

**ET-LEHDEN VANHUS**

**Sisällönanalyysi Et-lehden ikääntyviä koskevista artikkeleista vuosilta 1974 ja 1994**

**Jaana Koivisto**

**Yhteiskuntapolitiikan pro gradu-tutkielma**

**Kevät 1998**

**Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta**

**Jyväskylän yliopisto**

## TIIVISTELMÄ

Koivisto, J. 1998. Et-lehden vanhus. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Pro gradu-tutkielma.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Et-lehden kautta välittyvää vanhuskuvaa. Vanhuskuvaa selvitettiin sen kautta, kuinka Et-lehti kirjoittaa ikääntyneistä ihmisistä ja ikääntymisestä. Aikakaus- ja sanomalehtien kautta välittyvää vanhuskuvaa ei ole aikaisemmin kovinkaan monissa tutkimuksissa selvitetty. Vanhuskuvan selvittäminen oli ajankohtaista myös sen vuoksi, että vanhusten lukumäärä ja osuus väestöstä tulevat lähivuosina entisestään kasvamaan.

Et-lehden kautta välittyvää vanhuskuvaa pyrittiin selvittämään lehden numeroissa vuosina 1974 ja 1994 esiintyneiden iäkkäitä henkilöitä koskevien artikkeleiden (=henkilöjuttujen) avulla. Tutkimusmenetelmänä käytettiin sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysiä käytettiin sekä kvalitatiivisessa että kvantitatiivisessa mielessä. Pääpaino oli kuitenkin artikkeleiden kvalitatiivisessa analyysissä.

Et-lehdessä vuosina 1974 ja 1994 olleiden ikääntyneitä koskevien artikkeleiden mukaan keskeisimpiä iäkkäiden ihmisten elämää rakenteistavia ulottuvuuksia olivat aktiivisuus, eläkkeelle siirtyminen ja eläkkeellä oleminen sekä terveys ja toimintakyky. Iäkkäät ihmiset Et-lehden sivuilla olivat aktiivisia ja terveitä. Heillä oli niin hyvä toimintakyky, että he pystyivät aktiivisesti harrastamaan erilaisia toimintoja. Vuonna 1974 suosituimpia ikääntyneiden toimintoja olivat kulttuuriin ja taiteeseen liittyvät toiminnot, erilaiset liikuntaharrastukset sekä nk. ulkoilmatoiminnot (esimerkiksi metsästys ja puutarhanhoito). Myös vuonna 1994 suosittuja toimintoja olivat kulttuuri- ja taideharrastukset sekä ulkoilmatoiminnot. Suosituin toiminto oli tuolloin kuitenkin sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, johon kuului läheisten hoiva ja huolenpito. Suurin osa artikkeleissa esiintyneistä henkilöistä oli jo eläkkeellä tai eläkeiän kynnyksellä. Yleensä eläkkeelle siirryttiin mielellään ja eläkeaikaa odotettiin.

Eläkeikä  
Vanheneminen  
Sisällönanalyysi

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	4
2	VÄESTÖKEHITYKSESTÄ	6
3	ELÄKELÄISYYS	8
	3.1 Valmistautuminen eläkeaikaan	10
	3.2 Eläkkeelle siirtyminen	10
4	“HYVÄN VANHENEMISEN” MALLEJA	14
	4.1 Irtautusteoria	14
	4.2 Aktiivisuusteoria	16
	4.3 Jatkuvuusteoria	18
	4.4 Kritiikkiä teorioita kohtaan	21
	4.5 Uudet suuntauokset tutkimuksessa	23
5	MITÄ ON AKTIIVISUUS?	23
	5.1 Aktiivisuuden merkitys	25
	5.2 Iäkkäiden ihmisten vapaa-ajan toiminnot	25
6	IÄKKÄIDEN IHMISTEN TERVEYS JA TOIMINTAKYKY	29
	6.1 Iäkkäiden ihmisten terveydentila	29
	6.2 Iäkkäiden ihmisten yleisimmät sairaudet	32
7	AINEISTO	34
	7.1 Et-lehdestä	34
	7.2 Tutkimuksen aineisto	36
8	TUTKIMUKSEN TEHTÄVÄ JA MENETELMÄT	37
	8.1 Tutkimustehtävä	37
	8.2 Tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysi	38
	8.3 Sisällönanalyysi tässä tutkimuksessa	40
9	IKÄÄNTYNEET ET-LEHDEN SIVUILLA	41
	9.1 Aktiiviset ikääntyneet	42
	9.2 Eläkeaika	54
	9.2.1 Suhtautuminen eläkkeelle jäämiseen ja eläkeaikaan	55
	9.2.2 Eläkkeet taloudellisen toimeentulon turvaajina	59
	9.3 Toimintakyky ja terveys	61
10	POHDINTAA	66
	LÄHTEET	70
	LIITTEET	76

## 1 JOHDANTO

Viime vuosina vanhusten määrä on suuresti lisääntynyt. Sekä vanhusten lukumäärä että heidän osuutensa koko väestöstä on lisääntynyt. Tärkein ikääntyneiden määrän lisääntymiseen vaikuttanut tekijä on kuolleisuuden aleneminen, joka on ollut voimakkainta imeväisikäisillä ja nuorilla. Alentuneen kuolleisuuden seurauksena yhä useampi ihminen voi saavuttaa entistä korkeamman iän. Parantuneen terveydenhuollon myötä ikääntynyt ihminen voi myös elää entistä pidempään terveenä ja hyväkuntoisena. Elämänkaaren loppupäätä leimaava sairauksien ja raihnaisuuden ajanjakso on pystytty siirtämään entistä myöhempään. Tavoitteena onkin, että tämä huonon terveyden aika voitaisiin siirtää kokonaan elämänkaaren "ulkopuolelle".

Nykyisin suomalaiset viettävät entistä suuremman osan elinajastaan työelämän ulkopuolella. Tähän on pidentyneen eliniän lisäksi vaikuttanut myös alentunut eläkkeellejäämisikä. Erilaiset joustavat eläkejärjestelmät ovat mahdollistaneet ikääntyvän väestönosan siirtymisen eläkkeelle huomattavasti aikaisemmin kuin muutama vuosikymmen sitten. Pari-kolmekymmentä vuotta sitten vanhat ihmiset joutuivat tekemään töitä kuolemaansa saakka, koska minkäänlaista järjestelmää, joka olisi turvannut toimeentulon vanhuudessa, ei vielä ollut olemassa. Tänä päivänä kaikille eläkeläisille on turvattu vähimmäistoimeentulo kansaneläkkeen muodossa. Eläkeläisten joukossa on myös erittäin hyvätuloisia vanhuksia, jotka ovat ja tulevat tulevaisuudessa olemaan entistä varteenotettavampi kuluttajaryhmä.

Kehittyneet eläkejärjestelmät ja toimeentulon varmuus eläkkeellä ollessa ovat tehneet eläkeajasta halutun ja odotetun ajanjakson. Eläkeiän kynnyksellä olevat odottavat eläkeaikaa, jolloin he ovat vapaita työelämän paineista ja velvollisuuksista. Jo eläkkeellä olevat kokevat eläkeaikansa mahdollisuuksien aikana, jolloin voi tehdä niitä asioita, joihin ei töissä ollessa ollut aikaa eikä mahdollisuuksia.

Eläkkeellä olemisen myönteiseksi kokemiseen vaikuttaa oleellisesti se, kuinka yhteiskunnassa suhtaudutaan vanhuksiin ja vanhenemiseen, sillä eläkkeellä olevathan ovat yleensä ikääntyneitä ihmisiä. Yhteiskunnassa vallitsevaa vanhuskuvaa muokkaavat erityisesti eri tiedotusvälineet, kuten televisio, radio ja lehdistö. Tässä tutkimuksessa onkin

pyrityt selvittämään Et-lehden kautta välittyvää vanhuskuvaa Et-lehdessä vuosina 1974 ja 1994 olleiden ikääntyviä koskevien artikkeleiden perusteella. Tutkimusmenetelmänä käytettiin sisällönanalyysiä. Et-lehti on ainoa Suomessa ilmestyvä erityisesti ikääntyvälle väestönosalle suunnattu aikakauslehti ja sillä onkin tietynlainen monopoliasema vanhuuden tuottamisessa. Näin ollen lehden välittämän vanhuskuvan voi olettaa olevan tarkemmin mietitty kuin laajemmalle väestölle suunnattujen lehtien kautta välittyvän vanhuskuvan.

Tutkimuksia, joissa olisi yhdistetty vanhukset ja lehdistö tai jokin tietty lehti, on hyvin vähän. Annaliisa Hjelt (1992) tutki vanhuutta sanomalehdistön kuvaamana. Hänen tutkimuksensa aineistona oli yhdeksän sanomalehteä, jotka ilmestyivät eri puolella Suomea. Tutkimuksessa oli mukana Helsingin Sanomat, Iltasanomat, Uusi Suomi, Demari, Pohjalainen, Pohjolan Sanomat, Kainuun Sanomat, Keski-suomalainen ja Lapuan Sanomat. Tutkimuksen mukaan vanhuutta koskevat maininnat painottuivat lähinnä taloutta sekä sosiaali- ja terveydenhuoltoa käsitteleviin aiheisiin, joiden yhteisvaikutuksena näkökulma ikääntymiseen muodostui ongelmakeskeiseksi. Vanhukset olivat näiden lehtien mukaan yhteiskunnassa ongelma eivätkä voimavara.

Yhteiskunnassa vallitsevaa vanhuskuvaa tutki myös Tarja Husso, joska hänen tutkimuskohteenaan eivät olleet lehdet vaan kunnallispoliitikot. Hän oli kiinnostunut siitä, mitä kunnallispoliitikot ajattelevat vanhuksista, miten asennoituvat vanhuksia ja vanhuutta kohtaan. Tutkimusongelman ytimenä oli, millainen kuva tutkittavilla oli vanhuksista, vanhuudesta ja vanhenemisesta. Tutkimusjoukon muodosti Joensuun asunto-, kulttuuritoimen-, liikunta-, rakennus-, sosiaali-, teknisessä ja terveyslautakunnissa toimivat luottamushenkilöt sekä lautakuntiin kuulumattomat kaupunginvaltuuston ja -hallituksen jäsenet. 54 %:lla kunnallispoliitikoista oli positiivinen ja 37 %:lla negatiivinen vanhuskuva. Tutkimuksessa vanhuskuva koostui kognitiivisesta, affektiivisesta ja sosiaalipoliittisesta vanhuskuvasta. Kognitiivinen vanhuskuva pyrittiin selvittämään vastaajien vanhuksia koskevia tietoja mittaamalla. Affektiivinen vanhuskuva oli saatava selville vanhuksiin liittyvien väitteiden ja sananlaskujen avulla. Vastaaja pystyivät asennoitumaan väitteisiin positiivisesti tai negatiivisesti vanhusten kannalta ajatellen. Toiminnallinen

asennekomponentti eli sosiaalipoliittinen vanhuskuva selvitettiin asettamalla luottamushenkilöt vanhuksia koskeviin päätöksentekotilanteisiin.

Tässä tutkimuksessa olen käyttänyt tutkimuksen perimmäisistä kohteista eli ikääntyvistä ihmisistä erilaisia termejä, kuten vanhukset, ikääntyneet, ikäihmiset, eläkeläiset jne. Samoin elämänsä loppuajasta on käytetty erilaisia ilmauksia, kuten eläke-aika, eläkeläisyys, vanhuus. Termejä on käytetty neutraalisti siinä mielessä, että niiden kautta ja avulla en ole halunnut välittää minkäänlaista arvottavaa näkökulmaa ikääntymiseen. Esimerkiksi joissain yhteyksissä on esitetty, että termillä vanhus olisi negatiivinen "kaiku" ja että siihen liittyisi negatiivisia stereotyyppioita. Tässä tutkimuksessa ei mihinkään käytettyyn termiin ole haluttu liittää negatiivisia vaikutelmia eikä niiden käyttöä ole sen kummemmin problematisoitu.

## 2 VÄESTÖKEHITYKSESTÄ

Yksi tärkeimmistä väestönkehityksen piirteistä viime vuosikymmenien aikana on ollut vanhusväestön määrän lisääntyminen. Lähitulevaisuudessa vanhusten määrä ja osuus väestöstä kasvaa ja nuoremman väestön osuus pienenee. Vuonna 2000 arvioidaan joka kahdeksannen suomalaisen olevan yli 65 vuotias. Ns. suurten ikäluokkien tullessa eläkeikään 2010-luvulla tulee vanhusväestön määrä vieläkin lisääntymään (Karjalainen 1983, 106). Kun vanhusten suhteellinen väestönosuus kasvaa sanotaan väestön vanhenevan. Tämä piirre on yleinen etenkin kehittyneissä teollisuusmaissa. Väestön vanhenemiseen on vaikuttanut ihmisten eliniän pidentyminen, mikä on seurausta lähinnä parantuneesta terveydenhuollosta.

