutuvan kuvauksensa mukaan yhteiskunnastamme löytyy neljänlaisia vanhuksia: *kilttimummoja, kärttimummoja, könttimummoja* ja *kuolemanmummoja*:



Kilttimummo



Kärttimummo



Könttimummo



Kuolemanmummo

Suomalaisen mukaan kilttimummo muistuttaa lastenkirjoista tuttua isoäitiä, joka keittää puuroa, ja jolla on harmaat hiukset ja punaiset posket, ja joka on lempeä ja elämänmyönteinen. Kilttimummoa ei saa kukaan eikä mikään huonolle tuulelle. Kärttimummo on Suomalaisen mielestä kärttyinen, koska mikään ei ole tässä maailmassa hyvin. ”Kuljettajat eivät osaa ajaa, nykyajan nuoriso on hunningolla, lääkärit eivät tiedä mitään, loskakeli pilaa vaatteet ja auringonpaiste silmät.” Könttimummo on Suomalaisen määritelmässä puolestaan lihava, kaukaisuuteen tuijottava ja apaattinen henkilö, joka ei välitä mistään. Könttimummojen alalaji on kuolemanmummot, joilla on ”*musta hattu, musta krimiturkki ja heidän henkensä haisee hautausmaalle ja kun he köhisevät, niin ristit vain lentelevät suusta.*” Kuolemanmummoilla on negatiivinen asenne vanhuutta ja vanhenemista kohtaan.

Ruth ja Heikkinen (1983, 71) pitävät Suomalaisen mummojakoa sen stereotyyppisyydestä huolimatta hyvin kuvaavana. Se sisältää käsityksen siitä, että yhteiskunnassamme vanheneminen ja vanhuus nähdään kirjavana, mutta pääosin negatiivisuuksiin painottuvana elämänvaiheena. Nelijaossa kilttimummot edustavat myönteistä, kättymummot negatiivista ja ennakkoluuloista, könttimummot neutraalia ja välinpitämätöntä ja kuolemanmummot kuolemanvastaista asennoitumista vanhuutta ja vanhenemistä kohtaan. (Emt., 71).

Mummotyypin jälkeen haluan muistuttaa lukijaa myös Suomalaisista kansanviisauksista (Kuusi 1991), jotka kertovat jotain perustavanlaatuisista yhteiskunnastamme ja suhtautumisestamme vanhuuteen. Toisaalta henkisten ja aineellisten asioiden puolesta vanhuus koetaan myönteisenä:

Nuoruus ja hulluus, vanhuus ja viisaus (Porthan)

Kaunis nuori – viisas vanha (Juteini)

Ei vanha varaton ole (Florinus)

Toisaalta vanhuuteen liitetään usein myös vaivaisuus:

Ei vanhuus yksin tule (Porthan)

Ilo nuoren, vaikka köyhä – vaiva vanhan, vaikka rikas (Tammelius)

Nuorena sitä on ehkä vaikea hahmottaa, mutta ”*vanha ihminen ei ole koskaan yksinomaan vanha, vaan myös hänen nuoremmat minänsä ovat läsnä hänen nykyisyydessään*” (Gothóni 2007, 13). Näin ollen vanhusten oma käsitys vanhuudesta on yleensä myönteisempi kuin vallitseva yhteiskunnallinen käsitys. Voidaankin sanoa, että vanhuus on paljolti kokemuksellinen ja asennekysymys (Koskinen 1998, 11). Myös Kangas ja Nikander (1999, 8–9) huomauttavat, että omakohtainen kokemus iästä poikkeaa usein kronologisesta ja kulttuurisesta iästä. Ihmiset kokevat vanhuuden ja vanhenemisen eri tavoin: useimmilla ihmisillä vanhuuteen sisältyy voimavarojen heikkenemisestä ja raihnaisuutta. Vanhuudessa voidaan kokea muistivaikeuksia, masentuneisuutta ja yksinäisyyttä. Toisaalta monet elävät vanhuuttaan onnellisina ja vanhuuden elämänvaihe koetaan mielekkääksi.

Yksi tapa yksioikoisesta luokittelusta on puhua nuorista vanhoista (65–74-vuotiaat), keskikäisistä vanhoista (75–84-vuotiaat) ja vanhoista vanhoista (yli 85-vuotiaat) (Naleppa & Reid 2003, 3). Toisaalta entistä useammin vanhuuden määritellään alkavan vasta 80 tai 85 vuoden iässä (esim. Heikkinen 2003b). Tämän määritelmään mukaisesti kaikki tähän tutkimukseen osallistuneet ihmiset ovat varsinaisia vanhuksia, sillä nuorin haastateltava on juuri täyttänyt 85 vuotta. Reinikainen (2007) jakaa ihmisen elämän seitsemään vuodenaikaan. Myöhäisen syksyn ja talven vuodet ulottuvat aina "lopputalven" yli sataviisivuotiaisiin asti. Reinikaisen mukaan "keskisyksyyn" kuuluvat 63–70-vuotiaat, "täyteen syksyyn" 70–77-vuotiaat, "varhaistalveen" 84–91-vuotiaat, "alkutalveen" 91–98-vuotiaat. Ikäkausijaottelu kuvastaa myönteistä ja valoisaa näkemystä vanhuudesta. "Vanheneminen ei ole sairaus", kuten Reinikainenkin muistuttaa (emt., 210.)

Vanha, vanhus ja vanheneminen ovat yhteiskunnallisesti eli sosiaalisesti määrittyneitä käsitteitä. "Olla vanha" on yhteiskunnallinen tapa mieltää asioita ja ihmisiä, luokitus, joka tehdään kaikissa yhteiskunnissa (Jyrkämä 1990, 87.) Myös yhteiskunnan rakenne ja kulttuuri vaikuttavat siihen, miten vanheneminen tapahtuu ja millaiseksi vanhana oleminen koetaan. Simmons'n kirjoituksesta vuodelta 1945 huomataan, ettei yhteiskuntamme ole muuttunut vieläkään:

Joissakin yhteiskunnissa on kuoleminen vanhalle miehelle tai naiselle ollut kuin suuri seikkailu juhlamenoineen, mutta toisissa ryhmissä kulku kohti kuolemaa on ollut pateettinen ja häpeällinen kamppailu tien jokaisesta tuumasta. Kuolemassa kuten elämässäkin ihmisen kohtalon ovat määränneet hänen aikansa ja paikkansa tavat. (emt., 244.)

Vanhuuteen liittyvä kuolema saa erilaisen muodon riippuen yhteiskunnasta ja sen kulttuurista. Vanheneminen ei ole muotia ainakaan meidän ikuista nuoruutta ihannoivassa länsimaisessa kulttuurissamme. Sanaa *vanhus* yritetään välttää käyttämällä esimerkiksi sanoja ikäihminen ja seniori. Tässä tutkimuksessa sanaa vanhus ei tarvitse välttää, sillä siihen sisältyy ajatus pitkän elämän mukanaan tuomasta kokemuksesta ja ehkä jopa viisaudesta. Tutkimuksessa käytetään sanoja vanhuus ja vanhus siinä missä muitakin sanoja. Ne ovat yhtä luonnollisia ja "oikeita" ilmaisuja kuin lapsi ja lapsuus tai aikuinen ja aikuisuus.

Myönteisemmän vanhuuskäsityksen esiin nostaminen edellyttää Koskisen (1986a, 17–18) mukaan tietämyksen lisäksi asenteen muutoksia, jotka perustuvat tärkeisiin eettisiin arvoihin. Monet eettisistä periaatteista ovat vanhoja ja jo kreikkalaiset ajattelijat korostivat niitä puhuessaan vanhoista ihmisistä. Periaatteet ovat valitettavasti vuosisatojen saatossa päässeet hämärtyämään. Myönteinen vanhuuskäsitys voidaan tiivistää Koskista (emt., 19) lainaten seuraavasti:

Vanhat ihmiset tarvitsevat samoja asioita kuin muutkin. Heillä on oikeus esim. työhön ja koulutukseen sekä mahdollisimman suureen valinnanvaraisuuteen työnjättötilanteessa. Yhteiskunnan tulee lopettaa kaikenlainen ikään liittyvä erottelu ja syrjintä.

Vanheneminen on nähtävä normaalina elämänkaaren vaiheena, joka luonnollisesti seuraa aikaisempia vaiheita ja on niiden seurausta.

Vanhusväestö ei ole yhdenmukainen ryhmä, vaan yhteiskunnassa vallitseva rakenne heijastuu vanhuksiin kuten muuhunkin väestöön. Yksilöllinen vaihtelu lisääntyy iän mukana, mikä on otettava huomioon.

Vanhukset tulee nähdä yhteiskunnassa voimavarana eikä sosiaalisena ongelmana. Ikääntyminen ja keski-ikä pidentyminen on suuri inhimillinen voitto.

Myös ikääntymisen lääketieteellinen määrittely voi kliinisydessään hämärtää vanhuuden ymmärtämistä arvokkaana ja asiaankuuluvana osana elämää (Koskinen 2007, 36). Vanhuus ei ole pelkkää vaivaisuutta, se ei ole sitä välttämättä lainkaan – kiitos parantuneiden yhteiskunnallisten olojen ja kehittyneen lääketieteen. Elämän pidentyessä vanhuudesta ja vanhuksista on tullut merkittävä osa yhteiskuntaa. Tulevaisuudessa vanhukset ovat yhä suurempi osa Suomea. Yhteiskunnallisesti olisi merkittävää suoda jokaiselle eettisesti arvokas vanhuus. Onhan vanhus aina useimmiten jonkun meidän mamma tai pappa, mummi tai vaari.

Vanhuuden yhteiskuntaan synnyttämien eettisten ongelmien lisäksi ikääntyminen voi aiheuttaa kielteisiä seurauksia myös yksilöille. Koskinen (2007, 39) puhuu näistä seurauksista erilaisina menetyksistä: ihminen raihnahtuu, kohtaa sairauksia, ulkonäön muutoksia, yksinäisyyttä ja yhteiskunnallisen aseman alenemista. Vanheneminen ei ole kuitenkaan pelkkää alamäkeä, sillä myönteisiä vanhenemiseen liittyviä seikkoja ovat usein kokemuksen, moninaisten taitojen ja viisauden lisääntyminen. Koskisen (emt., 36) esittelemä sosiokulttuurinen vanhuskäsitelmä näkee vanhenemisen myönteisenä historiallisena, kulttuurisena ja sosiaalisena ilmiönä. Sosiokulttuurinen vanhuskäsitelmä korostaa vanhenemisen moninaisuutta, näkee vanhenemisen jopa uutena mahdollisuutena ja kiinnittää huomiota ikääntymiseen liittyviin vahvuuksiin ja voimavaroihin.

Koskisen ym. (1998, 12) oppikirjatulkinnan mukaan ne vanhukset, joilla on positiivinen minäkuva, tuntevat elävänsä vanhana elämänsä onnistuneimpia vuosia ja kokevat vanhuuden myönteiseksi elämänvaiheeksi. Hyvän vanhuuden edellytyksenä on Koskisen ym. (1998) luonnehdinnan mukaan se, että vanha ihminen käy läpi omaa minuuttaan ja elettyä elämäänsä. Oman elämän vaiheita, vanhuutta ja vanhenemista voi käydä läpi esimerkiksi muistelemalla. Keskeistä muistelemisessa on se, että vanhus kokee hyväksyvänsä menneen elämän ja suhtautuu edessä olevaan kuolemaan rauhallisesti.

4 SOSIAALIGERONTOLOGISIA PERUSTEITA

4.1 MITÄ ON SOSIAALIGERONTOLOGIA?

Gerontologia (geron=vanhus, logo=oppi) on tieteenala, joka tutkii vanhenemistä ja vanhuutta biologisena, psykologisena ja sosiaalisena ilmiönä. Gerontologian tavoitteena on selvittää, millä tavalla ihminen muuttuu vanhetessaan, mitkä seikat vaikuttavat elämän pituuteen, millaisia vaikutuksia vanhenemisella on yksilöihin ja yhteisöihin ja miten ikääntymisen eri tekijöihin voitaisiin vaikuttaa. (Heikkinen 2003, 14; Hervonen & Pohjalainen 1991, 19.) Andersson (2007, 21) määrittelee gerontologian tieteeksi, jossa tutkitaan ihmisiä, joille oma itse on valmiimpi eikä niin altis ulkopuolisille vaikutuksille kuin nuorilla ihmisillä.

Gerontologista tutkimusta harjoitetaan monella tieteenalalla, sillä vanheneminen koskettaa kaikkia eläviä organismeja, myös eläimiä ja kasveja. Biogerontologia tutkii biologisia vanhenemisprosesseja, kliininen gerontologia eli geriatria on lääketieteen osa-alue, psykogerontologiassa ollaan kiinnostuneita psyykkisten toimintojen vanhenemisesta ja sosiaaligerontologit tutkivat vanhenemiseen liittyviä sosiaalisia ja yhteiskunnallisia tekijöitä. (Heikkinen 2003; Hervonen & Pohjalainen 1991.)

Määrittelen tämän tutkimuksen sosiaaligerontologian alaan kuuluvaksi, sillä sosiaaligerontologian lähtökohtana on ajatus vanhenemisen sosiaalisuudesta. Esimerkiksi tukan harmaantuminen on biologinen ja osin myös psykologinen ilmiö, mutta sille annetut merkitykset ovat sosiaalisia. Vanhenemisen sosiaalisuus on myös sitä, että yksilö ikääntyy aina jossakin yhteiskunnassa jonakin tiettyä aikana. Sosiaaligerontologiset teoriat voidaan jakaa kahteen ryhmään: yksilön vanhenemistä sekä vanhenemisen ja yhteiskunnan suhdetta koskeviin teorioihin. (Andersson 2007, 21; Jyrkämä 2003, 267; Pohjalainen 1990, 17.) Sosiaaligerontologisiin teorioihin sisältyy näkemys siitä, mitä on hyvä vanheneminen ja miten siihen päästään. Vanhenemisen hyvyys näyttäytyy teorioissa usein sopeutumisenä, tyytyväisyytenä ja hyvänä mielialana. (Jyrkämä 2003, 267–268.)

4.2 SOSIAALIGERONTOLOGISESTI MUOTOILTU *HYVÄ VANHUUS*

Tämän pro gradu -tutkimuksen teoreettinen viitekehys liittyy sosiaaligerontologisesti muotoiltuun hyvään vanhuuteen. Koska *hyvä vanhuus* on yksi vanhuspolitiikan keskeinen tavoite, on sen tutkiminen perusteltua. Haluan tutkimuksessa esiin tulevien tulosten avulla antaa eväitä hyvän vanhuuden toteuttamiseen vanhainkodeissa. Jyrkämän (1990) mukaan vanhuuden voidaan nähdä olevan erityinen elämänvaihe, jolloin nimenomaan ikäkauden ”hyvyys” tulee tärkeäksi (emt., 101). Hyvän vanhuuden tavoittelu on kaikkien helppo allekirjoittaa. Ihmisen yhteiskunnallisen aseman alenemista, terveyden ja persoonan muutoksia ei kuitenkaan ole vanhenevan ihmisen välttämättä helppo hyväksyä tai nähdä hyvinä asioina.

Hyvä on tärkeä käsite ihmiselle, sillä usko elämän mielekkyyteen edellyttää uskoa absoluuttiseen arvoon (Kaalikoski 2001). Hyvä määrittää sitä, mitä ihminen on. Wright (2001, 146–149) puhuu teoksessaan *Hyvän muunnelmat* käsitteistä onnellisuus ja hyvinvointi. Wrightin mukaan on järkevää tutkia minkä tahansa sellaisen hyvää, jonka elämästä on mielekästä puhua. Elämän kokeminen hyväksi edellyttää oman elämän tarkoituksen ja juonen löytämistä ja vanhojen kohdalla näistä kiinni pitämistä (Niemi 2005).

Eläkkeelle jääminen on aiemmin tulkittu yhteiskunnassamme vanhuudeksi riippumatta siitä, miten vanha ihminen on biologisesti tai psyykkiseltä olemukseltaan (Jyrkämä & Randell 1987, 5). Nykyisin perinteisestä eläkeiästä, 65 vuodesta, alkava kausi määritellään usein kolmanneksi iäksi, jolloin ihmisen toimintakyky ja oma kokemus ikääntymisestä eivät vastaa vanhuuden käsitettä (esim. Andersson 2007, 21). Jyrkämä ja Randell (1987, 6) puhuvatkin tässä kohtaa sosiaalisesta vanhenemisestä, joka on nähtävissä yhteiskunnan ja yksilön sekä ympäristön ja yksilön muutoksina ihmisen siirtyessä eläkkeelle.

Sosiaalisessa vanhenemisessä on olennaista ymmärtää, mitkä sosiaaliset seikat edistävät myönteistä vanhenemistä. Sosiaalisen vanhenemisen tutkimuksessa elämäntyylin käsite on osoittautunut varsin tarkoituksenmukaiseksi. Ihmisen elämäntyyli muotoutuu vähitellen keski-ikään mennessä. Tyylejä voivat olla muun muassa työkeskeisyys, perhekeskeisyys, yksinäisyys, mukavuus ja täydellisyys. (Koskinen 1998, 94.) Yksilötasolla ”*sosiaalisella vanhenemisella tarkoitetaan niitä muutoksia, joita biologinen ja psykologinen vanheneminen aiheuttavat yksilön ja yhteiskunnan välisiin vuorovaikutussuhteisiin*” (Hervonen & Pohjolainen 1983, 36).

Keskeiset vanhenemisen yksilötason teoriat ovat teorioita hyvästä vanhenemisestä ja vanhuudesta. Aktiivisuusteorian perusta on aktiivisuuden säilyttämisessä, joka takaa onnistuneen vanhenemisen. Siinä yksilötasoinen vanheneminen näyttäytyy irtaantumisina erilaisista sosiaalisista rooleista ja irtaantuminen tulkitaan ihmisen normaalina sopeutumisena vanhenemiseen. (Jyrkämä 2003, 268; Jyrkämä & Randell 1987, 80.) Vanhainkodissa asuvat vanhukset ovat joutuneet irtaantumaan elämässään jo monista asioista ja rooleista: työelämästä ja työntekijän roolista, yhteiskunnan toimintoihin vaikuttamisesta ja aktiivisen kansalaisen roolista, entisenlaisesta toimintakyvystä ja terveydestä sekä osin myös oman elämän itsemääräämisestä.

Irtaantumisteoriassa onnistuneeseen vanhuuteen kuuluu monien elämän vaikeiden tosiasioiden passiivinen hyväksyminen. Irtaantuminen ”entisestä elämästä” ei vaadi kyseenalaistamista eikä itsensä kehittämistä. Irtaantumisteorian mukaan onnistunut vanheneminen tapahtuu niin, että aiempi keski-iässä muodostunut tasapaino korvautuu uudella tasapainolla, joka soveltuu paremmin vanhukselle. Teorian mukaan irtaantuminen merkitsee parhaimmillaan yksilön ja yhteiskunnan molemminpuolista irtaantumista toisistaan. Prosessin ollessa tasapainoista tuloksena on tyytyväisyys ja hyvä vanheneminen. Irtaantuminen nähdään luonnollisena osana elämää. (Jyrkämä 2003, 268; Jyrkämä & Randell 1987, 80.)

Irtaantumis- ja aktiivisuusteorioita on kritisoitu siitä, että ne määrittävät, miten ihmisen käyttäytymisen tulisi muuttua, jotta tuloksena olisi onnistunut vanheneminen (Jylhä 1990, 115). Jatkuvuusteoria korjaa irtaantumisen ja aktiivisuuden puutteita, sillä siinä sekä aktiivinen että passiivinen elämäntapa voivat johtaa hyvään vanhuuteen. Teorian mukaan ihminen sopeutuu vanhuuteen siten, että hän jatkaa elämäntapaansa mahdollisuuksien mukaan samanlaisena kuin aiemminkin. (Andersson 2007, 55–56.)

Kotoa vanhainkotiin siirtyminen on merkittävä elämänmuutos. Tämän muutoksen yhteydessä ihminen voi kokea surua, voimattomuutta tai välinpitämättömyyttä (Liukkonen 1995), joten aiemman elämäntavan jatkaminen voi olla haastavaa ja osin mahdotontakin. Vanhuksen minäkäsitys voi saada elämänmuutoksen yhteydessä kielteisiä kolhuja osin ympäristön suhtautumisesta ja osin hänen omista fyysisistä ja psyykkisistä heikkenemiskokemuksista johtuen. Ruth ja Ruoppila (1983, 162) muistuttavat kuitenkin ihmisen persoonasta ja siitä että onnistunut vanhuuteen sopeutuminen sisältää elämän jatkuvuuden tunteen huolimatta elinympäristössä tapahtuvista muutoksista.

Vanhenemisen onnistumiseen vaikuttaa Auvisen ym. (1982, 57, 87) mukaan nimenomaan ihmisen persoonallisuus, sillä se on yksilön tiedollisten, tunneperäisten ja tahtoon liittyvien tekijöiden summa. Elämän loppumista odottava vanhus vetäytyy usein herkästi pois muiden ihmisten yhteydestä ja harrastuksistaan. Tämä pessimistinen poisvetäytyminen lisää haluttomuuden ja voimattomuuden tunnetta. Toivottomuus ja epätoivo täyttävät yhä enemmän vanhuksen mielen. Erityisen vaarallista on katkeroituminen, joka usein johtuu vanhuksen kokemuksesta, että häntä kohdellaan epäoikeudenmukaisesti.

Muurisen ym. (2006) mukaan valtaosa laitoshoidossa olevista iäkkäistä kokee elämänlaatunsa kuitenkin hyväksi tai vähintäänkin keskinkertaiseksi. Nopparin ja Tanttisen (2004, 47) mukaan vanhusten elämänlaatua laitoksessa voidaan pitää yllä huomioimalla ja säilyttämällä vanhuksen itsemääräämisoikeus. Hyvää psyykkistä elämänlaatua ikäihmisellä ylläpitävät myös mielen voimavarat, hallinnan tunteen löytäminen, negatiivisten tunteiden vähäisyys ja elämän tarkoituksellisuuden kokeminen (Muurinen ym. 2006).

Takkisen (2003, 215–216) mukaan elämän tarkoituksellisuuden tunteen kehittämisessä ovat hyödyllisiä muun muassa muistelu, mielekäs harrastus ja toiminta, huumorintaju, hengellinen pohdinta ja joustavuus. Muistelu liittyy kiinteästi vanhuuden kehitystehtävään muodostaa omasta elämästä harmoninen kokonaisuus. Elämän tarkoituksellisuuden tunnetta heikentävät puolestaan jatkuva menneisyydessä eläminen ja lapsuuden ja nuoruuden kritiikitön ihannoiti ja nykyisyyden paheksuminen. Elämän ei siis tarvitse olla ulkoisesti tarkasteltuna ongelmaton menestystarina, jotta tasapaino vanhuudessa olisi mahdollista.

Rowe ja Kahn (1987, ref. Heikkinen 2003, 332–333) käyttävät käsitettä *onnistuva vanheneminen* (successful aging). Käsitteeseen sisältyy kolme päätekijää: vähäinen sairauksien ja sairauksiin liittyvän toiminnanvajavuuden todennäköisyys, hyvä kognitiivinen ja fyysinen kapasiteetti ja aktiivinen elämäntapa. Onnistuvaan vanhenemiseen vaikuttavat sekä sisäiset eli geneettiset tekijät ja ulkoiset ihmisen elämäntyyliin vaikuttavat tekijät. Erityisesti elintavat määrittävät terveyden ja toimintakyvyn kehitystä ikääntyessä. Onnistunutta vanhuutta koskevan tiedon syventäminen on tärkeää erityisesti palvelualalla ja yhteiskuntasuunnittelussa, sillä tietämyksen parantaminen edesauttaa nykyisten ja tulevien sukupolvien onnistunutta vanhuutta. (Heikkinen 2003a, 333.)

Hohenthal-Antin (2006, 22) puhuu ikääntyneiden *henkisestä esteettömyydestä*, joka innostaa ja rohkaisee vanhuksia luovien voimavarojen käyttöön. Elämän tarkoituksellisuuden lisäämisessä luovuus ja vastuu sekä hengellinen ja filosofinen pohdiskelu ovat tärkeässä roolissa. Henkisen esteettömyyden taustalla on niin sanottu *flow*-teoria (emt., 130), jossa tietty toiminta tuottaa nautintoa tekijälleen ja se lisää elämän tarkoituksellisuuden tunnetta.

Hengellisyys on yksi tae hyvään vanhuuteen, sillä *usko* auttaa löytämään vastauksia kysymyksiin, jotka tulevat esiin vanhan ihmisen kohdatessa surua, pettymyksiä tai menetyksiä. Leskeksi jääminen, sosiaalisen aseman muutokset, vanhainkotiin muutto, yksinäisyys, lisääntyvä avuntarve ja irrallisuuden tunteet saattavat olla osa vanhan ihmisen elämää. Myös oman kuoleman lähestyminen saa ihmisen pohtimaan elämää kantavia voimia ja toivoa antavia asioita. (Koskinen ym. 1998, 137.)

Hyvään vanhuuteen, myönteiseen mielialaan ja tyytyväisyyteen johtaa joskus aktiivisuuden säilyttäminen, joskus irtaantuminen. Sosiaaligerontologit olettavat, että kokemuksellisesti hyvä vanhuus on elämän eri tilanteiden tuomia hetkellisiä tyytyväisyyden, ilon, onnen ja myönteisyyden tuntemuksia. Niitä ei kuitenkaan nähdä pysyvinä tiloina, vaan ne muuttuvat elämän tilanteiden mukaan. (Jyrkämä 2003, 271.)

Hyvää vanhuutta käsittelevien teorioiden antina on tässä tutkimuksessa vanhenemisen erilaisten ulottuvuuksien ja näkökulmien havaitseminen. Vanhainkocodeissamme elävät vanhukset ovat kaikki yksilöitä ja jokainen vanhenee ja kokee vanhuuden yksilöllisellä tavalla. Jyrkämä ja Randell (1987) muistuttavatkin, että voi olla virhe nähdä vanhuus tilana, johon työelämän ulkopuolelle jäävien, vanhenevien ihmisten tulisi tavalla tai toisella sopeutua ja johon heidät tulisi sopeuttaa (emt., 81). Me kaikki koemme vanhenemisen eri tavalla ja tästä syystä on vaikea ketään väkisin aktivoida tai sopeuttaa teorioiden mukaiseen ”hyvään vanhuuteen”. Toisaalta ainakin vanhainkocodeissa vanhustyön työntekijöillä tulisi olla mahdollisuus viettää nykyistä enemmän aikaa vanhusten kanssa ja edesauttaa kokemuksellisen hyvinvoinnin kasvua.

4.3 HYVÄ VANHUUS AIEMMAN SOSIAALIGERONTOLOGISEN TUTKIMUKSEN VALOSSA

Esittelen seuraavassa muutamia tutkimuksen viitekehykseen kytkeytyviä hyvää vanhuutta käsitteleviä tai sitä sivuavia tutkimustuloksia. Esittelemissäni tutkimuksissa on selvitetty pääasiassa vanhusten eletyn elämän ja koetun elämänlaadun välisiä yhteyksiä. Tutkimuksissa on analysoitu sekä omassa kodissaan että laitoksessa asuvia ikäihmisiä ja vanhuksia, heidän persoonallisuuttaan ja koettua elämänlaatua. Tutkimustuloksia verrataan käsillä olevan tutkimuksen tuloksiin raportin yhteenvedossa (luku 9).

Reichardin, Livsonin ja Petersonin tutkimuksessa (1962, ref. Kumpulainen 1982, 111) on eroteltu viisi persoonallisuustyyppiä, jotka sopeutuvat eläkkeelle siirtymiseen toisistaan poikkeavasti. *Kypsät* ovat elämänmyönteisiä ja ulospäin suuntautuneita. *Keinutuolilaiset* suhtautuvat asioihin rauhallisesti ja kokevat eläköitymisen helpotuksena. *Torjujilla* on kehittynyt puolustusjärjestelmä ahdistuneisuutta vastaan. *Huonosti sopeutuneet* ovat

vihaisia. He vihaavat itseään ja ovat masentuvaisia. *Vihaiset* hyväksyvät vanhuuden kaikkein huonoimmin. He syyttävät muita epäonnistumisistaan. Keinutuolilaiset vastaavat irtaantumisteorian mukaista onnistuvaa vanhenemistä ja vastaavasti kypsät vastaavat aktiivisuusteorian mukaista näkemystä onnistuvasta vanhenemisestä. (Emt., 111.)

Lawton (1983, 349-357) puhuu puolestaan hyvän elämän saavuttamisesta (achieving the good life). Hän jakaa hyvän vanhenemisen *psykkiseen hyvinvointiin, koettuun elämänlaatuun, kompetenttiin käyttäytymiseen ja objektiiviseen ympäristöön*. Psykkisesti ikääntyvä ihminen voi hyvin, jos hänellä ei ole masennusta, eikä tunne elämäntuskaa. Kysymys on siis myönteisestä elämänasenteesta. Koetulla elämänlaadulla tarkoitetaan vanhenevien subjektiivisia kokemuksia esimerkiksi perheestä, ystävistä, mielekkästä toiminnasta, työstä, taloudellisesta tilanteesta ja asumisesta. Kompetentilla käyttäytymisellä Lawton (1983) tarkoittaa ikääntyneen hyvää toimintakykyä ja terveyttä. Keskeistä on se, että ikääntyneen yksilön oman toiminnan ja toisaalta ympäristön välillä vallitsee tasapaino. Lawton puhuu myös *rohkeasta vanhenemisestä* (courageous aging), jolla hän viittaa tulevaisuuteen. Rohkeasti vanhenevia ovat ne, joilla on suunnitelmia, ja jotka ovat valmiita ottamaan riskejä. Rohkeasti vanheneva ihminen kehittyy vielä vanhanakin.

