

**VANHAINKOTI SOSIAALISEN YHTEISYYDEN TILANA – MITEN KEHIT-  
TÄÄ YHTEISÖLLISTÄ ARKIELÄMÄÄ**

Tampereen Yliopisto  
Kasvatustieteiden yksikkö  
Pro gradu -tutkielma  
Aikuiskasvatus  
Irene Toivanen  
Maaliskuu 2011

Tampereen yliopisto

Kasvatustieteiden laitos

TOIVANEN, IRENE: Vanhainkoti sosiaalisen yhteisyyden tilana – Miten kehittää yhteisöllistä arkielämää

Pro gradu -tutkielma, 110 sivua, 1 liitesivu

Aikuiskasvatus

Maaliskuu 2011

---

## TIIVISTELMÄ

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata kuuden vanhainkodissa asuvan ihmisen kokemuksia vanhuuden elämänvaiheesta ja asuinympäristönsä yhteisöllisyydestä. Huomion kohteena olivat ennen kaikkea asukkaiden keskinäiset suhteet ja osallistuminen yhteisyyttä aikaansaavina tekijöinä. Neljännessä iässä olevien ihmisten lukumäärä tulee kasvamaan maassamme tuntuvasti seuraavien vuosikymmenien aikana. Miten heidän käy? Ovatko he nyky-yhteiskunnan ulkopuolisia ja yhteisöllisyydestä osattomia, oman huoneensa tai vieläkin pienemmän elämänpiirin, oman sänkynsä vankeja? Miten vanhainkodeista, ryhmäkodeista ym. saataisiin yhteisöllisiä, kodinomaisia paikkoja? Sosiaalisuus kuuluu olennaisesti ihmisenä olemiseen. Tutkimus sijoittuu aikuiskasvatustieteen ja sosiaalipedagogiikan alueelle. Sosiaalipedagogiikan tavoitteena on ihmisten auttaminen yhteisöihin liittymisessä.

Tutkimuksen lähestymistapa ja filosofinen tausta perustuvat eksistentiaalis-fenomenologiseen tutkimusotteeseen ja holistiseen ihmiskäsitykseen. Eksistentiaalis-fenomenologisessa tutkimuksessa tutkija pyrkii tavoittamaan inhimillisen kokemuksen ja kuvailemaan sen mahdollisimman tarkasti. Fenomenologian mukaan jokaisella ihmisellä on ainutlaatuinen taustansa, joka vaikuttaa hänen tapansa kohdata elämismailma.

Tuloksina esitellään aluksi kaikkien tutkimukseen osallistuneiden yksilökohtaiset merkitysverkostot. Yleisiä merkitysverkostoja muodostui neljä, jotka nimettiin keskeisten kokemusta rakentavien merkitysten mukaan: Sopeutuja, Omissa oloissaan viihtyjä, Yksinäinen odottaja ja Omien arvojensa mukaan eläjä. Nämä tyyppittelyt kuvaavat keskeisiä ydinmerkityksiä, joista tutkittavien kokemukset yhteisöllisyydestä ja vanhuudesta rakentuvat.

Vanhainkodissa, jossa tutkimukseen osallistuneet asuivat, järjestettiin paljon erilaista viriketoimintaa. Passiivinen osallistuminen ei kuitenkaan rakentanut yhteisyyttä asukkaiden välille. Osallistuminen vaikeuttivat myös kuulo-ongelmat ja liikkumisvaikeudet. Aikaisempien harrastusten jatkuminen olisi tukenut identiteetin rakentumista; iän tuomat toiminnanrajoitteet estivät kuitenkin tämän.

Leimaa antavin piirre yhteisöllisyyden kokemisessa oli asukkaiden keskinäisen, spontaanin sosiaalisen kanssakäymisen puute. Arkielämää ei eletty eikä rakennettu yhdessä. Vanhainkodissa syntyi kuitenkin myös ystävyys-suhteita ja kontaktia otettiin toisiin asukkaisiin. Kahdenkeskiset ystävyys-suhteet olivat tärkeitä, mutta ne eivät laajentuneet useampien ystävydeksi, jolloin ne olisivat rakentaneet yhteisöllisyyttä.

Tutkimukseen osallistuneet kuusi ihmistä ikävöivät hyvää vanhuutta, johon heidän mielestään kuuluivat terveys ja toimintakyky, riittävästi hoitohenkilökuntaa, arvostava kohtelu ja viihtyisä ympäristö.

Avainsanat: vanhainkoti, yhteisö, yhteisöllisyys, vuorovaikutus, osallistuminen, fenomenologia.

University of Tampere

Department of Education

TOIVANEN, IRENE: Retirement home as a space for a social community – How to promote communal everyday life

Master's Thesis, 110 pages, 1 appendix

Adult Education

March 2011

---

## ABSTRACT

The aim of this study is to describe the experiences of six retirement home residents regarding their view on old age and the sense of community in their residential environment. The main focus was in the interrelationships and the residents' participation as creators of community. The amount of people in the fourth age is going to grow substantially in our society within the next decades. How will they manage? Will they become outsiders of the modern society, prisoners in their own rooms or even worse, their own beds? How would it be possible to create retirement homes, nursing homes etc. more communal, domestic environments? Humans are social beings. The study is placed in the area of adult education and social pedagogy. The aim of social pedagogy is to help people to join communities.

The approach and philosophical background of this study is based on the method of existential-phenomenology and the holistic concept of man. In the existential-phenomenological research a researcher seeks to find the human experience, and aims to describe it as accurately as possible. Phenomenology recognizes that every human being has their own unique background, which influences their view towards life.

The results of the first part of the research are presented in idiographic form as networks of an individual meaning. After that four general networks of meaning were formed, and they were named according to the essential experience constructing elements: Adaptable ones, The ones who prefer to be alone, The lonely ones, who await and The ones, who live according to their own values. These characters describe some essential meanings in the experiences with participants regarding community and old age.

Many activities were arranged in the retirement home, where the participants were living. Passive participation failed to create community among the residents. It was also difficult to participate due to auditory and faculty of mobility problems. Continuity of earlier interests would have been supportive towards building identity; however insufficiencies because of age prevent this.

The most characteristic feature as experiencing community was the lack of mutual, spontaneous social life. Everyday life was not lived and constructed together. However many friendships were created and contact taken with others. Friendships were important, but they didn't widen to friendships of more than two, which would have led to the forming of a community.

The six participants in this study were longing for gratifying old age, combined by health and ability to function, sufficient staffing, appreciative treatment and comfortable environment.

Key words: retirement home, community, communal, interaction, participation, phenomenology.

## SISÄLTÖ

1. TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS.....	1
1.1 Johdanto .....	1
1.2 Tutkimustehtävä ja tutkimuksen eteneminen.....	3
1.3 Vanhainkoti asumisympäristönä .....	4
1.4 Onko vanhainkoti koti.....	7
2. TEOREETTISIA NÄKÖKULMIA SOSIAALISEEN VANHENEMISEEN.....	8
2.1 Sosiaalinen ikä ja sosiaalinen vanheneminen .....	9
2.2 Kuka on vanhus – vanhuuden määrittelyä .....	10
2.3 Sosiologisia vanhuusteorioita .....	12
2.3.1 Irtaantumis- ja aktiivisuusteoriat.....	12
2.3.2 Jatkuvuusteoria (Continuity theory).....	13
2.3.3 Gerotranssendenssiteoria .....	14
2.3.4 Sosioemotionaalisen valinnan teoria.....	15
2.3.5 Valikoivan optimoinnin ja kompensaaation teoria .....	16
2.4 Miten voidaan rakentaa onnistunutta / hyvää vanhenemistä .....	17
3. YHTEISÖLLINEN YHTEISÖ VAI PELKÄSTÄÄN YHTEISÖ.....	20
3.1 Yhteisövoimat yhteiskuntavoimien temmellyksessä .....	20
3.2 Mikä on yhteisö.....	21
3.3 Sosiaaliset verkostot pienissä yhteiskunnissa .....	22
3.4 Sosiaaliset verkostot ja niiden merkitys.....	23
3.5 Sosiaaliset maailmat yhteisöllisyyden kokemisen muotona .....	26
3.6 Yhteisyys rakentuu kohtaamisissa .....	27
3.7 Sosiokulttuurinen innostaminen yhteisöllisyyden kehittäjänä .....	29
3.8 Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys .....	31
4. METODOLOGISET RATKAISUT: KOKEMUKSEN TUTKIMINEN EKSISTENTIAALIS- FENOMENOLOGISEN TUTKIMUSOTTEEN OHJAAMANA.....	34
4.1 Tutkimuksen laadullisuus .....	34
4.2 Holistinen ihmiskäsitys .....	36
4.3 Eksistentiaalisen fenomenologian filosofinen tausta lyhyesti .....	39
4.4 Fenomenologinen tutkimusote.....	40
4.5 Yleistämisen ongelma eksistentiaalis-fenomenologisessa tutkimusotteessa .....	41
4.6 Fenomenologinen empiirinen menetelmä .....	42
4.7 Fenomenologinen asenne ja reduktio.....	43
4.8 Tulkinta fenomenologisessa tutkimuksessa .....	45
4.9 Aineiston hankinta haastatteluin .....	45

5.1 Tutkimustehtävä, tutkimukseen osallistuneet ja aineiston hankinta .....	47
5.2 Tutkimuksen konteksti .....	48
5.3 Fenomenologinen metodi .....	49
5.3.1 Yksilökohtaisen merkitysverkoston muodostaminen: tutkimuksen tuloksena kuusi yksilökohtaista merkitysverkostoa .....	49
5.3.2 Yleisten merkitysverkostojen muodostaminen: tutkimuksen tuloksena neljä yleistä merkitysverkostoa .....	62
6. TUTKIMUSTULOSTEN POHDINTA DIALOGISSA TUTKIMUSKIRJALLISUUDEN KANSSA .....	70
6.1 HYVÄ VANHUUS .....	71
6.1.1 Hyvään vanhuuteen kuuluvat terveys ja toimintakyky .....	71
6.1.2 Hyvään vanhuuteen kuuluu se, että on riittävästi hoitohenkilökuntaa .....	72
6.1.3 Hyvään vanhuuteen kuuluvat yhteydet sukulaisiin ja ystäviin .....	73
6.1.4 Hyvään vanhuuteen kuuluu arvostus .....	74
6.1.5 Hyvään vanhuuteen kuuluu viihtyisä ympäristö; vanhainkoti ei kuitenkaan ole koti .....	76
6.2 OSALLISTUMINEN .....	78
6.2.1 Passiivinen osallistuminen ei synnytä yhteisöllisyyden kokemusta .....	78
6.2.2 Aikaisempien harrastusten (sosiaalisten maailmojen) jatkuminen / jatkumattomuus .....	79
6.2.3 Osallistumista vaikeuttavat kuulo-ongelmat .....	82
6.2.4 Osallistumista vaikeuttavat liikkumisvaikeudet ja tilojen ahtaus .....	83
6.3 VUOROVAIKUTUS .....	83
6.3.1 Emotionaalisesti yksinäisenä yhteisön keskellä .....	84
6.3.2 Sosiaalisesti yksinäisenä yhteisön keskellä .....	86
6.3.3 Myönteinen yksinäisyys .....	88
6.3.4 Keskinäinen seurustelu ja ystävyysuhteet .....	90
6.3.5 Kesä-ajan mahdollisuudet yhteisöllisyyteen .....	91
7. POHDINTA JATKUU .....	92
8. TUTKIMUSPROSESSIN ARVIO .....	97
9. TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTIA .....	101
LÄHTEET .....	103
LIITE 1 .....	110

# 1. TUTKIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS

## 1.1 Johdanto

Kuinka ikäihmiset jaksavat tämän päivän Suomessa? Keskustelu vanhusten hoidon laadusta ryöpsähti lehtien palstoille lääninhallitusten julkaistua selvityksensä vanhusten laitoshoidon nykytilasta 9.9.2009. Selvityksen mukaan vanhusten laitoshoidossa on pahoja puutteita, jopa niin pahoja, että voidaan kysyä, onko laitoshoidossa olevilla vanhuksilla enää ihmisarvoa. Ratkaisuksi vanhusten hoidon laadun parantamiseen hallitus on päättänyt säätää vanhustalain, joka turvaisi kaikille kansalaisille tasavertaiset palvelut. Eläkkeellä olevien kansalaisten lukumäärä kasvaa räjähdysmäisesti suurten ikäluokkien (vuosina 1945–1949 syntyneet) jäädessä eläkkeelle. Vuonna 2020 yli 65-vuotiaita on noin viidennes (21,5 %:ia) koko väestöstä, ja heistä vähintään 90-vuotiaiden osuuden arvioidaan olevan noin 33 000 (Jyrkämä 2008a, 267). Lehtien mielipidepalstoilla on viime kuukausina ollut kirjoituksia, joissa kysytään, pitääkö vanhuutta pelätä ja nähdäänkö vanheneminen pahana asiana suomalaisessa yhteiskunnassa. Vanhustyötä olisi siis kehitettävä pikaisesti monella tasolla, eikä vähiten sosiaalisella ja yhteisöllisellä tasolla. Maailman terveysjärjestön WHO:n iskulausekin: ”lisää vuosia elämään” on muuttunut iskulauseksi: ”lisää elämää vuosiin” (Marin 2008a, 21).

Menneinä vuosikymmeninä sosiaalisella vanhenemisella on suomalaisessa sosiaaligerontologiassa ymmärretty irtautumista sosiaalisesta vuorovaikutuksesta. Onko tämä kauhuskenaario edessä tämän päivän yhteiskunnassa? Pakotetaanko vanhuksia irti sosiaalisuudesta? Nousevatko ikäihmiset ”barrikadeille”, passiivisista ja tahdottomista kohteista oman elämänsä subjekteiksi? Sosiaalisessa vanhenemisessä on kysymys siitä, miten erilaiset yhteiskunnalliset tekijät muovaavat ja muokkautuvat osaksi ikäihmisten elämää. Tämän muokkauksen tulisi kulkea molempiin suuntiin. (Jyrkämä 2008a, 278–279.)

Palvelujärjestelmien kehittämisen kannalta onkin oleellista tietää, että kaikkein iäkkäimpien ihmisten eli yli 80-vuotiaiden lukumäärä ja osuus väestössä kasvavat. Vuonna 2000 maamme väestöstä 3,4 %:ia oli yli 80-vuotiaita, vuoteen 2020 mennessä heidän määränsä on noussut yli 5 %:iin. Yli 80-vuotiaita tulee siis olemaan vuonna 2020 100 000 henkilöä enemmän kuin heitä oli vuonna 2000. Hoidon ja hoivan kysyntä tulevat kasvamaan ”vanhoista vanhimpia” määrän lisääntyessä. Suomalaiset selviytyvät kohtuullisen hyvin kotioloissa 80-vuotiaiksi asti, mutta siitä eteenpäin alkavat erilaiset toiminnanrajoitteet asteittain vaikeuttaa itsenäistä elämistä. Toiminnanrajoitteiden

ilmaantuminen jakaakin vanhuuden käsitteellisesti eri ikävaiheisiin. Toiminnanrajoitteiden ilmaantuminen ja ulkopuolisen avun tarve kuvaavat ikävaihetta, jota sanotaan neljänneksi iäksi. Toiminnanrajoitteiden muuttuessa toiminnanvajeiksi osa ikäihmisistä joutuu laitoshoitoon, jolloin puhutaan jo viidennestä ikävaiheesta vanhuudessa. Näitä vaiheita edeltävälle kolmannen iän ihmisille on tyyppillistä aiempien elämäntapojen, harrastusten ja hyvän terveydentilan jatkuvuus. (Helin 2002, 37–38.)

Vanhusten määrän räjähdysmäinen kasvu tulevina vuosina vaikuttaa yhteiskuntaamme merkittäväällä tavalla, jos yhteisöllisyyttä ei ruveta tukemaan. Tutkimukseni tarkoituksena on kuvata sosiaalista vanhenemista kuuden ikäihmisen kokemusten kautta. He ovat neljännen iän ihmisiä, joista suurin osa liikkuu pyörätuolilla. Heidän ikänsä on jo niin korkea, että he eivät kykene nousemaan ”barrikadeille” vaatimaan oikeuksiaan. Heillä on kuitenkin oikeus olla oman elämänsä subjekteja ja saada äänensä kuuluviin.

Kiinnostus tutkimusaiheeseen on lähtenyt omakohtaisista kokemuksistani palvellessani ikäihmisiä heidän tullessaan laboratoriotutkimuksiin (olen ammatiltani laboratoriohoitaja). Monet kerrat on minua vastapäätä istunut yksinäinen vanha ihminen, joka verikokeita ottaessani on purkanut yksinäisyyden tuntojaan. He ovat kertoneet, että on raskasta, kun kukaan ei käy eikä soita. On saattanut kulua monta päivää ilman yhtäkään puhekumppania. Ikäihmisten kokemaa yksinäisyyttä on tutkittu paljon kvantitatiivisten tutkimusten avulla; tutkimusten kohteena ovat olleet sosiaalisten verkostojen määrä ja myös laatu sekä verkostojen muodostumiseen vaikuttavat tekijät. Pysyvätkö vanhat ihmiset kuitenkin yhteiskunnassamme marginaalissa siihen asti, kunnes heidän oma kokemustietonsa otetaan vakavasti? Pystymmekö kehittämään vanhustyötä vasta sitten, kun ymmärrämme, miten he itse kokevat elämismailmansa?

Pro gradu -prosessini alkaessa kiinnostukseni kohteena olivat kolmannen iän ihmiset ja eräs heitä koskeva sosiaalipedagoginen hanke, jonka tarkoituksena on tukea yhteisöllisyyden kehittymistä samassa kaupunginosassa asuvien ikäihmisten välillä. Hankkeen tarkoituksena on siis luoda verkostoja kaupunginosassa asuvien ikääntyneiden ihmisten välille ja saada heidät mukaan yhteisölliseen toimintaan omalla asuinalueellaan. Yhteisen toiminnan kautta ikäihmiset voivat tutustua toisiinsa ja luoda pitkäaikaisempia ihmissuhteita. Ko. hankkeen taustateorian on sosiokulttuurinen innostaminen. Alun perin tarkoitukseni oli siis tehdä pro gradu -työni tämän hankkeen piirissä, ja haastattelinkin paria kolmannessa iässä olevaa ihmistä. En saanut kuitenkaan tutkimustehtäviä selkeytymään mielessäni, koska tämä hanke oli juuri alkamassa. Tarkoitukseni oli suorittaa haastatte-

lut keväällä 2010, jolloin hanke olisi ollut alkuvaiheissaan vielä silloin. Nyt kun pro gradu -prosessini on loppuvaiheessa, ja ajattelen kulkemaani polkua, huomaan, että olisi ollut monia mahdollisuuksia tutkimukseen myös tämän hankkeen piirissä. Tutkimustehtävänä olisi voinut olla ko. alueella asuvien kokemukset arkielämästä ”tässä ja nyt”. Tästähän sosiokulttuurisessa innostamisessa juuri lähdetään liikkeelle, todellisuuden kriittisestä analysoinnista. Kurki (2005) kirjoittaa, että todellisuutta ei voi muuttaa, jollei sitä ensin tunneta. Sosiokulttuurinen innostaminen on parhaimmillaan toimintatutkimusta, jossa toimintaa suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan yhdessä. (Mt. 347–348.) Kaksi kolmannen iän ihmistä, jotka ehdin haastatella, olivat itsellisiä ja hyväkuntoisia ihmisiä eikä heillä ollut varsinaista tarvetta saada lisää toimintaa tai ihmissuhteita elämäänsä. Tosin toinen heistä kertoi, että on viisasta jo alkaa pikku hiljaa valmistautua iän lisääntymiseen ja mahdollisten toiminnanrajoitteiden ilmaantumiseen.

Polkuni johti lopulta vanhainkotiin ja neljännen iän ihmisten pariin. Tarvitaanko sosiokulttuurista innostamista vanhainkodin arjessa? Olisiko se avain arkielämän yhteisöllisyyden kehittymiseen? Filander (2005, 222) kirjoittaa, että viime vuosikymmeninä aikuiskasvatus on sulkenut tarkastelunsa ulkopuolelle yhä suuremman osan aikuisten ihmisten elämäntodellisuuden, elämänhallinnan, kasvun ja kehityksen kysymyksistä. Toisessa artikkelissaan Filander (2007, 90) miettiikin sosiaalipedagogiikan uutta ajankohtaisuutta. Onko sosiaalipedagogiikalle olemassa sosiaalinen tilaus ja millainen se on? Filander (mt. 92) jatkaa, että sosiaalipedagogisen tarkastelukehityksen avulla pyritään tavoittamaan uudenlaisia syrjäytymisen, ulkopuolisuuden ja osattomuuden käytäntöjä, jotka koskettavat nyky-yhteiskunnassa yhä useampia. Ovatko laitoksissa pitkäaikaishoidossa olevat tai vielä kotona asuvat neljännen iän ihmiset nyky-yhteiskunnan ulkopuolisia ja yhteisöllisyydestä osattomia, oman huoneensa tai vieläkin pienemmän elämämpiirin, oman sänkynsä vankeja?

## 1.2 Tutkimustehtävä ja tutkimuksen eteneminen

Pro gradu -työssäni haluan tutkia, miten neljännessä iässä olevat ihmiset kokevat yhteisöllisyyden ja vanhuuden elämänvaiheen siinä kontekstissa, jossa he asuvat. Kokevatko he ympärillään olevat mahdollisuudet yhteisöllisyyteen ja sosiaalisten suhteiden solmimiseen sosiaalisesti ja emotionaalisesti tyydyttäväksi tai edes tarpeelliseksi? Iän lisääntyessä toiminnanrajoitteetkin yleensä lisääntyvät, joten oma-aloitteisuus sosiaalisten suhteiden solmimiseen ja hoitamiseen vaikeutuu. Tällöin lähiympäristössä tarjolla olevat mahdollisuudet yhteisyyden kokemiseen ovat tärkeitä. Weiss (1985) puhuu sosiaalisen ja emotionaalisen yhteisyyden kokemisen tarpeista. Yksi ihmissuhde ei välttämättä tyydytä kaikkia tarpeita. Sosiaalisen yhteisyyden kokemisessa ovat tärkeitä arvostuksen kokemi-



nen, liittyminen ja hoivaaminen. Emotionaalista yhteisyyttä taas määrittävät kiintymys ja neuvojen ja avun saaminen (Weissin teoriasta enemmän luvussa 3.8). Näkökulmana on ikäihmisten oma kokemus ja merkityksenanto sosiaaliseen vanhenemiseen ja yhteisöllisyyteen. Aikuiskasvatustieteen ei tule unohtaa myöskään neljännen iän ihmisiä. Miksi se olisi jotenkin erilainen ikäkausi muihin ikäkausiin verrattuna? Kurki (2008a) kirjoittaakin, että inhimillinen elämä on jatkumo, ja ryhmittely tiukkoihin ikäryhmiin saa aikaan eristymistä, poissulkemista ja stereotyyppioita, jotka koskettavat erityisesti vanhoja ihmisiä. Jokaisella ikäkaudella on toki omia erityispiirteitä, mutta ei ole ikäkautta, joka olisi toista parempi, ja kaikki tarvitsevat toisiaan. (Mt. 18–19.)

Haastattelin kuutta vanhainkoti-kontekstissa asuvaa ikäihmistä, jotka ovat iältään noin 80 vuodesta ylöspäin reilusti yli 90 vuoteen. Tutkimustehtävänä on siis kuvata, millaiseksi haastateltavat kokevat sosiaalisen ja emotionaalisen yhteisyyden asuinympäristössään. Haastatteluissa olen myös kysynyt, miten haastateltavani kokevat vanhuuden elämänvaiheen ja minkälaista on heidän mielestään hyvä vanhuus. Tutkimukseni kuuluu aikuiskasvatuksen piiriin, ja orientaationi tutkimukseni aiheeseen on sosiaalipedagoginen (ks. luku 3.7). Luvussa 2 tuon esille teoreettisia näkökulmia sosiaaliseen vanhenemiseen. Luvussa 3 olen avannut useita ”ikkunoita” yhteisöllisyyden tematiikasta. Näissä kahdessa luvussa rakennan tutkimukseni teoreettista ajattelupohjaa. Aikaisempaa tutkimuskirjallisuutta tuon esille vasta luvussa 6, jolloin pohdin omia tutkimustuloksiani dialogissa muun tutkimuskirjallisuuden kanssa. Luvussa 4 tuon esille tutkimukseni metodologiset ratkaisut. Tutkin toisten ihmisten kokemuksia eksistentiaalis-fenomenologisen tutkimusotteen ohjaamana. Luvussa 5 kirjoitan auki analyysiprosessia, jonka tuloksena ovat haastateltavien yksilökohtaiset ja yleiset merkitysverkostot. Luvuissa 6 ja 7 pohdin tutkimustuloksia dialogissa muun tutkimuskirjallisuuden kanssa. Kahdessa viimeisessä luvussa (8 ja 9) arvioin tutkimusprosessia ja tutkimuksen luotettavuutta.

### 1.3 Vanhainkoti asumisympäristönä

Vanhainkotihoito kuuluu sosiaalihuollon tai terveydenhuollon laitoshoidon piiriin. Vanhainkodissa henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden. Vanhainkodit ovat muuttumassa tehostetun palveluasumisen paikoiksi. Tehostettu palveluasuminen eroaa vanhainkotihoitosta siinä, että se on Kelan mukaan avohoitoa. Palveluasumisesta ei ole olemassa virallista määritelmää. Se sisältää asumisen ja siihen kiinteästi liittyvät palvelut. Palveluasumisen sisältö ja asumisen muoto voivat vaihdella riippuen siitä, mitä palveluja asumiseen kuuluu ja onko asumismuotona ryhmäkoti, pienkoti vai omat huoneistot. Tavallisessa palveluasumisessa henkilökuntaa on paikalla vain päivällä. Sen sijaan

tehostetussa palveluasumisessa henkilökunta on paikalla ympäri vuorokauden. (Kauppinen & Matveinen 2007.) Ryhmäkodeissa toimintakulttuuri ja hoitohenkilökunnan ja asukkaiden väliset suhteet ovat tärkeä asia. Ryhmäkodin tarkoituksena on olla koti. Kodissa jokaisella asukkaalla on oma yksityinen tilansa, jota hän hallitsee. Lähes yhtä tärkeää on mahdollisuus kuulua yhteisöön ja olla yhdessä. Yhteisöllisyys toteutuu parhaiten normaaleissa askareissa ja yhdessäolossa. (Kotilainen 2002, 124–125.)

Voutilainen (2004) on tutkinut hoitotyön laatua ikääntyneiden pitkäaikaisessa laitoshoidossa. Hän arvioi väitöskirjassaan palvelujärjestelmän kehitystä, hoitotyön toimintaa ja tuloksia. Laitoshoidon palvelurakenteessa tapahtui 1990-luvulla monia ikääntymispolitiikan tavoitteiden mukaisia muutoksia. Ikääntyneiden haluttiin asuvan kotona mahdollisimman pitkään. Lisäksi pitkäaikainen laitoshoido kävi läpi rakennemuutoksia. Pitkäaikainen laitoshoido siirtyi terveydenhuollon laitoksista sosiaalihuollon laitoksiin, jolloin perinteisestä vanhainkotihoitosta haluttiin siirtyä palveluasumiseen. Palveluasuminen kuuluu avopalveluihin, kuitenkin tehostetussa palveluasumisessa on henkilökunta paikalla ympäri vuorokauden. Näin ollen raja palveluasumisen ja laitoshoidon välillä on hämärtynyt. Pitkäaikaiseen laitoshoidoon tuloikä v. 2000 oli 81 vuotta. (Mt. 52, 68.)

Hoitotyön ammatillista toimintaa Voutilainen (2004) arvioi analysoimalla hoitotyön dokumentointia ja hoitotyön tuloksia keräämällä tietoa asiakkaiden omaisilta. Voutilainen toteaa, että hoitotyön kirjaamisessa oli kehitettävää. Tietoa asiakkaista oli kyllä kerätty paljon, mutta päivittäiseen seurantaan kirjattiin monesti vain asiakkaan fyysisten tarpeiden tyydytys. Sen sijaan psykososiaalisten tarpeiden määrittäminen oli vähäisempää. Hoitotyön suunnitelmaa ei myöskään aina mielletty työvälineeksi. Kirjaaminen ei ole itsetarkoitus vaan sekin on työväline. Päivittäisen kirjaamisen tulisi kuvata asiakkaan tilaa suhteessa hoitotyön suunnitelmassa asetettuihin tavoitteisiin ja valittuihin auttamismenetelmiin. Omaiset arvioivat hoitotyön laadun varsin hyväksi. He eivät osallistuneet niinkään asiakkaan perushoittoon vaan läheisyyden ilmaisemiseen ja yhteyksien ylläpitämiseen muihin perheenjäseniin ja ystäviin. Yli 40 %:ia omaisista arvioi osallistumismahdollisuutensa läheisensä hoidon suunnitteluun liian vähäiseksi. Mikä omaisten rooli parhaimmillaan voisi olla? Voutilainen toteaa, että henkilökunnalla on rajalliset mahdollisuudet vastata asiakkaan emotionaalisiin ja psykososiaalisiin tarpeisiin, koska työvuorokohtaiset henkilöstömitoitukset ovat matalia. Niinpä yhteistyötä omaisten kanssa tulisi kehittää, yhteisiä keskustelufoorumeita tulisi luoda, ja omaisilta saatua palautetta tulisi hyödyntää. Voutilaisen tutkimuksessa asiakkaiden rooli laadun arvioinnissa oli esillä heidän omaistensa kautta. Ikäihmisiltä itseltään ei kerätty tietoa. Voutilaisen mukaan laadun monista ulottuvuuksista vain osa taipuu mitattavaksi laadun arviointia varten. Ikäihmisten itsensä tar-

keinä pitämät laadun osatekijät, kuten erilaiset vuorovaikutussuhteisiin liittyvät tekijät, ovat Voutilaisen mukaan vaikeasti operationalisoitavissa ja mitattavissa. (Mt. 67, 71–74.)

Henkilökunnalla ei siis ole aikaa vastata asukkaiden emotionaalisiin ja psykososiaalisiin tarpeisiin. Tämä on varmasti totta ottaen huomioon henkilöstömitoitukset. Omaisten ja läheisten rooli on tärkeä. He tuntevat omaisensa elämänhistorian, arvomaailman, tavat ja tottumukset. Entä vanhainkodin muut asukkaat, naapurihuoneessa, samassa kerroksessa tai samassa ryhmäkodissa asuvat; voisivatko he olla ratkaisu toinen toisilleen sosiaalisten ja emotionaalisten tarpeiden tyydyttämisessä? Minkälaiset ovat asukkaiden keskinäiset vuorovaikutussuhteet? Onko vanhainkoti yhteisöllinen yhteisö? Sitä olen halunnut tutkia pro gradu -työssäni. Tuntevatko asukkaat kuuluvansa yhteisöön, johonkin, jota he ehkä voisivat kutsua kodinomaiseksi paikaksi?

Vaarama & Voutilainen (2002) ovat esittäneet skenaarion ikääntyneiden pitkäaikaishoidon muuttumisesta vuoteen 2030 mennessä, niin että heidän mukaansa tulevaisuuden pitkäaikaisen laitoshoidon muotona ovat hoivakoti ja tehostettu palveluasuminen. Tulevaisuudessa ikääntyneet, omaiset ja henkilökunta tulevat vaatimaan yhä enemmän kodinomaisempia hoitoympäristöjä. Vanhusväestön toimintakyvyn oletetaan parantuvan tulevaisuudessa, niin että skenaariossa vuonna 2030 palveluasumisen ja pitkäaikaisen laitoshoidon piiriin tullaan vasta 85-vuotiaina. (Mt. 359.)

Laatusuosituksen (2008) mukaan pitkäaikaishoivaa tarjoavissa hoitolaitoksissa jokaisella asukkaalla tulisi olla oma huone ja siihen liittyvä hygieniatila. Oma huone on asukkaan koti ja sen tulisi näkyä viihtyisyytenä ja mahdollisuutena omiin kalusteisiin. Yhden hengen huoneet ovat suosituksena, asukkaalla tulisi kuitenkin olla mahdollisuus asua toisen kanssa (puoliso, toinen yhteistä asumista toivova asukas). Yhteisasuminen voi lisätä turvallisuuden ja viihtyisyyden tunteita. Tilojen tulisi olla asukkaiden tarpeita vastaavia ja normaaliutta korostavia. Ympäristön tulisi olla myös sosiaalisesti ja institutionaalisesti esteetön, niin että ikäihminen olisi toiminnanrajoitteistaan huolimatta omassa ympäristössään täysivaltainen ihminen, jolla on oikeus itsemääräämiseen, yksityisyyteen ja osallisuuteen. Asukkailla on oltava mahdollisuus yhdessäoloon ja yhdessä tekemiseen. Tavoitteena on, että arkea eletään yhdessä ja arjen askareita tehdään yhdessä. Niinpä tilojen turvallisuus ja viihtyisyys ovat tärkeitä asioita. Mahdollisuus ulkoiluun ja luonnon kokemiseen on tärkeää. Parvekkeiden ja terassien tulisi olla tilavia ja turvallisia, niin että apuvälineitä käyttävät (rollaattori, pyörätuoli) pääsevät sinne itsenäisesti. Myös vuoteen siirtäminen parvekkeelle tai terassille tulisi olla mahdollista. Piha-alueen suunnitteluun tulisi myös kiinnittää huomiota. Piha ja puutarha antavat mahdollisuuden luontokokemuksiin, joilla on elvyttävä vaikutus ihmisen hyvinvointiin. Ryhmäkoti-

asumisessa ryhmäkoon tulisi olla tarpeeksi pieni. Se tuo asukkaille turvallisuuden ja ympäristön hallinnan tunnetta. Hyvin suunniteltu ympäristö mahdollistaa itsenäistä suoriutumista ja tarjoaa mahdollisuuksia ja tukea osallisuuteen ja mielekkääseen tekemiseen. (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 41–43.)

#### 1.4 Onko vanhainkoti koti

Kysyin ikäihmisiltä, viihtyvätkö he vanhainkodissa ja kokevatko he sen kodiksi. Se on kuitenkin paikka, jossa he todennäköisesti tulevat elämään loppuelämänsä. Asukkaiden keski-ikä vanhainkodeissa vuosina 2000–2004 oli keskimäärin 83 vuotta ja hoitoaika keskimäärin 2,6 vuotta (Noro 2005, 48–49). Vilkko (2010) kirjoittaa, että eritoten myöhäisvanhuuden koti pelkistyy julkisuudessa ja vanhuspolitiikassa ainoastaan asumisen kysymykseksi, silloin kun hoivan tarve ylittää omatoimisen asumisen edellytykset. Mitä koti on kokemuksellisesti? Milloin tila, jossa asutaan, alkaa tuntua kotoisalta? Kodilla on suuri merkitys ihmiselle. Tämä merkitys ei kuitenkaan ole muuttumaton, vaan sitä luodaan ja muokataan ottaen huomioon elämänvaiheisiin liittyvät realiteetit. Kun nämä otetaan huomioon, ideaalikodin sijaan on viisasta tavoitella kulloinkin parasta ja mahdollista, riittävää kotia. Ihminen tekee kodin useita kertoja elämänkulkunsa aikana erilaisiin ympäristöihin ja erilaisista aineksista. Myöhäisvanhuudessa, jolloin saattaa olla jo paljon toiminnanvajavuuksia, kodin fyysinen ympäristö saattaa muuttaa merkitystään ja sosiaalinen ympäristö, kontaktit ja ihmisympäristö, ottaa materiaalisen kodin paikkaa. (Mt. 215–216, 229, 231–233.)

Tekevätkö siis tutut esineet ja omat huonekalut kodin? Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen (2008, 3, 41–43) mukaan pitkäaikaista hoivaa tarvitsevalle ihmiselle oma huone on koti ja sen tulisi näkyä kodikkuutena, viihtyisyytenä ja mahdollisuutena omiin kalusteisiin. Laatusuosituksessa puhutaan myös sosiaalisesta ympäristöstä; asukkailla on oltava mahdollisuus yhdessäoloon ja yhdessä tekemiseen. Asumisen ympäristön tekee kodinomaiseksi se, että arkea eletään ja arjen askareita tehdään yhdessä.

Vilkko (2010) kodin merkityksiä tutkiessaan lähtee siitä, että koti on ihmisen ja hänen elinympäristönsä välinen suhde. Tämän suhteen merkityksellisyys tulee esille fyysisen, sosiaalisen, henkilökohtaisen ja emotionaalisen kodin tasoilla. Koti emotionaalisenä ja sosiaalisena tilana tuottaa kokemuksia, joita Vilkkö kutsuu ”kodin tunnuksi”. Kodin tuntua tuovat tutuksi tunnistaminen (tuttu esineympäristö), emotionaalinen turva (fyysisten puitteiden hyväksyminen, ihmissuhteet ja yksinolo) ja toiminnallinen vapaus. Kun ihminen on yhä enemmän ruumiin siteiden puristuksessa, ympäristön

tuttuuden turva ei ehkä tuokaan enää elämän hallittavuuden kokemusta. Niinpä omasta kodista on luovuttava ja siirryttävä fyysisesti hoito- tai hoivainstituution sisään. Vilkkokin kysyy, että onko tämä omaan kotiin nähden toissijaista ”ei-kotona olemista” ja itsestä ja elämästä irtipäästämistä. Koti on emotionaalisen turvallisuuden tyysija, mutta juuri turvattomuuden ja yksinäisyyden kokemukset omassa kodissa saattavat johtaa johonkin hoito- tai hoivainstituutioon muuttamiseen. Arkielämän sujumisen vaikeus johtaa etsimään hoivan saamisen paikkaa, ei niinkään itse hoivaa. Kyse on siis laajasti ottaen elämänlaadusta, johon kuuluvat hoivan ja fyysisen ympäristön lisäksi myös ihmis-ympäristön muodostama turvaverkosto. (Mt. 214–217, 220.) Kodin tunnusta laitospäivästä asumisen puitteissa voidaan puhua myös positiivisin sävyin – riittävänä kotina. Silloin kodin tuntua luovien fyysisten, sosiaalisten ja emotionaalisten tekijöiden suhteet asettuvat uusiin asemiin. Kodin ytimen ympärille on ollut välttämätöntä hyväksyä laajempi yhteisöllisen toiminnan piiri kuin aikaisemmin. Oman huoneen ovi avautuu toisenlaiseen sosiaaliseen tilaan, joka on järjestykseltään vakiintunut. Tähän elinympäristöön ei kiinnitytä yhtä vahvasti kuin entiseen, mutta se koetetaan hyväksyä. Hoivainstituution asukkaita yhdistää sama kohtalo – riippuvaisuuden lisääntyminen toisista. Vilkkokin kuitenkin toteaa, että tuo kokemus ei ole niin riittävä yhteisyyden luoja, että kanssakäyminen muiden asukkaiden kanssa siirtyisi oman huoneen sisälle. (Mt. 227–228.)

Dovey (1985) lähestyy kodin käsitettä fenomenologisesti aivan kuten Vilkkokin ja kirjoittaa, että koti tulee parhaiten ymmärrettäväksi ihmisen ja hänen ympäristönsä emotionaalisen suhteena, kokemuksellisenä ilmiönä. Koti käsitteenä on siis aineeton. Niinpä asumisongelma ei ole identtinen käsite kodittomuuden kanssa. Asumisongelma saatetaan kuitenkin ratkaista tavalla, joka luo kodittomuutta. Jossakin vaiheessa ikäihminen ei enää selviydy kotona, joten hänen on siirryttävä johonkin hoito- tai hoivainstituutioon. Hänet saatetaan siirtää hoivapaikasta toiseen häneltä itseltään kysymättä. Hänellä on paikka jossa asua, mutta ei kotia, eikä edes mahdollisuuttakaan rakentaa riittävä kotia. (Mt. 34.)

## **2. TEOREETTISIA NÄKÖKULMIA SOSIAALISEEN VANHENEMISEEN**

Vanhenemista voidaan tutkia neljästä toisiinsa yhteydessä olevasta näkökulmasta. Nämä näkökulmat ovat fyysinen, psykologinen, sosiaalipsykologinen ja sosiaalinen. Fyysinen ikääntyminen merkitsee biologisen ruumiin kapasiteetin vähenemistä ja heikentymistä. Ikääntymisen psykologinen tutkimus taas fokusoii aistien, havaitsemisen ja koordinaation tutkimiseen. Henkinen kapasiteetti, inhimillinen kehittyminen, persoonallisuus ja selviytymiskyky (coping) ovat myös psykologisen ikääntymistutkimuksen kohteita. Sosiaalipsykologisen ikääntymistutkimuksen aiheita ovat mm.

yksilön ja hänen ympäristönsä välinen vuorovaikutus ja asenteet, arvot, uskomukset, sosiaaliset roolit, omakuva ja sopeutuminen ikääntymiseen. Sosiaalinen vanheneminen taas viittaa sen yhteisön luonteeseen, jossa yksilö vanhenee; minkälainen vaikutus yhteisöllä on vanheneviin jäseniinsä ja toisinpäin, miten ikääntyneet itse vaikuttavat yhteisöönsä. (Atchley 1985, 4.) Vanhenemisen tutkimisen tieteenala on gerontologia, joka sisältää kaikki yllä olevat näkökulmat. Sosiaaligerontologia on gerontologian osa-alue, joka sisältää sosiologisia, sosiaalipsykologisia, kulttuuriantropologisia, politiikan ja taloustieteen näkökulmia ikääntymiseen (Harris 1988, 166).

## 2.1 Sosiaalinen ikä ja sosiaalinen vanheneminen

Mitä sosiaalisella iällä ja sosiaalisella vanhenemisella tarkoitetaan? Vanhenemisen sosiaalisuus on vaikeammin määriteltävissä kuin biologinen ja psyykinen vanheneminen, joiden kanssa sosiaalinen menee osittain päällekkäin. Harris (1988) määrittelee sosiaalisen iän muuttuvaksi yhdistelmäksi sosiaalisia elämäntyylejä, ominaisuuksia ja asenteita elinkaaren eri vaiheissa. Se on positio, joka yksilöllä on tietyssä ikävaiheessa. Yksilön roolit, tavat ja käyttäytyminen suhteessa yhteisön toisiin jäseniin muuttuvat iän karttuessa. Sosiaalista ikää määrittävät myös yksilöiden pukeutuminen, elämäntyylit ja puhutavat. Sosiaalisen vanhenemisen Harris määrittelee tarkoittavan niiden muutosten ennustettavaa peräkkäisyyttä, jotka ilmenevät yksilön rooleissa ja statuksessa elämänkulun aikana. (Mt. 164.) Kysymys on siis yksilöiden ja sosiaalisten ryhmien suhteiden muutoksista. Ihmiset vanhenevat aina jossakin yhteiskunnassa, ajassa ja paikassa, erilaisten yhteisöjen ja ryhmien jäseninä. Vanhenemiselle on olemassa yhteiskunnalliset ja yhteisölliset puitteet. Nämä puitteet ovat erilaisia eri ihmisille ja riippuvat esim. koulutustasosta tai alueellisista eroista. Yhteiskunta muovaa vanhuutta tietynlaiseksi. (Jyrkämä 2008a, 276.) Edelleen McPhersonin (1983) mukaan sosiaalinen vanheneminen sisältää vastavuoroisen vuorovaikutuksen sosiaalisen järjestelmän ja ikääntyvän yksilön välillä. Sosiaalinen järjestelmä voi olla mikrojärjestelmä (esim. ydinperhe) tai makrojärjestelmä (esim. valtio). Sosiaalinen vanheneminen vaihtelee huomattavasti eri kulttuurien välillä ja samankin kulttuurin sisällä. (Mt. 8.)

Elämänkulkuun luodaan sosiaalista järjestystä jaksottamalla sitä eri vaiheisiin. Ihmisen elämänkulku etenee ajassa ja paikassa, ja hän on elämänsä aikana erilaisten ryhmien ja yhteisöjen jäsenenä. Vanhuuteen liitetään erilaisia odotuksia siitä, kuinka vanhojen ihmisten tulisi käyttäytyä erilaisten ryhmien jäseninä. Käyttäytymisodotuksia voidaan uusintaa tai uudistaa. Yksilöt ja ryhmät voivat vaikuttaa siihen, millaisena vanhana oleminen ymmärretään. Sosiaalinen vanheneminen on vuorovaikutusta yhteiskunnan ja yksilön, ympäristön ja yksilön ja yksilön ja hänen sosiaalisten ryhmänsä

välillä. Yksilöillä on mahdollisuus olla aktiivisia tässä vuorovaikutusprosessissa ja näin vaikuttaa siihen, minkälaisena vanhuus nähdään. Sosiaalisuus vanhenemisessä tarkoittaa siis sitä, että ihmiset vanhenevat historiallisessa ajassa ja paikassa ja vuorovaikutuksessa mikro- ja makroympäristönsä kanssa. Vanhenevat ihmiset voivat olla enemmän tai vähemmän aktiivisia tässä vuorovaikutussuhteessa. Vanhenemisen sosiaalisuus ilmenee myös siinä, että yksilöt säilyttävät vanhetessaan oman olemisensa ja toimintansa subjektiivisuuden. (Jyrkämä 2008a, 276–277.)

## 2.2 Kuka on vanhus – vanhuuden määrittelyä

Jälkiteollisessa yhteiskunnassa vanhuus ei ole enää homogeeninen ilmiö. Nykyään puhutaan ”nuorista vanhoista” (65–74 -vuotiaat), ”vanhoista vanhoista” (75–84 -vuotiaat) ja ”vanhoista vanhimista” (yli 85-vuotiaat). Ikääntyneet ihmiset ovat erilaisia jo suhteessa ikäänsä. (Koskinen 2004, 27.) Tämä johtuu kolmesta toisiinsa kytköksissä olevasta pitkän iän ilmiöstä: maksimaalisen eliniän pidentymisestä, elinajan odotteen lisääntymisestä sekä hyvin vanhojen määrän kasvusta. Korkein ihmisen saavuttama elinaika on pidentynyt 20 vuodella viime parin sadan vuoden aikana, ja keskimääräinen elinaika on pidentynyt 33 vuodella viime sadan vuoden aikana. Yhä suurempi osa kansalaisista on hyvin iäkkäitä. Elämme siis pitkän iän oloissa, ja ikääntymisen vaihe on pidentynyt ja jäsentynyt uudelleen. Vanhenemistä ja vanhuutta jäsennetään kronologisen iän lisäksi funktionaalisen iän ja sosiaalisten roolien muutosten avulla. Neljäskin jäsentämisen mitta löytyy, ja se on subjektiivinen ikäidentiteetti tai kokemuksellinen vanheneminen. (Mt. 26, 29–30.)

Suomessa lakisääteinen eläkeikä alkaa pääsääntöisesti 65 vuoden iässä, jolloin ihmisestä tulee vanhuspolitiikan kohde. Voiko 65-vuotiasta pitää kuitenkin vanhana tai vanhuksena? Kuka oikeastaan on vanhus? Yleinen elintason ja terveydenhuollon kehittyminen ovat parantaneet ihmisten hyvinvointia, niin että kronologinen ikä ei enää riitä vanhuuden määritelmäksi. Vanhuudesta aletaan puhua vasta toimintakyvyn merkittävästi heikennettyä (funktionaalinen ikä). Vanhuuden alku on siirtynyt 75–80 ikävuosien paikkeille. (Jyrkämä 2008a, 281–282.) Vanhuuden ensimmäistä vaihetta, ikävuosia 65 vuodesta ikävuosiin 80 tai 85, on alettu kutsua kolmanneksi iäksi, ja sen jälkeen alkaa neljäs vaihe, varsinainen vanhuus (Marin 2008a, 21). Kolmannen iän syntymiselle on ehtona se, että maassa eletään pitkän iän oloissa, ja että on saavutettu tietty elinajan odotteen pituus. Muita edellytyksiä ovat mm. tietty elintaso maassa ja yhteiskunnalliset instituutiot, kuten eläkejärjestelmät ja elinikäiset koulutusmahdollisuudet. Kolmas ikä edellyttää myös ikääntyvältä henkilökohtaisia voimavaroja, kuten rahaa, terveyttä ja koulutusta. Kolmanteen ikään liittyvät keskeisesti tässä iässä olevien mahdollisuudet olla hyödyksi yhteiskunnassa. Kolmas ikä saattaa kestää parhaimmillaan

20–25 vuotta. Löytyykö ikäihmisille mielekkäitä rooleja ja mahdollisuuksia olla hyödyksi yhteiskunnassa? Puhutaankin tuottavasta tai produktiivisesta vanhenemisestä. (Koskinen 2004, 32–33.) Kaikilla ei ole kuitenkaan mahdollisuutta nauttia kolmannesta iästä. Syninä voivat olla huono terveys, varattomuus, kulkuvaikeudet, yksinäisyys ja suuret elämänmuutokset. Ihmisten osallistumiseen vaikuttavat myös aikaisemman elämän osallistumismallit ja elämäntyylit. (Mt. 35.)

Vanhenemistä ja vanhuutta voidaan määrittää myös kokemuksellisen vanhenemisen kautta. Vanhuus koetaan eri tavoilla. Ihmisten identiteetit muovautuvat elämänhistoriallisesti. Vanhenemisen kokemiseen ja samalla identiteettiin vaikuttaa ympärillä oleva ”sosiaalinen tila”. Sosiaalinen tila voi olla fyysinen ja aineellinen tai aineeton. Se voi olla fyysinen elinympäristö tai yhteiskunnallisen eriarvoisuuden tila. Sosiaaliseen tilaan voi vaikuttaa omalla toiminnallaan. (Koskinen 2004, 98–99.) Minkälainen on vanhuuden aineeton, sosiaalinen tila maassamme? Minkälaisena vanhuus nähdään yhteiskunnassamme? Väestön ikärakenteen vinoutuminen ja vanhojen ihmisten määrän lisääntyminen vaikuttavat siihen, miten vanhuuteen suhtaudutaan.

Pakarinen (2004) on tutkinut pro gradu -työssään vanhuuden diskursseja Helsingin Sanomien kirjoituksissa. Hän esittää tutkimustuloksina kohdatun, ulkopuolisen ja olemattoman vanhuuden diskurssit. Kohdatun vanhuuden diskurssit eivät kiellä vanhenemistä vaan puhuvat siitä avoimesti. Ulkopuolisen vanhuuden diskurssit sen sijaan esittävät vanhukset ulkopuolisina, ”toisina”, sairaina, heikkoina, oppimattomina ja tuottamattomina. Vanhuudesta puhutaan muiden kuin vanhusten itsensä näkökulmasta. Vanheneminen on ongelma, jolle pitäisi tehdä jotakin. Itse vanhuksilta ei kysytä mitään vaan he ovat passiivisia kohteita. Vanhuuden aikaan ei liity haasteita eikä uuden oppimista. Kolmas diskurssiryhmä Pakarisen tutkimuksessa on olemattoman vanhuuden diskurssit, joille on ominaista niin sanotun ei-vanhuuden kuvaaminen. Aktiivisuus esitetään keinona, jolla vanhuutta voi ehkäistä. Vanhuutta kuvataan myös ikäkautena, jolloin poistutaan jonnekin toiseen maailmaan, pois siitä yhteiskunnasta, jossa työssäkäyvät ihmiset ovat. On olemassa ikään kuin portti, jonka kautta vanhuuteen poistutaan. (Mt. 36, 42, 48–49.)