Vuoden 1985 lopussa 65 vuotta täyttäneiden lukumäärä oli Tilastokeskuksen mukaan 620 000 henkilöä. Lukumäärä kasvoi vuodessa lähes 15 000 henkilöllä eli 2,4 prosentilla. 75 vuotta täyttäneiden lukumäärä kasvoi 9 000:lla, mikä merkitsee peräti 3,8 prosentin lisäystä vuodessa. Tilastokeskuksen väestöennusteen mukaan 65 vuotta täyttäneiden lukumäärä vuonna 2000 on 760 000 ja Kansaneläkelaitoksen ennusteen mukaan noin 780 000. 75 vuotta täyttäneiden lukumäärän ennustetaan kasvavan nykyisestä noin 250 000:sta noin 330 000:een. Kasvu olisi siis 15 vuoden aikana runsaat 30 prosenttia, kun 65 - 74-vuotiaiden

määrä lisääntyisi vastaavana aikana runsaalla 15 prosentilla. Vanhusväestön osuus koko väestöstä kasvaa noin 15 prosenttiin. Taustaksi näille arvoille voidaan esittää jo tapahtunut kehitys. Vanhusväestön määrän kasvu vuodesta 1960 vuoteen 1980 oli noin 250 000 henkilöä ja vastaavasti kasvu vuodesta 1980 vuoteen 2000 on runsaat 200 000 henkilöä.

Suomessa oli vuonna 1992 yli 65-vuotiaita 695 000, joista lähes puolet oli täyttänyt 75 vuotta. 1990-luvulla 65 - 74-vuotiaiden määrä lisääntyy 10 % ja 75 - 84-vuotiaiden määrä 12 %. Suhteellisesti eniten kasvaisi kuitenkin yli 85-vuotiaiden määrä. Heitä oli vuonna 1990 noin 52 000, mutta vuonna 2010 jo 90 000 ja kymmenen vuotta myöhemmin 100 000 henkilöä. (Porio & Porio 1995, 53.) Vanhemmissa ikäryhmissä naiset ovat enemmistönä. Muutosta on kuitenkin tapahtumassa miesten hyväksi. Vuonna 1990 oli 65 vuotta täyttäneistä naisia 64 %. Vuonna 2000 ennustetaan naisia olevan 58 % eli miesten suhteellinen osuus on kasvamassa.

Demografisesti tarkasteltuna vanhusten lukumäärän kasvu Suomessa jollakin aikavälillä riippuu pääasiassa kahdesta tekijästä: toisaalta siitä, kuinka suuria ovat 65 vuotta täyttävät ikäluokat, ts. kuinka suuri on "uusien" vanhusten määrä, ja toisaalta 65 vuotta täyttäneiden ikäluokkien kuolleisuudesta. Osaltaan kehitykseen vaikuttaa myös siirtolaisuus, mutta sen merkitys nykyisissä ikäluokissa on ollut hyvin pieni. "Uusien" vanhusten lukumäärään on vaikuttanut syntyneiden määrä, mutta pelkkä vuosiluokkien suureneminen on saanut aikaan verrattain pienen lisäyksen. Tärkeämpi "uusien" vanhusten määrän kasvuun vaikuttanut tekijä on ollut tämän vuosisadan aikana tapahtunut kuolleisuuden aleneminen. Se on ollut voimakkainta imeväisikäisillä ja nuorilla. Sen ansioista yhä suurempi osa kustakin ikäluokasta saavuttaa 65 vuoden iän. Esimerkiksi vuosina 1896 - 1900 syntyneistä 65 vuoden iän saavutti 43 prosenttia, mutta kymmenen vuotta myöhemmin syntyneistä jo 51 prosenttia (Vanheneminen ja vanhusten huolto 1981, 18 Kolarin 1980 mukaan). Tämänhetkisen kuolleisuuden vallitessa 65 vuoden iän saavuttaisi 77 prosenttia elävänä syntyneistä.

Vanhusten määrän lisääntymiseen on vaikuttanut keskimääräisen odotettavissa olevan eliniän pidentyminen. Vuosisadan ensimmäisellä vuosikymmenellä syntyneiden keskimääräinen odotettavissa oleva elinikä oli miehillä Suomessa 43 vuotta ja naisilla 49 vuotta -

nyt vastaavat luvut ovat miehillä 70 vuotta ja naisilla runsaat 78 vuotta. Vuosituhannen vaihteessa syntyvien keskimääräisen odotettavissa olevan eliniän arvioidaan olevan miehillä noin 74 vuotta ja naisilla lähes 80 vuotta. Aivan uusimpien Tilastokeskuksen ja Kansaneläkelaitoksen arvioiden mukaan suomalainen mies eläisi tulevaisuudessa jo hieman lähemmäs naisten ikävuosia, vaikka eroa vielä olisikin. Väestöennusteita on tarkistettu jatkuvasti ja tarkistaminen on myös yleensä johtanut siihen, että vanhusväestön lukumäärä ja erityisesti iäkkäimpien vanhusten määrä näyttää jatkuvasti olevan uusissa ennusteissa suurempi kuin aikaisemmissa. (Vanhuspoliittinen katsaus 1988, 18 - 19.) Vaikka ihmisten keskimääräinen elinikä onkin noussut, ei ihmisen lajille ominainen elinikä ole noussut. Kullakin eläinlajilla on oma lajille ominainen elinikänsä. Ihmisellä se on 80 - 85 vuotta siten, että se on naisilla korkeampi eli 85 vuotta ja miehillä 80 vuotta.

### 3 ELÄKELÄISYYS

Vanhusten lukumäärän lisääntymiseen liittyy olennaisesti eläkkeellä olevan väestön lisääntyminen. Kun tulevaisuudessa on yhä enemmän vanhoja ihmisiä, on eläkeläisiä vastaavasti myös entistä enemmän. Eläkeläisyys ei kuitenkaan ole kovinkaan vanha "ilmiö". Eläkeläisyys on yleistynyt vasta viime aikoina, koska aikaisemmin ihmiset eivät eläneet niin kauan, että olisivat saavuttaneet eläkeiän (Kimmel 1990, 312). Eläkkeelle jääminen mahdollistui vasta teollistumisen jälkeen. Esimerkiksi keskiajalla ihmiset työskentelivät niin kauan kuin pystyivät, koska eläkejärjestelmiä ei ollut. Syntyvyyden alenemisen myötä ei ollut enää niin paljon lapsia elätettävänä, joten oli mahdollista tehdä tulonsiirtoja vanhoille ihmisille eläkkeiden muodossa. Myöhemmän yhteiskunnallisen kehityksen myötä eläkkeen katsottiin olevan eräänlainen palkkio siitä, että oli vuosia työskennellyt yhteiskunnan hyväksi. Kun yksilö oli vuosia antanut oman panoksensa yhteiskunnan hyvinvoinnin lisäämiseksi, oli hänellä vanhana oikeus nauttia tästä hyvinvoinnista eläkkeen muodossa. Eläkkeeseen ei kuitenkaan ollut oikeutta automaattisesti, vaan eläke piti ansaita työskentelemällä yhteiskunnan hyväksi. (Atchley 1988, 185-186.) Vaikka eläke tietyllä tavalla oli ansaittu, ei sillä aina ollut myönteistä vaikutusta yksilön sosiaaliseen asemaan. Kun ihminen jää eläkkeelle, hänen



yhteiskunnallinen statuksensa alenee, koska hän tulee riippuvaiseksi yhteiskunnasta, joka maksaa hänelle eläkkeen. (Markides & Cooper 1987, 3).

Monissa maissa eläkkeelle jääminen ja vanhuuden alkaminen liitetään yhteen. Esimerkiksi Suomessa 65 vuotta on virallinen kansaneläkeikäraja. Eri työeläkejärjestelmien mukaiset eläkeiät vaihtelevat järjestelmäkohtaisesti. Aina työeläkejärjestelmien syntyajoista lähtien kiinteää eläkeikää on käytetty työvoimapolitiikan välineenä, milloin kannustamaan ikääntyneitä työntekijöitä jatkamaan työssä pidempään, milloin siirtymään aiemmin pois työelämästä - noudattaen yhteiskunnan talouskehityksen heilahteluja - milloin määritellen ikääntyvät työntekijät "voimavaraksi", milloin taas "ongelmaksi" (Kuusinen & Tikkanen 1994, 310). Nykyään kuitenkin yhä useammat jäävät eläkkeelle ennen kuin ehtivät saavuttaa varsinaisen kansaneläkeiän. Tämän ovat mahdollistaneet erilaiset joustavat eläkejärjestelyt. Eläkkeellä olevat ovatkin hyvin eri ikäisiä, eläkeläisten väliset ikäerot saattavat olla jopa 30 vuotta tai enemmänkin. Eläkeläisten ei siis voida ajatella olevan homogeeninen väestöryhmä. Koska eläkeläiset ovat hyvin eri ikäisiä, on heidän joukossaan fyysiseltä ja psyykkiseltä terveydeltään erilaisia ihmisiä. Aikaisemmin eläkeläisyyteen liitettiin automaattisesti vanhuus ja sairaus, mutta nyt, kun keskimääräinen eläkkeelle jäämisikä on laskenut, ovat eläkeläiset nuorempia ja terveempiä kuin ennen. Ihmiset haluavat jäädä yhä nuorempina eläkkeelle, koska ovat silloin vielä fyysisesti hyvässä kunnossa ja haluavat nauttia elämästään terveinä.

Etenkin 1980-lukua on pidetty varhaisen eläkkeelle siirtymisen vuosikymmenenä. Tuolloin useimmissa kehittyneissä maissa otettiin käyttöön joustavat varhaiseläkejärjestelmät. Eläkkeelle siirtymistä haluttiin helpottaa ja ikääntyneet työntekijät käyttivätkin ahkerasti hyväkseen tätä mahdollisuutta ja hakeutuivat eläkkeelle jo vuosia ennen varsinaista eläkeikää. Suomessa keskimääräinen eläkeikä lasi niin historiallisesti kuin kansainvälisestikin tarkastellen poikkeuksellisen alas, 58 vuoteen. (Kuusinen & Tikkanen 1994, 310.)

### 3.1 Valmistautuminen eläkeikaan

Eläkkeelle jäämisellä on suuri merkitys ihmisen hyvinvoinnille. Ihmiset, jotka ovat joustavia ja ovat sopeutuneet hyvin aikaisemmissa elämänvaiheissaan tapahtuneisiin statukseen ja roolin muutoksiin, sopeutuvat yleensä hyvin myös eläkeläisyyden mukanaan tuomiin muutoksiin (Aitken 1995, 276). Mutta jos ihminen on kokenut jo työelämänsä aikana tapahtuneet muutokset raskaina ja vaikeina, saattaa myös eläkkeelle siirtyminen olla hankalaa. Eläkkeelle siirtymisen mukanaan tuomia muutoksia on pyritty pehmentämään ja ennakoimaan eläkkeellevalmennuksen avulla. Erilaiset eläkevalmennuskurssit ovat lisääntyneet viime aikoina. Kuusinen ja Tikkanen (1994, 315) määrittelevät eläkkeellevalmennuksen koulutukseksi, joka kohdistuu työelämän loppuvaiheessa oleviin työntekijöihin ja jonka ensisijaiset tavoitteet liittyvät yksilön elämänlaadun ja hyvinvoinnin turvaamiseen ja lisäämiseen siirryttäessä eläkkeelle. Nykyisin eläkkeellevalmennuksen tavoitteet liittyvät pääasiassa realistisen tiedon jakamiseen. Vähemmän on panostettu ehkäpä vaikeampaan, mutta ei kuitenkaan vähäisempään osaan eläkeellevalmennusta eli elämänmuutoksen kohtaamisen henkiseen tukemiseen. Vaikka eläkeläisten määrä on monissa maissa suuresti lisääntynyt, ei eläkevalmennuskursseille kuitenkaan osallistuta kovinkaan laajasti. Esimerkiksi Yhdysvalloissa alle 4 % osallistuu tarjolla olevaan eläkevalmennukseen, vaikka toimintaa on tarjolla noin 10 %:lle kaikista työntekijöistä. Englannissa on arvioitu, että vuosittain eläkkeelle siirtyvistä 5 % osallistuu toimintaan ja että työnantajan järjestämä eläkkeellevalmennus tavoittaa alla 10 % potentiaalisesta kohdejoukosta. Tutkittaessa suomalaista eläkevalmennusta on todettu, että sitä on tarjolla vain hyvin harvoilla työpaikoilla. (Kuusinen & Tikkanen 1994, 316-318.)

### 3.2 Eläkkeelle siirtyminen

Eläkkeelle jäämiseen ja sen kokemiseen vaikuttavat monet eri tekijät. Asennoitumiseen eläkkeellä oloon liittyy läheisesti yksilön taloudellinen tilanne: mitä suurempi on odotettavissa oleva eläke, sitä myönteisempää on asennoituminen eläkkeellä oloon. Myös ihmiset, jotka kokevat saavuttaneensa elämässään sen mitä halusivat, suhtautuvat eläkkeelle jäämiseen myönteisemmin kuin ne, jotka ovat edelleen sitoutuneita työhönsä. (Atchley 1988, 188.) On osoitettu, että tyytyväisyys eläkkeellä oloon on yhteydessä tyytyväisyyteen

työuran viimeisiin vuosiin (Huuhtanen 1994, 155). Kuusisen ja Tikkanen (1994, 310) mukaan eläkkeellesiirtymiskokemuksen näkökulmasta on luonnollisesti täysin eri asia, kokeeko henkilö tullessa siirretyksi, joutuneensa eläkkeelle, ilman omaa halua siihen vai katsooko hän tehneensä omaehtoisen valinnan tai vähintäänkin päässeensä eläkkeelle. Kimmelin (1990, 312) mukaan vapaaehtoisesti eläkkeelle jääneillä oli yleensä paremmat tulot, korkea ammatillinen asema ja hyvä terveys, heillä oli myös myönteisempi asenne eläkeläisyyttä kohtaan ja suurempi perheen tuki kuin pakon edessä eläkkeelle jääneillä. Edelleen myös työmarkkinoihin liittyvät muutokset, etenkin työn väheneminen ja työttömyyden lisääntyminen ovat vaikuttaneet asenteisiin eläkkeelle siirtymistä kohtaan. Eläkeläisen roolista on tullut hyväksytty, odotettu ja haluttu. (Kuusinen & Tikkanen 1994, 311.) Usein on jopa toivottavaa, että ikääntyvät jäisivät eläkkeelle ja näin antaisivat työpaikkansa nuoremmille. Tutkimusten perusteella on arvioitu, että vähintäänkin 2/3 eläkkeelle siirtyvistä on sellaisia, joilla ei ole vaikeuksia sen enempää työn jättämisessä kuin eläkeläisen roolin ottamisessa (Kuusinen ja Tikkanen 1994, 311).