Jos ihminen ei ole saavuttanut elämän tarkoituksellisuuden kokemusta, seurauksena on elämänhalun väheneminen ja tuloksena on niin sanottu *eksistentiaalinen turhautuminen*. Turhautuminen voi johtaa joko myönteiseen tai kielteiseen seuraukseen. Myönteisyydessään se voi näyttäytyä elämänmuutoksena tai syvällisenä elämän pohdiskeluna. Kielteisyydessään siitä voi seurata masennus, apatia, kuolemanpelko, väsymys, kyllästyminen, ahdistuneisuus, aggressiivisuus, päihteet ja ääritekona jopa itsemurha. (Lawton 1983.)

Forss (1982, 194–197) tyypittelee tutkimuksensa vanhukset sen mukaan, miten hyvinvointi ilmenee heidän elämässään ja minkälaiseksi elämäntilanne koetaan. Forss ehdottaa neljää vanhustyypiryhmää:

”Hyvinvoivat”:

- hyvinvoinnin osatekijät korkealla tasolla
- aktiivisuus ja myönteinen elämänasenne

”Tavalliset”:

- hyvinvoinnin osatekijät tyydyttävällä tasolla
- hyvinvoinnin yleistaso ei nouse missään kohdin kovin korkealle

”Huonovointiset”:

- paljon leskiä ja naimattomia
- hyvinvoinnin kielteisten puolten kasautuminen
- usein heikko taloudellinen tilanne
- yksinäisyys ja harrastamattomuus
- passiivisuuteen ja sairasteluun liittyvä tapahtumaköyhyys

”Yrittäjät”:

- ylikorostunut työorientoituminen
- hyvinvoinnin osatekijät hyvällä tasolla

Tyypittelyn etu on siinä, että se ilmentää vanhuuden monimuotoisuutta. Toisaalta tyypittelyn ongelmana voi olla hyvinvoinnin ehkä liian suora yhdistäminen siihen, miten vanhukset kokevat ja hallitsevat elämisen. Vanhus ei välttämättä ole tyytymätön elämäntilanteeseensa, vaikka hän ei enää hallitsisi päivärutiineja niin kuin ennen. Vanhus voi myös kokea olevansa onneton, vaikka hän olisi suhteellisen terve ja sosiaalinen. Päällisin puolin hyvinvoiva vanhus saattaa kokea sisällään suurta epätoivoa ja pahaa oloa. (Forss 1982.)

Tutkimusten (esim. Kylmä 1997) pohjalta näyttää siltä, että *toivo* on merkittävin hyvinvoinnin tekijä vanhuudessa. Toivo edistää vanhuksen hyvinvointia ja terveyttä ja lieventää kärsimystä ja hätää sairauden kohdatessa. Pitkään jatkunut epätoivo näyttää puolestaan uhkaavan ihmisen kokonaisvaltaista terveyttä ja elämänlaatua. (Myös Farran ym. 1995.)

Christianssonin haastattelututkimuksessa (1994) selvitettiin vanhusten elinolosuhteiden, elämäntapojen ja koetun elämänlaadun välisiä yhteyksiä. Tutkimukseen osallistui 320 eläkkeellä olevaa omassa kodissaan asuvaa 65 vuotta täyttänyttä henkilöä. Elämänlaatua kuvaava muuttuja sisälsi mielialan tasapainoisuutta, tarpeellisuuden-, yhteenkuuluvuuden- ja turvallisuudentunnetta sekä tekemisen riittävyttä koskevat osiot. *Tarpeellisuudentunne* osoittautui muuttujaksi, joka ennusti parhaiten elämänlaadun kokonaistasoa. Ne ihmiset, jotka kokivat itsensä tarpeelliseksi, tunsivat yleensä myös mielialansa tasapainoiseksi. Heitä eivät vaivanneet yksinäisyyden tai turvattomuuden tunteet.

Tarpeettomuudentunne johti alentuneeseen elämänlaatuun, masennukseen ja tekemisen puutteeseen. Erityisesti ainoastaan vastaanottavana osapuolena oleminen tai mahdollisesti tunne siitä, että on muodostunut taakaksi muille ihmisille, aiheutti tutkimuksen mukaan tarpeettomuudentunnetta. Haastattelut osoittivat, että terveys on elämänlaadun kannalta kaikkein tärkein tekijä. Eniten eläkeikäisten elämänlaatua heikensi rajoittunut liikkumiskyky. Hyvää vanhuutta parhaiten ennustavat tekijät olivat tutkimustulosten mukaan siis *kohtalainen terveys, itsemäärääminen ja aktiivisuus*. (Christiansson 1994, 107–108.)

Liukkonen (1995, 358–370) on tutkinut puolestaan vanhainkodin asukkaiden elämää. Hän löysi viisi asukasryhmää: *hengellisen vakaumuksen omaavilla* päivään kuuluvat merkittävänä osana hartauksien kuunteleminen ja hengellisen kirjallisuuden lukeminen. He ovat tyytyväisiä elämäänsä ja tuntevat, että “kaikki on Korkeimman kädessä”. He katsovat tulevaisuuteen ja kuolema ymmärretään välivaiheena iankaikkisen elämän saavuttamisessa. *Psykiatrisen taustan omaavat* viihtyvät vanhainkodissa ja heidän päivänsä sisältö on osaston päiväohjelman mukaista. He elävät nykyisyydessä ja osallistuvat mielellään järjestettyyn toimintaan. *Olostuneet* elävät vanhainkodissa omaa elämäänsä. He ovat tyytyväisiä riittävästä tiedosta sekä yhteistyöstä henkilökunnan ja

omaisten kanssa. *Alistuneet* ovat kiitollisia ja kuuliaisia ja he elävät osaston päiväohjelman mukaisesti. He ovat ajallisesti menneisyyden muistoissa tai tulevaisuudessa ja hyväksytyssä kuolemassa. *Välinpitämättömät* toimivat ohjeiden mukaan ja viettävät suuren osan ajasta sängyssään. He elävät ajallisesti menneisyydessä. Osa heistä on masentuneita, sillä he eivät ole käsitelleet esimerkiksi aviopuolison kuolemaa tai kodin menettämistä.

Öbergin ja Ruthin selvityksen (1994, 59) mukaan hyvä vanheneminen näyttää koskevan erityisesti niitä, jotka eivät tunne itseään vanhaksi. Itsensä kokeminen ikäistään nuoremaksi voidaan nähdä puolustautumiskeinona todellisuutta vastaan. Jos tällä on kuitenkin hyvinvointia edistävä vaikutus, se voi luoda tyytyväisyyttä elämään vanhuudessa. Elämäänsä tyytyväiset vanhukset tulkitsevat elämänsä aiemmat vastoinkäymiset ja menetykset uudelleen positiivisesti. On kuitenkin myös vanhuksia, joiden elämäntarinoihin kuuluu vain vaikeutta. Hyvä vanhuus syntyy näissä tapauksissa siitä, kun vaikeudet lopulta päättyvät.

Vanhusten elämäntarinoista on Öbergin ja Ruthin (1994) tapaan kiinnostunut myös Gubrium (2001). Gubriummin tutkittavista, hoitokodissa asuvista vanhuksista yksi kertoi tuntevansa itsensä suorastaan vangituksi, kun taas toinen sanoi viettävänsä elämänsä parasta aikaa. Tutkittavien terveydentila ja olosuhteet hoitokodissa olivat objektiivisesti samanlaisia. Tästä syystä heidän nykyisyyttä kuvaavien erilaisten kokemustensa katsottiin liittyvän heidän menneisyyteensä.

5 NARRATIIVISUUDESTA

5.1 KERTOMISEN JA KERTOMUKSEN MERKITYKSESTÄ

Olen tutkimukseni suunnittelussa lähtenyt liikkeelle siitä ajatuksesta, että vanhusten kokemusten todentamiseen soveltuvan työskentelyvälineen tulisi olla mahdollisimman käytännönläheinen ja vanhuksen omaa ajattelua ja mielenkiintoa tukeva. Tätä ajatusta vasten voidaan nostaa esille Koskisen (2006) ajatus elämän tarkoituksellisuuden kokemuksen merkityksestä vanhuudessa. Hän sanoo, että vain ikääntyneet ihmiset voivat henkilökohtaisesti kokea vanhuutta ja vanhenemistä ja näin myös kuvata sitä. Sosiaaligerontologian yksi tärkeä tutkimusalue on se, mitä ikääntyvät ihmiset kertovat vanhenemisestaan ja minkälaisia omakohtaisia tunteuksia heillä on vanhenemiseen liittyvistä eri kokemuksista, kuten omasta kodista vanhainkotiin siirtymisestä tai vanhainkodissa asumisesta.

Jotta ymmärtäisimme, mitä vanhuus tuo mukanaan, millaisia ajatuksia, tunteita ja kokemuksia se aiheuttaa, on välttämätöntä antaa vanhuksen itsensä kertoa siitä. Tässä tutkimuksessa vanhukset kertovat ja muistelevat omaa elämäänsä aina lapsuudesta nykyhetkeen. Erilaiset elämäntapahtumat värittävät vanhusten kertomuksia ja ne aiheuttavat vanhuksissa milloin iloista naurua, milloin kaipuun kyyneliä. Heikkinen ja Rantanen (2003, 194) esittävät, että omaa elämää muistellessa juuri muistikuviin liittyneet tunteet mahdollistavat kuulijan tai kirjoitetun kertomuksen lukijan osallisuuden ja antavat mahdollisuuden jakaa kerronnassa syntyvää kokemusta ja ymmärtää aiheutuvien tunteiden avulla kokemusta myös vanhenemisestä.

Hänninen (2003, 22) määrittelee väitöskirjassaan *Sisäinen tarina, elämä ja muutos* kertomuksen käsitteen viittaavan ihmisen itsestään toisille kertomaan tarinaan. Kertomuksen voidaan katsoa tyypillisimmin esittävän tapahtumia, jotka ovat jo toteutuneet. Kertomus siirtyy kuulijoiden voimavaraksi, jota he voivat käyttää oman elämänsä tulkitsemisessa hyväksi. Koskinen (2006) esittää, että narratiivisessa gerontologiassa jokainen ikääntyvä ihminen nähdään tarinana. Näitä tarinoita ikääntyneet ihmiset tuottavat nykyisyydestä käsin ja ne muotoutuvat sosiaalisessa vuorovaikutuksessa kuulijan tai kuulijoiden kanssa.

Ihmisillä on tapana tuottaa kertomuksia etenkin silloin, kun jotakin poikkeuksellista tai emotionaalisesti järkyttävää tapahtuu (Bruner 1991, 11). Omasta kodista vanhainkotiin siirtyminen on yksi esimerkki ihmiselämän poikkeuksellisesta tapahtumasta. Vaikka vanhuksen on ehkä mahdollista ennakoida tätä tapahtumaa, se ei välttämättä lievennä järkytystä. Vanhainkotiin siirtyminen rikkoo elämän totuttua kulkua ja se saattaa synnyttää tarpeen muodostaa siihen liittyvistä tapahtumista kertomus. Vaikeita kokemuksia koskevat kertomukset auttavat ainakin osittain ymmärtämään niitä ja hyväksymään ne (Garro & Mattingly 2000, 28).

Koen, että vanhuksen henkilökohtaisen kertomisen kautta pystymme parhaiten ymmärtämään vanhuuden ulottuvuuksia. Omaelämäkertoja voidaan pitää myös aikuisten satumaailmana. Monestihan juuri tosielämä tarjoaa parhaat tarinat. Vaikka vanhusten kertomukset eivät olekaan satuja, niiden voidaan nähdä olevan matkoja ja seikkailuja omaan elämään ja minuuteen. Lievegoedin sanoin ”*Ihmisen elämäkerta on sinfonia, jonka hän itse säveltää*” (1995, 200).

Perustelen Hyvärisen (2006, 1; kursivoidut tekstit) tulkinnan avulla tarkemmin sitä, miksi kertomukset ovat arvokkaita ihmisille ja etenkin vanhuksille:

Kertomusten kautta voidaan ymmärtää ja hallita menneisyyttä.

Menneisyys on läsnä nykyisyydessä, vaikkemme sitä aina tunnista. Pysähtymällä hetkeksi arvioimaan ja muistelemaan menneisyyttämme voimme oppia enemmän itsestämme. Voimme ymmärtää, miksi menneisyydessä tapahtui, niin kuin tapahtui.

Ihmisten identiteetit rakentuvat suurelta osin kertomuksina ja kertomukset suuntaavat toimijoita tulevaisuuteen.

Vain harva meistä pysyy tässä päivässä. Etenkin nuorille elämä voi olla tulevaisuuden haaveilua ja ajattelua, että ”sitten, kun” olen tehnyt niin tai näin, niin ”sitten vasta” voin tai saan elää hyvää elämää. Ihminen rakentaa näin huomaamattaankin elämänsä tarinana ja tälle tarinalle halutaan hyvä ja onnellinen juoni. Kun juonesta pitää kiinni, tulevaisuus onnistuu ja ihmisen minuus pysyy ehjänä.

Kertomus on tietämisen muoto, joka on kenties ihmisen tärkein väline ajallisuuden ymmärtämisessä. Kertomus on kommunikaatiota ihmisten välillä. Kertomukset jäsentävät eettistä paikkaamme maailmassa. Kertomus on myös vuorovaikutuksen väline, sillä kertomalla jaetaan ja tehdään ymmärrettäväksi kokemuksia, luodaan luottamusta ja ylläpidetään ryhmiä.

Kertomuksilla on aina oma sävynsä; jotkut tarinat ovat iloisia, jotkut surullisia, jotkut neutraaleja. Kertomukset ovat erilaisia: on niitä tarinoita, joita kerrotaan äidille, parhaalle ystävälle, opettajalle tai vaikka bussikuskillle. Kaikilla tarinoilla on tarkoituksensa ja tilanteensa. Yleensä niille ihmisille, joihin luotetaan, kerrotaan elämästä kaikkein henkilökohtaisimpia asioita.

Kertomus on vastaus kysymykseen, kuka minä olen.

Kun muistelee omaa elämäänsä taaksepäin, voi elämänsä nähdä kertomuksena. Kertomuksen kautta ihminen voi havaita, että elämällä on tarkoitus tai jokin muu syvempi olemus. Kun oppii ymmärtämään itseään ja elämäänsä, ihminen on eheämpi kokonaisuus. Elämä on kuin satu, jonka päähenkilöitä olemme ja jonka juoneen voimme itse vaikuttaa.

5.2 KERTOMUKSESTA NARRATIIVISUUTEEN

Vanhenemisen tutkiminen on monimutkaista, koska yksilöä voidaan ymmärtää vain koetun elämän kautta (Kumpulainen 1982, 113). Yksilön paremman ymmärtämisen vuoksi tämän pro gradu -tutkimuksen metodiset valinnat pohjautuvat narratiivisuuden ympärille. Kertomuksia käsittelevä narratiivinen suuntaus kiinnittää huomionsa iäkkäiden itsensä kuvaamaan koettuun vanhenemiseen (Heikkinen & Rantanen 2003, 193). Narratiivisen lähestymistavan mukaan ihminen elää elämäänsä tarinana, jonka päähenkilö hän itse on (Hänninen 2003). Identiteetin lujittaminen on tärkeää ihmiselle, olipa hän minkä ikäinen hyvänsä. On suuri merkitys vanhan ihmisen omanarvontunnolle, kun hän pysyy oman elämänsä päähenkilönä loppuun asti ja saa valita ne henkilöt ja tapahtumat, jotka hän haluaa muistaa omassa tarinassaan. (Morgan 2005.)

Narratiivisen tutkimuksen viitekehyksessä tehdään erilaista kertomuksiin liittyvää tutkimusta. Yhteistä tälle tutkimukselle on huomion kohdistaminen kertomuksiin todellisuuden tuottajana ja välittäjänä. (Heikkinen 2002, 185.) Narratiivisen tutkimuksen voidaan katsoa viittaavan kaikkeen sellaiseen tutkimukseen, jossa käytetään tarinan, kertomuksen tai narratiivin käsitteitä (Hänninen 2003, 15). Hännisen (emt., 16) mukaan tarina syntyy ihmisen kokemuksissa ja elämässä. Kun tarina muodostuu ihmisen puheessa, siitä tulee kertomus. Kertomuksesta ja tutkijan kuvaamasta ilmiöstä syntyy tutkijan analyysin tuloksena narratiivi ihmisen tarinasta.

Narratiivisessa lähestymistavassa on kyse ihmisen omaa elämää koskevien kertomusten jatkuvasta rakentamisesta ja työstämisestä. Narratiivisuuden käsite on peräisin latinan kielestä, jossa substantiivi *narratio* tarkoittaa kertomusta ja verbi *narrare* kertomista. Suomenkielessä käsitteelle ei ole vakiintunutta nimitystä. (Heikkinen 2007, 142.) Esimerkiksi Heikkinen (2001, 2007) ja Hänninen (2003) käyttävät narratiivikäsitteestä kertomusta ja tarinaa väljästi toistensa synonyymeina. Clandinin & Connollyn (1994, 416) mukaan ihmiset elävät tarinoitua elämää ja kertovat tarinoita elämästä. Narratiivisesti orientoituneet tutkijat puolestaan kuvailevat tuota elämää, keräävät tarinoita ja kirjoittavat ihmisten kokemuksista uusia narratiiveja.

Tässä tutkimuksessa narratiivin ja tarinan käsitteitä ei ole erotettu toisistaan, vaan molempia käytetään sen mukaan, miten termi esiintyy lähteissä. Haastatteluaineistosta, litteroidusta tekstistä puhutaan kertomuksina. Näistä kertomuksista muodostetaan tiivistettyjä ja mukailtuja tyyppitarinoita. Erityistä sisällöllistä erottelua ei näidenkään käsitteiden välillä kuitenkaan ole.

Heikkinen (2001, 118–126) esittelee neljä erilaista tapaa, joilla tieteellisessä keskustelussa on käytetty narratiivisuuden käsitettä. Ensinnäkin narratiivisuus voi viitata tiedonprosessiin, jonka mukaan ihmiset rakentavat tietonsa kertomusten välityksellä. Tieto maailmasta ja itsestä on kehittyvä kertomus, joka muuttaa muotoaan koko ajan. Toiseksi narratiivisuus voi viitata narratiivien käyttöön tutkimusaineistona. Aineisto muodostuu joko suullisesta tai kirjallisesta kerronnasta. Narratiiviselta aineistolta voidaan edellyttää enemmänkin kertomuksen tunnuspiirteitä, kuten sitä, että tarinalla on alku, keskikohta ja loppu sekä ajassa etenevä juoni. Yksinkertaisimmillaan se voi kuitenkin olla mitä tahansa

kerrontaan perustuvaa aineistoa ilman juonellisia vaatimuksia. Kolmanneksi narratiivisuudella voidaan viitata aineiston erilaisiin narratiivisiin analyysitapoihin. Neljäs tapa tarkastella narratiivisuutta on nähdä narratiivit ammatillisina työvälineinä, kuten esimerkiksi psykoterapiassa, jossa asiakkaalle rakennetaan uutta ja toimivampaa minäkertomusta.

Tämän tutkimuksen aineisto on eittämättä narratiivinen, sillä jokaisen vanhuksen haastattelu on tarina, jonka sisältö on juonellista. Hänninen (2003, 127) luokittelee narratiivin juonelliseksi ja ajalliseksi kokonaisuudeksi, jolla on alku, keskikohta ja loppu. Tässä kokonaisuudessa tapahtumat liittyvät toisiinsa syiden ja seurausten ketjuina, joihin liittyy myös yllätyksiä ja sattumia. Narratiivi kiinnittää Hännisen tulkinnassa huomion vain niihin seikkoihin, joilla on juonen kulun kannalta merkitystä. Narratiivi on aikaan ja paikkaan sidottu ainutkertainen kokemus. Toisaalta narratiivi on myös yleinen, koska ainutkertaisten tapahtumien esittävät inhimillisestä kokemuksesta jonkin yleisemmän ”totuuden”.

May (2001, 73) pohtii, vastaavatko narratiivit todellisuutta, sillä kertomusta kertoessa siihen sisältyy aina henkilökohtainen tulkinta asiasta. Kuitenkaan silloin, kun tutkimuksen kohteena ovat ihmisten kokemukset, tunteet ja elämänmuutokset, ei voida miettiä sitä, onko jokin asia totta vai tarua, ja onko tutkittava tulkinnut omaa elämäänsä oikein. Toisaalta May kritisoi narratiivisuutta ja sen luotettavuutta, mutta päätyy kuitenkin siihen, että narratiivisessa tutkimuksessa etsityt asiat ovat sellaisia, että kukaan sivullinen ei voi määrittellä oikeaa ja väärää. May (emt., 73–75) vahvistaa ajatusta siitä, että tutkittavien näkemykset ja kokemukset ovat juuri heille aitoja kokemuksia, jolloin niitä ei voida pitää oikeina tai väärinä.

Myös Gergenin (1994, 188) näkemyksen mukaan narratiiveja voidaan tarkastella totuuksina elämän todellisuudesta. Ihmisten kertomukset ovat subjektiivisia kuvauksia elämästä ja sosiaalisen todellisuuden totuus on monimuotoista, koska me kaikki tulkitsemme sitä omista lähtökohdistamme. Näin ollen narratiivisessa tutkimuksessa ero faktan ja fiktion välillä ei aina ole selkeä. Myös Roos (1988, 140) huomauttaa, että elämäkerrallinen tarina perustuu henkilön omaan subjektiivisesti kerrottuun elämään. Esimerkiksi haastattelussa henkilö itse määrittelee ne tarinan kehukset, joiden sisällä

kysymyksiä voidaan esittää. Tämä merkitsee sitä, että monet elämän tapahtumat jäävät vain irrallisiksi elämäkerroiksi kertojan tai haastattelijan luoman hyvän tarinan tai juonen aikaansaamiseksi. ”Oikea” elämä on hajanainen ja jäsentymätön kokonaisuus irrallisia yksityiskohtia, joita ei pidä yhdessä kuin ihmisen henkilöllisyys.

Enemmän kuin sitä, onko joku oikeassa tai väärässä, on narratiivien analysoimiseksi tarkasteltava sitä, kuka tarinaa tuottaa, ja missä kontekstissa, ja miksi. Jokaisella ihmisellä on useita potentiaalisia elämäntarinoita. Se, minkä version elämästään ihminen kertoo, määräytyy tilanteen mukaisesti: kenelle ja millä tarkoituksella elämästä kerrotaan. (Roos 1988, 148.) Ihmisen kertomasta tarinasta voidaan etsiä esimerkiksi sen yllätyskäännteitä tai huippukohtia (Lieblich ym. 1998, 13). Hyvärisen (2006) mukaan juuri muutos ja prosessi ovat niitä asioita, jotka tekevät kertomuksen ja sen tutkimisen kiinnostavaksi, kuten omasta kodista vanhainkotiin siirtyminen. Roosin (1988, 148) mielestä elämäkerrallisten tarinoiden tutkimisen erityisongelma on siinä, ettei niillä ole loppua, koska kertojat esittävät tarinansa eläessään.

5.3 MUISTELU KERTOMUSTEN TUOTTAJANA

Ihminen saa tietoa ja tietää asiat monessa muodossa, puhuttuna, kirjoitettuna ja kuultuna, ajatteluna ja tunteina sekä kehollisina muistikuvina. Välitämme kokemaamme todellisuutta toisillemme kertomalla ja muistelemalla sitä. (Saastamoinen 1999, 169.) Jos oman elämän muistelua ajattelee yhtenä olemassaolon tasona, on luonnollista nähdä se tärkeänä osana koko ihmisyyttä. Muistelemisen on tapa kertoa toiselle, kuka ja millainen ihminen minä olen. (Saarenheimo 2003a, 53.) Kunderan (1998, 10) sanoin:

”Menneisyyden muistelemisen ja säilyttäminen on ehkä välttämätön ehto, jotta minuus pysyy kokonaisena. Jotta minuus ei kutistu, jotta se pysyy entisen kokoisena, sitä pitää kastella muistoilla kuin ruukkukasveja ja kasteleminen vaatii säännöllistä yhteyttä menneisyyden todistajiin eli ystäviin.”

Kunderan ajatus muistelemisesta on useiden vanhusten kohdalla totta niin kauan kuin saavutaan viimeiseen kohtaan – ystäviin. Ystävät ovat ehtyviä luonnonvaroja, joita harvalla ainakaan 90-vuotiaalla enää on. Elämässä on tapana käydä niin, että mitä vanhemmaksi ihminen tulee, sitä kapeampi hänen elinpiirinsä on. Onneksi ihmisellä on mahdollisuus kuitenkin muistelemalla palata elämänsä juonenkäänteisiin. Ihanuksen (2005) mukaan omaelämäkerrallinen muisti ja muistelu itsessään tuottavat muistoja. Ihminen voi muistaa elämänä onnellisista hetkistä vaikkapa parhaan ystävän iloisen naurun, ensimmäisen oman kodin tuoksun, aviopuolison lohduttavan hymyn ja ensimmäisen lapsenlapsen syntymän.

Kaikkien elämä ei muistelun seurauksena kuitenkaan näytä onnelliselta, sillä haikea katuminen saattaa synkentää koko elämäntarinan (Ihanus 2005, 232). Myös Saarenheimo (2003, 55) on havainnut, että jotkut iäkkäät muistelevat elämäänsä mielellään ja johdonmukaisesti, kun toiset haluavat mieluiten olla kokonaan ajattelematta menneitä tai muistella hyvin valikoiden. Siinä missä yksi on kiinnostunut elämänsä hahmottamisesta yhtenäisenä laajana tarinana, toiselle riittää muisto yksittäisistä elämäntapahtumista.

Yksilöllisen kokemuksen lisäksi muistelulla on sosiaalinen ulottuvuus. Kertomusten kuunteleminen ja myönteisten muistojen vahvistaminen on osa hoitotyötä ja hoidettavan toivon tukemista. Näin vanhus saa mahdollisuuden kokea itsensä ja elämänsä arvokkaaksi (Molander 1999, 247.) Hoitolaitoksissa vanhusten elämän laadun parantamiseen pyrkivät muisteluryhmät ovat vuorovaikutuksellisia ja vastavuoroisia. Oman elämän tarkastelu on myös sosiaalisen aktiivisuuden muoto. Tarinoilla voidaan luoda yhteyttä toisiin ihmisiin, jolloin syntyy yhteistä ymmärrystä todellisuudesta. Muistelu ja tarinat voivat korjata sosiaalisia katkoja vanhan ihmisen elämässä. Muistelutyössä ihminen tulee tietoiseksi itsestään ja hänen identiteettinsä vahvistuu. (Koskinen ym. 1998, 185–186.)

Muistelutyö, varsinkin ryhmässä, auttaa ikäihmisiä havaitsemaan kokemustensa samankaltaisuuden ja erot. Ikäihmiset oppivat sijoittamaan itsensä selkeämmin sosiaaliselle, kulttuuriselle ja historialliselle jatkumolle. Kertomusten kuunteleminen ja myönteisten muistojen vahvistaminen on osa hoitotyötä ja hoidettavan toivon tukemista. Kertoja saa mahdollisuuden kokea itsensä ja elämänsä arvokkaaksi. (Molander 1999, 247.)

Vanhustyössä muistelemisen vuorovaikutuksellisuutta on toteutettu Eläkeliiton Tarinatupa-projektissa (2004). Toiminnanjohtaja Salminen kiteyttää puheessaan myös tämän tutkimuksen ideaa: *"muistelemisella rakennetaan hyvää elämää, hyvää ikääntymistä."* Elämäntarinan muisteleminen voi olla vanhukselle hyvinkin tärkeää. Tällöin parhaimmillaan kuljetut matkat ja kohdalle sattuneet kohtalot saavat uutta merkitystä, elämänymmärrys selkiintyy ja oma ihmisarvo kirkastuu. (Emt., 7.) Tarinatupa-projektissa on kuitenkin havaittu, että kaikki eivät halua muistella menneisyyttä. Toisille voi riittää se, että he *"muistavat yksittäisiä tapahtumia, joissa ovat toimineet arvokkaana pitämällään tavalla"* (emt., 5).

5.4 TUTKIMUSTAVAN EETTINEN PERUSTA

Eskolan ja Suorannan (1998, 52) mukaan tutkija tekee oletettavasti eettisesti kestävästä tutkimuksesta, mikäli hän tunnistaa eettisten kysymysten tärkeyden. Tutkimuksen eettisyys pohjautuu viime kädessä tutkijan moraaliin. Eettisyys liittyy tutkimustulosten julkaisemisessa rehellisyyteen ja tulosten luotettavuuteen. Tutkija ei saa väärentää tuloksia eikä jättää kertomatta tulosten kannalta oleellisia seikkoja. Laadullisen tutkimuksen eettiset lähtökohdat edellyttävät tutkijalta vastuullisuutta. Tutkijan tulee tutkimuksen kaikissa vaiheissa vaalia ehdotonta rehellisyyttä ja hänen esitellä tutkimustuloksiin vaikuttaneet valinnat ja niiden perustelut. (Krause & Kiikkala 1996, 64–65.)

Tarinallisen tutkimustavan eettinen perusta pohjautuu siihen, että se antaa tutkimukseen osallistuville ihmisille "äänen". Narratiivisessa tutkimuksessa pyritään tuomaan esiin tutkimukseen osallistuvien ihmisten oma tapa antaa asioille merkityksiä. Periaatteena on dialogisuus ja tutkijan avoimuus aineistosta nouseville merkityksille. "Äänen antaminen" on kuitenkin suhteellista, kun puhutaan tutkimuksesta. Analysointiinpa aineistoa miten tahansa, tutkija luo siitä aina omanlaisensa valikoimalla ja pelkistämällä. On tärkeää tunnustaa, että aineiston tulkinnessa on aina viime kädessä esillä tutkijan ääni. (Hänninen 2003, 34.)