Riitta-Liisa Heikkinen (2008) on tutkinut kokemuksellista vanhuutta iäkkäiden omien kertomusten kautta, joita on koottu Ikivihreät-projektin kvalitatiivisissa seurantatutkimuksissa. Tutkimus on ollut pitkittäistutkimus, jolloin kertojina ovat olleet samat ihmiset 80-, 85- ja 90-vuotiaina (vuosina -90, -95 ja 2000). Hänen tutkimusotteensa on ollut narratiivinen ja perustunut fenomenologiseen lähestymistapaan. Analyysin kohteena on ollut ihmisen subjektiivinen, koettu elämä. Koettuun elämään liittyy myös intersubjektiivisuus, vastavuoroisuus ja yhteisöllisyys, eli kokemus siitä, mitä ihminen



on toiselle ihmiselle. Vanhenemme eläen eikä kukaan elä tyhjiössä. Heikkinen toteaa, että 80-vuotiaat eivät eläneet vanhuuttaan vaan elämäänsä, kuten siihenkin asti olivat eläneet. Vanhuuden kokemus tuli sairauden tai jonkin muun ongelman (heikentyneet aistit ja muisti, heikkouden tunne), ts. jonkin negatiivisen asian tai tapahtuman kautta. Heikkinen nimeääkin nämä ”vanhuuden kokemisen reunaehdoiksi”. Haastateltavat kokivat merkityksellisiksi totutun arkielämän ja ihmissuhteiden jatkuvuuden. 85-vuotiaina haastateltavat jo tunnistivat vanhuuden tulleen. Tähän vaikuttivat erilaiset terveyteen liittyvät ongelmat, muistin ja toimintakyvyn heikkeneminen. Jatkuvuus toi kuitenkin elämään ryhtiä ja levollisuutta. Yhteisyyttä toivottiin, mutta ei kuitenkaan vaadittu. Korkeassa iässä ”ruumiin taakasta” tulee yhä suurempi elämään vaikuttava asia. Ihmisen suhde maailmaan on kehollinen, ja iän lisääntyessä tämä suhde alkaa vaikuttaa yhä enemmän arkeen. Kehollisuus on huomaamatonta silloin, kun mikään ei häiritse sitä. Kolmannessa seurannassa tutkimusjoukosta oli jäljellä enää puolet eli kymmenen. Kehollisuus ilmeni erottamattomana osana vanhuuden kokemisesta. Oman ydinperheen jäsenet olivat jo kuolleet. Ikäihmisten muistoissa he kuitenkin elivät; heidät ja aikaisemmat sukupolvet otettiin ikään kuin kanssakulkijoiksi kulkemaan vierellä. (Mt. 213–221.)

## 2.3 Sosiologisia vanhuusteorioita

### 2.3.1 Irtaantumis- ja aktiivisuusteoriat

Klassiset yksilötason teoriat, irtaantumisteoria ja aktiivisuusteoria, ovat teorioita yksilön ja hänen ympäristönsä välisistä sosiaalisista suhteista. Voidaan sanoa, että ne ovat myös ”hyvän, menestyksikkään vanhenemisen” teorioita, sillä ne määrittelevät, mitä on hyvä vanheneminen niiden näkökulmasta. Molemmat teoriat ovat käyttäytymisteorioita, jotka fokusoivat näkyvään ja määrälliseen tekemiseen. Näissä teorioissa ei nähdä yksilöitä tavoitteellisina, valintoja tekevinä ja merkityksiä antavina toimijoina, koska yksilöiden valintojen takana olevia syitä ei pohdita. (Jyrkämä 2008b, 274, Suutama 2008, 274–275.)

Cumming ja Henry esittivät 1960-luvun alussa tutkimuksensa vanhojen ihmisten irtaantumisesta erilaisista sosiaalisista pyrkimyksistä. Ikääntyminen merkitsi yksilön ja yhteiskunnan molemminpuolista vetäytymistä toisistaan. Irtaantuminen nähtiin universaalina, normaalina osana ihmisen elämänkulkua. Se oli seurausta fyysisen ja psyykkisen toiminnan vähenemisestä liittyen fyysisen terveyden huononemiseen ja vähentyneeseen taloudelliseen statukseen. Tämä teoria ei saa enää kannatusta, mutta sen vaikutus ajattelumallina vanhenemiseen on voimakas. Nyt, 50 vuotta myöhemmin, Cumming’in ja Henry’n propositio irtaantumisesta näyttää olevan kuvausta monien nel-

jännessä iässä olevien ihmisten elämästä. Neljännen iän ihmiset ovat olleet jo poissa taloudellisilta ja työareenoilta kaksi vuosikymmentä tai enemmän. (Johnson 2009, 662, Suutama 2008, 274–275.)

Aktiivisuusteoria syntyi vastauksena irtaantumisteoriaan. Nimensä mukaisesti aktiivisuuden säilyttäminen on aktiivisuusteorian mukaan onnistunutta vanhenemista. Aktiivisuudella tarkoitetaan mitä tahansa tekemistä tai aktiviteettiä. Yksilöt ovat yleensä omaksuneet itselle sopivan aktiivisuustason ja mallin osana elämäntyyliään. Teorian muita keskeisiä käsitteitä ovat tasapaino, roolimenetykset ja tyytyväisyys. Tasapainolla tarkoitetaan sitä, että omaksuttu aktiivisuustaso vastaa ihmisen tarpeita. Aktiivisuutta tarvitaan korvaamaan vanhenemisen mukanaan tuomia roolimenetyksiä (esim. työroolin menetys). Elämään tyytyväisyys kertoo sosiaalisesta ja psyykkisestä sopeutumisesta. (Jyrkämä 2008b, 274.) Psyykkinen, fyysinen ja sosiaalinen aktiivisuus edistää tutkimusten mukaan kognitiivisten toimintojen, mm. muistin, säilymistä korkealla tasolla ja päinvastoin; kognitiivisten toimintojen korkea taso lisää aktiivisuutta. Myös aktiivisuus elämän aikaisemmissa vaiheissa ehkäisee kognitiivisten toimintojen heikkenemistä vanhuudessa. (Suutama 2008, 196.) Aktiivisuusteoria on ollut lähtökohtana vallitseville produktiivisen ja onnistuneen vanhenemisen teorioille. Nämä kaikki on nyt kyseenalaistettu, sillä ne eivät ota huomioon terveydellisiä ja taloudellisia eroavuuksia, jotka voivat vähentää vanhojen ihmisten halua ja tilaisuuksia osallistua erilaisiin aktiviteetteihin. Irtantumis- ja aktiivisuusteorioiden avulla ei siis pystytä selittämään kaikkia niitä potentiaaleja, karikkoja ja olosuhteita, jotka vaikuttavat vanhojen ihmisten sosiaalisten siteiden laajenemiseen tai vetäytymiseen niistä. (Achenbaum 2009, 32.)

### 2.3.2 Jatkuvuusteoria (Continuity theory)

Aktiivisuusteoria on pohjana jatkuvuusteorialle, jonka mukaan ikääntyvien tulisi säilyttää aikaisempien vuosien harrastusten ja aktiviteettien jatkuvuus sopeuttaen nämä elämänaikaiset kiinnostukset ja aktiviteetit fyysisen iän karttumisen mukanaan tuomiin rajoitteisiin. Teorian mukaan harrastusten jatkuvuutta tulisi tukea, koska jatkuvuus auttaa mm. säilyttämään positiivisen tulevaisuudenkuvan. (Boyd & Bee 2006, 515.) Erityisen vahingollinen on käsitys, että hyvin vanhat ihmiset eivät enää pysty oppimaan uusia asioita. Tämä käsitys perustuu osittain siihen, että oppiminen käsitetään pelkkänä muistiin tallentamisen kykyä tai että oppimisella täytyy olla konkreettisia tavoitteita. Oppiminen on kuitenkin laajempi käsite, joka sisältää ennen kaikkea asioiden ymmärtämistä ja niiden liittämistä aiempiin tietoihin ja kokemuksiin. Vanheneminen ei näytä tutkimusten mukaan vaikuttavan päättelytaitoihin ja arviointikykyyn, vaan ne säilyvät ja voivat jopa kehittyä vielä myöhäisessä aikuisuudessaakin. Ihminen ei kykene säilyttämään autonomisuuttaan, jos hän menettää oppimisen

kyvyn. Myös hyvin vanhat oppivat uusia asioita päivittäin, esim. tiedotusvälineistä (lehdistä, TV:stä), muilta ihmisiltä tai kohtaamalla uusia ongelmia. Näin saadut uudet tiedot ja kokemukset liitetään aikaisempiin kokemuksiin, ja ne lisäävät valmiuksia kohdata taas uusia tilanteita. Oppimisen kautta käsitykset ja käyttäytyminen voivat muuttua. (Suutama 2008, 192, 197–198.)

Suutama (2008) kirjoittaa edelleen, että ikääntyminen sinänsä ei muuta arkipäivän oppimista. Iän lisääntyessä kylläkin keskushermoston toiminnat, erityisesti muistitoiminta hidastuu, jolloin oppiminen vaatii enemmän aikaa ja ponnisteluja. Arkipäivän oppimistilanteet eivät kuitenkaan yleensä vaadi nopeaa päätöksentekoa ja toimintaa. Paras keino säilyttää muisti ja oppimiskyky on käyttää niitä ikävaiheista riippumatta; tällöin vanhenemiseen liittyvä kykyjen heikkeneminen jää vaikutuksiltaan vähäiseksi hyvinkin korkeaan ikään asti. Tärkeää on sisäinen motivaatio. (Mt. 197–198, 202.) Jatkuvusteoriassa korostetaan siis yksilöiden kokemuksellisen oppimisen jatkuvuutta. Tämänkin teorian piirissä vähätellään erilaisten sosiaalisten, taloudellisten ja poliittisten tekijöiden vaikutusta siihen, että ihmiset voisivat edetä omalla kehityskaarellaan haluamallaan tavalla. (Achenbaum 2009, 33.)

### 2.3.3 Gerotranssendenssiteoria

Tornstam (1994) nosti uudelleen esiin keskustelun irtaantumisteoriasta. Entäpä, jos irtaantumisessa onkin kyse valintoja tekevästä ja merkityksiä antavista toimijoista? Tutkijat ovat olleet kiinnostuneita pelkästään yksilöiden käyttäytymisestä eivätkä ole ottaneet huomioon fenomenologista näkökulmaa. Mitä osallistuminen tai irtautuminen merkitsee ikäihmisille itselleen? Tornstam määrittelee gerotranssendenssin siirtymisenä materiaalisesta ja rationaalista elämäntähtäyksestä kosmiseen ja transsendenttiseen, mistä seuraa elämään tyytyväisyyden lisääntymistä. Gerotranssendenssi voi kuvata myös uskonnollista kehitystä, joka johtaa mielenrauhaan. (Mt. 75.) Tornstam viittaa Eriksonin psykososiaalisen kehitysmallin kahdeksanteen vaiheeseen, jota Erikson kutsuu minäintegraatioksi. Tässä vaiheessa yksilö katselee elämäänsä taaksepäin ja pyrkii hyväksymään eletyn elämänsä. Minäintegraatio kertoo viisaudesta. Epäonnistuminen eheän minäkuvan saavuttamisessa johtaa Eriksonin teorian mukaan epätoivoon ja kuoleman pelkoon. (Boyd & Bee 2008, 513–514.)

Tornstamin (1994) mielestä nämä kaksi teoriaa pohjautuvat kuitenkin kahteen erilaiseen paradigmaan. Gerotranssendenssi merkitsee uutta käsitystä itsestä ja maailmasta. Siinä tarkastellaan ja määritellään todellisuutta kokonaan uudella tavalla, ei enää keski-ikäisten arvojen ja elämäntyylin jatkeena. Kysymys on laadullisesti aivan erilaisesta elämäntilanteesta. Länsimaisessa kulttuurissa

ikäihmisillä ei ole sellaisia rooleja, joiden kautta gerotranssendenssia voisi ymmärtää. Niinpä vetäytyvästä ikäihmisestä voidaan tehdä väärä ”diagnoosi” ja luulla, että kysymyksessä on sosiaalinen luhistuminen ja että henkilö tarvitsee aktivointia. (Mt. 78, 76.) Tornstamin mielestä gerotranssendenssin prosessi on sisäsyntyinen ja kulttuurista riippumaton. Prosessi on myös jatkuva ja sitä voidaan jarruttaa ja nopeuttaa. Itse asiassa gerotranssendenssi ei ole iästä riippuvainen. Myös nuori ihminen voi rakentaa aikaisempaan verrattuna kokonaan uuden elämännäkemyksen, esim. jouduttuaan kriisitilanteessa kohtaamaan kuoleman. Gerotranssendenssi ei ole coping-strategia, jonka avulla pyritään kohtaamaan lähestyvä kuolema. Se on metateoreettisesti kokonaan toisella pohjalla. (Mt. 78.)

Tornstam (1994) kirjoittaa gerotranssendenssista, joka liittyy pikemminkin elämiseen kuin vanhenemiseen. Länsimaisen yhteiskunnan arvot ja käsitykset siitä, minkälaista elämän tulisi olla vanhuudessa, kuitenkin jarruttavat gerotranssendenssin prosessia. (Mt. 80–81.) Gerotranssendenssi voi sisältää mm. yhteyden ja ykseyden tunnetta maailmanhengen ja menneiden ja tulevien sukupolvien kanssa ja elämän ja kuoleman uudelleen määrittelyä. Kiinnostus voi myös vähentyä ylenmääräiseen sosiaaliseen kanssakäymiseen, materialistisiin asioihin ja itsekeskeisyyteen. Kun todellisuuden määritelmät muuttuvat, silloin myös kuoleman pelko vähenee. Gerotranssendenssi ei kuitenkaan välttämättä merkitse sosiaalista vetäytymistä, ainakaan niissä yhteiskunnissa, joissa on gerotranssendenssiin sopivia normeja ja rooleja. (Mt. 79.)

#### 2.3.4 Sosioemotionaalisen valinnan teoria

Laura Carstensenin kehittelemässä sosioemotionaalisen valinnan teoriassa yksilö nähdään rationaalisenä valintojen tekijänä. Yksilö ei passiivisena reagoi ympäristön paineisiin vaan tekee tietoisia valintoja suuntautuessaan emotionaalisesti palkitseviin ihmissuhteisiin voimiensa vähentyessä. (Jyrkämä 2008b, 274–275.) Teorian mukaan ajan havaitseminen rajallisena ennustaa niitä päämääriä, joita ihmiset tavoittelevat ja sosiaalisia partnereita, joita he etsivät näihin päämääriin pääsemiseksi. Teorian taustalla on kolme oletusta. Ensimmäinen oletus on aksiooma, perusta teorialle: Sosiaalinen kanssakäyminen, interaktio, on ydinasia yksilöiden selviytymiselle ja eloonjäämiselle. Ihmissuhteissa on sisäänrakennettuna taipumus sosiaaliseen liittymiseen. Toiseksi yksilöt ovat luontaisesti toimijoita, ja heidän käyttäytymistään ohjaa ennakoiva oivaltaminen. Kolmanneksi teoria olettaa, että koska yksilöillä on yhtä aikaa monia, usein vastakkaisiakin päämääriä, päämäärien valinta edeltää toimintaa. Ajan käsittäminen siis tietynlaisena, joko laajenevana tai rajallisena, vaikuttaa elämän päämäärien ja tavoitteiden arviointiin. (Carstensen, Isaacowiz & Charles 1999, 166.)

Tärkeätä tässä teoriassa ei ole niinkään se, mitkä päämäärät ovat olennaisia, vaan se, miten nämä päämäärät ohjaavat toimintaa ja ajattelua. Erilaiset sosiaaliset päämäärät voidaan luokitella kahteen laajaan toiminnalliseen luokkaan: tiedon etsimiseen ja tunteiden sääntelyyn. Tiedon saaminen motivoi valtavaa määrää sosiaalista toimintaa. Kieli, arvot ja kulttuurisesti jaettu henkinen perintö siirtyvät sukupolvelta toiselle sosiaalisen vuorovaikutuksen avulla. Yksilö oppii tuntemaan ja arvioimaan sosiaalista maailmaa ja itseään sen osana suhteessa toisiin ihmisiin. Tunteiden sääntelyn kautta taas pyrkimyksenä on välttää negatiivisia tunnetiloja ja päästä osallisiksi emotionaalisesti tyydyttävistä kokemuksista. Carstensen, Isaacowiz ym. (1999) puhuvat emotionaalisten motiivien yhteydessä myös elämän tarkoituksen löytämisestä, emotionaalisen läheisyyden kokemisesta ja sen tunteen vahvistumisesta, että kuuluu johonkin. (Mt. 166.) Sosioemotionaalisen valinnan teoria auttaa ymmärtämään emotionaalista hyvinvointia aikuisiän kehitysvaiheessa. Nuoret ihmiset, jotka kokevat, että heillä on rajattomasti aikaa, investoivat tulevaisuuteen ja kasvattavat tiedollista pääomaansa. Sen sijaan iäkkäämmät ihmiset, joille aika on muuttunut rajalliseksi, saavat enemmän tyydytystä emotionaalisisista kokemuksista. Pyrkimällä emotionaaliseen hyvinvointiin halutaan jäljellä oleva aika käyttää tehokkaasti hyväksi. (Kryla-Lighthall & Mather 2009, 325–326.)

### 2.3.5 Valikoivan optimoinnin ja kompensaation teoria

Onnistunut yksilöllinen kehittyminen, mukaan lukien vanheneminen, on prosessi, joka koostuu kolmesta komponentista: valinnasta, optimoinnista ja kompensaatiosta. Baltes & Baltes (1990) väittävät, että nämä kolme käsitettä muodostavat mallin, jonka avulla voidaan kuvastaa sitä dynaamista vuorovaikutusta, joka vallitsee saavutusten ja menetysten välillä. Mallin avulla voidaan myös reflektoida niitä rajoituksia, joita ikääntyminen asettaa sille plastisuudelle, mukautuvuudelle, joka liittyy ihmisen kehittymiseen. Heidän mukaansa tämän mallin avulla voidaan kehittää strategia ikäänymiselle, joka sallii yksilöiden minäpystyvyyden (self-efficacy) ja kasvun lisääntyneestä biologisesta haavoittuvuudesta ja vähentyneistä resursseista huolimatta. (Mt. 21.)

Valikoivan optimoinnin ja kompensaation strategia kuvaa mukautumisen ja sopeutumisen prosessia ihmisen koko elämänsä aikana, mutta aivan uudenlaisen merkityksen se saa vanhalla iällä. *Valinta* on välttämätöntä silloin, kun yksilöillä ei ole enää mahdollisuutta toimia kaikilla elämänsä toiminta-alueilla. Silloin yksilö (ja myös yhteiskunta) joutuu sopeuttavan tehtävän eteen. Ympäristön vaatimusten ja yksilöiden motivaation, taitojen ja biologisen kapasiteetin tulisi lähentyä. Iäkkäämmät joutuvat jättämään valintansa ulkopuolelle monia toiminta-alueita, tämän vastapainoksi

heillä pitäisi olla mahdollisuus valita uusia tai muuntuneita toiminta-alueita tai päämääriä elämässään. Tällöin yksilöillä olisi mahdollisuus osallistua subjektiivisesti tyydyttäviin kokemuksiin ja kokea myös oman elämänsä hallinnan tunnetta. Strategian toisena elementtinä on *optimointi* ja sillä viitataan siihen, että yksilöt haluavat toimia lisätäkseen yleisiä resurssejaan ja maksimoidakseen sekä määrällisesti että laadullisesti niitä asioita, jotka he kokevat itselleen tärkeiksi. Kolmas elementti, *kompensaatio*, on seurausta (samoin kuin valintakin) potentiaalisen plastisuuden rajoittumisesta. Kompensaatiota voidaan toteuttaa mielen alueella psykologisesti ja teknologian avulla. Psykologisesta kompensaatiosta on esimerkkinä esim. erilaisten muististrategioiden käyttö, teknologian alueen esimerkkejä ovat esim. kuulokojeet. (Baltes & Baltes 1990, 21–22.)

Baltes (1996) esittää mieleenpainuvan esimerkin siitä, kuinka konserttipianisti Arthur Rubinstein sovelsi menestyksekkäästi teoriaa omassa toiminnassaan. Rubinstein oli 80-vuotias, kun häneltä eräässä televisiohaastattelussa kysyttiin, kuinka hän onnistui säilyttämään soittamisen niin tasokkaana korkeasta iästään huolimatta. Hän vastasi tukeutuvansa kolmeen strategiaan. Ensinnäkin hän keskittyy vain muutamiin kappaleisiin (valinta). Toiseksi, koska kappaleita on vähemmän, hänellä on mahdollisuus harjoitella kutakin niistä enemmän (optimointi). Kolmantena keinona soittamisen tason säilymiseen Rubinstein mainitsi, että mekaanisen nopeuden hidastumista hän ehkäisee soittamalla hitaammin ennen nopeita segmenttejä sävellyksessä. Näin hän saa aikaan vaikutelman nopeiden segmenttien nopeudesta (kompensaatio). Valikoivan optimoinnin ja kompensoinnin strategian käyttäminen kertoo arjen elämänhallinnasta ja samalla myös onnistuneesta vanhenemisestä. (Mt. 371.)

#### 2.4 Miten voidaan rakentaa onnistunutta / hyvää vanhenemistä

Rowe & Khan (1999) määrittelevät onnistuneen vanhenemisen kolmen avainkomponentin kautta, mutta sitä ennen he pohtivat, mitä ylipäänsä on onnistuminen jossakin. Heidän mielestään onnistuminen on aktiivista toimintaa; jotta voisi onnistua, täytyy haluta sitä, suunnitella, miten siihen pääsee ja tehdä työtä siihen pääsemiseksi. Lyhyesti sanottuna onnistunut vanheneminen on riippuvainen yksilöllisistä valinnoista ja toimimisesta niiden pohjalta. (Mt. 37) Onnistuneen vanhenemisen avainkomponentit ovat:

- sairauksien välttäminen,
- korkealla tasolla olevan kognitiivisen ja fyysisen toimintakyvyn säilyttäminen ja
- aktiivinen elämäntapa ja osallistuminen.

Komponenttien välillä on jonkin asteinen hierarkkinen järjestys. Sairauksien ja vajavuuksien puuttuminen tekee helpommaksi säilyttää ja pitää yllä henkistä ja fyysistä toimintakykyä. Henkinen ja fyysinen toimintakyky puolestaan mahdollistaa, mutta ei kuitenkaan takaa, aktiivisen osallistumisen elämään. Kukin näistä kolmesta komponentista koostuu monista tekijöistä. Sairauksien puuttuminen tarkoittaa myös niiden erilaisten riskitekijöiden puuttumista, jotka altistavat sairauksille. Korkealla tasolla oleva toimintakyky vaatii sekä fyysisiä ja henkisiä kykyjä. On kuitenkin eri asia, mitä yksilö voi tehdä ja mitä hän tekee. Monet iäkkäät ihmiset tekevät ja osallistuvat paljon vähemmän kuin mihin he olisivat kykeneviä. Kolmas komponentti: aktiivinen elämäntapa ja osallisuus (”engagement with life”), voi tarkoittaa monia asioita. Onnistuneen vanhenemisen näkökulmasta ollaan kuitenkin ensisijaisesti kiinnostuneita kahdesta asiasta: suhteista toisiin ihmisiin ja produktiivisesta toiminnasta. (Mt. 38–40.) Se, minkälaisia yksilöiden suhteet ovat ympärillä oleviin sosiaalisiin verkostoihin ja yhteisöihin, ystäviin ja perheeseen, ovat luotettavimpia hyvinvoinnin, elämisen laadun ja pitkäikäisyyden ennustajia. Minkälaisia näiden suhteiden sitten pitäisi olla? Rowe’n ja Khan’n (1999) mukaan tärkeä osa vastausta tähän kysymykseen muodostuu sosiaalisen tuen antamisesta ja saamisesta. He puhuvat sosiaalisesta tuesta kahdesta eri näkökulmasta: Sosioemotionaalinen tuki sisältää kiintymyksen ilmauksia, kunnioitusta ja arvostusta. Instrumentaalinen tuki koostuu suoran avunannon teoista, kuten esim. fyysisen avun antaminen, erilaisten askareitten tekeminen, kuljetusten järjestäminen tai rahan lainaaminen. (Mt. 46–47.)

Rowe’n ja Khan’n (1999) teoria onnistuneesta vanhenemisestä (successful aging) on lähtökohtana tutkimukselle, jossa pyritään löytämään vastauksia kysymykselle, kuinka vanhat ihmiset voisivat sopeutua positiivisesti iän tuomiin rajoituksiin. Teoriaa voidaan kritisoida perustavaa laatua olevilla argumenteilla. Zarit (2009) kirjoittaa, että Rowe’n ja Khan’n (1999) mukaan onnistunut vanheneminen saavutetaan välttämällä sairauksia ja maksimoimalla kognitiivinen ja fyysinen toiminta. Tässä onnistutaan terveellisellä elämäntyyllillä ja fyysisillä ja kognitiivisilla harjoituksilla. Tämä on tietysti totta, mutta riskinä on se, että painottamalla liikaa yksilöiden kykyä estää sairautta, heidät katsotaan vastuullisiksi huonosta terveydestään. Painavin kritiikki tulee kuitenkin teorian oletukselle, että onnistuneessa vanhenemisessä terveys on välttämätöntä. Monet kroonisista sairauksista ja erilaisista vajavuuksista kärsivät ihmiset toimivat perheensä ja yhteisöjensä tehokkaina jäseninä. Todellinen haaste onnistuneelle vanhenemiselle onkin luoda olosuhteet, joissa ikääntyneillä ihmisillä olisi laadukas elämä erilaisista sairauksista ja toiminnanvajeista huolimatta. (Zarit 2009, 680–681.)

Marin (2000) kirjoittaa, että onnistuneesti vanheneva yhteiskunta ei sisällä hyödyttömiä tai tarpeettomia ikäryhmiä. Hän jatkaa, että hyvä vanheneminen on paitsi yksilöllinen myös yhteiskunnallinen luonteeltaan. Marin pohtii hyvää vanhenemistä ihmisen monikerroksisuuden kautta ja viittaa aristoteliseen kolmijakoon: henki, sielu ja ruumis. Ruumis on hengen ja sielun asuinsija ja kulkuneuvo, joka kuljettaa meitä paikasta toiseen. Ruumiin eli kehollisuuden kautta välitämme tunteitamme, kykyjämme ja kokemuksiamme ja otamme vastaan muiden ihmisten tunteita, kokemuksia ja kykyjä. Hyvä vanheneminen ruumiin kannalta merkitsisi sitä, että se olisi hyvä asuinsija ja kulkuneuvo mahdollisimman pitkään. Sielun tai mielen kautta rakennamme ja ylläpidämme identiteettiämme ja sisäistä elämäämme. Nämä edellyttävät sosiaalista ja kulttuurista osallisuutta. Hyvään vanhenemiseen kuuluvat mielen terveys, jäsenyydet eri yhteisöissä ja inhimilliset kontaktit, jolloin on mahdollisuus saada ja antaa. Henki edustaa eksistentiaalista tasoa. Tämä taso voi olla myös uskonnollinen tai henkinen (vrt. Tornstamin gerotranssendenssi). Henki on samuutta – osallisuutta ihmiskuntaan, luontoon ja elämän kiertoon. Jokainen on arvokas sinänsä riippumatta sielun ja ruumiin tilasta. (Mt.37–38.)

Marin (2000) pohtii myös hyvän vanhenemisen uhkia kolmijaon: henki, sielu, ruumis, pohjalta. Nyky-yhteiskunnassa ihmisen tarve olla arvokas sinänsä laiminlyödään. Asiat arvotetaan ja mitataan taloudellisilla mittareilla ja kysytään, kuinka paljon tämä tulee yhteiskunnalle maksamaan. Aikaisempaa yksilön kulttuurista pääomaa, elämäkokemusta ja tietopääomaa ei enää arvosteta. Päinvastoin iäkkäämpiä kansalaisia pidetään konservatiivisina, pysähtyneinä ja hyödyttöminä. Eksistentiaalinen puoli, ”tuonpuoleisuus” ja henkisyys ovat myös jääneet taloudellisen, ihmistä objektiivoin laskelmoinnin jalkoihin. Vanhimilla sukupolvilla ei ole enää merkityksellisiä sosiaalisia positioita. (Mt. 40–41.) Korkeaa ikää on kutsuttu ”roolittomaksi rooliksi”, ts. ajaksi, jolloin ei enää ole ollenkaan selvää, mitä ikäihmisiltä odotetaan tai odotetaanko heiltä enää mitään (Rowe & Khan 1999, 51). Nämä uhkat koskevat vanhenevan ihmisen sielua ja rasittavat heidän identiteettiään ja itsetuntoaan, ja saattavat johtaa sosiaaliseen syrjäytymiseen. Ihmissuhteet saattavat kaventua pelkästään perheeseen ja lähisukuun. Ilman perhettä olevien ihmisten määrän on myös todettu lisääntyneen ikääntyneessä väestössä. Seurauksena voi olla yhä laajeneva vanhempien ihmisten sosiaalinen ja kulttuurinen eristyminen, sillä ihmisen voimavarat luoda ja ylläpitää sosiaalisia suhteita vähenevät tuntuvasti siirryttäessä kohti neljättä ikää. (Marin 2000, 40–41.)

Jylhä (2000) pohtii Onnistunut vanheneminen -käsitteen tarkoituksenmukaisuutta. Toisaalta se on hyödyllinen työkalu, mutta toisaalta aiheuttaa ärtymystä. Hän esittää monia kysymyksiä: Mitkä ovat onnistumisen kriteerit ja kuka niistä päättää? Millä tavalla vanhuus eroaa aikuisuudesta laadullisesti



niin paljon, että on ruvettu puhumaan onnistuneesta vanhenemisestä? Miksi ei puhuta myös onnistuneesta aikuisuudesta? Hän näkeekin käsitteen arvon tutkimuksessa lähinnä heuristisena työkaluna. Hän kysyy edelleen, mitä seurauksia onnistuneen vanhenemisen diskurssilla on ikäihmisten elämään ja vanhuuden kohtaamiseen yhteiskunnallisella tasolla. Mitä sitten, jos epäonnistuu vanhenemisessaan? Tämän päivän yhteiskunnassa ihmisen on kohdattava vanhenemisen haasteet yksin ilman kollektiivisten normien ja roolien tukea ja vailla vanhenemista ja kuoleman lähestymistä koskevia perinteitä. Pitäisikö onnistunutta vanhenemista määritellä ikäihmisten itsensä määrittämältä pohjalta? Minkälaisia vanhenemisen teorioita ihmiset itse haluavat soveltavaa omissa elämäntilanteissaan ja minkälaista vanhenemista he tuottavat oman elämänsä aineksista? (Mt. 44–46.)

### **3. YHTEISÖLLINEN YHTEISÖ VAI PELKÄSTÄÄN YHTEISÖ**

#### **3.1 Yhteisövoimat yhteiskuntavoimien temmellyksessä**

Miten osallistumiskulttuuria voidaan rakentaa? Mikään kulttuuri ei muodostu hetkessä. Harisalo & Miettinen (1996) kirjoittavat kirjassaan Vastuuyhteiskunnan peruslait erilaisista yhteiskuntavoimista, jotka muodostuvat yksilöistä ja instituutioista. Näitä voimia ovat: yhteisövoimat (esim. kylät, kaupunginosat), kuluttajavoimat (vastuullinen osallistuja ja kansalainen), yrittäjävoimat, valtiovalta ja julkinen valta, järjestelmävoimat (puolueet) ja järjestövoimat. Ihmisten ja yhteiskuntavoimien suhteen tulisi kehittyä spontaanisti. (Mt. 65–67.)

Yhteisövoimat muodostavat pieniä yhteiskuntia. Pienissä yhteiskunnissa (perhe, suku, oma asuinyhteisö, ylipäättään pienet yhteisöt, joihin yksilö kuuluu) rakennetaan paitsi sen yhteisön arvoperustaa, samalla yhteisön yksittäisten jäsenten arvoperustaa. Ihmisen arvot rakentuvat hyvin varhaisessa vaiheessa. Ihminen juurtuu yhteiskuntaansa juuri pienten yhteiskuntien kautta. Siellä hän oppii toimimaan vastuullisesti ja ottamaan muut huomioon. Hän oppii myös osallistumaan ja välittämään muista. (Mt. 67–68.) Nykyisessä hyvinvointiyhteiskunnassa ajatellaan individualistisesta näkökulmasta ja jätetään yhteisten asioiden hoitaminen julkiselle vallalle. Harisalo & Miettinen (mt. 69) viittaavat Charles Murray'in, jonka mukaan monet yhteiskunnan ongelmat ratkeaisivat yhteisövoimien rakentamisella eikä niinkään julkisen auttamisen kautta. Järkyttäviä ovat uutiset vanhuksista, jotka ovat viruneet kuolleina kotonaan jopa vuosikausia (Iltasanomat 27.1.10: Kukaan ei kaivannut vanhaa naista. Kuolleena sohvalla 2,5 vuotta). Kyseisessä Iltasanomien artikkelissa kerrotaan, että Helsingissä tehdään joka vuosi vanhoja ruumislöytöjä. Joitakin kuukausia kotona olleita vainajia tulee ilmi jopa kymmeniä vuosittain. Tämä on suurkaupungin ilmiö. Yhteisöllisyyden vahvistami-

nen on siis elintärkeää, mutta mitä se konkreettisesti pitää sisällään. Pelkillä yläkäsitteillä puhuminen ei vie asioita yhtään eteenpäin. Käsitteet on operationalisoitava käytännöllisiksi toimenpiteiksi. Pienten yhteiskuntien perustavaa laatua oleva tehtävä on se, että ne välittävät ja ylläpitävät arvoja ja perinnettä. Ilman arvoja yksilöt eivät pysty löytämään tapaa, jolla elää tässä maailmassa. Ihmiset ovat menettäneet kyvyn osallistua pieniin yhteiskuntiin, koska se ei ole enää niin välttämätöntä. Lehtonen (1990) kirjoittaa, että monet kuitenkin haluaisivat elää yhteisössä, mutta vain harvat elävät. Mitä oikeastaan tarkoitetaan yhteisöllä? Empiirisen tutkimuksen näkökulmasta tutkimuksen lähtökohtana usein oletetaan jo valmiiksi, että tarkasteltavana on yhteisö. Kuitenkaan sitä, millä perusteilla tällainen oletus on tehty, ei ole mietitty. (Mt. 12.)

### 3.2 Mikä on yhteisö

Käsitteinä yhteisö ja yhteisöllisyys ovat epämääräisiä ja monimerkityksisiä. Yleiskielessä yhteisöllä viitataan ihmisten väliseen suhteeseen ja siihen, mikä on tietylle ihmisryhmälle yhteistä. Yhteisöjä voidaan luokitella niiden tavoitteiden (esim. hoitoyhteisöt) ja vuorovaikutuksen luonteen mukaan (esim. aatteelliset yhteisöt). Liian yleisenä käsitteenä yhteisö-käsitteeltä kuitenkin puuttuu tutkimuksessa tarvittava erottelukyky. Sosiologisessa yhteisötutkimuksessa erotetaan alueellinen ja vuorovaikutusta korostava suuntaus. Alueellisessa yhteisötutkimuksessa kohteena voi olla esim. kylä, kaupunginosa tai yhdyskunta. Alueellisuus voi olla yhteisömuodostusta selittävä tekijä tai yhteisökäsitettä korvaava käsite (talon asukkaisto muodostaa asukas-yhteisön). Vuorovaikutusta korostavan tutkimussuuntauksen kohteena ovat ryhmämuodostelmat ja niissä ilmenevä vuorovaikutus. Ryhmämuodostelmat voivat olla alueellisia, mutta alueellisuus ei välttämättä ole niissä keskeinen piirre. (Lehtonen 1990, 14–17.)

Lehtonen (1990) määrittelee yhteisön ominaisuuksiksi kolme piirrettä: 1. alueellisesti rajattavissa oleva yksikkö, 2. sosiaalisen vuorovaikutuksen yksikkö ja 3. yhteenkuuluvuuden tunteiden ja muiden symbolista yhteisyyttä osoittavien ilmiöiden yksikkö. Toisin sanoen yhteisöstä on kysymys silloin, kun ihmiset elävät tai asuvat yhdessä, toimivat yhdessä ja / tai ajattelevat tietyistä asioista samalla tavoin. Nämä kriteerit ovat kuitenkin perin yleisiä. Lehtonen jatkaa, että näiden lisäksi pitäisi määritellä: 1. alueellisen laajuuden leikkauspiste, jossa yleinen yhteisyys muuttuu laadullisesti erityiseksi yhteisöksi, 2. mitkä sosiaalisen vuorovaikutuksen muodot ovat yhteisölle tyypillisiä ja 3. mitkä ovat ne ehdot, joilla symbolinen yhteisyys hyväksytään yhteisömuotona. (Mt. 17–18.)

Lehtonen (1990) kutsuu yhdyskunnan käsitteellä tietylle alueelle sijoittuvaa sosiaalisen vuorovaikutuksen järjestelmää (piirteet 1 ja 2). Tarkempaan rajaukseen tarvittaisiin tietoja siitä, millaisesta sosiaalisesta vuorovaikutuksesta on kyse. Hän kutsuu paikallisyhteisöksi tietylle alueelle sijoittuvia yhteenkuuluvuutta kokevia ihmisiä (piirteet 1 ja 3). Myös tässä tarvittaisiin tarkempaa rajausta, jonka avulla kävisi ilmi, mihin yhteenkuuluvuuden tunteet perustuvat ja miten keskeisiin elämäntilanteisiin ne liittyvät. Jos välitön vuorovaikutus jää vähäiseksi, olisikin tarkoituksenmukaisempaa puhua yhteisestä piirteestä yhteenkuuluvuuden tuojana. Yhteisöstä voidaan puhua, kun yhteenkuuluvuutta kokevat ihmiset muodostavat sosiaalisen vuorovaikutuksen järjestelmän (piirteet 2 ja 3). Tässäkin yhteisö-käsitteen käytön määrittelee viime kädessä yhteenkuuluvuuden ja vuorovaikutuksen luonne. Yhteisöstä sanan varsinaisessa merkityksessä voidaan puhua, kun kaikki nämä kolme yhteisön piirrettä yhdistettyinä viittaavat tietyille alueelle sijoittuneiden, yhteenkuuluvuuden tunteita kokevien ihmisten muodostamaan sosiaalisen vuorovaikutuksen järjestelmään. Edelleen kutakin kolmesta piirteestä täytyy tarkentaa. Yhteenvetona Lehtonen sanoo, että yhteisö ilmenee alueeseen (tilaan) kiinnittyvänä toiminnan ja tietoisuuden yhdelmänä, joka näyttäytyy siihen osallistuville ihmisille identiteettiä vahvistavana vuorovaikutusjärjestelmänä. (Mt. 19–20.)

Jotta kysymys olisi siis yhteisöstä, yhteisön jäsenillä on oltava jotain yhteistä. Yhteisyys voi ilmetä toimintana tai tunteina. Lehtonen erottaakin kaksi yhteisyyden kehitysprosessia: 1. Yhteisyys vuorovaikutuksessa kehittyvänä ilmiönä, jolloin kysymys on toiminnallisesta yhteisöstä. Jäsenten ryhmäidentiteetti muotoutuu konkreettisen toiminnan seurauksena. 2. Yhteisyys tietoisuudessa vahvistuvana yhteenkuuluvuuden tunteena (esim. meidän vanhainkoti), jolloin kehitty symbolista yhteisyyttä. Yhteisö edellyttää kuitenkin vuorovaikutusta, jolloin tietoisuus ja tunteet riittävät vain symboliseen yhteisyyteen. (Mt. 23–24.)

### 3.3 Sosiaaliset verkostot pienissä yhteiskunnissa

Perhe on eräs vanhimmista ja yleisimmistä sosiaalisista instituutioista yhteiskunnassa. Ihannetapauksessa sen suojissa voi kokea hoivaa, huolenpitoa ja keskinäistä solidaarisuutta. Solidaarisuus on piirre, joka liittyy perheen kiinteyteen. Perheen keskellä on mahdollista kokea lämpimiä ja turvallisia ihmissuhteita, vuorovaikutusta ja avunantamista. Tosin tämä kanssakäyminen ei välttämättä aina ole sopuisaa. Yhteiskunnan muuttuessa teollistumisen, kaupungistumisen ja modernin elämänmuodon myötä perhekäsitys on kiteytynyt ydinperheeksi. Hyvinvointivaltio on ottanut hoitaakseen monia perheelle kuuluvia tehtäviä. (Marin 2008b, 64–66.) Perheenjäsenten välisen yhteisyyden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen areenana on koti. Tämä areena jäsentää perheenjäsenten välisiä suhteita,

rooleja, toimintoja ja ajankäyttöä. Perhe kotina merkitsee yhteistä aikaa, joka on sidottu yhteen paikkaan. Yhteinen aika tuottaa perinteitä, historiaa, muistoja ja kulttuuria. Kodilla on voimakas, perheyhteyteen liittyvä merkitys. Vanhat ihmiset puhuvat kodista eri merkityksissä: koti voi olla lapsuudenkoti, oman perheen koti tai asunto esim. palvelutalossa. Asunnossa voi olla omat huonekalut ja omia esineitä, mutta silti se ei täysin ole koti. Laitoksia yritetään kodinomaistaa, mutta se ei onnistu pelkästään tuomalla sinne omia huonekaluja ja esineitä. Tärkeintä olisi luoda toiminnallisesti elävät yhteydet lähisukulaisiin. (Mt. 68–69.) Eikä ainoastaan lähisukulaisiin, vaan myös muihin samassa vanhainkodissa asuviin. Mitä oikeastaan tarkoittaa laitosten kodinomaistaminen? Vilkkonen (2010) kirjoittaa, että myöhäisvanhuudessa, jolloin saattaa olla jo paljon toiminnanvajavuuksia, fyysinen, omasta kodista kertova ympäristö ei välttämättä olekaan enää niin tärkeä. Tärkeämmäksi tulee sosiaalinen ympäristö, kontaktit ja ihmisympäristö kodin tunnun tuojana. (Mt. 229, 231–233.)

Perheessä ja muissa sosiaalisissa verkoissa kohdataan ”merkityksellisiä muita”. Nämä ovat itselle tärkeitä ihmisiä. Ystävyys-suhteet ovat tällaisia merkityksellisiä suhteita. Ystävyteen kuuluu avoimuus ja pyyteettömyys. Vanhenevilla ihmisillä ystäväpiiri saattaa pienentyä ja riippuvuus joko omaan perhepiiriin tai institutionaalisiin auttajiin lisääntyä. Ystävyys-suhteiden kehittyminen vaatii pitkäaikaisuutta ja luottamusta. Ystävyys-suhteet ovat informaaleja verkostoja, jotka syntyvät vapaaehtoisista valinnoista. Formaali verkot ovat sen sijaan yhteiskunnallisesti muodostettuja, joissa verkoston osapuolena ovat asiakas ja työntekijä. Formaaleissa verkoissa asiakkaiden tarpeet usein määritellään heidän ulkopuoleltaan käsin. (Marin 2008b, 69–70, 72.)

Iäkkäiden ihmisten sosiaalinen pääoma pienenee ystävyys-suhteiden vähetessä. Sosiaalista pääomaa ei kehity ilman aktiivisuutta verkostojen solmimiseen. Korkean iän mukanaan tuoma huonokuntoisuus ja hauraus heikentävät mahdollisuuksia hoitaa aktiivisesti ihmissuhteita ja verkostoja, niinpä verkostoissa olevien muiden ihmisten on oltava aktiivisia. Iäkkäiden ihmisten sosiaaliset verkostot kaksinapaistuvat siirryttäessä kohti neljättä ikävaihetta: Jäljellä ovat suhteet lähiomaisiin. Uusina suhteina tulevat suhteet institutionaalisiin auttajiin. Kolmannessa ikävaiheessa olevilla ihmisillä on vielä enemmän mahdollisuuksia rakentaa uusia verkostoja, jotka voivat toimia tukena iän lisääntyessä ja toimintakyvyn vähentyessä. (Marin 2002, 104–105.)

### 3.4 Sosiaaliset verkostot ja niiden merkitys

Sosiaalisen verkon ytimenä on kahden ihmisen välinen sosiaalinen suhde. Sosiaalisessa suhteessa osapuolilla on odotuksia toistensa toimintaan nähden. Onnistuakseen sosiaaliset suhteet edellyttä-

vät luottamusta ja jonkinasteista vaihdon tasapuolisuutta. Luottamus perustuu tuntemiseen. Entä jos verkon osapuolet ovat vieraita toisilleen? Formaalisissa suhteissa toisena osapuolena voivat pareminkin olla virat tai asemat. Autettava kuitenkin tuntee sen instituution, jota työntekijä edustaa. Luottamussuhde ei siis vallitse henkilöiden välillä suoraan. Ihmisen ikääntyessä formaalit suhteet lisääntyvät toimintakyvyn heiketessä. Elämän aikana syntyneet muut suhteet vähenevät eri syistä. Iäkkään ihmisen verkosto voi siis olla ulkoistunut, institutionalisoitunut ja vieras. (Marin 2008b, 73–74.)

Tunne elämän tarkoituksellisuudesta voi joutua koetukselle, jos ikäihmisen sosiaalinen verkosto käsittää vain formaaleja, institutionaalisia suhteita. Elämän tarkoituksellisuudella viitataan erilaisiin konkreettisiin elämän tarkoituksiin yksilötasolla. Elämän tarkoituksellisuuden kokemista valaisevat kysymykset: minkä vuoksi elämä koetaan tarkoitukselliseksi tai miten tätä tunnetta voisi lisätä. Elämän *tarkoitus* on taas eri käsite, joka viittaa absoluuttiseen, perimmäiseen elämän tarkoitukseen. (Read 2008, 231.) Read jatkaa ja viittaa Viktor Frankliniin, joka on pohtinut elämän tarkoituksellisuuden kysymyksiä. Hänen mukaansa elämän tarkoituksellisuuden etsiminen on keskeinen, elämää ylläpitävä motiivi. Elämän tarkoituksellisuuden kokemuksista seuraa elämänhalun kasvamista, elämään tyytyväisyyttä, minän eheytymistä ja kypsää suhtautumista kuolemaan. Tarkoituksettomuuden tunteet taas aiheuttavat elämänhalun vähentymistä, turhautumista, masennusta ja ahdistuneisuutta. Franklinin mukaan elämän tarkoituksellisuuden etsiminen on suhteellisen riippumaton motiivi. Elämä voidaan kokea tarkoitukselliseksi huolimatta vakavasta sairaudesta tai suurista menetyksistä. (Mt. 231.)

Mitkä ovat sitten elämän tarkoitukselliseksi kokemisen lähteitä? Ne ovat riippuvaisia kunkin ihmisen uskomus- ja arvojärjestelmistä, jotka muotoutuvat historiallisesti ja voivat muuttua ihmisen kulkiessa elämänvaiheesta toiseen. Eriksonin (1980) kehitysteoriassa vanhuuden vaihe on oman elämän jäsentämisen ja kuolemaan valmistautumisen aikaa. Minän eheyden kokemuksen saa aikaan se, että yksilö kokee elämänsä olleen elämisen arvoista. Saavuttaakseen minän eheyden, yksilön on opittava hyväksymään se, kuinka hän on elänyt elämäänsä ja minkälainen hänestä on tullut. Hänen on myös opittava hyväksymään ne valinnat, joita hän on tehnyt samoin kuin saavutetut ja menetetyt erilaiset mahdollisuudet elämässä. On myös opittava hyväksymään ne ihmiset, jotka ovat olleet merkityksellisiä elämässä. Tämä tarkoittaa mm. vapautumista toiveista, että esim. omat vanhemmat olisivat olleet toisenlaisia ja sen hyväksymistä, että omasta elämästään on ollut itse vastuussa. Eriksonin mukaan epäonnistuminen minän eheyden saavuttamisessa voi johtaa toivottomuuden ja epätoivon tunteisiin, koska enää on vain vähän aikaa muutosten tekemiseen. (Erikson 1980, 104–105,

Boyd & Bee 2008, 513–514.) Boyd & Bee (2008) kuitenkin mainitsevat, että kehityspsykologiassa ei ole tehty pitkittäis- tai poikittaistutkimusta siitä, onko iäkkäillä ihmisillä enemmän taipumusta itsehyväksynnän etsimiseen kuin nuorilla tai keski-ikäisillä. Boyd ja Bee (2008) viittaavat Prageriin, jonka tutkimukset ovat antaneet viitteitä siitä, että oman elämän reflektointi ja orientoituminen enemmän filosofisesti kasvaa siirryttäessä myöhäiseen aikuisuuteen. Ne, jotka saavuttavat tällaisen filosofisen reflektoinnin avulla enemmän itsetyytyväisyyttä, ovat vähemmän pelokkaita kuoleman suhteen. (Mt. 513–514.)

Ikivihreät-tutkimuksessa on tutkittu elämän tarkoituksellisuuden muutosta ikäihmisillä kahdeksan vuoden seurannan aikana. Haastattelut (yhteensä n. 600 molempina vuosina) tehtiin vuonna 1988, jolloin tutkittavat olivat 65–84-vuotiaita ja vuonna 1996, jolloin tutkittavat olivat 73–92-vuotiaita. Tulosten mukaan kolme eniten elämään tarkoitusta tuovaa asiaa olivat: läheiset ihmiset, elämään liittyvät asiat (esim. elämän arvostaminen ja eteenpäin meno), terveys ja toimintakyky. Muita asioita olivat: harrastukset, psyykinen hyvinvointi, uskonto, taloudellinen hyvinvointi, luonto, musiikki. Kolme useimmin mainittua syytä elämän tarkoituksettomuuden tunteisiin olivat: elämään liittyvät asiat (esim. pettymys elämään, vanhuus, kuoleman odotus), ihmissuhteiden puute tai niiden ongelmallisuus, heikko terveys ja toimintakyky. Elämään liittyvien asioiden ja heikon terveyden ja toimintakyvyn merkitys kasvoivat seurannan aikana tarkoituksettomuuden syinä. (Read 2008, 233–236.)

Miten elämän tarkoituksellisuuden tunnetta voidaan edistää? Yllämainitun tutkimuksen perusteella näitä keinoja ovat terveyttä ja toimintakykyä ylläpitävä toiminta ja antoisat ihmissuhteet. Elämän tarkoituksellisuuden kokemus on kuitenkin hyvin yksilöllistä. Read (2008) kirjoittaa, että elämän tarkoituksellisuuden tunteen kehittämisessä hyödyllisiä ovat mm. muistelu, mielekäs harrastustoiminta, sitoutuminen, optimistisuus, huumori, hengellinen ja filosofinen pohdiskelu sekä luovuus ja joustavuus. Sitoutumisesta esim. ihmissuhteisiin ja tehtäviin seuraa elämänhalun lisääntymistä, mutta vanhuudessa se voi vaikeutua. Myös optimistinen mieliala voi olla vaikeaa terveyden ja toimintakyvyn huonontuessa. Silloin olisi tärkeää oppia nauttimaan päivittäisistä pienistä asioista. Vanhuuden kokemukseen ja kuoleman lähestymiseen liittyy kasvavaa tarvetta hengelliseen ja filosofiseen pohdiskeluun. Ikäihmisten mieltä saattavat askarruttaa monet hengelliset ja eksistentiaaliset kysymykset olemassaolon tarkoituksesta. Luovuuden ja joustavuuden avulla voidaan kompensoida menetyksiä ja suuntautua uusiin asioihin. (Mt. 237–240.)