Eläkkeelle jääminen on vaikeaa, jos ihmisen koko identiteetti määrittyy työn kautta. Usein koko ihmisen olemus liittyy työhön, hänen statuksensa, sosiaaliset suhteensa, minäkäsityksensä ja jopa syy elää liittyvät työhön (Aiken 1995, 258). Työstä pois jääminen saattaa muodostua kriittiseksi erityisesti miehille, koska eläkeläisen rooli ja eläkeläisille tarjolla olevat aktiviteetit eivät välttämättä ole sopusoinnussa perinteisesti maskuliinisina pidettyjen ominaisuuksien kanssa (Malassu ym. 1989, 215, Livsonin 1983 mukaan). Naisille eläkkeelle siirtyminen voi olla helpompaa, koska heille on jo ennen eläkkeelle siirtymistä kuuluneet kotityöt, joiden tekemistä he luonnollisesti jatkavat myös eläkkeellä olleessaan. Heille ei ehkä tule niin suuria muutoksia ajan käytössä kuin miehille tai he voivat täyttää päivänsä tekemällä kotitöitä ja sitä kautta kokea elämäntyyliensä jatkuvuuden. Naisten täytyy kuitenkin sopeutua siihen, että ennen päivät töissä ollut mies on nyt koko päivän kotona ja "tunkeutuu" naisen omalle reviirille (katso myös Dorfman 1992). Ihmiselle, jolle työ on ollut keskeinen elämänsisältö, saattaa eläkkeelle jääminen olla shokki ja vaatia pitkän sopeutumisajan. Eläkkeelle jääminen onkin tärkeä merkkipaalu ihmisen elämässä. Se merkitsee siirtymistä keski-ikästä vanhuuteen ja siirtymistä sosiaalisesta asemasta toiseen (Kimmel 1990, 305-306). Eläkkeelle jääminen on tapahtuma ja prosessi, johon kuuluu vetäytyminen työstä ja eläkeläisen roolin omaksuminen.

Eläkkeelle siirtymisen ajankohta sisältää monia kriisitapahtumiksi luokiteltavia muutoksia, joita ovat työn loppuminen, ajankäytön muutokset, ihmissuhteissa sekä yhteiskunnallisessa asemassa tapahtuvat muutokset. Yleensä myös käytettävissä olevat tulot laskevat, koska eläke on yleensä vain 60 - 66 % työaikaisesta ansiotasosta. Tämä voi vaikuttaa sekä toimeentuloon että kulutustasoon. Hyviä puolia eläkkeelle siirtymisessä ovat työssä olleiden raskaiden tai epämiellyttävien asioiden jättämisen mahdollisuus. Työstä luopumisen näkökulmasta eläkkeelle siirtymisen huonoja puolia ovat kaikki ne asiat, jotka työssä on katsottu hyväksi puoliksi. (Grönlund 1987, 22.)

Eläkkeelle siirtyminen on yksi keskeisimmistä elämänsä elämänkulun “merkkipaaluista” iäkkään ihmisen elämässä. Ihmisellä on käsitys tai tuntu elämän keskeisten tapahtumien sopivasta ajoittumisesta. Tämä tuntu syntyy ihmisen sisäisistä ja ulkoapäin tulevista kokemuksista (Malassu ym. 1989, 209). Ihminen vertaa omaa elämäänsä muiden elämään ja sitä kautta muodostaa sopivan “aikataulun” omalle elämälleen. Eläkkeelle siirtymisen kokemukseen vaikuttaa yksilön oma kokemus eläkkeelle jäämisen oikea aikaisuudesta. Kun ihminen on pystynyt ennakoimaan eläkkeelle siirtymisen mukanaan tuoman elämänmuutoksen, on hänen helpompi sopeutua siihen. Ennalta odotettavissa olevat, oman yhteisön aikataulun mukaiset elämänmuutokset aiheuttavat vähemmän psykososiaalista stressiä kuin äkilliset, ennalta arvaamattomat tai “väärin ajoittuneet” muutokset (Malassu ym. 1989, 209).

Eläkkeelle siirtymisessä on Koskinen (1983) mukaan ennen muuta kysymys ajankäytön uudelleen järjestämisestä. Eläkeläisen roolia luonnehditaan usein epämääräiseksi ja selkiytymättömäksi. Aikaisemmissa elämänvaiheissa (lapsuus, nuoruus, aikuisuus, vanhemmuus) odotukset olivat paljon selkeämmät. Näissä ikävaiheissa olevilta odotetaan tietyn tyyppistä käyttäytymistä ja toimintaa. Eläkeläisen rooliin ei enää liitykään yhtä selviä odotuksia. Ei ole vielä vakiintuneita käsityksiä siitä, mitä eläkeläisen tulee tehdä, miten hänen tulee toimia, mitä häneltä odotetaan. Eläkeläisen roolia leimaa myös se, että roolin jatkuvuus ei ole enää itsestään selvää kuten varhaisemmissa elämänvaiheissa.

Simo Forss (1989) havaitsi omassa tutkimuksessaan, että eläkkeelle siirtymiseen asennoituminen on yhteydessä erilaisiin konkreettisiin asioihin, kuten taloudelliseen toimeentuloon, terveydentilaan ja siviilisäätyyn. Jos ihmisen odotettavissa oleva eläke on

niin suuri, että sen takaa hyvän toimeentulon, on asennoituminen eläkkeelle siirtymiseen positiivisempaa. Terveys saattaa vaikuttaa eläkkeelle siirtymiseen niin, että ihmiset, joiden terveys on huono haluavat siirtyä eläkkeelle aikaisemmin. Etenkin varhaiseläkkeelle siirrytään terveydellisistä syistä. Siviilisäädyllä on myös oma vaikutuksensa eläkkeelle siirtymiseen, sillä perheenjäsenen eläkkeelle jääminen on koko perheen asia. Eläkeaikana miehen ja naisen roolierot saattavat kaventua ja esimerkiksi perheen sisäiset tehtävät jaetaan yleensä tasaisemmin. Tämä vaikuttaa tietysti miehen ja naisen suhteisiin perheen jäsenenä. (Forss 1989, 13-19.) Väitöskirjatyössään Forss (emt.) kehitti tutkimuksensa kokonaistuloksena kuvan vanhuuseläkkeelle siirtymisen yhteydessä merkittävistä hyvinvointitekijöistä. Tällaisia hyvinvointitekijöitä olivat taloudellinen tilanne, terveydentila, sosiaaliturvaa koskeva tieto, ihmissuhteet, aktiivisuus sekä asenne eläkkeelle siirtymiseen. Tutkimus osoitti, että hyvinvoinnin eri osatekijät kasautuivat. Aktiiviaikainen työ, taloudellinen tilanne ja tieto muovasivat yleistä hyvinvointia siten, että eläkkeelle siirryttäessä löytyi hyväosaisia ja toisaalta huono-osaisia, joille oli tyypillistä hyvinvointitekijöiden hyvien tai huonojen puolien kasautuminen. Eläkkeelle siirtymisen seuraukset voitiin näin ollen johtaa osittain aika pitkälti henkilöiden aktiiviaikaisesta sosiaaliasemasta. (Forss 1989, 17.)

Eläkkeelle siirtymistä on tutkinut myös Tikkanen (1992). Hänen tutkimuksensa perusjoukon muodostivat eläkkeellesiirtymisvaiheessa olevat suomalaiset. Tutkimukseen osallistujien lopullinen joukko koostui kaikkiaan 247 henkilöstä, jotka olivat eri kaupungeista (Tampere, Jyväskylä, Kuopio, Oulu ja Lahti). Eläkkeellesiirtymisvaihe ihmisen elämässä alkoi useimpien (47 %) vastaajien mielestä jo aiemmin kuin työpaikan oven sulkemisesta viimeisen kerran. Eläkkeelle siirtyminen ja siihen valmistautuminen olivat tämän tutkimuksen mukaan pitkäaikainen prosessi. Suurin osa tutkittavista (80 %) oli sitä mieltä, että eläkkeelle siirtyminen muutti heidän elämänsä. Vastaajien mielestä muutokset, joita eläkkeelle siirtyminen useimmiten toi mukanaan liittyivät ensisijaisesti ajankäyttöön. Eläkkeelle siirtymisen onnistumisen esitettiin riippuvan asennoitumisesta, mutta tärkeinä pidettiin myös terveyttä, harrastuksia, taloudellista tilannetta sekä ihmissuhteita. Asennoituminen piti sisällään tietynlaisen suhtautumisen elämään, yhteiskuntaan ja tulevaisuuteen.

Leveelahden ja Taskisen (1991) tutkimuksen perusjoukkona olivat niin ikään Tampereella, Jyväskylässä, Kuopiossa, Oulussa ja Lahdessa asuvat vuosina 1927 ja 1929 syntyneet henkilöt, jotka eivät tutkimusajankohtana olleet vielä siirtyneet eläkkeelle. Tutkittavat arvioivat eläkkeelle siirtymisen merkitystä ennakoidusti asteikolla: -2 = tapahtuma on kielteisessä mielessä merkittävä, -1 = tapahtumalla on jonkin verran merkitystä, laadultaan kielteistä, +1 = tapahtumalla on jonkin verran merkitystä, laadultaan myönteistä, +2 = tapahtuma on myönteisessä mielessä merkittävä. Suurin osa vastaajista (93 %) koki eläkkeelle siirtymisen myönteisenä. Vain kahdelle prosentille vastaajista eläkkeelle siirtymisellä oli selvä kielteinen merkitys. 68 % vastaajista oli sitä mieltä, että eläkkeelle siirtyminen tietää ihmiselle hyvää, kun taas vain vajaa prosentti ennusti eläkkeelle siirtymisen tietävän huonoa. Noin viidesosa vastaajista arvioi eläkkeelle siirtymisen tietävän sekä hyvää että huonoa. Positiivista asennoitumista eläkkeelle siirtymistä kohtaan osoitti myös se, että valtaosa vastaajista (noin 64 %) odotti eläkeaikaa innolla tai koki sen mieluisana vaiheena elämässä. Luonnollisina vaiheena sitä piti noin viidesosa vastaajista. Ristiriitaisin ajatuksin eläkeaikaa odotti 6 % vastaajista ja epämieluisana sen koki noin 5 % vastaajista. Noin 2 % vastaajista ei ajatellut eläkeaikaa lainkaan, mikä omalla tavallaan osoitti kielteistä tai välinpitämätöntä asennoitumista.

#### 4 "HYVÄN VANHENEMISEN" MALLEJA

Yhteiskunnassamme ajatellaan yleisesti, että ihmiset jotka siirtyvät eläkkeelle, ovat vanhoja. Eläkkeelle siirtyminen ja vanhuus liittyvät ihmisten mielissä kiinteästi yhteen. Eläkkeelle siirtyvän ihmisen on sopeuduttava sekä eläkkeelle jäämisen että vanhenemisen mukanaan tuomiin muutoksiin. Kautta aikojen on esitetty teorioita ja näkemyksiä siitä, millaista olisi hyvä vanheneminen. Eri aikoina on painotettu erilaisia toimintamalleja ja -tapoja.

##### 4.1 Irtautumisteoria

Irtautumisteoria hahmottui 1960-luvun alussa. Sen mukaan vanhenemiseen kuuluu olennaisesti yksilön ja yhteiskunnan "väistämätön toisistaan eroaminen tai irtautuminen,

joka seuraa vanhenevan yksilön ja muiden samaan sosiaaliseen järjestelmään kuuluvien vuorovaikutuksen vähenemisestä" (Jylhä 1990, 107 Cummingin ja Henryn 1961, mukaan). Usein ihmisen elämän keskeinen ja hallitseva tekijä nuoruudessa ja keski-iässä on työ. Vanhetessaan ja eläkkeelle jäädessään ihminen luopuu työstään ja työroolistaan ja siirtyy eläkkeelle. Työroolista luopuminen vapauttaa ihmisen monista työhön liittyvistä velvollisuuksista. Miehellä eläkkeellejääminen ja naisella leskeksi jääminen ovat rajapyykkejä, jotka kertovat keskeisten elämäntehtävien saattamisesta päätökseen, siksi niitä voidaan pitää merkkeinä irtautumisprosessin alkamisesta. Irtautumisen myötä yhteiskunnan sosiaaliset normit ja paineet eivät enää samalla tavalla sido ihmistä kuin silloin, kun tämä vielä oli työelämässä.