Narratiivisen lähestymistavan eettistä arvoa nostaa ihmisen ominaislaadun ja kokonaisuuden kunnioittaminen. Se on kiinnostunut ihmisille tärkeistä ja merkityksellisistä asioista; sillä on mahdollisuus auttaa ihmisiä refleктоimaan omaa elettyä elämää. Toisaalta Hänninen (2003, 34) kysyy oikeutetusti, *onko tutkijalla oikeus ottaa ihmisten elämälleen antama merkitys suurennuslasinsa alle viileän analyysin kohteeksi*.

Erityisesti tutkimuksessa, joka kohdistuu ”toisiin”, voi tutkijalla olla suuri houkutus ryhtyä kertomaan heidän todellisuudestaan ja ajattelustaan, ikään kuin ymmärtämään heidän tarinoitaan, antamaan heille ”äänen”. Tutkija ei voi täysin saavuttaa toisen tarinaa, sillä se on sidottu aiempaan historiaan, jota tutkija ei voi tuntea. (Oinas 2004, 223.) Hänninen (2003, 32) muistuttaa kuitenkin, että tutkijan eettinen velvollisuus on rakentaa tulkintansa sellaiseksi, että kertoja voi tunnistaa tarinan omakseen.

Vaikka narratiivinen tutkimus on kokonaisuudessaan eettisesti haastavaa, sen voi samalla sanoa olevan eettisesti arvokas lähtökohta tutkimukselle. Narratiivinen lähestymistapa pyrkii tuomaan tutkimukseen osallistuvien persoonallisuuden näkyviin. (Hänninen 1999, 34.) Tutkimushaastattelut voivat omalta osaltaan antaa äänen hiljaisille ihmisryhmille kuten tässä tutkimuksessa vanhuksille. Vaikeista kokemuksista kertoessaan kertoja rakentaa tapahtumille merkitystä. Tämä voi parhaimmillaan auttaa paitsi kertojaa itseään, myös muita vastaavanlaisissa elämäntilanteissa olevia (Riessman 1993, 4) ja myös vanhusten kanssa työskenteleviä henkilöitä.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

6.1 AINEISTON KUVAUS JA SYNTYPROSESSI

Tämän pro gradu -tutkimuksen idea alkoi kehittyä kandidaatin tutkielmani (Setälä 2009) pohjalta jo vuonna 2008. Asiakastyytyväisyyteen perustuvaan tutkielmaan osallistui 95 Tampereen Koukkuniemen vanhainkodin asukasta, joita haastattelin puolistrukturoidun haastattelulomakkeen avulla. Vanhusten haastattelut tekivät minuun tuolloin syvän vaikutuksen, joten oli selvää, että myös pro gradu -tutkielmani liittyisi vanhainkodissa asuviin vanhuksiin.

Pro gradu -tutkimuksen aineiston muodostavat haastattelut herättivät minussa aiempaakin voimakkaampia tunteita. Henkilökohtaisella tasolla haastatteluprosessi muodostui tärkeimmäksi tämän tutkimuksen anniksi, sillä vanhusten kuunteleminen ja heidän kanssaan keskusteleminen avarsivat maailmankatsomustani aivan ainutlaatuisella tavalla. Tutkittavien tarinat saivat minut välillä kyynelehtimään ja välillä nauramaan. Yksi asia tulikin täysin selväksi: vanhainkodissa asuvan vanhuksen oman elämän muistelu ja elämäkokemusten kerronta on mielenkiintoista ja laajemman tutkimisen arvoista.

Tämän tutkimuksen empiirinen aineisto koostuu yhdeksästä nauhoitetusta haastattelusta. Tutkittavat olen valinnut edellä mainitun kandidaatin tutkielman 95 haastattelun joukosta. Pyysin henkilöitä mukaan tutkimukseeni sillä perusteella, että omasta elämästä puhuminen oli heille helppoa ja luontevaa. Tutkimukseen mukaan kutsumani vanhukset olivat henkisesti voimiltaan hyväkuntoisia; heidän vakituisen hoitajansa mukaan he olivat ”vielä täällä maan päällä”. Alun perin, jo asiakastyytyväisyshaastattelujen yhteydessä, tutkittavista oli rajattu pois sekä dementoituneet että ne henkilöt, jotka eivät halunneet antaa haastattelua. Rajauksen tekivät vanhuksia osastolla päivittäin hoitava henkilökunta. Itse en olisi voinut rajausta tehdä, sillä en tuntenut vanhainkodin asukkaita ja tiennyt heidän fyysisistä tai henkisistä valmiuksistaan osallistua tutkimukseen.

Pyysin asiakastyytyväisyshaastattelujen yhteydessä yhteensä 18 vanhukselta, voisinko haastatella heitä uudestaan pro gradu -tutkimustani varten. Heistä 14 halusi osallistua tutkimukseen. Yksi neljästä kieltäytyneestä sanoi, ettei hän jaksaa kipeiden äänihuuliensa takia puhua. Loput kolme sanoivat, että heillä ei ole annettavaa tutkimukselle, sillä heillä on ollut erityisen tylsä elämä. Yritin vakuuttaa kolmelle kieltäytyneelle, että jokaisen elämä on mielenkiintoinen ja arvokas kerrottavaksi ja kuunneltavaksi. En kuitenkaan painostanut henkilöitä, sillä tutkimukseen osallistuminen oli tietysti täysin vapaaehtoista.

Tutkimukseni alkoi keväällä 2009 jokseenkin kömpelösti, sillä ensimmäiset kolme narratiivista haastattelua eivät olleet riittäviä tämän tutkimuksen tarkoitukseen. Litteroinnin yhteydessä kävi selvästi ilmi, miten tutkittavat puhuivat haastatteluissa pääosin vanhainkodissa saamastaan hoidosta ja sivuuttivat elämänsä ennen vanhainkotiin tuloa ja kokemukset vanhainkotiin siirtymisestä. Tässä kohtaa minun oli tarkkaan analysoitava, mikä haastatteluissa oli mennyt pieleen. Ensimmäisen minun tuli ennen seuraavia haastatteluja perehtyä paremmin vanhusten haastattelemisen erityisyyteen. Toisekseen minun tuli muotoilla haastattelurunko uudelleen. Ensimmäisissä haastatteluissa tutkittavat luulivat tutkimuksen todennäköisesti vaikuttavan heidän vanhainkodissa saamaansa hoitoon ja kohteluun. Tästä syystä seuraavissa haastatteluissa korostin oman elämän muistelun merkitystä tutkimuksen tavoitteiden saavuttamisessa ja vakuutin, että haastattelulla ei ole mitään tekemistä vanhainkotiorganisaation kanssa.

Yksi 14 tutkimukseen lupautuneesta vanhuksesta kuoli ennen haastattelua ja yksi vielä kieltäytyi siitä vedoten voimien heikkenemiseen ja väsymykseen. Lopulta onnistuneita haastatteluja syntyi kesän ja syksyn 2009 aikana yhdeksän. Yhdeksästä tutkittavasta naisia oli kuusi ja miehiä kolme. Heidän ikänsä ulottui 85 vuodesta aina 96 ikävuoteen saakka. Haastattelut olivat yksilöhaastatteluja ja ne tehtiin vastaajan omassa huoneessa. Kaikilla tutkittavilla oli yhden hengen huone. Jokainen haastattelu nauhoitettiin ja niistä syntyi litteroitua tekstiä yhteensä 85 A4 kokoista liuskaa. Haastattelut kestivät 60 minuutista lähes kolmeen tuntiin. Kaksi haastattelua keskeytettiin ruokailun ajaksi, sillä vanhainkodin ruoka-aika osui juuri elämäntarinan alkuaikaan. Ruoka tuotiin vanhuksille omaan huoneeseen. Toisen kohdalla nauhuri oli kiinni vain hetken, sillä haastateltava sanoi, ettei hänen tarvitse syödä, sillä oman elämän muistelu on paljon ”*ravitsevampaa*”.

Ensimmäisten haastattelujen suurin virhe oli tilanteen analysoimisen jälkeen mielestäni siinä, että en antanut tutkittaville nähtäväksi haastattelurunkoa. En aiemmin ottanut huomioon tutkittavien korkeaa ikää ja aistien heikentymistä. Hirsjärvi ja Hurme (2001, 134) muistuttavatkin, että vanhusten haastattelemine on haasteellista muun muassa ikääntymisestä johtuvan toimintakyvyn heikentymisen vuoksi. Tästä syystä tutkimuksesta on rajattu pois kaikkein huonokuntoisimmat vanhukset. Huomioin onnistuneissa haastatteluissa paremmin myös sen, että vanhuksilla oli esimerkiksi heikentynyt kuulo- tai näkökyky. Otin huomioon myös Parviaisen (2007, 25) huomautuksen siitä, että vanhuksia haastateltaessa on varottava puhumasta tarpeettoman äänekkäästi ja yksinkertaisin lausein, sillä se loukkaa haastateltavaa. Haastattelija ei saa antaa kuvaa, että pitäisi haastateltavaa jotenkin vaivaisena.

Sanonta yksi kuva on enemmän kuin tuhat sanaa on pätevä tässä kohtaa, sillä haastattelurungon (katso liite) nähtyään vanhukset ymmärsivät paljon paremmin, mistä tutkimuksessani on kyse. Pyysin haastattelurungon avulla vanhuksia muistelemaan elämäänsä. Toivoin, että vanhus kertoisi minulle elämästään kaikki ne tapahtumat ja kokemukset, jotka ovat olleet hänelle tärkeitä tai jollain tapaa merkityksellisiä. Ehdotin vanhusta kertomaan elämästään lineaarisesti vaikkapa lapsuudesta vanhuuteen. Painotin sekä tekstissä että puheessani, että vanhus voi kertoa kaikesta, mitä hänen mieleensä muistuu.

Tein haastattelurungosta epävirallisen ja toisaalta mahdollisimman ystävällisen näköisen. Haastattelurungon luonnetta sävyttää siihen liittämäni lausahdus: *”Jokaisella on tarina kerrottavanaan. Jos vain joku kysyy, jos vain joku kuuntelee”* (Faith Gibson). Haastattelurungon nähdessään vanhusten luottamus minua ja tutkimusta kohtaan voimistui ja yksi tutkittavista sanoikin minulle, että *”aa, juu niin että mun elämästä oot kiinnostunu iha lapsuudesta saakka. No alotetaan sitte nii pääset kotiinki täältä joskus.”*

6.2 HAASTATTELUSTA JA VANHUSTEN ERITYISYYDESTÄ

*Haastattelu saavuttaa tarkoituksensa,
tilanteen, jossa haastattelijä ei oikeastaan haastattele
vaan kuuntelee ja yrittää ymmärtää.* (Kortteinen 1992, 374).

Halusin tutkimukseeni mukaan vanhuksia, jotka ovat valmiita puhumaan henkilökohtaisista, elämän muutokseen ja vanhuuteen liittyvistä asioista. Iällä, sukupuolella, terveydentilalla eikä asiakastyytyvyydellä ollut haastateltavia valittaessa merkitystä. Tärkeintä oli, että vanhus on täydessä ymmärryksessään suostuvainen haastateltavaksi. Tutkimuksessa sovellettu narratiivinen haastattelu on luonteeltaan elämäkerrallinen haastattelu (Saastamoinen 1999, 178). Haastattelut alkoivat sillä, että pyysin haastateltavia muistelemaan elämäänsä. Pyysin tutkittavia kertomaan kaikista tapahtumista ja kokemuksista, jotka ovat olleet heidän elämässään tärkeitä tai jollain tapaa merkityksellisiä.

Narratiivinen haastattelu voidaan toteuttaa sellaisella haastattelumenetelmällä, jossa haastattelijä pyrkii mahdollisimman vähän ohjailemaan haastateltavan kertomusta (Parviainen 2003, 23). Alun perin tavoitteenani olivat mahdollisimman omaehtoiset kertomukset. Kolmen epäonnistuneen haastattelun jälkeen luovuin kuitenkin osittain tästä tavoitteesta. Parviainen (emt., 23) toteakin, että narratiivit voivat toisaalta muodostaa luonnollisen keskustelutavan elämästä puhumiseen. Aineistossani ei lopulta ole yhtään yhden kysymyksen haastattelua vaan haastattelutilanteet muistuttivat nimenomaan luonnollisia keskustelutilanteita, joissa vanhus kertoi elämästään ja minä kuuntelin ja tein tarkentavia lisäkysymyksiä. Toisaalta suurimman osan haastateltavien kertomuksissa painottui nimenomaan oman kodin jättötilanteen aiheuttamat tuntemukset tai vanhuuden ulottuvuudet vanhainkotiympäristössä.

Haastatteluista muodostui luonnollisia ja lämminhenkisiä arjen vuorovaikutustilanteita. Eräs haastateltavista sanoikin vielä lopuksi, että *”kyl tuntuki hyvältä saada puhua jolleki, kiitosta vaa sulle sun ajasta. Ku eihän täällä kukaa kuuntele. Nyt tuli niinku synninpäästä ja kaikkee”*. Miettinen (2006, 37) vahvistaa ajatusta siitä, että haastattelijasta tulee kertomuksen kanssatuottaja. Eivät vain ne kysymykset, joita haastatteliija esittää, vaan koko se suhde, jonka hän haastateltaviinsa luo, vaikuttaa kertomusten sisältöihin. Uskon ja toivon, että vilpittömällä läsnäolollani vanhuksset ovat kertoneet minulle elämästään aidon rehellisesti ja totuutta kaunistelematta.

Millerin ja Glassnerin (2004, 133) mukaan aidon kiinnostuksen ilmentäminen, empaattinen kuuntelu ja kauttaaltaan tuomitsemisesta pidättäytyminen ovat tärkeitä haastattelun osatekijöitä. Noudatin haastatteluissa tiukasti näitä periaatteita. Saattaakin olla, että tutkittavat olivat halukkaita kertomaan kokemuksistaan juuri siksi, että heille tarjoutui mahdollisuus käydä niitä läpi kiinnostuneen ja ymmärtävän kuulijan läsnä ollessa. On hyvin vaikea arvioida sitä, miten ikäeromme on mahdollisesti vaikuttanut haastatteluihin ja niiden sisältöön. Toisaalta olin haastateltaville kuin lapsenlapsi. Eräs haastateltava sanoi suoraan, että *”oot ihan kuin mun tyttärentyttö Maija, tai on se sua vähän vanhempi, mut samannäkönen, tumma tukka tollain nutturalla ja katse niin nuori ja noi utelias.”*

Godfrey (2003, 56) toteaa, että taito saada empatian ja tunteiden välityksellä yhteys haastateltavaan on tärkeää paitsi haastattelutilanteessa myös tulkintaprosessissa. Itsensä asettaminen haastateltavien asemaan voi olla hyväksi. Huomioimalla moraaliset ja kontekstuaaliset näkökulmat, tutkija voi paremmin ymmärtää niitä sosiaalisia ja yksilöllisiä tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet tutkittavien elämään. Godfrey (2003) painottaa, että empatia ei kuitenkaan ole mitenkään välttämätöntä tieteellisessä tutkimuksessa. Sitä voidaan tehdä ilman empatiaakin, vaikka tällöin tutkimuksen tulokset saattavat jäädä niukoiksi.

Toisaalta myös liiallisessa tutkittaviin samaistumisessa voi olla vaaransa, sillä kriittinen tutkimus edellyttää kyseenalaistamista ja etäisyyttä. Haastattelut koskettivat minua henkilökohtaisella tasolla syvästi, joten pidin pitkähkön tauon haastattelujen ja litteroinnin sekä varsinaisen analysoinnin välillä. Näin sain aineistoon kriittisen tutkimuksen edellyttämää etäisyyttä. Toisaalta myös omaan henkilökohtaiseen elämäni liittyvät tapahtumat (raskaus, häät ja lapsen syntymä) hidastivat prosessin läpiviemistä.

Kaikki haastateltavat esittelivät minulle huonettaan, siellä olevia esineitä, tauluja, huonekaluja ja erityisesti valokuvia. Niiden kautta elämän tarinoinnissa esiintyneet läheiset ihmiset saivat kasvot ja tulivat minulle todellisiksi. Huoneen esittely tapahtui yleensä vasta silloin, kun nauhuri oli laitettu jo pois. Andersson (2007, 37) on havainnut saman tutkimuksessaan, jossa hän haastatteli vanhoja pariskuntia: *”Kun nauhuri oli pakattu takaisin laukkuun, oli vielä toisen kertomisen aika.”*

Naleppa ja Reid (2003, 39) muistuttavat vanhusten haastattelemisen vaikeudesta, sillä vanhus voi havainnoida asioita valikoiden ja hänen tiedonkäsittelykykynsä saattaa olla alentunut. Myös silloin, jos vanhus pitää elämäänsä yksityisenä ja luonnollisena, hänen voi olla vaikea ymmärtää, mitä tutkimista hänen elämässään on (Saarenheimo 2005, 15). Toisaalta Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 133) mukaan vanhukset ovat mukavimpia ryhmiä haastatella, sillä vanhuksilla on yleensä aikaa ja he ovat usein ilahtuneita siitä, että joku on kiinnostunut heidän ajatuksistaan.

Suhtauduin vanhusten puheeseen realistisesti ja oletin vanhuksen kertovan minulle elämästään todenperäisesti. Ihmisen subjektiivisten kokemusten kertomiseen ei ole olemassa oikeaa tai väärää tapaa. Kolmen epäonnistuneen haastattelun jälkeen paransin haastattelurunkoa ja selvitin itselleni vanhusten haastattelemisen erityiskysymyksiä. Näin onnistuin lopulta estämään vanhusten niukat ja tutkimuksen tavoitteisiin soveltumattomat vastaukset.

Vanhukset, kuten muutkin haastateltavat, saattavat kokea epäluuloa haastattelijaa kohtaan. Tästä syystä on tärkeää selvittää vanhukselle, mistä haastattelussa on kyse. Esitettävät kysymykset on pyrittävä muotoilemaan mahdollisimman selviksi ja yksinkertaisiksi. Myös haastattelutilanteesta on luotava mahdollisimman luottavainen ja pyrittävä puhumaan ”samaa kieltä” haastateltavan kanssa. (Pohjolainen 1990, 53.)

Haastattelun nauhoittamista perustelin vanhukselle aina sillä, että ilman sitä en muistaisi jälkepäin täysin autenttisenä sitä, mitä hän on sanonut. Vanhukset eivät estelleet nauhoitusta, eikä siihen haastattelun aikana juurikaan kiinnitetty huomiota. Kaksi haastateltavaa kysyi, puhuivatko he liian hiljaa ja yksi sanoi juuri nauhoituksen alussa, että *”no ny se sitte tallettuu kaikki tonne, tää mun koko elämänkomeus. Aika hurjaa”*.

Vanhusten haastatteluissa luontevan lopun tarinalle antoi yleensä suuntaus tulevaan, vääjäämättömästi lähestyvään kuolemaan. Jollekin kuolema oli toivottu ja jollekin se aiheutti pelkoa. Pyrin päättämään käyntini aina positiivisiin asioihin, kuten tulevan viikonlopun toivotuksiin tai vielä lähemmäksi, seuraavan ruokailuun tai kysymyksiin omaisten vierailusta tai mistä tahansa muusta vanhuksen elämään liittyvästä positiivisesta asiasta. Toivoin vaikuttavani siihen, että vanhus ei huoneesta lähdettyäni jäisi pohtimaan mahdollisia kertomuksessa esiin nousseita ikäviä asioita.

Kiitin vanhuksia pitkien ja syvällisten haastattelujen jälkeen aina nöyrästi. Myös vanhukset kiittivät minua. He pitivät siitä, että olin kuunnellut heidän kertomustaan huolellisesti ja kiinnostuneesti. Vanhuksille oli erityisen tärkeää ja jossain määrin jopa kummastuttavaakin se, että olin kiinnostunut juuri heidän elämästään: *”kyl mua vähä ihmetyttää, et olik mul mitää sulle antaa. Kun ei tää mun elämä mitää niin kummosta oo ollu. Iha tavallista vaa. Mut kiitos sulle, et jaksoit kuunnella. Kiitos vaa paljo.”*

6.3 AINEISTON ANALYYSI

Kun kertomus on kerrottu, on edessä narratiivisen tutkimuksen ydin eli kertomusten analyysi (Hänninen 2000, 16). Siirtyminen puheesta tekstiin tai pikemminkin haastattelusta kertomukseen ja tarinoihin ei ole Jokirantaa (2003, 55) lainaten vain puhutun muistiin kirjoittamista ja litterointia nauhalta. Siirtyminen haastattelusta kertomukseen pitää sisällään koko sen sosiaalisen tapahtuman, jossa puhuja tuottaa tarinat kuuntelijalle. Siirtyminen puheesta tekstiin pakotti minut ottamaan ajallista etäisyyttä aineistoon. Irtioton jälkeen pystyin analysoimaan ja työstämään kertomuksia objektiivisemmin.

Heikkinen (2001, 122) jakaa narratiivisuuden aineiston käsittelytavan mukaan kahteen kategoriaan: narratiivien analyysiin ja narratiiviseen analyysiin. Narratiivien analyysi kohdistaa huomion kertomusten luokittelussa esimerkiksi tapaustyyppeihin, metaforiin ja kategorioihin. Narratiivisessa analyysissä painopiste on puolestaan uusien kertomusten ja teemojen tuottamisessa. Myös Polkinghorne (1995, 6–8) puhuu aineiston käsittelyn kahdesta luokasta: narratiivien analyysistä ja narratiivisesta analyysistä. Narratiivien analyysi kohdistaa huomion niin ikään kertomusten ryhmittymiseen tapaustyyppien, kielikuvien ja luokitteluiden avulla.

Aloitin aineiston analyysin nauhoitettujen haastattelujen sanatarkalla litteroinnilla. Litteroidessani tein aineistosta jo ensimmäisiä tulkintoja. Jotta haastatteluista muodostui selkeitä ja ajassa loogisesti eteneviä kertomuksia, jouduin jonkin verran järjestelemään kertomuksia uudelleen, sillä narratiivien tarkoituksena on kiinnittää huomiota vain niihin seikkoihin, joilla on juonen kulun kannalta merkitystä (Hänninen 2000, 127). Kun kaikki haastattelut oli litteroitu, luin ne läpi ensimmäisen kerran kokonaisina elämäkertoina. Tässä vaiheessa litteroiduista elämäkertomuksista tuli ensisijainen kontaktini aineistoon. Luin aineiston läpi useita kertoja ja etsin kertomuksista yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia.

Litteroidun ja sivumääräisesti suuren aineiston usean luentakerran jälkeen luokittelin ja pelkistin jokaisen vanhuksen elämäntarinasta juonitiivistelmän, jolla oli alku, keskikohta ja loppu. Myös Alasuutari (1999, 129–130) toteaa, että juonitiivistelmien tekeminen auttaa vertailtaessa etenkin sivumääräisesti laajoja tekstikokonaisuuksia toisiinsa ja löytämään niistä yhdistäviä ja erottavia tekijöitä. Aineiston analysoinnin selkiyttämiseksi juonitiivistelmistä voi rakentaa esimerkiksi tyypillisen henkilökuvauksen tai tilanteen kulun. (Eskola & Suoranta 2001, 185.)

Päädyn analyysissäni ensin tilanteen kulun kuvaukseen: muodostan juonitiivistelmien pohjalta tyyppitarinoita, jotka sitovat yhteen yksittäisten kertomusten elementtejä. Tyyppitarinat rakentuvat tyypillisten, mutta eri tavalla koettujen ja tulkittujen elämäkokemusten ja tapahtumien kautta. Katson, että vanhusten sijoittaminen tiettyyn tyyppitarinaan ei riko ajatusta siitä, että jokainen ihminen ja jokaisen ihmisen elämä on ainutlaatuinen. Esittelen tarinat (5kpl) tutkimukseni ensimmäisessä analyysiluvussa.

Räsänen (2005, 95) määrittelee aineiston tulkintatekniikoiksi luokittelun, pelkistämisen, teemoittelun ja tyyppittelyn. Haastatteluaineiston luokittelun ja pelkistämisen, itse sanoisin *narratiivisen juonituksen*, jälkeen jäsenän tyyppitarinoissa esiintyvien teemojen avulla ajatusta hyvästä vanhuudesta. Kiinnitän analyysissä huomiota tarinoiden teemalliseen sisältöön enkä niinkään siihen tapaan, jolla tarinat on kerrottu. Perustan analyysini haastateltavien tietoiselle kerronnalle omasta elämästään, enkä hae puhutavan tai -ilmaisun merkityksiä. Lopuksi viimeisessä analyysiluvussa teen yhteenvedon tutkimustuloksista.

Yhteenveto analyysistä

1. Tuotan tutkimuksen narratiivisessa analyysissä (luku 7) viisi aineistoa kuvaavaa tyyppitarinaa. Koska teen narratiivista analyysiä, olen muodostanut tarinoista juonellisia kokonaisuuksia, joissa on alku, käännekohtia ja loppu.
2. Tarinoiden jälkeen (luku 8) erittelen aineistosta esiin nousevia teemoja ja jäsenän vanhusten oman kodin jättämiskokemuksia ja hyvän vanhuuden tekijöitä vanhainkodissa.
3. Lopuksi (luku 9) vedän tutkimustulokset yhteen ja arvioin tutkimustulosten luotettavuutta.

7 NARRATIIVISESTI JUONITETTUJA TYYPPITARINOITA

7.1 TARINOITA MEILLE KAIKILLE

Porioita (1995, 27) lainaten nämä tarinat ovat

lääkäreille,

”jotka eivät viitsi tutkia vanhaa ihmistä, saati hoitaa häntä”.

kaupan kassalle,

”josta paistaa avoin kyllästyminen, kun asiakas jäykin käsin ei pysty korjaamaan ostoksiaan hihnalta tarpeeksi vikkelästi kassiinsa”.

kanssamatkustajille,

”jotka nauravat papparaista tämän yrittäessä varovasti astua alas bussista” ja ammattiauttajalle,

”joka selkokielellä selittää kokeneelle aikuiselle, mikä on hänelle hyväksi”.

Nämä tarinat ovat

meille kaikille,

sillä meistä kaikista tulee vanhoja tai ainakin me toivomme pitkää elämää.

Jotta asenteet ja ihmisten suhtautuminen vanhuksiin ja vanhenemiseen voivat muuttua, tarvitaan enemmän mielekästä ja persoonallista tietoa vanhuksista. Tämä tieto on autenttisimmillaan silloin, kun vanhukset saavat itse kuvata elämäänsä ja vanhenemistaan. Jo perinteisissä yhteiskunnissa elämän ja kulttuurin tärkeimmät tiedot on siirretty seuraavalle sukupolvelle tarinoiden muodossa. Narratiivisen ajattelun lähtökohtana on ajatus, että kertominen on ihmiselle tyypillinen tapa tuottaa merkityksiä omasta elämästään.

7.2 TARINOIDEN RAKENTUMINEN

Tässä tutkimuksen ensimmäisessä analyysiluvussa kuvaan yhdeksän narratiivisen haastattelun pohjalta muodostettuja tyyppitarinoita. Tarinoita on yhteensä viisi, eikä yksikään niistä kerro vain yhden tutkittavan elämästä. Koskinen ym. (1998, 107) toteavat, että etenkin silloin, kun yritetään ymmärtää vanhuksen elämäkokemuksia, on erityisen tärkeää tarkastella sitä yhteydessä ihmisen koko elämänsä kaareen. Tutkittavista suurin osa muisteli elämäänsä lineaarisesti, mutta joidenkin kertomuksissa asioiden esittämisjärjestys ei noudattanut tapahtumajärjestystä. Tutkittavien yksilöllisyyttä ja tarinoiden elävyyttä lisään kirjoittamalla jokaiseen tarinaan suoria lainauksia vanhusten alkuperäisistä kertomuksista. Lainaukset erottuvat muusta tekstistä lainausmerkkien ja lihavoinnin avulla.

Vanhusten tarinoissa tulee esille elämän koko kirjo suruineen ja iloineen, katkeruuksineen ja onnistumisineen. Vanhusten kertomuksissa oman elämän muistelu ei kohdistunut pelkästään elämän käännekohtiin tai henkilön identiteettiin vaikuttaneisiin merkittäviin tapahtumiin. Vanhukset muistelivat mielellään myös menneiden aikojen arkipäiväisiä toimia. Esille tulivat lapsuuden onnelliset kodit, rakkaat sisarukset, äiti ja isä sekä onnistunut parisuhde, yhteiset kodit ja omat lapset. Kertomuksissa puhuttiin myös pohjattomasta surusta ja katkeruudesta, puolison ja oman lapsen kuolemasta, sairastumisesta ja vanhenemisen fyysisten oireiden ikävyydestä.

Muistelemiseen ja tarinointiin kuuluu aina valikoimista. Joitakin asioita otetaan esille korostetusti ja joitakin kokemuksia sivuutetaan enemmän tai vähemmän tietoisesti. Paikka ja tilanne, jossa tarina kerrotaan; kenelle tarina kerrotaan; miksi tarina kerrotaan ja missä tarina kerrotaan, vaikuttavat kaikki kertomuksen lopputulokseen. Tässä tutkimuksessa kertomisen paikka ja tarkoitus sekä tarinan kuulija olivat kaikille identtiset. Tutkimustulosten validiteettia pyrin lisäämään esittämällä käyntini tarkoituksen, tarinan kertomisen merkityksen, tutkimuksen tavoitteet ja haastattelun sisällön kaikille tutkittaville mahdollisimman samalla tavalla.

Millerin ja Glassnerin (2004, 133) mukaan tutkijan luotettavuutta synnyttää tutkimuseettisistä asioista huolehtiminen. Tutkimukseni eettisenä lähtökohtana onkin se, että jokainen tutkittava halusi aidosti osallistua tutkimukseen ja kertoa vilpittömästi omasta elämästään. Myös sitoutuminen haastateltavien anonymiteetin suojaamiseen on eettisesti tärkeää. Tästä syystä kaikkien haastateltavien nimet on muutettu. Myös kaikkien haastateltavien mainitsemien henkilöiden ja paikkojen nimet on muutettu. Lisäksi haastattelusitaateista on poistettu sellaiset yksityiskohdat, jotka voisivat johtaa kertojan identiteetin paljastumiseen.