### 3.5 Sosiaaliset maailmat yhteisöllisyyden kokemisen muotona

Unruh (1983) pohtii sitä, mitä tarkoitetaan käsitteellä ”sosiaalinen maailma” ja kirjoittaa, että fenomenologit ovat käyttäneet käsitettä viittaamaan todellisuuden eri laatuihin, inhimillisen kokemisen ja merkitysten rajattuihin alueisiin, joiden kautta yksilöt rakentavat elämäänsä. Modernissa, urbaanissa yhteiskunnassa elävät ihmiset eivät ole integroituneet yhteen, kaikki persoonalliset merkitykset sisältävään sosiaaliseen maailmaan vaan lukemattomiin sosiaalisiin maailmoihin. Hän toteaa, että persoonalliset merkitykset rakentuvat yhdistelmästä, jotka koostuvat erilaisista sosiaalisista osallistumisista, rooleista ja suhteista. Moderni, sosiaalinen elämä on luonteeltaan segmentoitunutta. Sosiaaliset maailmat muodostuvat ”sosiaalisten objektien” kautta, joita tuotetaan, luodaan, levitetään ja arvioidaan niistä kiinnostuneiden ihmisten kesken. Sosiaalisia objekteja voivat olla esim. taide, postimerkit ja klassinen musiikki (Mt. 12–13.) Unruh (1983) määrittelee sosiaalisen maailman erittäin laajaksi ja läpäiseväksi, hajanaiseksi ja tila-käsitteestä riippumattomaksi sosiaalisen organisoitumisen muodoksi, jossa toimijoita yhdistää yhteisten kommunikaatiokanavien kautta jaetut näkökulmat jostakin asiasta. Esimerkiksi taiteen maailma on täynnä ideoita, käytäntöjä, tapah-tumia ja menettelytapoja, joka yhdistää taiteesta kiinnostuneita ihmisiä toisiinsa yli rajojen. Unruh kirjoittaa, että integroituminen erilaisiin sosiaalisiin maailmoihin on jäänyt vähälle huomiolle sosiologisessa tutkimuksessa. Tämä ehkä johtuu siitä, että pohjimmiltaan persoonallinen integraatio sosiaalisiiin maailmoihin eroaa siitä, miten ihmiset liittyvät sosiaalisen organisoitumisen konventionaalisiin muotoihin, esim. perheeseen, harrastusryhmiin, erilaisiin informaaleihin ryhmiin, vapaaehtois-toimintaan jne.. Sosiaalisen organisoitumisen konventionaaliset muodot vaativat enemmän spatiaalista jatkuvuutta, formaalia jäsenyyttä, rationaalista ja byrokraattista toimintaa ja tietynlaisia ominaisuuksia. (Mt. 14.)

Osallistuminen erilaisiin sosiaalisiin maailmoihin voi olla joillekin ihmisryhmille ongelmallista. Osallistumista vaikeuttavia tekijöitä voivat olla henkinen tai fyysinen sairaus, vähemmistöryhmään kuuluminen tai laitostuminen. Unruh (1983) mainitsee, että ehkä tärkein ryhmä, joille osallistuminen erilaisiin sosiaalisiin maailmoihin on vaikeutunut, ovat ikääntyneet. (Mt. 16.) Unruh jatkaa, että ikääntyneiden tietoisuus lähestyvistä omasta kuolemasta vaikuttaa siihen, miten he kokevat erilaisten sosiaalisten maailmojen merkitykset omassa elämässään. Jos jokin tietty sosiaalinen maailma halutaan säilyttää merkityksellisenä läpi elämän, iän lisääntyessä yksilöt joutuvat taistelemaan säilyttääkseen tämän merkityksellisyyttä tuovan asian elämässään. Joillekin ikäihmisille osallistuminen erilaisiin sosiaalisiin maailmoihin muodostaa vain pienen osan heidän elämästään. Joillekin

taas osallistuminen johonkin sosiaaliseen maailmaan on identiteetin rakennusaine ja olennainen asia heidän olemassaoloon. (Mt. 176, 178.)

### 3.6 Yhteisyys rakentuu kohtaamisissa

Elämän mielekkyyden ja tarkoituksellisuuden kokemuksiin vaikuttavat olennaisesti ihmissuhteet ja niiden laatu. Värri (1997) kirjoittaa Martin Buberin käsitteistä, Minä-Se- ja Minä-Sinä -suhteet. Minä-Sinä -suhteen lähtökohtana ei ole Minä eikä Sinä, vaan suhde. Tärkeintä on kohtaaminen, ja siinä kahden kohtaavan välille syntyvä välitila, joka ei ole kummankaan kohtaavan subjektin aikaansaannosta. Tämä välitila antaa perustan Minälle ja intersubjektiivisuudelle. Se mahdollistaa ulospääsyn individualismista ja kollektivismista. (Mt. 70–71.) Minä-Se -suhde taas on monologinen, koska kokemus maailmasta on representoituneena yksilössä eikä yksilön ja maailman välillä. Minä-Se -suhteessa ei siis tapahdu maailman ja toisen ihmisen kohtaamista. Se on kuitenkin välttämätön ja luonnollinen osa kokemusmaailmaamme, jokapäiväistä elämäämme. Eikä se ole pahasta, mutta sen yksinvalta on. (Mt. 75–76.) Ihmisten välisestä suhteesta häviää dialogisuus, kohtaaminen, jos jatkuvasti tyyppitykset ja luokitukset jäsentävät arkipäivän keskinäistä vuorovaikutusta. Äärimuodossaan tämä johtaa siihen, että kohtelemme toisia ihmisiä esineinä. (Lehtovaara 1994a, 74.)

Minä–Se -maailma on tiedon, uskomusten ja toiminnan intersubjektiivinen maailma. Sosiaaliset roolit ja instituutiot kuuluvat tähän maailmaan. Se on minäkeskeinen maailma, jossa Minä kehkeytyy kokevana, toimivana ja esineitä käyttävänä subjektina. Muodostuvassa maailmasuhteessa korostuvat hallitseminen ja omistaminen. Minä-Se -suhteessa yksilö tulee tietoiseksi itsestään ainoastaan kokevana ja toimivana intentionaalisen subjektina, joka on funktionaalissa suhteessa sekä itseensä että toisiin. Yksilöinä olemme siis Minä-Se -suhteessa maailmaan. Minä-Se -maailma on välttämätön ja luonnollinen maailmamme, johon kuuluvat aika, tila, kausaalisuus ja intentionaaliset suhteemme. Se-maailman esineitä, olioita ja tapahtumia voidaan mitata ja verrata toisiinsa, se on hallittavissa olevaa tiedon maailmaa. Minä-Se -maailmassa ei kuitenkaan tapahdu persoonien kohtaamista. (Värri 2002, 70–71.)

Värri (2002) mukaan Buber tarkoittaa persoonalla ihmisen suhteissa toteutuvaa potentiaalia. Sen vastakohtana on minäkeskeisesti maailmaan suhtautuva olento, yksilö (Mt. 62). Värri jatkaa, että Buberin mukaan ihminen voi tulla persoonaksi vain Minä-Sinä -suhteessa, suorassa ja välittömässä yhteydessä toiseen persoonaan. Persoonaksi tuleminen edellyttää siis yksilöllisen kokemusmaailman ylittämistä (Minä-Se -maailman). Toisen todellinen kohtaaminen mahdollistuu vain, jos emme ka-



tegorisoi toisiamme omien toiveidemme, pyyteidemme tai tarkoitustemme mukaisiksi. Jos kohtaamme toisen tällä tavalla, meidän on mahdollista elää yhdessä koettu tapahtuma myös toisen osapuolen näkökulmasta. Toisen puolen kokeminen on dialogisen suhteen täyttymys. Värri viittaa Buberin sanoihin painottaessaan molemminpuolisen kohtaamisen merkitystä: se on ”oman konkreettisuuden laajentamista, elämän nykyhetkisen tilanteen täyttymystä ja täyttä läsnäoloa siinä maailmassa, johon osallistumme”. Värri jatkaa, että tämän Buberin lausuman eettinen velvoittavuus on nimenomaan sen nykyhetkisyys- ja konkreettisuusvaatimuksissa. Ne velvoittavat minua kohtelemaan toista subjektia vertaisenani, aitona kokijana, joka kuitenkin on minulle Toinen. (Mt. 66–67.)

Minä tunnistaa itsensä persoonaksi vain Minä-Sinä -yhteydessä. Persoonana tulee tietoiseksi itsestään jonakin, joka osallistuu olemiseen. Tämä oleminen tulee Sinän kautta, suhteena. Värri (2002) jatkaa, että kaikki inhimilliset merkitykset ovat Minä-Sinä -suhteesta peräisin. Värri viittaa Maurice Friedmaniin, joka on todennut, että kaiken yhteisöllisyyden perusta on inhimillinen kohtaaminen. Tätä kuvaa ajatus: hyväksyn sinut sellaisena kuin olet. Kaikki aito oleminen on kohtaamista, oman Minän rajojen ylittämistä. (Mt. 71–72.) Ihminen voi asennoitua välineellisesti niin itseensä kuin muihinkin, mutta mitä hän silloin menettääkään! Hän rajoittaa ja sulkee mahdollisia kokemushorisonttejaan ja ihmisenä, persoonana, olemisen ja kasvun mahdollisuuksia. Jokahetkisessä Minä-Sinä -suhteessa on mahdotonta elää. Se on kuitenkin arkielämäämme velvoittava ideaali. Voimme turmella Minä-Sinä -suhteemme suhtautumalla omistavasti ja pyyteellisesti lähellämme oleviin ihmisiin. Vasta kun luovumme omistushalustamme, osaamme vastata toisen kohtaamisen kutsuun ja ymmärrämme myös yhteyden merkityksen omalle kasvullemme. Toimiva arkielämä vaatii Minä-Se -suhteita, mutta olennaista on kuitenkin se, kummat suhteet vallitsevat arkipäivän elämässä: esineellistävää vai kohtaava puoli suhteissamme. (Mt. 73–75.)

Värri (2002) viittaa Buberiin, jonka mukaan dialogisen suhteen muodostuminen ei edellytä molempien osapuolien aktiivisuutta. Se riittää, että suhteen toinen osapuoli elää yhteisen tapahtuman kumppaninsa näkökulmasta. Suhteeseen voi tulla kohtaamista oman asennoitumisen kautta. Jos toinen vaikuttaa minuun, voin kokea suhteessa molemminpuolisuutta. Toisen vaikutus minuun mahdollistuu, jos en suhtaudu häneen objektivoivasti tai pyyteellisesti vaan annan hänelle tilaisuuden tuoda itseään julki minulle. Tällä perustalla asennoitumiseni voi laajentaa kohtaamisen koko olemista koskevaksi. (Mt. 68.)

### 3.7 Sosiokulttuurinen innostaminen yhteisöllisyyden kehittäjänä

Sosiaalipedagogiikka ottaa kantaa kysymykseen, minkälainen on hyvä elämä ja onnellinen arkipäivä. Jotta yhteiskunnastamme tulisi kaikkien yhteiskunta, olisi kaikilla oltava mahdollisuus osallistua erilaisiin yhteisöihin. (Kurki 2008a, 13.) Tämän hetken polttava ongelma vanhusten parissa on yksinäisyys. Sosiaalisen kasvatuksen, jolla tarkoitetaan sosiaalipedagogiikan käytännön työtä, tavoitteena on auttaa yhteisöllisyyden ja aitojen yhteisöjen muodostumista, jolloin myös ihmisen persoonallinen kasvu mahdollistuu. Kriittisen, emansipatorisen ja vapauttavan sosiaalipedagogiikan keskeinen käsite on osallistuminen. Kasvatus ei itse asiassa olekaan kasvattajan, innostajan tms. aikaansaannosta vaan osallistujien yhteinen sosiaalinen konstruktio, joka syntyy kommunikaation kautta. Kommunikaation tärkeitä elementtejä ovat dialogisuus ja kunnioitus. (Hämäläinen & Kurki 1997, 41.)

Sosiokulttuurinen innostaminen on sosiaalipedagogiikan sovellusalue. Sosiaalipedagogiikan tavoitteena on tukea aktiivisen, luovan ja onnellisen vanhuuden kehittymistä. Tämä ei onnistu, jos ikäihmistien sosiaaliset verkostot ja suhteet lähiyhteisöihin ja yhteiskuntaan katkeavat. Sosiaalipedagogiikan näkökulma on lähellä sosiaaligerontologiaa. Molemmissa tarkastellaan vanhenemista yhteiskunnallisena, sosiaalisena, kulttuurisena ja kokemuksellisenä ilmiönä. Sosiaaligerontologian rinnalla puhutaan myös kasvatus- ja koulutusgerontologiasta. Aikuiskasvatus ja kasvatusgerontologia nähdään toisilleen läheisinä. Sosiaalipedagogiikan viitekehyksessä aikuiskasvatus ikäihmistien parissa tulisi kuitenkin toteuttaa osallistavan ja aktivoivan pedagogiikan avulla. Siinä aikuisten kasvattaja on lähinnä innostaja, joka auttaa yksilöitä rakentamaan omaa persoonallista elämäänsä ja sen kautta yhteisöllistä elämää. Yhteisöllinen elämä rakentuu, kun löydetään yhteisiä tavoitteita. Oma persoona kehittyy yhteisölliseen elämään osallistumisen kautta. Tavoitteena on yksilöiden elämän laadullinen paraneminen. (Kurki 2008a, 9-11.)

Innostamisen avulla pyritään saamaan aikaan muutosta, liikettä. Innostamisen ulottuvuuksia ovat kasvatuksellinen (persoonan tukeminen, asenteiden muuttuminen, motivoituminen), sosiaalinen (yhteen saattaminen, yhteisten kokemusten jakaminen) ja kulttuurinen (luovuus, musiikki, taide, käsityöt, kirjallisuus jne.). Joku näistä ulottuvuuksista voi olla etusijalla, mutta kaikki kuitenkin ovat mukana. Päämääränä on herättää ihmisten tietoisuutta, herkistää heitä ja herätellä heidän itsetoenttamisen tarpeitaan. Edelleen tavoitteita ovat ihmisten välisen vuorovaikutuksen lisääminen ja subjekti-subjekti -suhteiden kehittyminen (vrt. Buberin Minä-Sinä -suhde). (Kurki 2000, 19.) Filosofiset näkemykset ovat tärkeitä ja menetelmiä tarvitaan, mutta innostamisen täytyy nousta osallis-

tavasta pedagogiikasta ja sopia ihmisten arkeen. Päämääränä ovat kulttuurinen demokratisaatio ja demokratia (kulttuurinen luominen arkipäivässä). Innostamisen avulla luodaan ja vahvistetaan ryhmiä ja ryhmäprosesseja. Se koostuu käytännöistä, joiden avulla stimuloidaan aloitteellisuutta, osallistumista ja toiminnan ja sen reflektoinnin vuorovaikutusta. Mitä innostaminen siis on? Se on tietoisesta kasvatuksellista toimintaa, jonka tavoitteena on ihmisten elämänlaadun parantaminen. Tämä tapahtuu osallistumisen kautta, niin että ihmiset olisivat itse oman arkielämänsä subjekteja ja aktiivisia toimijoita luoden omaa kulttuuriaan. (Mt. 14.)

Innostamisessa lähdetään liikkeelle todellisuuden kriittisestä analysoinnista (sosioanalyttinen momentti). Todellisuutta ei voi muuttaa, jollei sitä ensin tunneta. Seuraavassa vaiheessa (hermeneuttinen momentti) pyritään ymmärtämään avautuvaa todellisuutta, ja kysytään, miksi todellisuutemme on tämä kuin se nyt on. Tämän jälkeen katsotaan tulevaisuuteen ja yritetään nähdä, millainen kyseinen todellisuus voisi parhaimmillaan olla. Lopuksi mietitään yhdessä välineitä, joiden avulla todellisuutta voidaan lähteä muuttamaan (käytännöllinen momentti). Kurki (2005) kirjoittaa, että sosio-kulttuurinen innostaminen on parhaimmillaan toimintatutkimusta, jossa yhteisön jäsenet ovat aktiivisesti mukana toiminnan kaikissa vaiheissa. (Kurki 2005, 347–348.)

Ihminen on samanaikaisesti sekä persoonallinen että yhteisöllinen. Persoonaa ja yhteisöä ovatkin sosiaalipedagogiikan peruskäsitteitä. Ne ovat myös ydinkäsitteitä personalismin filosofiassa, joka syntyi vastalauseena 20. vuosisadan alussa vallitsevalle yhteiskuntajärjestykselle. Personalismin mukaan ihminen kehittyy persoonana parhaiten dialogisessa suhteessa toiseen ja ”moniin toisiin”. Erilaisten kokemusten vastaanottaminen ja yhdessä pohdiskelu, reflektointi, auttaa kasvamaan yhteisönsä täysivaltaiseksi jäseneksi. Persoonan perusluonne ei siis ilmenny individualismissa eikä eristäytymisessä vaan kommunikaatiossa. Individualismi unohtaa yhteisöllisyyden. Yhteisö onkin personalismin toinen pääkäsite. Pedagogisena tavoitteena on ihmisten auttaminen yhteisöihin liittymisessä. Aitojen yhteisöjen syntyminen on haasteellista. (Kurki 2005, 339–341.)

Mikä on yhteisö? Tätä olen pohtinut jo luvussa 3.2 Heikki Lehtosen Yhteisö-kirjan pohjalta. Kurki (2002) viittaa Lehtoseen (1990), joka toteaa, että yhteisön jäsenillä on oltava jotain yhteistä. Käsitteen määrittelyn lähtökohdaksi on siis ”yhteisyys”. Minkälaisia ovat sosiaaliset suhteet yhteisössä? Kurki toteaa, että koska sosiaalisia suhteita on monenlaisia, on parempi sosiaalipedagogisesta näkökulmasta puhua yhteisöllisistä suhteista. Yhteisöllisen suhteen tunnusmerkkejä ovat: integraatio, dialogi, solidaarisuus, avoimuus, uudistuminen ja pysyvyys. Integraatio tarkoittaa yksinkertaisesti sitä, että ihmiset tuntevat toisensa ja yhdistävät voimansa. Suhteet nousevat dialogista; jokaisella

osallistujalla on tärkeää sanottavaa. Solidaarisuus tarkoittaa sitä, että toiminnan päämääränä on luoda yhteisön ”yhteistä kohtaloa”. Avoimuus mahdollistaa molemminpuolisen kasvun antamiseen ja vastaanottamiseen sekä toisia yhteisön jäseniä kohtaan että ympärillä oleviin yhteisöihin. Kun yhteisöllisiin suhteisiin on syntynyt pysyvyyttä, on mahdollisuus myös jatkuvaan uudistumiseen. (Kurki 2002, 45, 50–51.) Minä-Sinä -ystävyyden johtaa laajentuessaan aito yhteisöön. Aito yhteisöllinen suhde syntyy, kun Minä-Sinä -ystävyydestä siirrytään kaikkien Sinujen ystävyteen eli yhteisyyteen. Yhteisön jäsenet jakavat arvoja ja periaatteita ja heillä on yhteisiä kokemuksia. Solidaarisuutta ilmaistaan toisten epäonnistumisia tai onnistumisia kohtaan. Yhteisössä yksilöt eivät ole eristäytyneitä, mutta eivät myöskään kadota yksilöllisyyttään ja persoonallisia tavoitteitaan. Kurki toteaa mm. Vela’an ja del Hierro’on viitaten, että persoonallinen kypsyminen on ehto aidon yhteisön muodostumiselle. (Mt. 53–54.)

### 3.8 Sosiaalinen ja emotionaalinen yksinäisyys

Mitä yksinäisyydellä tarkoitetaan? Pelkästään se, että yksilö on tilanteessa, jossa joutuu olemaan paljon yksin, ei riitä määrittelemään yksinäisyyden kokemusta. Weiss (1985) toteaa, että vain ne, jotka eivät kärsi yksinäisyydestä, olettavat, että yksinäisyyden voi parantaa ”lopettamalla” yksinolo. Yksinäisyyden tunteita voi aiheuttaa se, että yksilöltä puuttuu merkityksellisiä, läheisiä kiintymyssuhteita toisiin ihmisiin. Yksinäisyyden kokemuksia voi myös tulla, jos ei ole ystäviä, kollegiaalisia suhteita tai ei ole päässyt haluamiensa yhteisöjen jäseneksi. Yksinäisyyden kokemus on siis reagoimista erilaisten ihmissuhteiden vajeeseen. Mitkä sitten ovat oireita yksinäisyyden kokemuksesta? Oireena on tietenkin kaipaus suhteessa olemiseen: kaipaus läheisyyteen, ystävyteen, kosketuksiin sukulaisten kanssa tai mihin tahansa suhteeseen, josta koetaan vajetta. Parannuskeino on oireenmukainen. Weiss kuvaa läheisen, intiimin ihmissuhteen puuttumista emotionaaliseksi yksinäisyydeksi. Tämä tunne ei poistu, jollei yksilön elämään muodostu läheisiä, emotionaalisesti merkityksellisiä ihmissuhteita. Toisentyypistä yksinäisyyden kokemusta, jossa yksilöltä puuttuu pääsy haluttuihin sosiaalisiin yhteisöihin, Weiss kutsuu sosiaaliseksi yksinäisyydeksi. Läheinenkään ihmissuhde ei siis riitä täyttämään kaikkia toiveita sosiaaliseen elämään. (Weiss 1985, 17–19.)

Pakottavasta emotionaalista yksinäisyydestä kärsivä kokee läpitunkevaa levottomuutta, joka estää keskittymisen esim. lukemiseen tai television katsomiseen ja pakottaa yksilön jonkinlaiseen motoriiseen aktiivisuuteen. Yksilö käyttää paljon energiaa yrittäessään löytää poispääsyä yksinäisyydestä. Hän arvioi alati toisten ihmisten potentiaalisuutta puuttuvaksi ihmissuhteeksi. Hän arvioi myös tilanteiden potentiaalisuutta tehdä halutut ihmissuhteet mahdollisiksi. Emotionaalista yksinäisyy-

destä kärsivillä on taipumus kokea syvää yksinäisyyttä riippuen siitä, onko seuraa helposti saatavilla. Tämä syvä yksinäisyyden tunne voi tulla siitä, että välittömässä ympäristössä ei ole muita, jolloin yksilö kuvaa välitöntä maailmaansa autioksi ja yksinäiseksi. Syvä yksinäisyys voi myös johtua tyhjästä sisäisestä maailmasta, jolloin lähiympäristössä on kuitenkin toisia ihmisiä. Yksilö voi kuvata tällöin oloaan tyhjäksi tai kuolleeksi. Emotionaalisen yksinäisyyden kokemus saa aikaan myös yliherkistymistä, jolloin pieniäkin vihjeitä on taipumus tulkita väärin tai liioitella toisten aikomuksia tai eleitä torjuvuuden tai halukkuuden suhteen. (Weiss 1985, 20–21.)

Sosiaalinen yksinäisyys taas koetaan eri tavalla. Yksilö kokee ikävystyneisyyden, tarkoituksettomuuden ja marginaalisuuden tunteita, ei niinkään ahdistuneisuutta tai tyhjyyttä. Ne erilaiset tehtävät, joista yksilön päivittäinen rutiini koostuu, kadottavat merkityksellisyytään, koska niitä ei voi jakaa toisten kanssa. Päivän velvollisuudet muodostuvat vain kiireisiksi rituaaleiksi. Sosiaalisesta yksinäisyydestä kärsivä kokee levottomuutta ja keskittymisvaikeuksia. Yksilö kokee pakottavaa tarvetta hakeutua toisten ihmisten läheisyyteen ja kokea sosiaalista lämpöä. Kuitenkaan yksilöllä ei ole tarvetta löytää yhtä tiettyä ihmistä, vaan enemmänkin tarve suuntautuu toimintaan, aktiviteetteihin, joihin voisi osallistua. Tarpeena on löytää ryhmä tai yhteisö, johon voisi liittyä. (Weiss 1985, 22.) Weiss kirjoittaa, että sosiaalinen aktiivisuus ei kuitenkaan ole aina lääke yksinäisyyteen. Osallistuminen sosiaaliseen toimintaan ei välttämättä kosketa yksilön tunne-elämää ollenkaan. Päinvastoin, yksinäisyyden tunne voi tulla jopa pahemmaksi. Yksinäisyyden tunteen poistumisessa ovat tärkeitä vain tietynlaiset, yksilön tarpeiden mukaiset, suhteet muihin. Kun tällaisia ihmissuhteita muodostuu, yksinäisyyden kokemukset katoavat nopeasti, jälkiä jättämättä, ikään kuin niitä ei olisi ollutkaan. (Mt. 13–14.)

Tiikkainen (2006) on tutkinut väitöskirjassaan vanhuusiän yksinäisyyttä määrittäviä tekijöitä vuorovaikutusteoreettisesta näkökulmasta. Tiikkaisen tutkimus on osa Ikivihreät-projektia, ja tutkimuksen kohteena olivat 80-vuotiaat jyväskyläläiset ihmiset viiden vuoden seurannan aikana. Tutkimukseen osallistui 562 ikäihmistä, joista n. 60 % asui yksin. Yksinäisyyden kokemusta lähestyttiin kahdesta näkökulmasta: kielteisenä yksinäisyyden kokemuksena ja myönteisinä vuorovaikutussuhteisiin liittyvinä yhteisyyden kokemuksina. Kielteistä yksinäisyyden kokemusta mitattiin selkeästi kysymällä ihmiseltä itseltään, kokeeko hän yksinäisyyttä. Tutkittavien vastausten tällaiseen globaaliin kysymykseen on todettu kuvaavan paremmin emotionaalista kuin sosiaalista yksinäisyyttä, niin tässäkin tutkimuksessa. Yhteisyys määriteltiin tutkimuksessa vuorovaikutussuhteisiin liittyvänä myönteisenä kokemuksena. Yhteisyyden kokemusten puuttumisen oletettiin ilmenevän yksinäisyyden tunteina.

Weissin (1985, 1974) teorian pohjalta Tiikkaisen tutkimuksessa oletettiin, että yhteisyyden kokemisessa on erotettavissa kaksi ulottuvuutta. Emotionaalista yhteyden kokemista kuvaavat läheisyyden ja kiintymyksen sekä avun ja neuvojen saaminen vuorovaikutussuhteissa. Ihmissuhteet, joissa koetaan läheisyyttä, tuovat turvaa ja lohtua. Varmuus avun saamisesta vahvistaa turvallisuuden tunnetta. Sosiaalisen yhteyden kokemisessa ovat tärkeitä liittymisen, arvostuksen ja hoivaamisen tunteet. Liittyminen ystäviin ja vertaisiin mahdollistaa osallistumisen yhteisiin mielenkiinnon kohteisiin ja niistä tulevien kokemusten jakamisen. Hoivaaminen antaa mahdollisuuden vastavuoroisuuteen. Ne vastaavat sosiaalisuuden ja identiteetin rakentumisen tarpeisiin. Arvostuksen kokeminen on tärkeää itsetunnon ylläpitämisessä. Koettua yhteisyyden tunnetta mitattiin The Social Provisions Scale -itsearviointiasteikolla, joka sisälsi 24 kysymystä liittyen Weissin teorian vuorovaikutussuhteisiin liittyviin ulottuvuuksiin. (Tiikkainen 2006, 9-10, 14-15, 23, 30, Weiss 1974, 23-24.)

Tutkimukseen osallistuneista sekä 80- että 85-vuotiaista noin puolet eivät kokeneet yksinäisyyttä kumpanakaan tutkimusajankohtana, lähes kolmasosa koki jossain määrin ja joka kymmenes koki yksinäisyyttä usein tai melkein aina. Ainoastaan 2,5 %:lla tutkitavista yksinäisyyden tunne oli jatkuva. Seurannan aikana yksinäisyyden kokemukset lisääntyivät, mutta muutosta tapahtui myös toiseen suuntaan; 10 %:lla tutkituista yksinäisyyden tunteet olivat lakanneet viiden vuoden kuluessa. Tiikkainen toteaa, että eri tilanteisiin liittyvään yksinäisyyden kokemiseen voidaan vaikuttaa. Joskus yksinäisyyden kokemisen taustalla ovat persoonallisuuteen liittyvät tekijät, jolloin auttaminen on vaativampaa. Molemmissa ikäryhmissä yksinäisyyden kokemista selittivät leskeys, yksin asuminen ja masentuneisuus. Yksinäisyyden tunnetta lisäsivät 80-vuotiaiden joukossa huonoksi koettu terveys ja toimintakyky ja vähäinen emotionaalinen ja sosiaalinen yhteys, mutta 85-vuotiaiden joukossa edellä mainittujen tekijöiden merkitys yksinäisyyden kokemisessa vähenivät. Tämä voi johtua onnistuneista mukautumisprosesseista tai lisääntyneestä avun tarpeesta ja leskeydestä, joiden on todettu johtavan kontaktien lisääntymiseen. (Tiikkainen 2006, 53-54.)

Tiikkaisen tutkimuksessa koetussa yhteisyydessä erottuivat emotionaalinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Emotionaalista yhteisyyttä (kiintymys, avun ja neuvojen saanti) määrittivät parhaiten ystäväsuhteet ja positiivinen mieliala. Sosiaalista yhteisyyttä (liittyminen, arvostus) määrittivät ystäväkontaktit ja terveyttä ja toimintakykyä kuvaavat muuttajat. Tulokset osoittivat, että myös vanhalla iällä vuorovaikutussuhteilta odotetaan erilaisia asioita. Kokemukset sekä emotionaalisesta että sosiaalisesta yhteisyydestä vähenivät iän lisääntyessä. Ystävien merkitys oli tärkeää sekä emotionaalisen että sosiaalisen yhteisyyden kokemisessa. Yli puolet tutkitavista oli leskiä, joten ystävien mer-

kitys on saattanut lisääntyä puolison menettämisen jälkeen. Tiikkainen toteaa, että ystävät saattavat olla merkittävä voimavara selviytymisessä ja sopeutumisessa iän tuomiin muutoksiin ja menetyksiin. Ikäihmiset saavat käytännöllistä tukea sukulaisilta, mutta ystäväsuhteet antavat jotakin, jonka merkitys hyvinvoinnin kannalta voi olla jopa suurempi kuin sukulaisilta saatu apu. Ystävyyssuhteet antavat vastavuoroisuuden kokemuksen ja riippumattomuuden tunteen kanssakäymisessä, varsinkin samanikäisten kanssa, joilla on samanlainen historiallinen tausta. (Mt. 55–56.)

#### **4. METODOLOGISET RATKAISUT: KOKEMUKSEN TUTKIMINEN EKSISTENTIAALIS-FENOMENOLOGISEN TUTKIMUSOTTEEN OHJAAMANA**

Jokaisen tutkimuksen tulisi alkaa vastaamalla ensin ontologisiin kysymyksiin tutkimuskohteen luonteesta ja siitä tutkimuksen jäsentämisen tulisi edetä tulkintaan liittyviin epistemologisiin ja metodologisiin kysymyksiin. Latomaa (2009) erottaa tieteenteorian tasolla empiiris-analyttiset (tutkimuskohteen havaittava todellisuus) ja rekonstruktiiiviset tieteet (tutkimuskohteen symbolisesti rakentunut merkitystodellisuus). Erityistieteissä rekonstruktiiivisina tieteinä hän erottaa ymmärtävän psykologian ja ymmärtävän sosiologian. Edellinen pyrkii ymmärtämään yksilöllistä, psyykkistä todellisuutta (esim. kokemukset, tunteet) ja jälkimmäinen sosiaalista ja kulttuurista todellisuutta (esim. tavat, normit, arvot). Edelleen tieteenteorian tasolla ymmärtävässä psykologiassa voidaan erottaa hermeneuttinen ja syvähermeneuttinen taso. Empiirisessä ymmärtävässä psykologiassa on vaikuttanut jo yli sadan vuoden ajan kaksi vahvaa perinnettä, jotka ovat hermeneuttista psykologiaa edustava fenomenologis-eksistentiaalinen perinne ja syvähermeneuttista tasoa edustava psykoanalyysi. Fenomenologis-eksistentiaalisessa perinteessä tavoitteena on eksplikoida merkityksiä pintatasolla, pyrkimyksenä on siis tavoittaa tietoisesta kokemuksesta rakentunut rakenne. Syvätason rekonstruktio tarkoittaa ilmauksen tuottaneen tiedostamattoman kokemuksen rekonstruktiota. (Mt. 17–42.) Pro gradu -tutkimukseni sijoittuu rekonstruktiiiviseen (ymmärtävään) tieteenperinteeseen. Tutkin subjektiivisia, persoonallisia kokemuksia elämäntilanteesta (situaatiosta). Tieteenteoreettisesti tutkimukseni on siten hermeneuttista, ymmärtävää tutkimusta. Tavoitteena on eksplikoida merkityksiä pintatasolla, pyrkimyksenä on siis tavoittaa tietoisesta kokemuksesta rakentunut rakenne.

##### 4.1 Tutkimuksen laadullisuus

Laadullisen tutkimuksen kohteena on yleensä ihminen ja hänen elämismaailmansa. Elämismaailma tarkoittaa niiden merkitysten kokonaisuutta, joiden keskellä ihminen elää elämäänsä ja joista ihmi-

sen kokemustodellisuus muodostuu. Elämismaailma muodostuu merkityksistä ja eroaa luonnollisesta maailmasta juuri tässä suhteessa. Esim. kuoleminen on luonnollisen maailman väistämätön tapahtuma, mutta ihmisten elämismaailmassa se saa lukuisia, usein ristiriitaisiakin merkityksiä. Nämä merkitykset jäävät pimentoon, jos kuolemaa tutkitaan pelkästään luonnollisen maailman näkökulmasta. Laadullisessa tutkimuksessa onkin tavoitteena, ja vieläpä ensisijaisena, antaa tutkimuksen kohteena oleville toimijoille ääni. Haasteena on tuoda esille tutkimuksen kohteena olevien omaa merkityksenantoa tutkittavasta ilmiöstä. (Varto 1992, 23–24, Hakala 2001, 17.)

Laadullisen tutkimuksen kohteena ovat siis merkitykset, jotka ilmenevät esim. ihmisen ja yhteisöjen toimina, päämäärinä, suunnitelmina, ts. erilaisina laatuina. Laatuja ei voi muuttaa määrällisiksi kadottamatta niiden sisältöä. (Varto 1992, 23–24, 14.) Lehtovaara (1994b) kirjoittaa, että yksilön kokemuksissa ilmenevät merkityssuhteet ovat ainutkertaisia ja tässä juuri on merkityssuhteen laadullisuuden ydin. Merkityssuhteilla ei ole mitään kvantitatiivista ulotetta vaan ne ovat mielellisiä. Ihmisen kokemuksia, suhteita muihin ihmisiin, itseensä ja maailmaan tarkastellaan siinä ainutkertaisuudessa, jossa ne todellistuvat. Tämä on laadullisuutta. (Mt. 17.) Laatuja voi ymmärtää vain siinä kontekstissa, jossa niillä on merkityksensä. Ihmistä tutkiva tutkija ei voi toimia ulkopuolisena tarkkailijana. Tutkija on aina osa sitä merkitysyhteyttä, jota hän tutkii. Niinpä tutkija ja tutkittava ovat kietoutuneet pääasiassa samoihin, mutta myös erilaisiin merkityskokonaisuuksiin, joiden kautta he ymmärtävät maailmaa. Kun tutkija yrittää ymmärtää toisten kokemusta tai yhteisön toimintatapoja, ymmärtäminen rakentuu sekä tutkijan että tutkittavan kokonaiskäsitteistä elämismaailmasta. Tutkimuksen teko lähtee tutkimuksellisesta mielenkiinnosta, joka ilmenee tietynlaisena asennoitumisena tutkimusaiheeseen, kohteeseen ja metodologiaan. Asennoituminen voi olla teoreettinen, jolloin päämääränä on löytää yleistettävää, teoriaan tähtäävää ainesta tai käytännöllinen, jolloin tutkimustyö on sovellukseen tähtäävää. (Varto 1992, 26–28.)

Ihmisen maailma on moninainen ja monikerroksinen merkitysten maailma. Se ei ole samannäköinen ja tasalaatuinen kaikilla ihmisillä. Hahmotamme maailmaa merkitysten kautta ymmärtäen nämä eri tavoilla ja myös samoilla tavoilla. Merkitykset eivät ole myöskään irrallisia vaan ne ilmenevät suhteina. (Varto 1992, 56.) Rauhala (1993, 15–16) kirjoittaa, että merkityssuhteet ovat rakenneosia, joista itse kunkin maailmankuva koostuu. Itse asiassa maailmankuva on olemassa juuri merkityssuhteina. Merkityksen paradigma on yleisin laadullisessa tutkimuksessa ilmenevä tutkimusasenne. Sitä kuvaavat seuraavat piirteet: Ihminen ja hänen elämismaailmansa ovat tutkimuskohteina ainutkertaisia. Tutkimuskohteen jäsentyminen on kokonaisvaltaista. Tutkimus, tutkija ja tutkittava kuuluvat samaan maailmaan. Tutkimus koskee merkityksiä, joita pyritään tulkitsemaan ja ymmärtä-



mään. Tutkijan tulee eritellä tutkimustyötään, ja se muuttaa sekä tutkijaa että tutkittavaa. (Varto 1992, 57–58.) Tutkimuskohde on aina toinen kuin minä, joten luontainen ymmärrykseni maailmasta, toisista ihmisistä ja heidän elämismaailmansa ilmiöistä ei tavoita heidän ymmärrystään. Tutkijan tulisi päästä ”lukemaan” tätä toisten ymmärrystä. Toisen merkitysten maailma kyllä muistuttaa omaani, elämmehän samassa maailmassa ja kulttuurissa. Tämä helpottaa lukemista, mutta on myös ansa. Tutkijan on koko ajan muistettava, että merkitykset, joita hän tutkii, kuuluvat Toisen maailmaan. Toisen täydelliseen ymmärtämiseen ei koskaan voida päästä, niinpä päämäärät on asetettava mahdollisuuksien rajoihin. (Mt. 58–59.)

Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää tutkittavan erityislaadun tunnistaminen. Tämä edellyttää tutkijalta tutkittavan ontologista eli olemassaolotavan erittelyä. Ontologinen erittely paljastaa, kuinka tutkittava on laadullinen. Jos tutkimuskohde on fysiologinen, ilmiötä kuvataan elintoimintoina, jos taas tutkimuskohde on tajunnallinen, kuvauskategoriat ovat merkityksiä. (Varto 1992, 30–31.) Tutkittavan erityislaadun tunnistamisen tuloksena muodostuu ihmiskäsitys. Ihmiskäsitys koostuu monista olemuksellisista ja suhteellisista määreistä. Suhteellisten määreiden avulla ihmistä luonnehditaan suhteessa ympäristöön, yhteisöön ja muihin ihmisiin. Ihmiskäsitys ohjaa tutkimuksen alkuasetelmia usein piiloisesti. Puhutaan myös ihmiskuvasta, joka on tieteellisen tutkimuksen luoma hahmotelma ihmisestä ja pohjautuu ko. tieteenalaan. Ihmiskuva on yksityiskohtainen, sillä on operationaalista voimaa ja sen avulla voidaan asettaa tutkimusolettamuksia. (Mt. 31–32.) Lauri Rauhala erottaa käsitteinä ihmiskuvan ja ihmiskäsityksen toisistaan. Ihmiskuva muodostuu empiirisen tutkimuksen myötä osittaiskuvauksina, esim. psykologian antamat tutkimustulokset kuvaavat ihmisen psyyken aluetta. Mutta kun tutkimuskysymyksenä on ihminen kokonaisuutena, osakuvaukset ja yleinen perusasenoituminen eivät anna tieteellisesti riittävää vastausta, vaan tutkimuskysymys voidaan avata vain ontologisen analyysin avulla. (Rauhala 1983, 14.)

#### 4.2 Holistinen ihmiskäsitys

Miten ihminen voisi määritellä itsensä? Hän on koko ajan itsensä sisäpuolella. Kuka on se, joka on sisäpuolella, ja minkä sisäpuolella? Mitä voisi ihminen ajatella itsestään? Rauhalan ihmiskäsityksessä lähdetään liikkeelle kysymyksestä, miten ihminen on olemassa. Olemismuodot, joissa ihminen on reaalistunut eli todellistunut, ovat tajunnallisuus eli psyykkis-henkinen olemassaolo, kehoallisuus eli olemassaolo orgaanisena tapahtumisena ja situationaallisuus eli olemassaolo suhteina todellisuuteen (Varto 1992, 25). Ihmisen olemassaolossa on perusluonteista erilaisuutta. Rauhalan ih-

miskäsitys perustuu ajatukselle, että ”ihminen on ykseys erilaisuudessa” (monopluralismi). Se pyrkii perustelemaan kokonaisvaltaisuuden (holistisuus) ihmisessä. (Rauhala 1983, 21.)

Tajunnalla tarkoitetaan inhimillisen kokemuksen kokonaisuutta. Itse tajunta ei ole havaittavissa, mutta sen tapahtumia voidaan analysoida tajunnan sisältöjen avulla. Sisältöjen struktuuri eli rakenne on mielellisyyttä. Rakenteen perusyksikkö on mieli (noema). Mielen avulla ilmiöt ja asiat saavat merkityksen, mielellisyyden. Mieliä on suunnaton joukko, ja ne ilmenevät aina jossakin tajunnan tilassa eli elämyksessä (esim. havainto- ja tunne-elämykset). Mieli ja elämys ovat aina yhdessä, elämys on mielen tapahtumispaikka. Havaintoelämyksessä kohteen mieli ilmenee esim. esineen muotona, kokona, värinä jne.. Tunne-elämyksessä mielenä voi olla esim. suru. Objektien, ilmiöiden ja asiantilojen nimet ilmaisevat erilaisia mieliä. Eri mielet organisoituvat keskenään mielellisyyden, sisäisen merkitsevyyden, sitomina. Merkityssuhteista rakentuu verkostoja, joiden avulla käsitämme itsemme ja olemisemme maailmassa. Ihmisen olemispuolista tajunnallisuus tulee siis olemassa olevaksi mielen ilmenemisessä ja niiden keskinäisessä organisoitumisessa. Merkityssuhteiden eli mielen organisoituminen ”elää”. Uudet mielen ilmentymät suhteutuvat jo olemassa olevaan kokemuserustaan (horisonttiin). Tajunnallisuus ”karttuu” vain ymmärtämisen kautta. Tämä karttumisen tai tajunnallisen tapahtumisen suunta voi olla positiivinen tai negatiivinen. Positiivisessa kehittämisessä muodostuu harmoninen maailmankuva. Päinvastaisessa suunnassa merkityssuhteet voivat olla puutteellisesti tai epäselvästi jäsenyneitä. Ne voivat myös kilpailla keskenään tai edustaa yksipuolisesti tunnetta tai tietoa. (Rauhala 1983, 27–29.)

Kehollisuuden ontologisen analyysin lähtökohtana on koskettavuus, joka on olennainen perusehto, jotta orgaanista tapahtumista, elämää, voisi esiintyä (Rauhala 1983, 175, viite 5). Kehollisuuden piirissä mitään ei tapahdu symbolisesti tai käsitteellisesti. Punasolut eivät vie happea kudoksiin symbolisesti, vaan konkreettisesti ”läheltä koskettaen”. (mt. 30.) Aineellisuus ei kuitenkaan pysty selittämään elämää, vaan se jää arvoitukseksi. Rauhalan mukaan ”elämä on orgaanisen olemassaolon olemus, kuten mielellisyys on tajunnallisuuden perusolemus” (mt. 32).

Kolmas ontologinen olemisen perusmuoto on situationaalisuus. Sillä tarkoitetaan ”ihmisen kietoutuneisuutta todellisuuteen oman elämäntilanteensa kautta ja mukaisesti”. Situaatio muodostuu eri rakennetekijöistä. Osa näistä tekijöistä määräytyy kohtalonomaisesti, esim. rotu ja geenit. Ihminen voi myös rakentaa situationaalisuuttaan valitsemalla siihen haluamiaan tekijöitä, esim. aviopuoliso, ammatti, asuinpaikka. Rakennetekijät voidaan jakaa myös konkreettisiin (ravinteet, ilmasto jne.) ja ideaalisiin (arvot, normit, ihmissuhteet koettuina sisältöinä jne.). Rauhala käyttää termiä faktisuus

puhuessaan kaikenlaisten situaation rakennetekijöiden reaalisisällöistä. Situationaalisuus on situaation rakennetekijän ”vaikutuksen alaisuutta”. Jos rakennetekijä kuuluu ihmisen situaatioon, sen sisällöllä (faktisuudella) on välttämättä myös vaikutusta ihmisen olemassaolon tapaan tai laatuun. Tätä vaikutusta Rauhala kutsuu esiymmärrykseksi. Rakennetekijöiden faktisuus rajaa ja suuntaa ihmisen tajunnan kokemuksia ja orgaanisten tapahtumien etenemistä kehossa. Kaiken kokemusta koskevan tutkimuksen lähtökohtana on faktisuuden (eri sisältöjen) valikoituminen ihmisen situaatioon. Kun ihminen tuntee syvää surua, hänen situaatiossaan on jokin tekijä, joka aiheuttaa surun tuntemukset. Esim. läheisen kuolema on lähtökohtana (esiymmärryksen kautta) varsinaiselle tajunnalliselle kokemukselle, surulle. (Rauhala 1983, 33–35.) Käsite on alun perin Heideggerin, johon viitaten Rauhala jatkaa, että esiymmärtäneisyys on primaarimpaa ja perustavampaa kuin varsinainen tajunnallinen ymmärtäminen. Ne sisällöt (noemat), jotka tulevat ympäröivästä maailmasta tajuntaan, ovat jo esitajunnallisesti tulkkautuneita, ts. ne ymmärretään jo jonakin. Tajunnan sisältöjen ymmärtämisen kannalta on siis välttämätöntä ottaa huomioon situaatio. (Rauhala 1995, 13–14.)

Rauhala (1983) kirjoittaa, että situationaalisuus näkyy selvästi ihmisen identiteetin muodostumisessa. Situaatiomme komponentin faktisuus eli sisältö antaa meille jonkin ominaisuuden, esim. jos henkilö on valinnut ammatikseen hoitotyön, häntä yleisesti pidetään empaattisena ja välittävänä. Ihmisen situationaalisuus on juuri hänelle ominaista, ainutkertaista ja yksilöllistä. Faktisuuden ilmeneminen kokemuksen alueella on riippuvainen faktisuusympäristöstä, ts. eri tekijöiden faktisuudet vaikuttavat toisiinsa. Situaatioon tuotu positiivinen rakennetekijä voi tasapainottaa jotakin negatiivista rakennetekijää. Rauhala jatkaa, että tieteellisen tutkimuksen tehtävänä on saada ilmiöt käsitteviksi ja luoda mahdollisuuksia vaikuttaa niiden kulkuun. (Mt. 33–37.)

Rauhala (1983) kuvaa holistisuuden ideaa situationaalisuuden säätöpiirin käsitteellään. Säätöpiiri kuvaa situationaalisuuden, kehollisuuden ja tajunnallisuuden keskinäistä dynaamista suhdetta. Kukin olemismuoto edellyttää eri mielessä toisensa ollakseen itse omassa funktiossaan olemassa. Ne ovat toisilleen olemassaolon ehtoja ja samalla myös toteutumia. Olemispuolien kokonaisvaltainen yhdessä oleminen on loogista samanaikaisuutta, ne ovat samanaikaisesti ”läsnä olevia”. Jos tähän kokonaisuuteen tulee uusi rakennetekijä, realistuu se välittömästi kaikissa olemassaolon puolissa. Rakennetekijä voi olla positiivinen tai negatiivinen. Kun ihmisen situaatiossa tapahtuu jokin muutos, muuntuu myös se faktisuusperusta, josta kokemus saa sisältöaineiksensa. Situaation suotuisat muutokset antavat tajunnalle turvallista kokemussisältöä. Tämä vaikuttaa myös hermostolliseen toimintaan ja sitä kautta elintoimintoihin. Situationaalisen säätöpiirin kulkua voidaan tietoisesti ohjata tajunnan ratkaisujen varassa. Ihmisen kehittämiseen ja kasvattamiseen tähtäävässä toiminnassa

tärkein kanava on tajunnallisuus. Sen avulla (merkityssuhteillaan) ihminen voi modifioida paitsi omaa tilaansa myös situaatiotaan ja kehoaan. (Mt. 46–50.)

Rauhalaan ihmiskäsityksen mukaan yksilöä ei voi irrottaa yhteisöllisyydestään, toisista ihmisistä, yhteisöistä ja yhteiskuntarakenteista. Ihminen on ihminen juuri siksi, että hän on suhteissa oman tilaansa lukemattomiin erilaisiin rakennetekijöihin. Situaatio ei ole ainoastaan sijoittuneisuus-sfääri psykofyysiselle olemassaololle vaan tilaatio on ontologisessa mielessä ihmistä. Ihmisen orgaaninen oleminen ja tajunnallisuus voivat tulla olemassa oleviksi vain situationaalisuudessa. Näissä kolmessa olemismuodossa reaalistuva ihmisyksilö muodostaa kokonaisuuden, eksistenssin. Rauhala kutsuu tätä kokonaisuutta myös edellä mainitulla situationaalisen säätöpiirin nimellä, koska hän haluaa tähdentää eksistenssin osatekijöiden suhteiden dynamiikkaa. (Rauhala 2005, 95–97.)

Myös sosiaalipsykologian alaan kuuluvan sosiaalisen interaktionismin teorian mukaan sosiaalisuus kuuluu olennaisesti ihmisenä olemiseen. Ihminen on kuolemaansa saakka sosiaalinen ja yhteiskunnallinen olento. Voidaan kysyä, että onko edes olemassa mitään sosiaalisesta erillistä psykologista ”minää”. Burr (2004) kirjoittaa, että ihmisen minä ”on hauras ja liukuva rakennelma, joka muovautuu toisten seurassa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa”. Nimenomaan sosiaalinen vuorovaikutus antaa ihmiselle mielen ja tietoisuuden siitä, kuka hän on – tunteen minästä. Ihmisen psyykkisiä rakenteita on pidetty totuudenmukaisempina ja aidompina kuin sosiaalisia rooleja. Sosiaalisen interaktionismin mukaan sosiaalinen on kuitenkin ensisijaista ja lähtökohta, koska yhteiskunta sosiaalisen vuorovaikutuksen kautta tekee ihmisyytemme mahdolliseksi. Ihminen on sitä, mitä hän on sosiaalisessa maailmassa. (Mt. 79–80.)