Irtautumisteorian mukaan on oleellista, että irtautuminen on iäkkään ihmisen onnellisuuden ja tyytyväisyyden välttämätön edellytys. Vuorovaikutuksesta irtautumisella vanheneva ihminen voi saavuttaa sellaisen uuden tasapainotilan, joka johtaa tyytyväisyyteen ja onnistuneeseen vanhuuteen. "Irtautunut" ihminen on tehtävistään vapaa, ja juuri vapaus voi tehdä vanhuudesta nautittavan ajan (Jylhä 1990, 107 - 108 Cummingin 1963, mukaan). Vanhuuteen hyvin sopeutuneet olivat Cummingin ja Henryn tutkimuksen mukaan löytäneet tasapainotilan irtautumisen ulkoisten ja sisäisten aspektien välille. Mennyt elämä oli heidän kokemusmaailmassaan integroitunut kokonaisuudeksi, jonka he saattoivat hyväksyä. He myös näyttivät jollakin tavoin hyväksyvän tiedon kuoleman läheisyydestä ja heidän elämäntilannettaan luonnehti tietty vapaus jokapäiväisistä huolista ja velvollisuuksista. Irtautumisteorian mukaan kuoleman välttämättömyydestä ja läheisyydestä tuleekin ikääntyvän ihmisen elämän keskeinen asia. Irtautumisprosessin avulla yksilö valmistautuu kuolemaan. Ihminen on valmis kuolemaan, koska hän on valmistautunut siihen irtautumalla sosiaalisista rooleistaan ja toiminnoistaan. (Albaum 1985,17.)

Kuusisen ja Tikkasen (1994) mukaan irtautuminen on ihmisluontoon kuuluva sisäsyntyinen ja universaali prosessi, joka myötäilee sitä, että ikääntyvä ihminen kiinnostuu enemmän itsestään ja vähemmän sosiaalisesta ja ulkopuolisesta. Näin irtautuminen palvelee yksilön hyvinvoinnin säilymistä, kun yksilö ikääntymiseen liittyvien voimavarojen vähetessä ei kykene täysipainoisesti olemaan mukana yhteiskunnan toiminnoissa. Psykologisesti irtautunut yksilö saavuttaa uuden henkisen ja sosiaalisen tasapainon, jota luonnehtii

suurempi psykologinen etäisyys, vähentynyt vuorovaikutus ja erilaiset toimintatavat suhteessa ympäristöön. Irtautumisteorian mukaan työ on ihmisen keskeisin elämänalue ja irtautuminen alkaa eläkkeelle siirtymisestä, joka voidaan määritellä yhteiskunnan antamaksi "luvaksi" yksilölle irrottautua vaativista yhteiskunnallisista rooleista. (Kuusinen & Tikkanen 1994, 311.)

Tarkasteltaessa Et-lehdessä vuosina 1974 ja 1994 olleita henkilöjuttuja irtautumisteorian valossa, ei teoria juurikaan saa vahvistusta. Näkemystä irtautumisesta ei tänä päivänä paljoakaan käytetä selittämään vanhojen ihmisten elämää. Irtautumisteorian mukainen kuoleman läheisyyden tunnustaminen ei tullut esille lainkaan. Yksikään artikkeleissa esiintynyt henkilö ei maininnut kuolemaa. Useimmat olivat kyllä irtautuneet työelämästä, mutta jatkoivat muuten vuorovaikutusta ja sosiaalista toimintaa.

#### 4.2 Aktiivisuusteoria

Aktiivisuusteoria oli vahvasti esillä 1940- ja 1950-luvuilla ja jälleen 1990-luvulla. Aktiivisuusteorian perusajatus on yksinkertaistettuna, että yksilö muovaa ja tarkentaa käsitystä itsestään sen kautta, mitä toiset hänestä ajattelevat ja kuinka he häntä kohtaan käyttäytyvät. Jotta voisi säilyttää selkeän kuvan itsestään ja saada vahvistusta itsetunnolleen, on oltava aktiivisesti tekemisissä muiden kanssa (Jylhä 1990, 111). Luovuttuaan työelämästä vanhenevan ihmisen saattaa olla vaikea löytää myönteistä minäkuvaa tukevaa tekemistä. Välttyäkseen vieraantumiselta, sopeutuakseen muuttuneeseen tilanteeseen ja voidakseen tuntee tyytyväisyyttä on tärkeää löytää uusia rooleja ja uutta tekemistä menetetyin sijaan. Vanhuutta ei pitäisi nähdä "roolittomana roolina", vaan menetetyt roolit pitäisi korvata uusilla ja aktiivisuuden pitäisi säilyä vielä vanhuudessakin. Aktiivisuusteorian mukaan vanhuuteen sopeutumisessa on keskeistä erilaisten toimintojen ja sosiaalisten suhteiden säilyttäminen ja jopa lisääminen vielä elämänkaaren loppuvaiheissakin. Aktiivisuusteorian käsityksen mukaan vanheneminen on normaalia ja onnistunutta silloin, kun yksilön asenteet ja toimintatavat pysyvät samanlaisina kuin ne olivat keski-iässä.

Aktiivisuusteorian mukaan ei ole niinkään tärkeää, että ikääntyvällä yksilöllä on yhtä paljon aktiviteetteja kuin hänellä oli keski-iässä, kuin se miten hän kokee nämä jäljellä olevat



aktiviteetit. Vaikka aktiviteetteja olisikin lukumääräisesti vähemmän kuin aikaisemmin (esimerkiksi huonontuneen terveyden takia), voi niistä saatava tyydytys ja mielihyvä olla aivan yhtä suuri kuin keski-ikässä useammista aktiviteeteista saatu. (Albaum 1985,12-14.)

Aktiivisuusteorian ongelmana on ollut mm. aktiivisuuden määrittelemisen. Aktiivisuus ei merkitse kaikille ihmisille samaa asiaa. Yleisesti vanhuksen ajatellaan olevan aktiivinen, jos hän vielä iäkkäänäkin osallistuu vilkkaasti erilaisiin toimintoihin. Esimerkiksi toimii järjestöissä, harrastaa erilaisia asioita jne. Mutta aktiivista toimintaa ei ole ainoastaan tällainen kodin ulkopuolella tapahtuva, muiden ihmisten havainnoitavissa oleva toiminta. Jollekin vanhukselle aktiivista toimintaa saattaa olla sanomalehtien lukeminen. Jos ihminen on koko elämänsä ajan ollut työelämässä mukana eikä hänellä ole omasta mielestään ollut riittävästi aikaa lukea sanomalehtiä, hänen haaveenaan on voinut olla vanhuus, jolloin hän voi lukea lehtiä niin paljon kuin haluaa. Hänelle sanomalehtien lukeminen on mitä aktiivisinta toimintaa. (Rantamaa, suullinen tieto.)

Aktiivisuusteorian mukainen vanheneminen todentui myös Et-lehden vuosien 1974 ja 1994 henkilöjutuissa. Kliseemäinen toteamus eläkeläisten jatkuvasta kiireestä kävi ilmi artikkeleissa:

*“Aini-rouva sanoo, että eläkkeellä mies on ollut menossa enemmän kuin maaherra-aikoinaan. Paljon aikaa vievä mutta hyvin mieluinen tehtävä on edelleenkin Suomen Sotainvalidien Veljesliiton puheenjohtajuus.” (Et 2/94)*

Aktiivisuus ei ole vain 1990-luvun vanhuksille ominainen elämäntyyli vaan jo 1970-luvun alussa ikäihmiset pyrkivät olemaan mahdollisimman kauan mukana erilaisissa toiminnoissa. Vuosia sitten eläkkeelle jäänyt näyttelijätär jatkoi näyttelemistä ja ohjaamista vielä kahdeksan vuoden kuluttua eläkkeelle jäämisestään, sillä *“hänhän on niitä ihmisiä, joka ei ole tottunut paikoillaan istumaan.”* (Et 2/74). Vuoden 1974 lehtien henkilöjutuissa aktiivisuutta korostetaan lähes yltiömäisesti. Monien juttujen otsikoissa erityisesti korostetaan aktiivisuutta passiivisuuden vastakohtana: *“Alina monitoiminen”* (Et 2/74), *“Annan ja Eliaksen askareet: Päivä kuluu jottei perässä kerkiä”* (Et 2/74), *“Tarzanin ääni häipyi Palkokentältä, mutta Lauri Kuosmanen ei kyyhötä tuolissa”* (Et 3/74), *“Pekan*

*Päiväkäskey: Ei päivääkään ilman jonkinlaista työtä*” (Et 4/74), *”Tuhannen työn Alma, 73”* (Et 9/74), *”Harry Degerth ei koskaan halua istua tyhjän panttina”* (Et 11/74).

### 4.3 Jatkuvuusteoria

Jatkuvuusteorian mukaan ei irtautumisteoria eikä aktiivisuusteoria ole riittävän täydellinen kuvaamaan ikääntymisen monimuotoisuutta (Albaum 1985,19). Jatkuvuusteorian perusotaksuma on, että vanhetessaan ihminen pyrkii jatkamaan elämäntyyliään sellaisena, millaiseksi se aiemmissa elämänvaiheissa on muotoutunut. Yksilö pyrkii vanhuudessaankin säilyttämään ne käyttäytymismallit, jotka hän on omaksunut aikaisemmissa elämänvaiheissa. Parhaiten vanhuuteen sopeutuu jatkamalla samanlaista elämäntyyliä kuin aikaisemmin. Jatkuvuusteorian mukaan sopeutumisen kannalta keskeinen käsite on kullekin yksilölle tunnusomainen henkilökohtaisten tavoitteiden hierarkia. Jos henkilö arvostaa esimerkiksi työn korkealle tässä hierarkiassa, saattaa eläkkeelle siirtyminen olla ongelmallista. Jos erilaiset vapaa-ajan toiminnot ovat korkealle arvostettuja, ei eläkkeelle siirtyminen merkitse kovinkaan suurta muutosta elämään. Ongelmallisinta eläkkeelle siirtyminen on niille henkilöille, joiden koko identiteetti nojautuu pelkästään työrooliin. (Pohjolainen 1983, 110-111.) Vanhetessa joutuu tietenkin kohtaamaan sellaisia muutoksia, joille ei sinänsä voi mitään. Olisi kuitenkin pidettävä yllä jatkuvuutta niissä asioissa, joissa se on mahdollista.

Jatkuvuusteorian mukaan ”hyvä” vanheneminen voi olla sekä irtautumis- että aktiivisuusteorian mukaista. Yksilön aikaisempi elämäntyyli vaikuttaa siihen, kuinka vanheneminen koetaan. Jos ihminen pystyy jatkamaan aikaisemmin omaksumaansa elämäntyyliä vanhuudessa - oli se sitten irtautumisteorian tai aktiivisuusteorian mukainen - hän on tyytyväinen elämäänsä. Keskeistä on oman elämäntyylin jatkuvuuden kokeminen. (Albaum 1985, 19.)

Atchleyn (1993) mukaan jatkuvuusteoria on kehityksellinen. Teoria olettaa, että ajatus- ja toimintamallit, joita ihmiset käyttävät, kehittyvät ja kestävät kautta vuosien. Ajatus- ja toimintamallien kehityksen suunta voidaan usein tunnistaa. Yksilö persoonana ei pysy muuttumattomana, mutta persoonan kehityksen suunta on kuitenkin yhdenmukainen

yksilön menneisyyden kanssa. Jatkuvuusteoria on myös rakenteellinen: ihmiset kehittävät elämäkokemustensa perusteella aktiivisesti yksilöllisiä mielikuviaan ja käsityksiään. Tärkeimmät mielikuvat koskevat käsitystä itsestä ja omasta elämäntyylistä. Jatkuvuusteoriaan liittyy sopeutuminen. Yksilöt eivät tee valintojaan vain saavuttaakseen tavoitteita vaan sopeutuakseen jatkuvasti muuttuviin olosuhteisiin. Jatkuvuusteoriassa on kyse valinnaisesta sopeutumisesta eli ihmiset tekevät päätöksiä siitä, mihin asioihin on paras keskittyä kehittääkseen tietojaan ja taitojaan. Päätökset perustuvat aikaisemmin muilta saatuun palautteeseen. Jatkuvuusteoria ei ole teoria menestyksellisestä vanhenemisesta. Teoria olettaa sekä jatkuvuutta että muutosta ja että ihmiset suosivat jatkuvuutta. Jatkuvuus viittaa toimintamallien johdonmukaisuuteen ja erityiset muutokset antavat merkitystä kokonaisuuden jatkuvuudelle. (Atchley 1993, 5 - 6.)

Atchley (1993) erottaa jatkuvuusteoriassa kaksi ulottuvuutta: sisäisen (internal) ja ulkoisen (external) jatkuvuuden. Sisäinen jatkuvuus on erilaisten psykologisten mallien, kuten luonteen, kokemusten, mieltymysten, taitojen, mielenlaadun, asenteiden, arvojen, uskomusten ja maailmankuvan, pysyvyyttä. Minä (self) ja identiteetti ovat kaksi sisäistä henkistä rakennetta, jotka säilyvät kautta aikojen. Ulkoinen jatkuvuus määritellään fyysisten rakenteiden ja sosiaalisten ympäristöjen sekä rooleihin kuulumisen ja toimintojen (activities) kautta. Käsitykset ulkoisesta jatkuvuudesta nousevat olemisesta ja tekemisestä tutuissa ympäristöissä, tuttujen taitojen harjoittamisesta ja vuorovaikutuksesta tuttujen ihmisten kanssa.