Minulle haastattelijana jokainen haastattelu merkitsi täydellistä irtaantumista omasta elämästä ja heittäytymistä toisen ihmisen maailmaan. Koen olevani etuoikeutettu saadessani kuulla mielenkiintoisia tarinoita 1900-luvun ensimmäisiltä vuosikymmeniltä aina tänne 2010-luvulle. Pahoillani olen siitä, että vaikka kuinka haluaisin, niin kirjoitettu elämä ei ole koskaan sama kuin henkilökohtaisesti kuultu. Tarinoissa käyttämistäni suorista lainauksista ja minä-kerronnasta huolimatta niistä puuttuu jotain sellaista, mikä oli mukana kertomuksen syntyhetkellä. Toivon kuitenkin, että tarinat ovat mielekästä luettavaa. Vaikka kirjoittamani tarinat ovat tyyppitarinoita, uskon niiden onnistuneen säilyttämään ajatuksen siitä, että ihminen on yksilöllinen ja jokaisen elämällä on merkitys.

7.2.1 Liisa Heleniuksen tarina

Mää olen Liisa Helenius; omaa sukua Nivala. Olen syntynyt vuonna 1913 ja nyt olen siis 96-vuotias. Kiitän Jumalaa joka päivä tästä siunatun pitkästä elämästä. Kaikkea on elämä tuonut eteen, välillä pahaakin, mutta kaikesta olen selvinnyt. Paljon mä muistelen elämää. Täällä on aikaa muistella päivät pitkät. Välillä surettaa ja välillä naurattaa, kun muistelen elämäni kohokohtia. Viime aikoina on kyllä tosin tullut enemmän itketyksi. Kyllä se lapsuus oli kaunista aikaa. Mää olin kiltti ja ahkera tyttö. Olen vieläkin se sama pikku-Lissu, eikä sitä mikään muuta. Mää mietin usein, et ”haluisin vaan takas äidin ja isän syyliin”. Olen täällä niin yksin, enkä haluaisi elää ilman äitiä ja isää. Siskotkin ovat jo päässeet pois.

Äitini oli 18-vuotias, kun isä tuli häntä Harjavallasta hakemaan. Äiti oli kotoisin köyhästä maalaistalosta, isä myös. Ne rakastuivat toisiinsa ja menivät Tampereella muutaman kuukauden seurustelun jälkeen naimisiin. Lapsuuden mää asuin Ulvilassa. Meitä oli kaiken kaikkiaan viisi lasta, neljä tyttöä ja yksi poika. Tämä poika kuoli jo kaksivuotiaana keuhkotautiin. Äiti ei päässyt siitä koskaan yli. Kuolinvuoteellaankin äiti itki Juhaniin puolesta. Äiti hoki aina suruissaan, **että ”mikään ei elämässä ole niin raskasta kuin oman lapsen menettäminen”**. Kauko, minun mieheni, se on kuollut jo yli 20 vuotta sitten. Meille siunaantui Kaukon kanssa kaksi tyttöä. Ihan hyviä tyttöjä ovat olleet. Ei ole tarvinnut heitä menettää.

Minulla oli onnellinen, vaikkakin köyhä lapsuus. Mää vanhimpana tyttärenä huolehdin nuorimmista, kylvetin ja leikitin. Kahdeksanvuotiaana mää tein navettahommia, tiskasin ja leivoin. Se oli hyvää aikaa, vaikka joskus me syötiinkin melkein kuukausi pelkkää perunaa. Pirttikin oli välillä kylmä, kun ikkunat olivat ohutta lasia. Toista se on nykyään, kun kaikki on niin hienoa. Muistan, kun me usein istuttiin pesän edessä, lämmiteltiin käsiä ja haaveiltiin tulevaisuudesta. **”Se lapsuuden koti oli se niin idyllinen, ei paremmasta väliä. Kyllä niitä aikoja vaan ikävä on.”**

Minulla oli hyvät vanhemmat. Isä oli samalla sekä tiukka että lempeä. Se ei ollut sellainen kovapäätä niin kuin naapurin isä, joka huusi meillekin. Pelkäsin sitä miestä vielä aikuisenakin. Isä oli ahkera työmies. Autoin isää niittotöissä sen minkä pystyin ja osasin. Isän syliin sai aina mennä, jos oli joku huoli. Isä kuunteli ja auttoi matematiikan laskuopissa. Äiti puolestaan teki maailman parasta ruokaa, ompeli vaatteet ja huolehti naapurinkin lapsista, kun niiden äiti oli kuollut. **”Lapsuus oli kyl hyvää aikaa, ku sai tota tuntee olevansa arvokas.”** Sitä samaa tunnetta halusin omillekin lapsille jakaa. Kai niillä oli hyvä lapsuus. Kaikkemme heille annoimme Kaukon kanssa, mutta ei kai sitten osattu tarpeeksi.

20-vuotiaana lähdin Tampereelle töihin ja tapasin Kauko Heleniuksen, tulevan aviomieheni. Vain vuosi lähtöni jälkeen isä kuoli. Isä jäi traktorin alle. Se oli traaginen tapaus ja siitä kirjoitettiin lehteenkin. Se oli sen kuljettajan vika, kun se ei huolehtinut kaikista traktoristaan. **”Ai että mä vihasin sitä syntistä miestä, mut nyt se on jo saanu anteeks.”** Isä oli pidetty mies. Kuolema oli kova paikka etenkin äidille. Olin kauan

surullinen äidin puolesta: nyt se oli menettänyt sekä poikansa että miehensä. Äiti kuitenkin selvisi surustaan ja löysi rinnalleen viulunsoittaja Henri Liikasen. Kai se hyvä mies oli; tai mitä minä valehtelemaan: se löi äitiä! Aina me siskojen kanssa pyydettiin, että äiti jättäisi sen, mutta äiti ei tahtonut. Äiti oli liian hyväsydäminen. Kai se niin sitten oli, että pääasia, ettei äidin tarvinnut yksin olla. **”Yksinäisyys kun voi joskus olla kovin toivotonta, niin ku esimerkiks täällä vanhainkodissa.”** Äitiä minulla on niin suunnaton ikävä. Kaipaen sitä ihanan lempeää laventelin tuoksua. Minun sydän ei meinaa kestää. Itkettä, kun en silloin isäni poismenoakaan tarpeeksi surrut.

Rakas Kaukoni oli kotoisin Siikaisista. Me tavattiin tanssilavalla ja se oli heti menoa. Ihana ja komea mies oli: **”piti perhettään kuin kukkaa kämmenellä ja nii naimisissa joo oltiin yli 50 vuotta”**. Me muutimme hyvin paljon, koska Kauko oli leipomon johtaja ja kondiittorimestari. Aina oli tarjolla hyviä työpaikkoja. Mitään muuta kotia ei minulla ole niin ikävä kuin sitä, missä me mieheni kanssa asuttiin Kajaanissa. Se oli viimeinen yhteinen kotimme. Tyttäremme sen sitten myivät, kun sieltä muutin takaisin tänne Tampereelle Teiskontielle. Suurin elämäni suru on, kun Kauko kuoli vuonna 1987. Ajattelin, etten koskaan selviä siitä surusta ja tuskasta. Mietin kauan, voinko jatkaa ilman häntä. Mutta Kauko olisi vain sanonut pilke silmäkulmassa, että **”armaani, taivaassa tavataan”**.

Mää tulin tänne Koukkuniemeen vuosi sitten huhtikuussa. Se oli valtava yllätys ja kauhunpaikka. Olisin halunnut asua omassa kodissani niin kuin ennenkin. Tyttären ja tyttärentyttären pakottivat minut tulemaan tänne. He syyttivät minua asioista, joita ei oikeasti ollut tapahtunut. **”Olin mukamas varastanu jonkun rollaattorin.”** Tytöt sanoivat, etten enää pärjää yksin, mutta väärässä he olivat. Tämä on kaikki ollut niin surullista ja katkeraa. **Mää olen kyllä yrittänyt kaikin tavoin unohtaa tämän asian ja elää niin kuin ennenkin. ”Enkä sitä omaa kotia enää kaipaa, tai kaipaan, mutta en sillä tavalla, että se olis pakko saada tai siis harmittaa ja tota vähä katkeraki.”**

Aina me Kaukon kanssa annettiin rahaa tytöille, jos oli tarvetta. **”Millon oli autot korjaamolla ja vekselit hoidossa.”** Aina autettiin heitä, mutta ei ne muista niitä. En saanut edes käydä täällä Koukkuniemessä etukäteen katsomassa. Lapset vaan jättivät minut tänne. Hoitajat olivat kyllä ystävällisiä, että ei minun pelätä tarvinnut. Mää

ajattelin, että mä olen vaan käymässä täällä, mutta ei. Tänne mä jään niin kuin jokin ala-arvoinen ihminen. **”Kyllä mulla on se oma koti joka päivä mielessä.”** Se oli nätti koti ja siellä oli paljon kaunista tavaraa. Jälkeenpäin ihmettelen, miten olen kestänyt kaiken ja suostunut muuttamaan sieltä pois. Kai mä sitten niin paljon pelkäsin ja ajatukset oli vähän hataria. Nyt kyllä pistäisin enemmän hanttiin.

Minulla oli aluksi niin kova koti-ikävä, etten voinut ajatella Koukkuniemeä kodikseni. Oikeastaan ei tämä kyllä vielääkään mikään koti ole. Laitos tämä on eikä siitä muuksi muutu. Onneksi ruoka on kuitenkin hyvää ja kohtelu ystävällistä. Kaikki on vain niin erilaista kuin omassa kodissa. Omassa kodissa sain olla oman elämäni herra. Nyt tuntuu, että koko elämä on valunut hukkaan ja olen menettänyt ihmisarvoni. Minua pidetään täällä niin kuin en mistään mitään ymmärtäisi **”Yks hoitajaki huutaa aina niinku mä joku kuuro olisin.”** Ei tämä elämä mitenkään kivaa täällä ole. Onhan minulla pitkä elämä takana, mutta jotenkin **”säälän itteäni, että tänne se hienous sitte päätty”.**

Ei sillä rahalla ole väliä. En ole koskaan välittänyt rikkauksista. Mutta kyllä minun viimeiset rahani on nyt sosiaalihoitajan takana, että kaikki hoituu niin kuin pitääkin. Ei niihin tyttäriin enää voi luottaa, eikä tyttärentyttäreeseen. Kun se minun asunto myytiin tyttärieni toimesta, niin se myytiin pilkkahinnalla tietysti, jotta siitä saatiin heti rahat. Mä olen ajatellut, että kyllä mä vieläkin pystyisin oman huushollini hoitamaan. Harmittaa, että ne niin nopeasti sen myivät, eivätkä pyytäneet minulta siihen lupaa. Nyt olen ihan tyhjän päällä. **”Tää on niin surullinen tarina, että kun mä sitä itteki joskus iltasella mietin, tai ei iltasella, ku tulee itku, mut sitte se menee aina itkemiseks niinku nytki.”**

Kyllä ne lapset tietysti hyötyivät siitä asunnosta, kun siellä oli paljon hyvää tavaraa. Itse en ole vielääkään saanut luetteloa siitä, mitä kaikkea siellä oli. Lasten mielestä kaikki on hyvin, mutta minusta ei ole. **”Oon koittanu vaan hokee päässäni, et tää on ny sun kohtalos.”** Omaiset on niin kuin ei mitään olisi tapahtunut, mutta mä en voi sitä ikinä unohtaa. Mä olen nyt sen verran pitkävihainen, että en voi tätä ihan niin vain antaa anteeksi. Joka päivä mä vaan kaipaen sitä omaa kotia. Kunpa Kauko olisi täällä, niin se korjaisi kaiken.

Ei ne lapset eivätkä lapsenlapset enää käy niin kuin omalla asunnolla kävivät. He ovat saaneet jo kaiken, eikä minulla ole enää mitään, mitä antaa. Mää olen niin kauhean pettynyt, kun mää rakastin niin paljon tai rakastan vieläkin tietysti niitä lapsia. Nuorempi tyttö täällä kyllä käy, mutta vanhempaa en ole nähnyt kuin kerran tänne muuttamisen jälkeen. Tyttärentyttöön Ainoon mää olen aina luottanut, mutta ei häntäkään ole täällä näkynyt. Onhan heillä ne omat perheet, että ei sitä tänne kerkeä tulla tuosta noin vaan. Minun puolestani ei ole tulehtuneet välit, mutta ehkä heille on jäänyt jotain hampaankoloon. En mää ole mistään katkera. Tai kyllä se tänne tulo katkeraa on ollut. Kaiken olen menettänyt ja nyt kodinkin. Onhan minulla kaikkea niin paljon kuin tarvitsen. Ei vihaa kannata sydämessä kantaa. ”Mulla on sellanen luottamus, että joku muakin varmasti hoitaa taikka varjelee, että en mää ihan tuulia johda.”

7.2.2 Helvi Koistisen tarina

Helvi mie vaan olen, Helvi Koistinen. Mie olen 92-vuotias. Täällä Koukkuniemessä minua oikein hävettää, kun hoitajat pitävät hyvänä, vaikka ihan tavallinen piikalikkahan mie vaan olen. Olen asunut täällä nyt melkein kuusi vuotta ja omasta tahdostani tulin. En voi kyllä moitetta sanoa tästä vanhainkodissa asumisesta. Täällä on turvallista ja ruokaa saa aina. Hoitajat ne ovat sellaisia herttaisia ja luotettavia. Mie en kyllä juurikaan juttele muille asukkaille. Ei tässä iässä enää voi olla sydänystäviä. Mie olen niin tottunut yksinoloon. Annan vain ajatukseni rientää silloin, kun olen yksinäni. ”Saatan olla hiljaisuudessa pitkään, useita tunteja, ja niin ku vain tota muistella.” En mie tiedä, että olenko mie ollut niin tyhmä, etten ole osannut vaatia tai valittaa, mutta minulla on ollut ihan hyvä elämä.

Miun lapsuudenkodissa oli äiti, joka määräsi kaiken. Isä sanoi aina, että tehkää niin kuin äiti sanoo. Meitä oli yhteensä kuusi lasta, kolme tyttöä ja kolme poikaa. Pojat olivat sellaisia vilkkaita, tekivät paljon kepposia niin kuin Vaahteramäen Eemeli konsanaan. Surullista aikaa oli se, kun yksi veljistäni kuoli polioon alle 30-vuotiaana. Hän oli upseeri ja juuri mennyt naimisiin. Vaimo odotti silloin heidän ensimmäistä lastaan. Se oli surkeaa aikaa. Tämä syntynyt poika sai lapsihalvauksen ennen koulu-ikää ja oli Lastenlinnassakin

jonkin aikaa Helsingissä. Mutta poika ei siitä selvinnyt, vaan kuoli ollessaan vasta viisivuotias. **”Ei se Jumala aina oo mukana ollu, et on tässä jotai huonooki ollu.”**

Sen mie tuossa alussa unohdin sanoa, että mie olen Karjalan tyttöjä, Sakkolan rotuporsas. Me jouduttiin lähtemään evakkoon ja muutettiin Savonlinnaan. Kaikki me menetettiin, talo ja eläimet. Omaa lammastani surin monta vuotta. Lapsuuteni oli sodasta huolimatta onnellinen. Isäni oli oikein lahjakas puuseppä. Hän perusti menestyvän puusepän verstaan Tampereelle Pispalaan, jonne muutimme ollessani 18-vuotias. Aika pian mie lähdin kotoa, kun pääsin konttoriin harjoittelijaksi. Sitä kirjanpitoa tein sitten koko työurani ajan. Kaikki miun sisarukset lähtivät maailmalle ja mie jäin hoitamaan äitiä ja isää, kun niistä tuli vanhoja. Äiti ei pystynyt enää kunnolla lukemaan ja sillekös mie nauroin. Itse en ole nyt pystynyt yli 10 vuoteen lukemaan: **”eipä paljoa enää naurata”.**

Tämä miun elämä on ollut niin kovin kirjava. Mie ajattelin tässä yhtenä päivänä, että milloin mie olen ihan kunnolla itkenyt. **”Et jos ei ittensä puolesta niin pitäis sitte ees muitten puolesta. Et enkös mää oo yhtään onneton.”** Miulla on ollut kyllä oikeinkin hyvä elämä. Me olimme mieheni Toivon kanssa naimisissa melkein 50 vuotta. Toivo oli äärettömän hyvä mies. Hän kohteli minua kuin prinsessaa ja oli aina valmis auttamaan. Mieheni ei osannut laulaa eikä tanssia, mutta kaiken muun hän osasi. Toivo oli insinööri. Hän oli fiksuin ihminen, mitä olin koskaan tavannut. Mie en muuttaisi elämästäni mitään. Mutta jos olisin vielä nuori, niin palaisin mieheni kanssa siihen nuoruuteen ja eläisin sitä uudelleen. Olimme Toivon kanssa niin hyvä pari.

Miun mielestä niiden, joille vanhuus määrätään, pitäisi olla tyytyväisiä. Mutta kyllä mie luovutan helposti, jos vain joku täältä miut ottaa. Olen Jumalan ja Jeesuksen kanssa sopinut asiani, joten voisin lähteä vaikka tuossa iltapäivällä. En mie osaa moittia elämäni. Mietin, että tämä on miulle määrätty. Ei tämä vanheneminen hauskaa ole, mutta en ole sitä liikaa murehtinut. Se kuuluu osaksi elämää ja sillä hyvä. Mutta kyllä kerran hävetti, kun olin kaupassa ja sitten se poika juoksi ja huusi, **että ”anteeks mummo, mut teillä tais noi ostokset jäädä tohon kassalle, et tarviitteko apua, ja hei, mie olin vasta jotain kuuskyt ja risat! Kyllä se näin jälkeempäitten naurattaa, mut silloin olin, että oonko jo mummon näkönen.”** Sanoisin, että tähän päivään verrattuna mie olin silloin vielä tyttönen. Nyt todella vasta olen mummo.

*Meille siunaantui Toivon kanssa neljä ihanaa lasta, kaksi tyttöä ja kaksi poikaa. Kaikki lapseni ovat vielä hengissä ja terveitä. Lapsenlapsia miulla on kolmetoista. Lapsillani on siinä mielessä rauha, kun he tietävät, että äiti on turvassa täällä vanhainkodissa. Tietysti omassa kodissa on ihania tavaroita: **”nahkatuolit ja sohvut ja kaikki. Mutta taulut, nää on mun mieheni maalaamia, niin nää on mun mielitauluja”**. Että en oikein edes kaipaa mitään sieltä kotoa. Eihän siellä ole kuin seinät ja lattia ja kuulemma homettakin sieltä on nyt löytynyt. **”Taitaa lapset myyä sen pois, hyvä niin. Jos sen kukaan ees huolii.”***

*Mie en ole koskaan tuntenut yksinäisyyttä. Miulla on niin paljon ajatuksia, etten ehdi olla yksinäinen. Kun toiset valittaa, kuinka yksinäistä ja tylsää on, niin mie keksin aina jotain tekemistä. Mie viihdyn täällä kyllä oikein kovasti. **”On ihanaa, kun lasten kanssa voi puhua mistä vain, kun on nää aivot vielä mukana.”** Ainoa miinuspuoli on ruoka, kun mie olen aina ollut ruokaihminen. Ruoka on täällä vähän heikonlaista. Mutta viihtyisää täällä on ja etenkin kesäisin on kaunista. Harvalla ikäiselläni on näin kauniit maisemat kuin miulla nyt on. Onneksi ei tarvitse jakaa huonetta kenenkään kanssa.*

*Kaipaen elämässäni ainoastaan kävelyä. Vuonna 2002 miulta jouduttiin amputoimaan oikea jalka ja sitten vuonna 2007 myös vasen. Olen aina ollut hyvin liikkuvainen ihminen. **”Mie oon käyny kauheesti maailmalla ja vieläkin tekis mieli, mut mie en enää anna itteni sellasesta haaveilla.”** Välillä elämä tuntuu raskaalta, kun ei voi liikkua ja pitää olla vain sängyssä. Tämä vetelyys jos lähtisi pois, niin elämä olisi paljon helpompaa. Onneksi täällä on mukavia hoitajia. Tämä vanhuus ei ole kyllä siinä mielessä mukavaa, kun tulee näitä kaikkia sairauksia. Koko ajan kolottaa näitä jäljellä olevia raajoja. Yritän kuitenkin aina ajatella positiivisesti, sillä olenhan mie saanut elämässä paljon aikaiseksi.*

*Miulla on hieno ja pitkä elämä takana. Tämän vanhuudenkin täällä vanhainkodissa saan olla. Koukkuniemeen on iso jono, joten on lottovoitto päästä tänne asumaan. En mie mitenkään kovin väsynyt ole, mutta kuitenkin vähän aikaa sitten mie kysyin Herralta, että voisiko Hän antaa miulle jonkun merkin, että milloin mie lähden täältä. **”Ja sitte näin unen jossa olin rannalla ja aurinko paisto ja aattelin et tarkottikohan se sitten tulevaa kesää.”***

7.2.3 Rauha Lahtisen tarina

Mun nimi on Rauha Lahtinen. Olen syntynyt vuonna 1919 Tampereella. Olen nähnyt sodat ja ”nuollu näppejäni, ku ei ollu ruokaa pöydäs”. Kai sitä olisi jo aikaisemminkin saanut täältä lähteä, ehkä mut on unohdettu tänne. Ei ehkä luulisi, että olen näin vanha, sillä olen hyvävointinen. Olen onnekas, kun pääsen itse liikkumaan. Se vaiva täällä vanhainkodissa on, ettei täällä ole näinkään terveitä ihmisiä kuin minä. Kyllä täällä jotkut mummot on hyväkuntoisia, mutta ne on niin eri aaltopituudella, ettei niiden kanssa voi oikein seurustella. Se on täällä asumisessa se pulma, oikein todellinen pulma. Mulla on täällä huoneessa äänilaite ja televisio, mutta kaipaisin joskus oikein kunnon jutteluseuraa, mutta ”ku tänne laitetaan ainoastaan noita dementoituneita”. Olen vähän niin kuin vankilassa, kun ei täältä pääse uloskaan kuin pyytämällä. Tunnen oloni yksinäiseksi hyvin usein. Olenhan mä tähän jo tottunut, että en sillä tavalla tahdo valittaa.

Lapsuudestani ei ole paljon kaunista kerrottavaa. Meitä oli viisi lasta. Mä olin kuopus. Isä jätti meidät, kun olin seitsemän. Se lähti toisen naisen matkaan. Se oli joku nuorempi nainen. Ne muuttivat Saksaan, enkä sen koommin isästä kuullut. Äiti oli loppuun asti yksin. Hän ei halunnut enää huonoa miestä rinnalleen. Meillä oli välillä todella lohdutonta. Joskus ei ollut lainkaan ruokaa ja jouduttiin ostamaan velaksi. En haluaisi sitä aikaa muistella, sillä en ollut hyvä lapsi. En auttanut tarpeeksi äitiä ja se vaivaa vielä silloin tällöin. Pyydän äidiltä anteeksi, jos pääsen taivaaseen. Äiti siellä ainakin on. Hän oli nöyrä ja tyytyväinen kaikkeen, vaikei elämä mennytkään niin kuin hän oli suunnitellut. ”Mutta ei se elämä mee niin ku suunnittelee. Ei menny mun äitellä eikä itelläkään ainakaan.”

Nuoruuttani en tahdo enää millään muistella. Onhan siitä jo niin kauan aikaakin. Tampereella mä olen koko ikäni asunut. Siihen aikaan sanottiin, että pohjoispirkkalalainen. Mä täytän ensi kuussa 90 vuotta. Kohta tulee kymmenen vuotta täyteen täällä Koukkuniemessä. En paljoa muistele vanhoja aikoja, kun mulla ei koskaan ole ollut mitään onnellista. Se oli ainoa onnen hetki, kun sain lapseni. Avioliittokin meni pilalle, kun mun mies nautti niin paljon alkoholia. Mä otin viiden aviovuoden jälkeen eron. Se mies kyllä pyysi mut takaisin, mutta en mennyt uudelleen saman miehen matkaan. Ei siihen enää voinut luottaa. Onhan mulla ollut tässä matkalla tuttavvia ja miesystäviä,

että ei mun olisi tarvinnut yksin olla. ”Ei mun oo huoriin tarvinnu lähtee, et jos joku niin luulee.” Mä olen aina vaan ollut yksinäinen ihminen.

Siinäkin mielessä mä olen yksinäinen, kun mä olin nuorin lapsista. Sisarukset olivat paljon vanhempia ja ne muuttivat pois kotoa, kun mä olin vasta ihan vauva. Mä olin aina yksin, eikä kukaan ollut mun kanssa tai kuunnellut tai auttanut mua. Ei se isän lähtökään niitä mun sisaruksia haitannut. Mä olen sitä monta kertaa surrut, että se lapsuuskin meni vähän niin kuin hunningolle. Onneksi Luoja on mua kuitenkin auttanut. ”Jos mua ei kukaan auttais ja kuka muu se vois olla ku Luoja, koska mä oon aina ollu uskossa.” Elän kyllä ihan normaalisti, mutta kaikki asiani mä esitän Herralle. Siitä olen Jumalaa usein kiittänyt, kun Hän on mulle tällaisen vanhuuden suonut.

Olin vasta tyttö, kun menin 19-vuotiaana naimisiin ja muutaman vuoden päästä jäin sitten tosiaan yksin. Mulla on ollut sellainen yksinäisen tädin elämä. Kai sitä voi kuitenkin sanoa, että olen onnellinen, koska en tunne kauhua tai kateutta. ”En kuitenkaan ole saanut sellaista elämää, mitä olisin halunnut.” Olisin aina halunnut sellaisen hyvän miehen, jonka kanssa jutella ja viettää aikaa. Kyllähän se alkuhuuma oli ihanaa. Tiesin kyllä, että mies ryyppää, mutta luottavaisena uskalsin silti hypätä sen matkaan. Olin 21-vuotias, kun sain poikani. En ollut vielä toivonut omaa lasta, koska oma lapsuuteni ei ollut hyvä. Olin kyllä iloinen, kun lapsi tuli, todella onnellinen itse asiassa. Se oli mun elämäni suurin kohokohta, kun se pienokainen tuli kotiin: ”siinä me Juhon kanssa sitä ihmeteltiin, poika tuoksi ku taivaansini”.

Mä en ollut mikään hyvä oppilas koulussa, mutta valmistuin kuitenkin ylioppilaaksi. Mä odotin silloin poikaani, kun hain Turkuun korkeakouluun. Sain pääsykokeista arvosanan 9,5 ja mä valmistuin opettajaksi. Sen jälkeen mä tulin uskoon. Olin lukenut Raamattua ja siellä luki, että ”riisu kengät jaloistasi, sillä paikka, jolla seisot, on pyhä maa”. Tämän jälkeen mä sain sellaisen hyvän työpaikan, jota olin hakenut. Sinne opettajaksi oli monta hakijaa, mutta ne halusivat mut. Ihmettelin aina, että miksi ne mut halusivat, tällaisen ”eksyneen linnunpoikasen”. Siellä koulussa mä olin sitten yhteensä 34 vuotta. Mulla kävi kuitenkin niin huonosti, että sain pienen eläkkeen, kun olin viimeiset neljä vuotta alaluokkien opettaja. Harmittaa, kun tämä mun eläke määräytyy pääasiassa niiden

vuosien mukaan. Kaikki mun rahani menevät tähän asumiseen ja hoitoon. Toisaalta en mä niillä rahoilla muutakaan tekisi.

Mun poikani kuolema oli mulle kauhea isku. Se tapahtui juuri ennen tänne Koukkuniemeen muuttoani, tai se oli se syy muuttaa tänne. Ajattelin, ettei elämällä ole enää mitään merkitystä, ja että on aivan sama, missä mä asun. Poika kuoli ulkomailla, mutta sen ruumis tuotiin tänne Tampereelle, tuonne Lamminpään hautausmaalle. Tää kaikki tapahtui vuonna 1999. Kyllä mä olisin aina halunnut enemmän lapsia. Olisin halunnut hyvän miehen ja olla vaikka maatilan emäntänä. Mutta enhän mä osannut edes lypsää.

Mua alkaa aina itkettää, kun mietin Eeroa. Etenkin pimeällä ilmalla on surullista ja yksinäistä. Se masentaa sekä henkisesti että ruumiillisesti. Hoitajillakin on niin vähän aikaa mulle, kun mä olen täällä käytävässä viimeisenä. Eerolla olisi ollut vielä paljon elettävää. Muistan, kun kerrankin se lapsena sanoi, että **”äiti, katso tuolla on lintuemo ja suloinen poikanen seuraa sitä perässä”**. Sitten se hetken mietti ja sanoi, että **”musta tulee kans sit hyvä isä”**. Mutta Eerosta ei tullut isää. Ei se koskaan ketään rinnallensa löytänyt, ainakaan kovin kauaksi aikaa. Kerran se yhden Ritvan esitteli, ja olihan se mukava, mutta ei kai ne sitten olleet toisillensa tarkoitettut.