#### 4.3 Eksistentiaalisen fenomenologian filosofinen tausta lyhyesti

Saksalainen filosofi Edmund Husserl (1859–1938) perusti fenomenologian yrittäessään etsiä vastausta kysymykseen, miten ihmisen maailmankuvan kokonaisuus on filosofisen struktuurin analyysin avulla käsitettävissä eli mikä on sen konstituutio. Ihmisen maailmankuva muodostuu kokemuksista. Kokemusten kautta maailma eriytyy tietyksi olevalle kullekin ihmiselle, ts. ihminen on todellisuudessa oivaltavalla tavalla eli intentionaalisesti suhteessa maailmaan (hän tietää, tuntee, toivoo, uskoo, pelkää jne.). Intentionaalisuudessa lähtökohtana on elämys (noesis), jossa ilmenee jokin mieli (noema) tietystä objektista tai asiasta. Jonkin objektin tai asian ymmärtäminen tietynlaisena on merkityssuhde. Kuitenkaan kaikki noemaattiset sisällöt eivät intendoi mihinkään määrättyyn kohteeseen (esim. pyhyiden tai onnellisuuden tunnelmat). Rauhala puhuukin intentionaalisuuden sijas-

ta mielellisyydestä, jolla hän tarkoittaa mielellisen sisällön oivaltuvaa läsnäoloa tajunnassa. (Rauhala 1992, 5-6.) Husserl lähti tajunnan sisäisestä analyysistä, mutta elämänsä loppupuolella hän kehitti elämismaailman (Lebenswelt) käsitteen, jonka avulla tajunnan merkityssuhdemuodostus asettui yhteyteen elämän todellisuuden kanssa. Rauhala kirjoittaa, että tajunnallisuus on merkitysten organisoitumisen prosessi, joka tulee mahdolliseksi vain ihmisen kokonaisuudessa. Niinpä ihmisen olemassaolon ontologinen analyysi tulee välttämättömäksi, jotta tajunnan toimintaa olisi mahdollista ymmärtää. (Rauhala 1994, 10–11.)

Husserlin oppilas Martin Heidegger (1889–1976) jatkoi fenomenologian kehittelyä, ja hänen fenomenologiaansa on kutsuttu myös hermeneuttiseksi fenomenologiaksi. Heideggerin eksistentiaalisen olemisen filosofisen analyysin lähtökohtana on aiemmin mainittu esiymmärtäneisyys. Ihminen on jo olemassa olevaksi tullessaan reaalistunut maailman ehdoilla. Tämä primaarinen ymmärtäneisyys näyttäytyy siinä, millaiseksi eksistenssi eli ihminen on reaalisesti tullut. Ihmisellä on esiymmärtäneisyys esim. maan vetovoimasta, jonka alaisuudessa hän on reaalistunut. Esiymmärtäneisyys toimii myös yksilöhistoriallisena ilmiönä vähäpätöisissäkin asioissa, ts. todellistumme aina sen situaation ehtojen mukaan, jossa minäkin hetkenä olemme. Tajuntaan tulevat noemaattiset sisällöt ovat jo esitajunnallisesti tulkkiutuneita, mielelliset ainekset ymmärretään jo jonakin ja jostakin näkökulmasta. Noemaattiset sisällöt tulevat aina yksilöllisesti rajautuneesta maailman osasta eli situaatiosta. (Rauhala 1994, 10–14.) Heideggerin filosofista ihmisen analyysia yhtyneenä Husserlin tajunnan fenomenologiaan kutsutaan eksistentiaaliseksi fenomenologiaksi. Eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsitystä kutsutaan eksistenssiksi tai Rauhalan itse käyttämällä termillä situationaalinen säätöpiiri. (Rauhala 1993, 69–70.)

#### 4.4 Fenomenologinen tutkimusote

Fenomenologisen tutkimuksen kohteena ovat siis kokemukset. Kokemukset eivät ole irrallisia vaan ne käsitetään ihmisen kokemuksellisena suhteena siihen maailmaan, jossa hän elää. Suhteet toisiin ihmisiin, kulttuuriin ja luontoon syntyvät vuorovaikutuksessa ja ilmenevät yksilön kokemuksissa. Fenomenologisen tutkimuksen kohteena on ihmisen suhde omaan elämäntodellisuuteensa. Tätä suhdetta tutkimalla saamme selville niitä merkityksiä, joita yksilö antaa elämäntodellisuudelleen, koska yksilön suhde maailmaan on intentionaalinen. Tällä tarkoitetaan sitä, että kaikilla asioilla elämäntodellisuudessamme on meille jokin merkitys. Kun teemme jotain, toiminnallamme on jokin tarkoitus tai merkitys. Fenomenologisen tutkimuksen varsinaisena kohteena ovat merkitykset, joiden mukaan kokemuksemme muotoutuvat. (Laine 2001, 26–27.) Fenomenologia tutkii siis merki-

tyksiä ja pohjalla on ajatus, että ihminen on perustaltaan yhteisöllinen. Merkitysten lähteenä on yhteisö, johon olemme sosiaalistuneet. Todellisuus muotoutuu meille merkitysten kautta, jotka ovat intersubjektiivisia, ts. subjektien välisiä ja subjekteja yhdistäviä. Olemme kulttuuriolentoja ja meillä on erilaisia elämismaailmoja sen mukaan, minkälaisissa elämäntodellisuuksissa elämme. Elämismaailmat muotoutuvat erilaisiksi niiden merkitysten kautta, joita annamme elämismaailmassamme oleville asioille ja ilmiöille. (Mt. 28.)

Fenomenologisessa lähestymistavassa sosiaaliseen todellisuuteen kuuluvien ilmiöiden luonne ei poikkea tajunnalle merkityssuhteina olevista ilmiöistä. Kun tutkitaan kokemuksia jostakin sosiaalisen todellisuuden ilmiöstä, on tällä ilmiöllä tällöin subjekti, joka kokee. Tutkittava sosiaalinen ilmiö muuntuu tajunnalle oleviksi mielellisiksi merkityssuhteiksi, ts. sosiaalisesta tulee psyykkistä muuttuessaan osaksi henkilökohtaista kokemusmaailmaa. Sosiaaliset ilmiöt ja sosiaalinen todellisuus ovat osa ihmisen situationaalisuutta, osa tilanteen ideaalisia rakennetekijöitä. Sosiaalisia ilmiöitä ei ole edes olemassa sinällään vaan ne muodostuvat ihmisten välisissä suhteissa ja toiminnassa, ts. psyykkisestä tulee sosiaalista, kun kokemus muuttuu henkilökohtaisesta jaetuksi kokemukseksi. Sosiaalisia ilmiöitä onkin lähestyttävä kiertoteitse, toisten tai omien merkityssuhteiden välityksellä. Apuvälineenä on oltava myös teoreettisia ja käsitteellisiä konstruktioita, joihin ilmiöitä voidaan suhteuttaa. (Perttula 1995, 25–26, Latomaa 2009, 24.)

#### 4.5 Yleistämisen ongelma eksistentiaalis-fenomenologisessa tutkimusotteessa

Eksistenssin filosofian ihmiskäsitykseen (ihmiskäsityksenä siis Rauhalan situationaalinen säätöpiiri) perustuva tutkimus on idiografista, yksilökohtaista. Merkityssuhteiden yleistäminen ei ole suotavaa, koska silloin merkityssuhteet joutuvat erilleen ainutkertaisista tilanteistaan. Yleistäminen ei kerro mitään siitä, minkälainen kunkin ihmisen tilanne on eikä siitä, mitä kukin ihminen on esiymmärtänyt. Merkityssuhdetta ei ole olemassa ihmisen ulkopuolella; sen sisältö on ainutlaatuinen jokaisen ihmisen elämän kokonaisuudessa. Mitä differentioituneempi ihminen on, sen etäämmällä hän on keskiarvosta. Keskiarvoihmistä reaalisenä olentona ei ole olemassakaan. (Rauhala 1993, 82–83, Perttula 1996, 30.) Rauhala (1993) kysyykin, miten pitkälle on mielekästä tavoitella yleistyksiä ja yksilön suhteuttamista siihen, ennen kuin vaara menettää yksilöllisyys kääntyy tutkimuksen tuloksia ja sen sovellustarpeita vastaan. Erilaisissa ihmisten auttamistehtävissä työskentelevät tarvitsevat yksilöllistä, idiografista tietoa. Myös nomoteettista, yleistä tietoa tarvitaan. Rauhalan mukaan sopiva ihmistutkimuksen muoto on *case*, jossa pyritään yksilön ymmärtämiseen situationaalisen säätöpiirinä. Kunkin tutkimukseen osallistuvan situationaalinen säätöpiiri tutkitaan ensin omana koko-

naisuutenaan ja vasta tämän jälkeen voidaan tavoitella yleistyksiä erilaisten tyypittelyiden muodossa. (Mt. 83–84.) Tutkimuksen sovelluksessa on kuitenkin muistettava Rauhalan sanoin, että ”olemassaolo on ihmiselle tehtävä, jota hän toteuttaa yksilöllisellä tavalla ainutkertaisessa situaatiossaan. Tämän tehtävän omakohtainen toteuttaminen on elämäntaitoa”. (Rauhala 1993, 90.)

Myös Perttula pohtii kokemuksen yleisyyttä ja ainutkertaisuutta. Ihmisten situaatioiden reaalisisällöissä on myös monia yhteisiä asioita, niinpä niistä voidaan kuitenkin etsiä kokemuksellisten sisältöjen samankaltaisuutta. Tällaisia yhteisiä asioita ovat esim. yhteiskunnallinen normisto, kulttuuriset tavat, historiallis-taloudellinen aikakausi, koulutus ja sukupuoli. Tosin nyky-yhteiskunnassa situaatioiden reaalisisältöjen samankaltaisuus on ehkä vähentynyt. Tajunnan näkökulmasta kokemukset eivät kuitenkaan ole samanlaisia, vaikka tilanteiden reaalisisällöissä olisikin paljon samankaltaisuutta. Ihmiset ymmärtävät asiat kuitenkin eri lailla. Elämyksissä muodostuvat mielet eivät muodostu tyhjästä, vaan tajunnassa jo olevien merkitysverkostojen yhteyteen. Eksistentiaalisen filosofian näkökulman ihmiskäsityksen mukaan siis ihmisten kokemukselliset merkityssuhteet eivät voi olla täysin samankaltaisia. Fenomenologian oletama yhteinen tajunnan perusstruktuuri kertoo vain tavasta, jolla ulkoinen maailma rakentuu ihmisen tajunnassa. Eksistenssin filosofia taas painottaa ihmisen situationaalisuuden eli elämäntilanteisuuden keskeisyyttä ihmisen kokonaisuudessa. Yleisen kokemuksen tutkiminen tulee siis perustella muutoin kuin tukeutumalla eksistentiaaliseen fenomenologiaan (Perttula 1995, 27, 31–32.) Granfelt kirjoittaa, että liiallinen omakohtaisen kokemuksen korostaminen taas voi olla jopa eettisesti arveluttavaa. Vaikeassa tilanteessa elävillä ihmisillä ei välttämättä ole enää voimia puhua puolestaan. Heidän äänensä voidaan myös mitätöidä tai tulkita väärin. Granfeltin mukaan ensin tulisi päästä mahdollisimman syvälle erityiseen ja löytää sitä kautta yleisempää. Tällöin yleinen on jaettavissa, mutta se saa omat erityispiirteensä kunkin ryhmän ominaislaadusta ja tilanteesta käsin. Hänen mukaansa tulisi pyrkiä siihen, että tutkittavasta ilmiöstä rakennetaan enemmänkin fragmentaarinen eroista ja samuuksista koostuva kuva. (Granfelt 1998, 17–18.)

#### 4.6 Fenomenologinen empiirinen menetelmä

Fenomenologiassa on monia eri suuntauksia ja lähestymistapoja. Perussuuntauksia ovat Husserlin deskriptiivinen fenomenologia ja Heideggerin tulkitseva, hermeneuttinen fenomenologia, joita yhdessä kutsutaan eksistentiaalisiksi fenomenologiaksi. Tässä luvussa olen tuonut esille eksistentiaalisen fenomenologian näkökantoja filosofisena taustana empiiriselle fenomenologiselle tutkimukselle. Tarkemmin analyysimenetelmänä tuon esille edellä mainittuun filosofiaan perustuvan Perttulan

analyysimenetelmän, jota hän kutsuu hermeneuttisen fenomenologisen psykologian analyysimenetelmäksi. Perttulan mukaan menetelmä soveltuu kaikille tieteenaloille, joissa tutkitaan ihmisten elämäntilanteeseensa liittämiä merkityksenantoja. Kokemus koostuu merkityksenannoista ja on perusrakenteeltaan sama, olipa kysymyksessä minkä tahansa erityistieteen alla oleva tutkimus. (Perttula 1995, ii.) Tutkimus lähtee empiirisestä, kokemusperäisestä kysymyksestä: millaisista kokemuksista kutoutuu se todellisuus, jonka keskellä ihmiset elävät. Vastauksen saaminen tähän kysymykseen johdattaa ymmärtämään toisen arkielämää. (Perttula 2000, 429.) Juden-Tupakan (2007, 65) mielestä menetelmä sopii vähän tutkittujen, dynaamisten, prosessinomaisten ilmiöiden tutkimiseen, joita on ajallisesti vaikea staattisesti pysäyttää tai sellaisten ilmiöiden tutkimiseen, joista tarjolla oleva tieto on vahvasti esioletusten värittämää tai ns. hiljaista tietoa.

#### 4.7 Fenomenologinen asenne ja reduktio

Fenomenologisen tutkimuksen lähtökohtana on ihmisen elämismaailma ja päämääränä se, että tutkittavat elämismaailman ilmiöt pääsisivät itse antautumaan tutkijalle sellaisina kuin ne näyttäytyvät inhimillisessä kokemuksessa. Tutkittavan ilmiön alkuperäinen rikkaus ja moninkertaisuus pitäisi osata kuvata ilman teoreettista ohentamista. Ennakkoluuloista vapautumisen kautta päästään ilmiöiden merkityksen tulkintaan. (Varto 1992, 86.) Tutkijan tulisi siis tietoisesti pyrkiä siirtämään syrjään eli sulkeistamaan arkipäiväinen ja tottumuksen tuoma tapansa havaita maailmaa. Husserl kutsuu tätä fenomenologiseksi reduktioksi. Tarkoituksena on irtaantua implisiittisistä käsityksistä eli luonnollisesta asenteesta, ja olla ikään kuin kohtaisi tutkimansa asiat ensimmäistä kertaa. Implisiittisten käsitysten olemassaoloa ei kuitenkaan havaita ilman tietoista reflektointia. (Perttula 1995, 10.) Saarinen kirjoittaa, että fenomenologinen reduktio on ainoastaan metodologinen väline, jonka avulla tutkijan tietoisuuden fokus ja huomio pyritään keskittämään analyysin kannalta olennaiseen asiaan eli puhtaaseen kokemukseen. Tutkijan on siis tultava tietoiseksi niistä merkitysrakenteista, joiden avulla hän hahmottaa tutkittavaa ilmiötä ja siirrettävä ne syrjään. (Saarinen 1989, 121–122.) Onko Saarisen mainitsemaa puhdasta kokemusta edes olemassa? Matikainen viittaa Gadameriin, jonka mukaan kokemus maailmasta täydellistyy vasta kielellisenä, ja tästä syystä Gadamer ei anna kokemukselle itsenäistä merkitystä. Kokemusten kehittyminen tapahtuu kommunikaatiossa toisten ihmisten kanssa. (Matikainen 1989, 57.)

Fenomenologisen reduktion soveltaminen edellyttää fenomenologista asennetta. Useimmat fenomenologit pitävät fenomenologisen asenteen omaksumista yhtenä merkittävimmistä, jollei merkittävimpänä, ulottuvuutena fenomenologisessa tutkimuksessa. Sillä tarkoitetaan siis prosessia, jossa



pyritään säilyttämään ihmettelevä ja avoin suhtautuminen maailmaan ja samaan aikaan pyritään sulkeistamaan ennakkokäsitykset. Avoimuus maailmalle ilmenee empaattisessa asenteessa. Ennakkokäsitysten sulkeistaminen taas merkitsee sitä, että tutkija on tullut niistä refleksiivisen prosessin kautta tietoiseksi ja pyrkii jättämään ne pois mielestään. Entä kuinka sitten fenomenologista asennetta sovelletaan käytäntöön? Finlay (2008) kuvaa tätä prosessia dialektiseksi tanssiksi, jossa tutkija joutuu taiteilemaan ennakkokäsitysten sulkeistamisen ja sen välillä, kuinka ennakkokäsityksiä voisi hyödyntää oivaltavalla tavalla. Ennakkotietous voi siis olla myös oivalluksien lähteenä! Tässä tanssissa tutkija joutuu osallistumaan ristiriitaiseen taisteluun, jossa on tultava tietoiseksi omista ennakkokäsityksistään ja sitten selviytyä niiden tuomista haasteista: ovatko ne esteenä analyysille vai auttavatko oivaltamaan jotakin. Fenomenologinen asenne tulee esiin prosessissa, jossa tutkija antaa tutkittavan, Toisen, vaikuttaa itseensä. Tässä prosessissa kehittyvä ymmärtäminen syntyy relationaalisissa kontekstissa. Tutkijan ei siis tulekaan pyrkiä objektiivisuuteen, etäisyyteen ja eläytymättömyyteen, vaan päinvastoin, täyteen osallisuuteen ja avoimuuteen sen suhteen, mitä voi tulla esille. Itsepintaisuus tässä prosessissa voi palkita tutkijan erityisillä, joskin ohikiitävillä hetkillä, jolloin ilmiöstä paljastuu jotakin tuoreella tavalla. (Mt.1–3.)

Myös Rauhala (2005) kirjoittaa, että dialogi tuo tutkijan ja tutkittavan väliseen suhteeseen empaattisuutta ja intuitiota. Ihmisessä esiintyy kokemusvivahteita, joita ei voida muuten tavoittaakaan kuin tällä tavalla herkistyneellä toisella inhimillisellä järjestelmällä. (Mt. 122.) Rauhala jatkaa, että ihminen on myös tutkijana situationaalinen säätöpiiri. Tutkimustilanteessa tutkimuskohteesta tulee hänen situaationsa komponentti. Tätä sisältöainesta tutkija pyrkii organisoimaan tajunnassaan erilaisen ymmärtämysyhteyksien avulla merkityssuhteiksi. Tutkija voi käyttää avuksi jonkin teorian ymmärtämysyhteyksiä muodostaessaan idiografista tietoa tutkimastaan aiheesta. Samalla hän yrittää kuitenkin eliminoida tai ainakin kontrolloida sellaista sisältöainesta, joka on hänen privaattista tilanteestaan. Tässä ei koskaan onnistuta täydellisesti. (Mt. 121.)

Analyysin edetessä tutkija muodostaa reduktiota käyttäen kuvauksen tutkittavasta ilmiöstä, kuvauksen, jonka päämääränä on hahmottaa kyseisen maailmasuhteen olemus. Nyt tutkija ottaa työkalukseen mielikuvatasolla tapahtuvan muuntelun. Tämän työkalun avulla löydetään ilmiön välttämättömät merkitykset, ilmiön olemus (reduktion toinen vaihe). Tutkija kysyy, mitkä merkitykset ilmiön on omattava ollakseen kyseinen ilmiö. Mielikuvamuuntelu on metodisena apukeinona sen jälkeen, kun merkityssuhteiden olennaisinta sisältöä ollaan muuttamassa yleiskieliseen muotoon. Haasteena on löytää sisällölle kuvaavin kielellinen ilmaisu, joka perustuu tutkittavien omiin ilmaisuihin. Tutkijan tavoitteena on deskriptiivisyys eli tutkimusaineiston ja siitä muodostettavien kuvausten vastaa-

vuus. (Suikki & Perttula 2000, 4.) Reduktion avulla päästään yleiseksi nimitettävälle tasolle. Mitä tämä tarkoittaa? Tämä yleisyys voi olla persoonakohtaista yleistä tietoa tai käsitteellistä yleistä tietoa, jolloin se kattaa useamman kuin yhden tutkimukseen osallistuneen ihmisen kokemuksen. (Perttula 1995, 45–46.)

#### 4.8 Tulkinta fenomenologisessa tutkimuksessa

Hermeneutiikassa kysytään, mitä on ymmärtäminen, ts. miten ymmärtäminen rakentuu. Keskeisiä ovat tulkinnan ja tulkkiutumisen käsitteet. Hermeneuttisen fenomenologian lähtökohtana on se, että jo ihmisen olemassaoloon tuleminen sisältää tulkkiutumisen, tajunnallisen esiymmärtämisen, joka on spontaania ja automaattista. Esiymmärtäminen asettaa rajat sille, mitä ihminen voi varsinaisesti ymmärtää, esim. mies ei voi ymmärtää äitiyttä. Ihmisen situationaalisuus on aina ainutlaatuista. Ymmärtäminen ei siis koskaan ala alusta vaan perustana on esiymmärtäminen. Voiko siis ihminen ymmärtää toista ihmistä? Voi, mutta ei täysin. (Perttula 1996, 11.)

Tulkinta taas on aktiivista ja reflektiivistä toimintaa. Hermeneuttisessa fenomenologiassa tulkinta mielletään prosessiksi, jota yleisesti kutsutaan hermeneuttiseksi kehäksi. Kehä on spiraalimainen, jonka edetessä asioiden suhteuttaminen jo olemassa oleviin ymmärtämysyhteyksiin kehittyy ja muuntuu syvällisemmäksi. Tutkittava ilmiö ja tutkijan näkökulma siihen erottuvat vähitellen selkeämmin toisistaan. Tutkija tulee myös vähitellen tietoisemmaksi omista käsityksistään tutkittavasta ilmiöstä. Hermeneuttinen kehä ja aiemmin mainittu fenomenologinen reduktio tähtäävät siihen, että kokemukset tutkimuksen kohteena eivät ohentuisi ja vääristyisi. Toisen ihmisen kokemus on todellinen. Hermeneuttis-fenomenologisessa asenteessa pyritään tulemaan tietoisiksi tutkittavaa ilmiötä koskevista ennakkokäsityksistä. (Perttula 1996, 12–13.)

#### 4.9 Aineiston hankinta haastatteluin

Haastattelun avulla voidaan lähestyä toisen ihmisen kokemuksellista maailmasuhdetta. Fenomenologisessa tutkimusotteessa haastattelukysymysten tulisi olla avoimia, mahdollisimman vähän vastausta ohjaavia. Teemahaastattelu ei ole parhain mahdollinen tapa saada tietoa kokemuksista. Tutkijalla on kuitenkin oltava lähestymisnäkökulma tutkimaansa asiaan, joten avoimet haastattelukysymyksetkin jossain määrin rajaavat ja ohjaavat haastateltavaa. Kokemusten tutkimisessa koko haastattelutapahtuman tulisi olla avoin, luonnollinen ja keskustelunomainen. Haastateltavalla tulisi olla mahdollisimman paljon tilaa puhua ja kertoa kertomuksenomaisesti kokemuksistaan. Kokemus on

omakohtainen ja puhumalla käsitteellisellä kielellä saa helposti vastaukseksi käsityksiä ja mielipiteitä. (Laine 2001, 35–37.) Miten saadaan esille tutkittavien välittömässä todellisuussuhteessa muodostuvia merkityksiä? Haastatteluissa tutkittavat tulisi saada kuvaamaan niitä arkipäiväisen elämänsä kokemuksia, jotka he liittävät tutkittavaan asiaan. Haastattelukysymysten tulisi siis olla avoimia ja strukturoimattomia. Niiden tulisi herättää omakohtaisia, elettyjä mielikuvia tutkittavana olevasta asiasta. (Perttula 1995, 65–66.)

Lehtomaa (2009) kirjoittaa, että tutkijan herkkyys ja kyky rakentaa kontakti toiseen ihmiseen on perustavanlaatuista fenomenologiselle tutkimukselle. Hänen mukaansa haastatteluaineistoa ei hankita, vaan se syntyy tutkijan kyvystä olla läsnä, kuulla ja tulla vaikutetuksi. Hän toteaa, että jos vuorovaikutus haastattelutilanteessa ei toimi, ei voida edes aidosti puhua fenomenologisesta kokemuksesta. (Mt. 178.) Lumme-Sandt (2009) on kirjoittanut vanhan ihmisen kohtaamisesta haastattelutilanteessa. Yleisesti ihmisiä määritellään kronologisen iän kautta. Vaarana tässä on, että ihmiset nähdään ikäryhmänsä edustajina, esim. nuorina tai vanhoina ihmisinä, eikä ensisijaisesti ihmisinä. Eri ikäryhmien edustajat, esim. vanhat ihmiset, eivät kuitenkaan ole homogeeninen ryhmä, joka ajattelisi ja toimisi yhtenäisellä tavalla. Kaikki ihmiset ovat yksilöitä, ja ikä yksinään kertoo ihmisestä loppujen lopuksi hyvin vähän. (Mt. 143.) Kurki (2008a) kirjoittaa, että nuoruus ja vanhuus ovat itse asiassa vain abstraktioita. Niiden takaa löytyy ihmisiä, persoonia, jotka elävät määrättyissä olosuhteissa ja tietyssä konkreettisessa elämänsä syklin hetkessä. Hän jatkaa, että inhimillinen elämä on kokonaisuus, jatkumo, jonka ryhmittely tiukkoihin ikäryhmiin saa aikaan eristymistä, poissulkemista ja stereotyyppioita. Jokainen ihminen on ainutlaatuinen ja arvokas persoona. Ihmisen persoonallisuus kasvaa täyteyteensä vasta yhteydessä toisiin ainutlaatuisiin persooniin eli yhteisöllisyydessä. (Mt. 18, 32.)

Haastatteluaineisto ei ole ainoastaan tietovarasto tutkittavasta ilmiöstä vaan tutkimusprosessissa se on tutkittavan puhetta, potentiaalinen keskustelukumppani, jonka kanssa tutkija keskustelee. Analyysivaihetta voidaan kuvata eräänlaisena vuoropuheluna aineiston kanssa, jonka päämääränä on toisen toiseuden ymmärtäminen. Tutkimustulokset syntyvät vasta tuossa dialogissa, joka on siis kehämäistä liikettä aineiston ja oman tulkinnan välillä (hermeneuttinen kehä). Tämän prosessin aikana tutkijan ymmärrys korjautuu ja syvenee tutkittavasta ilmiöstä. (Laine 2001, 34–35.)

## 5. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Tutkimustehtävä, tutkimukseen osallistuneet ja aineiston hankinta

Tutkimustehtävänä on selvittää:

1. Minkälaisena ikäihmiset kokevat yhteisöllisyyden asuinympäristössään vanhainkodissa? Olen pohtinut vanhainkotiä neljännessä iässä olevien ihmisten asuinympäristönä aikaisemmin luvuissa 1.3 ja 1.4. Seuraavassa luvussa (5.2) tuon esille, minkälaisia yhteisyyttä tukevia rakenteita ja toimintaa on vanhainkodissa, jossa haastateltavani asuivat. Kodin ja yhteisyyden tuntua tuovat ihmissuhteet ja osallistuminen kodin elämään. Minkälaisia ovat siis asukkaitten keskinäiset ihmissuhteet ja osallistuminen vanhainkodissa?
2. Minkälaisena ikäihmiset kokevat vanhuuden elämänvaiheen?

Tutkimustani varten haastattelin kuusi neljänneksen iän saavuttanutta ikäihmistä. Iältään haastateltavat olivat 90 ikävuoden molemmilla puolilla. Suurin osa heistä liikkui pyörätuolilla. He olivat asuneet vanhainkodissa puolesta vuodesta reiluun kolmeen vuoteen. Haastattelut toteutin teemahaastattelulla. Haastattelupaikkana oli haastateltavien oma huone vanhainkodissa. Litteroitua aineistoa kertyi 53 sivua. Haastattelut kestivät 22 minuutista 70 minuuttiin. Yhteensä haastattelujen kestoksi tuli 3 tuntia 38 minuuttia.

Mistä sitten haastattelun sisältämät teema-alueet tulevat? Tutkijalla on mielessään tutkittava ilmiö, mutta miten hän lähtee ”operationalisoimaan” ilmiötä, miten hän saa tietoa siitä. Ensimmäiseksi tutkijalle tulee mieleen teema-alueita intuition ja luovan ideoinnin perusteella. Jos haastattelujen teema-alueilla ei ole kuitenkaan mitään teoriakytkentöjä, aineiston analyysistä ei tule järkevää. Sen vuoksi teemoja on hyvä etsiä kirjallisuudesta, aiheeseen sopivista teorioista ja aiemmista tutkimuksista. Teemoja miettiessä on tärkeää muistaa tutkimusongelma, sillä juuri se sitoo kokonaisuuden yhteen. (Laine 2001, 33.) Muodostin haastattelun teema-alueet Weissin teorian pohjalta. Weiss on tutkinut yksinäisyyden kokemusta ja jakaa sen emotionaaliseen ja sosiaaliseen yksinäisyyteen (ks. luku 4.7). Koska työni aiheena on yhteisöllisyyden kokemus, muodostin haastattelun teemoja miettimällä (ja kirjallisuutta apuna käyttäen), minkälaisilla kysymyksillä saisin tietoa emotionaalisen ja sosiaalisen yhteisyyden kokemisesta.

Ovatko tutkimukseni ensimmäiset askeleet fenomenologisen asenteen mukaisia? Finlay (2008) määrittelee fenomenologisen asenteen empaattiseksi avoimuudeksi maailmaa kohtaan. Samalla on refleksiivisesti tunnistettava ja ”hillittävä” ennakko-oletuksiaan ja stereotyyppisiä käsityksiään, jot-

ka tulevat paitsi luonnollisesta, totutusta asenteesta myös aikaisemmasta (teoria)tietoudesta. Finlay kirjoittaa, että useimmat fenomenologit, elleivät kaikki, korostavat reduktion tärkeyttä tutkimusprosessissa. Aikaisempi tietous tulee toisaalta sulkeistua, mutta toisaalta sen avulla tulee myös kysellä ja etsiä merkityksiä. Näin aikaisempi tietous voi toimia oivallusten lähteenä. (Mt. 29.) Weissin (1974, 1985) interaktionistinen teoria siitä, että yksinäisyyden kokemukset voivat johtua sosiaalisen ja/tai emotionaalisen yhteisyyden kokemisen puutteesta, laajensi ymmärrystäni yhteisöllisyyden kokemisen eri ulottuvuuksista.

## 5.2 Tutkimuksen konteksti

Tutkimukseen osallistuneiden ikäihmisten asuinympäristönä on vanhainkoti, jossa on vähän yli 50 paikkaa. Noin kolmasosa vanhainkodin paikoista muodostaa ryhmäkoti-periaatteella toimivan yhteisön muistisairautta sairastaville. Loput kaksi kolmasosaa ovat ns. tavallisia vanhainkotipaikkoja. Kaikki haastateltavani olivat tavallisilla vanhainkotipaikoilla. Jokaisella asukkaalla on oma huone ja siellä omat huonekalut, esineet ja liinavaatteet. Yhdessä kerroksessa on 8-9 asukashuonetta, yhteinen ruokailutila, jossa asukkaat syövät aamu- ja iltapalan, pieni keittiö ja tilava parveke. Ensimmäisessä kerroksessa on iso ruokasali, jossa vanhainkotipaikoilla olevat asukkaat syövät lounaan ja päivällisen sekä juovat päiväkahvin. Ruokasalissa järjestetään myös yhteistä ohjelmaa, mm. hartaus- ja musiikkituokioita, aamujumppa arkiamuisin sekä juhlatilaisuudet. Talossa järjestetään virikkeistä vapaa-ajan toimintaa runsaasti. Lähes päivittäin on tarjolla yhteisiä, viriketoiminnanohjaajan vetämiä tuokioita. Kodin ulkopuolelle tehdään retkiä. Ulkopuolisia esiintyjä, päiväkoti-ikäisistä eläkeläisryhmiin, vierailee usein esittäen monipuolista ohjelmaa. Pohjakerroksessa on kerhohuone, kuntosali ja saunatilat. Kerhohuone on aikaisempina vuosina ollut paljon aktiivisemmassa käytössä kuin nykyään. Siellä on askarreltu, pidetty erilaisia toimintaryhmiä, esim. aivojumppaa, matkakerhoa (katseltu videoita ja keskusteltu), ”perjantai-olohuonetta” (yhdessäolon hetkiä pienessä ryhmässä). Edelleenkin kerhohuone on yllämainittujen toimintaryhmien tapahtumapaikkana, askartelua tosin ei enää harrasteta asukkaiden toimintakykyrajoitteiden takia. Pohjakerroksessa on myös pieni kuntosali, jossa on ajanmukaisia kuntovälineitä. Siellä asukkaat saavat fysioterapiaa fysioterapeutin avustuksella (esim. tasapainoryhmä). Vanhainkodilla on myös piha-alue, jonne asukkaat voivat mennä omatoimisesti. Piha-alueella järjestetään kesäisin mm. kahvihetkiä ja letunpaistoa.

Vanhainkoti muuttuu kokonaan tehostetun palveluasumisen ryhmäkodiksi vuoden 2011 loppuun mennessä. Kesällä 2010 puolet vanhainkodin paikoista muutettiin ryhmäkodeiksi ja vuoden 2011 loppupuolella koko vanhainkoti toimii ryhmäkoti-periaatteella. Ryhmäkodeissa asukkaat ovat te-

hostetun palveluasumisen piirissä. Tehostetussa palveluasumisessa asukkaat saavat ympärivuorokautista hoitoa ja hoivaa ja apua päivittäisissä toiminnoissa, niin kuin tähänkin asti ovat saaneet. Ryhmäkotiasuminen mahdollistaa turvallisen arjen, harrastamisen ja osallistumisen omassa pienemmässä yhteisössä. Ryhmäkotitoimintaan siirtyminen muuttaa tiloja niin, että ruokailutilan yhteyteen tulee olohuone (yksi asukashuone poistuu), keittiö uusitaan ja tilava parveke kalustetaan viihtyisästi. Myös olohuoneen kalustuksesta pyritään tekemään viihtyisä ja kodinomainen. Kaikki ruokailu tapahtuu oman ryhmäkodin ruokailutilassa.

### 5.3 Fenomenologinen metodi

Metodologisten sitoumusteni teoreettista taustaa olen selvittänyt luvussa 4. Ihmisen ontologisen olemassaolon käsitän eksistentiaalis-fenomenologisesta näkökulmasta. Kokemuksen tutkimuksessa sovellan fenomenologista metodia, jolloin kokemus tulee esiin tajunnallisina, kullekin tutkittavalle ominaisina merkityssuhteina. Aineiston analyysiin sovelsin Perttulan deskriptioon pyrkivää hermeneuttisen fenomenologisen psykologian analyysimenetelmää. Miksi fenomenologista tutkimusta tehdään? Ymmärryksen lisääminen jostakin inhimillisen elämän ilmiöstä voi olla tietysti itse tarkoituskin, mutta tarkoituksena voi olla myös kehittämistarpeet. Tutkimukseni tarkoituksena on tuoda esiin vanhusten omaa ääntä. He ovat joutuneet luopumaan omasta kodistaan ja hyväksymään uudeksi kodikseen vanhainkodin.

#### 5.3.1 Yksilökohtaisen merkitysverkoston muodostaminen: tutkimuksen tuloksena kuusi yksilökohtaista merkitysverkostoa

Seuraavassa eksplikoin analyysiprosessiani Perttulan esittämän fenomenologisen menetelmän askelien mukaan. Ne pohjautuvat Giorgin (1988a, 8-22, 1988b, 23-84) kehittämään fenomenologisen psykologian menetelmään. Perttula on muokannut metodia paremmin omaksumiinsa holistiseen ihmiskäsitykseen ja eksistentiaalisen fenomenologian käsitteistöön sopivaksi. Puhtaan fenomenologian ominaispiirteitä ovat pyrkimys deskriptiivisyyteen ja ennako-oletuksettomuuteen, ja nämä Perttula on halunnut pitää osana metodin peruseriaatteita. Metodi rakentuu kahdesta osasta, joissa kummassakin on seitsemän askelta. Metodin ensimmäisessä osassa muodostetaan yksilökohtaiset merkitysverkostot ja toisessa osassa yleinen merkitysverkosto tai sen eri tyyppisiä. (ks. Perttula 2000, 433-440, Perttula 1995, 94-95, Lehtomaa 2009, 181, Suikki & Perttula 2000, 1-11.) Jokainen tutkija voi kuitenkin muokata metodia ja jättää esim. osan askelista pois. Perttula kirjoittaa, että fenomenologisen metodin muokkaaminen tutkittavaan ilmiöön sopivaksi on tutkijalle enemmän

velvoite kuin lupa (Perttula 2000, 29). Kokonaisnäkemysten saamiseksi tutkittavasta ilmiöstä kuvaamista seuraa fenomenologinen ymmärtäminen. Se on tulosten suhteuttamista jo olemassa olevaan ymmärrykseen. Niinpä Lehtomaa (2009) onkin luonut fenomenologiseen metodiin kolmannen osan, joka koostuu neljästä vaiheesta. Ensimmäisessä vaiheessa hahmotetaan yksilöllisiä ja yleisiä merkitysverkostoja jäsentävät keskeiset merkitystihentymät. Sen jälkeen rakennetaan dialogia muun tutkimustiedon kanssa (vaihe 2). Ymmärtäminen suhteutetaan alkuperäiseen haastatteluaineistoon (vaihe 3) ja näin päästään tutkittavan ilmiön ymmärtämiseen (vaihe 4). Tärkeätä on välttää sellaista teoreettista tulkintaa, joka muuttaa tutkittavien kokemukset muuksi kuin analyysin perusteella on ilmennyt. (Mt. 190–191.)

Metodin ensimmäisessä osassa muodostetaan siis yksilökohtaiset merkitysverkostot ja toisessa osassa yleinen merkitysverkosto tai sen eri tyyppejä. Olen supistanut molempien osien askeleet viiteen yhdistelemällä eri vaiheita. Lisäksi olen vaihtanut askeleiden järjestystä ensimmäisessä osassa. Muodostin sisältöalueet vasta merkityssuhteiden erottamisen jälkeen. Laajemmassa aineistossa kuin omani on tarkoituksenmukaisempaa muodostaa sisältöalueet ennen merkityssuhteiden erottamista helpottamaan aineiston jäsentämistä. Analyysin myöhemmässä vaiheessa muokkasinkin ja rajasin sisältöalueita tutkimustehtävän mukaisesti. Yleisen merkitysverkoston muodostamista eksplikoin luvussa 5.3.2. Metodin kolmannessa osassa rakennan dialogia analyysin tuloksina saamiini yksilökohtaisten ja yleisten merkitysverkostojen ja muun tutkimustiedon kanssa luvussa 6.

#### Yksilökohtaisen merkitysverkoston muodostaminen

1. Tutustutaan tutkimusaineistoon avoimin mielin ja pyritään hahmottamaan kokonaisuus.
2. Erotetaan merkityssuhteet toisistaan. Merkityssuhteet ovat sisällöllisiä kokonaisuuksia, jotka ilmaisevat tutkittavan ilmiön kannalta relevantin merkityksen. Erotetut merkityssuhteet muutetaan yleiskieliseen muotoon.
3. Muodostetaan tutkimusaineistoa jäsentävät keskeiset sisältöalueet ja sijoitetaan yleiskielelle muunnetut merkityssuhteet sisältöalueisiin
4. Muodostetaan sisältöalueittain etenevä yksilökohtainen merkitysverkosto.
5. Muodostetaan sisältöalueista riippumaton yksilökohtainen merkitysverkosto.

## 1. Askel

Analyysiprosessin aluksi kuuntelin äänitetyt haastattelut uudelleen. Sen jälkeen luin litteroituja haastatteluja kokonaisnäkömyksen saamiseksi. Giorgi (1997, 9 of 22) kirjoittaa, että fenomenologinen lähestymistapa on holistinen: vasta kokonaiskäsityksen hahmottumisen jälkeen aineistosta pystytään erottamaan tutkimustehtävän kannalta relevantteja merkityssuhteita. Haastatteluja kuunnelllessani ja lukiessani mieleeni palautuivat elävästi haastattelutilanteet. Jokainen tutkittava otti minut kiireettömästi ja ystävällisesti vastaan. Lukiessani tutkittavien kokemuksia pyrin sulkeistamaan omat ennakkokäsitykseni refleктоivan ajattelun avulla. Miten tutkija voisi saavuttaa toisen kokemukset ja ilmaisujen merkitykset mahdollisimman autenttisina ilman että hänen oma esiyymmärryksensä pyrkii koko ajan antamaan suuntaa tulkinnalle? Laine (2001) kirjoittaa, että tutkijan on omaksuttava kriittinen ja reflektiivinen asenne, jotta päästäisiin tutkimukselliselle tasolle. Tutkimuksellinen taso tarkoittaa toisen ”toiseuden”, toisen ainutlaatuisen suhteen etsimistä johonkin asiaan. (Mt. 32–33.) Seuraavan askeleen tarkoituksena on erottaa tekstistä tutkittavaan ilmiöön liittyviä merkityssuhteita.

## 2. Askel

Merkityssuhteiden erottamisessa on kyse tutkittavaan ilmiöön liittyvien ydinmerkitysten tunnistamisesta. Giorgi (1997) puhuu merkitysyksiköistä, jotka yksinkertaisesti ilmaisevat tutkittavan ilmiön kannalta olennaisen merkityksen. Operationaalisesti merkitysyksiköt muodostetaan aineiston hitaan uudelleen lukemisen avulla tutkijan ollessa sensitiivinen sille ilmiölle, jota on tutkimassa. Tutkijan asenteen on oltava avoin, niin että odottamattomat merkitykset saavat myös mahdollisuuden tulla esiin. (Mt. 10 of 22.) Tässä vaiheessa tajusin fenomenologisen reduktion merkityksen. Tutkijan tulisi ikään kuin elää empaattisesti uudelleen tutkittaviensa kokemukset. Tämän jälkeen muutin erotetut merkityssuhteet yleiskieliseen muotoon. Muutos tehdään prosessissa, jossa ovat mukana reflektio, intuitio ja mielikuvatasolla tapahtuva muuntelu. Tärkeää on, että merkitysyksiköiden ilmentävien kokemusten keskeistä sisältöä ei kadoteta. (Giorgi 1988a, 17.) Muunnostyössä pyritään deskriptiivisyyteen, joten mielikuvatasolla luodaan erilaisia merkitysyhdistelmiä ja muunnellaan niitä. Otan esimerkkinä mielikuvatasolla tapahtuvasta muuntelusta haastateltavan (H5) lyhyen ilmaisun: *Ei paljon istu vieressä tossa, eikä käy kylässä...* > Ei kukaan käy kylässä / harvoin käydään kylässä. Tarkoituksena on löytää ne merkityssuhteen sisällöt, joita ilman merkityssuhteen ilmentämä kokemus muuttuu alkuperäisestä poikkeavaksi. (ks. Suikki & Perttula 2000, 4.)



Seuraavassa on esimerkkejä yleiskielelle muunnetuista merkityssuhteista yhden haastateltavan (H5) ilmaisuista.

H5: Kyllähän kiva huone oli, tämmöne, mutta on niin hiljasta täällä. Ei paljon istu vieressä tossa, eikä käy kylässä ja kaikki menee vaan mökkiinsä.

HUONE VANHAINKODISSA ON KIVA, MUTTA SIELLÄ ON HILJAISTA. HARVOIN TULLAAN KÄYMÄÄN KYLÄSSÄ. JOKAINEN VIETTÄÄ AIKAANSA OMASSA HUONEESSAAN.

H5: Ei siinä paljon jutella kun vaan suu pyöreenä syyään ja sitten pois.

(RUOKASALISSAKAAN) EI PALJON JUTELLA, JOKAINEN SYÖ RUOKANSA JA LÄHTEE SITTEEN POIS.

HJA: Onko sulla täällä ketään, jota sä voisit sanoa ystäväksi.

H5: No mä nyt tiedä, kai on tommosia väliaikasia, siinä on semmosta päiväpuhelua, mutta ei semmosta kun ystävä olisi.

HJA: Minkälainen sun mielestä on ystävä, että semmonen ihminen, jota sä sanosit ystäväksi?

H5: Tämmönen, täytyy ainakin puhella ja kyselis, mitä kuuluu ja semmosta, että vähän kevyttä, ei tarte olla kauheita kysymyksiä.

HÄN EI KOE, ETTÄ HÄNELLÄ OLISI TODELLISIA YSTÄVIÄ VANHAINKODISSA. SUHTEET TOISIIN IHMISIIN OVAT VÄLIAIKAISIA. YSTÄVÄ OLISI SELLAISEN, JONKA KANSSA VOISI JUTELLA JA KERTOAA KUULUMISIA. YSTÄVYYDEN EI TARVITSISI OLLA MITÄÄN ERIKOISTA, ENEMMÄN SELLAISTA KEVYTTÄ YHDESSÄOLOA.

HJA: Mikä on tärkein syy, minkä takia sä haluaisit osallistua täällä?

H5: En oikein tiedä ittekään. Ihan vaan sellasta että ihmisiä vaan kävis ja puhuttas tässä. Ei sitä mitään erikoisia harrastuksia.

HÄN EI TIEDÄ, MIKÄ OLISI TÄRKEIN SYY, MINKÄ TAKIA HÄN HALUAA OSALLISTUA. HÄN TOIVOISI VAAN, ETTÄ IHMISIÄ KÄVISI HÄNEN LUONNAN JUTTELEMASSA. EI HÄN TOIVO MITÄÄN ERIKOISIA HARRASTUKSIA.

### 3. Askel

Aineiston hankin teemahaastatteluilla, joten suurin osa sisältöalueista nousi haastattelurungosta. Muodostin sisältöalueet jokaiselle tutkittavalle erikseen. Seuraavassa esimerkkeinä kahden haastateltavan sisältöalueet analyysin alkuvaiheissa. H1: *Vuorovaikutus, vuorovaikutusta estää, ystävyystyminen, autonomia, kesä, tuntuma kodista, odotuksia ryhmäkodin suhteen.* H5: *Vanhuus, harrastukset, yksinäisyys, keskinäinen seurustelu, osallistuminen, ystävyys, ryhmäkoti, kesä.* Sisältöalueiden hahmotuttua sijoitin yleiskielelle muunnetut merkityssuhteet sisältöalueisiin. Tein sisältöalueet jokaiselle tutkittavalle erikseen. Sama ilmaisu saattoi tulla sijoitetuksi useampaan sisältöalueeseen.

#### 4. Askel

Muodostin sisältöalueittain etenevän yksilökohtaisen merkitysverkoston. Tiivistin vielä muunnettuja merkityssuhteita tavoitteena saada aikaan kunkin sisältöalueen tiheä kuvaus. Seuraavassa on yhden haastateltavan (H2) yhden sisältöalueen (Tutustuminen toisiin) merkityssuhteet ja muunnokset niistä. Haastateltavan kaikki sisältöalueet ovat: muutto vanhainkotiin, aikuistuminen ja ammattihaaveet, lapsuuden perhe, oma perhe, aikaisemmat ystävyys-suhteet, usko ja hengellisyyden kaipuu, vanhuus, yksinäisyys, harrastustoiminta vanhainkodissa, osallistuminen, tutustuminen toisiin, ystävyys, kahvinkeittoiveet, omaiset, vanhainkoti kotina, kesäaika, ryhmäkoti, viihtyisyys. Tämän haastateltavan kanssa pääsin lähemmäksi avointa keskustelua teemoista huolimatta. Hän kertoi vapaasti ja vuolaasti elämästään. Jätin analyysin ulkopuolelle viisi ensimmäistä sisältöaluetta, koska tutkimustehtävänä oli tutkia yhteisöllisyyden kokemista omassa asuinympäristössä ja kokemusta vanhuudesta. Hänen kertomuksensa lapsuudestaan ja nuoruudestaan muodostavat kuitenkin sen horisonttibaasiksen, kokemustaustan, joka on elämänsä kerrostunut hänen tajuntaansa. Tämän hetkisen tilanteen asiantilat tulkitutuvat kunkin yksilön kokemustaustasta käsin. Se, että hän kertoi laajasti elämästään, auttoi minua ymmärtämään paremmin hänen kokemustaan elämästään vanhainkodissa. (ks. Rauhala 1995, 166.) Jokaisen merkityssuhteen jälkeen on yleiskielelle muunnettu merkityssuhde kirjoitettuna isoilla kirjaimilla. Kaikista haastattelukatkelmista on nimet ja tunnistettavuuteen vaikuttavat tiedot muutettu.

#### Tutustuminen toisiin:

HJA: No tutustuuko näissä ryhmissä toisiin asukkaisiin?

H2: Kyllä. Mutta noin, minäkin oon semmonen, että kun minä en tutustu kaikkiin. Ei tietenkään kukaan. Ei me kaikki olla toinen toinen...että ei kaikista koskaan... Meillä on erilaiset geenit ja tota, mites sanotaan, mikä se sana, että erilaiset, niin että tota ei...

HJA: Mielipiteet ja...

H2: Se ei ollu mielipiteet, samaa se tarkoittaa, mutta noin. Mikä se sana oli?

HJA: Ei olla samalla aaltopituudella.

H2: Niin vaikka, vaikka se aaltopituudella. Niin ei olla kaikkien kanssa koskaan. Että meillä on, että me tutustutaan toisiin piankin, toisiin taas ei, niinku hyvä päivä, joilla ei oo kanssakäymistä sitten mutta.

**HARRASTUSTOIMINNASSA TUTUSTUU KYLLÄ TOISIIN, MUTTA EI KAIKKIIN. KAIKKIEN KANSSA EI VOI OLLA SAMALLA AALTOPITUUDELLA.**

HJA: No haluaisitko tutustua täällä enemmän, esimerkiksi naapureihin tässä kerroksessa?

H2: Joo, joo, ollaan tutustuttu ja oikein mukava. Toi yks rouva, siitä kuoli, tää Johanna kuoli, Johanna oli mun ystäväni kanssa. Sillon mä olin vähän haikeella mielellä. Ne

nyt, siinä on uusi sitten ja hänkin on rauhallinen ihminen, että. Oikein mukava pöytäseura siinä.

HÄN ON TUTUSTUNUT NAAPUREIHIN, JA SE ON MUKAVAA. NAAPURISSA ASUVA JOHANNA OLI HÄNEN YSTÄVÄNSÄ. JOHANNAN KUOLTUA HÄN TUNSI HAIKEUTTA. JOHANNAN HUONEESSA ON NYT UUSI ASUKAS, JA HÄNKIN ON RAUHALLINEN IHMINEN JA MUKAVAA PÖYTÄSEURAA.

HJA: Minkälainen tuntuma sinulla on, onko täällä muut yksinäisiä?

H2: No, en minä osaa sanoa, ei oo puhuttu niinku ton uudenkaan rouvan kanssa. Hän vaan tuntee ittensä, taikka mun kanssani, me ollaankin, vierekkäin istutaan, ehkä läheisimmäksi. Kun hänellä on niin tota, oliko se nyt anoppi Hilma, niin se otti heti niinku Hilma-nimen. Se oli hänelle tuttu.