Sekä sisäiseen että ulkoiseen jatkuvuuteen liittyy aktiivisuus. Sisäiseen jatkuvuuteen aktiivisuus liittyy sellaisten käsitteiden kuin suuntautuminen aktiivisuuden alueisiin, kyky aktiivisuuteen ja mieleisten toimintojen kautta. Aktiivisuuden alueita ovat työpaikat, järjestöt, perheet ja vapaa-ajan ohjelmat. Ihmiset eivät suhtaudu em. alueisiin samalla tavalla vaan he suuntaavat aikaansa ja energiaansa eri alueisiin mieltymystensä mukaisesti. Kyky aktiivisuuteen viittaa tietoihin ja taitoihin, joita tarvitaan jonkin tietyn toiminnan harjoittamisessa. Vanhat ja nuoret ihmiset suosivat erilaisia toimintoja, jotka vaativat erilaisia tietoja ja taitoja. Jo hyvin nuorina ihmiset tajuavat, että kaikkia toimintoja ei voi hallita ja he valitsevat kokemustensa perusteella ne toiminnot, jotka tuntuvat mielenkiintoisimmilta ja tarjoavat suurimmat kehitysmahdollisuudet. Ihmiset arvostavat eri

toimintoja omien arvojensa ja arvostustensa mukaisesti. Arvostuksiin vaikuttavat sosiaaliset normit ja tyydytys, jota toiminnan harjoittamisesta saadaan. Ulkoiseen jatkuvuuteen liittyy toimintojen lukumääräinen väheneminen ja toimintoihin käytettävän ajan väheneminen ikääntymisen myötä. Kyse ei kuitenkaan ole toiminnoista vetäytymisestä vaan valinnasta. Optimoinnin avulla ikääntyvät ihmiset lisäävät ja rikastuttavat valittuihin toimintoihin suuntaamaansa kapasiteettia. Keskitämällä energiaa ja voimavaroja tiettyihin toimintoihin, ihmiset voivat saada tyydytystä, vaikka joutuvat luopumaan joistakin toiminnoistaan. Jatkuvuusteorian ulottuvuudet - sisäinen ja ulkoinen aktiivisuus - antavat käsityksen siitä, kuinka ihmisen aktiivisuus muuttuu ja kehittyy ihmisen ikääntyessä. (Atchley 1993, 7 - 15.)

Myös Et-lehdissä vuosina 1974 ja 1994 esiintyneet henkilöt jatkoivat aikaisemmissa elämänvaiheissa omaksumiaan toimintoja ja elämäntyyliä myös vanhuudessa ja eläkkeellä ollessaan. Etenkin näyttelijät ja kirjailijat jatkoivat työtään eläkkeellä ollessaan. Työllä ei enää ollut suurtakaan taloudellista merkitystä eikä sitä olisi ollut pakko jatkaa, mutta työ toi jatkuvuutta ja sisältöä eläkepäiviin ja rytmitti ajankäyttöä:

*“Minä kirjoitan kirjan valmiiksi ja lähdän lämpimään helmikuussa. Työrytmi on se, että kirja kevääksi valmiiksi ja sitten pidetään kesää. Loppukesästä uusi aihe alkaa pyöriä mielessä ja syksyllä alan työstää sitä kirjaksi.” (Et 2/94)*

Työstä ei osattu eikä haluttu luopua, kun sitä oli koko elämän ajan tehty. Vanhat ihmiset olivat myös sisäistäneet työn etiikan siinä määrin, että pelkkä oleilu eläkkeellä ei ehkä tuntunut kovin mielekkäältä:

*“Tuonne liiterin taakse kun keväällä tuotiin noita metsänperkuujätteitä niin niistä minä aina muutaman klapin päivässä naputtelin ja syksyllä oli sitten puut liiterissä. Mitä sitä saunapuuta muualta ostelemaan, kun itse vielä kykenee. Eikä sitä näitä maalaistalon hommia osaa kerralla lopettaa ja täysin oloneuvokseksi jäädä kun on ikänsä töitä tehnyt, sanoi Elias.” (Et 2/1974)*



Eläkkeelle jäämisen myötä työnteko on usein vähentynyt, mutta sitä ei haluta eikä osata yhtä äkkiä lopettaa. Työntekoa jatketaan sen mukaan kuin jaksetaan, vaikka mikään pakko ei olisikaan.

#### 4.4 Kritiikkiä teorioita kohtaan

Jyrkämän ja Randellin (1987, 81) mukaan tutkimustulokset eivät aina tue edellä mainittuja teorioita tai saattavat tukea jopa päinvastaisia näkemyksiä. Esimerkiksi irtautumisteorian ei voida ajatella koskevan koko vanhusväestöä vaan ainoastaan kaikkein vanhimpia vanhuksia. On myös sanottu, että koko ihmisen elämänsäkaari olisi sarja jatkuvasti tapahtuvia

irtautumisia ja uudelleen kiinnittymisiä ja näin ollen irtautuminen ei olisikaan ainoastaan vanhuuteen liittyvä asia. Teorioita on myös kritisoitu siitä, että ne sisältävät tietynlaista normatiivisuutta. Ne eivät ainoastaan selitä vanhenemistä vaan määrittelevät millaista on “onnellinen vanhuus” ja milloin vanhenemistä voidaan pitää yksilön kannalta onnistuneena. Irtautumisteorian mukaan onnellisuus seuraa onnistuneesta irtautumisesta, aktiivisuusteoriassa onnellisuuden perusteena on menetyksiä kompensoiva aktiivisuus. Tässä mielessä teoriat ovat pitkälle työkeskeisen yhteiskunnan tuotteita. Vanhuus on tila, johon työelämän ulkopuolelle jäävien, ikääntyvien ihmisten tulisi tavalla tai toisella sopeutua ja johon heidät tulisi sopeuttaa. (Jyrkämä & Randell 1987, 81.)

Irtautumisteoriaa on kritisoitu siitä, että se on liian suoraviivainen ja olettaa kaikkien ihmisten vanhenevan samalla tavalla. Passuthin ja Bengtsonin (1988, 336) mukaan kaikki ihmiset eivät kuitenkaan irtaudu sosiaalisesta vuorovaikutuksesta vanhenemisen myötä, vaan jatkavat sosiaalista toimintaansa kuten aikaisemmin. Vaikka he eivät irtaudukaan vuorovaikutuksesta, voivat he kuitenkin sopeutua vanhenemiseen hyvin. Tämän suuntainen kritiikki ei Cummingin ja Henryn (1961, Passuthin ja Bengtsonin 1988, 336 mukaan) mukaan kuitenkaan kumoa irtautumisteoriaa, vaan henkilöt, jotka eivät vanhetessaan irtaudu, eivät sopeudu vanhenemiseen tai heidän irtautumisensa tapahtuu “väärään” aikaan. Näin ollen menestyksellinen vanheneminen edellyttäisi aina irtautumista. Jokaisessa yhteiskunnassa on kuitenkin yksilöitä, jotka jatkavat sosiaalista vuorovaikutustaan ja yhteiskunnallista osallistumistaan kuolemaansa saakka. Ja ovat kuitenkin hyvin sopeutuneita vanhenemiseensa ja tyytyväisiä elämäänsä. Irtautumisteoria ei voikaan olla ainut menestyksellisen vanhenemisen selittäjä vaan täytyy myös olla muita “reittejä” menestykselliseen ikääntymiseen.

Aktiivisuusteorian mukainen menestyksellinen ikääntyminen näyttäisi olevan vain terveiden ja toimintakykyisten vanhusten ulottuvilla. Jos ihminen ei pysty esimerkiksi huonontuneen terveyden takia olemaan aktiivisesti tekemisissä toisten ihmisen kanssa ja harrastamaan erilaisia asioita, hän ei aktiivisuusteorian mukaan pystyisikään sopeutumaan vanhenemiseen ja olemaan tyytyväinen elämäänsä. Aktiivisuusteoriassa pitäisikin toimintojen ulkoisen havainnoinnin sijasta keskittyä tutkimaan erilaisten, myös passiivisten toimintojen, merkitystä ihmisen hyvinvoinnille.

#### 4.5 Uudet suuntaukset tutkimuksessa

Tällä hetkellä - 1980-luvulla ja kuluvalle vuosikymmenellä - vanhustutkimuksen uusina tutkimussuuntina ovat yleistyneen vanhenemisen poliittinen taloustiede, elämänkulututkimus, feministinen tutkimus, kasvatustiede, poliittinen ja globaali gerontologia sekä humanistinen näkemys vanhenemiseen. Vanhenemisen poliittinen taloustiede kiinnittää huomioita erityisesti ikääntyvien yhteiskunnallisen riippuvuuden lisääntymiseen sekä vanhenemisen luokka-, sukupuoli- ja rotusidonnaisuuteen. Kriittisen suunnan edustajat ovat halunneet myös muuttaa käsityksiä väestön vanhenemisen aiheuttamista katastrofaalisista seurauksista. Elämänkultuteoriassa halutaan yhdistää yksilölliset elämänvaiheet sekä historiallinen muutos. Naistutkimuksessa on tarkasteltu sukupuolten välistä erilaisuutta ja eriarvoisuutta sekä naisten alistettua asemaa vanhetessa. Kasvatustaloustiede keskittyy ikääntyneiden koulutukseen, opettamiseen ja oppimiseen liittyviin kysymyksiin. Poliittisessa gerontologiassa keskeisenä tarkastelun kohteena ovat ikääntyneiden poliittiset asenteet ja äänestyskäyttäytyminen, poliittinen organisoituminen sekä yleensä valtakysymykset. Vanhenemisen maailmanlaajuiset kysymykset sekä kansainväliset vertailut puolestaan ovat globaalin gerontologian kiinnostuksen kohteina. Humanistinen vanhenemisen tutkimus on syventänyt näkemystä ikääntymisen, historiallisen kehityksen ja kulttuuristen olojen välisestä yhteydestä. (Koskinen 1994, 81-82.)

Vaikka vanhenemisen tutkimuksessa onkin tullut vuosien myötä esille uudenlaisia tutkimussuuntia ja uusia painotuksia, ei vanhoja teorioita ole kuitenkaan unohdettu. Vanhoja teorioita on kehitelty ja niihin on tuotu uusia aineksia ja ulottuvuuksia. Esimerkiksi aktiivisuusteoriaan on tuotu fenomenologista sisältöä, jatkuvuusteoriaan elämäntyylinäkemyksiä ja irtautumisteoriaan kognitiivisia ja motivaatioon liittyviä näkökulmia (Koskinen 1994, 82).

#### 5 MITÄ ON AKTIIVISUUS?

Rantamaan (1995) mukaan sosiaaligerontologisessa tutkimuksessa on alusta lähtien pyritty osoittamaan aktiivisuuden merkitys "hyvän", "onnellisen" ja "onnistuneen" vanhuuden

kannalta. Aktiivisuuden on ajateltu tarkoittavan monenlaisia eri asioita. Se voi tarkoittaa mitä tahansa toimintaa ja jopa tietynlaista asennetta elämään. Ikääntyvien aktiivisuutta on tutkittu mm. ajankäytön, elämäntavan ja tietyn yksittäisen toiminnan näkökulmasta. Tutkijat ovat määritelleet, mikä on ja mikä ei ole aktiivisuutta. Ikääntyville sopivat aktiivisuuden muodot samoin kuin merkityksetkin ovat vaihdelleet ajan myötä. Useimmiten aktiivisuus on tarkoittanut fyysistä, näkyvää ja helposti mitattavaa toimintaa. Aktiivisuuden subjektiiviset määrittelyt ja kokemukset ovat jääneet vähemmälle huomiolle. (Rantamaa 1995, 1.)

Aktiivisuus on jaettu "hyvään" ja "huonoon" aktiivisuuteen sen mukaisesti edistääkö toiminta elämänlaatua ja -tyytyväisyyttä. Hyvän aktiivisuuden on ajateltu olevan tavoitteellista ja haasteellista, siihen kuuluu sitoutuminen toimintaan ja pyrkimys itsensä kehittämiseen sekä sosiaaliseen hyödyllisyyteen. Huonoa tai toisarvoista aktiivisuutta luonnehtivat sattumanvaraisuus ja tavoitteettomuus. (Rantamaa 1995, 18.) Myös Mannell (1993) on jakanut vanhusten aktiviteetit hyviin ja huonoihin. Aktiviteettien hyvyttä tai huonoutta määrittellään niiden aiheuttamien seurausten perusteella. Aktiviteetin toivottu seuraus on parantunut elämänlaatu, jonka nk. hyvä aktiviteetti saa aikaan. Iäkkäillä, jotka kertovat elämänlaatunsa ja hyvinvointinsa olevan korkeita, on harrastuksia, jotka he ovat itse valinneet ja jotka ovat tiedollisesti ja taidollisesti haastavia ja vaativat ponnisteluja. He kokevat, että mitä enemmän he sijoittavat harrastukseensa sitä enemmän he myös siltä saavat. (Mannell 1993, 125-127.)