Omaa kotia mulla ei ole niin kovin ikävä, kun tiedän, etten siellä enää kykenisi asumaan. Oon ollu täällä vanhainkodissa jo niin kauan. Mutta kyllä mä monesti ajattelen, että olisi ihanaa, jos pääsisin käymään itsekseni torilla ja kaupoissa. Ostaisin palan Tapolan mustamakkaraa ja istuisin Tammelantorin laitaan seuraamaan kiireisiä ihmisiä. Eläkeläisenä oli mukavaa, kun sai tehdä rauhassa omin päin asioita, eikä ollut mihinkään kiire. Täällä ollessani kaipaen eniten vapautta ja juttuseuraa. En mä ihan yksin kuitenkaan onneksi ole. Mun onneni on olla Jumalan lähellä. Toivon, että pysyisin uskossa elämäni loppuun saakka. **”Mitään suurempia rikkeitä en oo tehny, oon ollu sellanen siivosyntinen.”**

7.2.4 Heikki Rinteen tarina

Nimeni on Heikki Rinne ja mä olen kotoisin Virroilta.. Olen nyt 86-vuotias äijä. Meitä oli kahdeksan mukulaa, kaksi tyttöä ja kuusi poikaa. Isä oli uittopomo Ruovedellä, josta se muijankin löysi, äitini. Meidän asunto oli yhden keittiön ja huoneen kokoinen. Paljon siinä oli pienessä tilassa sairautta. En voi sanoa, että olisimme olleet onnellisia. Kolme poikaa menehtyi keuhkokuumeeseen ihan parhaassa iässä. Sota-aikana 17-vuotiaana, kun tulin Syväriltä lomille, niin jouduin hakemaan veljeni ruumiin Tampereen asemalta. Se ruumis oli mullivaunussa sinne kuljetettu, kun ei silloin ollut mitään ruumisvaunuja. Sitten vuonna 1944 kesällä viimeinen veli jäi Kannakselle, eikä sen kohtalo koskaan selvinnyt.

”Ei tää elämä hääviä oo ollu.”

*Sodan jälkeen mä palasin Virroille ja opettelín soittamaan selloa. Soitin selloa 52 vuotta. Tienasin sillä jonkin verran myös rahaa. Meillä oli hyvä soittoporukka ja mä olin taitava. **”Komeekin sillon olin. Ei uskois ny, ku kattoo peilistä.”** Niitä soittoaikoja on antoisaa muistella. Me soitettiin yhden maamiesseuran tiloissa. Kerran sinne tuli yksi tuttu mies ja se antoi yhden muijan osoitteen. Mä menin sitten sen muijan luo. Se oli nähnyt monesti mun soittelevan. Me kirjoiteltiin toisillemme kirjeitä ja nyt se on mun vaimo. Meillä on yksi poika, maailman hienoin poika. On hyvä, että poika ei ole huolinut itsellensä ämmää. Viisi kertaa se on ollut vissiin kihloissa. Insinööriksi se kouluttautui ja hyvin sille aina riitti töitä.*

*Vuonna 1980 me tultiin kirjoille Tampereelle. Meillä oli huono kämpä, mutta siinä oli pakko asua, kun ei ollut rahaa muuhun. Nekalassa meillä on nyt asunto, kolme huonetta, keittiö ja sauna. Mutta mitäpä mä sillä asunnolla, kun en mihinkään enää kykene. Minulla on nytkin liikaa muistoja tässä huoneessani. Vaimo niitä lähettää pojan mukana, vaikka olen perkele kieltänyt. Kyllä minun vaimo on silti hyvä ollut. Se on aina tehnyt ruuan, pessyt pyykin, siivonnut ja huolehtinut pojasta. Tämä vanhuus on vain niin pirullista. Mietin usein, miksi juuri minusta tuli vanha. Siksikö, kun mun kaikki veljeni kuolivat? Pitääkö mun elää heidänkin puolestaan? Välillä muistelen veljiä. Ne olivat kaikki hyviä miehiä ja joskus tuntuu väärältä, että **”mä vaan joudun täällä kituun, ku niillä olis voinu olla paremmat elämät”**.*

Poika käy kerran viikossa mua katsomassa. Se asuu Lielahdessa. Vaimoni on niin huonokuntoinen, ettei hän voi käydä täällä. Mun oli niin paha olla kotona, oli kolotusta ja rintasarkeyä. Puolitoista vuotta olen nyt **täällä ollut. Olin kylläkin ennen sitä jo kolme vuotta hyväksyttynä Koukkuniemeen, mutta ei, ”aina vaan meni perkele rikkaat ohi, ku tänne niitä tuli. Ei kato toiset täällä sit elää sisullansa.”** Arvasin sen kyllä, että ei se kaupunki mulle hoitopaikkaa järjestä ennen kuin on aivan pakko. Mää olen liian tavallinen ja köyhä päättäjien makuun.

Kyllä tämä vanhainkotiin tulo oli musta hetki. Olenhan mää tottunut muutoksiin, kun sotakin oli yhtä muutosta. Mutta ei helveti tänne voi sopeutua, kun tämä on niin helvetillinen paikka. Osa hoitajista on mukavia, mutta **”jokku pitäis laittaa navettapiiaks ja talikot kätee. Että ei kaikki oo niinku oikeella alalla”.** Täällä on muutama juttukykyinen ihminen, mutta ei meillä ole samat jutut, kun mää olen roskaväkeä. Niillä kun on se poliittinen katsantokanta erilainen. En tuota radiotakaan viitsi kuunnella, kun niiden jutut ovat niin helvetin tyhmiä ja sävellyksetkin heikkoja.

”En ole onnelline, en oo ikänä ollu. Tää o helvetin paikka. Tääl o niinko, niinko Rahtula oli mustalaisen mielestä paha paikka, nii tää on vielä pahempi.” Täällä ei kukaan käy katsomassa ja itse saa käydä syömässä, jos pystyy. Täällä ei ole yhtään mitään. Paskaa on kaikki ja saatana, kun en pysty edes paitaani enää napittamaan, niin miten voisin mitään enää tehdä. Ei tästä minun elämästäni oikein ole edes mitään kerrottavaa. Mutta sen minä vaan sanon, että ei kannata tulla vanhaksi. Ei tämä pitkä elämä hienoa ole, kun tulee sairautta ja alkaa muisti pätkimään ja **”käsi pärisee saatana ku joku puimurikone”.**

Täällä vanhainkodissakin käytävät on pullollaan näitä **”huru-ukkoja ja hurumummuja”.** Ei täällä ole minunkaan veroisia juuri kukaan. Osa on liikuntakyvyttömiä ja osa puhekyvyttömiä. Ei sellaisen kanssa viitsi edes mitään yrittää puhua. Ja yksinäisyys on pahinta, kun uni ei saatana tule. Mää en ole nukkunut moneen vuoteen, en yöllä enkä päivällä. Mää en uskalla ottaa unipillereitä, kun mulla on uniapnea ja tulee hengityskatkoksia unen aikana. Ei Sorbus-viinikään uneta, vaikka kuinka sitä juon. Ei siitä juomisesta tule edes parempi mieli, mutta juon silti. **”Ei tästä mun elämästä saa kiiltokuvaa vaikka helvettiä olis. Kuvan kyllä saa mutta ei kiiltoa.”**

7.2.5 Matti Järvisen tarina

Nimeni on Matti Järvinen ja olen 89-vuotias paljasjalkainen tamperelainen. Mihinkään ei ole Tampereelta tarvinnut lähteä, sillä täällä on kaikki, mitä ihminen tarvitsee elääkseen. Perheessämme oli kahdeksan lasta sekä äiti ja isä. Me asuimme Armonkalliolla kerrostalohuoneistossa, jossa oli kaksi huonetta ja keittiökomero. Perheemme oli lämminhenkinen; kaikki puhalsivat yhteen hiileen, vaikka välillä tekikin tiukkaa, eikä ruokaan ollut aina varaa. Sisaruksista olen jäljellä enää vain minä ja keskimmäinen sisko. Sisko on minua neljä vuotta nuorempi. Hän asuu vielä omassa kodissaan Nokialla. Minä muistan selvästi lapsuuteni. Se oli hienoa aikaa. Tuntuu, että vasta ihan juuri olin nuori ja vikkeli sälli. Äidin muistan kulkeneen aina essu päällä; äidin lihapullat ja perunamuusi oli parasta, mitä tiesin. Isä oli kaupungin virkamies. Hän toi leivän pöytään ja **”piti jöötä niin kuin miehet siihen aikaan”**.

Menin partioon sudenpentuihin kahdeksanvuotiaana. Osasin tehdä hyvät solmut ja olin etevä suunnistamaan metsässä. Olin muutenkin kova poika urheilemaan. Lopetin partioharrastuksen 15-vuotiaana. Minulla oli niin voimakas ”isänmaallinen syke”, että halusin siirtyä suojeluskunnan poikaosastoon. Suojeluskunnasta oli apua armeijassa, sillä osasin huoltaa aseita. **”Ja muutenkin oli helppo mennä armeijaan, kun tiesin etten ole alokasaikana täysi nolla.”** Rintamalle lähdettiin sitten alokasajan jälkeen. Olin toiseksi viimeisessä ryhmässä, joka lähetettiin Kannakselle. Sota ei tule enää joka päivä mieleen, mutta täytyy kyllä sanoa, että se oli minun elämäni parasta aikaa. Sodassa kaikki tekivät töitä yhteisen hyvän eteen. Nyt meillä on upea Suomi, josta saa olla ylpeä. Olen aina ollut onnellinen suomalaisuudestani. Mielestäni nykyaikana kansa osaa arvostaa itsenäisyyttä ja nuoretkin kunnioittavat meitä veteraaneja.

Sodan jälkeen menin teollisuuden pariin Tampellaan töihin. Sain sieltä ammatillisen koulutuksen työhöni. Teollisuus ei ollut kuitenkaan minun alaani vaan seurasin isäni jalanjälkiä ja lähdin virkamieheksi kaupungille. Olin virassa eläkeikään vuoteen 1972 saakka. Muistan aina ensimmäisen oman kotini. Se oli Amurissa sellainen 15-neliöinen huone. Minulla oli siellä ainoastaan sänky, yksi tuoli ja pieni pöytä. Äiti ompeli verhot ikkunaan ja kutoi maton lattialle. Vaikka kotini olikin hyvin pelkistetty, viihdyin siellä enemmän kuin hyvin. Viihdyn kyllä täällä vanhainkodissakin, mutta oli se toista silloin

nuorena, kun pystyi liikkumaan ja tekemään kaikki itse. Muistelen mielelläni nuoruutta. Se saa minut hyvälle tuulelle.

”Vaimoni tapasin niin, että se oli tälläinen klassinen tarina, että vaimo oli naapurin tyttö.” Seurustelimme Irmelin kanssa jo ennen armeijaa, ja kun palasin sodasta me menimme kihloihin. Vuonna 1950 menimme naimisiin ja vuonna 1955 syntyi tyttäremme. Enempää lapsia ei meille siunaantunut. Ensimmäinen yhteinen kotimme oli erittäin kaunis. Irmelillä oli silmää kaikelle viehättävälle. Koti oli aina siisti, siitä Irmeli piti huolen. Hän opetti minulle leipomista ja loppujen lopuksi olin aika hyväkin siinä hommassa. Irmeli oli täydellinen vaimo. En olisi voinut ikinä toivoa parempaa kuin hän. En niin kaipaa menneitä, mutta kyllä silti voisin hetkeksi palata ensimmäiseen yhteiseen kotiimme – elimme siellä suurta onnen aikaa.

Vaimoni kuoli pitkällisen sairauden jälkeen vuonna 1969. Kaikki se aika on suurta mustaa pilvää. Irmelin kuolema on elämäni rankin kokemus; sotakin on toisella sijalla. Olin kuoleman aikaan vielä työelämässä. Silloin tuntui, että maailma kaatuu päälleni, enkä jaksa elää huomiseen. Selvisin surusta lopulta tyttäreni avulla. Vuonna 1974 sain veritulpan oikeaan jalkaani. Olin sen seurauksena monta vuotta sairauslomalla. Vuonna 1977 sain tukoksen myös vasempaan jalkaan. Sen jälkeen siirryin virallisesti eläkkeelle. Oli se eläkeikä toista, mitä olimme silloin nuorena Irmelin kanssa haaveilleet. Puhuimme aina matkustelusta, lukemisesta ja haaveilemisesta. Talon rakentamisestakin me vuosikymmen unelmoitiin. Luonnostelimme pohjapiirustuksia ja kuvittelimme itsemme taloon. Taloa ei koskaan ehditty rakentaa. Kunpa sitä nuorena olisi osannut joka päivä arvostaa toista ja sanoa **”minä rakastan ja vaikka helvetti veis niin aina oon sun”**.

Vaikka Irmeliä ei ollutkaan, osasin nauttia eläkkeellä olosta, sillä ensimmäistä kertaa elämässäni sain tehdä pitkiä ulkomaanmatkoja. Olin matkoillani pääasiassa puoli vuotta yhteen menoon. Yleiskuntoani veritulpat eivät huonontaneet, mutta joskus jalat olivat kyllä todella kipeät ja niitä turvotti. Matkustin aina yksin, sillä Irmeli oli minulle se ainut elämäni rakkaus. Tein matkoja pääasiassa Espanjaan. Se on kaunis maa ja paljon lämpimämpi kuin Suomi. **”Mut kyllä silti sydän oli aina Suomessa. On se niin et oma koti kullan kallis”**. Innostuin matkoillani taiteesta. Täällä huoneeni seinillä on myös paljon taidetta. Lempimaalaus on taulu, joka esittää tytärtäni Elinaa.

Asuin Tampereella Itsenäisyydenkadulla ennen kuin muutin vuonna 2002 tänne Koukkuniemeen. Tällä hetkellä tyttäreni hoitaa asuntoa, emmekä ole vielä päättäneet, mitä asunnolle tehdään. Asunnossa on kolme huonetta ja keittiö, eikä minulla ei ole kovinkaan ikävä sinne, sillä minulla on kaikki tärkeä nyt täällä Koukkuniemessä: taulut, vaimoni kirjeet ja korut, matkamuistot ja **”tuo lipasto. Se on ensimmäinen yhteinen huonekalumme Irmelin kanssa”**. Kaikki arvokas kyllä mahtuu yhteen huoneeseen. Olin onnellinen, kun pääsin tänne Koukkuniemeen. **”Mutta kyllä sitä kapinoi sitte, että tässäkö tää elämä ny sitte oli, että pää kyllä toimi niin hyvin. Kyllä tähän sitte tottu, sanotaan ny vaikka nii, että mää sitte niinku laitostuin.”** On se vain niin, että ihminen sopeutuu ajan kanssa tilanteeseen kuin tilanteeseen. Vanhainkotiin joudutaan usein lopullisesti, joten minun ei auttanut kuin vain tottua tähän paikkaan.

Täytyy sanoa, että kun tänne Koukkuniemeen sitten lopulta sopeutuu, niin **”tää hioo ihmisestä sen terävimmän kärjen”**. Kun olin kotona, tein niin sanottuja normaaleja asioita: kävin kaupassa, laitoin ruokaa, näin ihmisiä ja matkustelin. Uskon kuitenkin niin, että Koukkuniemi on kodin jälkeen paras paikka minulle. Mukavinta viikoissa on se, kun tyttäreni käy katsomassa minua. Yksinäisyys ei ole koskaan tuottanut minulle vaikeuksia, ei yhtään. Olen ennenkin ollut paljon yksin, joten tänne tulo ei ollut vaikeata. Uskon, että monelle on paljon vaikeampi sopeutua tänne.

”Mutta täytyy kyllä sanoa, että kyllä minulle riittää tää yks elämä, en mää koskaan ajattele et uudestaan eläisin”. Ajattelen, että elämäni kulkee nyt tässä vaiheessa näin, eikä sitä vastaan kannata kapinoida. Täällä vanhainkodissa sitä on nähnyt sen, kun elämä loppuu ja vähitellen ihmiset huoneissaan vaihtuvat. Tilalle tulee aina uusia. Tämä on tällaista liukuhihnatoimintaa, ei paljon ole yhden ihmisen elämällä painoarvoa. Meistä tulee kaikista vähitellen vihannesta ja pikkuhiljaa menemme kohti taivaan kotia. Onneksi olen tänne hyvin asettunut ja pääkoppa on vielä hyvinkin tallessa. Täällä on niin paljon dementoituneita ja ne kyselevät koko ajan samoja asioita. **”Joku puhuu, et ku aina on joulu ja on pieniä lapsia ja mies kotona odottamassa ja rouva on kuiteski varmaa melki 90-vuotias”**. En tietenkään tarkoita sitä, että he olisivat onnettomia, he vain elävät jo toisessa ulottuvuudessa.

8 VANHAINKOTIELÄMÄÄ

8.1 TARINOIDEN TARKASTELUA

Liisan, Rauhan, Helvin, Heikin ja Matin tarinat ovat esimerkkitarinoita tämän tutkimuksen kaiken kaikkiaan yhdeksästä kertomuksesta. Alkuperäisissä tarinoissa on kerrottu samanlaisista elämäkokemuksista ja tuntemuksista liittyen siihen, millainen kokemus vanhainkotiin siirtyminen on ollut, ja millaista vanhuus on nyt vanhainkodissa. Pelkkinä irrallisina kokonaisuuksina tyyppitarinat ovat mielenkiintoista luettavaa ja ne antavat edustavan kuvauksen tämän tutkimuksen tutkittavien elämästä. Tarinoiden tulkinta on kuitenkin vietävä mekaanista kerrontaa syvemmälle, jotta tämä tutkimus täyttäisi tieteelliselle tutkimukselle asetetut vaatimukset.

Kiinnitän analyysissä huomiota tarinoiden laajempaan temaattiseen sisältöön. Teemat, joita käsittelem analyysissä, ovat nousseet esiin lähinnä aineistosta, mutta niitä on käsitelty tai sivuttu myös tutkimuksen teoriaosassa. Teemoihin vaikuttaa vahvasti myös Klemolan väitöskirjatutkimus *Omasta kodista hoitokotiin* (2006). Teemoja ei voida tiukasti otsikoida erillisten kappaleiden alle, sillä niiden sisällöt limittyvät ja lomittuvat toisiinsa. Toisin sanoen ihmisten elämäkokemuksilla on aina syy- ja seuraussuhteensa, jotka liittyvät moniin asioihin. Analyysin selkeyden takaamiseksi olen otsikoinut jokaisen teeman pääasiallisen käsitteleykohdan.

Ihminen käsittelee ja kokee elämänsä ja vanhenemisensa aina yksilöllisellä tavalla. Kokemuksia yhdistävät toisaalta vanhuuden hyväksyminen, irtaantuminen entisistä rooleista ja toisaalta vanhuuden kieltäminen, vanhoihin rooleihin takertuminen. Vanhainkodissa asuessaan joku vanhus pystyy jatkamaan elämäänsä kuten ennenkin, mutta jollekin elämä vanhainkodissa tuntuu lähes maailmanlopulta. Ihmiselämän kokemusten rikkaus tulee esille analyysissäni, jossa erittelen tarinoissa esiintyvää yleistä kotipuhetta, kotiin liittyvää turvaa ja uskoa, oman kodin jättämiskokemuksia, yksinäisyyttä, kuolemaa ja oman elämän hallintaa sekä terveyden merkitystä.

8.2 ELÄMÄÄ ENNEN, NYT JA TAIVAASSA

Olosuhteiden samuus yhdistää samaan sukupolveen kuuluvien ihmisten elämäkertoja (Roos 1987, 54). Tässä tutkimuksessa yhteneviä elämäntapahtumien sosiaalisia siirtymiä ja elämäntapahtumia vanhusten tarinoissa ovat muun muassa köyhä lapsuus, kova työnteko, pitkä ja onnellinen avioliitto, lapsen/ lasten saanti, eläkkeelle siirtyminen, leskeytyminen, yksinolo ja vanhainkotiin muutto. Kokemuksissa on huomattaviakin sävy- ja painotuseroja. Kuitenkaan esimerkiksi leskeytyminen tai sairastuminen eivät liity nimenomaisen sukupolven kokemuksiin, vaan ne voivat kohdata ketä ja milloin tahansa.

Yleisesti ottaen muistelu ja kertomusten muodostaminen omasta elämästä eivät tuottaneet vanhuksille vaikeuksia. Narratiivisen ajattelutavan mukaista onkin se, että ihminen elää elämäänsä ikään kuin se olisi kertomus, jonka päähenkilö hän itse on. Koska vanhuksien tulkitsevat sekä menneisyyttään että kertomaansa tarinaa nykyisyydestä käsin, vanhusten tarinat olisivat saattaneet ennen vanhainkotiin muuttoa olla hyvinkin eri tavalla tulkittuja. Vanhusten kertomusten pohjalta ei voikaan tehdä ylettömiä tulkintoja siitä, miten vanhuksen elämänsä historia korreloi vanhainkotikokemusten kanssa. Osittain tästä syystä käsittelen analyysini rinnalla Klemolan väitöskirjatutkimusta (2006), jossa esitetään vielä omassa kodissaan asuvien, mutta hoitokoteihin siirtyvien vanhusten ajatuksia ja toiveita tulevasta muutosta. Koen väitöskirjan annin tärkeänä, sillä se antaa lisäsyvyyttä tämän tutkimuksen analyysille.

Ilman Klemolan väitöskirjaakin on vanhusten kertoman elämänsä historian pohjalta tehtävissä sellainen johtopäätös, että vanhuksen itsensä onnelliseksi määrittämä tai tutkijan onnellisena pitämä elämä ei takaa myönteistä vanhuutta tai päinvastoin. Jokaisen vanhuksen elämässä on tapahtunut suuria menetyksiä, mikä on sinänsä täysin luonnollista, kun otetaan huomioon heidän korkea ikänsä. Vain yhdellä tutkittavista on vielä puoliso elossa. Kertoessaan esimerkiksi lapsuuden niukkuudesta tai vaikkapa leskeytymisestä vanhuksien peilaavat tämänhetkistä elämää näistä vaikeista ajoista selviämiseen. Koska niistäkin on selvitty, tämän hetkinen elämä kiteytetään yleensä sekä haastattelun alussa että lopussa *ihan hyväksi*.

Kotipuhetta

Klemolan tutkimuksessa (2006, 80) heikentyneen terveydentilan ohella vanhusten kotona selviytymistä vaikeuttivat tilanteelliset tekijät, kuten yksin asuminen, sosiaalisen tuen puute ja omaisten väsyminen. Nämä tekijät ennakoivat hoitokotiin siirtymistä. Tämän tutkimuksen vanhuksilla vanhainkotiin siirtymiseen vaikuttavia tekijöitä olivat liikkumisen vaikeus ja oma halu Helvillä, omaisten väsyminen ja huoli Liisalla, yksin asuminen ja sosiaalisen tuen puute Rauhalla, heikko ja sairas olo ja oma siirtymishalu Heikillä sekä yksin asuminen ja liikkumisen vaikeus Matilla.

Hoitokotiin siirtyminen saattaa olla jopa vaikein päätös, jonka vanhus on koskaan joutunut tekemään (Klemola 2006). Myös Kotiranta (2009, 9) sanoo, että *”siirtyminen lopullisesti omasta kodista sen ulkopuoliseen hoitoon näyttäisi olevan eräs kuormittavimmista elämänkaaren vaiheista”*. Toisaalta vanhainkotiin voidaan myös joutua jonottamaan vuosia niin kuin Heikki. Päästyään lopulta vanhainkotiin Heikki on kuitenkin pettynyt saamaansa hoitoon ja vanhainkotiympäristöön.

Koska Liisa on siirretty vanhainkotiin vasten tahtoaan, hänen on hyvin vaikeaa rakentaa siellä hyvää elämää. Liisa sanoo sopeutumisestaan, että *”vaikka kui yritän nii ei, en halua tottua tänne ja höperöityä”*. Liisa kokee syvää katkeruutta omaisiaan kohtaan, sillä tuttu elämä on takana eikä tulevaisuutta näy pitkälle. Myös Klemolan (2006, 87) tutkimuksessa on havaittu, että siirtymisen yllätyksellisyys aiheuttaa vanhuksessa psyykkistä pahoinvointia, johon liittyy surua ja katkeruutta. Jotkut vanhuksista kokevat muuton niin voimakkaana menetyksenä, että heidän mielessään kuolema on ainoa oloa helpottava vaihtoehto.

Klemola (2006) tiivistää, että omasta kodista irtaantuminen sisältää tunteen viimeisestä muutosta, mikä symboloi elämän päättymistä. Muutto vanhainkotiin ja sen jälkeen alkava uuden ympäristön hallinnan opettelu on elämän vääjämättömästi lähestyvän lopunkin kannalta valtava ponnistus ja samalla uhka vanhuksen toimintakyvyn säilymiselle (Laiho ym. 1991, 9). Matti sanoo tyhjentävästi, että vihdoinkin kun vanhainkotiin sopeutuu, niin se on jo hionut ihmisestä sen *”terävimmän kärjen”*.

Siirtymävaiheen raskaudesta huolimatta vanhainkotielämä voi tuottaa myös elämään tyytyväisyyttä ja levollisuutta, kuten Rauhalle ja Helville. He puhuvat kodin jättämisestä ja kaipuusta enemmän muussa tilanteessa kuin vanhainkotiin siirtymisessä. Helville lähtö Karjalasta ja Rauhalle hänen ensimmäinen oma kotinsa aiheuttavat syvää kaipuuta. Pääosin ehkä siitä syystä, että Helvi kokee lapsuutensa Karjalassa ja Rauha varhaisaikuisuutensa yhdessä pienen poikansa kanssa yhdeksi parhaimmista ajoista elämässään. Rauha sanoo, että *”ku sitte pojan kans se kämppä saatiin, niin ekaa kertaa tunsin et sit elämäs, et nyt oli kaikki hyvin.”* Granö, Suominen ja Tuomi-Nikula (2004, 9–10) sanovat, että koti-ikävä on kaipuuta kaikkiin henkilölle emotionaalisesti tärkeisiin asioihin. Rauha ja Helvi ovat säilyttäneet erään elämänsä aikaisen kodin ja siihen liittyvän kotiseudun mielessään idealistisena ja emotionaalisesti tärkeänä paikkana. Niiden muistelu auttaa jaksamaan.

Kariston ym. (2003) mukaan erityisen muuttohaluttomia ovat ikäihmiset, jotka ovat asuneet pitkään samassa paikassa. Tässä tutkimuksessa Matti on asunut Tampereella koko ikänsä, eikä vanhainkotiin siirtyminen aiheuttanut kuitenkaan hänessä kriisiä. Hän kokee vanhainkotiin muuttamisessa positiivisena sen, ettei ole aikaisemmin asunut siinä kaupunginosassa, jossa vanhainkoti sijaitsee. Matti kertoo, että hän on *”asunu Amuris ja Kalevas ja Tammelas, mut Rauhaniemes, tääl en oo viä ennen asunukkaan”*. Tässä kohtaa todentuu Sarolan (1994, 122) näkemys siitä, että tuttu ympäristö vahvistaa vanhuksen selviytymisen tunnetta.

Vanhusten kotipuhetta toisaalta yhdistävät ja toisaalta erottavat monet tekijät. Kodin merkitys korostuu erityisesti silloin, kun ihminen on pois kotoaan. Yleisesti voi sanoa, että lapsuuden kotia, sitä kotia, jossa ihminen on suurimman osan lapsuudestaan viettänyt, muistellaan suurella lämmöllä. Kodeissa on ollut ahdasta, kylmää ja pimeää. Negatiivisista asioista huolimatta lapsuudenkoti on kuitenkin *”paras paikka asua”*, niin kuin Matti sanoo. Niukkoihin aikoihin antoivat voimaa sekä sisarukset että vanhemmat. Äiti koetaan yleensä huolehtivana kodinhengittäjänä ja isä raskaan työn raatajana ja suojelijana. Vanhukset vertaavat puheessaan usein mennyttä ja nykyisyyttä. Liisa sanoo pohtiessaan tyttärentyttäreensä kasvatustapoja, että *”kyl sillo oli nii ja näi, mut aina äiti huolehti. Ny ku ne nuorekki aina yksin joutuu oleen, ja rahaa kyl olis”*.

Alussa kysyin, voiko vanhus olla ”kuin kotonaan” vanhainkodissa, jos sinne ei liity elämänhistoriaa. Vastaus on, että voi. Esimerkiksi Rauha, joka on asunut vanhainkodissa jo kymmenen vuotta, tuntee olonsa hyvin kotoisaksi. Hänelle on kertynyt vuosien aikana paljon hyviä muistoja vanhainkodista. Aivan toisin vanhainkodissa elämiseen suhtautuvat Heikki ja Liisa, jotka ovat asuneet vanhainkodissa vasta noin vuoden. Heille vanhainkodin ”kodin tuntu” (Vilkko 1998) on vielä hyvin kaukainen ajatus. Etenkin Liisan mieli on edelleen omassa kodissa ja ”entisessä elämässä”. Liisan huoneessa ei ole paljoa henkilökohtaisia tavaroita, sillä hän ei halua edes sopeutua vanhainkotiin.

Rakkaimpien pois meno

Liisalla on ikävä edesmennyttä puolisoaan. Näyttää siltä, että mikään ikä, eikä ainakaan vanhainkotiympäristö helpota surua. Liisa sanoo, että *”mää luulin jo päässeeni siitä miehen kuolemasta yli, mut sit ku mä tänne jouduin yksin nii täällä mulle nousi uudestaan se, se ikävä.”* Myös muidenkin vanhusten tarinoissa korostuu aviopuolisoiden ja pitkän avioliiton merkitys. Leskeytyminen onkin nähtävissä ihmisen elämän yhdeksi suurimmista kriiseistä ja traumaattisimmista kokemuksista. Siitä selviäminen ja toipuminen kuntoon kestävät kauan, joskus ilmeisesti koko loppuelämän.

Kaikki he, jotka olivat menettäneet puolisonsa, sanovat usein muistelevansa yhteistä hyvää ja onnellista aikaa. Muistelussa korostuvat ennen kaikkea suhteen alkuaika tai toisaalta ihan viimeiset yhdessäolon hetket. Vaimonsa kuoleman aikanaan hyvin raskaasti kokenut Matti kuitenkin kertoo, että vanhainkodissa *”on aikaa ihan rauhottua ja katsoa taakse. Koton sitä vaan menis kiireellä niinku ennenki. Voin tutustua viel kerran itteeni ja sitte, ku aika koittaa nii oon valmiina. Ja siel se Irmeli sit on.”*

Myös vanhempien poismeno korostuu joidenkin vanhusten puheessa. Helvi ei olisi halunnut luopua äidistään, sillä *”äiti on ihmisel kaiken alun ja rakkauden antaja, joten hänt on mul ain ikävä”*. Rauhan elämän kaikkein suurin murhe on, kun hän menetti oman poikansa. Kukaan muu vanhuksista ei ole lastaan tai lapsiaan menettänyt. Siitä vanhukset ovat hyvin kiitollisia. Rauha sanoo, ettei ole päivää, jolloin hän ei olisi muistellut poikaansa, ja että *”mikään ei koskaan oo tuntunu miltään sen menetyksen rinnalla”*.