UUSI ASUKAS KOKEE HÄNET LÄHEISEKSI JA TUTUKSI, KOSKA TÄLLÄ UUDELLA ASUKKAALLA ON OLLUT ANOPPI, JOLLA ON SAMA NIMI KUIN HÄNELLÄ. HE ISTUVAT VIEREKKÄIN RUOKAPÖYDÄSSÄ.

HJA: Millä tavalla sitä tutustumista vois tukea ja auttaa, että asukkaat täällä paremmin tutustus toisiinsa?

H2: No kun se olohuone (harrastusryhmä, jota kutsutaan perjantai-olohuoneeksi) oikeastaan kait tarkoittas sitä, kun sieltä ohjaaja monta kertaa kysyy, noin yllättäinkin jotakin ja sitten tota, siellähän vois joku, joka haluaa. Mut en tiedä, huomaako kaikki sitten asioita, että toiset nukkuukin siellä ja näin. Että siellä ei oo oikein virkeenä nää mummot aina ole, vaikka tää ohjaaja on virkee. Että kyllä siellä varmasti, ja sitten mitä kauemmin on ja mitä kauemmin käy siellä ni, enempihän sitä sitten tutustuu ihmisiin.

HARRASTUSRYHMÄSSÄ KAIKKI MUMMOT EIVÄT AINA OLE VIRKEINÄ. MITÄ KAUEMMIN KÄY SAMASSA HARRASTUSRYHMÄSSÄ, SITÄ PAREMMIN TUTUSTUU TOISIIN.

Miten tutkijan tulisi toimia epäselvien ilmaisujen suhteen? Yllä olevassa haastateltavan ilmaisusta en pystynyt hahmottamaan, mitä hän tarkoitti ilmaisullaan: *kun sieltä ohjaaja monta kertaa kysyy, noin yllättäinkin jotakin ja sitten tota, siellähän vois joku, joka haluaa*. Lauseen loppuosan merkitys jäi epäselväksi. Tajusin, kuinka tärkeää haastattelussa on tarkka kuunteleminen. Jos olisin kuunnellut tarkasti jokaista haastateltavan ilmaisua ja ajatusta, olisin heti perään voinut tehdä tarkentavan kysymyksen.

HJA: Mennäänkö täällä koputtelemaan toisten oville.

H2: Joo, kyllä. Täällä niinku tää Johannakin, joka lähti pois, niin hän, hoitajan kans, kun hän oli, siis ei yksin päässyt mihinkään vaan hän oli ihan näin, suoraselkänen. Hän tarvi aina apua, että hänellä oli aina oma hoitaja. Hän sitten välillä, että hoitaja sitten koputti, kun Johannalla oli asiaa. Niin tota, että kyllä täällä koputellaan. Ja nytkin mä kuuntelin, kun hoitaja joskus koputtaa ensin, sitten kuitenkin avaa oven. Mä kuuntelin, aukaseeko se oven se hoitaja, mutta kun ei aukassu, sitten minä tulin, kun sinä koputit.

HE KYLLÄ KOPUTTELEVAT TOISTENSA OVILLE. JOHANNA EI KYENNYT ITSE KOPUTTAMAAN, NIINPÄ HOITAJA KOPUTTI HÄNEN PUOLESTAAN.

HJA: Löydätkö aina seuraa, silloin kun tarvitset sitä. Jos tuntuu, että nyt olis mukava jutella jonkun kanssa.

H2: Minä uskon, että löydän. Kyllä mä taas sitten, vaikka mä oon hiljanen, mutta en mä oo, vaikka mä oon hämäläinen, hiljanen hämäläinen, mutta noin, en minä niin hiljanen oo, kun minusta luulis. Kun mun lapseni sano, että kuule kun, heidän mielestään sä et oo ollenkaan hiljanen. Niinhän mä ittekin tykkään, mutta kaikki tykkäävät, että mä oon hiljanen, kun mä oon yleensä: vaikenen, jos en tunne. Mä oon aivan hiljanen.

HÄN USKOO LÖYTÄVÄNSÄ JUTTUSEURAA SILLOIN KUN HALUAA. HÄNTÄ PIDETÄÄN HILJAISENA. HÄN EI KUITENKAAN OLE NIIN HILJAINEN KUIN HÄNEN LUULLAAN OLEVAN. HÄN YLEENSÄ VAIKENEE, JOS EI TUNNE TOISIA.

## 5. Askel

Tämän jälkeen muodostin sisältöalueista riippumattomat yksilökohtaiset merkitysverkostot. Lopuksi siis tein synteesin kaikista merkitysyksiköistä yhtenäiseksi lausunnoksi yksilön kokemuksesta. Nämä kuusi yksilökohtaista merkitysverkostoa ovat analyysini ensimmäisen osan tulokset.

### H1

Hän on iältään 80 ja 90 vuoden välillä ja ollut vanhainkodissa n. kolme vuotta. Hän joutui vanhainkotiin halvaannuttuaan. Hän on harrastanut aikaisemmin mm. kotimaan matkailua. Hän koki matkat mielenkiintoisiksi ja nautinnollisiksi.

Hän osallistuu vanhainkodin harrastustoimintaan, jossa hänen mielestään on mukava käydä, koska hän tuntee toiset osallistujat, ja siellä on mahdollisuus keskustella. Se tuo vaihtelua elämään. Hän tapaa toisia osallistujia ainoastaan harrastustoiminnassa ja ruokailujen yhteydessä. Toisten huoneissa ei ole tapana käydä kylässä.

Pyörätuolilla on hankala liikkua ahtaissa tiloissa. Hän kokee ahtaaseen kerhuhuoneeseen menon vaikeaksi, koska pyörätuoli vie suuren tilan. Myös asukkaiden huoneissa on vaikea liikkua pyörätuolin kanssa. Hän pelkää rikkovansa jotakin kääntyessään tuolilla toisen huoneessa. Hän toivoisi, että harrastusryhmiä järjestettäisiin oma kerroksen ruokailutilassa, jonne olisi helppo tulla. Liikkumista haittaa myös se, että hissi on usein rikki. Ryhmäkodit voisivat tuoda paljonkin uutta hänen mielestään. Toimintaa olisi silloin omassa kerroksessa, ja ainainen alakerrassa käynti jäisi pois. Hän odottaa mielenkiinnolla, mitä ryhmäkoti tuo tullessaan.

Yhteisissä tiloissa hän on aina, kun siellä on ohjelmaa. Ruokasalissa on aika usein erilaista toimintaa. Hänen mielestään nykyinen toiminta riittää. Keskinäistä seurustelua ei juuri synny. Jokainen oleilee omissa oloissaan. Hän ei osaa sanoa, mikä helpottaisi tutustumista. Hänen mielestään ne, jotka ovat vanhainkotiin tulleet, ovat jo seurustelunsa seurustelleet. Hän ei ole tottunut siihen, että vanhainkodissa seurusteltaisiin, joten hän ei osaa vaatiakaan sitä. Hänelle riittää se, mitä tällä hetkellä on. Ala-aulaan jää ruokailun jälkeen istumaan asukkaita. Hänen mielestään heitä pidetään siellä, että he näkisivät elävää elämää, esim. hoitajia, jotka liikkuvat siellä. Hän ei tiedä, seurustele-

vatko nämä asukkaat keskenään, koska ei ole itse ollut siellä. Hänen mielestään vanhainkodin asukkaat ovat hyvin väsynttä porukkaa.

Hänellä ei ole ketään vanhainkodissa, jota hän voisi sanoa ystäväksi. Kaikki ovat vieraita. Ystävyys perustuu tuntemiseen. Hänen mielestään ystäviä ei kerätä minkään toiminnan kautta. Syyt ystäviksi tulemiseen ovat syvemmällä. Ystäviä ei niitetä kuin ”jotain ruohoa niityllä”. Henkilökuntaan kuuluvia hän ei sanoisi ystäviksi.

Hänellä on talvisin oma ulkoiluttaja, joka käy viikoittain. Hänelle on tärkeää, että hän pääsee itsenäisesti liikkumaan pyörätuolilla. Hän pystyy käymään kaupoilla pyörätuolilla, kun joku on mukana auttamassa. Kesällä hän pääsee itsenäisesti menemään pihalle pyörätuolissa. Kesällä on hänen mielestään kokonaan toisenlaista. Silloin hän käy päivittäin pihalla. Pihalla on myös aina jonkin verran muita ihmisiä. Pari kertaa kesässä pihalla vietetään kahvihetkeä tai paistetaan lettuja. Hän ei ole havainnut oma-aloitteista seurustelua asukkaitten kesken pihallakaan. Jokainen hakee itselleen mieluisan paikan ja on siellä.

Vanhainkotiä hän ei koe kodiksi. Laitokseen ei hänen mielestään koskaan tule kodin tuntumaa. Hän ei kuitenkaan suhtaudu kielteisesti laitoksiin. On hyvä, että on paikkoja, joissa hoidetaan, kun ei enää kotona tule toimeen. Viikonloppuisin vanhainkodissa on hiljaisempaa kuin arkena. Viikonloput menevät hänen mielestään samoin kuin viikonloputkin. Kun joku on kuollut, tuodaan yhteiseen tilaan kynttilä. Hänestä ei ole silloin mukavaa mennä yhteiseen tilaan, koska kuolleen omaisia on siellä.

Viriketoiminnanohjaajalle ei ole saatu sijaista. Aikaisemmin talossa oli myös jalkahoitaja, joka toimii nyt lähihoitajana. Jalkahoitajalla ei ole enää mahdollisuuksia tehdä jalkahoitoja, kun kaikki aika menee hoitotyössä. Kaikessa säästetään.

---

## H2

Hän on iältään lähemmäs 90 ja ollut vanhainkodissa noin kolme vuotta. Hän on muuttanut vanhainkotiin omasta kodistaan. Hän rupesi pelkäämään yksinasumista löydettyään itsensä eräänä yönä lattialta makaamassa. Hänen lapsensa alkoivat suostutella häntä muuttamaan vanhainkotiin. Hänen oli vaikea hyväksyä poismuuttoa omasta kodista. Hän halusi juuri tähän vanhainkotiin, koska oli kuullut siitä hyvää. Hänen mielestään hyvä vanhainkoti on sellainen, jossa on tarpeeksi hoitajia ja jossa viedään ajoissa vessaan, jos sinne ei itse pääse. Hän on kiitollinen Jumalalle, että pystyy vielä toimimaan itsenäisesti, pukemaan ja petaamaan. Hän arvostaa ympärillään puhtautta ja pölyttömyyttä.

Vanhuus on hänen mielestään oikeastaan ihana olotila. Se on vielä ihanampaa, kun on asiat ylöspäin kunnossa ja on rauha sydämessä. Vaivat eivät tunnu hänestä niin pahoilta, kun on rauha sisimmässä. Sisimmässä oleva rauha auttaa myös siihen, jos on särkyjä. Hän on mielestään saanut niin paljon lahjaa Jumalalta, että hänellä ei ole särkyjä. Tosin vanhuuteen kuuluu monenlaista: itse kukin saa omat sairautensa. Hänelläkin on omat sairautensa. Hän on onnellinen siitä, että on saanut olla terveenä niin että pääsee vielä itsenäisesti liikkumaan. Hänestä ihana vanhuus on terve vanhuus.

Hän on kuullut, että alkoholinkäyttö on lisääntynyt vanhusten keskuudessa. Tanssipaikeilla käyminen tekee hänen mielestään vanhukset vähän liian levottomiksi. Levottomuus saa aikaan monelle vanhukselle sen, että tulee otettua alkoholia, eikä se ole hyvä asia, kun se menee liiallisuuteen. Joku on sanonut, että on terveellistä ottaa vähän alkoholia.

Hänen mielestään vanhoja ihmisiä ei kunnioiteta tarpeeksi. Heitä pidetään jo liian vanhoina. Tämä asenne on levinnyt ihmisten keskuudessa. Aika on muuttunut. Vanhuksissakin on moittimista, sillä eivät hekään vuorostaan hyväksy nuoria. Vanhojen ihmistenkin täytyisi tehdä jotain tutustumisen eteen. Monet vanhat ihmiset ovat hänen mielestään arkoja. He eivät uskalla lähestyä, koska ajattelevat, että toinen ei välitäkään heidän seurastaan. Vanhat ihmiset voisivat myös yrittää keskustella tuttujen nuorten kanssa. Nuoret voisivat hyväksyä vanhat paremmin, jos vanhat avautuisivat nuorille. Vanhat ihmiset voisivat osallistua rukoilemalla isänmaan ja työtätekevien puolesta. Hänen mielestään tämä yhteiskunta on nuorten yhteiskunta. Tämä näkyy esim. siinä, että muotia tehdään nuorille. Hänen mielestään vanhoille ihmisille ei tehdä kunnon vaatteita.

Hänen mielestään vanhat ihmiset kärsivät yksinäisyydestä. Hänkin on tuntenut yksinäisyyttä, aikaisemmin, ja täällä vanhainkodissa myös. Yksinäisyyden tunne voi tulla, kun on ikävä omaa kotia. Vanhukset, joilla on voimakas luonne ja jotka eivät anna auttaa itseään, vaan sanovat tekevänsä kaiken itse, saattavat kuitenkin kokea sisimmässään monta kertaa yksinäisyyttä. Kun hän asui omassa kodissaan, hän sai sinne apua.

Hän osallistuu vanhainkodin eri harrastusryhmiin. Harrastustoiminta on kuitenkin muutoksen vaiheessa. Silloin kun hän tuli vanhainkotiin kolmisen vuotta sitten, toiminta oli ihan toisenlaista. Silloin viriketoiminnanohjaaja ohjasi toimintaa, ja kaikki oli ripeää: mentiin ja tehtiin kaikenlaista, tehtiin käsitöitäkin. Nyt se on hiipunut. Viriketoiminnanohjaaja on hauska ja saa toiset liikkeelle, mutta hän on jäänyt osa-aikaeläkkeelle, eikä tilalle ole otettu toista. Hän toteaa, että kaikessa säästeään.

Hän osallistuu harrastusryhmiin, koska täytyy ajatella toisiakin. Hän käy kuntosalilla ja on mukana tasapainoryhmässä. Jos hän aina makaisi sängyssä, hän ei kohta pääsisi kävelemään. Aivojumppa on mukavaa ja laittaa veren kiertämään aivoissa. Mitä kauemmin käy samassa harrastusryhmässä, sitä paremmin tutustuu muihin. Aamujumppa on kymmeneltä, mutta hän ei aina kerkiä siihen. Aamupala on yhdeksältä ja sen jälkeen hänellä on omat aamutoimet. Hän ei voi lähteä mihinkään ennen kuin vatsa on toiminut. Aamupalan syömiseenkin menee oma aikansa. Tämä on hänen mielestään huono asia. Hän käy yhteisissä tiloissa ainoastaan silloin, kun siellä on jotakin ohjelmaa. Muuten hän on ollut omassa huoneessaan koko talven. Hänen mielestään osallistuminen on tärkeää. Hän ei kuitenkaan osallistu kaikkeen. Hän toivoisi vanhainkotiin hengellisesti antavia tilaisuuksia.

Harrastusryhmissä tutustuu kyllä toisiin, mutta ei kaikkiin. Vanhainkodissa on monenlaisia ihmisiä, eikä kaikkien kanssa voi ystäväystyä. Hän on kyllä tutustunut ja ystäväystynyt joittenkin kanssa, ja se on hänen mielestään mukavaa. Hänellä on vanhainkodissa eräs samanikäinen rouva, jonka kanssa hän tuntee olevansa samalla aaltopituudella. He ovat käyneet kylässä toistensa huoneissa. Myös erästä toisesta samassa kerroksessa asuneesta rouvasta oli tullut hänen ystävänsä, mutta hän kuoli. Silloin hän oli haikealla mielellä. Tässä huoneessa on nyt uusi asukas, ja hänkin on rauhallinen ihminen. He istuvat vierekkäin ruokapöydässä. Hän on huomannut, että tämä rouva kokee hänet läheiseksi, koska hänen etunimensä on tälle tuttu. Hänen mielestään asukkaat kyllä koputtelevat toistensa oville. Kerrankin eräällä hänen naapurillaan oli hänelle asiaa. Hoitaja tuli ja koputti naapurin puolesta, koska tämä ei itse pystynyt. Hänellä on huoneessaan kahvinkeitin. Hän toivoisi voivansa joskus tarjota ystävilleen kahvit huoneessaan. Häntä kutkuttaisi ajatus, että hän voisi itse leipoa kakun. Mutta hän on ajatellut, että siihen ei kuitenkaan taida olla mahdollisuutta. Usein ei tule kahviteltua, sillä hän kokee tulleensa jo väsyneeksi.

Hän uskoo löytävänsä juttuseuraa silloin kun sitä haluaa. Häntä pidetään hiljaisena. Omasta mielestään hän ei ole niin hiljainen kuin hänen luullaan olevan. Hänen lastensa mielestä hän ei ole ollen-

kaan hiljainen. Hän yleensä vaikenee ja on hiljainen, jos ei tunne toisia. Hän tuntee luonteensa ja hiljaisuutensa takia olevansa yksinäinen. Hän on kärsinyt elämässä ja tullut sen takia hiljaiseksi.

Vanhainkoti tuntuu ja ei tunnu kodilta. Hänellä ei käy hoitaja niin usein, koska hän pystyy itsekin toimimaan. Sen vuoksi hän kokeekin saavansa vähän. On aamuja, että hoitajalla ei ole ollut aikaa käydä ollenkaan. Silloin ei hänen mielestään hetkellisesti tunnu kodilta. Elämä on kuitenkin vaihtelevaa. Kenelläkään ei ole aina samanlaista, joskus voi tuntea yksinäisyyttäkin.

Hän käy kesällä piha-alueella päivittäin ja hän kuvailee sitä ihanaksi. Hän tykkää keinua pihassa ja syödä muurinpohjalettuja, silloin kun niitä paistetaan. Pihalla tutustuu paremmin toisiin. Hoitajat tuovat asukkaita pyörätuolissa pihalle istumaan. Siinä on mahdollisuus mennä juttelemaan toisen kanssa, jos huomaa, että toinen haluaa jutella. Hänen mielestään ihmiset kyllä juttelevat toistensa kanssa pihalla. Siellä hakeudutaankin istumaan ystävän viereen.

Hän kävi kerran ylimmissä kerroksissa olevassa ryhmäkodissa. Asukkaat ovat siellä lukkojen takia, mutta hoitaja vei hänet kerran sinne. Hänen mielestään siellä oli hyvin asiat. Ryhmäkodissa käydessään hän näki erään rouvan, joka aikaisemmin asui samassa kerroksessa hänen kanssaan. Tämä rouva oli levoton sielu, joka oli aina menossa ja olisi varmaan mennyt uloskin, jos olisi saanut oven auki. Nyt hän näki tämän rouvan istuvan soikean pöydän ääressä rauhallisena ja tyytyväisenä. Tästä hän päätteli, että ryhmäkodissa on hyvä olla. Siellä oli myös viihtyisää. Ryhmäkodin parvekkeella on puulattia. Yhteistä tilaa on laajennettu ja tilan keskellä on iso, kaunis, pyöreäkulmainen pöytä.

---

H3

Hän on iältään 80 ja 90 välillä ja ollut vanhainkodissa yli kolme vuotta. Hän ei muista, mistä ja miksi tuli vanhainkotiin.

Hän osallistuu vanhainkodissa, mutta ei muista tarkkaan, mihin. Hän haluaa olla mukana yhteisissä toiminnoissa viihtyäksään ja saadaakseen ajankulua. Oppia hänen ei tarvitse enää mitään. Uskonnolliset tilaisuudet ovat hänen mielestään oppimista varten. Kaikki muu on viihtymistä varten. Alakerassa ovat kaikki yhteiset tapahtumat. Jos siellä ei ole yhteistä ohjelmaa, sinne ei ole syytä mennä. Hänen mielestään toiminta vanhainkodissa on hyvin järjestetty. Se, mitä siellä nyt on, on hyvää ja monipuolista.

Hänen mielestään vanhainkodissa tutustuu yhteisissä tapahtumissa. Hänellä on juttuseuraa aina kun hän haluaa. Hän käy kylässä naapurihuoneissa, mutta ei ole koskaan kutsunut ketään omaan huoneeseensa, koska ”häneen ei mahdu yhtään enempää kuin mitä hänellä on”. Tutustumista ei hänen mielestään vaikeuta mikään. Hänen mielestään kaikki ovat valmiita auttamaan toisiaan vanhainkodissa. Se on hänen mielestään hyvä yhteisö. Hänkin on valmis auttamaan muita. Asukkaat eivät kuitenkaan pyydä toisiltaan apua. Kenelläkään asukkaalla ei ole mitään omia tehtäviä, esim. kahvinkeittoa.

Hän ei voi ketään toisista asukkaista sanoa ystävikseen. Kaksi asukasta oli kuollut hiljattain, jotka hän kuitenkin koki parhaimmiksi ystävikseen. Hänellä ei ole ketään vanhainkodissa, jonka hän koki itselleen tärkeäksi. Hän ei haluakaan ketään itselleen tärkeitä ihmisiä. Sellainen tulee jos tulee. Hänellä on omat lapset, jotka ovat tärkeitä hänelle.

Hän ei koe vanhainkotiä kodiksi vaan vanhainkodiksi, parhaaksi mahdolliseksi sellaiseksi, mutta ei kodiksi. Kodissa olisi hänen sukulaisiaan, ei vieraita ihmisiä. Hän kokee arkipäivät ja viikonloput vanhainkodissa samanlaisiksi. Hän ei itse asiassa arvosta juhlapyyhiä ollenkaan.

Hän haluaisi mennä Kiirastorstaina kirkkoon ehtoolliselle ja käydä kaupungin orkesterin konserteissa. Hän ei ole vielä keksinyt, mitenkä se tulisi mahdolliseksi. Hän otaksuu, että saattaisi löytyä muitakin halukkaita. Hän kaipaa vanhainkotiin musiikkia, varsinkin klassista musiikkia. Hän ei osaa käyttää radiota niin paljon, että saisi sieltä musiikkia. Vanhainkodissa käy paljon esiintyjiä, joiden esittämä musiikki on hänen mielestään laadukasta. Musiikissa on voimaa ja se hoitaa sielua. Hän on onnellinen siitä, että hänellä on ollut aviopuoliso, joka ei paheksunut sitä, että hän halusi saada musiikista voimaa. Jos hänellä oli ollut aikoinaan töissä huono päivä, hänen puolisonsa oli laittanut soimaan Sibeliuksen viulukonserton, kun hän tuli töistä kotiin. Hänen mielestään aviopuolison pitää olla sellainen, että voi itsekin elää omien toiveiden mukaan.

Vanhainkodissa käy toisia ikäihmisiä vierailijoina osallistumassa erilaisiin tapahtumiin. Hän kokee heidät vieraiksi, koska he tulevat, ovat ohjelman ajan, juovat kahvin ja lähtevät pois. Mahdollisuutta tutustumiseen ei ole.

---

#### H4

Hän on iältään 80 ja 90 vuoden välissä ja asunut vanhainkodissa vajaan vuoden. Silloin, kun hän asui vielä kotona, hänen luonaan kävi koululaisia ystäväpalvelusta sekä vanhustyön opiskelijoita. Kaupunki yritti järjestää asiat niin, että hän pystyisi mahdollisimman kauan asumaan yksin. Sairauskohtauksen saatuaan hän joutui sairaalakierrokselle ja sen jälkeen hän sai paikan vanhainkodista. Hän on tyytyväinen vanhainkodin sijaintiin. Koska vanhainkoti on hyvällä paikalla, omaiset piipahattavat usein. Jos hän olisi joutunut kauemmaksi, hän arvelee, että siellä ei olisi kukaan käynyt häntä katsomassa. Hänellä on ystäviä ja sukulaisia, jotka käyvät usein. Heillä on kuitenkin oma elämä, eivätkä he ehdi aina tulla. Kesällä sukulaiset menevät kesäpaikalle, joten hän on varautunut siihen, että he eivät kesällä käy kovin usein.

Hän on harrastanut aikaisemmin puutarhanhoitoa, kukkien kasvattamista ja kansantanssia. Hän on myös tykännyt kaupoissa kiertelemisestä. Hänellä on ollut monta kymmentä vuotta kestänyt ystävyysuhde, mutta tämä hänen ystävänsä kuoli hiljattain. Kaikki hänen ystävänsä ovat jo kuolleet. Hän pitää vielä yhteyttä puhelimitse entiseen naapuriinsa, joka on eräässä toisessa vanhainkodissa. Liikkumisvaikeudet kuitenkin estävät kasvokkain näkemisen. Hänen mielestään häntä yritetään kuntouttaa. Liikkuminen ei kuitenkaan tahdo enää onnistua hänen iässään. Enää hän ei pääse yksin liikkumaan rollaattorilla, jollei joku ole apuna.

Vanhainkodissa on hänen mielestään paljon toimintaa, johon hän osallistuu. Hän osallistuu ajankulun vuoksi, ja ettei aina tarvitse olla omassa huoneessa. Hän arvelee, että kai se seura myös tekee hyvää. Hän ei kuitenkaan kaipaa enempää harrastuksia. Hän ei kovin paljon osallistunut edes silloin, kun hän vielä käveli. Tilojen ahtaus estää hänen osallistumistaan. Hän ei halua, että hän on viemässä pyörätuolinsa kanssa tilaa muilta. Tosin hän ei aina haluakaan lähteä ja osallistua, koska ohjelmaa on paljon. Välillä hän haluaa oikaista petiin ja katsella televisiota. Aamuisin hänen ainoa ohjelmansa on sanomalehden luku. Aamupala ja iltapala syödään omassa kerroksessa. Silloin asukkaat aina seurustelvatkin keskenään. Huono kuulo haittaa kuitenkin paljon seurustelua. Hän on kuitenkin vielä pärjännyt ilman kuulolaitetta. Hän on huomannut muita seuratessa, että kuulolaitteiden käytössä on paljon ongelmia ja hankaluuksia, eikä sen takia ole halunnut vielä itselleen kuulolaitetta. Hän tapaa toisia asukkaita harrastusryhmien lisäksi ruokailujen yhteydessä. Kylässä toisten huoneissa ei käydä. Hän on tottunut tähän nykyiseen elämänmenoon.



Vanhainkodissa hänellä ei ole ketään, joka olisi erityisesti tärkeä hänelle. Kaikki ovat yhtä tärkeitä. Hän ei erikoisemmin halua tutustuakaan muihin, koska hänen on vaikea kuulla. Hän on muutamia kertoja käynyt naapurihuoneessa, koska häntä on pyydetty käymään. Naapuri kuitenkin puhuu niin hiljaa, että hänen on vaikea seurustella, vaikka he ovat samassa huoneessa. Huono kuulo tekee paljon hallaa hänelle. Televisiosta hän kuitenkin kuulee kaiken. Hän on sitä mieltä, että hän kyllä löytäisi juttuseuraa, jos vain haluaisi. Hänelle ei kuitenkaan ole vielä tullut sellaista tunnetta, että hän olisi yksinäinen. Hän on iloinen siitä, että pääsee ulos. Kesällä tiistai on vanhainkodissa ulkoilupäivä. Kerran ulkoilusta tullessaan hän katseli pihaa ja ajatteli, että jos sinne vietäisiin, niin siinä olisi mahdollisuutta seurusteluun.

Vanhana oleminen ei hänen mielestään ole helppoa. Elämä ei ole elämisen arvoista, kun ei pääse itsenäisesti liikkumaan ja toimimaan. Hän ei haluaisi elää enää montaa vuotta. Kuolemasta hän ei ajattele oikeastaan mitään. Hän ei pidä itseään pakanana mutta ei myöskään kiihkouskonnollisena. Kirkkoon hän on kuulunut koko ikänsä. Hän on tyytyväinen siihen, mitä hänellä nyt on. Hän ei ole huomannut mitään syrjintää vanhoja ihmisiä kohtaan. Tosin hän ei ole päässyt moneen vuoteen liikkumaan, ei silloinkaan, kun asui vielä kotona. Hän ei myöskään ole huomannut, että vanhat ihmiset olisivat yksinäisiä.

Edellisessä hoitolaitoksessa ollessaan hänellä oli huonetoveri. Vanhainkotiin tultuaan hän kaipasi huonetoveria. Nyt hän on kuitenkin sitä mieltä, että on mukavampaa olla yksin. Oma vessa on hänelle tärkeä, ainakin niin kauan, kun siellä pääsee itse käymään. Hän on jo tottunut olemaan yksin huoneessaan. Hyvään vanhuuteen kuuluu hänen mielestään se, että hoitohenkilökuntaa on tarpeeksi. Täällä vanhainkodissa hänen mielestään onkin aika paljon hoitajia. Hoitajia kuitenkin täytyisi olla enemmän, ettei heidän tarvitsisi aina juoksujalkaa mennä. Hän on iloinen siitä, että hän pääsee yöllä käymään vessassa, kun painaa nappia.

Hän on tyytyväinen, että on tällaisia paikkoja kuin tämä vanhainkoti. Laitoksessa eläminen ei kuitenkaan voita koskaan kotioloja, vaikka olisi kuinka hyvät oltavat. Hän ei ole huomannut mitään eroa arkipäivien ja viikonloppujen välillä. Tällä hetkellä vanhainkoti on tuntunut hänestä kodilta. Kun ei ole enää mahdollisuutta mennä muualle, on pakko viihtyä. On vain otettava sellainen asenne. Hänen iässään ei ole enää mahdollisuutta valita asuinpaikkaa. Hän on kuullut, että kun ryhmäkoti tulee, hoitajia on omassa kerroksessa enemmän. Nyt samat hoitajat joutuvat olemaan eri kerroksissa. Hän arvelee, että ryhmäkodissa seurustelua ja yhdessäoloa toisten kanssa olisi enemmän. Kun parveke laitetaan kuntoon, ehkä siellä tulee oltua enemmän yhdessä toisten kanssa. Talven aikana ei ole päässyt kertaakaan ulos.

-----  
H5

Hän on yli 90 vuotta ja asunut vanhainkodissa vajaan vuoden. Hän ei tule yksin toimeen, koska toinen jalka ja käsi eivät toimi. Hänen miehensä on kaatunut sodassa. Hän oli silloin vasta vähän yli kahdenkymmenen ja kahden lapsen äiti. Hän ei mennyt enää uudestaan naimisiin.

Hän on aikoinaan toiminut mm. keittiöalalla ja ollut juhlapitojen laittaja. Nyt ei ole enää mahdollisuutta harrastaa ruoanlaittoa. Korkeintaan jouluna vanhainkodissa leivotaan vähän. Se ei ole mitään verrattuna siihen, miten hän aikoinaan omassa kodissaan otti vieraat vastaan. Hänellä ei erikoisesti ollut muita harrastuksia kuin työnteko. Työtä tehdessä hän on viihtynyt. Vielä kotona asuessaan hän harrasti päivittäin sauvakävelyä siihen asti, kunnes hän halvaantui yöllä äkillisesti. Hänen mielestään olisi ihanaa, jos vielä vanhanakin saisi olla terveenä ja pääsisi kunnolla liikkumaan.

Hänellä on pari pitkäaikaista ystävyysuhdetta. Nämä ystävyysuhteet ovat kestäneet noin 50 vuotta. Yhteyttä on pidetty soittelemalla ja kirjoittelemalla. Ystävät käyvät myös katsomassa. Yksi hänen ystävistään täytti juuri 80 vuotta ja pyysi häntäkin syntymäpäivilleen. Hän ei kuitenkaan ollut halukas lähtemään, koska on pyörätuolissa.

Hänen mielestään vanhoja ihmisiä vähän halveksitaan, tosin eivät kaikki halveksi. Hänen mielestään iäkkäät ihmiset kyllä osallistuisivat, jos vaan jaksaisivat ja olisi järkeä tehdä jotakin. Jos hänkin olisi saanut olla terve, olisi hänellä toiset ajatukset osallistumisesta kuin nyt on. Hän toivoisi vain, että saisi olla terve. Hänen mielestään vanhat ihmiset kärsivät yksinäisyydestä. Ihmiset eivät käy toistensa luona kylässä eivätkä juttele toistensa kanssa. Iällä ei ole siinä merkitystä, sillä kyllä nuoretkin osaavat jutella vanhusten kanssa. Vanhainkodissa on paljon nuoria hoitajia, eivät hekään pyssätele puheille. Henkilökunnan kanssa tulee toisinaan enemmän, toisinaan vähemmän puheita, toisinaan keskustellaan. Hän kokee olevansa yksinäinen. Vanhana ei voi enää ystävystyä niin kuin nuorempana, jolloin on monenlaista touhua. Poika ja lapsenlapset käyvät tiheästi ja soittelevat.

Hänen huoneensa on mukava, mutta hänen mielestään vanhainkodissa on liian hiljaista. Kaikki menevät aina omiin huoneisiinsa, kukaan ei poikkea kylään. Hän on käynyt kylässä toisten huoneissa. Toiset eivät kuitenkaan tule kylään hänen luokseen, niinpä hän kokee noloksi mennä itse kylään. Hän ei ole tutustunut toisiin asukkaisiin. Hän ei tiedä syytä siihen; ehkä toiset pitävät itseään nuorempina kuin hän on. Hän haluaisi tutustua toisiin, mutta hän kokee, että toiset eivät halua. Hänen mielestään moni vanhainkodissa kaipaa juttuseuraa.

Ruokasalissakaan ei keskustella, jokainen syö vain ruokansa ja lähtee sitten pois. Jos ruokailun jälkeen on jotakin yhteistä ohjelmaa, silloin sinne jäädyään seuraamaan ohjelmaa. Hän käy alakerrassa yhteisissä tiloissa ruokailujen lisäksi ainoastaan silloin, kun siellä on ohjelmaa. Hänen mielestään seuraa kyllä saisi, jos lähtisi hakemaan. Hän kuitenkin arvelee, että toiset eivät välitä seurasta. Jotkut juttelevat hänelle. Hän ei kuitenkaan tiedä, kuinka pitkälle tuttavuus säilyy. Hänen mielestään toisen kanssa ei voi ruveta puhelemaan, jos toinen on välinpitämätön. Toisen välinpitämättömyyden kyllä huomaa. Hän ei koe, että hänellä olisi todellisia ystäviä vanhainkodissa. Suhteet toisiin ihmisiin ovat väliaikaisia ja jäävät ”päiväpuheluksi”. Ystävyys ei tarvitsisi olla mitään erikoista, enemmän sellaista kevyttä yhdessäoloa, puhelemista ja kuulumisten kyselyä.

Hän ei tiedä, mikä olisi se ”voide tai hoito”, joka helpottaisi tutustumista toisiin. Ehkä ryhmäkodissa voisi tutustua paremmin toisiin. Hänestä olisi mukavaa, jos saman kerroksen asukkaisiin tutustuisi paremmin. Aika kuitenkin näyttää sen, millä tavalla ryhmäkoti muuttaa oloja. Ainakin nätti kalustus virkistäisi. Toisinaan vanhainkoti tuntuu kodilta, mutta ei aina.

Hän osallistuu vain vähän harrastustoimintaan. Jumpassa hän on käynyt, myös aivojumpassa ja ruokasalissa pidettävissä erilaisissa tilaisuuksissa. Itse asiassa hän ei toivoisi mitään erikoisia harrastuksia. Hänelle riittäisi se, että ihmisiä kävisi hänen luonaan juttelemassa.

Hänellä on ollut ulkoiluttaja. Kesällä on enemmän mahdollisuuksia ulkoiluun, kun koulut loppuvat. Pyörätuolilla ei uskalla lähteä ulos, jos on jäistä. Kesällä hän käy oma-aloitteisesti pihalla päivittäin. Pihalla tulee juteltua toisten kanssa, kun ei kaveria ole toisellakaan. Pihalla on milloin ketäkin, ei välttämättä samoja ihmisiä. Koko kesää ei voi olla sisällä.

Hänestä ei ole enää toisten auttajaksi. Hän kyllä auttaisi, jos tulisi sellainen tilanne, että joku tarvitsisi apua ja hän pystyisi auttamaan.

---

H6

Hän on iältään kahdeksankymmenen ja yhdeksänkymmenen välissä ja ollut vanhainkodissa kolmi-  
sen vuotta. Hänellä on kaksi lasta. Hän kokee, että vanhainkodissa hänen omat toivomuksensa ote-  
taan huomioon eikä hänen tarvitse olla toisten armoilla.

Vanhana oleminen ei ole miellyttävää, koska elämä on hyvin rajoittunutta. Liikkuminen on hyvin  
rajoitettua, kävelyä rollaattorin kanssa. Nuorempana ollessaan hän harrasti liikuntaa. Hän toivoisi,  
että voisi jälleen olla nuori. Elämä on kuitenkin loppupäässä, joten hän ei enää aseta kovin pitkiä  
päämääriä elämälleen. Hänen elämässään on kuitenkin yksi korkea päämäärä ja se on Jumalan val-  
takunta, joka on Raamatussa luvattu uskovaisille. Hyvää vanhuuttakin on olemassa, mutta sen ko-  
keminen riippuu kunnosta. Myös yksinäisyyden kokemukset riippuvat kunnosta. Vanhat ihmiset  
eivät ole tasa-arvoisia muiden kanssa, vaan ovat riiston kohteena. Heidän eduistaan ei pidetä huolta.

Hän osallistuu talon harrastustoimintaan ja tapahtumiin, joita on paljon tarjolla. Hän ei toivo enää  
enempää toimintaa. Osallistumalla hän yrittää pitää yllä ongelmanratkaisutaitojaan. Liikunta on  
myös hyvä asia. Hän tapaa toisia eri toiminnoissa, ruokasalissa, hoitotiloissa jne. ja juttelee heidän  
kanssaan aina tilaisuuden tullen jokapäiväisistä asioista. Kylässä toisten huoneissa ei kuitenkaan  
käydä, koska tekemistä on muutenkin tarpeeksi. Hänellä ei ole erityisiä pyrkimyksiä tutustua toisiin.  
Toisiin tutustumisen tulee tapahtua luonnostaan ja kohtuudella. Hänen mielestään ilman seuraa ei  
tarvitse olla, jos on seurauksen tarpeessa. Hän itse on kuitenkin mieluummin hiljaa kuin puhelias. Hän ei  
koe tarvitsevansa seuraa vaan lukee mieluummin. Hän lukee mm. Raamattua, jota hän pitää hyvin  
antoisana kirjana. Kesällä aika kuluu paremmin. Pihalla tulee juteltua toisten kanssa, vaikka hän ei  
pidäkään itseään puheliana. Kesällä hän viettää aikaa myös verannalla, joka on tavallaan myös  
ulkoilua.

Hänen mielestään kaikki talossa asuvat ovat ystäviä keskenään ja myös hänen ystäviään, eiväthän  
he ole vihamiehiäkään. Hän mieltää hoitajatkin jollakin tasolla ystäviksi. Hänellä ei kuitenkaan ole  
ketään, jonka voisi sanoa olevan erityinen ystävä eikä hän kaipaakaan sellaista. Hän ei kuitenkaan  
kärsi yksinäisyydestä, sillä lähiomaiset käyvät katsomassa häntä usein, ja se riittää hänelle.

Vanhainkotiä ja omaa huonettaan hän pitää kodin osana. Hän ei tarkkaan tiedä, mitä ryhmäkoti tuo  
tullessaan. Hän arvelee sen tarkoittavan toimintojen keskittymistä ja otaksuu, että muutos voisi olla  
hyvä asia.

---

### 5.3.2 Yleisten merkitysverkostojen muodostaminen: tutkimuksen tuloksena neljä yleistä merkitys- verkostoa

Analyysin toisen osan aineistona ovat ensimmäisessä osassa muodostetut yksilökohtaiset merkitys-  
verkostot. Tarkoitukseni on ollut siis tutkia, miten tutkittavani kokevat vanhuuden elämänvaiheen,  
ja minkälaisia kokemuksia heillä on yhteisöllisyydestä vanhainkoti-kontekstissa. Yleisen merkitys-  
verkoston muodostamisen päämääränä on saada esille tutkittavan ilmiön yleisiä rakenteita, ts. niitä  
rakenteita, jotka ovat yhteisiä kaikille kuudelle tutkittavalle.

Kokemusta koskevaan yleiseen tietoon voidaan päätyä monin eri tavoin. Tutkijan on muistettava tavoitellessaan yleistä tietoa tutkimastaan ilmiöstä, että yleisen tiedon on oltava kattavaa. Sen täytyy sisältää kaikki yksilökohtaisesti olennainen tieto tutkittavasta ilmiöstä, mutta ei mitään, mikä ei kuulu yksilökohtaiseen tietoon. Kaikki yksilökohtainen tieto voidaan sisällyttää yleiseen tietoon muuntelemalla käsitteellisen yleisyyden tasoa. Tutkijan on myös muistettava ontologiset sitoumukset: situationaalisuus on yksi ihmisen olemismuodoista, näin ollen yleisen tiedon kattavuus on ihmisen elämiseen uppoutumisen kunnioittamista. Yleisen tiedon on siis säilytettävä yhteys tutkimukseen osallistuneiden ihmisten kokemuksiin ja edettävä mahdollisimman pitkään yksilökohtaisella tasolla. (Perttula 2000, 431–432.)

Tutkimuksen tulokset voidaan kuvata yhtenä yleisenä merkitysverkostona, joka kattaa kaikkien tutkittavien kokemukset tutkittavasta ilmiöstä. Tällöin kaikkien tutkittavien kokemuksissa on huomattavaa samankaltaisuutta. Jos näin ei ole, on muodostettava useampi yleinen merkitysverkosto. Silloin tutkittavien kokemukset tutkittavasta ilmiöstä poikkeavat olennaisesti toisistaan. Jos tutkittava ilmiö näyttäytyy äärimmäisen yksilöllisenä, silloin yleisiä merkitysverkostoja on yhtä monta kuin yksilökohtaisia merkitysverkostoja. Yksilökohtaiset merkitysverkostot voidaan muotoilla yleisen merkitysverkoston tyypeiksi. Kukin yksilökohtainen merkitysverkosto sisältyy yhteen tyyppiin. (Perttula 2000, 439–440.) Nämä tutkimustulokset ovat kuitenkin tutkijan tekemiä konstruktioita. Ne eivät ole rakentuneet keskivertoa tai tyypillisyyttä etsien, vaan kuhunkin konstruktioon on sisällytetty yhden (tai useamman) tutkittavan yksilökohtaiset merkitysverkostot kokonaisuudessaan. (Lehtomaa 2009, 186.) Tässä tutkimuksessa yleisiä merkitysverkostoja muodostui neljä.

Yleisen merkitysverkoston muodostaminen (Lehtomaa 2009, 181, Perttula 2000, 433–43)

1. Omaksutaan tutkimusasenne: yksilökohtaiset merkitysverkostot ovat ehdotelmia, esimerkkejä yleisestä tiedosta. Ne viittaavat kaikille tutkittaville yhteisiin merkityksiin.
2. Kustakin yksilökohtaisesta merkitysverkostosta erotetaan merkityssuhteet ja muunnetaan merkityssuhde-ehdotelmiksi, ts. muunnetaan ja tiivistetään kielelle, jossa kokemusten yksilöperustaisuus häivytetään. Koska aineisto on tässä toisessa vaiheessa alkuperäistä jäsenyteenemmassä muodossa, merkityssuhteet ovat aiempaa helpommin erotettavissa. Tehtävä on analoginen 1. osan vaiheen 2 kanssa.
3. Muodostetaan kustakin yksilökohtaisesta merkitysverkostosta merkityssuhde-ehdotelmia jäsentävät sisältöalueet. Sijoitetaan merkityssuhde-ehdotelmat sisältöalueisiin ja muodostetaan sisältöalue-ehdotelmat.

4. Muodostetaan kaikkien tutkittavien sisältöalue-ehdotelmat ehdotelmiksi yleisistä merkitysverkostoista.
5. Ehdotelmista jäsennetään yleinen merkitysverkosto. Jos kaikki ehdotelmat eivät ilmennä samoja ydinmerkityksiä, on muodostettava useampi yleinen merkitysverkosto.

## 1. Askel

Tässä vaiheessa analyysiä katse suunnataan ”eteenpäin”, kohti hahmottumassa olevaa yleistä tietoa. Perttula käyttää nimitystä ”ehdotelma yleiseksi merkitysverkostoksi” ensimmäisen osan tuloksena muodostetuista yksilökohtaisista merkitysverkostoista. (Perttula 2000, 433.) Näistä etsitään nyt kaikille tutkittaville yhteisiä sisältöjä. Edelleen tutkijan on pidettävä mielessä omien ennakkokäsitysten sulkeistaminen.

## 2. Askel

Erotetaan merkityssuhde-ehdotelmat ja muunnetaan ne tiivistettyyn muotoon häivyttämällä niistä yksilökohtaisuus. Pyrin tähän käyttämällä passiivimuotoa. Esimerkkinä on kaksi katkelmaa H1:n yksilökohtaisesta merkitysverkostosta.

Hänellä ei ole vanhainkodissa ketään, jota hän voisi sanoa ystäväksi. Kaikki ovat vieraita hänelle. Hänen mielestään ystäviä ei kerätä minkään toiminnan kautta. Syyt ystäviksi tulemiseen ovat syvemmällä ja perustuvat tuntemiseen. Henkilökuntaan kuuluvia hän ei sanoisi ystäviksi. (H1)

VANHAINKODISSA ASUKKAAT OVAT VIERAITA KESKENÄÄN. PELKÄSTÄÄN OSALLISTUMALLA JOHONKIN TOIMINTAAN EI RAKENNETA YSTÄVYYSSUHTEITA. HENKILÖKUNTAAN KUULUVAT EIVÄT OLE YSTÄVIÄ.

Hän ei osaa sanoa, mikä helpottaisi tutustumista. Hänen mielestään ne, jotka ovat vanhainkotiin tulleet, ovat jo seurustelunsa seurustelleet. Hän ei osaa vanhainkodissa vaatia seurustelemista. Hän ei ole tottunut siihen, että vanhainkodissa seurusteltaisiin. Hänelle riittää se, mitä tällä hetkellä on. (H1)

NE, JOTKA OVAT VANHAINKOTIIN TULLEET, OVAT JO SEURUSTELUNSA SEURUSTELLEET. SEURUSTELUUN EI OLE TOTUTTU, JOTEN SITÄ EI OSATA VAATIAKAAN.

Yllä olevassa kohdassa passiivimuodon käyttäminen ei tunnu parhaimmalta ratkaisulta. Lausuma: Ne, jotka ovat vanhainkotiin tulleet, ovat jo seurustelunsa seurustelleet, kuulostaa aika kovalta. Se kuitenkin kuvaa hyvin tämän haastateltavan kokemuksia keskinäisen seurustelun puutteesta.

### 3. Askel

Muodostetaan merkityssuhde-ehdotelmia jäsentävät sisältöalueet ja sijoitetaan merkityssuhde-ehdotelmat sisältöalueisiin, jolloin niistä muodostuu sisältöalue-ehdotelmia. Olin koonnut haastateltavieni käyttämällä teemahaastattelua. Kävin siis haastateltavieni kanssa läpi lähes samat teemat. Yhden haastateltavan (H3) kohdalla Kesä-aika -teemasta ei syntynyt keskustelua yrityksistäni huolimatta. Tein haastattelut keväällä, joten tämä haastateltava ei ehkä enää muistanut kesä-ajan osallistumisiansa tai ei jostakin muusta syystä halunnut puhua kesästä.

HJA: Kesällä tietysti tuolla pihalla on makkaranpaistoa ja kaikkee.

H3: Niin on, varmaan.

Teemahaastattelun teemojen kautta pyrin saamaan esille haastateltavieni kokemuksia vanhuuden elämänvaiheesta ja yhteisöllisyydestä. Analyysin toiseen vaiheen kolmannessa askeleessa muodostin samat, yleisellä tasolla olevat sisältöalueet jokaiselle ehdotelmalle yleiseksi merkitysverkostoksi. Sisältöalueita on seitsemän ja ne ovat:

HYVÄ VANHUUS, OSALLISTUMINEN, VUOROVAIKUTUS,  
YSTÄVYYS, KESÄ-AIKA, TUNTEMUKSET KODISTA,  
ODOTUKSET RYHMÄKODIN SUHTEEN

Esimerkkinä tuon kaikkien haastateltavieni sisältöalueittaisista merkitysverkosto-ehdotelmista yhden: Osallistuminen.

OSALLISTUMINEN-sisältöalueen merkitysverkostoehdotelma:

Osallistuminen harrastustoimintaan tuo vaihtelua elämään. Harrastustoiminnassa tulee mahdollisuuksia keskustella toisten kanssa ja silloin myös oppii tuntemaan toisia. Yhteistä harrastustoimintaa ja ohjelmaa on riittävästi. Osallistumista estää se, että ahtaaseen tilaan ei mahdu monta pyörätuolilla liikkuvaa. Liikkumista haittaa myös se, että hissi on usein rikki. Harrastusryhmien pitäminen oman kerroksen ruokailutilassa helpottaisi osallistumista. (H1)

Harrastusryhmiin osallistutaan, koska täytyy ajatella toisiakin. Lihasten ja aivojen harjoittaminen on tärkeää. Harmillista on se, että vanhainkodin aikataulujen ja omien aikataulujen yhteensopimatto-

muus estää joskus osallistumisen. Yhteisissä tiloissa käydään ainoastaan silloin, kun siellä on ohjelmaa. Koko talvi on oltu omassa huoneessa. Osallistuminen on tärkeää, kaikkeen ei kuitenkaan ole halua osallistua. Vanhainkotiin toivottaisiin hengellisesti antavia tilaisuuksia. Harrastustoiminta on vanhainkodissa muutosten vaiheessa. Aikaisemmin toiminta oli paljon monipuolisempaa. Nyt toiminta on hiipunut entisistä ajoista. Säästöt ovat syynä tähän. (H2)

Yhteisissä toiminnoissa halutaan olla mukana viihtymisen ja ajankulun vuoksi. Oppia ei tarvitse enää mitään. Uskonnolliset tilaisuudet ovat oppimista varten. Alakertaan mennään vain silloin, kun siellä on yhteistä ohjelmaa. Toiminta vanhainkodissa on monipuolista ja hyvin järjestettyä. Vanhainkotiin kaivataan enemmän musiikkia, varsinkin klassista musiikkia. Vanhainkodissa on paljon laadukasta musiikkiohjelmaa. (H3)

Vanhainkodissa on paljon toimintaa, johon osallistutaan ajankulun vuoksi ja siksi, ettei aina tarvitsisi olla omassa huoneessa. Ehkä seura myös tekee hyvää. Alkuvaiheissa vanhainkotiin kaivattiin huonetoveria. Nyt kuitenkin tuntuu mukavammalta se, että on oma huone, ja siihen on jo tottunut. Enempää harrastuksia ei kuitenkaan kaivata. Osallistuminen ei ole ollut aktiivista ennen vanhainkotiin tuloakaan. (H4)

Vanhainkodissa ei ole mahdollisuutta harrastaa ruoanlaittoa, joka olisi mieluista. Korkeintaan jouluna vanhainkodissa leivotaan vähän. Alakerran yhteisissä tiloissa ruokailujen lisäksi käydään ainoastaan silloin, kun siellä on ohjelmaa. Harrastustoimintaan osallistutaan vain vähän. Harrastus ei ole pääasia vaan se, että voisi tavata ihmisiä ja jutella heidän kanssaan. Se riittäisi. (H5)

Talon runsaaseen harrastustoimintaan ja tapahtumiin osallistutaan, enempää toimintaa ei kuitenkaan enää tarvitse olla. Osallistumalla voi pitää yllä ongelmanratkaisutaitojaan. Liikunta on hyvä asia. (H6)

#### 4. Askel

Neljännessä askeleessa muodostin kaikkien tutkittavien sisältöalue-ehdotelmat ehdotelmiksi yleisiä merkitysverkostoista. Tässä vaiheessa yleisiä merkitysverkostoja on yhtä paljon kuin tutkittavienkin.