Tokarski (1993) on tutkinut ikääntyvien eurooppalaisten aktiivisuutta. Hänen mukaansa aktiivisuus on hyvin tärkeää ikääntyville ihmisille muuttuvassa maailmassa. Aktiivisuus on paras tapa saavuttaa mahdollisimman korkea elämänlaatu. Euroopassa ikääntyvien aktivoiminen onkin keskeinen sosiaali- ja terveystoiminnallinen tavoite. (Tokarski 1993, 61). Aktivoimalla vanhoja ihmisiä on pyritty siirtämään vanhuuteen olennaisena osana liitettyä raihnutumista mahdollisimman myöhäiselle iälle ja tätä kautta tukemaan vanhusten toimintakykyä ja itsenäistä selviytymistä. Osittain vanhusten aktivoimisella on siis pyritty taloudellisiin säästöihin.



## 5.1 Aktiivisuuden merkitys

Merkityksellinen toiminta on sisäisesti arvokasta, palkitsevaa ja sitä tehdään pelkästä tekemisen ilosta. Etenkin vanhuksille on merkityksellinen toiminta tärkeää. Työ ja vapaa-aika tarjoavat kontekstit merkitykselliselle toiminnalle. Eläkkeelle jäämisen myötä työn ja vapaa-ajan suhde muuttuu, koska työstä joudutaan luopumaan joko kokonaan tai osittain. Eläkkeelle jääminen onkin haaste käyttää aika merkityksellisesti ja löytää merkityksellistä toimintaa monien mahdollisten toimintojen joukosta. Eläkkeelle jäätyä olisi merkityksellisen toiminnan löytäminen tärkeää, koska useissa tutkimuksissa on löydetty positiivinen ja merkittävä suhde vapaa-ajantoimintojen ja elämäntyytyväisyyden sekä menestyksellisen ikääntymisen välillä. (Mobily ym. 1991.) Merkityksellisen toiminnan käsitteellistämiseksi Iso-Ahola (1980) on kehittänyt termin vapaa-ajan ohjelmisto (leisure repertoire). Vapaa-ajan ohjelmisto koostuu kaikista niistä toiminnoista, joiden henkilö katsoo olevan käytettävissään. Mobily ym. (1991) ovat kehittäneet termiä edelleen. Vapaa-ajan ohjelmisto on heidän mukaansa niiden toimintojen kokonaisuus, jotka tuottavat yksilölle tunteen pätevydestä ja psyykkisestä hyvinvoinnista. Toiminnot kuuluvat henkilön vapaa-ajan ohjelmistoon, jos yksilöt tuntevat olevansa päteviä niissä ja pystyvät niitä tehokkaasti suorittamaan. Vain säännöllinen toiminnon harjoittaminen voi saada aikaan pätevyden tunteen. Esimerkiksi Pikkaraisen (1995) mukaan 70 %:lla 75-vuotiaista jyvaskyläläisistä oli jokin elinikäinen harrastus. Tällaisen läpi elämän jatkuneen harrastuksen parissa yksilö voi siis kokea pätevyyttä ja tämä saattaakin olla yksi syy miksi harrastusta jatketaan vuodesta toiseen.

## 5.2 Iäkkäiden ihmisten vapaa-ajan toiminnot

Kellyn (1993) mukaan ei voida tyhjentävästi määritellä, mitkä aktiviteetit olisivat juuri ikääntyville ihmisille ominaisia. Ikääntyviä on kaikkialla, he tekevät kaikkia mahdollisia asioita sen mukaan kuin heidän kykynsä, mielenkiintonsa ja voimavaransa sallivat. Ikääntyvien aktiviteeteille on ominaista jatkuvuus. Eläkkeelle jäätyään ikääntyneet jatkavat toimintojaan ja harrastuksiaan hyvin paljon samalla tavalla kuin ennen eläkkeelle jäämistäänkin tekivät. Takala ja Rahkonen (1995) ovat selvittäneet iäkkäiden ihmisten osallistumista erilaisiin harrastuksiin ja vapaa-ajan toimintoihin sekä osallistumiseen

vaikuttavia tekijöitä. Tutkimustensa perusteella he muodostivat monimuuttujamalleja, jotka osoittivat, että työelämästä periytyvät erot säilyvät harrastuksissa iän, kunnon ja muiden tekijöiden vakioimisen jälkeenkin. Aiempi ammatti tai sosiaalinen asema sen kuvaamana määrittää siis voimakkaasti vanhusten arkea.

Tokarski (1993) on jakanut iäkkäiden ihmisten vapaa-ajan toiminnot kulttuuriharrastuksiin, tiedotusvälineisiin liittyviin toimintoihin, urheiluun ja turismiin. Kulttuuriharrastuksista tärkein on opiskelu ja siihen liittyvät toiminnot. Keskeistä ikääntyvien opiskelussa on elinikäisen opiskelun periaate. Ihminen ei koskaan ole liian vanha oppimaan uutta. Ikääntyvien opiskelutoimintaa on järjestänyt etenkin Ikääntyvien yliopisto. Tiedotusvälineet ovat tärkeä osa ikääntyvien elämää. Tokarskin (1993, 66) mukaan aikuisista enemmän kuin 90 % katsoo televisioita, kuuntelee radioita tai lukee sanoma- tai aikakauslehtiä. Ikääntyneet tietävät urheilun ja liikunnan merkityksen toimintakyvyn kannalta, mutta esimerkiksi Saksassa osallistuminen liikunnalliseen toimintaan on ikääntyvien keskuudessa vain noin 10 % ja muissa Euroopan maissa jopa vähemmän. Turismi on harrastus, joka ikääntyvien keskuudessa on lisännyt suosiotaan. On olemassa selviä viitteitä siitä, että vanhusten terveydentila ja toimintakyky on parantunut (esim. Vanhuspoliittinen katsaus 1986, 39 ja Jylhä 1990, 193), mikä osaltaan tulee vaikuttamaan turismin lisääntymiseen ikääntyvien keskuudessa.

Rantamaan (1995) mukaan ikääntyvien suomalaisten suosimia aktiviteetteja ovat television katselu, lukeminen, matkailu, opiskelu, kulttuuriharrastukset, vapaaehtoistyö ja liikunta. Erityisesti liikuntaa on pidetty suomalaisille ikääntyville ominaisena aktiivisuuden muotona. Yli 65-vuotiaiden suosimia liikuntalajeja ovat kävely, uinti, hiihto, pyöräily ja naisilla kotivoimistelu. Rantamaa (emt., 37-38) on edelleen jakanut liikunnan toteuttamisen tavat kahteen ryhmään, sen mukaan liittykö liikunta johonkin muuhun toimintaa (tai toteutuuko jonkin muun toiminnan osana) vai onko kyseessä liikunta liikunnan vuoksi. Kun liikunta kytkeytyy esimerkiksi kaupassa asiointiin tai johonkin muuhun hyödylliseen toimintaan, on kyseessä hyötyliikunta.

Ikääntyvien saksalaisten päivittäisiä toimintoja tutkiessaan Baltes, Wahl ja Schmid-Furstoss (1990) jakoivat toiminnot pakollisiin ja vapaa-ajantoimintoihin. Pakollisiin toimintoihin

tässä tutkimuksessa kuuluivat nk. ADL-toiminnot (activities of daily living), joita olivat esimerkiksi syöminen ja pukeutuminen sekä IADL-toiminnot (instrumental activities of daily living) eli esimerkiksi raha-asioista huolehtiminen ja ruuan valmistus, kuljetus- ja terveyspalvelujen käyttö sekä lepo. Pakolliset toiminnot muodostivat 61 % kaikista toiminnoista. 39 % kaikista toiminnoista oli vapaa-ajantoimintoja ja harrastuksia. Vapaa-ajan toiminnot jaettiin edelleen henkisiin toimintoihin (kulttuuriharrastukset, jatkuva koulutus, lukeminen jne.), fyysisiin toimintoihin (liikunta, puutarhanhoito, lyhyiden matkojen teko jne.), tiedotusvälineisiin liittyviin toimintoihin (radion kuuntelu, television katselu), sosiaaliseen kanssakäymiseen, vapaaehtoistoimintaan ja uskonnolliseen toimintaan. Henkiset toiminnot muodostivat 13 % kaikista toiminnoista, tiedotusvälineisiin liittyvät toiminnot ja sosiaalinen kanssakäyminen 9 %, fyysiset toiminnot 5 % ja uskonnolliset- ja vapaaehtoistoiminnot 3 %.

Kruus (1989) tiedusteli tutkimuksessaan yli 75-vuotiailta helsinkiläisiltä eri harrastuslajeista, missä määrin he harrastivat niitä. Ylivoimaisesti eniten harrastettiin lukemista, vain 15 % vanhuksista ei lainkaan harrastanut sitä. Seuraavaksi eniten harrastettiin käsitöitä ja ulkoilua, joita molempia harrasti yli puolet vanhuksista. Miltei puolet vanhuksista harrasti kotimaan matkailua. Em. neljä seikkaa - lukeminen, käsityöt, ulkoilu ja kotimaan matkailu - kuuluivat olennaisena osana vanhusten elinpiiriin Helsingin seudulla. (Kruus 1989, 40.) Jyväskyläläisten yli 75-vuotiaiden harrastuksia selvittellyt Pikkarainen totesi kävelyretkien tekemisen olevan yleisin päivittäinen harrastus sekä miehillä (64,1 %) että naisilla (58,7%). Vanhukset myös lukivat kirjoja (38,8 %). Miehet seurasivat päivittäin urheilua (31,6 %) ja useat naiset tekivät käsitöitä (22,9 %). Kerhotoimintaan osallistui viikottain 23,9 % naisista ja 17,9 % miehistä. Viikottaisiin kirkon ja seurakunnan tilaisuuksiin naiset (19 %) osallistuivat yleisemmin kuin miehet (9,3 %). Vieraita harrastuksia jyväskyläläisille olivat opintopiirit ja aikuisopetuksen teoria- ja käytännön opetus. Yli 90 % miehistä ja naisista ei tehnyt niitä koskaan. Samoin ulkoilmassa harrastaminen (esimerkiksi metsästys, kalastus, purjehdus) oli harvinaista. Puolet miehistä ja 75 % naisista ei osallistunut ulkoilmassa tapahtuviin harrastustoimintoihin koskaan.

Jyväskyläläisiä vanhuksia on tutkinut myös Pulkkinen (1992). Hänen tutkimuksensa kohdejoukkonaan olivat yli 80-vuotiaat jyväskyläläiset. Hänen tulostensa perusteella

suosituimpia aktiviteetteja vanhusten keskuudessa olivat osallistuminen erilaisiin juhliin (perhejuhlat, häät, hautajaiset tai syntymäpäivät), kirkossa tai seurakunnan tilaisuuksissa käyminen ja kotimaassa matkustaminen. Harvinaisempia aktiviteetteja olivat urheilukilpailuissa käyminen ja koulutuksellisiin tilaisuuksiin osallistuminen. Vannemaa (1993) selvitteli iäkkäiden naisten harrastuksia eri Pohjoismaissa. Suosituimpia olivat erityisesti uskonnollisissa tilaisuuksissa käyminen, lukeminen, liikunta ja kulttuuri. Uskonnollisissa tilaisuuksissa käyminen oli iäkkäiden keskuudessa varsin yleistä. 65 % kaikista 65 vuotta täyttäneistä naisista osallistui uskonnollisiin tilaisuuksiin. Miehilläkin vastaavat luvut ovat varsin korkeita, vaikka jäävätkin jälkeen naisten luvuista. Liikuntaa harrasti ainakin jossain muodossa 65 - 74-vuotiaista naisista yli 70 %. Taidenäyttelyissä sekä teatterissa ja oopperassa käyminen olivat selvästi naisten harrastuksia. Kolmasosa 65 - 74-vuotiaista naisista harrasti tällaista kulttuuria, miehistä runsas neljännes.

Pohjolaisen (1987, 119-120) mukaan näyttäisi yleisesti siltä, että harrastusten määrä vähenee siirryttäessä nuoremista ikäryhmistä vanhempiin, mutta on myös esitetty vastakkaisia tutkimustuloksia. Eroja harrastustoimintojen välillä on siinä, miten niihin osallistuminen muuttuu iän mukana. Kotona tapahtuvat harrastukset kuten puutarhatyöt ja television katselu lisääntyvät iän mukana, kun taas elokuvissa käynnit ja vierailut naapureiden luona näyttävät vähenevän. Vanhojen ihmisten suosituimmat harrastukset ovatkin kotona tapahtuvia toimintoja (television katselu, radion kuuntelu, lukeminen ja erilaiset kodin tilapäistyöt), mutta keskeinen asema on silti myös monilla kodin ulkopuolelle suuntautuvilla harrastuksilla (matkustelu, ulkoilu sekä osallistuminen erilaisiin perhejuhliin ja uskonnollisiin tilaisuuksiin).

Verrattaessa suomalaisia ikääntyneitä ikääntyneisiin muissa EU-maissa, on todettu, että ikääntyneiden suomalaisten aktiivisuus on suurempaa kuin missään EU-maassa monissa asioissa: lukemisessa, kotitaloustöissä, liikunnan harrastamisessa, palvelukeskuksissa tai vastaavissa käymisessä, kulttuuritilaisuuksissa käymisessä ja poliittiseen tai etujärjestötoimintaan osallistumisessa. Vapaaehtoistyöhön osallistumisessakin suomalaiset ovat tasoissa EU:n kärkimaiden kanssa. He ovat myös selvästi EU-maissa asuvia kiinnostuneempia mm. kotiseutuasioista, kulttuurista, urheilusta, rauhantyöstä, ihmisten

elämästä muualla Euroopassa, matkailusta ja valtakunnan politiikasta. (Vanhuusbarometri 1994, 5.)