Yksinäisyydestä

Kaikkien vanhusten lapsuuden yhteinen tekijä oli köyhyys, mutta kaikilla muilla paitsi Rauhalla oli läheiset sisarussuhteet. Sisaruksia oli kaikilla vähintään neljä. Rauha ei juuri halua kertoa lapsuudenkodistaan, sillä se ei ollut mukava paikka: *”ei siinä paljoa oo muisteltavaa, ku ne muut (sisarukset) oli jo kotoa lähteneet.”* Lapsuuden yksinäisyys on se seikka, joka erottaa Rauhan kokemukset muiden puheesta. Kodissa voikin nähdä olevan tärkeintä siellä asuvat ihmiset, eivätkä niinkään kodin ulkoiset puitteet. Myös Klemolan tutkimuksessa (2006, 64) niillä vanhuksilla, jotka vielä asuvat omassa kodissaan, kodin sosiaaliset ja psyykkiset tekijät nousivat kodin fyysisiä ominaisuuksia tärkeämmiksi.

Rauhan elämä on ollut yksinäistä siinä mielessä myös aikuisiässä, että hän vietti sen ilman puolisoa. Rauha lähti nuorena tyttönä *”väärän miehen matkaan”*, sai lapsen miehen kanssa ja muutaman vuoden päästä joutui lopettamaan suhteen miehen runsaan alkoholinkäytön vuoksi. Rauha on vanhuksista yksinäisin myös siinä suhteessa, että kukaan ei ole koskaan niiden kymmenen vuoden aikana, jotka Rauha on vanhainkodissa asunut, käynyt häntä katsomassa.

Tiikkainen (2006) ja Saarenheimo (2003) kuitenkin muistuttavat, että yksinäisyys on hyvin subjektiivinen kokemus, sillä jokainen tarkastelee omaa tilannetta omaan aikaisempaan tilanteeseen nähden. Tässä kohtaa lukijan mieltä varmasti helpottaakin tieto siitä, että Rauha sanoo olevansa *”ihan tyytyväinen, koska mullon kuiteski tää vanhuus suotu”*. Tyytyväisyyttä luo osaltaan varmasti myös se, että Rauhalla on mielekkäitä harrastuksia, kuorossa laulaminen ja kirjoittaminen. Auvinen ym. (1982, 81) sanovat, että yhdessä ja yksin olemisen välinen vuorottelu persoonallisuuden rakenteen puitteissa on elämään tyytyväisyyden edellytys.

Myös Heikki tuntee olonsa yksinäiseksi vanhainkodissa. Hän ei ole löytänyt osastolta juttuseuraa, sillä kaikki ovat vielä huonokuntoisempia kuin hän tai kuuluvat Heikin mielestä ylempään sosiaaliluokkaan ja edustavat täten erilaista aatemaailmaa. Heikin ajatus viittaa selvästi sukupolvisidonnaisuuteen: Heikki on syntynyt yhteiskuntaan, joka oli jyrkkien luokkavastakohtien ja -ristiriitojen leimaama (Jyrkämä & Randell 1987, 62).

Heikki on erityisen voimaton etenkin öisin, kun hänellä on vaikeuksia saada unta. Myös Klemola on tutkimuksessaan (2006, 88) havainnut, että varsinkin univaikeudet ovat hoitokotiin siirtymävaiheen jälkeen yleisiä. Yön pitkinä tunteina vanhukset muistelevat elämäänsä ja surevat tilannettaan. Heikillä yön tunnit aiheuttavat voimakasta yksinäisyyden tunnetta, mikä on yksi estävä tekijä elämän hyvänä kokemisessa.

Heikki aliarvioi itseään jatkuvasti suhteessa muihin: milloin hän on liian tyhmä, köyhä tai sairas, milloin liian tavallinen ja liian vanha. Heikki moittii itsensä lisäksi myös muita. Ainoa moitteita säilyvä henkilö on hänen poikansa. Poikaa Heikki odottaa vierailuille, sillä *”sen kanssa me voidaan puhua mistä vaan ja sen ymmärtää. Et se ajaa mun parranki, ku ei nää täällä osaa mitään. Aina mää ootan et se tulee, et niitten voimalla mää sitten jaksan taas hetken.”* Heikin elämän myönteiseksi ja elämisen arvoiseksi vanhainkodissa tekevät hänen poikansa vierailut. Ihminen selviää tässä tapauksessa yhden ihmissuhteen voimin seuraavaan päivään, ja se riittää tekemään elämästä edes *”jotenki siedettävää”*.

Yksinäisyys on, kuten jo aiemmin todettu, subjektiivinen kokemus. Vanhuksista Helvi nauttii yksin olemisesta eikä hän kaipaa ketään seurakseen. Helvi sanoo, että hänellä on niin paljon muuta ajateltavaa ja surtavaa kuin yksinäisyys: *”En oo koskaan sitä tuntenu ja tuskin tuun tunteenkaan. Se on tää mielikuvitus mulle annettu lahjaks.”* Helvi ihmettelee, miksi toiset tuntevat olonsa yksinäiseksi, etenkin kun kaikilla on yhtäläinen mahdollisuus matkustaa muistinsa varassa ympäri omaa elämää.

Kotiin liittyvä turva

Klemolan tutkimuksessa (2006) oma koti mahdollisti vanhuksille ihanteellisen elämän suhteessa heidän psyykkiseen, sosiaaliseen ja fyysiseen toimintakykyynsä. Keskeisimpiä hyvän elämän edustajia olivat kotiin liittyvä turva sekä oman elämän hallinta. Turvaan liittyivät elämänhistoria, sosiaalinen tuki ja uskonto. Oman elämän hallinta ilmeni valintojen tekemisessä ja omatoimisuudessa. Tämän tutkimuksen vanhuksille hyvän elämän elementit näyttäytyivät osin samoina kuin vielä omassa kodissaan asuville. Siirtyminen vanhainkotiin ei siis ainakaan täysin näytä vievän vanhuksilta heidän optimaalista elämäänsä.

Myös oman kodin ulkopuolella voi kokea turvaa. Turvaan liittyvät vanhainkodissa lähes samat asiat kuin omassa kodissa. Elämänhistoria pysyy osana vanhusten elämää muistelun kautta. Koivunen (1997, 66) toteaa, että tunteiden ja muistojen varassa ihminen voi elää rikasta ja aktiivista elämää, vaikkei se ulkopuoliselle siltä näyttäisikään. Esimerkiksi Liisa sanoo kokevansa varjelua muistelemalla *”Kaukon ja mun avioliitto, kun se oli niin hyvä ja saa mussa rauhaa ja voimiaki”*. Myös Klemolan (2006, 94) tutkimuksessa hoitokoteihin muuttaneet vanhukset saivat muistelusta helpotusta elämäänsä. Vanhukset muistelivat mielellään lapsuuttaan ja elettyä elämää.

Tässä tutkimuksessa vanhukset näyttävät saavan tukea myös siitä, että he käyvät keskustelua edesmenneiden vanhempiensa kanssa. Monet ovat kiinnostuneita vanhempiensa elämänvaiheista ja lapsuutensa ajoista. Useinhan todetaan, että omia vanhempiaan ymmärtää vanhempana, tässä tapauksessa vanhuudessa, paremmin. Muistellessaan menneitä vanhukset kohtaavat aiheita, jotka aiemmin satuttivat. He myös purkavat syyllisyyttään ja antavat uskon voimalla itselleen sekä muille anteeksi. Rauha sanoo musertavasti: *”Nyt vasta tässä tajuaa, mitä se äiti oli, ja ymmärtää, et kaikki oli isän vikaa, kun se meidät jätti. Ja määhän vaan aina äitiä soimasin. Ai että mul on paha mieli. Äi..äi..äiti anna anteeks (itkee).”*

Fyysiseen kanssakäymiseen perustuvan sosiaalisen tuen vanhukset saavat omaisten vähentyneen huolenpidon jälkeen pääasiassa vanhainkodin henkilökunnalta, hoitajilta ja laitossiivojilta. Yksinäisyydestä kärsivä Rauha on ainoa, joka toivoo lisää aikaa hoitajilta. Ulkoiluttajat ja seuranpitäjät Mummonkammarilta¹ saavat yleisesti kiitosta vanhuksilta. Omaisten kanssa pidetään yhteyttä paljolti vain puhelimitse, vaikka vanhukset kaipaisivat läheisten fyysistä seuraa. Omaisten kiire ymmärretään ja siihen tyydytään. Helvi sanoo lapsenlapsistaan, että *”ei niillä oo tänne aikaa tulla ja toinen asuu Nokiolla asti. Et ku niillä on kaikki työt ja harrastukset niin tänne ehdi mummoa katsoon. Ymmärrän kyl.”* Toisaalta seuraava sovittu tapaaminen helpottaa vanhusten ikävää ja edesauttaa vanhainkotiin sopeutumista.

¹ Mummonkambari on vuonna 1989 toimintansa aloittanut vapaaehtoisen vanhustyön keskus ja kaikenikäisille avoin kyläpaikka Tampereella. Mummonkambari tarjoaa vanhainkoteihin vapaaehtoisapuna muun muassa ulkoilutusta ja keskusteluseuraa. Mummonkambarin arvoihin kuuluu ihmisarvoisen vanhuuden edistäminen. (Lähde: www.mummonkambari.fi.)

Toisista asukkaista vanhukset eivät tämän tutkimuksen valossa saa juuri lainkaan tukea, sillä kaikki muut vanhainkodin asukkaat ovat ”huru-ukkoja ja huru-mummoja”, ”eri aaltopituudella”, ”dementoituneita”, ”sairaita”, ”pääkoppansa menettäneitä” tai ”muissa maailmoissa eläviä”. Huomattavaa on, että haastattelin vanhuksia vanhainkodin niillä osastoilla, joissa ei ollut dementoituneita tai ainakin varsinaiset dementiaosastot olivat erikseen. Vanhusten kokemukseen voi vaikuttaa osaltaan se, että he kokevat olevansa sisimmässään edelleen nuoria ”Lissuja” ja ”pojankloppeja”. Vain fyysinen ulkokuori on muuttunut, kun kasvoihin on tullut ryppyjä ja selkä on kumara.

Tämän tutkimuksen mukaan vanhukset viettävät pääosin aikaa omissa huoneissaan, eivätkä he halua tutustua ”naapureihinsa”. Tällöin esimerkiksi ruokailujen yhteydessä vanhuksille voi jäädä toisistaan vajavainen kuva, kun hoitajat joutuvat puhumaan heille kovaan ääneen ja selittämään asioita useampaan kertaan. Äänen korottamisen taustalla saattaa olla kuitenkin vain huono kuulo tai näkö. Toisaalta kyseessä voi olla perinteinen suomalaisuus, johon voidaan liittää tutustumisen vaikeus ja toisen elämän yksityisyyden kunnioitus. Matti kuitenkin kuiskaa minulle, että *”noi hoitajaplikat aina välillä tulee tänne huoneeseen jutteleen ja kertoo, et kuka taas on lähteny (kuollut) ja kuka on tullu tilalle. Se on aikas mielenkiintosta se. Mut ei ne siis niistä sais mulle puhua. Et mut kaimää oon ainoa järkevä sit täällä.”*

Usko ja hengellisyys

Hengellinen elämä ja uskonnollisuus liitetään usein vanhuuteen. Usko onkin vahvin turvaa luova tekijä tämän tutkimuksen vanhusten elämässä ja se vaikuttaa monin tavoin vanhuuden hyväksi kokemiseen. Uskonnolliset perinteet vaikuttavat vanhusten tapaan tarkastella olemassaoloa ja elämän tarkoituksellisuutta. Tärkeitä hengellisen elämän ylläpitämisessä ovat Raamatun tekstit, rukoileminen, Jumalalle jutteleminen, musiikki ja laulaminen. Kaikki tutkittavat kertovat rukoilevansa ja saavansa voimaa Herralta. Rauha laulaa myös kuorossa, sillä *”Herralta laulaminen auttaa selviämään”*.

Vanhusten kertomusten perusteella vanhuudessa tulee selvästi halu nähdä hengelliset asiat hyvän elämän perustana. Sitä en tämän tutkimuksen puitteissa kuitenkaan pysty arvioimaan, tukeutuvatko vanhainkodissa asuvat vanhukset hengellisyyteen enemmän kuin kotonaan asuvat vanhukset. Tämän tutkimuksen vanhukset muodostavat varsin yhtenäisen ryhmän siinä mielessä, että usko auttaa heitä mukautumaan elämän muutoksiin, vanhainkotiin muuttamiseen ja siellä asumiseen. Hengellisyys vahvistaa selvästi vanhusten elämän merkityksellisyyden kokemusta. Liisa sanookin, että *”onneks joku mua rakastaa, ku tunnen, et Jumala on täs ny ainoo mua varte”*.

Heikkinen (2002, 220) toteaa, että sota-aika on merkinnyt ankaria oloja, kuoleman pelkoa ja menetyksiä, mutta samalla on kuitenkin koettu, kuinka paljon läheiset ihmiset merkitsevät ja miten toisia voi auttaa. Helvi kertoo tulleen sodan aikana uskoon, sillä hän pelkäsi tuolloin kuolemaa, ja sitä että menettäisi veljensä sotaan. Helvi sanoo, että *”sota toi pakolti sitä uskoa, että Jumala valvoo, ja että se kyllä ottaa omansa. Että kyl sillon tosissaan sen rauhan sain. Että mikäs tässä ollessa, kun tietää, että joku huolehtii musta ja meistä.”* Helville hyvä vanhuus ja elämän merkityksellisyyden kokemus näyttäytyy uskossa Jumalaan.

Toinen tarina on Heikki, joka menetti sotaan kaksi veljeään. Heikki sanoo muistavansa kuin eilisen päivän sen, kun hän nuorena miehenä palasi Syväriltä ja haki rautatieasemalta veljensä ruumiin. Sota on jättänyt Heikin mieleen elinikäiset jäljet. Tätä tuskaa Heikki ei vanhainkodissakaan pysty unohtamaan. Hän tuntee edelleen katkeruutta ja painokkaasti lausuen sanoo, että *”sillon mää sitte hylkäsin Jumalan, et eihän se saatana mulle oo koskaa hyvää antanu”*. Heikki kokee, ettei ole elänyt ”tarpeeksi hyvää” elämää. Hän uskoo, että edesmenneet veljet olisivat eläneet paljon paremmin ja siten ansainneet paikkansa maan päällä toisin kuin Heikki itse. Aluksi Heikki sanoo, että on hylännyt Jumalan, mutta lopuksi kuitenkin mainitsee, että *”kyl mää sen Jumalan sit takas otin, mut vieläkin mää vaan siltä kysyn, et miks mää en kuollu vaan sen piti ottaa Marttiki.”* Heikin ulkokuori on vahva, mutta hänen sisältään on löydettävissä herkkä ihminen, joka on keskusteluyhteydessä Jumalaan.

Hengellinen elämä voi parhaimmillaan antaa sisäistä rauhaa ja tasapainoa. Usko auttaa toisia pääsemään myös sovintoon itsensä ja muiden kanssa, kuten Liisalla on käynyt:

”Se oli sellane kesäamu tos just, ku mää tajusin, et turhaa mää itteeni niin soimaan. Ku se Jeesuski aina sanoo siitä anteeksannosta nii kyl se muhu itteeki tarkoittaa. Et ei tässä kannata liikaa soimata. Ku kuiteski kaikkeni oon antanu. Ja sit tohon ikkunalle lens lintu ni mää olin, et tossa se ny on ja tuli hyvä mieli, et kannatti pyytää itteltään kättä.”

Omasta kuolemasta puhuminen

Usko Jumalaan tuo turvaa ennen kaikkea vanhuksen nykyhetkeen, mutta se auttaa käsittelemään myös ajatusta omasta kuolemasta. Tullessaan vanhaksi ihminen joutuu entistä todellisemmin kohtaamaan tosiasian elämän rajallisuudesta. Ruth ja Ruoppila (1983, 166–167) näkevät, että lähestyvän kuoleman tiedostaminen saattaa muodostaa kriisitilanteen vanhukselle, sillä vanha ihminen ei voi siirtää tällaista ajatusta mielestään pois samalla tavalla kuin nuori tai keski-ikäinen.

Valmistautuminen kuolemaan on yksilöllinen prosessi. Elämän tarkoituksellisuuden pohtiminen on erityisen tärkeää tässä prosessissa, sillä läheisten ihmisten kuolema ja ennen kaikkea oma kuolema herättävät kysymyksiä eletyn ja tulevan elämän merkityksestä. (Takkinen 2003, 210, 212). Kuoleman hyväksyminen osana elämää ja oman elämän jatkuminen lapsenlapsissa tasapainottaa vanhuksen mieltä, kuten se Liisalla tekee: *”Onneks nuo lapset silti mulla on, että ees jotain sit tänne jälkeen jää. Niin ja onhan mulla jo lapsenlapsenlapsiakin”*.

Ikivihreät -projektissa toteutettuun seurantatutkimukseen osallistuneet kertoivat 85 vuotta täytettyään enemmän kuolemaan liittyviä ajatuksia kuin viisi vuotta aiemmin tehdyissä haastatteluissa. Elämän rajallisuutta ei enää voinut sulkea pois ajatuksista ja myös kuolema nähtiin luonnollisena tapahtumana. Seurantatutkimuksen valossa näyttää siltä, että elämän rajallisuus ja eletty elämä on helpointa hyväksyä silloin, kun ajallisuutemme ja olemassa olon raja alkaa olla saavutettu. (Heikkinen ym. 2006.)

Molanderin empiirinen ikäihmisten kuolemankäsitteitä koskeva tutkimus (1999) osoittaa, että kotona asuvat ikäihmiset eivät halua puhua tulevaisuudesta ja mahdollisista tulevista huonommista ajoista, vaan he ovat valmiimpia puhumaan kuolemasta. Tämä tutkimus tukee Molanderin tutkimuksen tuloksia, sillä kaikki vanhukset puhuvat luontevasti omasta kuolemastaan, eivätkä he juurikaan pohdi tulevaisuutta seuraavaa ruokailua tai yötä pidemmälle. Uskon, että tutkittavien verrattain korkea ikä edesauttaa kuoleman kohtaamista luonnollisena ja vääjäämättömästi lähestyvänä tapahtumana. Vanhukset kokevat, että he ovat antaneet annettavansa ja eläneet mielestään pääosin hyvän elämän.

Kuoleman läheisyyteen saattaa kuulua myös uuden elämännäkemyksen muodostaminen. Tätä prosessia kutsutaan gerotranssendenssiksi. Ruotsalainen vanhuudentutkija Tornstamin mukaan (1994) tyypillistä gerotranssendenssille on, että henkisille elämänarvoille annetaan aikaisempaa suurempi paino aineellisten asioiden kustannuksella. Näin vanhus voi saavuttaa täydellisen mielenrauhan ja kokea voimakasta tyytyväisyyttä elämäänsä ja kuoleman pelko saattaa vähentyä. Vanhuksen tyytyväisyys on tyydytettyjen tarpeiden ja koettujen tarpeiden suhde, joten se riippuu paitsi saavutuksista myös vaatimuksista. Vanhojen ihmisten tyytyväisyys vanhainkodissa voikin selittyä sillä, että he pystyvät nuorempiaan rauhallisemmin hyväksymään elämää koskevat rajoitukset. (Karisto 1997, 25–26.)

Suurin osa tämän tutkimuksen vanhuksista miettii kuolemaansa ja osa on valmis kohtaamaan sen jo vaikka samana päivänä. Joku ajattelee leikillisesti, että hänet on kenties unohdettu maan päälle. Joku ei mielestään ansaitse paikkaansa maan päällä ja toivoo, että joku toinen olisi hänen tilallaan, joku, joka olisi elänyt merkityksellisemmän elämän. Yleisesti kuolemaan ollaan valmistautuneita ja sitä jopa odotetaan. Erityisesti elämän merkityksellisenä näkeminen helpottaa itseä koskevan kuoleman ajatuksen hyväksymistä: *”kyllä mulla on niin hyvä elämä ollu ja paljon oon saanu aikaseks, et oon valmis kyl sille viimeselle matkalle”*, sanoo Helvi.

Oman elämän hallinta

Oman elämän hallinnan tunne jakaa vanhukset sen mukaan, kuinka kauan he ovat asuneet vanhainkodissa. Lyhimmän aikaa vanhainkodissa asuneet Heikki ja Liisa puhuvat kaikkein eniten oman elämän hallinnan ja itsemääräämisen menettämisestä. He kokevat vanhainkodin säännöt ja aikataulutetun arjen itselleen sopimattomina. Heikki ei ymmärrä *”kuinka aikuista ihmistä tällai voidaan nöyryyttää, et ruoka syötetään ja peppuki varmaa pyyhkittäis”*. Liisa ei halua myöskään ymmärtää, miten *”en itte saa päättää, mitä millonki teen ja koska söisin ja lähtisin ulos. Ai että ku kotona pääsis siihe kirkolle kävelee iha koska itteä huvittaa.”* Rajanti (1999, 47) sanoo, että kodin haltuunotto on prosessi, joka ei tapahdu hetkessä. Kun luomme kotia, se tapahtuu aina ihmissuhteiden, viihtymisen ja kuulumisen kautta niin erilaisessa tekemisessä kuin asumisessakin (Huttunen 2002, 299). Heikki ja Liisa eivät tunne kuuluvansa vanhainkotiin.

Rauha, Helvi ja Matti puolestaan viihtyvät vanhainkodissa. He ovat asuneet siellä yli viisi vuotta, Rauha pisimpään, jo kymmenen vuotta. Kolmikkoa ei haittaa, että päivät vanhainkodissa ovat kellon tarkasti ohjelmoituja, eikä ohjelmaan juurikaan pysty itse vaikuttamaan. Tutut päivärutiinit tuovat heidän elämäänsä turvallisuutta ja se luo kotoisuutta. Matti sanookin, että oman kodin jälkeen vanhainkoti on hänelle paras paikka asua. Ulkopuolisen silmin vanhusten itsemääräämisoikeus on monessakin suhteessa uhattuna. Rauha, Helvi ja Matti eivät kuitenkaan myönnä tai koe tarvitsevansa lisää oman elämän hallintaa. Heille riittää oikeus päättää oman huoneen ja pään sisäisistä asioista.

Noppari ja Tanttinen (2004, 47) muistuttavat, että oikeus päättää ja määrätä omista asioista tulisi säilyttää mahdollisimman pitkään, jolloin vanhuksen omanarvon tunne ja itsensä kunnioittaminen säilyvät ja antavat elämänvoimaa päivittäiseen elämään. Rauha, Helvi ja Matti kokevat, että he saavat määrätä omasta elämästään. Heille määräysvalta ilmenee sellaisissa asioissa kuten nukkumaan meneminen ja herääminen, television katselu ja WC:ssä käyminen. Heikki ja Liisa kokevat puolestaan menettäneensä itsemääräämisoikeutensa, koska he joutuvat syömään määrättyihin kellonaikoihin määrättyä ruokaa. Elämän hallintaa estää myös se, että Heikki ja Liisa eivät saa poistua osastolta kuin luvan kanssa, eivätkä voi pitää huoneensa ovea kiinni.

Itsemääräämisoikeuden kaventumisesta saattaa seurata laitostuminen, joka heikentää Mattin mielestä ”ihmisestä sen viimeisen terän”. Gothónin (1987, 119) mukaan laitostunut ihminen on helppo hoidettava: hän tottelee sääntöjä eikä valita liikaa. Tämän perusteella Matti on oman laitostumispuheensa kohdalla oikeassa. Hän sanoo suoraan, että on passivoitunut ja väsyneempi kuin ennen. Matti ei pidä sitä kuitenkaan huonona asiana, sillä hänestä ”on mukavaa, kun tytöt passaa ja saa seuraa”. Feministisistä arvoista kiinni pitävälle vielä lisäselvennyksenä, kuinka Matti jatkaa kertomustaan:

”Mutta ei sillä että noiden naisten tarvisi mua hoitaa. Kyllä täällä on miehiäki, mutta naiset osaa työnsä paljo paremmin. Naiseudessa on se hyvä puoli, että osataan tehdä montaa asiaa kerralla. Naiset, niin kun mun tyttö ja vaimoki, niin naisille lisää palkkaa vaan. Heti, sanon minä!”

Matti, Helvi ja Rauha olivat asuneet ennen vanhainkotiin tuloa jo vuosikaudet yksin. Onkin vaikea arvioida, minkälaisia tunteita ja ajatuksia vanhainkotiin siirtyminen on tuolloin lähellä siirtymähetkeä heissä aiheuttanut. Vanhainkodissa asuminen on tämän tutkimuksen mukaan pitkälti tottumiskysymys. Mitä kauemmin laitoksessa asuu, sitä kaukaisemmilta oma koti ja siellä tapahtuneet kokemukset tuntuvat. Vanhainkodista tulee vanhukselle uusi koti, jossa vanha elämä on läsnä muistojen kautta. Tämän tutkimuksen kaikilla vanhuksilla on oma huone ja se koetaan oman elämän hallinnan kannalta tärkeänä. Oma huone antaa vanhukselle tunteen yksityisyydestä, kuten Rauha sanoo: ”*Onneks mullon tää oma huone. Juu ku mul on nii omat jutut, et ei niitä haluis kenenkää kaa sillai jakaa.*”

Sekä yksinolosta nauttivan Helvin että yksinäisyydestä kärsivän Rauhan voi nähdä hankkivan vanhainkodissa oman elämän hallintaa ja merkityksellisyyttä edistäviä ”flow”-kokemuksia (ks. Hohenthal-Antin 2006): toinen tekee upeita (tutkijan havainto) kortteja ja maalaa tauluja, toinen kirjoittaa kirjaa ja laulaa kuorossa. Etenkin kuoroharrastus pitää yllä sosiaalista elämää. Toisaalta taideharrastuksilla, lukemisella ja kirjoittamisella voi ajatella olevan mielen- ja mahdollisesti myös fyysisistä terveyttä edistäviä vaikutuksia.

Vanhuksilla voi olla myös jatkuvuusstrategioita, joiden avulla he vastustavat vanhuuden mukanaan tuomia uhkia. Suurin osa tämän tutkimuksen vanhuksista kokee elämisessään ja olemisessaan jotain hankalaa tai epämiellyttävää. Tästä huolimatta kaikki ovat luoneet itselleen keinoja selviytyä arjesta. Asioiden myönteisten puolien näkeminen on mielekäs puolustuskeino. Jalkansa menettäneelle Helville myönteisyyttä tuottaa ilo siitä, että *”pääkoppa pelaa”*. Itsensä usein yksinäiseksi kokevalle Rauhalle harrastus tuottaa iloa: *”ei mulla kaksinen toi ääni oo, mut oon siellä (kuorossa) silti. On se parempaa, kun ainainen hiljaisuus”*. Näkökykynsä suurimmalta osin menettänyt Matti sanoo puolestaan, että *”tota ratioo kuuntelen aina. Se helpottaa oloa, vaikka hömppähän se on, mitä ne sieltä lähettää”*.

Terveys ja sairaudet

Gothónin (1987, 63) mukaan vanhenemisen myötä ihmisen arvojärjestys muuttuu ja hän alkaa arvostaa entistä enemmän terveyttä. Psykkisen terveyden merkitys korostuu usean tutkittavan puheessa siinä, että he vertaavat itseään muihin osastolla oleviin vanhuksiin. Tutkittavien mielestä muut osastolla asujat ovat psyykkisesti ja fyysisesti sairaita. Dementoituminen koetaan vanhusten puheessa selvästi pelottavimpana vaihtoehtona. Rauha sanoo, että *”kaiken muun otan kyllä vastaan, mutta sitä paholaista (dementiaa) en. Kyllä vastaan panen ja kovaa”*. Myös Klemola (2006, 97) on havainnut, että ikäihmiset pelkäävät erityisesti dementoitumista ja he toivovat, että kuolema kohtaisi heidät ennen sitä.

Heikkinen (2001, 223) muistuttaa, että terveys voi olla myös kokemuksellinen asia, joten pelkästään sairaudet ja toimintavajavuudet eivät anna oikeaa kuvaa ihmisen terveydestä. Vaikka sairaus ei uhkaisikaan ihmishenkeä, se saattaa muuttaa koko vanhuksen elämän. Etenkin Heikin on vaikea hyväksyä sitä, ettei hän pysty soittamaan selloa niin kuin ennen. Helvin näkö on hyvin heikko ja hän toteaa haastattelun yhteydessä, ettei näe kunnolla kasvojani. Huonosta näöstä huolimatta Helvi sanoo, että *”tää mun huono näkö, tää on pikkujuttu näihi jalkoihi verrattuna, et tän saa laseilla korjattua, mut jalat, ne ei koskaan enää tuu takas.”* Mielen terveyden rinnalla jalkojen menetys ei kuitenkaan tunnu Helvistä raskaalta: *”Hyvä, et mul on ees tallella tää pääkoppa. Se on kuitenkin kaiken aa ja oo.”*

9 HYVÄ VANHUUS VANHAINKODISSA?

9.1 TUTKIMUSTULOSTEN YHTEENVETO

Jokaisen ihmisen elämässä tulee vastaan murheita, joihin ei voi itse vaikuttaa. Lapsen, puolison tai vanhemman menettäminen merkitsee aina sanoinkuvaamatonta ahdistusta, tulipa kuolema yllättäen tai pitkän sairauden jälkeen. Näistä traagisista kokemuksista ihminen ei välttämättä selviä täysin koskaan. Rakkaista ihmisistä ei haluta erota ja he kulkevatkin rinnalla muistojen ja muistelun välityksellä. Myös sairastuminen vanhuudessa voi aiheuttaa ahdistusta. Sairastuminen voi olla vakavuudeltaan sellaista, että se johtaa oman elämän hallinnan menettämiseen ja vanhainkotiin siirtymiseen.