#### 5. Askel

Olen edennyt toisen osan analyysissäni viidenteen eli viimeiseen askeleeseen. Ehdotelmista yleiseksi merkitysverkostoksi jäsenetään yleinen merkitysverkosto. Jos kaikki ehdotelmat eivät ilmennä samoja ydinmerkityksiä, on muodostettava useampi yleinen merkitysverkosto. Muodostin yleisiä merkitysverkostoja neljä ja olen nimennyt ne seuraavasti: Sopeutuja, Omissa oloissaan viihtyjä, Yksinäinen odottaja ja Omien arvojensa mukaan eläjä. Nämä neljä yleistä merkitysverkostoa yhteisöllisyyden ja vanhuuden elämänvaiheen kokemisesta ovat analyysini toisen osan tulokset. Kahteen yleiseen merkitysverkostoon: Sopeutuja ja Omissa oloissaan viihtyjä sisältyy molempiin kaksi yksilökohtaista merkitysverkostoa.

## **Sopeutuja (H1, H4)**

Vanhainkodissa on paljon toimintaa, johon osallistutaan vaihtelun ja ajankulun vuoksi ja siksi, ettei tarvitse aina olla omassa huoneessaan. Harrastustoiminnassa ja ruokailujen yhteydessä oppii myös tuntemaan toisia. Keskinäistä seurustelua toisten asukkaitten kanssa ei kuitenkaan synny yhteisen toiminnan ulkopuolella. Toisten huoneissa ei ole tapana käydä kylässä. Vanhainkodissa ei ole totuttu seurusteluun. Yhteistä harrastustoimintaa ja ohjelmaa on riittävästi. Huono kuulo haittaa keskinäistä kanssakäymistä paljon. On turhauttavaa, kun ei kuule, ja tämä vähentää myös halukkuutta keskinäiseen kanssakäymiseen. Kuulolaitetta ei ole hankittu, koska niiden käytössä on paljon ongelmia ja hankaluuksia. Alkuvaiheissa vanhainkotiin kaivattiin huonetoveria. Nyt kuitenkin tuntuu mukavammalta se, että on oma huone ja vessa. Nykyiseen elämänmenoon on totuttu. Yksinäisyyden tuntemuksia ei ole.

Tilojen ahtaus estää osallistumista. Ahtaaseen tilaan ei mahdu monta pyörätuolilla liikkuvaa. Tilaa ei haluta viedä toisilta, siksi jäädään pois. Liikkumista haittaa myös se, että hissi on usein rikki. Ohjelmaa on niin paljon, että aina ei ole haluakaan osallistua. Osallistuminen ei ole ollut aktiivista ennen vanhainkotiin tuloakaan. Harrastusryhmien pitäminen oman kerroksen ruokailutilassa helpottaisi osallistumista. Ryhmäkodit voisivat tuoda enemmän seurustelua ja yhdessäoloa vanhainkodin arkeen. Toiminta olisi silloin omassa kerroksessa ja ainainen alakerrassa käynti jäisi pois. Viihtyisällä parvekkeella myös ehkä tulisi oltua enemmän muiden kanssa. Vanhainkodin asukkaat ovat hyvin väsynyttä porukkaa

Vanhainkodin asukkaat ovat vieraita toisilleen, eivät ystäviä. Ystävyys perustuu syvälliseen tuntemiseen. Ystäviä ei kerätä minkään toiminnan kautta. Läheisempää ystävää ei välttämättä halutakaan. Aika kuluu muutenkin. Henkilökuntaan kuuluvat eivät ole ystäviä.

Laitokseen ei koskaan tule kodin tuntumaa. Kielteistä suhtautumista laitoksiin ei kuitenkaan ole. Kun ei ole enää mahdollisuutta mennä muualle, on pakko viihtyä. On vain otettava sellainen asenne. Tämän asenteen turvin vanhainkotiä ajatellaan kotina. Vanhana oleminen ei ole helppoa. Elämä ei tunnu elämisen arvoiselta, kun ei pääse itsenäisesti liikkumaan ja toimimaan. Onneksi on pyörätuoli, joka mahdollistaa vähän itsenäistä liikkumista ja toimimista. Viikonloppuisin vanhainkodissa on hiljaisempaa kuin arkena. Viikonloput menevät kuitenkin samalla tavalla kuin viikonloputkin. Kun joku on kuollut vanhainkodissa, ei ole mukavaa mennä yhteiseen tilaan, koska kuolleen omaiset ovat siellä. Merkiksi kuolemasta yhteiseen tilaan tuodaan kynttilä. Kuolemasta ei ajatella oikeastaan mitään. Toiveissa ei ole enää elää kovin vanhaksi. Hyvään vanhuuteen kuuluu se, että hoito-henkilökuntaa olisi tarpeeksi.

Kesällä on toisenlaista kuin talviaikaan. Kesällä pääsee itsenäisesti menemään piha-alueelle pyörätuolilla päivittäin ja tämä on ilon aihe. Oma-aloitteista seurustelua asukkaitten kesken pihallakaan ei ole, mutta siihen olisi kuitenkin mahdollisuuksia. Ulkoilu on ilon aihe. Talven aikana ei ole päässyt kertaakaan ulos.

## **Omissa oloissaan viihtyjä (H3, H6)**

Vanhana oleminen ei ole miellyttävää, koska elämä ja liikkuminen on hyvin rajoittunutta. Hyvän vanhuuden ja yksinäisyyden kokemiseen vaikuttaa se, missä kunnossa on. Vanhojen ihmisten eduis-ta ei pidetä huolta. Elämä on loppupäässä, joten ei ole syytä asettaa enää kovin pitkiä päämääriä elämälleen. Elämän korkea päämäärä on Jumalan luokse pääseminen. Uskonnolliset tilaisuudet ovat oppimista varten. Syvyyttä elämään tuo myös musiikki, varsinkin klassinen musiikki ja sitä kaivataan vanhainkotiin lisää. Musiikissa on voimaa ja se hoitaa sielua.



Talon runsaaseen harrastustoimintaan ja tapahtumiin osallistutaan viihtymisen ja ajankulun vuoksi. Osallistumalla voi myös pitää yllä ongelmanratkaisutaitojaan. Liikunta on hyvä asia. Enempää toimintaa ei kuitenkaan enää tarvitse olla. Kesällä aika kuluu paremmin. Pihalla tulee enemmän juttua toisten kanssa. Parvekkeellakin on mukava viettää aikaa kesäisin.

Talon eri toiminnoissa tutustuu toisiin ja heidän kanssaan tulee juteltua jokapäiväisistä asioista. Juttuseuraa on kyllä, jos sitä haluaa. Kylässä toisten huoneissa on käyty, mutta omaan huoneeseen ei ole kutsuttu ketään. Oikeastaan ei ole tarvetta käydä toisten huoneissa, koska tekemistä on muutenkin tarpeeksi. Erityisiä pyrkimyksiä tutustua toisiin ei ole, koska hiljaa oleminen on omalle luonteelle sopivampaa kuin puheliaisuus. Tuntuu myös siltä, että ”itse ei mahdu yhtään enempää kuin mitä nyt on”. Lukeminen on mukavampaa puuhaa kuin seurassa oleminen.

Vanhainkodissa ei ole ketään, jota voisi sanoa tärkeäksi tai ystäväksi. Tärkeä ihminen tulee jos tulee, erityisempää kaipausta saada sellainen ei ole. Toisiin tutustumisen tulee tapahtua luonnostaan ja kohtuudella. Lähempiä suhteita toisiin asukkaisiin on muodostunut, mutta he ovat kuolleet. Itse asiassa kaikki talossa olevat ovat tietyllä tasolla ystäviä keskenään. Eiväthän he ole vihamiehiäkään. Yksinäisyyden tunteita ei ole, sillä omaiset ovat tärkeitä ja käyvät katsomassa usein ja se riittää.

Vanhainkotiä ei koeta kodiksi, koska siellä on vieraita ihmisiä. Sitä voisi kuitenkin sanoa kodin osaksi. Sukulaiset ja omaiset tekevät kodin. Vanhainkoti on kuitenkin hyvä yhteisö, koska kaikki ovat valmiita auttamaan toisiaan ja omat toivomukset otetaan huomioon. Toisilta asukkailta ei kuitenkaan pyydetä apua. Vanhainkodissa käy toisia ikäihmisiä vierailijoina osallistumassa erilaisiin tapahtumiin. He jäävät kuitenkin vieraisiksi, koska mahdollisuutta tutustumiseen ei ole. Arkipäivät ja viikonloput vanhainkodissa eivät erotu toisistaan. Ryhmäkodista ei ole tarkkaa tietoa. Ehkä se tarkoittaa toimintojen keskittämistä ja ehkä muutos on hyvä asia.

### **Yksinäinen odottaja (H5)**

Olisi ihanaa, jos vielä vanhanakin olisi terve ja pääsisi kunnolla liikkumaan ja osallistumaan. Vanhat ihmiset kärsivät yksinäisyydestä, koska vanhana ei ole enää mahdollisuutta ystäväystyynä niin kuin nuorena. Vanhat ihmiset saavat kokea halveksuntaa joittenkin taholta.

Oma huone on mukava, mutta vanhainkodissa on liian hiljaista. Yksinäisyyden kokemus on voimakas. Kylässä käymistä ja juttelemista toisten asukkaiden kanssa ei ole. Ruokailujen aikana ei keskustella. Toisiin asukkaisiin ei ole mahdollisuutta tutustua, koska kaikki menevät ruokailuista ja yhteisistä ohjelmista suoraan omiin huoneisiinsa. Kylässä toisten huoneissa on kyllä käyty, mutta koska toiset eivät tule vastavuoroisesti kylään, tuntuu nololta mennä itse kylään. Toisen kanssa ei voi ruveta juttusille, jos toinen on välinpitämätön. Toisen välinpitämättömyyden kyllä huomaa. Moni vanhainkodissa kuitenkin kaippaa juttuseuraa. Seuraa kyllä saisi, jos lähtisi hakemaan. Suhteet toisiin ihmisiin ovat kuitenkin väliaikaisia. Nuoretkin osaavat kyllä jutella vanhojen kanssa. Vanhainkodissa on paljon nuoria hoitajia, eivät hekään pysähtelevä puheille. Toisinaan henkilökunnan kanssa kyllä keskustellaan.

Asukkaiden välisiä keskinäisiä ystävyysuhteita vanhainkodissa ei ole. Ystävyys ei tarvitsisi olla mitään erikoista; yhdessäolo, puheleminen ja kuulumisten kysely riittäisi. Toisia ei enää pysty auttamaan, vaikka haluaisi.

Vanhainkodissa ei ole mahdollisuutta harrastaa ruoanlaittoa, joka olisi mieluista. Korkeintaan jouluna vanhainkodissa leivotaan vähän. Alakerran yhteisissä tiloissa ruokailujen lisäksi käydään ainoastaan silloin, kun siellä on ohjelmaa. Harrastustoimintaan osallistutaan vain vähän. Harrastus ei ole

pääasia vaan se, että voisi tavata ihmisiä ja jutella heidän kanssaan. Se riittäisi. Ehkä ryhmäkodissa voisi tutustua paremmin toisiin. Aika kuitenkin näyttää sen, millä tavalla ryhmäkoti muuttaa oloja. Ainakin nätti kalustus virkistää. Toisinaan vanhainkoti tuntuu kodilta, mutta ei aina.

Kesällä käydään oma-aloitteisesti pihalla päivittäin. Pihalla tulee juteltua toisten kanssa, kun ei kaveria ole toisellakaan. Pihalla on milloin ketäkin, ei välttämättä samoja ihmisiä. Koko kesää ei voi olla sisällä.

## **Omien arvojensa mukaan eläjä (H2)**

Vanhuus on ihana olotila, vaikka siihen kuuluu monenlaista, myös sairautta ja vaivoja. Se, että pystyy vielä liikkumaan ja toimimaan itsenäisesti, on kiitoksen aihe Jumalalle. Terve vanhuus on ihanaa vanhuutta. Vanhuuden ajan tekee myös ihanaksi se, että on asiat kunnossa ylöspäin ja rauha sisimmässä. Rauha sisimmässä auttaa myös kestäämään särkyjä ja vaivoja.

Vanhat voisivat osallistua rukoilemalla isänmaan ja niiden puolesta, joilla on paljon työtä. Tanssi- paikoilla käyminen sen sijaan tekee vanhukset levottomiksi ja johtaa helposti liialliseen alkoholin- käyttöön. Yhteiskunta on nuorten yhteiskunta. Tämä näkyy kaikessa, mm. siinä, että muoti ja vaat- teet tehdään nuorille. Vanhoja ihmisiä ei kunnioiteta tarpeeksi, mutta vanhat ihmiset eivät hekään aina hyväksy nuoria. Vanhatkin voisivat olla aloitteentekijöinä tutustumisessa nuoriin ja avautua nuorille. Monet vanhat ihmiset ovat arkoja ja ajattelevat, että heidän seurastaan ei välitetä.

Vanhat ihmiset kärsivät yksinäisyydestä. Oman hiljaisuuden ja luonteen takia on ollut ja tulee yksi- näisyyden tuntemuksia. Hiljaisuus luonteeseen on tullut elämän kärsimysten ja lapsuuden rakkau- dettomuuden vuoksi. Yksinäisyyden tunne voi myös tulla, kun on ikävä omaa kotia. Vaikeneminen ja hiljaisuus johtuvat myös siitä, että ei tunne toisia. Jos ikäihminen on omatoiminen, hoitajat eivät käy huoneessa usein. Sen vuoksi koetaan, että saadaan vähän. Silloin ei hetkellisesti tunnu kodilta. Elämä on kuitenkin tuntemusten suhteen vaihtelevaa.

Harrastusryhmiin osallistutaan, koska täytyy ajatella toisiakin. Lihasten ja aivojen harjoittaminen on tärkeää. Harmillista on se, että vanhainkodin aikataulujen ja omien aikataulujen yhteensopimatto- muus estää joskus osallistumisen. Yhteisissä tiloissa käydään ainoastaan silloin, kun siellä on oh- jelmaa. Koko talvi on oltu omassa huoneessa. Kaikkeen ei ole halua osallistua. Vanhainkotiin toi- vottaisiin hengellisesti antavia tilaisuuksia. Harrastustoiminta on vanhainkodissa muutosten vai- heessa. Säästöt ovat syynä tähän.

Mitä kauemmin käy samassa harrastusryhmässä, sitä paremmin tutustuu muihin. Kaikkien kanssa ei kuitenkaan voi ystäväystyä. Joittenkin kanssa on kuitenkin ystäväystytty ja se on mukavaa. Ystävät ovat myös käyneet kylässä toistensa huoneissa. Kun ystävä on sitten kuollut, on tuntunut haikealta. Toiveissa olisi leipoa kakku oman kerroksen keittiössä ja tarjota kakkukahvit ystävilleen omassa huoneessaan, mutta siihen ei taida kuitenkaan olla mahdollisuutta. Usein ei tule kahviteltua, sillä väsymys jo painaa.

Kesäisin piha-alueella käydään päivittäin. Pihalla on mukavaa keinua ja syödä muurinpohjalettuja, silloin kun niitä paistetaan. Pihalla tutustuu paremmin toisiin. Siellä on mahdollisuuksia mennä jut- telemaan toisten kanssa, jos huomaa, että toinen haluaa jutella. Ryhmäkodissa on vierailtu ja huo- mattu, että siellä on hyvin asiat. Siellä oli myös viihtyisää.

## 6. TUTKIMUSTULOSTEN POHDINTA DIALOGISSA TUTKIMUSKIRJALLISUUDEN KANSSA

Metodin kolmannessa osassa rakennan dialogia yksilökohtaisten ja yleisten merkitysverkostojen ja muun tutkimustiedon välille. Lehtomaa (2009) puhuu fenomenologisesta ymmärtämisestä, jolla hän tarkoittaa tulosten suhteuttamista jo olemassa olevaan ymmärrykseen ja dialogin rakentamista muun tutkimustiedon kanssa. Hänen lähtökohtansa tähän on yksilökohtaisia ja yleisiä merkitysverkostoja läpäisevien merkitystihentymien hahmottaminen. Fenomenologisessa ymmärtämisessä on kuitenkin varottava sellaista teoreettista tulkintaa, joka muuttaa tutkittavien kokemukset muuksi kuin analyysin perusteella on ilmennyt. (Mt. 190–191.) Perttula (2000) kirjoittaa, että pyrkimys deskriptiivisyyteen luonnehtii empiiristä tutkimusvaihetta. Tämän jälkeen kuitenkin rakennetaan dialogia empiiristen tulosten ja jo olemassa olevan tiedon välille. Dialogin luominen on kuitenkin läpeensä tulkinnallista. Tutkittavaa ilmiötä voidaan ymmärtää laajemmin, kun dialogin rakentamisessa etsitään deskriptiota tukevia tulkinnallisia kehyksiä tutkittavalle ilmiölle. (Mt. 440.)

Tutkimukseni tuloksina muodostui neljä yleistä merkitysverkostoa. Yleiset merkitysverkostot olen nimennyt seuraavasti: Sopeutuja, Omissa oloissaan viihtyjä, Yksinäinen odottaja ja Omien arvojensa mukaan eläjä. Nämä nimitykset ovat omia konstruktioitani, jotka muodostin sen intuition perusteella, jonka sain analyysiprosessin aikana, ja käytän niitä apuvälineinä eksplikoidessani tutkimukseni tuloksia. Nämä ”tyypittelyt” kuvaavat joitakin keskeisiä ydinmerkityksiä, joista tutkittavien kokemukset yhteisöllisyydestä ja vanhuuden elämänvaiheesta rakentuvat, mutta eivät kuitenkaan kata kaikkia merkityssuhteita. Kahteen yleiseen merkitysverkostoon (Sopeutuja ja Omissa oloissaan viihtyjä) sisältyy kumpaankin kaksi yksilökohtaista merkitysverkostoa.

Analyysin toisessa osassa vaiheessa kolme muodostin samat yleisellä tasolla olevat sisältöalueet jokaiselle ehdotelmalle yleiseksi merkitysverkostoksi. Nämä sisältöalueet olivat: vanhuus, osallistuminen, vuorovaikutus, ystävyys, kesä-aika, tuntemukset kodista ja odotukset ryhmäkodin suhteen. Käytän näitä sisältöalueita hyödyksi metodin kolmannessakin osassa, jossa siis tuon esille analyysini tuloksia. Tiivistän nämä sisältöalueet kolmeen: vanhuus, osallistuminen ja vuorovaikutus. Hahmotan näiden sisältöalueiden avulla keskeisiä merkitystihentymiä vanhuuden elämänvaiheen ja yhteisöllisyyden kokemuksista. Samat merkitystihentymät (merkitysten väliset sisällölliset yhteydet) voivat sisältyä useimpiin sisältöalueisiin ja muodostavat näin merkitysverkoston. Merkitysverkostot ja -tihentymät ovat ihmisen tajunnassa sisällöllisesti toisiinsa kietoutuneita kokemuksia. Merkitys-

verkostolla viitataan siihen erilaisten merkitystihentymien kokonaisuuteen, joka on tutkimuksen kohteena. (Perttula 1995, 47–48.)

## 6.1 HYVÄ VANHUUS

Neljässä yleisessä merkitysverkostossa yhteinen sisältöalue vanhuuden elämänvaiheen kokemisessa oli kaipaus saada elää hyvää vanhuutta. Hyvään vanhuuteen kuuluvia keskeisiä merkitystihentymiä olivat: terveys ja toimintakyky, riittävä määrä hoitohenkilökuntaa, yhteydet sukulaisiin ja ystäviin ja arvostuksen kokeminen. Kukaan haastateltavistani ei kuitenkaan tuonut esille vanhainkodin asukkaiden keskinäisiä ihmissuhteita hyvään vanhuuteen kuuluvana asiana.

### 6.1.1 Hyvään vanhuuteen kuuluvat terveys ja toimintakyky

Hyvään vanhuuteen kuuluvat terveys ja hyvä toiminta- ja liikkumiskyky. Sopeutujan mielestä vanhuuden tekee vaikeaksi se, ettei pääse enää itsenäisesti liikkumaan ja toimimaan. Oman autonomian menetys ja riippuvuus toisista saa ajattelemaan, että elämä ei ole enää elämisen arvoista. Toiveissa ei ole enää elää montaa vuotta. Omaan elämäntilanteeseen on kuitenkin sopeuduttu, koska muutaakaan mahdollisuutta ei enää ole. Sopeutuja toivoisi enemmän apua henkilökunnalta liikkumiseen. Yksi onnistuneen vanhenemisen edellytyksistä oli Rowen & Khanin (1999) mukaan sairauksien välttäminen ja toimintakyvyn säilyttäminen. Tätä tavoitetta kohti on lähdettävä jo aikaisemmissa ikävaiheissa. Tavoitteeseen ei päästä ilman ikäihmisten omaa aktiivista toimintaa. Tutkimustulosten mukaan ikäihmisten aktiivinen rooli toimintakyvyn ylläpidossa on välttämätöntä onnistuneelle vanhenemiselle. (Mt. 37.) Tässä tutkimuksessa ikäihmiset ymmärsivät liikunnan merkityksen toimintakyvyn ylläpidossa ja olivat aikaisemmissa elämänvaiheissaan harrastaneet liikuntaa. He halusivat olla aktiivisia toimintakyvyn ylläpitämisessä, mutta eivät pystyneet siihen enää ilman tuntuvaa apua. Kun henkilökunnalla ei ollut resursseja esim. kulkea rollaattorin kanssa kulkevan asukkaan vierellä, ei ollut muuta mahdollisuutta kuin jäädä pyörätuoliin. Kuitenkin esille tuli myös se, että: *...Kyllä mä käyn jumpassakin kyllä, tätä voimistelua, että poljen sitä pyörää.* Asukkaat osallistuivat kuntouttavaan liikuntaan etukäteen sovituissa fysioterapeutin vetämissä tilanteissa esim. kerran viikossa. Päivittäisen elämän tilanteissa oli kuitenkin helpompaa käyttää pyörätuolia.

Omissa oloissaan viihtyjän mielestä vanhuus ei ole miellyttävää, koska elämä on hyvin rajoittunutta ja luopumista asioista, jotka ovat aikaisemmin kuuluneet elämään. Mielessä väikky mennyt nuoruus, joka ei enää tule takaisin. Elämä on kuitenkin jo loppupäässä, joten elämälle ei aseteta enää

lähitulevaisuutta pitemmälle meneviä päämääriä. Hyvää vanhuutta määritellään toimintakyvyn ja terveyden kautta. Omissa oloissaan viihtyjä ei kuitenkaan halua eristäytyä, vaan hän kertoo haluavansa osallistua, jotta voisi ylläpitää toimintakykyään: *Siinä se samalla niinkun kehittää itseänsä ja koettaa ylläpitää niitä ratkaisun kykyjä, mitä on.* Toimintakyvystä riippuu myös yksinäisyyden kokemus. Jos ei ole enää voimia hoitaa aktiivisesti ihmissuhteitaan, jää yksin. Myös yksinäisen odottajan mielestä hyvää vanhuutta olisi terveys ja kyky liikkua itsenäisesti. Lisääntyvät toiminnanrajoitteet estävät aktiivisen vanhuuden ja osallistumisen. Luopuminen toimeliaasta elämästä tuottaa tuskan ja ikävän tunteita:

Että minkälaista on hyvä vanhuus. Että sais olla terveenä, se kaiken parasta olis. Että pääsis kunnolla liikkua ja kulkea vielä. Se olis ihanaa. Mäkin oon kauheen kova urheileen, tai ei urheileen, käveleen. Mä tuollakin kotona, siihen asti kun mä kaadu. Kaikki huuteli, kun mä aina joka päivä menin sauvakävelylle. Yöllä mä oon halvaantunut, tämä jalka. Kun tää ääni on tällanen, se sitten jäi niinku siihen tai se on tullu siihen. (Yksinäinen odottaja)

Routasalo, Mäkinen & Pitkälä (2007, 248, 253) ovat tutkineet luopumista ikääntyneiden ryhmäkeskusteluissa. Fyysisten voimavarojen heikentyessä oli luovuttava monesta nuorempaan itsestään selvänä pidetystä toiminnasta. Voimien ehtymistä oli vaikea hyväksyä. Heikko terveydentila ei ainoastaan estänyt liikkumista vaan vaikeutti myös osallistumista sosiaaliseen toimintaan.

Myös Omien arvojensa mukaan eläjän mielestä terve vanhuus on hyvää vanhuutta. Hän pystyi enemmän kuin muut haastateltavani elämään myös todeksi hyvää vanhuutta, sillä hän pystyy vielä liikkumaan ja toimimaan suhteellisen itsenäisesti. Hän sanoi vanhuuden olevan myös ihanaa aikaa, koska pääsy Jumalan luokse on lähellä. Myös Omissa oloissaan viihtyjälle usko Jumalaan antoi voimaa ja mielekkyyttä jokapäiväiseen elämään.

#### 6.1.2 Hyvään vanhuuteen kuuluu se, että on riittävästi hoitohenkilökuntaa

Riippuvuus toisista vaikuttaa siihen, miten hyvää vanhuutta määritellään tämän hetkessä elämäntilanteessa. Koska oma toimintakyky on jo hyvin rajoittunutta, hyvään vanhuuteen kuuluu se, että apua on saatavilla. Avun saaminen taas on riippuvainen siitä, että hoitohenkilökuntaa on tarpeeksi. Sopeutujan mielestä elämä on rajoittunut enimmäkseen omaan huoneeseen, jossa vessa muodostaa tärkeän osan. Paljoa ei enää toivota. Tyytyväisyyttä ja jopa iloa tuo se, että yöllä tullaan auttamaan vessaan. Hän toivoisi, että: *...hoitajia täytyy olla, että ei aina juoksujalkaa täytyy mennä.* Itsenäisyyden ja autonomian tunne on tärkeää hyvän vanhuuden kokemisessa. Surua tunnetaan siitä, että vanhainkodin toimintoja määritellään rahan ja säästämisen kautta. Omissa oloissaan viihtyjälle on

tärkeää se, että hänen toiveensa otetaan huomioon. Hän ei halua olla toisten armoilla. Yksinäinen odottaja toivoisi hoitohenkilökunnalta muutakin kuin pelkästään apua päivittäisiin toimintoihin. Hän kaipasi yhteyttä toisiin ihmisiin ja hänen mielestään: *Kyllä täällä on paljon hoitajia ainakin. Niissä on nuoria. Ei ne paljon pysähtelee puheille. ... kyllä nuoretkin osaa jutella vanhusten kanssa.* Hänen mielestään iällä ei ollut merkitystä yhteyden kokemisessa. Tosin hän mainitsi toisaalla haastattelussa, että hoitohenkilökunnan kanssa tuli myös keskustelua: *Toisinaan enemmän ja toisinaan vähemmän puheita sitten, toisinaan keskustellaan.* Omien arvojensa mukaan eläjälle kontaktit hoitajiin ovat myös tärkeitä. Yhteydet vanhainkodin yhteisöön kuuluvien ihmisten kanssa tuovat hänelle tuntua kodista.

### 6.1.3 Hyvään vanhuuteen kuuluvat yhteydet sukulaisiin ja ystäviin

Sopeutujalla on oma ulkoiluttaja, joka käy suurin piirtein kerran viikossa. Kesä-aikaan ulkoiluttaja ei käy, sillä hän lähtee kesäksi pois kaupungista. Kesä-aikaan löytyy kuitenkin tuttuja, jotka lähtevät viemään kaupoille. Myöskään sukulaiset eivät käy usein kesällä, sillä he viettävät paljon aikaansa kesäpaikalla. Sopeutuja sanoo varatutuneensa siihen, että kesällä sukulaiset eivät käy niin usein kuin talvella. Heilläkin on oma elämänsä ja omat menonsa. Hän on tyytyväinen vanhainkodin keskeiseen sijaintiin, sillä keskustassa liikuessaan sukulaiset poikkeavat usein. Sopeutujalla on myös yhteyksiä entiseen naapuriin, joka asuu toisessa vanhainkodissa. Yhteyksiä pidetään puhelimitse. Liikkumisen vaikeus estää kasvokkain näkemisen. Sopeutujan ihmissuhteisiin kuuluu myös vapaaehtoistyöntekijöitä ja vanhustyön opiskelijoita, jotka käyvät vanhuksia katsomassa opintoihinsa liittyen. Yksi tällainen ihmissuhde kesti kaksi vuotta. Omissa oloissaan viihtyjälle oma perhe ja lapset ovat tärkeitä. Lähiomaiset pitävät tiiviisti yhteyksiä ja se riittää hänelle. Voimakas tunneside pitää yksinäisyyden tunteet loitolla: *Ei minun tartte kärsiä ainakaan yksinäisyydestä. Minulla käy täällä aina, lähiomainen käy tapaamassa silloin tällön, aika usein ja tuota. Että ei siinä mielessä yksinäisyys, tartte kärsiä.* Weiss (1974) kirjoittaakin, että ihmissuhteet, jotka perustuvat läheisyydelle ja kiintymykselle, antavat tunteen turvallisuudesta ja paikasta. Yksilöt, joilla on läheisyydelle ja kiintymykselle perustuvia suhteita, kokevat olonsa turvalliseksi ja olevansa kotona. (Mt. 23.) Yksinäinen odottaja on menettänyt puolisonsa jo nuorena, vieläkin hän sanoo, että puoliso oli läheisin. Lapset pitävät yhteyttä käymällä ja soittelemalla. Hänellä on myös pari ystävyysuhdetta, jotka ovat kestäneet noin viisikymmentä vuotta. Yhteyttä pidetään puhelimitse, ystävät ovat myös käyneet häntä tapaamassa vanhainkodissa. Hänellä on myös kesällä ulkoiluttaja. Omien arvojensa mukaan eläjälle yhteydet omiin lapsiin ovat tiiviitä, ja hän vierailee usein lastensa luona ja on yötäkin heidän luonaan.

#### 6.1.4 Hyvään vanhuuteen kuuluu arvostus

Sopeutuja ei ole huomannut, että vanhuksia syrjittäisiin. Vanhainkodissa asuu Sopeutujan mielestä jo niin väsynyttä porukkaa, että hän ei odota enää kovin aktiivista seurustelua. Hän toteaa, että ala-aulassa pidetään asukkaita istumassa, että he näkisivät elävää elämää. Sopeutuja ei ole päässyt liikumaan moneen vuoteen edes silloinkaan, kun asui vielä kotona, joten hän ei oikein osaa sanoa, miten vanhuksiin suhtaudutaan. Omissa oloissaan viihtyjän mielestä vanhuksia ei arvosteta vaan pikemminkin heitä riistetään suomalaisessa yhteiskunnassa. He eivät ole tasa-arvoisessa asemassa muiden kanssa. Enää ei ole kuitenkaan kovin paljon voimia taistella omien asioiden puolesta. Yksinäisen odottajan mielestä vanhukset saavat kokea vähän halveksuntaakin, tosin ei kaikkien taholta. Omien arvojensa mukaan eläjä ihailee sitä, miten esim. romaaniyhteisössä kunnioitetaan vanhuksia, sen sijaan muussa suomalaisessa yhteiskunnassa vanhoja ihmisiä ja vanhuutta ei arvosteta. Hän sanoo, että ajat ovat muuttuneet ja on enemmänkin muotiasia, että vanhuutta ei arvosteta. Hän kääntää katseensa myös toiseen suuntaan ja on sitä mieltä, että vanhat ihmisetkään eivät aina hyväksy nuoria.

Routasalon, Mäkisen & Pitkälän (2007, 254) jo edellä mainitussa tutkimuksessa luopumisesta ikääntyneiden ryhmäkeskusteluissa ryhmäläisten mielestä yhteiskunta piti heitä merkityksettöminä. Ikääntyneiden kokemuksena oli, että koska heillä ei ole enää mitään merkityksellisiä rooleja, he ovat taakkana yhteiskunnalle. Ryhmäkeskusteluissa vanhenemiseen liitettiin turhuuden, tarpeettomuuden ja arvostuksen puutteen tuntemuksia. Mitä arvokkuudella tarkoitetaan? Shotton & Seedhouse (1998) kysyvät, että onko tätä tarpeellista edes kysyä? He toteavat, että jokainen, joka on ollut halventavassa ja nöyryyttävässä tilanteessa, tietää heti, mitä arvostava kohtelu olisi ollut. Se olisi ollut juuri sitä, mitä puuttui, kun sitä eniten kaivattiin. He määrittelevät arvokkuuden tunteen sellaisessa positiossa olemiseksi, jossa voi osoittaa kykenevyyttä. Arvostamisen tunteet voivat jäädä kokematta, jos esim. ikäihminen ei voi itse päättää nukkumaanmenoaikaansa tai hänelle annetaan ruokaa, josta hän ei pidä. Silloin hänen ei ole sallittu päättää asioistaan, vaikka hän olisi ollut kykenevä päättämään. Yleisesti määriteltynä arvokkuuden kokemus, ts. tunne arvostamisesta on siis sitä, että yksilön kohtaamissa tilanteissa hänen kyvykkyydelleen annetaan tilaa toteutua. Spesifisemmin kyvykkyys voidaan määritellä yksilökohtaisesti: Tämän henkilön kyvyt ovat: a, b, c ...x, y, z. Tämä henkilö voi kokea arvokkuutta tilanteissa, joissa hän voi harjoittaa näitä kykyjä. Shotton & Seedhouse jatkavat, että on väärin olettaa, että jokaisella iäkkäällä ihmisellä olisi samanlainen potentiaali, niinpä jokaisen kyvyt tulisi kartoittaa ja antaa niille mahdollisuus. (Mt. 249.)

Tässä tutkimuksessa olin kysynyt yleisellä tasolla, kokevatko haastateltavani, että vanhoja ihmisiä arvostetaan. He myös vastasivat kysymykseeni yleisellä tasolla. Kokevatko he arvostusta omissa elämäntilanteissaan tässä ja nyt, jos katsotaan asiaa kykenevyyden toteuttamisen näkökulmasta? Tähän voi löytää useita viittauksia haastatteluaineistosta. Fenomenologisen aineiston hankkiminen parhaimmillaan on sitä, että haastateltavat saisivat vapaasti kertoa kokemuksistaan. Kertoessaan jokapäiväisen elämänsä tilanteista he antavat tutkijalle aineiston, joka voi kertoa, mitä siltä kannattaa kysyä, kun aineistoon tutustuu kunnolla. (Ruusuvuori, Nikander & Hyvärinen 2010, 15.) Arvokkuuden tunteita tuovat kokemukset itsenäisyydestä ja autonomiasta. Vanhainkodin asukkailla ei ollut rooleja, jotka olisivat liittyneet arkielämään. Heillä olisi kuitenkin ollut kyvykkyyttä osallistua ainakin jollakin tavalla. Yksinäinen odottaja kertoo, että vanhainkodissa leivotaan yhdessä vain jouluna. Hän pystyy käyttämään vain toista kättään, mutta yhdelläkin kädellä pyörätuolissa istuen pystyisi tekemään paljon. Omien arvojensa mukaan eläjä haluaisi leipoa:

No kun minä oon ajatellu sitä, että tota, joskus kutkuttaa niin, että hyvänen aika, kun toi taas teki ihanan kakun toi, se mies siellä televisiossa. Että voikun vois tehdä tossa. Mutta noin, mä oon aatellu, että ei oo semmosta mahdollisuutta. Siellä on hella ja siel on pakastin, eiks oo.

HJA: On, sinne tulee uus keittiökin (ryhmäkotiin).

Uus keittiökin, jaa

HJA: Siellähän voi tehdä vaikka mitä sitten.

Sillon joo, kyllä minäkin mielelläni, jos tässäkin kunnossa on. Vaikka kaakun tekisin taikka sillai. Tarjottas. Sitten ois kahvileipää. Kun kahvia mulla on täällä ja pannu. (Omien arvojensa mukaan eläjä)

Alaluvun 6.1.2 (Hyvään vanhuuteen kuuluu se, että on riittävästi hoitohenkilökuntaa) merkitystihentymät liittyvät olennaisesti arvokkuuden kokemisen (mahdollisuuteen osoittaa kyvykkyyttä) merkitystihentymiin. Sopeutujalla olisi ollut vielä kykyä liikkua rollaattorilla avustettuna, hänen oli kuitenkin pakko tyytyä pyörätuolilla liikkumiseen, koska hoitohenkilökunnan mitoitus ei riittänyt auttamiseen. Sopeutuja ei kuitenkaan valittanut, vaan toteaa, että hoitajat ovat hänen mielestään herttaisia, mutta heillä on liikaa töitä. Sopeutuja odottaa ryhmäkodin tuovan muutosta hoitajien määrään. Nyt samat hoitajat kiertävät eri kerroksissa; ryhmäkodin myötä jokaisessa kerroksessa olisi omat hoitajat. Yksinäisen odottajan kokema vähäinen arvostus liittyy olennaisesti siihen, että hänellä ei ole mahdollisuutta seurustella ja jutella toisten ihmisten kanssa. Hän toivoisi hoitajilta ja muilta asukkailta enemmän aikaa keskinäiseen kanssakäymiseen, tavalliseen yhdessäoloon ja arkipäivän asioiden jakamiseen. Omissa oloissaan viihtyjä taas olisi halukas käymään konserteissa, mutta: *Mä en oo vielä keksinyt, mitenkä se tulis mahdolliseksi. Täältäähän vois olla muitakin, jotka haluais.*



### 6.1.5 Hyvään vanhuuteen kuuluu viihtyisä ympäristö; vanhainkoti ei kuitenkaan ole koti

Viihtyisää ympäristöä arvostettiin. Vanhainkotia ei kuitenkaan pidetty kotina. Sopeutuja kutsui vanhainkotia laitokseksi ja erotti sen jyrkästi kodista. Laitokseen ei koskaan tule kodin tuntumaa. Toisaalla hän kuitenkin sanoi, että välillä vanhainkoti on kuitenkin tuntunut kodilta. Kun ei ole mahdollisuutta olla muualla, on pakko viihtyä. Jossakin vaiheessa sopeutuja kaipasi huonetoveria vanhainkotiin, mutta nyt hän on kuitenkin mielellään yksin omassa huoneessaan. Sopeutuja antaa paljon painoarvoa ryhmäkodin myötä tulevalle viihtyisälle, tilavalle parvekkeelle, jossa voi kesäaikaan viettää aikaa: *Että parveke varmaan, ei se varmaan ens kesänä vielä, kun sitäkin laitetaan, oo vielä kunnossa. Ehkä siellä, ehkä enemmän tulee sitten, oman kerroksen väen kanssa keskustelua.* Omissa oloissaan viihtyjän mielestä vanhainkoti on parhain mahdollinen paikka hänelle, mutta koti se ei ole, korkeintaan vanhainkotia ja omaa huonetta voi kutsua kodin osaksi. Kodissa sen sijaan olisi sukulaisia ja tuttuja ihmisiä. Yksinäiselle odottajalle ihmisympäristö kodin tunnun tuojana on tärkeämpää kuin fyysinen ympäristö. Viihtyisän ympäristön muodostavat toiset ihmiset. Hän sanoo, että: *Kyllä se aikoinaan tuntuu (kodilta), mutta sitten taas kun on huonompi aika, sitten taas ei tunnu.* Omien arvojensa mukaan eläjä kokee yksinäisyyttä ajatellessaan omaa kotiaan. Myös hänelle ihmisympäristö kodin tunnun tuojana on tärkeä. Koska hänellä on vielä toimintakykyä paljon jäljellä, hän kokee saavansa vanhainkodista vähän.

*Minullahan ei käy hoitaja sen takia, että mä itte toimin. Tosiaan, mä sitten saankin täältä vähän. ... Niin, että se jos on jotain asioita, silloin se ei tunnu kodilta hetkeksi, mutta täähän on vaihtelevaa koko elämä muutenkin. Että eipä täällä oo kellään ihan samanlaista, sitä joskus tuntee yksinäisyyttäkin. (Omien arvojensa mukaan eläjä)*

Kriikku (2010) haastatteli opinnäytetyössään ryhmäkodissa asuvia ihmisiä ja myös hänen tutkimuksessaan kodin ja viihtyisyyden tuntua oli luomassa hoivaavuus ja ryhmäkodin hyvä hoito (Mt. 23).

Vanhainkodin ylimmissä kerroksissa on jo siirrytty ryhmäkoteihin. Haastateltavan kerrokseen ryhmäkoti-remontti on vasta tulossa. Hän on kuitenkin käynyt katsomassa ryhmäkotia ja kertoo vaikutelmistaan:

*Mä tykkäsin, että siellä oli hyvin, että se, niinkun parvekkeella, meillähän on isot parvekkeet joka kerroksessa, niin oli sementtilattia vaan ja. Ja sitten tuota siellä on nyt, siellä parvekkeella on puulattia ja sitten täällä otettiin yks huone sitten pois näistä, yhden asukkaan asunto lisätilaksi, että otettiin seinät pois. Että laajennettiin sitä ja sitten siihen oli laitettu kaunis, iso pöytä keskelle lattiaa. Semmonen vähän sellanen niinku pyöreet kulmat ja oikeen viihtyisän tuntunen oli se siellä nyt. (Omien arvojensa mukaan eläjä)*

Hauge & Heggen (2008) ovat tutkineet vanhainkodissa asuvien ikäihmisten arkielämää yhteisessä olohuoneessa. Fenomenologiseen tutkimukseen osallistui 24 paljon apua päivittäisissä toiminnoissaan tarvitsevaa ikäihmistä. Iältään he olivat 80–100 vuoden välillä, ja kaikki muut paitsi kaksi liikkivat pyörätuolilla. Aineisto kerättiin havainnoimalla ja muutamia haastatteleamalla. Ikäihmiset tuotiin aamulla yhteiseen olohuoneeseen, jossa he viettivät suurimman osan päivää. Olohuone oli kalustettu viihtyisästi, kuitenkin sieltä puuttui persoonallinen kosketus, esim. valokuvia, tynyjä, pikkuesineitä. Vaikka asukkaat viettivät suuren osan päivästä olohuoneessa, keskinäistä seurustelua ei syntynyt. Asukkaat etsivät enemmän kontakteja hoitajiin kuin toisiinsa. He kuuntelivat mielenkiinnolla, kun hoitajat kertoivat tapahtumia omasta arkipäivän elämästään. Haastateltavat sanoivat mm., että asukastoverit ovat jo liian vanhoja puhumaan, yhteisiä keskustelunaiheita ei ole ja jotkut asukastovereista ovat jo ”puoli-kuolleita”. Ne, jotka pääsivät itsenäisesti poistumaan, lähtivät heti henkilökunnan poistuttua yhteisestä tilasta joko omaan huoneeseen tai käytävään. Ne, jotka eivät päässeet oma-aloitteisesti pois olohuoneesta, torkkuivat suurimman osan päivää pyörätuoleissaan. Tutkijoiden mukaan ikäihmisten elämä ei ollut heidän autonomiaansa ja yksityisyyttänsä kunnioittavaa. Yksityisyys ja mahdollisuus kontrolloida omaa ajan- ja tilankäyttöään ovat luonteenomaisia tuntemuksille kodista. Tutkijat kysyvätkin, että oliko yhteisestä olohuoneesta tullut pakotettua suhteissa olemista ja ”säilytyspaikka”. Halukkuutta sosiaalisiin suhteisiin oli, mutta henkilökunnan kanssa. Tutkijat arvelevat, että ehkä asukkaat eivät halunneet tulla identifioituksi heitä huonompikuntoisiin asukastovereihin ja luokitelluksi samaan luokkaan heidän kanssaan. (Mt. 460–467.)

Myös omassa tutkimuksessani asukkaiden välinen seurustelu yhteisissä tiloissa oli vähäistä, eikä yhteisissä tiloissa vietetty spontaanisti aikaa. Haastateltavani arvioivat toisia asukkaita mahdollisina vuorovaikutuskumppaneina: ovat jo liian vanhoja ja väsyneitä seurustelemaan, liian hiljainen ääni, *kai ne pitää itteänsä nuorempana sitten, oikein fiksuja, fiksuja*. Tutkimukseni kohteena olevassa vanhainkodissa asukkaita ei pakotettu viettämään aikaa yhteisessä tilassa vaan heidän autonomiaansa kunnioitettiin. Mutta tuliko ainoaksi vaihtoehdoksi ajan viettäminen yksin omassa huoneessa? Yllä olevassa tutkimuksessa ei mainittu, minkälaista päivittäistä toimintaa olohuoneessa järjestettiin. Kodin tuntua tuovat paitsi oma autonomia ja kontrolli ajan ja tilan suhteen myös toiminnalliset suhteet toisiin. Asukkailla tulisi siis olla mahdollisuuksia solmia lämpimiä ja turvallisia ystävyys-suhteita ja viettää yhteistä aikaa ”merkityksellisten toisten” kanssa. Yhteinen, toiminnallinen aika tuottaa perinteitä, historiaa, muistoja ja kulttuuria. (Marin 2008b, 68–69.) Myös Vilkon (2010, 229, 231–233) mukaan sosiaalinen ympäristö ja kontaktit toisiin ovat tärkeitä kodin tunnun tuojina. Yllä olevassa tutkimuksessa tuli myös esille se, että tutkimukseen osallistuneet seurustelivat mieluum-

min henkilökunnan kanssa kuin keskenään. Yhtenä syynä voi olla se, että elämän rajoittuneisuus aiheuttaa sen, että elämässä ei ole mielenkiintoisia kokemuksia, joita voisi jakaa toisten kanssa. Oman tutkimukseni kohteena olevassa vanhainkodissa asukkaat kävivät esim. teatterissa. Jos tällainen toiminta tulisi suhteellisen usein tapahtuvaksi, eikä vain esim. kerran vuodessa, olisi se yhteistä toiminnallista aikaa, joka tuottaisi vanhainkotiin keskustelunaiheita, perinteitä ja kulttuuria.

## 6.2 OSALLISTUMINEN

Osallistumisen sisältöalueessa keskeisiä merkitystihentymiä yhteisöllisyyden kokemisen kannalta olivat osallistumisen passiivisuus, aikaisemman elämäntyylin ja harrastusten jatkuminen /jatkumattomuus ja osallistumista vaikeuttavat kuulo-ongelmat ja tilojen ahtaus.

### 6.2.1 Passiivinen osallistuminen ei synnytä yhteisöllisyyden kokemusta

Vanhainkodissa on paljon erilaista ohjelmaa. Kuitenkin sellainen toiminta, johon voisi aktiivisesti osallistua, on hiipunut ja vähentynyt. Sopeutuja ja Omien arvojensa mukaan eläjä kertovat:

*Mutta tota sillon, ku vielä se oli isommassa muodossa (matkakerho), mehän tehtiin noita käsinmaalattuja T-paitoja, kuvioita ja kaikkee tämmöstä. Me oltiin sillon vielä kaikki paremmassa kunnossa. Täytyy sanoa, että jokainen omalla tavallaan. Ei semmoset meiltä enää onnistu, semmoset hommat. Eikä yhdellä kädellä voi tehdä sellasta. Mutta kivahan on nähdä ja jutella. (Sopeutuja)*

*... että ei semmosta ripeää niinkun viriketoiminnanohjaajan toiminta oli, kun mä tulin tänne (kolme vuotta sitten). Se oli semmosta, että me mentiin ja tehtiin ja tehtiin käsitöitäkin. Ja tota, ei enää oo mitään sellasta muuta kun. (Omien arvojensa mukaan eläjä)*

Vanhainkodissa asukkailla ei ole rooleja tai tehtäviä, esim. avustamista iltapäiväkahvin keitossa ja pöydän kattamisessa. He ovat passiivisessa vastaanottajan roolissa. Toiminnanrajoitteet asettavat tietysti rajansa, mitä itse kukin voi tehdä. Haastateltavistani osa kuitenkin olisi pystynyt auttamaan oman kerroksen yhteisön tehtävissä. Henkilökunnan mitoitukset estävät toiminnan uudelleen järjestämisen, niin että asukkaat voisivat osallistua yhteisönsä päivittäisiin tehtäviin. Halukkuutta osallistumiseen olisi. Yksinäinen odottaja kertoi, että: *Kyllä mä auttasin jos tulee semmonen tilanne, että täytyy auttaa. Ei minusta paljon auttajaksi oo, kun ei tuo käsi eikä jalka. Auttasin kyllä, jos ei tämä tilanne olis.*

Van't Leven & Jonsson (2002) tutkivat fenomenologisella tutkimusotteella, kuinka ikäihmiset kokivat osallistumisensa toimintaan vanhainkoti-ympäristössä. He haastattelivat kymmentä 62–92 -vuotiasta vanhainkodissa asuvaa ihmistä, jotka tarvitsivat paljon apua päivittäisissä toiminnoissa. Vanhainkotiin muutto ei ollut muuttanut heidän haluaan osallistua aikaisempiin harrastuksiin, kuten lukeminen, televisionkatselu, käsityöt ja talousaskareet. Tutkimukseen osallistuneilla oli yksi tai kaksi harrastusta, jotka he kokivat merkityksellisiksi itselleen. Osallistuminen itselle johonkin, joka oli ollut merkityksellistä ennen vanhainkotiin tuloa, esim. ruuanlaittoon, toi tunteen ”että on tehnyt jotakin” sen sijaan, että kuluttaa vain aikaa. Yhteys aikaisempiin harrastuksiin ei katkennut ja tämä auttoi identiteetin säilymisessä. Osallistumisessa oli kaksi tapaa: ne, jotka pystyivät, tekivät itse ja ne, jotka eivät pystyneet tekemään, olivat tekemisen ilmapiirissä. Tekemisen ilmapiirissä oleminen antoi myös tyydytystä tekemisen tarpeelle. Tekemisen ilmapiirissä oleminen on luova strategia, joka sallii yksilön osallistua henkisesti häntä kiinnostavaan toimintaan. Tutkijat toteavat, että vanhainkodissa tulisi olla sellaista ohjelmaa, jossa molempien tyyppinen osallistuminen olisi mahdollista. Ne, jotka eivät itse pysty tekemään mitään, voisivat kuitenkin olla keskellä tekemisen kontekstia. (Mt. 148–155. )

#### 6.2.2 Aikaisempien harrastusten (sosiaalisten maailmojen) jatkuminen / jatkumattomuus

Osallistuminen harrastustoimintaan toi vaihtelua, ajankulua ja viihtyvyyttä elämään. Harrastusryhmissä oppi myös tuntemaan toisia ja toisten asukkaitten kanssa keskusteltiin. Osallistuminen koettiin tärkeäksi, kaikkeen ei kuitenkaan haluttu osallistua. Haastateltavani olivat aikaisemmin harrastaneet mm. matkailua, urheilua, sauvakävelyä, ruuanlaittoa, leipomista, kukkien hoitoa, lukemista, laulua, kansantanssia ja musiikin kuuntelua. Vanhainkodissa leivottiin Yksinäisen odottajan kertoman mukaan jouluisin. Pitäisikö yhteisyyden rakentaminen aloittaa huomioimalla asukkaiden aikaisemmat elämäkokemukset ja harrastukset? Yksinäinen odottaja ja Omien arvojensa mukaan eläjä olisivat tykänneet ruuanlaitosta ja leipomisesta.