## 6 IÄKKÄIDEN IHMISTEN TERVEYS JA TOIMINTAKYKY

Voidakseen harrastaa erilaisia asioita ja ollakseen aktiivinen iäkkään ihmisen täytyy olla suhteellisen terve ja toimintakykyinen. Mutta mitä sitten on terveys ja mitä sillä tarkoitetaan? Jo vuonna 1946 WHO määritteli terveyden "fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi eikä vain taudin puuttumiseksi". Tämän määritelmän perusteella terveys ymmärretään useimmiten sairauden puuttumiseksi, mikä edelleen herättää jatkokysymyksen sairauden määrittelemisestä. Eri kulttuureissa ja eri historiallisina aikoina on erilaisia tiloja pidetty sairautena. Myös terveyden eri ihmiset ymmärtävät eri tavalla. Määritellessään omaa terveyttään ihmiset suhteuttavat sen muihin samanikäisiin. Esimerkiksi vanhukset vertaavat omaa terveydentilaansa muiden samanikäisten vanhusten terveyteen ja sillä perusteella määrittelevät oman terveytensä joko hyväksi tai huonoksi. (Jylhä 1990, 162-163.) Kun tarkastellaan vanhusikäisen väestön terveydentilaa, olisi pystyttävä erottamaan normaalit vanhenemismuutokset patologista muutoksista eli erilaisten sairauksien aiheuttamista muutoksista. Vanheneminen sinänsä ei tietenkään ole sairautta, vaan elimistön rappeutuminen ja sopeutumiskyvyn heikkeneminen kuuluvat luonnollisena osana ihmisen elämänsäkuun (Jylhä 1990, 169).

### 6.1 Iäkkäiden ihmisten terveydentila

Terveydentilan tärkein ulottuvuus erityisesti vanhuusiässä on toimintakyky. Toimintakyvyn käsite voidaan määritellä monella eri tavalla. Kapeimmassa merkityksessään sillä tarkoitetaan jonkin elimen tai elinjärjestelmän toimintakykyä. Laajimmillaan sillä voidaan tarkoittaa sitä kokonaisuutta, johon fyysisten toimintojen lisäksi sisältyvät myös psyykkiset ja sosiaaliset toiminnot. Toimintakyky voidaan siis jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan yleensä eri elinjärjestelmien toimintakykyä. Psyykkisen toimintakyvyn määrittely riippuu paljon siitä näkökulmasta, mistä asiaa tarkastellaan. Psyykkisen toimintakyvyn voidaan ajatella

olevan eräänlainen hierarkia, jossa alimman tason muodostavat psykofysiologiset toiminnot ja ylimmän psyykinen hyvinvointi. Toisaalta psyykkisen toimintakyvyn voidaan ajatella koostuvan eri osa-alueista horisontaalisesti. Sosiaalisen toimintakyvyn määrittelemine on ongelmallista, koska sitä ei voida kokonaan erottaa psyykkisestä toimintakyvystä. Sosiaalista toimintakykyä voidaan tarkastella yhteiskuntaan sopeutumisen kannalta tai sitä voidaan mitata sosiaalisten resurssien (esimerkiksi perhe- ja ystävyysuhteet, tulot, koulutus, terveys jne.) avulla. Sosiaalinen toimintakyky koostuu sosiaalisista taidoista ja toiminnoista. (Hervonen & Pohjolainen 1991, 191-192.)

Grönlund (1987) erottaa toimintakyvyn muutoksessa neljä eri vaihetta: 1) kasvamisen ja kehittymisen kypsymisvaihe, 2) tasaisena pysyvän toimintakyvyn vaihe, 3) hidastunut toimintakyvyn väheneminen ja 4) lujan alamäen vaihe. Vaiheissa 1) - 3) ihminen voi vielä elää omatoimista elämää, mutta vaiheessa 4) kokonaistoimintakyky heikkenee nopeasti ja ihminen tarvitsee muiden apua. Viimeisen vaiheen on todettu siirtyneen entistä myöhempään vuosiin.

Kun tutkitaan iäkkäitä ihmisiä on keskeisenä toimintakyvyn käsitteenä ollut selviytyminen päivittäisistä toiminnoista (ADL = activities of daily living). Toiminnot jaetaan edelleen fyysisiin toimintoihin (physical ADL, esimerkiksi peseytyminen, pukeutuminen, syöminen) ja instrumentaalisiin toimintoihin (instrumental ADL, esimerkiksi ruuan valmistus, puhelimen käyttö, ostosten tekeminen, raha-asioista huolehtiminen). Selviytyminen päivittäisistä toiminnoista on suhteellinen ja dynaaminen käsite. Siihen ei vaikuta ainoastaan yksilön toimintakyky vaan myös ympäristön toimintaedellytykset ja -vaatimukset. Myös yksilön itselleen asettamat toimintavaatimukset ja erilaiset kompensaatiomekanismit samoin kuin ulkopuolisen avun määrä ja laatu vaikuttavat siihen, kuinka paljon epäsuhtaa muodostuu yksilön toimintakyvyn ja selviytymisen välille. Käsite on dynaaminen siinä mielessä, että ympäristö ja yksilön toimintakyky muuttuvat ajan mukana. Vanhoilla ihmisillä toimintakyvyn taso saattaa vaihdella jopa päivästä toiseen. (Hervonen & Pohjolainen 1991, 198-199.) Toimintakyky ei ole siis vain yksilön ominaisuus, vaan sen muotoutuu yksilön ja hänen toimintaympäristönsä suhteena (Jylhä 1990, 177). Esimerkiksi vanha ihminen, joka ei enää tule toimeen omassa puutteellisesti varustetussa asunnossaan, tulee melko itsenäisesti toimeen palveluasunnossa, jossa on kaikki nykyajan mukavuudet.

Paremmiin varusteltu asunto parantaa vanhuksen toimintaympäristön laatua niin, että hän pystyy jälleen selviytymään joka päiväisestä elämästään.

Et-lehdissä vuosina 1974 ja 1994 olleissa henkilöjutuissa esiintyneet henkilöt olivat lähes kaikki suhteellisen toimintakykyisiä. Henkilöistä vain kolme asui vanhainkodissa ja yksi eräänlaisessa palvelutalossa. Yksi vanha ihminen asui alivuokralaisena. Tällä alivuokralaisella oli kuitenkin oma sisäänkäynti huoneeseensa ja hän piti yhteyttä isäntäväkeensä. Muut ikäihmiset pystyivät vielä asumaan omissa kodeissaan. He olivat melko omatoimisia, vain yhden vanhuspariskunnan kerrottiin saavan kodinhoitopalveluja ja apua naapureiltaan ja ystäviltään.

Etenkin fyysinen terveys määritellään usein toimintakyky-käsitteen avulla. Sosiaalinen terveys nähdään sosiaalisena integraationa ja tukena. Psykologinen terveys on puolestaan määritelty onnellisuutena tai tyytyväisyytenä, mutta myös yksilön subjektiivisena havaintona omasta fyysisestä terveydestään. (Heikkinen 1994, 28.) Viime vuosina onkin toistuvasti tuotu esiin ihmisten omien kokemusten merkitys terveyden arvioinneissa.

Nuoret ihmiset arvioivat terveyttään etupäässä oireiden perusteella (Heikkinen 1994, 36), kun taas erityisesti iäkkäille ihmisille keskeinen terveyden mittapuu on toimintakykyisyys eli se, että kykenee fyysisten rajoitusten estämättä toimimaan tahtonsa mukaan suunnilleen kuten nuorempaanakin eikä ole päivittäisissä toimissaan riippuvainen toisten avusta. Myös terveydelle asetettu vaatimustaso näyttää iän myötä laskevan siten, että "hyväksikin" määritelty terveys sietää korkeassa iässä enemmän terveysongelmia kuin nuorempana. (Jylhä 1990, 180.) Tutkimustulokset osoittavat, että ihmiset sopeutuvat ikääntyessään joihinkin oireisiin. Niiden katsotaan kuuluvan vanhenemiseen ja jos ne eivät olennaisesti vaikeuta päivittäisistä toiminnoista selviytymistä, niitä ei koeta vakavina terveyden häiriöinä. Saattaa olla myös niin, että terveydelle asetettava vaatimustaso muuttuu iän mukana siten, että suorituskyvyn alenemisesta huolimatta terveys arvioidaan hyväksi. (Heikkinen 1994, 36.) Vanheneminen ei siis ole ainoastaan terveyden menettämistä, vaan vanheneminen myös muuntaa hyvälle terveydelle asetettavia vaatimuksia (Heikkinen 1994, 36). Ihminen ei arvioi omaa itseään ja omaa tilannettaan absoluuttisesti vaan vertaamalla sitä muihin sellaisiin ihmisiin, joiden kanssa hän jollakin perusteella arvioi kuuluvansa

samaan ryhmään. Usein ihmisen oma käsitys terveydestään on positiivisempi kuin lääkärin. (Jylhä 1990, 179-180.)

Myös eläkeikäisillä kuten nuoremmillakin ikäryhmillä terveydentila on yhteydessä sosioekonomiseen asemaan ja sukupuoleen. Kehittyneissä teollisuusmaissa sairastavuus ja kuolleisuus on vähäisintä ylimmässä sosiaaliluokassa ja kasvaa asteittain siirryttäessä kohti alinta sosiaaliluokkaa. Tällaiset erot säilyvät eläkeiässäkin. Alempiin ammattiasemaryhmiin kuuluvilla eläkeikäisillä on enemmän pitkäaikaisia sairauksia, huonompi toimintakyky sekä enemmän koettuja oireita kuin ylempiin ammattiasemaryhmiin kuuluvilla ja he myös arvioivat itse terveytensä huonommaksi. Sosiaaliluokkien väliset terveydentilan erot heijastavat luokkien välisiä eroja elinolojen ja elintapojen monimutkaisessa kokonaisuudessa eli elämäntavassa ja mahdollisuuksissa tarpeitten tyydyttämiseen. Sukupuolten väliset terveyserot säilyvät eläkeikää kohti mentäessä pääpiirteissään samanlaisina kuin nuorempaanakin. Miesten kuolleisuus on suurempi kuin naisten, mutta monien muiden terveydentilan osoittimien perusteella naiset ovat sairaampia. (Jylhä 1990, 184-185.)

Väestön ikärakenteen vanheneminen on nostanut esiin keskustelun terveyden ja toimintakyvyn kehityssuunnista. Heikkinen (1994, 39) esittääkin Friesiä (1980, 1989) lainaten, että tulevaisuudessa ihmiset elävät nykyistä terveempinä ihmisen "luonnolliseen elinaikaan" eli noin 85 vuoden ikään saakka. Sairaudet ja niiden aiheuttama raihnaisuus pakkaantuvat Friesin ennusteen mukaan kohti vanhempia ikäluokkia. Toisaalta on myös esitetty havaintoja, joiden mukaan elämän loppuvaiheeseen sisältyvä raihnaisuusjakso pitenee ja yli 80-vuotiaiden määrän kasvaessa iäkkäiden avuntarve kasvaa.

## 6.2 Iäkkäiden ihmisten yleisimmät sairaudet

Vanhusten sairauksissa on piirteitä, jotka ovat tyypillisiä juuri vanhuksille. Eläkeiän sairaudet ovat enimmäkseen pitkäaikaisia degeneratiivisia sairauksia eli rappeutumistauteja, jotka kehittyvät vähittäisinä muutoksina elimistössä vuosikausia ennen kuin puhkeavat lääketieteellisin kriteerein todettaviksi sairauksiksi. Myös monitautisuus on vanhuksilla yleistä eli yhdellä ihmisellä saattaa olla monia pitkäaikaisia sairauksia. (Jylhä



1990, 170-171.) 65-vuotiailla suomalaisilla on keskimäärin kaksi tai kolme sellaista tautia, jotka tarvitsevat hoitoa tai jotka muuten on otettava arkielämässä huomioon (Koskinen ym. 1992, 78). Vanhuusiässä naiset ovat yleensä sairaampia kuin samanikäiset miehet. Vanhat naiset asuvat usein yksin ja näin ollen sairauden kohdatessa he joutuvat useammin laitoshoitoon ja vanhainkoteihin (Ruikka 1983, 31).

Tavallisimpia iäkkäiden ihmisten sairauksia ovat sydän- ja verisuonitaudit (esimerkiksi verenpainetauti, sydämen vajaatoiminta, sepelvaltimotauti ja sydäninfarkti). Sydän- ja verisuonitaudit ovat pysyneet vanhusten yleisimpänä tautiryhmänä, joskin niiden esiintyvyys on hieman pienentynyt 1970-luvulta alkaen. Toiseksi suurin tautiryhmä on tuki- ja liikuntaelinten sairaudet (esimerkiksi nivelrikko ja erilaiset selkävaivat), jotka ovat yleisiä jo keski-ikäisillä. Seuraavaksi yleisimpiä ovat syöpätaudit sekä mielenterveyden häiriöt. Vain aniharvat taudit ovat yksinomaan vanhusten tauteja, mutta monet taudit ovat yleisempiä vanhuksilla kuin nuorilla. Suunnilleen joka kahdeksannella suomalaisella eläkeikäisellä on jonkin pitkäaikainen sairaus. Oikeaan mittasuhteisiin tämä luku saadaan, kun huomataan, että myös nuoremmilla on tällaisia pitkäaikaissairauksia. Esimerkiksi noin neljännes 35 - 44-vuotiaista ja noin neljä kymmenestä 45 - 54-vuotiaista on samalla tavoin mitaten pitkäaikaisesti sairaita. (Koskinen ym. 1992, 77 ja Raassina 1994, 58-60.)