Tämä tutkimus todistaa sitä, että oman kodin jättäminen saattaa olla vanhukselle erittäin raskas kokemus. On ymmärrettävää, että ihminen haluaa elää omassa kodissaan elämänsä loppuun saakka, sillä vanhainkodin ulkopuolella ihminen yleensä hallitsee ja määrää elämäänsä täysivaltaisemmin. Oman kodin ikävä haalistuu kuitenkin ajan saatossa ja vanhus voi kokea myös vanhainkodin omaksi kodikseen. Mitä kauemmin vanhus asuu vanhainkodissa, sitä paremmin hän siellä viihtyy. Viihtymisen saattaa joku luokitella harhaksi, sillä laitostunut vanhus on yleensä kaikkeen tyytyväinen eikä valita. Tässä tutkimuksessa vanhusten puhe omasta elämästään nähdään kuitenkin absoluuttisena totuutena. Näin ollen, jos vanhus sanoo elämänsä olevan hyvää, se todella on sitä, olipa vanhus ulkopuolisen silmin kuinka laitostunut tahansa.

Vanhukset joutuvat tai pääsevät vanhainkotiin monista eri syistä. Jotkut menevät vanhainkotiin omasta tahdostaan, sillä he eivät enää selviydy yksin tai omaisten avulla. Monet vanhukset haluavat turvalliseen paikkaan, jossa heistä huolehditaan. Jos ikääntynyt viedään laitokseen vasten omaa tahtoaan, voi häntä kohdata elämänhalun äkillinenkin heikkeneminen. Olivatpa syyt vanhainkotiin siirtymiseen vanhuksesta itsestä, omaisista, hoitajasta tai lääkäristä lähtevä, on jokaisella vanhuksella edessään uudenlaiseen elinympäristöön sopeutuminen. Useimmat sopeutuvat muutokseen ajan kanssa. Joillekin laitos on onnen paikka: he eivät lakkaa kiittämästä ja olemasta kiitollisia saamastaan hoidosta ja huolenpidosta. Toisille laitoksesta ei koskaan tule koti. Vanhus saattaa elää laitoksessa, mutta sydän on edelleen omassa kodissa.

Mahdollisista sopeutumisvaikeuksista huolimatta ihmisen voi nähdä olevan vanhainkodissakin, narratiivisen tulkinnan mukaan, oman elämänsä päähenkilö, joka saa täysivaltaisesti valita elämäntarinaansa ne henkilöt ja tapahtumat, jotka ovat olleet hänelle merkittäviä. Vaikka vanhainkodissa rajoitettaisiinkin ihmisen itsemääräämistä, muistelemista ja oman elämän pohdiskelua, ei kukaan eikä mikään pysty rajoittamaan. Koivunen (1997, 66) muistuttaa, että vailla yhteiskunnallisesti hyväksytyä aktiivisuuttakin vanhus voi olla täynnä sisäistä elämää ja rikkautta. Toisaalta kaikkien ei kuitenkaan onnistu hyväksyä elettyä elämää. Elämän muistelu ei välttämättä johda tyydyttävään kokonaisnäkemykseen oman elämän merkityksestä vaan vanhus saattaa jäädä hautomaan menneisyyttään ja kokea syyllisyyttä ja epätoivoa.

Vanhukset voivat vanhainkodissa kokea oman elämän hallinnan ja itsemääräämisen menetystä tai toisaalta hallinnan takaisin saamista. Tämän tutkimuksen perusteella vanhainkodissa pitkään eläneet (yli viisi vuotta) ovat sopeutuneet vanhainkodin elämänrytmiin, normeihin ja kulttuuriin ja he kokevat saavansa päättää omaa elämäänsä koskevista asioista. He kokevat elävänsä myös vanhainkodissa arvokasta elämää. Nämä vanhukset ovat onnistuneet luomaan jatkuvuutta oman elämän hallitsemiseen vanhainkotielämän mahdollistamissa puitteissa. Vanhukset kokevat elämänsä olevan hyvää, vaikka vanhainkodissa asumattoman silmin heidän elämän hallintansa saattaisikin olla supistunut.

Vanhus itse voi parhaiten kokea elämänsä olevan vanhainkodissa joko hyvää tai huonoa tai sekä että. Lawton (1983) tarkoittaa koetulla elämänlaadulla vanhenevien subjektiivisia kokemuksia esimerkiksi perheestä, ystäväistä ja mielekkästä toiminnasta. Myös sivullisen on kuitenkin jossain määrin mahdollista tulkita näitä kokemuksia. Ulkopuolinen voi tarkastella vanhuuden hyvyttä esimerkiksi pilkkomalla vanhusten itsensä kertomat tarinat juonityyppeihin, kuten Murray (1989, ref. Hänninen 1999, 96) on tehnyt. Murray puhuu selviytyvistä juonityypeistä, *sankaritarinasta*, *tragediasta* ja *komedista*. Sankaritarinassa ovat vastakkain hyvä ja paha ja vastakkaisuus ratkeaa taistelulla, jossa hyvä voittaa pahan. Tragedia on muuten sankaritarinan kaltainen, mutta siinä sankari ei onnistu voittamaan pahuuden voimia. Komedian lähtökohtana on tilanne, jossa yhteiskunta tukahduttaa halua, ja ristiriita kärjistyy konfliktiksi.

Vanhusten tarinoita ei voida asettaa kokonaisuutena minkään juonityypin alle, sillä ihmiselämä on paljon monimuotoisempaa. Murrayn juonityypit ovat kielteisesti sävyttyneitä, eivätkä ne nimestään huolimatta kerro positiivisesta selviytymisestä; tragedia ja komedia päättyvät aina tappioon tai kiistaan. Ihmiselämän voi nähdä ennemmin koostuvan toisiinsa limittyvistä vakauden vaiheista: toisinaan vakaus on positiivisesti, välillä negatiivisesti ja joskus tasaisesti latautunutta. Vakauden tasot voivat vaihdella nopeastikin ilman, että ihmisen elämässä tapahtuisi merkittäviä sankaruutta, tragediaa tai komediaa muistuttavia juonenkäänteitä. Ihmisen persoona ja minuus ovat merkittävässä asemassa, kun määritetään elämän vakauden tasoa.

Vanhusten elämää on 1900-luvun alkupuolella värittänyt elämän positiivista vakautta häiritsevät tekijät sota ja köyhyys. Näiden vastinparina olivat kuitenkin elämän positiivisuutta säilyttävät tekijät perheen yhteisöllisyys ja yhteen hiileen puhaltaminen. Ihmiselämän stabiiliuteen pyrkiminen näkyy siinä, että sota ja niukkuus kestetään: ne koetaan kasvattavan ihmisen minuutta ja niistä jopa nautitaan. Positiivinen vakaus saavutetaan suurelta osin perheen voimalla. Onni ei ole kiinni rikkauksista vaan rakkaudesta. Tämä ajatus kantaa vanhuksia usein läpi elämän.

Hyvää elämää vanhainkodissa tuottaa se, että vanhus näkee eletyn elämänsä uudesta perspektiivistä käsin. Hän oppii ymmärtämään omaa elämää aiempaa kokonaisvaltaisemmin ja hän näkee syy-yhteyksiä ja tapahtumia, jotka ennen tekivät kipeää. Positiivinen aktiivisuus ja irtaantuminen näyttävät vanhainkodissa edesauttavan vanhenemisen myöntämistä ja vanhuuden hyväksymistä. Hyvää vanhuutta tuottavat oman elämän rajallisuuden ja oman kuoleman hyväksyminen sekä elämän jatkuvuuden näkeminen nuoremmissa sukupolvissa. Kaikki vanhukset eivät kuitenkaan saavuta elämän tarkoituksellisuuden kokemusta. Tällöin seurauksena on Lawtonin (1983) mainitsema *eksistentiaalinen turhautuminen*, joka voi aiheuttaa muun muassa masennusta, apatiaa ja väsymystä.

Tämän tutkimuksen perusteella myös kaikkein surullisimmat ja katkerimmat vanhukset löytävät tavan selviytyä elämästään vanhainkodissa. Vanhainkotielämää vastaan kapinoiva vanhus tyyntyy, kun hän huomaa, että hyvän elämän ei tarvinnutkaan loppua vanhainkodissa. Hyvää elämää vanhainkodissa edustaa ennen kaikkea kiireettömyys, jonka keskellä vanhuksella on aikaa kohdata menneisyytensä ja vielä kerran etsiä vastausta kysymykseen, kuka minä olen. Koska vanhainkodissa ihmisen elinpiiri kaventuu ja sosiaaliset suhteet niukkenevat, siellä on aikaa myös uskoa. Usko Jumalaan ja ikuiseen elämään on yksi hyvän vanhuuden tae.

Hengellisen vakaumuksen omaavilla (Liukkonen 1995) usko auttaa näkemään omassa elämässä jatkuvuutta. Toivo siitä, että vanhus pääsee taivaaseen rakkaidensa luo auttaa jaksamaan maanpäällistä elämää (ks. myös Kylmä 1997). Elämän viime hetkillä halutaan päästä sekä Herran, toisten ihmisten että itsen kanssa sopuun. Vanhainkodissa on aikaa käydä keskusteluja itsensä ja muiden kanssa. Etenkin omat vanhemmat ja puoliso koetaan läheisinä, vaikka he olisivatkin jo kuolleet. Puolison kanssa juttelu ja yhteisen taipaleen muistelu luo turvaa välillä yksinäiseltä tuntuvaan arkeen. Iän karttuessa myös kuolema hyväksytään; vanhus osoittaa kiitollisuutta elettyä elämää kohtaan ja on valmis rauhallisin mielin kohtaamaan kuoleman. Monilla on turvallinen olo, kun heidän elämänsä on Jumalan käsissä.

Vanhainkodissa asuu vanhuksia, jotka kokevat elämänsä olleen huonoa ennen vanhainkotiin tuloa. Osalle näistä ihmisistä vanhainkotielämä tuo tilanteeseen parannuksen ja toisilla tilanne jatkuu yhtä toivottomana tai jopa pahenee. Vaikka hoidon laatu ja vanhainkodin puitteet ovat kaikille yhtäläiset, eivät kaikki ole yhtä tyytyväisiä tai yhtä tyytymättömiä elämäänsä vanhainkodissa. Onkin nähtävissä se, että hyvän vanhuuden kokemiseen vaikuttavat vanhuksen persoona ja asenne enemmän kuin asuinympäristön fyysiset puitteet, hoidon laatu tai sairaudet. Vanhuksen kompetentti käyttäytyminen kulminoituu siihen, että ikääntyneen yksilön oman toiminnan ja toisaalta ympäristön välillä vallitsee tasapaino (Lawton 1983).

Vanhuksen fyysiset sairaudet eivät aina vaikuta negatiivisesti hyvän vanhuuden toteutumiseen, sillä ilman jalkojaankin ihminen voi olla tyytyväinen elämäänsä. Fyysistä terveydentilaa ilmeisemmin hyvää vanhuutta ennustaa vanhuksen itsensä kokema hyvä psyykinen vireystaso, Lawton (1983) puhuu psyykkisestä hyvinvoinnista, johon kuuluu myönteinen elämänasenne ja iloisuus, kuten myös Forss'n (1982) ”hyvinvoivilla”. Vanhainkotiympäristö edesauttaa hyvää vanhuutta siinä mielessä, että siellä vanhus vertaa itseään todennäköisemmin toisiin vanhuksiin, eikä nuorempiin ja oletettavasti terveempiin ihmisiin, kuten kotona asuessaan saattaisi tehdä. Verratessaan itseään toisiin vanhuksiin vanhus kokee olevansa psyykkisesti terveempi kuin muut. Näin vanhuksen itseluottamus ja omakuva pysyvät eheinä ja hän voi psyykkiseltä olemukseltaan kokea edelleen olevansa nuori.

Kotona asuvien eläkkeellä olevien ihmisten ja vanhainkodissa asuvien vanhusten kokemukset omasta elämänlaadustaan eroavat jonkin verran toisistaan. Kun eläkeikäisten hyvää vanhuutta parhaiten enteilevät kohtalainen terveys, itsemäärääminen ja aktiivisuus (ks. Christiansson 1994), vanhainkodissa asuvalle vanhukselle hyvää vanhuutta edustaa kokemukset oman elämän merkityksellisyydestä ja jatkuvuuden tunteesta sekä psyykinen terveys ja hengellinen tasapaino. Otaksun, että tutkittavien erilaisiin kokemuksiin vaikuttaa asuinympäristön lisäksi ihmisen ikä. Christianssonin tutkimukseen (1994) osallistuneet olivat nuorempia kuin tähän tutkimukseen osallistuneet. Nuoremmilla tutkittavilla oli vielä hyvät fyysiset valmiudet ja he elivät aktiivista eläkeikää toisin kuin paljolti oman vanhainkotihuoneensa sängyssä makaavat ja ainoastaan vanhainkotosaston käytävillä liikkuvat vanhukset.

Vastaus siihen, voiko vanhainkoti mahdollistaa hyvän vanhuuden, on kaksijakoinen. Toiset voivat kokea niin omassa kodissa kuin vanhainkodissakin hyvää mieltä, turvaa ja levollisuutta. Toisille kumpikaan, oma koti tai vanhainkoti, ei pysty mahdollistamaan hyvää vanhuutta. Myös Öbergin ja Ruthin (1994) mukaan on olemassa vanhuksia, joiden elämäntarinoihin kuuluu vain vaikeutta. Heidän mukaansa hyvä vanhuus syntyy näissä tapauksissa siitä, kun vaikeudet lopulta päättyvät. Tässä tutkimuksessa kaikkien vanhusten vaikeudet eivät ole vielääkään päättyneet. Voidaankin nähdä, että ihminen ei välttämättä koskaan saavuta itsensä mielestä hyvää elämää.

Se, miksi joku kokee vanhainkotielämän huonompana kuin toiset, johtuu pitkälti ihmisen elämänhistoriasta, persoonasta, elämänasenteesta ja omakuvasta. Ei ole sanottua, että vaikka vanhus itse haluaisi vanhainkotiin, hän kokisi siellä hyvää vanhuutta. Hyvin elinvoimainen ja lähes koko elämänsä suhteellisen terveenä pysytellyt vanhus voi kokea siirtymisen yhteydessä suurta pettymystä itseään, läheisiään ja yhteiskuntaa kohtaan. Vielä yli 90-vuotiaanakin ihminen voi kokea, ettei ole päivääkään vanhempi kuin 20-vuotias. Tästä syystä ihminen ei välttämättä koe kuuluvansa vanhainkotiin toisten ”enemmän” vanhusten joukkoon. (ks. myös Öberg & Ruth 1994.)

Vaikka jotkut kokevat vaikeuksia, suurin osa vanhuksista ei koe vanhainkodissa elämistä niin pessimistisenä kuin omaiset tai media antavat usein ymmärtää. Tässä kohtaa on syytä kuitenkin korostaa, että tämän tutkimuksen vanhukset ovat verrattain hyvässä kunnossa, sillä heillä on kaikilla valmius vaatia ja pyytää tarvittaessa hoitohenkilökunnalta apua ja hoitoa. Tosiasia on kuitenkin se, että etenkin psyykkisen terveyden heikentymisestä johtuen, kaikki eivät pysty vaatimaan tarvitsemaansa humaania hoitoa ja hoivaa vanhainkodissa. Tällöin kuitenkin puhutaan yhteiskunnallisella tasolla, vanhainkotihoiton inhimillisyydestä, hoidon laadusta ja resursseista, joihin tämä yksilötason kokemuksista kiinnostunut tutkimus ei ota kantaa.

9.2 TUTKIMUSTULOSTEN LUOTETTAVUUS

Olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimusraportissani tutkimuksen tekovaiheet ja analyysiprosessin yksityiskohtaisesti, jotta lukijalla olisi riittävästi tietoa tehdessään arviointia tutkimustulosten luotettavuudesta. Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa huomion kohteena on koko tutkimusprosessi ja siksi onkin tärkeää, että raportointi on yksityiskohtaisen tarkkaa (Tuomi & Sarajärvi 2003, 138). Aineiston keräämiseen, analysoimiseen ja tulkitsemiseen vaikuttavien tekijöiden tarkka esitleminen antaa lukijalle edellytykset hyväksyä tai hylätä tekemäni tulkinnat (Grönfors 1982, 178).

Perinteistä yleistettävyyttä ei pidetä mahdollisena eikä tavoiteltavanakaan laadullisessa tutkimuksessa. Sen sijaan voidaan puhua teoreettisesta yleistämisestä. Tällöin tutkimustuloksia ja niiden tulkintaa verrataan aiempaan aihepiiriin liittyvään tutkimustietoon. Tämän tutkimuksen raportoinnissa se merkitsee empirian ja teorian vuoropuhelua: aineistosta saatuja tuloksia on analyysivaiheessa verrattu aiempiin tutkimustuloksiin (Eskola & Suoranta 1998, 66–68, 243). Tarkemmin aiempia tutkimuksen aihepiiriin kytkeytyviä tutkimustuloksia on esitelty lisäksi tutkimuksen teoriaosassa. Tutkimuksen teoreettisten lähtökohtien ja käsitteellisten määreiden sekä menetelmällisten ratkaisujen loogisuudella tavoittelen Grönforsin (1982, 174) peräänkuuluttamaa tutkijan tieteellistä otetta ja aihepiirin hallintaa.

Tutkimustulosten loogisuudessa on kysymys siitä, että lukijan tulee ymmärtää tutkijan päättely, olipa hän siitä samaa mieltä tai ei. Tutkijan johtopäätösten tueksi raporttiin tulee valita relevantteja lainauksia tutkimusaineistosta. Tässä yhteydessä Lieblich ym. (1998) käyttävät käsitettä *width*, joka viittaa tutkimustulosten perusteiden kattavuuteen. Uskon tutkimuksen tarjoavan lukijalle tutkijan tulkintojen arvioimiseksi riittävästi aineistositaatteja. Myös tutkijan kyky tuottaa uusia näkemyksiä vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuden arviointiin. (Emt., 173.) Tässä tutkimuksessa tarinoiden rakentaminen ja niiden kautta rakennetun analyysin tarkoituksena oli tarjota välineitä vanhuuden ymmärtämiseen ja antaa tuoretta tietoa vanhainkotielämästä ja siitä, mihin seikkoihin välttämättömän fyysisen hoidon lisäksi voitaisiin keskittyä.

Lincolnin ja Cuban (1985) mukaan kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden osatekijät totuus, yleistettävyyys, yhtäpitävyys ja neutraalisuus, ovat samat kuin perinteisessäkin tutkimuksessa, mutta niiden arviointikriteerit määritellään toisin. Luotettavuuden arviointikriteereinä kvalitatiivisessa tutkimuksessa ovatkin *uskottavuus*, *siirrettävyys*, *varmuus* ja *vahvistettavuus* (Lincoln & Cuba 1985, 39–43; 1982, 173–178, Eskola & Suoranta 1998, 212–213). Riessman (1993, 65) tarkentaa narratiivisen tutkimuksen luotettavuutta, jolla totuuden sijaan tarkoitetaan myös uskottavuutta ja sitä, pystyykö kirjoittaja vakuuttamaan lukijansa tekstinsä paikkansapitävyydestä. Narratiivinen tutkimus ei pyri objektiiviseen tai yleistettävään tietoon, vaan paikalliseen, henkilökohtaiseen ja subjektiiviseen tietoon. Pyrkimyksenä on saada ihmisen ääni autenttisesti kuuluviin (Heikkinen 2002, 188).

Tutkimuksen pätevyydellä tarkoitetaan sitä, että tutkimuksen tulos vastaa tutkimukselle asetettuja tavoitteita (Varto 1992, 103). Tämän tutkimuksen pätevyyttä vahvistaa luku 8, jossa tutkimusaineiston ja teorian pohjalta esiin nousseita teemoja analysoidaan. Analysoinnin tuloksena tutkimukselle asetetut kysymykset saavat vastauksensa. Ihmisyksilön kannalta tämän tutkimuksen merkittävämpänä tavoitteena on tuoda vanhainkodissa asuvien vanhusten ääni kuuluviin ja kertoa tarinoita pitkästä elämästä. Ehkä paremmin kuin mikään, tutkimuksen tyypitarinat (luku 7) edustavat tätä yksilöllisyyden ääntä, vaikka yksi tarina ei kerrokaan vain yhden ihmisen elämästä.

Tutkimuksen uskottavuus viittaa siihen, miten tutkija tavoittaa tutkittavien todellisuuden. Uskottavuutta varmistaa tässä tutkimuksessa se, että tutkija tuntee tutkittavan kontekstin kenttäkontaktien kautta (Janhonen & Latvala 2001, 196). Lincoln & Cuban (1985, 39–43) mukaan tulosten siirrettävyys toiseen kontekstiin riippuu siitä, miten samankaltaisia tutkittu ympäristö ja sovellusympäristö ovat. Tämän tutkimuksen lukijalla on mahdollisuus itsenäisesti arvioida tutkimuksen siirrettävyyttä, sillä tutkimus antaa lukijalle kattavasti tietoa tulosten soveltamiseen. Varmuustekijöitä, eli tutkimukseen vaikuttavia ennakkoehtoja on tässä tutkimuksessa pyritty huomioimaan perustelemalla tutkimuksen teoreettisia ja empiirisiä valintoja. Tutkimuksen tulkintoja eli tutkimuksen vahvistavuutta verrataan tässä tutkimuksessa aiempiin aihetta käsitteleviin tutkimuksiin.

Oman vaikeutensa tutkijalle aiheuttaa se, että tässä tutkimuksessa käytetyn narratiivisen analyysin tekemiseen ei ole olemassa mitään selkeää kaavaa vaan tutkijan on käytettävä sen soveltamisessa omaa luovuuttaan. Näitä seikkoja pidetään myös narratiivisen analyysin suurimpina heikkouksina. (Vuokila-Oikkonen ym., 2003, 105.) Tarinoiden kautta tutkimustulosten läpinäkyvyys kuitenkin toteutuu ja aineisto näyttäytyy rikkaana ja laajana lukijalle. Näin tutkimus saavuttaa myös pätevyytensä, kun se tarinoiden avulla vastaa sille asetettuihin tavoitteisiin ja kysymyksiin.

Tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa on hyvä kiinnittää huomiota myös tutkijan vaikutukseen. Periaatteessa tutkijan tulisi olla neutraali suhteessa tutkimukseen, mutta käytännössä tutkijan persoona, sukupuoli, ikä, kansalaisuus, kuunteleminen ja havainnoiminen vaikuttavat tutkimukseen. Tutkija on se, joka analysoi ja tulkitsee tutkimuksen aineiston. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 133.) Myös Eskola ja Suoranta (1998, 211) muistuttavat, että tutkimuksen lähtökohtana on sen myöntäminen, että tutkija on tutkimuksen keskeinen tutkimusväline.

Omaa tunneperäistä tulkintaani pyrin välttämään pitämällä muutamaan kuukauden tauon haastattelujen ja aineiston analysoinnin välillä. Myös se, että tarinat eivät loppujen lopuksi kerro vain yhden vanhuksen elämästä, kontrolloi omia tunteitani. Toisaalta, koska tämä tutkimus on tutkijansa näköinen ja tutkijan henkilökohtaisista lähtökohdista tulkittu, on perusteltua ja tutkijan halu, että tutkimustulokset ovat jossain määrin myös tunteellisia – onhan tutkimuksen tarkoitus herättää myös lukijassa tunteita.

Syrjäläinen (1992, 70) toteaa, että mitä syvempi ja avoimempi vuorovaikutus tutkijan ja tutkittavan välillä on, sitä lähemmäs totuutta tutkija tutkimuksessaan pääsee. Tässä tutkimuksessa tutkittavat ovat kertoneet omasta elämästään subjektiivisen totuuden, jota minä tutkijana analysoin oman henkilökohtaisen tulkintani pohjalta. Vanhuksiin saamani kontakti loi itselleni välittämisen tunteen ja toivoa heidän hyvän vanhuuden suhteen. Pohdin vanhusten kokemuksia usein haastatteluprosessin jälkeen. Toisin sanoen pystyin samaistumaan heidän tilanteeseensa.

Se, että olen itse saanut henkilökohtaisen kontaktin haastateltaviin ja havainnoinut koko haastatteluprosessin, lisää tutkimustulosten luotettavuutta. Tutkimuksen alkuvaiheessa näytti olevan ongelma se, että tutkittavat oletettavasti luulivat haastattelun vaikuttavan heidän vanhainkodissa saamaansa hoitoon. Kolmen ensimmäisen, tutkimuksen tarkoitukseen soveltumattoman, haastattelun jälkeen paransin haastattelurunkoa ja pyrin aiempaa paremmin vakuuttamaan tutkittaville, että haastattelu ei liity vanhainkotiorganisaatioon. Varto (1992, 103–104) sanookin, että vaikka aineistonhankinnassa sattuisi tutkimuksen luotettavuuden kannalta tutkimusta heikentäviä virheitä, nämä yleensä paljastuessaan pakottavat tutkijan korjaamaan aineistonsa luotettavaksi pätevämällä aineistonhankinnalla.

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (1997, 181) mukaan kvalitatiivista tutkimusta suoritettaessa tutkijan tulisi tutkimuksen alussa välttää päättämistä, kuinka suuren aineiston hän kerää. Tutkijan tulisi tutkimuksen aikana seurata sitä, tuleeko keräyksen aikana uutta tietoa vai saavutetaanko koko ajan vain jo olemassa olevaa tietoa. Tämä kohta ei ole parhaalla mahdollisella tavalla toteutunut tässä tutkimuksessa. Alun perin pyysin tutkimukseeni mukaan 18 vanhusta, joista puolet karsiutui erinäisistä syistä pois. Tyydyin saamiini yhdeksään onnistuneeseen haastatteluun, enkä kyseenalaistanut ehkä tarpeeksi sitä, antavatko haastattelut riittävästi relevanttia tietoa tutkimuksen tavoitteisiin nähden.

Näin jälkepäin arvioiden yhdeksän haastattelua oli hyvä määrä, sillä Grönforsin mukaan aineisto on riittävä, kun samat asiat alkavat kertautua (Grönfors 1982, 178). On tietenkin totta, että mitä runsaampi otos on, sitä paremmin tuloksia voidaan yleistää koskevaksi muitakin kuin tutkimuksessa mukana olleita ihmisiä. Kuitenkaan alun perin tavoittelemani 18 haastattelua eivät merkittävästi olisi parantaneet tutkimustulosten yleistettävyyttä. Toki muutama lisähaastattelu olisi saattanut antaa tutkimukselle vielä jotain uutta ja mielekästä tietoa, josta nyt jääme paitsi.

Tilastollisiin yleistyksiin pyrkivän tutkimuksen näkökulmasta laadullisia tutkimuksia kritisoidaan yleensä siitä, että niissä on mahdollista sanoa jotakin vain näistä nimenomaisista henkilöistä vain tässä tietyssä hetkessä. Tällainen kritiikki ei kuitenkaan aina ole pätevää. Vaikka laadullisen tutkimuksen tuloksia ei voida yleistää laajoihin ihmisjoukkoihin, eivät niiden tulokset silti ole yhdentekeviä. Massojen sijasta laadullinen tutkimus pyrkii sanomaan jotain tutkittavasta ilmiöstä, (Saarenheimo 1997, 211) kuten tämä tutkimus yhteiskuntamme vanhimmista niin sanotun ensimmäisen sukupolven (Roos 1987) vielä elossa olevien ihmisten elämästä.

Tässä tutkimuksessa haastatteluja kerättiin ainoastaan vanhuksilta. Mikäli aiheen tutkimusta haluaisi myöhemmin jatkaa, olisi syytä pohtia, tulisiko myös vanhusten läheisiä ihmisiä ja henkilökohtaisia hoitajia haastatella. Aineistoa voisi laajentaa käyttämällä myös esimerkiksi kirjoitettua materiaalia. Toisaalta, kun tutkimuksen lähtökohdana on nimenomaan vanhusten omien kokemusten ja oman äänen esiin tuominen, on tässä tutkimuksessa käytetty tapa perusteltu.

10 LOPUKSI

Vanhusten määrän kasvaessa tulee yhteiskunnan entisestään panostaa vanhusten hyvinvointiin. Vaikka suomalaisen hyvinvointiyhteiskunnan rakenteet ovat osittain heikentyneet, yhteiskuntamme ihmisoikeudelliset arvot ovat pysyneet muuttumattomina. Vanhusten hyvinvointi on koko yhteisön asia ja edellyttää sekä yksilöllistä että julkista eettistä toimintaa. Hyvä eettinen toiminta on vastuullista, oikeudenmukaista ja ihmisarvoa kunnioittavaa. Merkittävin askel eettisyyteen ja vanhusten hyvään vanhuuteen on ihmisen ja hänen elämänsä aito kunnioittaminen. (Gothóni 2007, 15.)

Tämän pro gradu -tutkielman tavoitteena oli nimenomaan osoittaa kunnioitusta vanhuksia kohtaan kuuntelemalla ja esittämällä vanhainkodissa asuvien vanhusten itsensä kertomia elämäntarinoita. Tutkimuksen tavoitteena oli ymmärtää, miltä vanhuksesta on tuntunut vanhuudessa tapahtuva oman kodin jättäminen ja voiko vanhuus olla hyvää vanhainkodissa. Uskon tutkimukseni todistavan ajatusta siitä, että ihminen on yksilöllinen ja vanhuus merkittävä elämänvaihe. Toivon, että tutkielmani erottuu muista pro graduista etenkin sen tunteellisen luonteen vuoksi. Toivon tutkimukseni osoittavan, että tieteellinen tutkimus voi olla tunteisiin vetoavaa, mutta samalla myös pätevää.