HJA: Joo, oot etevä ruuanlaittaja. Onko täällä ollu mahdollisuus harrastaa ruuanlaittoa?

Ei täällä, jouluksi leivottiin vähän ja semmosta. Ei sinänsä mitään, kun omassa huushollissa, kun vieraille laitettiin niin. (Yksinäinen odottaja)

No kun minä oon ajatellu sitä, että tota. Joskus kutkuttaa niin, että hyvänen aika, kun toi taas teki ihanan kakun toi, se mies siellä televisiossa. Että voikun vois tehdä tossa. Mutta noin, mä oon aatellu, että ei oo semmosta mahdollisuutta. Siellä on hella ja siel on pakastin, eiks oo. (Omien arvojensa mukaan eläjä)

Agahi, Ahacic & Parker (2006) viittaavat jatkuvuusteoriaan mainitsemalla, että yksilöt eivät oikeastaan muutu ikääntyessään, pikemminkin he pyrkivät tulemaan yhä enemmän sellaisiksi kuin ovat aina olleet. Harrastusten, elämäntavan ja ajattelutavan jatkuvuus on yleisin strategia sopeutua ikääntymisen tuomiin rajoituksiin. Kun ikää tulee lisää, aikaisemman elämäntavan jatkuvuutta pyritään jatkamaan valikoivan optimoinnin ja kompensoinnin avulla. Tutkijat toteavat, että yksilöt pyrkivät enemmänkin sopeuttamaan toimintaansa kuin muuttamaan sitä iän lisääntyessä. Aktiivisen ikääntyvän väestön ylläpitämisessä on tärkeää helpottaa osallistumista niihin aktiviteetteihin, joihin ikääntynyt väestö on osallistunut aikaisemmin, kuin aloittaa uusia aktiviteettejä. (Mt. 340–346.)

Haastateltavani eivät enää pystyneet jatkamaan kaikkia aikaisempia harrastuksiaan toiminnanrajoitteittensa vuoksi, tai ainakin he olisivat tarvinneet tuntuva apua siihen. He kykenevät kuitenkin osallistumaan jollakin tavalla aikaisempiin harrastuksiinsa ja osa heistä jatkoikin osallistumistaan. Osallistuminen erilaisiin harrastuksiin voidaan käsittää osallistumiseksi erilaisiin sosiaalisiin maailmoihin. Unruh (1983, 14) puhuu sosiaalisista maailmoista sosiaalisen organisoitumisen muotona, jossa toimijoita yhdistää yhteisten kommunikaatiokanavien kautta jaetut näkökulmat jostakin asiasta. Iän lisääntyessä mukanaolo ei välttämättä enää ole näkyvää, mutta näkymätön voi olla yhtä intensiivistä kuin näkyväkin. Osallistuminen voi olla vaikkapa kyseisen sosiaalisen maailman lehtien ja tapahtumien seuraamista. (Jyrkämä 2008b, 275–276.) Pääasiallisin ajanviette haastateltavillani oli television katsominen. Osa heistä harrasti myös aktiivisesti lukemista: kirjoja, sanomalehtiä, Raamattua ja hengellisiä lehtiä luettiin. Omien arvojensa mukaan eläjä ei enää jaksanut käydä seurakunnan tilaisuuksissa, mutta hän seurasi aktiivisesti seurakunnallisia ja lähetystyön tapahtumia lehtien välityksellä. Omissa oloissaan viihtyjä taas toivoi voivansa kuunnella enemmän musiikkia kuin hän itse pystyi ”hankkimaan”. Linaan alle pitkän katkelman hänen kanssaan käymästäni keskustelunpätkästä musiikista. Hänen hyvinvoinnin kokemukselleen musiikki oli tärkeä asia, mutta hän ei enää itse kyennyt hankkimaan musiikkikokemuksia.

Meillä käydään aika paljon, esimerkiks näitä musiikin, käy semmonen mies, joka laulaa ja soittaa hanuria ja se on ihan hienoo. On kitaristia ja sitten on laulajia, jotka käy täällä ja joiden musiikki on hyvää, ettei se ole semmosta ala-arvosta.

HJA: No niin.

Ja olishan sekin mahdollisuus, että tehdään, musiikista vielä puheen ollen, että voitais yhdessä mennä kaupungin orkesterin konsertteihin.

HJA: Niin. Semmosta täällä ei oo.

Ei oo, mutta vois tulla. ...

... Kun musiikki on yks semmonen, mitä mä ainakin kaipaen täällä. Mä en osaa edes radioo käyttää niin paljoo, että minä saisin sieltä...

HJA: Niinhän sitä sanotaan, että musiikki hoitaa sielua.

Kyllä, niin se hoitaakin. Ootsä samaa mieltä?

HJA: Joo, olen.

Mikäs on sun lempikappaleesi?

HJA: No, mä tykkään kyllä ihan klassisesta musiikista.

Niin minäkin. Viulukonsertoista ja semmosista mä tykkään. Ja mikäs tää nyt on tää suomalainen säveltäjä, se mies...

HJA: Sibelius.

Sibeliuksen niistä sävellyksistä mä tykkään. Mä tykkään, että siinä on voimaa.

HJA: Joo, kyllä.

Onneks mulla oli mies, joka ei paheksunu sitä, että mä halusin voimaa, kuunnella. Kun mä tulin töistä ja hän tiesi, että mulla oli ollu paha päivä. Niinku mä tulin kotiin niin siellä soi tämä Sibeliuksen viulukonsertto lujaa. (naurua) Kyllä.

(Omissa oloissaan viihtyjä)

Kurki on sosiaalipedagogiikan ja sen sovellusalueen sosiokulttuurisen innostamisen puolestapuhuja. Hän kirjoittaa (2008a), että vanhuksille järjestetään monenmoista ohjattua puuhastelua ja tuotetaan valmiita ohjelmia, mutta tulevatko ihmisten persoonalliset ja sosiaaliset tarpeet tyydytetyiksi näiden kautta. Eikö tärkeintä olisi se, että ikäihmiset itse pääsisivät valitsemaan niitä toimintoja, jotka tuottavat heille hyvinvointia ja mielihyvää. Innostamisen aktiviteetit eivät ole itsessään tärkeitä, vaan tärkeää on se, miten ne toimivat. Jos ne toimivat, ne tuottavat hyvinvointia ja persoonallista kasvua. (Mt. 15–16.) Ne tuottavat myös yhteisöllisyyttä, sillä osallistuminen yhteiseen kiinnostuksen kohteeseen, samaan sosiaaliseen maailmaan, esim. klassisen tai hengellisen musiikin maailmaan rakentaa ihmisten välisiä suhteita. Omien arvojensa mukaan eläjä toivoi kovasti voivansa kuunnella hengellistä kuoromusiikkia.

Mutta minä oon minä, ja tietysti mä käyn aina tota vähän kurkistamassa, enkä minä kaikkiin paikkoihin aina mene. Eikä täällä ole pakko osallistua kaikkeen.

HJA: Minkälaista ohjelmaa sä toivoisit?

No minä toivosin, että kävis nuo kuorot, noita ihania hengellisiä lauluja laulaisivat etä. Täällä ei oo käyny. (Omien arvojensa mukaan eläjä)

Omien arvojensa mukaan eläjä sanoo osuvasti, että: *minä olen minä*. Hän tietää, millä tavalla haluaisi edistää omaa persoonallista kasvuaan. Hän toteuttaakin tätä lukemalla hengellisiä lehtiä, mutta voisiko kuoromusiikin sosiaalinen maailma tulla myös hänen ulottuvilleen? Hän on itse nuoruudessaan lähtien laulanut hengellisessä kuorossa. Unruh (1983) kirjoittaa, että joillekin osallistuminen johonkin sosiaaliseen maailmaan on identiteetin rakennusaine ja olennainen asia heidän olemassaoloaan. Tämä tietty sosiaalinen maailma haluttaisiin säilyttää merkityksellisenä läpi elämän ja varsinkin tietoisuus lähestyvistä omasta kuolemasta voi vahvistaa vielä tätä halua. (Mt. 176, 178.) Tällaista läpi elämän kulkenutta osallistumista johonkin sosiaaliseen maailmaan voitaisiin myös kutsua

elämän aikana kertyneeksi henkiseksi perinnöksi. Sosiaalipedagogiikassa tuetaan ihmisiä arvostamaan itseään ja keräämäänsä perintöä. (Kurki 2008a, 36.) Klassista musiikkia ja hengellistä kuoromusiikkia olisi mahdollista kuunnella monien eri kanavien kautta, esim. televisiosta, dvd-soittimien ja tietokoneen kautta, jolloin mukana voisi olla myös visuaalinen komponentti. Neljännen iän ihmiset, joilla saattaa olla jo monia toiminnanrajoitteita, eivät pysty itse ”hankkimaan” enää kokemuksia, jotka edistäisivät heidän persoonallista kasvuaan. Agahi, Ahacic & Parker (2006, 340–346) kirjoittavat, että lukeminen on yksi aktiviteeteistä, joita yksilöt jatkavat ikääntymisestään huolimatta. Jos ei kykene enää pitämään kirjaa kädessään ja kääntämään kirjan sivuja, voi jatkaa lukemisen harrastusta esim. kuuntelemalla äänikirjoja. Vanhainkodissa kokoontuikin kirjanlukuryhmä, jossa viriketoiminnanohjaaja toimi lukijana.

### 6.2.3 Osallistumista vaikeuttavat kuulo-ongelmat

Sosiaalista osallistumista hankaloittavia tekijöitä neljännessä iässä ovat varsinkin kuulo-ongelmat. Kuuloaisti on tärkeä kommunikaatioaisti. Kuuloa ei tarvita ainoastaan puheen vastaanottamiseen vaan myös oman puheen monitoroinnissa ja kontrolloimisessa. Kuuloaistilla on tärkeä sosiaalinen ja emotionaalinen tehtävä; sen avulla ollaan yhteydessä toisiin ihmisiin. Jo pelkkä äänen havaitseminen voi antaa turvallisuuden tunteen. Kuulon avulla orientoidutaan myös tilaan: minkälainen tila on ja mitä tilassa tapahtuu. Ikäkuulolla tarkoitetaan iän myötä syntyviä kuuloaistin muutoksia. Suomalaisen tutkimuksen mukaan kuulovika on lähes kahdella kolmesta 75-vuotiaasta. (Sorri & Huttunen 2008, 158–159.) Kysyessäni Sopeutujalta, haluaisiko hän tutustua naapureihin enemmän, hän vastasi:

No en erikoisemmin, koska ne puhuu monetkin, varsinkin Julia, sen Julian kanssa, hän, mä oon muutamia kertoja käyny hänen tykönä, kun hän kutsuu, niin Julia varsinkin puhuu niin hiljaa, että mun on hyvin vaikee seurustella. Vaikka siis ollaan samassa huoneessakin. Mutta mehän istutaan tuossa pöydän vieressä silloin aina, meillä on vierrekäiset paikat. Että toi tekee hallaa tuo kuulojuttu. Mutta televisioista mä kyllä kuulen kaikki. (Sopeutuja)

Kuulemisvaikeudet aiheuttavat monia psykososiaalisia ongelmia: turhautuneisuutta, ahdistuneisuutta, ärtyisyyttä, yksinäisyyttä ja masennusta. Huonokuuloinen voi kokea elämänhallintansa ja elämissensä laadun heikentyneen. Ympärillä olevat ihmiset voivat turhautua ja väsyä ottamaan jatkuvasti huomioon ikäihmisen kuulo-ongelmat. Tieto kuulemisvaikeuksien luonteesta saattaisi helpottaa vuorovaikutusta. Ikäkuuloon liittyy esim. kuuluvuuden tasoittumisilmiö, jolla tarkoitetaan sitä, että hiljaiset äänet kuullaan huonosti, mutta voimakkaat äänet ovat epämiellyttävän kovia. Hälyisyys, meluisuus, kaiku ja samanaikaiset kilpailevat viestit häiritsevät myös kuulemistä. (Mt.162–163.)

Hoitamaton kuulovika voi epäsuorasti aiheuttaa myös kognitiivisen suoritustason laskua, sillä häiriöt kuulemisessa voivat aikaan saada eristäytymistä ja masennusta. Ympäristöä voidaan muokata akustisesti rauhalliseksi. Hälyä ja jälkikaikua voidaan vähentää esim. ääntä absorboivilla huonekaluilla ja tekstiileillä. Hoitamattomien kuulovikojen vuoksi sosiaaliset suhteet ja kommunikaatio kärsivät; tämä vaikuttaa taas koko elämisen laatuun. Sorri & Huttunen (2008) jopa väittävät, että on olemassa viitteitä siitä, että hoitamattomaan kuulovikaan liittyy lisääntynyttä kuolleisuutta mielialan ja sosiaalisten suhteiden kautta. He tähdentävät, että kuulovikojen kuntouttaminen on suhteellisen halpaa. (Mt. 164–165.) Ehdotin Sopeutujalle, että hänen pitäisi hankkia kuulolaite. Hän vastasi, että: *En mä nyt vielä, kun mä oon nähny, että se täytyy niin kauheesti säätää. Ja autossa se kuulemma pitää kauheen kolinan, että en vielä ainakaan.*

#### 6.2.4 Osallistumista vaikeuttavat liikkumisvaikeudet ja tilojen ahtaus

Vanhainkodin kerhohuone sijaitsee kellarikerroksessa ja on ahdas eikä sinne mahdu monta pyörätuolilla liikkuvaa. Sopeutuja kertoi omaan osallistumiseensa vaikuttavan pyörätuolilla liikkumisen hankaluus ja tilojen ahtaus.

No, mun täytyy sanoa, siis tämmöset huoneet kun nääkin on. Tää ... tuoli, en mä voi mennä sinne ja täytyyhän sitä kurvata, että pääsee takasinkin päin. Siin on aina pelko sekin, ettei riko mitään paikkoja. (Sopeutuja)

Vanhainkoti siirtyy toimimaan ryhmäkoti-periaatteella. Sopeutuja odottaa ryhmäkotia ja sen tuomia myönteisiä muutoksia. Kysyin häneltä, että mitä uutta hän ajattelee ryhmäkodin tuovan talon elämään. Hän vastasi:

No se vois tuoda paljonkin. No, semmosia asioita, että se toiminta ois niinku omassa kerroksessa. Ja tuommoset turhat hissijutut, aina käydä siellä alhaalla ja hyvin usein on tuo hissi rikkikin. Ne jäis sitten ainakin pois. Toiminta on täällä omassa kerroksessa. Että ihan mielenkiinnolla odotan, että ei oo mitään vastenmielisyyttä. (Sopeutuja)

### 6.3 VUOROVAIKUTUS

Keskeisiä merkitystihentymiä Vuorovaikutus-sisältöalueessa olivat emotionaalisen ja sosiaalisen yksinäisyyden kokemukset. Yksinäisyys ei ollut kuitenkaan kaikkien tutkittavien kohdalla pelkääntään kielteinen asia: vanhainkodissa syntyi myös ystävyys-suhteita ja kontaktia otettiin toisiin asukaisiin. Ystävyys-suhteet jäivät kuitenkin lyhytaikaisiksi, sillä kuolema vieraili usein vanhainkodissa. Keski-ikä vanhainkodissa on noin 86 vuotta.



### 6.3.1 Emotionaalisesti yksinäisenä yhteisön keskellä

Yksinäinen odottaja kärsi voimakkaasta yksinäisyydestä. Hän osallistui vanhainkodin ohjelma-  
tuokioihin ja kuntoutukseen, mutta ne eivät tyydyttäneet tunnetason kaipausta kokea yhteyttä toisten  
kanssa. Omaiset pitivät häneen yhteyttä ja hänellä oli myös pari ystävää vanhainkodin ulkopuolella,  
jotka soittelivat hänelle usein. Nämä yhteydenpidot eivät kuitenkaan riittäneet, vaan hän kaipasi  
päivittäistä tavallista kanssakäymistä ja yhdessäoloa, ts. elämistä ja osallistumista yhteisölliseen  
elämään. Lehtosen (1990, 23–25) mukaan yhteisöllinen elämä kehittyy, kun yhteisön jäsenillä on  
jotain yhteistä ja kun jäsenet saavat olla toimijoina välittömässä vuorovaikutuksessa keskenään.  
Yksinäiselle odottajalle harrastus ei ollut pääasia vaan se, että voi tavata ihmisiä ja jutella heidän  
kanssaan. Hän koki vanhainkodin ihmissuhteet väliaikaisiksi.

HJA: Mikä on tärkein syy, minkä takia sä haluaisit osallistua täällä?

En oikein tiedä ittekään. Ihan vaan sellasta että ihmisiä vaan kävis ja puhuttas tässä. Ei  
sitä mitään erikoisia harrastuksia.

HJA: Onko sulla täällä ketään, jota sä voisit sanoa ystäväksi.

No mä nyt tiedä, kai on tommosia väliaikasia, siinä on semmosta päiväpuhelua, mutta  
ei semmosta kun ystävä olisi.

HJA: Minkälainen sun mielestä on ystävä, että semmonen ihminen, jota sä sanosit ys-  
täväksi?

Tämmönen, täytys ainakin puhella ja kyselis, mitä kuuluu ja semmosta, että vähän ke-  
vyttä, ei tarte olla kauheita kysymyksiä.

HJA: Niin, mitäs pitäis tehdä, että semmonen tutustuminen helpottus täällä?

En tiedä, tiedät sä. Mikä se olis semmonen voide, hoito..

(Yksinäinen odottaja)

Routasalon, Pitkälän, Savikon, & Tilviksen (2003, 30) kyselytutkimuksen mukaan yksinäisyyden  
tuntemuksia ikäihmisille aiheutti se, että ihmissuhteita ei koettu tyydyttäväiksi, ts. niistä ei saatu sitä,  
mitä niiltä odotettiin. Weiss (1974) puhuu siitä, kuinka tärkeää yhteisyyden kokemiselle on, että  
ihminen kokee emotionaalisten tarpeidensa tulleen tyydytetyiksi. Weissin teoriassa emotionaalista  
yhteyden kokemista kuvaavat läheisyyden ja kiintymyksen sekä avun ja neuvojen saanti vuorovai-  
kutussuhteissa. Ihmissuhteet, joissa koetaan läheisyyttä, tuovat turvaa ja lohtua. Varmuus avun  
saamisesta vahvistaa turvallisuuden tunnetta. (Mt. 23.) Olisivatko tällaiset turvaa ja lohtua tuovat  
ihmissuhteet suhteita, joita Buber kutsuu Minä-Sinä -suhteiksi? Kurki (2008a, 39) pohtii Buberin  
Minä-Sinä -suhdetta sosiaalipedagogiikan viitekehyksessä ja toteaa, että vain Minä-Sinä -  
yhteydessä Minä voi tunnistaa itsensä persoonaksi. Mitä vahvempia persoonalliset suhteet ovat, sitä  
rikkaampaa ja syvempää inhimillinen elämä on.

Parkkila, Välimäki & Routasalo (2000) ovat tutkineet teemahaastatteluin pitkäaikaisessa laitoshoidossa (sairaalan pitkäaikaisosastolla) olevien iäkkäiden henkilöiden kokemuksia yksinäisyydestä. Tutkimukseen osallistuneet olivat olleet laitoksessa kolmesta kuukaudesta kuuteen vuoteen. He totesivat, että tutkimushenkilöiden kokema yksinäisyys oli pääasiassa kielteistä, vaikka yksinäisyyden kokemuksissa oli mukana myös myönteisiä elementtejä. Tutkimushenkilöiden emotionaalinen yksinäisyys ilmeni ikävänä, pahana olona, tarpeettomuuden tunteina ja elämän merkityksettömänä kokemisena. Lähelle kaivattiin ihmistä, jolla olisi aikaa kuunnella ja jonka kanssa voisi keskustella. Yksinäisyyden kokemus oli yhtäjaksoista, pitkäaikaista ja epämiellyttävää. (Mt. 31.)

Kysyin Yksinäiseltä odottajalta, onko hän käynyt kylässä naapurihuoneissa. Hän vastasi: *No joskus jotain, mutta sitten kun ei toisetkaan käy, niin sitä on niin nolo mennä sitten sinne kylään.* Hän olisi toivonut vastavuoroisuutta. Hänelle oma huone ei ollut ”pyhää” aluetta, jonne toiset eivät olisi saaneet tulla. Hän toivoi aktiivista arkielämää ja sitä, että samassa kodissa asuvat ihmiset olisivat olleet paljon tekemisissä keskenään. Yhdessäolo ja yhdessä tekeminen olisivat tuoneet hänelle sen tunnun kodista, josta Vilkko (2010) puhuu. Hän olisi halunnut olla tekemisen ilmapiirissä ja hänen kohdallaan tämä tekemisen ilmapiirin paikka olisi voinut olla keittiö. Granfelt (1998, 105) kirjoittaa, että mahdollisuudet itselle merkitykselliseen toimintaan antavat kokemuksen omasta paikasta maailmasta. Jos ihmisellä ei ole tällaista kokemusta omasta paikasta, hänen voi sanoa jäävän vaille johonkin kuulumisen tunnetta. Yksinäinen odottaja kertoi, että hänelle työnteko oli ollut myös harrastus. Hän oli ollut aikoinaan keittiöllä töissä ja ollut taitava juhlapitojen laittaja. Hänellä ei kuitenkaan enää ollut juurikaan yhteyttä siihen tilaan, joka aikaisemmissa kodeissa ja työssä oli ollut hänelle emotionaalisesti merkityksellinen, keskeinen ja kodin tuntua tuova. Keittiö ei merkinnyt hänelle pelkkää spatiaalista tilaa vaan elettyä, kokemuksellista tilaa ja Heideggerin ilmaisua käyttäen: tapaa olla maailmassa (in-der-Welt-sein)) (Rauhala 1993, 99). Dovey (1985, 39) kirjoittaakin, että paikka voi alkaa rakentua kodiksi, jos siellä on mahdollisuus samanlaiseen toimintaan ja aktiviteetteihin kuin aikoinaan omassa kodissa.

Yksinäinen odottaja oli aktiivisesti yrittänyt hankkia ihmissuhteita vanhainkodissa. Sopeutuja kertoi, että Yksinäinen odottaja oli kutsunut häntä kylään ja hän oli käynytkin useamman kerran, mutta Yksinäisen odottajan hiljainen ääni ja hänen huono kuulonsa tekivät seurustelun mahdottomaksi. Yksinäinen odottaja myös tarkkaili toisia ihmisiä ja teki johtopäätöksiä heidän halustaan keskinäiseen jutusteluun ja seurusteluun. Ehdotin hänelle, että hänhän voisi esim. käytävällä tai kerroksen yhteisessä tilassa muita tavatessaan aloittaa keskustelun. Tähän hän vastasi: *Niin, jos se toinen ei välitäkään, ei silloin parane ruveta puhelemaan semmosen kanssa.* Mistä sen huomaa, että ei toinen

välitä? *Kyllä sen näkee.* Hän kaipasi Minä-Sinä -suhteita, jotka olisivat tuoneet hänelle turvallisuuden ja johonkin kiinnittymisen tunteita. Tämä kaipaus sai hänet jatkuvasti tarkkailemaan toisten ihmisten potentiaalisuutta ystäviksi.

### 6.3.2 Sosiaalisesti yksinäisenä yhteisön keskellä

Leimaa antavin piirre vanhainkodin yhteisöllisyyden kokemisessa oli kohtaamattomuus ja keskinäisen seurustelun puute toisten asukkaiden kanssa.. Kaikki haastateltavat kävivät yhteisissä tiloissa vain ruokailemassa ja seuraamassa ohjelmia tai osallistumassa eri ryhmiin (kuntosali, kerhohuone), muuten aika vietettiin omassa huoneessa. Omien arvojensa mukaan eläjä kertoi, että paitsi ruokailuja ja osallistumista tapahtumiin ja kuntoutukseen, hän on viettänyt koko viime talven omassa huoneessaan.

Ruokasalissa ruokailujen aikana ei juuri syntynyt spontaania seurustelua. Tähän saattoivat vaikuttaa vanhainkodin institutionaaliset käytännöt. Ruokasali on laaja tila täynnä pöytiä. Jokaisella asukkaalla on oma nimetty paikka, joten omaa paikkaansa ei pystynyt itse valitsemaan. Nimetty paikka helpotti henkilökunnan työtä. Osa haastateltavistani oli tutustunut joihinkin asukastovereihin, esim. harrastusryhmissä, mutta ruokasalissa ei ollut enää mahdollisuutta jatkaa tuttavuutta yhteisen ruokailun merkeissä. Tilojen käyttö ei tukenut yhteisöllisyyden syntymistä. Kohtaamattomuus kuvasi myös asukkaiden ja vanhainkodin ohjelmatuokioissa vierailevien toisien ikäihmisten välisiä suhteita. Vierailijat istuivat omassa pöydässään, joivat kahvin ohjelmatuokion jälkeen ja seurustelivat keskenään. Tilojen käyttö ei antanut mahdollisuutta kodin asukkaiden ja vierailijoiden väliselle tutustumiselle. Sopeutuja totesikin: *Me mennään ruokasaliin ja tullaan pois sieltä, ja jos siellä on jotain ohjelmaa, niin ollaan siellä ja tullaan pois.* Myös Yksinäinen odottaja sanoo: *Mä joskus semmosta, kun tulee semmosia puhujia, niin sitten jäädään istumaan.* Laitoksissa asuvat vanhuksat kootaan usein isoihin ryhmiin virikkeitä varten. Tiikkaisen mukaan tämä ei kuitenkaan kasvata yhteisyyden tunnetta vaan yhteen kokoamisen lisäksi tarvittaisiin joku muu yhdistävä ja sitä kautta yhteisyyden tunnetta lisäävä tekijä. (Salermo ym. 2008, 121.)

Mikä tämä tekijä voisi olla? Omissa oloissaan viihtyjä sanoi, että: *...ehkä se, jos enempi oltais yhteydessä niin menis sillain, että tultais tutuiks, tälläsiks henkilötutuiks.* Ehkä ratkaisu olisi se, että järjestettäisiin tavallisia arkielämän tilanteita pienissä ryhmissä, joissa todelliset kohtaamiset mahdollistuisivat. Miten kohtaamisia ihmisten välillä voisi helpottaa? Ehkä tutustuminen alkaisi yhteisestä kiinnostuksen kohteesta. Vanhainkodissa, jossa tein haastattelut, toimii matkakerho, jolla on jo

suhteellisen pitkä historia. Matkakerhoon on aikoinaan kuulunut henkilöitä vanhainkodin ulkopuoleltakin ja kerholaiset tekivät paljon kotimaan matkoja. Enää matkakerhossa on neljä jäsentä ja se kokoontuu harvakseltaan. Heitä yhdistää kuitenkin kaikkia kiinnostava sosiaalinen maailma. Ehkä kerhotoimintaa voisi edelleen jatkaa niin, että siihen kuuluisi muitakin kuin vanhainkodin asukkaita, vaikkapa kolmannen iän ikäihmisiä, jotka vielä asuvat kotona. Nämä jäsenet voisivat sitten tuoda kokemuksia tekemiltään matkoilta yhteisiin kerhohetkiin.

Vierailuja toisten huoneisiin ei pääsääntöisesti harrastettu. Sopeutuja kertoo, että toisten huoneissa ei ole tapana käydä kylässä. Vanhainkodissa ei ole totuttu seurusteluun. Hän on kyllä käynyt kylässä toisen asukkaan huoneessa, mutta kuulo-ongelmat tekevät kommunikoinnin vaikeaksi. Yksinäinen odottaja on myös käynyt kylässä toisten huoneissa, mutta koska toiset eivät tule vastavuoroisesti kylään, hänestä tuntuu nololta mennä itse kylään. Omissa oloissaan viihtyjä on myös käynyt kylässä toisten huoneissa, mutta hän ei halua kutsua toisia omaan huoneeseensa. Hän oli sitä mieltä, että kylässä käymistä ei tarvita, koska tekemistä on muutenkin tarpeeksi. Omien arvojensa mukaan eläjä on kyläillyt ja hän toivoisi voivansa leipoa itse kakun ja tarjota kakkukahvit ystävilleen omassa huoneessaan. Hän ei kuitenkaan kykene siihen ilman apua.

Myös Kilpi (2010) sai samanlaisen tuloksen omassa sosiaalipolitiikan alaan liittyvässä pro gradu -tutkielmassaan, jossa hän tutki vanhainkodissa asuvien ikäihmisten elämäkokemuksia ja vanhuutta vanhainkodissa. Vanhukset viettivät aikaansa omissa huoneissaan. Ruokailujen yhteydessä asukkaiden keskinäistä seurustelua esti huono kuulo ja näkö. Kilpi toteaa, että toisaalta kyseessä voi olla myös perinteinen suomalaisuus, johon voidaan liittää tutustumisen vaikeus ja toisen yksityisyyden kunnioittaminen. (Mt 68.)

Ovaskainen (2010) haastatteli pro gradu -tutkielmaansa varten kymmentä ikäihmistä neljässä yksityisessä vanhainkodissa. Tutkimustehtävänä oli saada selville, minkälaista elämä vanhainkodissa on ikäihmisen itsensä näkökulmasta. Tulosten mukaan elämä vanhainkodissa näyttäytyi rutiininomaisena ja se rakentui ruokailujen, television katselun tai lukemisen varaan. Ruokailu oli myös tapahtuma, joka rytmitti muiden vanhusten tapaamista vanhainkodissa. Aikaa vietettiin yksin omassa huoneessa. Television katselu ja lukeminen korvasivat sosiaalisia suhteita. (Mt. 30, 34.) Vanhainkodin asukkaat eivät juuri tunteneet toisiaan. Ruokailujen yhteydessä saattoi syntyä keskustelua, mutta asukkaat eivät vierailleet toistensa huoneissa. Ovaskainen mainitsee, että se, että asukkaat näkivät toisiaan ruokailujen yhteydessä, saattoi jo antaa tuntemusta yhteisöllisyydestä ja kuulumisesta johonkin. Vanhainkodin muut asukkaat koettiin kuitenkin vieraksi ihmisiksi, niinpä yhteisöl-

lisyiden tunne jäi puuttumaan. (Mt. 43–45.) Saarenheimo (2003) kirjoittaa, että kun kulttuuri lakkaa tarjoamasta yhtenäistä jaettua arvomaailmaa, jokainen joutuu itse rakentamaan elämälleen merkityksiä ja arvoja ja miettimään, mitkä arvot ovat ensisijaisia. Ihmisen yksilöllisyys korostuu, mutta samalla oman elämän arvoperustan rakentamisesta tulee yksinäinen tehtävä. (Mt. 45–46.)

Miksi ikäihmiset eivät käy kylässä toistensa huoneissa? He kuitenkin edustavat sukupolvea, jolloin yhteisöllisyys oli kokonaan toisenlaista kuin nykyään. Onko syynä se, että vanhainkodeissa ei ole kehittynyt paikallisidentiteettiä? Paikalla on aina jokin merkitys ihmisen elämässä. Paikkaan voidaan samaistua, jolloin kehittyi paikallisidentiteetti. Paikallisidentiteetti rakentuu paikkaan kiinnittymisestä, emotionaalisista siteistä, läheisyyden ja yksityisyyden tuntemuksista. Olennainen piirre paikallisidentiteetissä on kotona olemisen tunne ja tämä tunne on merkitykseltään eksistentiaalinen. Paikan kodiksi kokemiseen liittyy tunteita, tuttuja ihmisiä, muistoja ja siellä on mahdollista kokea arkielämän suhteiden lämpöä. Jos paikkaan on samaistuttu, ts. jos on kehittynyt paikallisidentiteettiä, suhteet tässä paikassa ovat epämuodollisia. Silloin voidaan pistäytyä naapuriin kutsumatta eikä naapuri tunnu vieraalta. Suomalaiseen yhteiskuntaan on tullut sodan jälkeen ja kaupungistumisen myötä vierautta ja sosiaalisista suhteista vetäytymistä edistäviä piirteitä. Paikallisidentiteetti on haurastunut eikä ole enää kollektiivisia merkityksiä. Paikallisidentiteetin kehittyminen vaatii tunnetta jaetusta yhteisöllisestä historiasta, johon yksilöllinen historia on liittynyt. (Marin 2003, 30–31.)

Rajanti (1999, 44–46) puhuu myös identiteetistä paikkaan kotiutumisen yhteydessä. Kotiutuminen on samastumista, identifioitumista paikan kanssa. Kotiutuminen merkitsee elämän jatkumista sosiaalisessa ja kulttuurisessa mielessä, ei vain biologisena eloon jäämisenä. Kun kerromme toisillemme kodistamme, emme yleensä, ainakaan joka kerta, kuvaa vain kotimme fyysisiä ominaisuuksia ja ulkonäköä, vaan sitä, mitä tapahtui ja tehtiin, ihmisiä, joita kohtasimme kodissamme ja miksi ja miten heidät kohdattiin. Kotiutumisessa on siis kyse yhteisöllisen, inhimillisen elämän jatkumisesta. Kotiutuminen on asumisen taidon hankkimista. Asuminen on siis taito, joka on hankittava kuin kielitaito, ja siihen tarvitaan aikaa. Vain paikkaan kotiutuneet asukkaat kykenevät asumalla pitämään paikan elävänä.

### 6.3.3 Myönteinen yksinäisyys

Yksinäisyys voi olla myös myönteistä, toivottua ja mielenrauhaa tuovaa, rentouttavaa oloa omien ajatusten tai harrastusten parissa. Tässä tutkimuksessa Omissa oloissaan viihtyjä vastasi kysymykseeni yksinäisyyden tuntemuksista, ettei hän tunne olevansa yksinäinen. Hän harrasti lukemista ja

musiikin kuuntelua. Tosin hän toivoi voivansa kuunnella enemmän musiikkia kuin hän itse pystyi ”hankkimaan”.

Kryla-Lighthall & Mather (2009) kirjoittavat, että emotionaalisen hyvinvoinnin merkitys kasvaa, kun elämään tulee fyysisiä ja sosiaalisia rajoitteita. Ikään yhteydessä olevat muutokset elämän päämäärien suhteen motivoivat iäkkäämpiä yksilöitä tavoittelemaan juuri emotionaalisesti tyydyttäviä kokemuksia. Iäkkäämmät ihmiset käyttävät myös kognitiivista kontrollia parantaakseen emotionaalista tilaansa. Käyttämällä kognitiivista kontrollia yksilöt ohjaavat huomiotaan ja muistiaan tavoilla, jotka auttavat tyydyttämään emotionaalisia tarpeita. (Mt. 324.) Haastateltavistani Omissa oloissaan viihtyjä kontrolloi ajankäyttöään omien mieltymystensä mukaan. Hän viihtyi yksikseen lukien ja televisiota katsellen. Hänellä oli myös tiiviit yhteydet lähiomaiseen.

HJA: Haluaisitko enemmän tutustua täällä muihin asukkaisiin?

No ei mulla mitään pyrkimyksiä ole. Se menee luonnostaan sitten ja mikä on kohtuullista.

HJA: Joo, entä onko Sinulla juttuseuraa silloin kun haluat. Jos kaipaat seuraa, niin löydätkö sitä täältä?

Kyllä täällä, ilman sitä seuraa tarvitse olla. Jos on niin puhelias, että täytyy jatkuvasti jutella. Mieluummin oon hiljaa kun puhelias.

HJA: Etkö koe tarvitsevas seuraa niin paljoo?

No ei, kirjallisuuttakin mitä lukee ja sillä tavalla.

(Omissa oloissaan viihtyjä)

HJA: Haluaisit sä, et täällä olis joku semmonen tärke ihminen.

No kai, ei, en halua, kyllä semmonen sitten tulee, jos tulee.

HJA: Jos on tullakseen.

Niin jos on tullakseen. Ei täällä oo. Mulla on kaks lasta ja ne on tärkeitä.

(Omissa oloissaan viihtyjä)

Myöskään Sopeutuja ei kertonut tuntevansa itseään yksinäiseksi.

HJA: Joo, no, löydätkö aina seuraa, juttuseuraa, silloin kun aina tarvitset sitä?

No, ehkä sen löytäs, mutta mulle ei oo tullu semmosta tunnetta vielä, että on yksinäinen. Kun tosiaan mulla on niin, aika paljon käyny noita sukulaisia poikennu.

(Sopeutuja)

Lang & Carstensen (1994) ovat tutkineet läheisiä emotionaalisia suhteita myöhemmällä iällä. He lähtevät sosioemotionaalisen valinnan teorian oletuksesta, että vanhemmalla iällä valitaan sosiaalisista suhteista emotionaalisesti läheisimmät. Ihmiset, joilla oli ydinperheen jäseniä verkostossaan, tunsivat omaavansa sosiaalisesti syvempiä suhteita. Jo pelkkä puolison tai lapsien olemassaolo sosiaalisessa verkostossa on supportiivista. Langin & Carstensenin tutkimukseen osallistuneista myös iäkkäimmät henkilöt raportoivat antavansa emotionaalista tukea. He halusivat investoida läheisiin

sosiaalisiin suhteisiinsa eikä ainoastaan hyötyä niistä. Heidän tutkimuksensa ei tue sitä oletusta, että vanhat ihmiset haluavat vetäytyä emotionaalisesti sosiaalisista suhteista. Päinvastoin, tulokset tukevat sitä olettamusta, että emotionaalisesti läheiset suhteet ovat tärkeitä myös hyvin vanhalla iällä. (Mt. 316, 321–323.)

#### 6.3.4 Keskinäinen seurustelu ja ystävyysuhteet

Omien arvojensa mukaan eläjä tutustuu toisiin vanhainkodin asukkaisiin piankin, toisten kanssa taas tuttavuus jää hyvän päivän tuttujen tasolle. Vanhainkodissa on monenlaisia ihmisiä, eikä kaikkien kanssa voi ystäväytyä. Omien arvojensa mukaan eläjä etsii samanmielisiä ystäviä, joiden kanssa hän voisi jakaa oman elämänsä arvoja.

HJA: Onko täällä toista sellaista asukasta, jonka kanssa sä koet, että sä oot samalla aaltopituudella?

No on, on. Täällä on yks Hilja, Hilja on mun ystävä oikein. Että hän on tota, hän on uskovainen, hän on noita luterilaisia. Että... (Omien arvojensa mukaan eläjä)

Hengellisyys ja usko Jumalaan ovat olennaisesti kuuluneet hänen elämäänsä vuosikymmenien ajan. Hänellä on voimakas kaipuu ja tarve hengellisyyteen. Hän lukee Raamattua ja hengellisiä lehtiä ja kirjoja. Toiveissa olisi saada ystäviä, joiden kanssa keskustella hengellisistä asioista. Hän haluaisi leipoa kakun oman kerroksen keittiössä ja kutsua ystäviään kahville. Myös Omissa oloissaan viihtyjälle hengellisyys ja usko Jumalaan ovat olennaisesti elämään kuuluva asia. Hänelle riittää kuitenkin se, että hän saa omassa rauhassaan lukea: *No mulla on tuolla, mä luen jopa Raamattuakin niin. Se on mun mielestä hyvin antoisa kirja.*

Omissa oloissaan viihtyjä löytää juttuseuraa aina halutessaan. Hän sanoo, että vanhainkodissa tutustuu yhteisissä tapahtumissa, ja hän kertoo ystäväystyneensä toisten asukkaiden kanssa. Hän myös käy kylässä toisten huoneissa. Hän pitää vanhainkotiä hyvänä yhteisönä, jossa kaikki ovat valmiita auttamaan toisiaan. Toisilta asukkailta ei kuitenkaan pyydetä apua. Kenelläkään asukkaalla ei ole mitään omia tehtäviä, esim. kahvinkeittoa.

Aamu- ja iltapala syötiin oman kerroksen ruokailutilassa ja silloin syntyi myös keskinäistä seurustelua. Myös tässä oman kerroksen ruokailutilassa jokaisella asukkaalla on nimetty paikka pöydässä. Sopeutuja kertoo, että keskinäistä seurustelua tulee oman kerroksen ruokailutapahtumissa.

HJA: No tutustuuko täällä toisiin ihmisiin, toisiin asukkaisiin?

No ainakin tuossa, me syödään aamupala arkipäivisin ja kahvi, tai se iltapala on, tossa, niin kyllä me aina siinä seurustellaan. (Sopeutuja)

Hänellä ei kuitenkaan ole yhtään ystävää vanhainkodissa. Hän sanoo ajan kuluvan muutenkin. Hänellä on huono kuulo, ja hän on sopeutunut sen mukanaan tuomaan yksinäisyyteen. Hän ei kärsi sellaisesta emotionaalisesta yksinäisyydestä kuin Yksinäinen odottaja, sillä hän uskoo löytävänsä kyllä seuraa, jos vain haluaisi. Yksin oleminen on hänen oma valintansa.

Vanhainkodissa asuvan sosiaaliset kontaktit muodostuvat kontakteista toisiin asukkaisiin, henkilökuntaan ja sukulaisiin ja ystäviin. Van't Levenin & Jonssonin (2002) tutkimuksessa kontaktit vanhainkodin toisiin asukkaisiin koettiin kaikkein tärkeimmiksi. Tilaisuudet olla yhdessä ja keskustella toisten asukkaiden kanssa olivat erittäin tärkeitä jokapäiväisen elämän laadulle. Asukkaat tarvitsivat yhteyttä toisiin, kokeakseen olevansa osa yhteisöä. Vaikeudet kommunikoinnissa koettiin hyvin harmillisina. Vuorovaikutusta vaikeuttivat kuulo-ongelmat, dysfasia ja myös henkiset asiat, kuten erilaiset mieltymykset ja kiinnostuksen kohteet. Yhteys sukulaisiin ja ystäviin oli tärkeä asia ja se merkitsi ihmissuhteiden jatkuvuutta. (Mt. 148–155. )

Lähellä olevista ihmisistä luopuminen on jokapäiväistä, sillä kuolema vierailee usein vanhainkodissa. Omien arvojensa mukaan eläjä on kokenut tämän. Hän on tutustunut vanhainkodissa naapureihinsa ja tuntenut haikeutta, kun heidän vuoronsa on tullut lähteä: *Toi yks rouva, siitä kuoli, tää Johanna kuoli, Johanna oli mun ystäväni kanssa. Sillon mä olin vähän haikeella mielellä. Myös Omissa oloissaan viihtyjä kertoo, että: Kaks ihmistä kuoli hiljattain ja ne niinkun oli parhaimmat ystävät.*

#### 6.3.5 Kesä-ajan mahdollisuudet yhteisöllisyyteen

Ulkoilu ja pihalla oleminen oli iloa tuottava asia kaikille haastateltaville. Pihalla myös tutustuu paremmin toisiin. Oman paikkansa pihalla voi itse valita ja hakeutua halutessaan oma-aloitteisesti juttusille toisen kanssa. Omien arvojensa mukaan eläjä kertoo:

Juu, siinä tutustuukin paremmin. Siellä pihalla sitten. Ja muutenkin, joka päivä. sinne viedään, jos on hyvä päivä kesällä, niin viedään. Vievät hoitajat huonompia, taikka joita kuljetetaan pyörätuolilla, tuohon pihaan istumaan. Siinä voi sitten vaikka mennä jutteleen. Jos huomaa, että joku haluaa, että... (Omien arvojensa mukaan eläjä)

Sopeutujakin on iloinen kesä-ajasta, jolloin pääsee usein ulos. Kesällä tiistai on vanhainkodissa ulkoilupäivä. Hän kertoo, että: *Mä juuri eilen katselin, kun ulkoo tultiin, että siinä on, että jos pääsee, jos vievät ulos, niin siinä on mahdollisuutta.* Omissa oloissaan viihtyjä kertoo, että kesällä aika ku-



luu paremmin. Kesällä tulee pihalla myös juteltua toisten kanssa, vaikka hän ei pidäkään itseään puheliaana. Hän viettää kesällä myös paljon aikaa parvekkeella. Yksinäinen odottaja kertoo käyvänsä kesällä usein pihalla:

HJA: Käytkö kesällä tuolla pihalla, oma-aloitteisesti ihan?

Käyn, joo.

HJA: Tuleeko siellä juteltua toisten kanssa?

Kyllä. Siellä tulee juteltua, kun ei kaveria oo toisellakaan niin sitten me istutaan.

HJA: Käytkö joka päivä kesällä?

Kyllä mä kesäaikana käyn. Ei täällä vois olla koko kesää sisällä.

(Yksinäinen odottaja)

## 7. POHDINTA JATKUU

Työni aiheena ovat ikäihmisten kokemukset asuinympäristönsä yhteisöllisyydestä. Työni ollessa tässä vaiheessa olen miettinyt, olisiko tarkoituksenmukaista muuttaa aihe ikäihmisten kokemuksia osallistumisesta ja vuorovaikutuksesta. Lehtosen (1990) mukaan empiirisen tutkimuksen lähtökohdaksi oletetaan jo valmiiksi, että tarkasteltavana on yhteisö. Kuitenkaan sitä, millä perusteilla tällainen oletus on tehty, ei ole mietitty. (Mt. 12.) Omakin oletukseni oli, että vanhainkoti on hoito- ja asuinyhteisö ja nimenomaan yhteisö, tärkeä paikka, jossa pitkän elämän eläneet ihmiset elävät viimeiset vuotensa. Lehtosen mukaan ei kuitenkaan tulisi puhua yhteisöstä, jolleivät yhteisön edellytykset täyty. Yhteisöstä on kysymys silloin, kun ihmiset elävät tai asuvat yhdessä, toimivat yhdessä ja / tai ajattelevat tietyistä asioista samalla tavoin, ts. heillä on yhteenkuuluvuuden tunnetta. Lehtonen jatkaa, että hoitoyhteisöt ovat hyvinvointivaltion ja sosiaalityön intressejä, joissa muut toimintaperiaatteet voivat olla keskeisempiä kuin yhteisöllisyyden rakentaminen. Näin ollen erilaiset hankkeet voisivat onnistua jopa paremmin, jos ne ymmärrettäisiin yksilöllisiin oikeuksiin perustuviksi yhteistoiminnan, kollektiivisen hoidon ja yhdessäolon järjestämisyrityksiksi. (Lehtonen 1990, 17, 233, 242.)

Ovatko vanhainkodit paremminkin asukkaistoja, asuinyhteisöjä, joiden yhteisyys voi vaihdella huomattavasti? Vähimmillään yhteisyys voi perustua vain siihen, että asutaan samassa paikassa. Siihen voi liittyä vuorovaikutusta, jossa vuorovaikutussuhteille on ominaista tuttuus, mutta ei yhteisöllisyys. Tällöin vuorovaikutus voi ilmetä tervehtimisinä ja kuulumisten kyselyinä. Parhaimmillaan tuttuus voi ilmetä symbolisen yhteisyyden kokemisena (meidän vanhainkoti), edelleenkin ollaan vielä kaukana toiminnallisesta yhteisyydestä. (Lehtonen 1990, 225.)

Onko vanhainkodeilla edes edellytyksiä yhteisönä toimimiseen eli toiminnalliseen yhteisöön? Ikäihmisten edellytykset aktiiviseen, omaehtoiseen vuorovaikutukseen ja toimimiseen vähenevät toimintakyvyn heiketessä. Toimintakyky siis heikkenee, mutta valikoinnin, optimoinnin ja kompensoinnin avulla toimintakykyä voidaan tukea. Tämä vaatii kuitenkin henkilökuntaa. Minkälaista toimijuuden ja osallistumisen sitten tulisi olla, että se rakentaisi yhteisöä. Erilainen viriketoiminta ja harrastusryhmät ovat tarpeellisia fyysisen ja kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitämisessä. Aikaisempien harrastusten jatkuvuus tuo mielenkiintoa elämään. Lehtosen (1990) mukaan yhteisön rakentaminen merkitsisi kuitenkin ennen muuta tietynlaista tapaa organisoida ja elää jokapäiväistä arkielämää. Asukkaiston tulisi elää yhdessä arkielämää. Asukkaiston ryhmäidentiteetti ja sen myötä yhteisyys rakentuvat ennen kaikkea konkreettisesti toiminnassa. (Mt. 23–24.)

Osallistuminen harrastusryhmiin antaa mahdollisuuden ystävyyssuhteiden kehittymiselle. Ystävyyssuhteet kahden asukkaan välillä rakentavat yhteisyyttä heidän välilleen ja sitä kautta niillä on mahdollisuus laajeta useampien asukkaiden väliseksi ystävyydeksi. Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta ihminen on samanaikaisesti sekä yhteisöllinen että persoonallinen. Aito yhteisöllisyys syntyy Minä-Sinä -ystävyyssuhteiden laajentuessa kaikkien Sinujen ystävyyteen eli yhteisyyteen. (Kurki 2002, 53.)

Ryhmäkoti-periaatteella toimivalla vanhainkodilla on mahdollisuus kulkea kohti yhteisöllisyyttä. Ryhmäkodin muodostaa yleensä 7-10 asukkaan ryhmä. Yhteisissä ruokailu- ja harrastustilanteissa on mahdollisuus tutustua toisiin ja löytää ystäviä. Vaikka kaikista ei tulisikaan ystäviä, toisten parmpi tunteminen ja toimiminen yhdessä antavat kuitenkin yhteenkuuluvuuden tunnetta ja rakentavat yhteisyyttä. Tuleeko asukkaiden toimimisesta yhdessä, osallistumisesta oman arkielämän rakentamiseen yhdessä muiden kanssa, pullonkaula kohti yhteisöllisyyttä? Nivalan (2010, 16) mukaan olennaista osallistumisen edistämiseksi on asenteellisten valmiuksien kehittäminen, jolloin osallistumishalua voidaan vahvistaa toiminnan avulla, jossa saadaan esille asukkaiden henkilökohtaisia vahvuuksia (esim. kakun leipominen ja ruoanlaitto, kukkien hoito). Vanhainkoteihin tulisi saada tekemisen ilmapiiriä. Tekemisen ilmapiiriä estää henkilökunnan vähyys, mutta sitä estää myös se, että asukkaat ovat tottuneet passiiviseen olemiseen. Entä ne asukkaat, jotka ovat sänkyyn sidottuja ja viettävät kaiken aikansa omassa huoneessaan? Onko henkilökunnalla aikaa tuoda heitä yhteiseen olohuoneeseen tai viedä kesällä parvekkeelle? He eivät välttämättä pysty tekemään mitään, mutta he voisivat kuitenkin osallistua tekemisen ilmapiiriin. Tämä tietysti vaatii tilojen suunnittelulta tar-

peeksi väljyyttä. Olohuoneen tulisi olla laaja tila, johon asukkaat mahtuisivat erilaisine kulkuvälineineen.