Monista yhteisistä piirteistä huolimatta ihmiset näyttävät suhtautuvan vanhuuteen ja sen mukanaan tuomiin kokemuksiin vaihtelevasti. Erot johtuvat erilaisista lapsuusympäristöistä sekä kaikista niistä yksittäisistä elämäntapahtumista, jotka ovat muokanneet ihmisistä ainutlaatuisia yksilöitä. Vanhetessaan ihmiset eivät tule toistensa kaltaisiksi, vaan heissä on nähtävissä yhä enemmän yksilöllisyyttä, joka vaikuttaa vahvasti vanhuuden hyväksi tai huonoksi kokemiseen vanhainkodissa.

Tunnen olevani vastuullisessa asemassa jakaessani toisen elämän kokemuksia omien tulkintojeni kautta. Jotta tutkittavien anonymiteetti säilyy, sijoitin tarinat tyyppitarinoiden suojaan kuitenkin ”totuutta” vääristelemättä. Koen, että tutkijana minulla on ollut suuri oikeus ja velvollisuus tuoda esiin vanhusten kertomukset kunnioittavalla tavalla. Tutkimuksessani vanhuksset kertoivat omasta elämästään vapautuneesti ja avoimesti, mutta myös luottamuksellisesti. Haastattelutilanteissa käsiteltiin hyvin henkilökohtaisia asioita, vaikka nauhuri olikin koko ajan päällä.

Pro gradu -tutkielman tekeminen on tarkoittanut narratiivisuuden lisäksi myös sosiaaligerontologiaan tutustumista. Koska viimeaikaiset vanhainkoteihin sijoittuvat tutkimukset ovat olleet pääosin ongelma- ja palvelujärjestelmäkeskeisiä, oli tälle tutkimukselle tilauksensa. Vanhuus voidaan nähdä myös aktiivisuuden ja jatkuvuuden näkökulmasta. Aktiivisuus- ja jatkuvuusteorioilla on annettavaa erityisesti kaikkein vanhimpien tutkimisessa, sillä *”elämän lopun ja kuoleman pohdinnoissa tarvitsemme syvää ymmärrystä irtaantumisesta”*. (Andersson 2007, 149.)

Toivon, että en ole sokeasti arvioinut vain hyvän vanhuuden toteutumista, sillä yksilöllisyys on ennen kaikkea sitä, että hyvä elämä yhdelle ei välttämättä merkitse samaa toiselle (Saarenheimo 2003, 55). Toivon myös, että tutkimus antaa eväitä vanhustyöhön, jonka *”perustana tulee olla ymmärrys yksilöllisestä vanhenemisestä ja vanhuudesta sekä ikääntyvän ihmisen kytkennöistä historialliseen aikaan, ympäröivään yhteiskuntaan ja kulttuuriin sekä paikallisuuteen”* (Koskinen ym. 1998, 12).

Ensisijaisesti toivon tutkimuksen kuitenkin antavan välineitä sukupolvien välisiin kohtaamisiin. Toivon sen avartavan etenkin nuorten, ja miksei myös vanhempien, ihmisten maailmankuvaa. Kerronnan ja tarinan avulla elämän merkitys on löydettävissä nimenomaan yksilöllisen identiteetin näkökulmasta. Tämän tutkimuksen kautta onkin toivottavasti selvinnyt, että *”me emme vain kerro tarinoita, vaan me olemme tarinoita”* (Saarenheimo 2003a, 50).

LÄHTEET

Andersson, Sirpa (2007) Kahdestaan kotona. Tutkimus vanhoista pariskunnista. Stakes: Tutkimuksia 169. Vaajakoski: Gummerus.

Alasuutari, Pertti (1999) Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.

Auvinen, Riitta & Hirsjärvi, Eva & Kumpulainen, Maarit & Stenbäck, Asser & Vauhkonen, Maija-Liisa (1982) Vanhenemisen voimavarat. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Bruner, Jerome (1991) The Narrative Construction of Reality. Critical Inquiry 18. The University of Chicago Press.

Christiansson, Toini (1994) Elintasosta elämänlaatuun. Hyvinvoinnin ulottuvuudet vanhustutkimuksen näkökulmasta. Teoksessa Antti Uutela ja Jan-Erk Ruth (toim.) Muuttuva vanhuus. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Clandin, D. Jean & Connelly, F. Michael (1994) Personal Experience Methods. Teoksessa Norman K. Denzin ja Yvonna S. Lincoln (toim.) Handbook of qualitative research. Thousand Oaks: Sage Publications.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (2001) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 5. painos. Tampere: Vastapaino.

Farran, C. J. & Herth, K. A. & Popovich, J. M. (1995) Hope and Hopelessness: critical clinical constructs. California: Sage Publications.

Forsberg, Hannele (2002) Lasten asiakkuudet ja kokemukset turvakodissa. Arviointitutkimus Lapsen aika-projektista. Helsinki: Ensi- ja turvakotien liitto.

Forss, Simo (1982) Vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja hyvinvointi. Tutkimus hyvinvoinnin osatekijöistä ja eläkkeelle valmennuksen merkityksestä vanhuuseläkkeelle siirtymisen yhteydessä. Mänttä: Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 1982:2.

Garro, Linda C. & Mattingly, Cheryl (2000) Narrative and the cultural construction of illness and healing. The University of California Press.

Gergen, Kenneth (1994) Mind, text, and society: Self-memory in social context. In U. Neisser & R. Fivush (Eds.), The remembering self: Construction and accuracy in the self-narrative. New York: Cambridge University Press.

Gothóni, Raili (1987) Pitkäaikaissairaana vanhuksen maailma ja uskonnollisuus. Suomalaisen Kirjallisuusseuran julkaisuja 149. Vammala: Vammalan Kirjapaino.

Gothóni, Raili (2007) Vanhana ja arvostettuna – dialoginen essee vanhuudesta. Teoksessa Tulva, T. & Uusitalo, I. & Harra, K. (toim.) Vanhuuden monet kasvot. Saarijärvi.

Godfrey, Barry S. (2003) "Dear reader I killed him": ethical and emotional issues in researching convicted murderers through the analysis of interview transcripts. Oral History 31 (1).

Granfelt, Riitta (1998) Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Toimituksia 702. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo Oy.

Granö, Päivi & Suominen, Jaakko & Tuomi-Nikula, Outi (toim.) (2004) Koti. Kaiho, paikka, muutos. Pori: Kulttuurituotannon ja maisemantutkimuksen laitoksen julkaisuja 4.

Grönfors, Matti (1985) Kvalitatiiviset kenttätutkimusmenetelmät. Toinen painos. Helsinki: WSOY.

Grönfors, Matti (1982) Kvalitatiiviset kenttätutkimusmenetelmät. Helsinki: WSOY.

Gubrium, Jaber (2001) Narrative, Experience, and Aging. Teoksessa Kenyon G, Clark P, de Vries B (toim.) Narrative Gerontology. New York: Springer Publishing Company.

Heikkilä, Rauha & Finne-Soveri, Harriet & Ripsaluoma, Jussi & Parikka, Anja & Suojalehto, Ella & Noro, Anja (2008) Koukkuniemen vanhainkodin asiakasrakenne ja hoidon laatu RAI-järjestelmällä arvioituna 2006–2007. Raportteja 13/2008. Helsinki: Stakes.

Heikkinen, Eino (2001) Terve vanheneminen – utopia vai realistinen mahdollisuus? Teoksessa Eino Heikkinen ja Jouni Tuomi (toim.) Suomalainen elämäntulkinta. Helsinki: Tammi.

Heikkinen, Eino (2002) Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa Eino Heikkinen ja Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Heikkinen, Eino (2003a) Vanhenemisen ulottuvuudet ja onnistuvan vanhenemisen edellytykset. Teoksessa Eino Heikkinen ja Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

Heikkinen, Eino & Rantanen, Taina (2003) Gerontologia. Duodecim.

Heikkinen, Eino & Kauppinen, Markku & Salo, Pia-Leena & Suutama, Timo (toim.) (2006) Ovatko 65-69-vuotiaat aikaisempaa toimintakykyisempiä, terveempiä ja aktiivisempia. Havainnot Ikivihreät-projektin kohorttivertailututkimuksesta vuosilta 1988, 1996 ja 2004. Helsinki: Kansaneläkelaitos.

Heikkinen, Hannu L.T. (2001) Narratiivinen tutkimus – Todellisuus kertomuksena. Teoksessa Juhani Aaltola ja Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Heikkinen, Hannu L. T. (2007) Narratiivinen tutkimus – Todellisuus kertomuksena. Teoksessa Juhani Aaltola ja Raine Valli (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Juva: WS Bookswell Oy.

Heikkinen, Riitta-Liisa (2003b). Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa Eino Heikkinen ja Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

Hervonen, Antti & Pohjolainen, Pertti (1983) Gerontologian perusteet. Tampere: Lääketieteellinen oppimateriaalikustantamo.

Hervonen, Antti & Pohjolainen, Pertti (1991) Gerontologian ja geriatrian perusteet. 2.painos. Tampere: Lääketieteellinen oppimateriaalikustantamo.

Hervonen, Antti (1999) Pitkän ja terveen elämän perusedellytykset. Teoksessa Antti Hervonen, Marja Jylhä ja Tuuli Oinonen (1999) Tervaskannot. Kuinka selvisit hengissä ensimmäiset 90 vuotta? Sulkava: Kirjayhtymä Oy.

Heywood, F. & Oldman, C. & Means, R. (2002) Housing and home in later life. Buckingham, UK: Open University Press.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2000) Tutkimushaastattelu. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka & Hurme, Helena (2001) Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (1997) Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Hohenthal-Antin, Leonie (2006) Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Juva: PS-Kustannus.

Huttunen, Laura (2002) *Kotona, maanpaossa, matkalla. Kodin merkitykset maahanmuuttajien omaelämäkertoissa.* Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seuran toimituksia 861.

Hyvärinen, Matti (2006) *Kerronnallinen tutkimus.*
Saatavissa osoitteesta: www.hyvarinen.info.

Hänninen, Vilma (1999/2003) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos.* Acta Universitatis Tamperensis 696. Tampere.

Högbacka, Riitta (2003) *Naisten muuttuvat elämänmuodot maaseudulla.* Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Toimituksia 947.

Ihanus, Juhani (2005) *Järjen äänestä minäkertomuksiin. Psyyken ja psykoterapioiden muodonmuutoksia.* Helsinki: Yliopistopaino.

Janhonen, Sirpa & Latvala Eila (2001) *Hoitaminen sosiaalisessa yhteydessään: Grounded theory tutkimusmetodologia.* Teoksessa Sirpa Janhonen ja Merja Nikkonen (toim.) *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä.* Helsinki: WSOY.

Jokiranta, Harri (2003) *Se on miehen elämää. Maaseudulla asuvia miehiä elämäänsä kertomassa.* Acta Universitatis Tamperensis 966. Tampere: Tampereen yliopisto.

Jylhä, Marja (1990) *Terveys ja sairaus.* Teoksessa Pertti Pohjolainen ja Marja Jylhä (toim.) (1990) *Vanheneminen ja elämänkulku. Sosiaaligerontologian perusteita.* Mänttä: Weilin + Göös.

Jyrkämä, Jyrki & Randell, Seppo (1987) *Vanheneminen ja yhteiskunta. Vanhuuden ja vanhenemisen tarkastelua suomalaisen sosiaaligerontologian tutkimuksen pohjalta.* Tampereen yliopiston sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos. Työraportteja B 23.

Jyrkämä, Jyrki (1990) Vanhuus, vanheneminen ja yhteiskunta. Näkökulmia sosiaaliseen vanhenemiseen. Teoksessa Pertti Pohjolainen ja Marja Jylhä (toim.) (1990) Vanheneminen ja elämäkulku. Sosiaaligerontologian perusteita. Mänttä: Weilin + Göös.

Jyrkämä, Jyrki (2003) Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa Eino Heikkinen ja Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

Kaalikoski, Katri (2001) Minkä maailman sinä näet? Tutkimuksia Iris Murdochin moraalifilosofiasta. Helsingin yliopisto: Käytännöllisen filosofian laitos. Saatavilla osoitteesta: <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/val/kayta/vk/kaalikoski/minkamaa.pdf>.

Kangas, Ilkka & Nikander, Pirjo (toim.) (1999) Naiset ja ikääntyminen. Helsinki: Gaudeamus.

Karisto, Antti & Nummela, Olli & Konttinen, Riitta & Ilkka, Haapola & Raisa, Valve & Uutela, Antti & Heikkilä, Kirsti (2003) Ikääntyvä Päijät-Häme. Kuntien hyvinvointiraportti. Lahti. Helsingin yliopiston tutkimus- ja koulutuskeskus Palmenia. Raportteja ja selvityksiä 41.

Karisto, Antti (1997) Vanhuus kaupungissa. Juva: WSOY.

Klemola, Annukka (2006) Omasta kodista hoitokotiin. Etnografia keskipohjalaisten vanhusten siirtymävaiheesta. Väitöskirja. Kuopion yliopiston julkaisuja. E. Yhteiskuntatieteet 138.

Koivunen, Hannele (1997) Hälinä ja hiljaisuus. Teoksessa Antti Karisto (toim.) Vanhuus kaupungissa. Juva: WSOY.

Kortteinen, Matti (1992) Kunnian kenttä. Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona. Helsinki: Hanki ja jää oy.

Koskinen, Simo (1986) Vanhuskäsitys yhteiskunnassamme. Teoksessa Simo Koskinen, Ilmari Ruikka ja Jan-Erik Ruth (toim.) Vanhuuden rajat ja mahdollisuudet. Jyväskylä: Gummerus.

Koskinen, Simo & Aalto, Leena & Hakonen, Sinikka & Päivärinta, Eeva (1998) Vanhustyö. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

Koskinen, Simo (2001) Kodin merkitys ikääntyneiden keskuudessa Lapin haja-asutusalueella. Gerontologia 1:70.

Koskinen, Simo (2006) Kohtaaminen sosiaaligerontologisen tutkimuksen valossa. Elämän tarkoituksellisuuden kokemuksen merkitys vanhuudessa. Luento Validaatiosta TunteVaana-juhlaseminaarissa Tampereella, Pirkanhiovissa 27.10 2006. Saatavissa osoitteesta: http://www.tampereenkaupunkilahetus.net/filearc/7_Koskinen.pdf. Viitattu 5.6.2009.

Koskinen, Simo (2007) Ikäihmisten asema Suomessa ja ikääntymisen käsityksiä. Teoksessa Taimi Tulva, Ilkka Uusitalo ja Kimmo Harra (toim.) Vanhuuden monet kasvot. Saarijärvi: Okka-säätiön julkaisuja.

Kotiranta, Tuija (2009) Omaisena edelleen. Opas kodin ulkopuolisessa hoidossa olevien omaisille. Pori: Kehitys Oy.

Krause, Kaisa & Kiikkala, Irma (1996) Hoitotieteellisen tutkimuksen peruskysymyksiä. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kumpulainen, Maarit (1982) Persoonallisuus, älykkyys ja vanheneminen. Teoksessa Antti Uutela ja Jan-Erik Ruth (toim.) Muuttuva vanhuus. Tampere: Tammer Paino Oy.

Kundera, Milan (1998) Identiteetti. Porvoo: WSOY.

Kuusi, Matti (1991) (koonnut) Vanhan kansan sananlaskuviisaus. Helsinki - Porvoo - Juva: WSOY.

Kylmä, Jari (1997) Vanhuksen toivon dynamiikka. Kuopion yliopisto: Hoitotieteen laitos.

Laiho, Ulla-Maija & Hurnasti, Tuula & Laiho, Kalervo & Ojala, Kari & Sundström, Leif (1991) Vanhusten asumisen vaihtoehdot. Hyvään asumiseen – hyvään vanhuuteen. Jyväskylä: Gummerus.

Laine, Juha (2006) Laatu ja tuotannollista tehokkuutta. Taloustieteellinen tutkimus vanhusten laitoshoidosta. Vaajakoski: Gummerus.

Laine, Juha (2005) Vanhusten laitoshoidon laatu ja tuotannollinen tehokkuus. Elektroninen aineisto. Saatavilla osoitteessa: <http://yp.stakes.fi/NR/rdonlyres/868FBB46-6432-4DD3-BF6C-92295E829F81/0/054laine.pdf>.

Lawton, M. Powell (1983) Environment and Other Determinants of Well-Being in Older People. *The Gerontologist* 23.

Lieblich, Amia & Tuval-Mashiach, Rivka & Zilber, Tamar (1998) Narrative research. Reading, Analysis, and Interpretation. Applied Social Research Methods Series Volume 47. USA: SAGE Publications.

Lievegoed, Bernard (1995) Yksilön elämänkaari. Espoo: Posiplan kustannus.

Lincoln Y.S & Guba E.G (1985) Naturalistic Inquiry. Sage Publications, Beverly Hills, California.

Liukkonen, Arja (1995) Life in a Nursing Home for the Frail Elderly. *Clinical Nursing Research* Vol. 4. Nro 4.

May, Vanessa (2001) Lone Motherhood in Finnish Women's Life Stories. Åbo: Åbo Akademi University Press.

Marin, Marjatta (2003): Elämän paikallisuus ja paikat. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: PS –kustannus.

Miettinen, Sonja (2006) Eron aika. Tyttäreiden kertomuksia ikääntyvien vanhempien kuolemasta. Yhteiskuntapolitiikan laitoksen tutkimuksia 4/2006. Helsinki: Yliopistopaino.

Miller, Jody & Glassner, Barry (2004) The Inside and the Outside: Finding Realities in Interviews. Teoksessa David Silverman (toim.) Qualitative Research. 2. pianos. London: Sage Publications.

Molander, Gustaf (1999) Askel lyhenee, maa kutsuu. Väitöskirja. Suomen Mielenterveysseura. Helsinki: Tummavuoren kirjapaino.

Morgan, Alice (2005) Johdatus narratiiviseen terapiaan. Suom. Tapio Malinen. Porvoo: Kuva ja mieli Ky.

Muurinen, Seija & Vaarama, Marja & Haapaniemi, Hannele & Munkkila, Susanna & Hertto, Petteri & Luoma, Minna-Liisa (2006) Vanhainkotiasiakkaiden elämänlaatu, hoidon laatu ja hoidon kohdennustehokkuus. Care-Keys -projekti. Tutkimuksia 2006: 2. Helsinki: Helsingin kaupungin sosiaalivirasto.

Murray, K. (1989) The Construction of Identities in the Narratives of Romance and Comedy. Teoksessa J. Shotter ja K. Gergen (toim.) Text of Identity. London: Sage Publications.

Myrskylä, Pekka (2005) Asuminen. Teoksessa Pekka Myrskylä (toim.) Tallella ikä eletty... Ikääntyminen tilastoissa. Helsinki: Tilastokeskus.

Naleppa, M. J. & Reid, W. J. 2003. Gerontological social work. A task-centered approach. New York: Columbia University Press.

Niemi, Iris (2005) Iäkkäiden pariskuntien ajankäyttö. Teoksessa Hannu Pääkkönen (toim.) Perheiden ajankäyttö. Helsinki: Tilastokeskus. Kulttuuri ja viestintä.

Noppiari, Eija & Tanttinen, Marja-Terttu (toim.) 2004. Arvokas vanhuus ja vanhustyön arvostus. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja.

Nores, Tuula (1993) Olemassaolokokemus. Naisvanhuspotilaan olemassaolokokemusta koskeva käsitteellinen ja empiirinen analyysi. Turku: SKHS.

Noro, Anja (1998) A Long-term institutional care among Finnish elderly population. Trends and potential for discharge. Stakes Research Report 87. Jyväskylä: Stakes.

Noro, Anja & Häkkinen, Unto & Airinen, Sisko (2000) Ikääntyvien suomalaisten terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveystalvelujen käyttö vuonna 1996. Tutkimustuloksia laitoksissa ja kotona asuvasta väestöstä. Helsinki: Stakes.

Oinas, Elina (2004) Haastattelu: kokemuksia, kohtaamisia, kerrontaa. Teoksessa Marianne Liljeström (toim.) Feministinen tietäminen. Keskusteluja metodologiasta. Tampere: Vastapaino.

Parkkila, Marjatta & Välimäki, Maritta & Routasalo, Pirkko (2000) Kuvaileva tutkimus pitkäaikaisessa laitoshoidossa olevan potilaan yksinäisyydestä. Hoitotiede 12 (1).

Parviainen, Sanna (2007) Vanhusten yksinäisyyden monimerkityksellisyys. Diskurssianalyttinen tutkimus vanhusten yksinäisyyspuheesta. Pro gradu –tutkielma. Tampereen yliopisto: Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön. laitos.

Parviainen, Sari (2003) Vanhan ihmisen muutto ja sopeutuminen uuteen ympäristöön. Korttelikohtainen ja alueellinen vanhustyö kotona asumisen tukena -projektin kokemuksia. Helsinki: Vanhus- ja lähimmäispalveluliiton ry.

Pohjolainen, Pertti & Jylhä, Marja (1990) Vanheneminen ja elämäntulkku: sosiaaligerontologisia perusteita. Mänttä. Weilin+Göös.

Polkinghorne, Donald E. (1995) Narrative configuration in qualitative analysis. Teoksessa J. Amos, Hatch & Richard, Wisniewski (eds) Life History and Narrative. Qualitative Studies Series . London: The Falmer Press.

Porio, Anja & Porio, Ilkka (1995) Kolmas ikä. Elämänlaatu ja ikääntyminen. Jyväskylä: Gummerus.

Rajanti, Taina (1999) Kaupunki on ihmisen koti. Elämän kaupunkimuodon tarkastelua. Helsinki: Tutkijaliitto.

Rapoport, Amos (1995) A critical look at the concept Home. Teoksessa Benjamin David N. (toim.) The Home: words, interpretations, meanings and environments. Hampshire: Ashgate.

Reichard, S. & Livson, F. & Peterson, P. G. (1962) Aging and Personality. A Study of Eighty-seven Older Men. New York.

Reinikainen, Pepi (2007) Elämänkaarikirjoitus ja ihmisen vuodenaajat. Helsinki: Kirjapaja.

Riessman, C. K. (1993) Narrative Analysis. Qualitative Research Methods. Volume 30. Newbury Park: Sage.

Roos, Jeja-Pekka (1988) Elämäntavasta elämäkertaan – Elämäntapaa etsimässä 2. Helsinki: Tutkijaliitto.

Roos, Jeja-Pekka (1987) Suomalainen elämä. Helsinki: SKS.

Rowe, J. W. & Kahn, R. L. (1998) Successful Aging. New York: A Dell Trade Paperback.

Ruth, Jan-Erik & Heikkinen, Eino (toim.) Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin + Göös.

Ruth, Jan-Erik & Ruoppila, Isto (1983) Psykkiset vanhenemismuutokset ja vanhuuden kokeminen. Teoksessa Jan-Erik Ruth ja Eino Heikkinen (toim.) Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin + Göös.

Räsänen, Pekka (2005) Havaintojen mittaus ja aineiston jäsentämisen metodologis. Teoksessa P. Räsänen, A-H. Anttila ja Harri Melin (toim.) Tutkimus menetelmien pyörteissä. Sosiaalitutkimuksen lähtökohdat ja valinnat. Juva: PS-Kustannus.

Saarenheimo, Marja (1997) Jos etsit kadonnutta aikaa – vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Helsinki: Vastapaino.

Saarenheimo, Marja (2003a) Merkityksellinen elämä. Teoksessa Marjatta Marin ja Sinikka Hakonen (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: PS-kustannus.

Saarenheimo, Marja (2003b) Vanhuus ja mielenterveys. Arkielämän näkökulmia. Helsinki: WSOY.

Saarenheimo, Marja (2005) Omaishoidon alkulähteillä: perhe ja koti hoivan kehyksinä. Teoksessa Marja Saarenheimo ja Minna Pietilä (toim.) Iäkkäiden omaishoitoperheiden arjen ulottuvuuksia. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 6. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto ry.

Saastamoinen, Mikko (1999) Narratiivinen sosiaalipsykologia - teoriaa ja menetelmiä. Teoksessa Eskola, Jari (toim.) Hegelistä Harréen, narratiivista Nudistiin. Kuopion yliopiston selvityksiä E. Yhteiskuntatieteet 10.

Sarola, Juha-Pekka (1994) Asuinympäristön ja paikan merkitys vanihmiselle. Teoksessa Antti Uutela ja Jan-Erik Ruth (toim.) Muuttuva vanhuus. Tampere: Tammer Paino Oy.

Setälä, Laura (2009) Koti Koukkuniemessä. Asiakastyytyväisyys Koukkuniemen vanhainkodissa vuonna 2008. Kandidaatin tutkielma. Tampereen yliopisto: Porin yksikkö.

Simmons, Leo (1945) *The role of the aged in primitive society*. New Haven: Yale University Press.

Suomalainen, Kari (1976) *Kolmivarpain sammakko*. Keuruu: Otava.

Suomen rikoslaki 9.6.2000/531.

Syrjäläinen, Eija (1992) *Muuttuuko koulu? Koulu 2001 –projektin muuttamisen mahdollisuudet ja rajat*. Helsingin yliopiston opettajankoulutuslaitoksen tutkimuksia 111.

Takkinen, Sanna (2003) *Elämän tarkoituksellisuuden tunne*. Teoksessa Eino Heikkinen ja Taina Rantanen (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Duodecim.

Tarinaa tupaan (2004) *Virikkeitä Tarinatupa-ryhmien ohjaajille*. Helsinki: Eläkeliitto ry.

Tepponen, Pirkko (2003) *Yli 75-vuotiaiden kotihoitoasiakkaiden palvelujen toteutuminen pääkaupunkiseudulla*. Helsingin yliopisto: lääketieteellinen tiedekunta.

Tiikkainen, Pirjo & Lyyra, Tiina-Mari (2007) *Sosiaaliset suhteet*. Teoksessa Tiina-Mari Lyyra, Aila Pikkarainen ja Pirjo Tiikkainen (toim.) *Vanheneminen ja terveys*. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Tiikkainen, Pirjo (2006) *Vanhuusiän yksinäisyys. Seuruututkimus emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä*.

Tornstam, Lars (1994) *Gerotranssendenssi – teoreettinen tarkastelu*. *Gerontologia* 2/1994.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2003) *Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi*. Jyväskylä: Gummerus.

Vaarama, Marja & Kainulainen, Sakari & Perälä, Marja-Leena & Sinervo, Timo (1999) *Vanhusten laitoshoidon tila. Voimavarat, henkilöstön hyvinvointi ja hoidon laatu*. 46/1999. Helsinki: Stakes.

Varto, Juha (1992) Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.

Vilkko, Anni (1997) Ikääntyminen, muistot ja koti. Teoksessa Antti Karisto (toim.) Vanhuus kaupungissa. Miina Sillanpään syntymän 130-vuotisjuhlakirja. Helsinki: WSOY.

Vilkko, Anni (1998) Kodiksi kutsuttu paikka. Tapausanalyysi naisen ja miehen omaelämäkertoista. Teoksessa Matti Hyvärinen, Eeva Peltonen ja Anni Vilkko (toim.) Liikkuvat erot. Sukupuoli elämäkertatutkimuksessa. Tampere: Vastapaino.

Vilkko, Anni (2000) Riittävästi koti. *Janus*, Vol. 8, No. 3, 213–229.

Vilkko, Anni (2006) Gerontologisen sosiaalityön kehittämishankkeen seminaarissa Kohtaamisia arjessa – etiikka ja ihmiskuva vanhustyössä. Helsingin yliopiston yhteiskuntapolitiikan laitos. Saatavissa osoitteesta: www.socca.fi/gero/aineistot/vilkko.doc

Voutilainen, Päivi (2004) Hoitotyön laatu ikääntyneiden pitkäaikaisessa laitoshoidossa. *Stakes Tutkimuksia* 142.

Vuokila-Oikkonen, Päivi, Janhonen, Sirpa & Nikkonen, Merja (2003) Kertomukset hoitotieteellisen tiedon tuottamisessa: narratiivinen lähestymistapa. Teoksessa Sirpa Janhonen ja Merja Nikkonen (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva: WSOY.

Vuorinen, Leena (2003) Tila, aika ja vuorovaikutus vanhainkodin arjessa. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Wright, Georg Henrik (2001) Hyvän muunnelmat. Helsinki: Otava.

Öberg, Peter & Ruth, Jan-Erik (1994) Hyvä vanhuus – kaikesta huolimatta. Teoksessa Antti Uutela ja Jan-Erik Ruth (toim.) Muuttuva vanhuus. Tampere: Tammer Paino Oy.

LIITE: NARRATIIVINEN HAASTATTELURUNKO

*”Jokaisella on tarina kerrottavanaan.
Jos vain joku kysyy, jos vain joku kuuntelee.”*

Faith Gibson

Haluaisin, että Te muistelisitte elämääne.

Toivoisin, että Te kertoisitte minulle elämästänne kaikki ne tapahtumat ja kokemukset, jotka ovat olleet Teille tärkeitä tai jollain tapaa merkityksellisiä.

**Voitte aloittaa tarinanne kertomisen vaikkapa lapsuudestanne ja jatkaa siitä aina tähän päivään saakka.
Kertokaa vapaasti kaikesta, mitä mieleenne muistuu.**

Lopuksi pyytäisin Teitä kertomaan kokemuksia vanhenemisesta ja vanhuudestanne vanhainkodissa.

**Muistelkaa ja kertokaa kaikessa rauhassa.
Minulla on aikaa kuunnella.
Olen täällä ainoastaan Teitä varten.**

***TUHANNET KIITOKSET SUOMASTANNE HAASTATTELUSTA!
ILMAN TEITÄ PRO GRADU -TUTKIMUKSELLANI EI OLISI ARVOA.***

*Sydämellisesti Laura Kilpi
Opiskelija, Tampereen yliopisto*