Onko myös niin, että vanhainkodissa ei ole myöskään totuttu siihen, että asukkaat tekisivät joitakin jokapäiväisiä yhteisölliseen elämään liittyviä askareita, vaikka hyvin pieniäkin. Jokapäiväiseen elämään asennoidutaan enemmänkin huomioiden asukkaiden yksilöllisyys kuin yhteisöllinen elämä. Vähänkin omatoimiset asukkaat ovat toimijoina omissa henkilökohtaisissa toimissaan, esim. pukeemisessa. Henkilökunnan mitoitukset ovat kuitenkin niin pieniä, että on paljon nopeampaa henkilökunnan toimesta esim. kattaa pöytä. Vanhainkodissa ja tehostetun palveluasumisen yksiköissä asuvat ihmiset maksavat asumisestaan ja hoidostaan, ts. he ovat myös asiakkaan roolissa. Silloin he ovat oikeutettuja esim. siihen, että istuvat valmiiseen ruokapöytänsä. Osallistuminen oman yhteisön tehtäviin olisi tietenkin vapaaehtoista.

Pelkkä laaja tila ja sen yhteinen käyttö ei vielä merkitse sosiaalista yhteisyyttä, se antaa kuitenkin mahdollisuuden sen kehittymiselle. Tässä tutkimuksessa piha-alue ja parveke ja niiden käyttö kesällä olivat erityisen tärkeitä kaikille haastateltaville. Pihalla ollessaan asukkaat tunsivat olevansa autonomisia toimijoita. Oman paikan pihalla saattoi itse valita ja halutessaan aloittaa keskustelun toisen asukkaan kanssa. Omissa oloissaan viihtyjä kertoi, että pihalla tulee myös juteltua toisten kanssa, vaikka hän ei pitänytkaan itseään puheliaana. Yksinäiselle odottajalle pihalle meno kesällä oli merkityksellinen tekijä, sillä siellä oli mahdollisuuksia keskusteluun toisten asukkaiden kanssa. Omassa kerroksessa sitä mahdollisuutta ei ollut, sillä asukastoverit viettivät aikaansa omissa huoneissaan, eikä toisen huoneeseen voinut noin vain mennä. Piha oli kuitenkin yhteistä aluetta. Tulisi siis olla laaja, yhteinen tila, jossa asukkaat voisivat viettää aikaa oman huoneensa sijasta.

Tässä tutkimuksessa vanhainkodin jokaisessa kerroksessa on yhteinen ruokailutila, mutta siellä ei spontaanisti vietetä aikaa. Miksi? Ryhmäkodin myötä tämä tila suurenee ja tulee viihtyisämmäksi, mutta riittääkö tämä? Millä asukkaat saataisiin omista huoneistaan yhteiseen tilaan nauttimaan toistensa seurasta ja solmimaan ihmissuhteita? Pihalle mentiin, koska haluttiin olla ulkoilmassa, nauttia kesästä ja luonnosta. Sisätiloissa yhteiseen tilaan tarvittaisiin siis joku ”houkutteleva” tekijä. Se voisi olla toiminnallisuus. Yhteisessä tilassa voisi olla television lisäksi dvd-soitin ja valikoima musiikkia ja äänikirjoja, lehtiä, erilaisia lautapelejä, askartelutarvikkeita, esim. maalausvälineet. Tarjolla tulisi olla jokapäiväistä toimintaa: ruuanlaittoa, leipomista, kukkien hoitoa, askartelua. Monissa vanhainkodeissa on myös lemmikkieläimiä (kissa, akvaario). Nivala (2010) kirjoittaakin, että osallistuminen edellyttää ympäristöltä konkreettisia osallistumisen mahdollisuuksia eli sellaista vuoro-

vaikutusta ja toimintaa, johon yksilö kykenee ottamaan osaa. Toimintamahdollisuuksien tulisi olla mielekkäitä ja palkitsevia. (Mt. 114.) Tämä ei onnistu ilman kustannuksia ja henkilökuntaa, jolla olisi riittävästi aikaa olla innostamassa yhteisölliseen elämään. Ilman osallistumista yhteisyyden ja johonkin kuulumisen tunteen kokemuksia ei synny.

Sosiokulttuurisen innostamisen avulla pyritään saamaan aikaan muutosta, liikettä. Innostamisen yhtenä tavoitteena on ihmisten välisen vuorovaikutuksen lisääminen ja subjekti-subjekti -suhteiden kehittyminen. (Kurki 2000b, 19.) Kurki (2008b, 178) kysyykin, että missä ovat suomalaisen yhteiskunnan osallistumisesta syrjäytetyt? Saman kysymyksen esitin tämän tutkimuksen alkusivuilla. Ovatko he vanhainkodeissa ja muissa pitkäaikaishoidon piirissä olevat ikäihmiset? Osallistumisesta syrjäytymisellä tarkoitan tämän tutkimuksen kontekstissa nimenomaan yhteisöllistä arkipäivän elämää. Vanhainkodissa, jossa tähän tutkimukseen osallistujat asuivat, järjestettiin paljon kuntouttavaa toimintaa ja erilaisia harrasteryhmiä. Kodin ulkopuolelle tehtiin retkiä (teatteriin, kesällä leirikeskukseen). Kodissa järjestettiin myös paljon erilaista ohjelmaa (musiikki- ja hartaustilaisuuksia ym.). Haastateltavani totesivatkin, että toimintaa on riittävästi. Mitä siis puuttui? Yhteisöllinen arkielämä puuttui. Yhteisöllisen arkielämän olennaisia elementtejä ovat asukkaiden väliset yhteiset merkitykset ja dialogi. Asukkaat osallistuivat yhteisiin ohjelmatuokioihin ja harrasteryhmiin, mutta kaiken muun ajan he viettivät yksin omissa huoneissaan.

Sosiaalipedagogisessa viitekehyksessä osallistuminen tarkoittaa toiminnallista läsnäoloa inhimillisissä suhteissa, ts. se tarkoittaa olemista eri tavoilla mukana oman yhteisön elämässä ja toiminnassa. Juuri osallistumisen kautta kiinnitytään omaan yhteisöön ja osallistumisen kautta syntyvät myös yhteisön jäsenten väliset vuorovaikutussuhteet. (Nivala 2010, 112.) Osallistuminen arkielämään, esim. talousaskareisiin, rakentaa ihmissuhteita luonnollisesti ja ”huomaamatta”. Omissa oloissaan viihtyjä ilmaisikin tämän hyvin vastatessaan kysymykseeni, että haluaisiko hän enemmän tutustua muihin asukkaisiin: *No ei mulla mitään pyrkimyksiä ole. Se menee luonnostaan sitten ja mikä on kohtuullista.* Nivala (2010) jatkaa viittaamalla Trilla & Novellaan, että osallistuminen voi olla eri- vahvuista. Heikoin osallistumisen muoto on osallistuminen vastaanottajana, jolloin ollaan paikalla seuraamassa tapahtumia. Pelkän seuraamisen lisäksi voidaan myös toimia mukana ilman mahdollisuutta vaikuttaa toiminnan sisältöön. Vähän vahvempi osallistumisen muoto on osallistuminen kantaaottajana. Kannan esille tuomisella voi olla vaikutusta tai sitten sillä ei ole vaikutusta (esim. palautteen antaminen). Osallistuminen toteuttajana alkaa toiminnan tarkoituksen määrittelystä ja jatkuu suunnittelusta toteutukseen ja arviointiin. Sosiaalipedagogisesta näkökulmasta kaikenlainen osallistuminen on suotavaa. (Mt. 113.) Vanhainkodissa, jossa tein haastattelut, ollaan järjestämässä

asuinoloja ryhmäkodeiksi, jolloin yhden kerroksen asukkaat (7-9 asukasta) muodostavat pienen yhteisön eli ryhmäkodin. Ensimmäiset vanhainkotiasukkaille tarkoitetut ryhmäkodit aloittivat syksyllä 2010. Minkälaista muutosta ryhmäkodit ovat tuoneet asukkaiden arkielämään yhteisöllisyyden näkökulmasta? Osallistuivatko asukkaat suunnitteluun? Entä onko asukkailta kerätty kokemustietoa siitä, miten he kokevat ryhmäkodissa asumisen? Tämä olisikin mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe.

Yhteisöllisyys ei ole pakollista: oikeus- ja hyvinvointivaltiossa voidaan yhteisöllistää vain niitä, jotka haluavat (Lehtonen 1990, 246). Osallistumisvalmiudet ja -halut kuitenkin myös kehittyvät osallistumalla (Nivala 2010, 115). Tähän tutkimukseen osallistuneet kaipasivat vielä jotakin muuta oman huoneen ja runsaan harrastetoiminnan lisäksi. Ehkä se oli jotakin, jonka avulla voisi kompensoida mennyttä toimintakykyistä elämää ja sopeutua lähestyvään kuolemaan. Kahdelle tutkimukseen osallistujalle kuolema oli siirtymistä Jumalan luokse, yhdelle se oli pääsyä pois elämästä, joka ei ollut enää elämisen arvoista. Kolmen muun kanssa ei varsinaisesti tullut puhetta kuolemasta.

Tässä tutkimuksessa oli tehtävänä tuoda esille ikäihmisten kokemuksia paitsi yhteisöllisyydestä myös vanhuudesta. Minkälaisia vanhenemisen teorioita ihmiset itse haluavat soveltavaa omissa elämäkäytännöissään, ja minkälaista vanhenemistä he tuottavat oman elämänsä aineksista? Oman elämän ainekset ovat heidän tilanteidensa rakennetekijöitä. Rakennetekijöinä eivät ole ainoastaan tämän hetkisten tilanteiden faktisuudet vaan elämän aikana rakentunut kokemustausta eli horisonttibasis. Rauhala (1995) kirjoittaa, että ihmisen kokonaisuuden muodostumisen kannalta tilanteiden faktisuus eli sisältö muovaa toisia olemispuolia (tajunnallisuutta ja kehollisuutta). Myös toiset olemispuolet muovaavat tilanteiden faktisuutta. (Mt. 88.)

Minkälaisena siis tutkimukseeni osallistuneet kuusi ikäihmistä kokivat elämänsä vanhana ihmisenä? Neljännessä iässä ”ruumiin taakka” alkaa olla jo olennainen osa kokemusmaailmaa. Cumming’in ja Henry’n propositio irtautumisesta sosiaalisesta elämästä näyttää olevan kuvausta monien neljännessä iässä olevien ihmisten elämästä (Johnson 2009, 662). Millä tavalla ikäihmiset reagoivat ruumiin taakkaan? Entä miten ruumiin taakka vaikutti heidän suhteisiinsa? Tässä tutkimuksessa ikäihmisten toimintakyvyn väheneminen aiheutti surua ja kaipausta menneeseen toimeliaaseen elämään. Ihmissuhteita ei pystytty enää aktiivisesti hoitamaan väsymyksen estäessä aktiivisen toiminnan. Kysymys ei kuitenkaan ollut siitä, ettei niitä olisi haluttu hoitaa, jos vain olisi ollut voimia. Aikaa vietettiin paljon omassa huoneessa, koska ei jaksettu osallistua kaikkeen tarjolla olevaan harrastustoimintaan ja ohjelmanumeroihin. Osallistuminen kuntouttavaan toimintaan ymmärrettiin tärkeäksi

fyysisen ja kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitämisessä. Halukkuutta aktiivisempaan arkielämään ja harrastusten jatkuvuuteen olisi ollut, esim. ruuanlaitto, leipominen, kukkien hoito. Yhteisyyden tunteita ei kuitenkaan ollut kehittynyt asukkaiden välille. Kukaan tähän tutkimukseen osallistuja ei halunnut eristäytyä. Omissa oloissaan viihtyminen (lukeminen, hengellisten asioiden pohdinta, musiikista nauttiminen) olivat asioita, jotka olivat kuuluneet elämään jo paljon ennen vanhuusikää. Suhteet lähiomaisiin toivat turvallisuuden tunnetta. Sosioemotionaalisen teorian mukaan suhteet lähiomaisiin saavat enemmän painoarvoa toimintakyvyn vähetessä. Niin myös tässä tutkimuksessa: jokaisella tähän tutkimukseen osallistuneella oli tiiviit yhteydet omaisiin.

Valikoivan optimoinnin ja kompensaation teorian mukaan valinta on välttämätöntä silloin, kun yksilöllä ei ole enää mahdollisuutta toimia kaikilla elämänsä toiminta-alueilla. Silloin yksilö ja ympäristö joutuvat sopeuttavan tehtävän eteen. Ympäristön vaatimusten ja yksilöiden motivaation, taitojen ja biologisen kapasiteetin tulisi lähentyä. (Baltes & Baltes 1990, 21–22.) Yksilöiden arkielämän tulisi olla toiminnallista, jossa yksilöt pystyisivät toimimaan autonomisina subjekteina ja kokemaan oman elämänsä hallinnan tunnetta.

## **8. TUTKIMUSPROSESSIN ARVIO**

Tarkoitukseni oli tutkia vanhainkodissa asuvien ihmisten kokemuksia vanhuudesta ja yhteisöllisyydestä. Haastattelin kuutta neljättä ikää edustavaa ihmistä, jotka kaikki asuivat samassa vanhainkodissa. Millä tavalla valitsin haastateltavani? Olin yhteydessä erääseen vanhainkodin henkilökuntaan kuuluvaan, ja hän ehdotti minulle joitakin ikäihmisiä haastateltavaksi. Osan haastateltavistani valitsin itse kierrellessäni vanhainkodissa ja osallistuessani joihinkin vanhainkodin tapahtumiin. Valintakriteerini oli ainoastaan ikäihmisen halu kertoa elämästään vanhainkodissa. Haastateltavani suostuivat ”muitta mutkitta” haastateltaviksi. He olivat tottuneet haastattelijoihin, sillä vanhainkodissa kävi vanhustyön opiskelijoita haastattelemassa ja tapaamassa ikäihmisiä.

Haastattelut toteutin käyttämällä teemahaastattelua. Haastattelun teemat muodostin lukemani teoriakirjallisuuden pohjalta. Kysyin haastateltaviltani, minkälaista on olla vanha ihminen. Sen lisäksi kysyin heiltä, minkälaista olisi heidän mielestään hyvä vanhuus. Toinen tutkimustehtäväni oli yhteisöllisyyden kokemus ja sitä lähestyin sosiaalisen ja emotionaalisen yksinäisyyden / yhteisyyden kokemisen kautta (ks. Weiss 1985, 1974). Kysyin heiltä osallistumisesta vanhainkodin eri tapahtumiin ja harrastustoimintoihin (sosiaalinen yhteisyys) sekä minkälaisia vuorovaikutussuhteita asukastovereihin on syntynyt (emotionaalinen yhteisyys). Yhteisöllisyyden kokemisen tutkimisessa on

tärkeää tietää, minkälaisia yhteisöllisyyttä tukevia rakenteita yksilöiden ympäristössä on. Mitä enemmän yksilöillä on erilaisia toiminnanrajoitteita, sitä merkityksellisempää on lähiympäristön antama tuki yhteisölliseen elämään osallistumiseen. Haastateltavani asuivat vanhainkodissa, jossa järjestettiin paljon erilaista viriketoimintaa. Tästä olen kertonut luvussa 5.2, jossa olen kuvannut tutkimuksen kontekstia. Luvussa 7 olen pohtinut sitä, voidaanko todellisen yhteisöllisyyden syntymistä tukea pelkästään erilaisten yhteisten tapahtumien ja harrastusryhmien kautta.

Fenomenologisessa tutkimuksessa parhain tapa hankkia tietoa ovat avoimet haastattelut, jolloin haastateltavat saavat vapaasti kertoa kokemuksistaan. Teemahaastattelu ei siis ole parhain mahdollinen tapa hankkia fenomenologista aineistoa. Åstedt-Kurki (1998) kirjoittaa, että teemahaastattelun ongelmana on se, että jos haastattelustruktuuri on ennalta tarkasti määrätty, se voi estää tutkittavien aitojen kokemusten esille tulon. Tutkittavien kokemukset saatetaan ikään kuin kahlita aiemmasta tutkimustiedosta syntyvään viitekehykseen. Sen sijaan avoin haastattelu, jossa tutkittavia rohkaistetaan kertomaan kokemuksistaan omin sanoin, on lähempänä kerronnalliseen menetelmään perustuva tiedonhankintaa. Åstedt-Kurki toteaa, että ikäihmiset tavallisesti juttelevat asioistaan mielellään, jos haastattelun ilmapiiri on luottamuksellinen ja kiireetön. (Mt. 7.) Tämä oli myös oma kokemukseni. Haastateltavani ottivat minut sydämellisesti vastaan, ja neljä heistä kertoi vuolaasti kokemuksistaan ja elämästään vanhainkodissa. Kahden haastateltavan kanssa etenin enemmän kysymys kerrallaan. Vaikka teemahaastattelurungossani oli selkeät kysymykset, keskustelu haastateltavieni kanssa liikkui vanhuuden, osallistumisen ja vuorovaikutuksen teemoissa väljästi.

Tehdessäni haastattelut tarkoituksena oli analysoida aineisto sisällönanalyysillä. Tässä vaiheessa kuulin erään metodologiasta luennoivan opettajan maininnan, että monet tieteelliset tutkimukset ovat ”ontologisesti ohuita”. Aloin pohtia, että en ollut kirjoittanut vielä mitään tutkimukseni taustalla olevasta ihmiskäsityksestä ja siitä, miten kokemusta tutkitaan. Tätä kautta päädyin syventämään metodologista tietouttani ja ”löysin” fenomenologisen metodin. Fenomenologisen metodin avulla pyritään näkemään ilmiöt sellaisina kuin ne ovat. Deskriptiivinen fenomenologia pyrkii tähän tavoitteeseen epistemologisella tasolla, eksistenssin filosofia taas ontologisella tasolla. Eksistentiaalinen fenomenologia ottaa huomioon molemmat tasot ja pyrkii ymmärtämään, miten ihmisen tajunnallisuus ja situationaalisuus rakentaa ihmisen elämisen maailmaa. Jotta tutkimus olisi tieteellistä, käytetyn metodin olisi siis kyettävä tavoittamaan tutkittavana oleva ilmiö. Niinpä tutkittavan ilmiön perusolemus olisi selvitettävä ontologisen analyysin avulla ja vasta sen jälkeen valittava metodi. Ontologinen analyysi johdattaa pohtimaan ihmiskäsitystä, käsitystä ihmisenä olemisen tavoista. (Perttula 2000, 428–429.)

Tutkittavina ilmiöinä olivat kokemukset vanhuudesta ja yhteisöllisyydestä. Kokemukset ilmenevät kullekin yksilölle ominaisina tajunnallisina merkityssuhteina. Aineiston analyysissä käytin systemaattisesti askel askeleelta eksistentiaalis-fenomenologista metodia, joka on kehitetty juuri tajunnallisten ilmiöiden tutkimiseen. Pyrin metodin avulla hahmottamaan ja havaitsemaan keskeisiä tekijöitä vanhuuden ja yhteisöllisyyden kokemisessa. Pyrin myös deskriptiivisyyteen palaamalla jatkuvasti uudelleen tutkittavien alkuperäisiin ilmaisuihin.

Haastattelin tutkittavat vain kerran. Useammalla haastattelukerralla olisi tietysti ollut mahdollista saada syvempää tietoa kokemuksista, sillä tutkijan tullessa tutummaksi haastateltavat vapautuisivat kertomaan kokemuksistaan monipuolisemmin (Åstedt-Kurki & Nieminen 1997, 156). Suoritin haastattelut keväällä 2010 ja aloitin haastattelujen analyysin vasta syksyllä 2010. Syksyllä analyysivaiheissa ollessani tajusin, että olisi ollut viisaampaa ruveta analysoimaan aineistoa heti haastattelujen jälkeen. Silloin olisin voinut pyytää vielä toista haastattelua ja tarkentaa epäselviä kohtia. Aineistoa lukiessani tajusin myös omat puutteeni haastattelutilanteissa. Olin jättänyt hyviä tilaisuuksia käyttämättä saada syvempää tietoa kokemuksista, koska en ollut rohkaissut haastateltavia jatkamaan jostakin aihepiiristä. Tai sitten olin vaihtanut puheenaihetta, vaikka haastateltavani oli vasta pääsemässä jonkin kokemuksen syvempään esilletuomiseen.

Tutkittavan ilmiön näkeminen fenomenologisen metodin avulla on tulkinnallisuuden tiedostamista ja hallitsemista. Tutkija pystyy avautumaan ilmiölle vasta sitten, kun hän työntää syrjään fenomenologisen reduktion avulla jo tietämänsä yksilölliset ja kulttuuriset käsitykset maailmasta. (Perttula 2000, 429.) Perttula kirjoittaa, että jotta voisi tutkia toisen ihmisen kokemusta jostakin ilmiöstä, on tunnettava oma kokemuksensa siitä. On siis hahmotettava, mikä on omaa ja mikä toisen ihmisen kokemusta. Jotta tutkijan työ olisi eettisesti kestävä, hänen ei tule pitää toisen ihmisen kokemuksia esimerkkinä teoretisoiduista kokemuksista vaan kokemuksina sinänsä. (Perttula 1996, 16.)

Syvempi tutustumiseni fenomenologiseen tutkimusotteeseen ja ihmiskäsityksen ontologinen analyysi antoivat sopivan työvälineen haastatteluaineiston tutkimiseen. Ontologia on tietoa siitä, miten jokin on olemassa. Eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsityksen mukaan yksi ihmisen kolmesta olemismuodosta on situationaalisuus. Situationaalisuuden faktisuus muokkaa yksilön kehoisuutta ja tajunnallisuutta tietynlaisiksi, toisin sanoen ne reaalistuvat situationaalisuuden ehdoilla (Rauhala 1995, 88). Tämän syvämpi ymmärtäminen auttoi työntämään syrjään omia ennakkoletuksiani. En saanut sopivaa työvälinettä pelkästään aineiston tutkimiseen vaan myös oman aja-



tusmaailmani tutkimiseen. Myös oma tajunnallisuuteni muotoutuu elämäntilanteeni faktisuuden perusteella.

Fenomenologiseen reduktioon liittyy sulkeistaminen ja mielikuvatasolla tapahtuva muuntelu. Sulkeistamisen avulla pyritään tukeutumaan evedenssiin, jolloin ihmisen kokemus otetaan totena. Ihmisten kokemukset eivät kuitenkaan ole objektiivisia, vaan toisistaan poikkeavia ja koko ajan muuntuvia. Kunkin ihmisen kokemus on kuitenkin kullakin hetkellä olemassa. Mielikuvatasolla tapahtuvan muuntelun avulla muunnellaan merkityksiä ja yritetään hahmottaa ne välttämättömät ja riittävät merkitykset, joista merkitysverkostot, ts. kokemusten sisällöt muodostuvat. Kokemusten sisällöt suuntaavat ihmisten tapoja olla suhteessa maailmaan ja itseensä. (Perttula 1996, 10–11.)

Eksistentiaalisen fenomenologian metodi on kaksiosainen: yksilökohtaisesta tiedosta edetään yleiseen tietoon. Yksilökohtaisen tiedon keskeisyys on perusteltu eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsityksessä. Kokemus ilmenee tajunnallisina merkityssuhteina eikä niitä voi irrottaa yksilön elämäntilanteesta. (Perttula 2000, 430–431.) Tutkimukseni tuloksina olen tuonut esille kuusi yksilökohtaista merkitysverkostoa, koska tutkimukseni kohteena on ihminen ja hänen subjektiivinen maailmankuvansa. Situaatio tarkoittaa elämäntilannetta, ei fyysistä ympäristöä. Yksilöiden situaatioissa voi olla samankaltaisia tekijöitä, esim. kaikki haastateltavani olivat jo hyvin iäkkäitä ja heillä oli samanlaisia toiminnanrajoitteita. Situaatio on kuitenkin jo kohtalomaisesti jokaisen yksilön kohdalla ainutkertainen ja yksilöllistyy iän karttuessa tajunnan ja kehon suorittamien valintojen johdosta (Rauhala 1995, 108).

Kun siirrytään yleiseen tietoon, ei ole enää viittauskohdetta todellisuudessa. Yleinen tieto kokemuksesta onkin peruslaadultaan enemmän tutkijan konstruoimaa kuin yksilökohtainen tieto. Perttula (2000) kirjoittaa, että silti eksistentiaalisen fenomenologian ei tule luopua pyrkimyksestä deskriptiivisyyteen, vaan tutkittavalle ilmiölle tulisi antaa mahdollisuus asettua nähtäväksi. Tulkinnallisuutta on siis työstettävä silloinkin, kun siirrytään yksilökohtaisesta yleiseen tietoon. Yleinen tieto ei saa olla todennäköistä tai mahdollista tietoa ilmiöstä, vaan sen täytyy sisältää kaikki yksilökohtaisesti olennainen tieto. Tämä toteutetaan käsitteellisen joustavuuden avulla: Käsitteellisen yleisyyden tasoa muunnellaan niin että kaikki yksilökohtainen tieto sisältyy siihen. Ei tule kuitenkaan puhua niin yleisellä tasolla, että kadotetaan se, mikä tutkittavassa ilmiössä on merkittävää. Ihminen ei ole abstraktio, eikä kokemus ole millekään yleiselle tajunnalle oleva merkitys. Yleisen tiedon tulee säilyttää yhteys tutkimukseen osallistuneiden ihmisten kokemuksiin (Perttula 2000, 430–431.)

Tutkimukseni tuloksina on yksilökohtaisten merkitysverkostojen lisäksi neljä yleistä merkitysverkostoa. Olen nimennyt ne seuraavasti: Sopeutuja, Omissa oloissaan viihtyjä, Yksinäinen odottaja ja Omien arvojensa mukaan eläjä. Kahteen yleiseen merkitysverkostoon (Sopeutuja ja Omissa oloissaan viihtyjä) sisältyy kaksi yksilökohtaista merkitysverkostoa. Nämä ”nimitykset” ovat muodostamiani konstruktioita ja tarkoitukseni on tuoda niiden kautta esille niitä olennaisia merkitystihentyymiä, jotka kertovat haastateltavien ”suhteissa olemisesta” tässä aineistossa. Giorgi (1997) kirjoittaa, että tutkittavan ilmiön rakenne (yleinen merkitysverkosto) tuo esille konkreettisen, eletyn kokemuksen. Tutkittavan ilmiön rakenteessa eivät ole niinkään avainasemassa osat, joista rakenne muodostuu, vaan ensisijaisesti eri osien väliset suhteet. Merkityssuhteiden välinen rakenne voi tuoda esiin yleisen (tutkittavalle, ei muille) taipumuksen tai alttiuden tutkittavaa ilmiötä kohtaan, ts. sen, kuinka tutkittava ilmiö muotoutuu, rakentuu tai näkyy yksilön elämässä. (Mt. 11.)

Situationaalisuudella tarkoitettiin yksilön suhteutuneisuutta omaan elämäntilanteeseen (Rauhala 1995, 86). Yksilöiden kokemukset ovat kuitenkin koko ajan muuntuvia. Nämä neljä konstruktioita ovat muodostuneet tämän haastatteluaineiston pohjalta, ne ovat siis kontekstisidonnaisia. Yksilöiden tilanteisiin voi kuitenkin tulla uusia rakennetekijöitä, joiden alaisuudessa kehollisuus ja tajunnallisuus todellistuvat taas toisella tavalla. (Rauhala 1995, 88.) Ainutkertaisuus ajallisuuden funktiona korostuu jatkuvasti yksilöiden olemassaolossa. He ovat joka vaiheessa yksilöhistoriallisessa prosessissa, joka etenee niin kauan kuin on elämää. Siksi näistä erilaisista prosesseista ei voida saavuttaa mitään ehdotonta kattavuutta merkitseviä yleisiä lakeja. (Rauhala 2005, 111.)

## **9. TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTIA**

Ymmärtävässä psykologiassa on kehitelty vasta alustavia käsitteitä luotettavuus- ja uskottavuustarkasteluja varten. Niiden tulee lähteä rekonstrukttiivisen tieteen lähtökohdista. Keskeinen kysymys fenomenologisen tutkimuksen luotettavuustarkasteluissa on se, onko tutkittavan subjektiivinen kokemus se, mitä sen tutkimuksessa väitetään olevan. Jotta lukija voisi arvioida tätä, on tutkijan tuotava esille menetelmälliset (ontologiset, metodologiset, teoreettiset, metodiset) ratkaisunsa. (Latomaa 2009, 76,81.) Nämä olen tuonut esille luvussa 4. Perttula toteaaakin, että ilman tutkittavan ilmiön ontologista analyysiä tutkimus on tieteellistä vain sattumalta (Perttula 2000, 428). Mikä käsitys tutkijalla on mielen tutkimisesta? Kyetäänkö mielen sisäisiä tapahtumia tutkimaan (epistemologinen relevanttius)? Millainen käsitys tutkijalla on kokemuksen rakentumisesta (teoreettinen relevanttius)? Lopulta kysytään, kyetäänkö tutkimusmenetelmän avulla eksplikoimaan ilmauksen merkityssisältöä ja rekonstruoimaan tutkittavan kokemus. On myös kysyttävä, kuinka uskottavasti tutkittavan

kokemus on sellainen kuin tutkimuksessa väitetään. Tulkinnan on muodostettava aineiston kattava ja sisäisesti yhtenäinen kokonaisuus. (Latomaa 2009, 81–84.)

Rauhala (1995) kirjoittaa, että tutkimusmetodin tulee olla sellainen, että se olisi mahdollisimman adekvaatti eli ongelmien perusluonnetta vastaava. Adekvaattisuuden juuri tulisi olla tieteellisyyden tärkein kriteeri. (Mt. 105.) Rauhalan (1995) mukaan ihmistutkimuksessa erittäin haitallista on ollut yksilön unohtaminen ja keskittyminen keskiarvoihmiseen. Jos tutkimuksen kohteena ovat ihmisen subjektiivisen maailmankuvan sisällöt ja tutkimustuloksia halutaan soveltaa, on tutkimuksen viime kädessä oltava persoonakohtaista. Rauhala toteaa, että ”ehdottomin, varmin ja tärkein yleistettävä toteamus ihmisestä on se, että hän on ainutkertainen”. (Mt. 106–107.)

Tutkija pyrkii siis tavoittamaan toisen ihmisen kokemuksen rekonstruoimalla kokemus mahdollisimman identtisesti tutkittavan konstruktion kanssa. Tämä tavoitteen absoluuttinen toteutuminen on kuitenkin mahdotonta, sillä tutkija kohtaa toisten ihmisten merkityssuhteet omien ymmärtämisyhteyksiensä kautta. Niinpä fenomenologisen tutkimuksen spesifit luotettavuuskriteerit liittyvät sulkeistamisen ja mielikuvatasolla tapahtuvan muuntelun metodisiin toimintatapoihin. Näiden työkalujen avulla pyritään minimoimaan tutkijan henkilökohtaisten ymmärtämisyhteyksien vaikutus siihen tapaan, jolla tutkittavan kokemus hänelle ilmenee. (Perttula 1995, 104–105.)

Fenomenologisessa tutkimusotteessa keskeistä on pyrkimys deskriptiivisyyteen empiirisen tutkimusvaiheen aikana. Sen jälkeen kuitenkin on luotava dialogia empiiristen tulosten ja olemassa olevan tiedon välille, jotta tutkittavaa ilmiötä voitaisiin ymmärtää laajemmin. Perttula (2000) jatkaa, että kokemuksellista todellisuutta on vaikeudestaan huolimatta tutkittava, jos halutaan ymmärtää, millaista on elää ihmisenä. (Mt. 40.) Mikä on fenomenologisen tutkimuksen kautta tuotetun tiedon käyttöarvo? Tutkimuksen tuottama yleinen tietohan kuvaa, mitä tutkittava ilmiö on yleisenä kokemuksena tutkimukseen osallistuneille, ei siis kenellekään muulle. Kuvatun tiedon käyttöarvo laajenee, kun joku, jonka situaatiossa on samankaltaisia rakennetekijöitä kuin tutkimukseen osallistuneilla, pitää sitä omalla kohdallaan uskottavana. Se voi olla tällaisen henkilön omainen tai läheinen tai ihmisten parissa työtään tekevä henkilö. Tiedon käyttöarvon laajeneminen on sosiaalinen tapahtuma. (Suikki & Perttula 2000, 9.)

*HJA: Joo, nyt mä laitan tämän kiinni. Kiitos haastattelusta.*

*YKSINÄINEN ODOTTAJA: Siihen tuli höpinöitä.*

*HJA: Ei, hienoja asioita tähän tuli. Kiitoksia.*

## LÄHTEET

- Achenbaum, W., A. 2009. A Metahistorical Perspective on Theories of Aging. Teoksessa: Bengtson, V., Gans, D., Putney, N. M. & Silverstein, M. 2009. Handbook of theories of aging. Second edition. New York: Springer Publishing Company.
- Agahi, N., Ahacic, K. & Parker, M. G. 2006. Continuity of Leisure Participation From Middle Age to Old Age. *Journal of Gerontology*, vol. 61B, no 6, S340-S346.
- Atchley, R. 1985. Social forces and ageing. An introduction to social gerontology. Fourth edition. Belmont: Wadsworth.
- Baltes P. & Baltes, M. 1990. Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. Teoksessa: Baltes P. & Baltes, M. (toim.) 1990. Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences. Printed in Canada.
- Baltes, P. 1996. On the Incomplete Architecture of Human Ontogeny. Selection, Optimization and Compensation as Foundation of Developmental Theory. *American Psychologist*. Vol. 52, N:o 4, p. 366-380.
- Boyd, D. & Bee, H. 2008. Lifespan Development. Fifth edition. Printed in the United States of America.
- Burr, V. 2004. Sosiaalipsykologisia ihmiskäsityksiä. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Carstensen, L., Isaacowiz, D., M. & Charles, S., T. 1999. Taking Time Seriously. A Theory of Socioemotional Selectivity. *American Psychologist*, Vol. 54, n:o 3, p. 165-181.
- Dovey, K. 1985. Home and Homelessness. Teoksessa: Altman, I. & Werner, C., M. (ed.) Home Environments. Human Behavior and Environment. Advances in Theory and Research, Vol. 8. New York: Plenum Press.
- Erikson, E. 1980. Identity and the Life Cycle. Printed in the United States of America by W. W. Norton & Company, Inc.
- Filander, K. 2005. Tutkimuksen muuttuvat tähtäyspisteet. Teoksessa: Heikkinen, A. (toim.) Aikuis-kasvatuksen tutkimuspolut. Vantaa: Dark Oy.
- Filander, K. 2007. Sosiaalipedagogiikan uusi ajankohtaisuus. Teoksessa: Hoikkala, T. & Sell, A. (toim.) Nuorisotyötä on tehtävä: menetelmien perustat, rajat ja mahdollisuudet. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto.
- Finlay, L. 2008. A Dance Between the Reduction and Reflexivity: Explicating the “Phenomenological Psychological Attitude”. *Journal of Phenomenological Psychology*, 39, 1–32.
- Giorgi, A. 1988a. Sketch of a psychological phenomenological method. Teoksessa: Phenomenology and psychological research. Toim. Giorgi, A., Pittsburgh: Duquesne University Press.

- Giorgi, A. 1988b. The phenomenological Psychology of Learning and the Verbal Learning Tradition. Teoksessa: Phenomenology and psychological research. Toim. Giorgi, A. Pittsburgh: Duquesne University Press.
- Giorgi, A. 1997. The theory, practice, and evaluation of the phenomenological method as a qualitative research. *Journal of Phenomenological Psychology*, Vol. 28, Issue 2, p235, 26p.
- Granfelt, R. 1998. Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo Oy.
- Hakala, J. 2001. Menetelmällisiä koetuksia. Teoksessa: Aaltola, J. & Raine, V. 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Harisalo, Risto & Miettinen Ensio 1996. Vastuuyhteiskunnan peruslait. Tutkimusmatka ihmisen yhteiskuntaan. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Harris, D. 1988. Dictionary of Gerontology. New York: Greenwood Press.
- Hauge, S. & Heggen, K. 2008. The nursing home as a home: a field study of residents' daily life in the common living rooms. *Journal of Clinical Nursing* 17, 460-467.
- Heikkinen, R-L. 2008. Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Keiruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Helin, S. 2002. Palvelujärjestelmä iäkkään ihmisen voimavarojen tukijana. Teoksessa: Heikkinen, E. & Marin, M. Vanhuuden voimavarat. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.
- Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2008:3. Helsinki: Yliopistopaino. <http://pre20090115.stm.fi/ka1202801063405/passthru.pdf>.
- Johnson, M.,L. 2009. Spirituality, Finitude, and Theories of the Life Span. Teoksessa: Bengtson, V., Gans, D., Putney, N. M. & Silverstein, M. 2009. Handbook of theories of aging. Second edition. New York: Springer Publishing Company.
- Judèn-Tupakka, S. 2007. Askelia fenomenologiseen analyysiin. Fenomenologinen menetelmä empiirisessä tutkimuksessa. Kirjassa: Syrjäläinen, E., Eronen, A. & Värri, V-M. (toim.). Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- Jylhä, M. 2000. Onnistunut vanheneminen ja vanhuuden mielikuvat. *Gerontologia* 14(1), 43–46.
- Jyrkämä, J. 2008a. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa: Sankari, A. & Jyrkämä, J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Juvenes Print.
- Jyrkämä, J. 2008b. Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Keiruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Kauppinen, S. & Matveinen, P. 2007. Dementia-asiakkaat sosiaali- ja terveystalvelujen piirissä 2001, 2003 ja 2005. Stakesin tilastotiedote 20/2007.

[http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2007/Tt20\\_07.pdf](http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2007/Tt20_07.pdf).

Kilpi, Laura 2010. ”Tää hioo ihmisestä sen terävimmän kärjen.” Narratiivis-sosiaaligerontologinen tutkimus oman kodin jättämisestä ja vanhuudesta vanhainkodissa. Pro gradu -tutkielma: Tampereen yliopisto: Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta / Porin yksikkö / sosiaalipolitiikka, Pori.

<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu04261.pdf>.

Koskinen, S. 2004. Ikääntyneiden voimavarat. Teoksessa: Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuus- selonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kotilainen, H. 2002. Yksityisyyden ja yhteisöllisyyden turvaava laitoshoidoympäristö. Teoksessa: Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, H. Ikäihmisen hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Stakes. Saarijärvi: Gummerus.

Kriikku, Jonna 2010. Tarinoita ikäihmisten palveluasumisesta Koivulan ryhmäkodissa. Opinnäyte- työ: Laurea-ammattikorkeakoulu / Laurea Otaniemi / Sosiaalialan koulutusohjelma / Seniori- ja vanhustyö.

[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/22171/Kriikku\\_Jonna.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/22171/Kriikku_Jonna.pdf?sequence=1).

Kryla-Lighthall, N. & Mather, M. 2009. The Role of Cognitive Control in Older Adults' Emotional Well-Being. Teoksessa: Bengtson, V., Gans, D., Putney, N. M. & Silverstein, M.. Handbook of theories of aging. Second edition. New York: Springer Publishing Company.

Kurki, L. 2008a. Innostava vanhuus. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Kurki, L. 2008b. Sosiokulttuurinen innostaminen: muutoksen pedagogiikka. Tampere: Juvenes Print.

Kurki, L. 2005. Sosiokulttuurinen innostaminen yhteisöllisyyden rakentajana. Teoksessa: Kiilakoski, T., Tomperi T. & Vuorikoski, M. Kenen kasvatus. Kriittinen pedagogiikka ja toisinkasvatuksen mahdollisuus. Tampere: Vastapaino.

Kurki, L. 2002. Persoona ja yhteisö: personalistinen sosiaalipedagogiikka. Jyväskylä: Paino Kopi- jyvä Oy.

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen: muutoksen pedagogiikka. Tampere: Tammer- Paino Oy.

Lang, F.R. & Carstensen, L. L. 1994. Close emotional relationship in late life: Further support for proactive aging in the social domain. *Psychology and Aging*, 9, 315–324.

Latomaa, T. 2009. Ymmärtävä psykologia: psykologia rekonstruktiivisena tieteenä. Kirjassa: Pert- tula, J. & Latomaa, T.. Kokemuksen tutkimus. Merkitys-Tulkinta-Ymmärtäminen. Tampere: Ju- venes Print

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa: Aalto- la, J. & Valli, R. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Lehtomaa, M. 2009. Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Kirjassa: Perttula, J. & Latomaa, T.. Kokemuksen tutkimus. Merkitys-Tulkinta-Ymmärtäminen. Tampere: Juvenes Print

Lehtonen, Heikki 1990. Yhteisö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Lehtovaara, M. 1994a. Tieto itsestä yksilön merkitysten kokonaisuudessa. Teoksessa Lehtovaara, Jorma & Jaatinen, Riitta 1994 (toim.). Dialogissa - matkalla mahdollisuuteen. Tampere: Jäljennepalvelu.

Lehtovaara, M. 1994b. Fenomenologinen näkökulma ihmisen tutkimisen metodologiaan. Teoksessa: Kohti elämismailman ja ihmisen laadullista tutkimista. Toimittanut Juha Varto. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.

Lumme-Sandt, K. 2005. Vanhan ihmisen kohtaaminen haastattelutilanteessa. Teoksessa: Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino.

McPherson, B. 1983. Aging as a social process. Toronto: Butterworths.

Marin, M. 2008a. Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa: Sankari, A. & Jyrkämä, J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Juvenes Print.

Marin, M. 2008b. Perheet, sukupolvet ja sosiaaliset verkostot. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Keiruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Marin, M. 2003. Elämän paikallisuus ja paikat. Teoksessa: Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: Ps-kustannus, WS Bookwell Oy.

Marin, M., 2000. Vanhusten sosiaalinen ja kulttuurinen pääoma hyvän vanhenemisen ehtoina. Gerontologia 14(1), 37–42.

Matikainen, T. 1989. Hermeneuttikko Hans-Georg Gadamer. Teoksessa: Varto, J. (toim.) Fenomenologeja: Maailma minussa – Minä maailmassa. Filosofisia tutkimuksia Tampereen Yliopistosta, vol. 1, s. 53–66. Tampere: Tampereen Yliopisto. Jäljennepalvelu.

Nivala, E. 2010. Osallistuminen sosiaalipedagogisen toiminnan periaatteena. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2010, vol. 11, 111–122.)

Noro, A. 2005. Asiakasrakenne pitkäaikaisessa laitoshoidossa. Teoksessa: Noro, A., Finne-Soveri, H., Björkgren, M. & Vähäkangas, P. (toim.). Ikääntyneiden laitoshoidon laatu ja tuottavuus – RAI-järjestelmä vertailukehittämisessä. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ovaskainen, S. 2010. Omatoimisena ja apua tarvitsevana – Vanhuksen elämä ja toimijuus vanhainkodissa. Pro gradu –tutkielma: Tampereen yliopisto: Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta / Sosiaalitutkimuksen laitos / Sosiaalipolitiikka.  
<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu04285.pdf>.

Pakarinen, M. 2005. Kohdattu, ulkopuolinen ja olematon vanhuus. –Diskurssianalyttinen tutkimus vanhuudesta sanomalehdessä. Pro gradu -työ: Tampereen yliopisto, terveystieteen laitos. Myös verkkojulkaisuna: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu00430.pdf>.

- Parkkila, M., Välimäki, M. & Routasalo, P. 2000. Kuvaileva tutkimus pitkäaikaisessa laitoshoidossa olevan potilaan yksinäisyydestä. *Hoitotiede* Vol. 12, n:o 1, 26–35.
- Perttula, J. 1995. Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Perttula, J. 1996. Deskriptio ja tulkinta: psykologin avaimia kokemukseen. *Psykologia* 31, s. 9-18.
- Perttula, J. 2000. Kokemuksesta tiedoksi: fenomenologisen metodin uudelleen muotoilua. *Kasvatus* 5/2000, s. 428–442.
- Rajanti, T. 1999. Kaupunki on ihmisen koti. Elämän kaupunkimuodon tarkastelua. Tutkijaliiton julkaisu 91. Paradeigma-sarja. Helsinki: Oy Cosmoprint.
- Rauhala, L. 1983. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Jyväskylä: Gummerus
- Rauhala, L. 1992. C. G. Jung fenomenologina. Kirjassa: Fenomenologinen vuosikirja. Toim. Varto, J. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta. Tampere: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Rauhala, L. 1993. Eksistentiaalinen fenomenologia hermeneuttisen tieteenfilosofian menetelmänä. Tampereen yliopisto: Jäljennepalvelu.
- Rauhala, L. 1994. Tajunnan ongelma. Kirjassa: Fenomenologinen vuosikirja 1994. Toim. Varto, J. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta. Tampere, julkaistu 1995: Tampereen yliopiston jäljennepalvelu.
- Rauhala, L. 2005. Hermeneuttisen tieteenfilosofian analyyseja ja sovelluksia. Helsinki: Yliopistopaino. Helsinki University Press.
- Read, S. 2008. Elämän tarkoituksellisuuden tunne. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) *Gerontologia*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Routasalo, P., Pitkälä, K., Savikko, N. & Tilvis, R. 2003. Ikääntyneiden yksinäisyys. Kyselytutkimuksen tuloksia. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 3. Vanhustyön keskusliitto. Saarijärvi: Gummerus.
- Routasalo, P., Mäkinen, B. & Pitkälä, K. 2007. Luopuminen ikääntyneiden henkilöiden ryhmäkeskusteluissa. *Hoitotiede* Vol 19, n:o 5, 248–258.
- Rowe, J. W. & Kahn, R. L. 1999. *Successful Aging*. New York: Dell Publishing a division of Random House.
- Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. 2010. Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa: Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.). *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino.
- Saarenheimo, M. 2003. Merkityksellinen elämä. Teoksessa: Marin, M. & Hakonen, S. *Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa*. Juva WS Bookwell Oy.
- Saarinen, E. 1989. *Fenomenologia ja eksistentialismi*. Juva: WSOY.
- Salermo, E., Salovaara, P., Takkinen, M. & Lyyra, T-M. 2008. Uusia näkökulmia iäkkäiden ihmisten terveyden edistämiseen. *Kokousselostukset*. *Gerontologia* 2, 120-121.



- Shotton, L. & Seedhouse, D. 1998. Practical dignity in caring. *Nursing Ethics* 5 (3), 246–255.
- Sorri, M. & Huttunen, K. 2008. Ikääntyneen kuulo. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) *Gerontologia*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Suikki, S. & Perttula, J. 2000. Iäkkäiden naisten koettu hyvinvointi – fenomenologishermeneuttinen näkökulma. *Gerontologia* 14(4), 1-11.
- Suutama, T. 2008. Muisti ja oppiminen. Teoksessa: Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) *Gerontologia*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Tiikkainen P. 2006. Vanhuusiän yksinäisyys. Seuruututkimus emotionaalisista ja sosiaalisista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä. Akateeminen väitöskirja: Jyväskylän Yliopisto: *Studies in sport, physical education and health*, 114, ISSN 0356-1070, ISBN 951-39-2447-5.
- Tornstam, L. 1994. Gerotranssendenssi – teoreettinen tarkastelu. Käännös Ilkka Syrén. *Gerontologia* 8(2), 75–81.
- Unruh, D 1983. *Invisible Lives. Social Worlds of the Aged*. United States of America.
- Vaarama, M. & Voutilainen, P. 2002. Kaksi skenaariota hoivapalvelujen kehityksestä ja resurssitarpeista ajalla 1999–2030. *Yhteiskuntapolitiikka* 67 (2002):4, 352–363.
- Van't Leven, N. & Jonsson, H. 2002. Doing and Being in the Atmosphere of the Doing: Environmental Influences on Occupational Performance in a Nursing Home. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 9: 148-155.
- Varto, J. 1992. *Laadullisen tutkimuksen metodologia*. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Vilkko, A., Suikkanen, A. & Järvinen-Tassopoulos, J. 2010 (toim.). *Kotia paikantamassa*. Tampere: Juvenes Print.
- Voutilainen, P. 2004. *Hoitotyön laatu ikääntyneiden pitkäaikaisessa laitoshoidossa*. Stakes. Tutkimuksia 142. Helsinki 2004. ISBN 951-33-1572-X. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Weiss, R. 1974. *The Provisions of Social Relationships*. Teoksessa: Rubin, Z. (toim.) *Doing unto others*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Weiss, R. 1985. *Loneliness. The experience of Emotional and Social Isolation*. USA: Halliday Lithograph.
- Värri, Veli-Matti 1997. *Hyvä kasvatus - kasvatus hyvään*. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Värri, Veli-Matti 2002. *Hyvä kasvatus - kasvatus hyvään: dialogisen kasvatuksen filosofinen tarkastelu erityisesti vanhemmuuden näkökulmasta*. Elektroninen aineisto: <http://helios.uta.fi:2085/kirjasto/pdf/suoj/VarriHyva.pdf>
- Zarit, S., H. 2009. *A Good Old Age: Theories of Mental Health and Aging*. Teoksessa: Bengtson, V., Gans, D., Putney, N. M. & Silverstein, M. 2009. *Handbook of theories of aging*. Second edition. New York: Springer Publishing Company.

Åstedt-Kurki, P. 1998. Ikäihmisten kokemukset. Mitä kokemustiedolla tehdään tieteellisessä tutkimuksessa ja käytännön terveydenhuollossa. Gerontologia 12 (1998), n:o 1: Keskustelua, s. 7.

Åstedt-Kurki, P. & Nieminen, H. 1997. Fenomenologisen tutkimuksen peruskysymykset hoitotieteessä. Teoksessa Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Jyväskylä: WSOY.

## LIITE 1

Teemahaastattelukysymykset

Mitä harrastuksia Sinulla on ollut aikaisemmin?

Minkälaisia ystävyysuhteita Sinulla on ollut aikaisemmin?

### 4. VANHUUDEN KOKEMINEN

Minkälaista on olla vanha/ikäihminen?

Millaista on mielestäsi hyvä vanhuus?

Miten vanhoihin suhtaudutaan suomalaisessa yhteiskunnassa?

Miten ikäihmiset voisivat osallistua?

Kärsivätkö vanhat ihmiset yksinäisyydestä?

Onko yhteisöllisyys ja osallistuminen tärkeää?

### 5. SOSIAALISEN YHTEISYYDEN KOKEMINEN

Mihin harrastus- ja muuhun toimintaan osallistut?

Mikä on tärkein syy, minkä takia osallistut?

Tutustuuko yhteisissä harrastustoiminnoissa toisiin?

Tapaatko muita asukkaita harrastustoiminnan ulkopuolella?

Käytkö usein yhteisissä tiloissa?

Onko Sinulla päivittäin juttuseuraa?

Käytkö kylässä naapurin huoneessa? Käytkö joku asukkaista kylässä Sinun luonasi?

Minkälaiseen toimintaan haluaisit ja jaksat osallistua?

Vanhainkodissa ollaan siirtymässä ryhmäkoteihin. Mitä ajattelet tästä, minkälaisia asioita se mielestäsi tuo tämän talon elämään?

### 6. EMOTIONAALISEN YHTEISYYDEN KOKEMINEN

Tunnetko täällä jonkun/joitakin niin hyvin, että voit sanoa häntä/heitä ystäviksi? Onko joku täällä Sinulle tärkeä?

Minkälainen on mielestäsi hyvä ystävä?

Haluaisitko tutustua paremmin muihin täällä asuviin?

Onko aiemmin muodostuneita ystävyysuhteita, jotka jatkuvat edelleen?

Tunnetko, että Sinä olet yksinäinen?

Viihdytkö täällä, tuntuuko tämä kodilta?