Useissa tutkimuksissa on selvitetty suomalaisten ikääntyneiden sairastavuutta ja saatu melko hälyttäviä tuloksia. Raassinan (1994) tutkimuksen mukaan suomalaiset ovat muita sairaampia. 55 - 64-vuotiaiden pitkäaikaissairastavuus on lisääntynyt tultaessa 1960-luvulta 1980-luvulle. Samoin on lisääntynyt myös yli 65-vuotiaiden sairastavuus. (Raassina 1994, 57.) Myös Heikkinen (1994) on esittänyt samansuuntaisia näkemyksiä. Hänen mukaansa pitkäaikaisia sairauksia ja toiminnanvajauksia potevien määrä tulee entisestään lisääntymään. Tämä liittyy osaltaan siihen, että Suomen väestön ikärakenne on muuttumassa niin, että vanhuksia on tulevaisuudessa entistä suurempi osa koko väestöstä. Mini-Suomi tutkimuksessa selvitettiin suurimpien sairausryhmien sairastavuuden kehitystä vuoteen 2000 mennessä. Vuonna 1980 terveystarkastusten perusteella 60 - 64-vuotiaista miehistä 568 000:lla oli jokin pitkäaikainen ruumiillinen sairaus ja määrän oletettiin kohoavan vuoteen 2000 mennessä 166 000:lla. Naisten kohdalla vastaavat luvut olivat 598 000 ja 110 000. Mini-Suomi tutkimuksen perusteella arvioitiin myös huonon fyysisen ja

psykkisen toimintakyvyn omaavien määrän lisääntyvän ikärakenteen muutoksen myötä. Vanhenemisen ja terveyden välisen suhteen arviointia vaikeuttaa gerontologian alalla kuitenkin ns. APC-ongelma eli on hankala erottaa toisistaan iän (age), tutkimusajankohdan (period) ja kohortin (cohort) vaikutuksia. Kun selvitetään ikääntyvän ihmisen terveyttä ja toimintakykyä, ei voida tarkasti selvittää mitkä seikat johtuvat vanhenemisestä, mitkä tietynä ajankohtana vaikuttavista ympäristötekijöistä ja mitkä seikat ovat ominaisia tietynä ajankohtana syntyneille henkilöille. (Heikkinen 1994, 40-41.)

## 7 AINEISTO

### 7.1 Et-lehdestä

Et-lehti on ensimmäinen suoraan ikääntyville lukijoille suunnattu aikakauslehti. Lehden ensimmäinen näyttenumero ilmestyi loppuvuodesta 1973. Ensimmäinen kokonainen vuosikerta ilmestyi 1974. Siitä lähtien lehti on ilmestynyt kerran kuukaudessa, poikkeuksena kuitenkin kaksoisnumerot. Lehden ilmestymisen alkuaikoina kirjainyhdistelmä Et yhdistettiin eläketietoon ja elämäntaitoon ja ehkä juuri siitä syystä Et-lehteä on tähän päivään saakka pidetty vain eläkeläisten ja vanhusten lukemistona. Syksyllä 1997 ja keväällä 1998 televisiossa pyöri laaja mainoskampanja, jonka yhtenä tarkoituksena lienee ollut lehden imagon muuttaminen ja lehden markkinointi myös nuoremmille lukijoille. Mainosten keskeisenä teemana oli aikuisuus - mitä kaikkea aikuisena voi tehdä ja millainen ihminen on aikuisena. Enää ei puhuttu vanhenemisestä ja eläkeläisyydestä vaan painopiste oli aikuisuudessa ja sen kokemisessa.

Mitä Et-lehti sitten sisältää? Oman käsityksensä mukaan:

*“Et-lehti antaa enemmän?”*

*Hyödyllistä tietoa terveydestä, liikunnasta, ravinnosta, harrastuksista, matkoista ja ihmissuhdeasioista. Esillä ovat hiusten ja ihon hoito sekä pukeutuminen, viihtyisä koti, piha ja puutarha. Lukijaa odottavat myös herkulliset ruokaohjeet...*

*Mukavaa ajanviettelukemista: mielenkiintoisia henkilöjuttuja, pakinoita, jatkokertomuksia ja kulttuurikuulumisia. Lehden tärkeää sisältöä ovat myös muistot, perinteet, luonto, lemmikkieläimet, jatkokertomukset ja ristisanatehtävät sekä Kirjoita meille-palsta. Vastauksia lukijoiden kysymyksiin, jotka koskevat palkka- ja eläkeasioita, mela-turvaa, pankki- ja vakuutusasioita sekä terveellistä ruokavaliota. Lehden palstoilla lukijat voivat kysyä neuvoa yleislääkäriltä, gynekologilta, psykologilta, lakimieheltä ja antiikin asiantuntijalta.”*

Kuten edellisestä huomataan on Et-lehti laaja yleislehti, josta löytyy asioita laidasta laitaan. Et-lehdellä on myös ruotsalainen sisarlehti, Sköna dagar, jota luetaan myös Suomessa ruotsinkielisillä alueilla.

Vuoden 1996 levikitietojen mukaan (Fakta 12/1997, 44) Et-lehden levikki oli 240 200 numeroa vuodessa. Lehti oli levikiltään neljänneksi suurin aikakauslehti Suomessa Valittujen Palojen, Seuran ja Apu-lehden jälkeen. Nousua edelliseen vuoteen verrattuna oli 4,6 %, mikä oli toiseksi suurin prosentuaalinen nousu kaikista aikakauslehdistä. Aikakauslehtiin katsottiin tässä tutkimuksessa kuuluvan yleisaikakauslehdet, naisten lehdet ja erikoislehdet.

Jos verrataan keskenään vuosien 1974 ja 1994 Et-lehtiä, voidaan huomata, että lehden sivumäärä on lisääntynyt huomattavasti. Vuonna 1994 lehdessä oli sivuja 112-164 ja vuonna 1974 sivuja oli 60-76. Myös kuvien ja mainosten määrä on lehdessä lisääntynyt. Lehden ilmestymisen alkuaikoina lehdessä oli jokin verran mustavalkoisia kuvia, joita ei lehden uudemmissa numeroissa ole juuri lainkaan. Lähes kaikki kuvat ovat värikuvia. Mainosten määrä on lisääntynyt huomattavasti vuosien kuluessa. Tämän päivän vanhuksen ovat yksi varteenotettava kuluttajaryhmä, johon kannattaa satsata mainosmarkkoja - ja tämän ovat mainostajatkin huomanneet mikäli Et-lehdessä esiintyvien mainosten määrästä voidaan jotakin päätellä. Monissa kehittyneissä teollisuusmaissa vanhuksset ovat nopeimmin kasvava väestönosa ja heidän kulutusvoimansa on lisääntynyt. Tulevaisuudessa vanhuksset tulevat olemaan entistäkin varteenotettavampi kuluttajaryhmä, johon kannattaa suunnata mainontaa (katso myös Aiken 1995). Heti lehden ensimmäisistä numeroista alkaen on

lehdessä ollut erilaisia kysymys-vastaus-palstoja. Em. palstoja on lehdessä vielä tänäkin päivänä, mutta nyt on mahdollista kysellä useammista eri aiheista kuin lehden alkuaikoina.

## 7.2 Tutkimuksen aineisto

Tutkimuksen aineistoksi valittiin nk. valmis aineisto, joka oli jo olemassa. Aineistoa ei siis luotu tutkimustarkoitusta varten vaan se oli jo olemassa tutkimuksesta riippumatta. Aineistona oli Et-lehden kaksi vuosikertaa - vuodelta 1974 ja vuodelta 1994. Vuonna 1974 Et-lehdestä ilmestyi ensimmäinen kokonainen vuosikerta. Vuoden 1973 puolella lehdestä ilmestyi yksi näytenumero. Vuonna 1974 ilmestyi 11 lehden numeroa, joista yksi oli kaksoisnumero (Et 6-7/1974). Vuonna 1994 ilmestyi 12 lehden numeroa. Et-lehti ilmestyy siis kerran kuukaudessa, poikkeuksena em. kaksoisnumerot.

Molemmista vuosikerroista valittiin mukaan artikkelit, jotka käsittelivät henkilöä/henkilöitä. Artikkeleiden valinnassa oli pääkriteerinä se, että artikkelin täytyi kertoa yhdestä tai useammasta henkilöstä ja hänen/heidän elämästään. Pois jätettiin artikkelit, jotka kertoivat pelkästään henkilön työstä tai harrastuksesta eikä lainkaan tämän muusta elämästä. Esimerkiksi numerossa 12/1994 ollut artikkeli Åke Blomqvistista käsitteli hänen tanssiharrastustaan ja sen muuttumista työksi vuosien myötä. Henkilön muusta elämästä ei artikkelissa kerrottu lainkaan. Mukaan ei myöskään otettu artikkeleita, joissa iäkästä henkilöä oli käytetty asiantuntijana jossain tietyssä asiassa eikä näin ollen kerrottu henkilön elämästä mitään. Esimerkiksi Et-lehdessä 9/1994 marsalkka Mannerheimista kertovassa jutussa oli asiantuntijana venäläinen tutkija Leonid Vlasov. Artikkelissa kerrottiin Mannerheimin elämästä, ei Vlasovin. Pois jätettiin niinkään artikkelit, jotka kertoivat jo edesmenneestä henkilöstä. Tällaiset artikkelit jätettiin tutkimuksesta pois, koska niistä ei ole mahdollista saada tutkimusaiheen kannalta relevanttia tietoa, koska henkilön tämän hetkisestä elämästä ei voitu kertoa. Useiden lukemiskertojen jälkeen aineistosta jouduttiin vielä jättämään neljä artikkelia pois, koska ne keskittyivät liiaksi henkilön työhän tai menneeseen elämään, eikä niistä voitu saada tutkimuksen kannalta tarpeellista tietoa henkilön nykyisestä elämästä.

Tutkimuksessa tutkittiin artikkeleiden sisältöä. Artikkeleissa olleita kuvia ja kuvatekstejä käytettiin kirjallisen materiaalin tukena. Kuvia ei muulla tavalla tutkittu tai tulkittu. Artikkeleita oli mukana yhteensä 64: vuoden 1974 lehdistä 39 artikkelia ja vuoden 1994 lehdistä 25 artikkelia. Luettelo tutkimuksessa mukana olleista artikkeleista on liitteenä (LIITE 1).

Molempien vuosikertojen lehden olivat suhteellisen helposti saatavilla, mikä osaltaan vaikutti aineiston valintaan. Tutkimusta varten otin useita kopioita vuoden 1974 lehtien artikkeleista. Vuoden 1994 lehdet minulla olivat käytettävissäni koko tutkimusprosessin ajan. Tutkimuksen tekoa luonnollisesti helpotti se, että artikkelit olivat jatkuvasti käsillä. Esimerkiksi tutkimuksen tuloksia käsitellessä voi aina tarkistaa asioita suoraan artikkeleista, kun ne olivat jatkuvasti saatavilla. Helpotusta tutkimuksen tekemiseen toi myös se, että artikkeleihin voi tehdä merkintöjä ja alleviivauksia tarpeen mukaan.

## 8 TUTKIMUKSEN TEHTÄVÄ JA MENETELMÄT

### 8.1 Tutkimustehtävä

Tässä tutkimuksessa pyrittiin selvittämään Et-lehden iäkkäitä henkilöitä koskevien artikkeleiden (henkilöjuttujen) avulla kuinka lehti kirjoittaa ikääntymisestä ja ikääntyneistä sekä ikääntyvien ihmisten elämästä. Pohjimmiltaan oli kyse Et-lehden välittämän vanhuskuvan selvittämisestä ja määrittämisestä. Lopulta toimittaja (mahdollisesti yhdessä muun toimituksen kanssa) on se, joka valitsee miten ikääntyneistä kirjoitetaan ja mitkä ovat ne asiat, jotka tekstissä saavat suuremman painoarvon. Toimittaja pystyy osaltaan vaikuttamaan siihen, kuinka ikääntyvän ihmisen elämä rakentuu lehden sivuilla ja mitkä ovat elämän keskeisiä ulottuvuuksia ja sisältöjä. Painottamalla erilaisia asioita toimittaja voi ainakin epäsuorasti vaikuttaa lukijoiden asenteisiin vanhuksia ja vanhenemista kohtaan. Toimittajalla on näin ollen suuri vaikutus mielipiteiden muokkaajana. Et-lehti valittiin tutkimuskohteeksi sen vuoksi, että lehti on erityisesti ikääntyvälle väestölle suunnattu lehti ja näin ollen sen välittämän vanhuskuvan voi olettaa olevan tarkasti mietitty sekä heijastelevan ja muokkaavan mielipiteitä yhteiskunnassa yleisemminkin. Vertaamalla

vuosien 1974 ja 1994 ikääntyviä koskevien artikkeleiden sisältöä pyrittiin selvittämään onko ikääntyvien elämää koskeva kirjoittelu muuttunut ja onko artikkeleissa esitetty ikääntyvien elämä muuttunut kahdessa vuosikymmenessä. Tutkimuksessa haluttiin myös selvittää Et-lehden välittämän vanhuskuvan muutosta vuosien saatossa.

## 8.2 Tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysi

Tutkimuksessa käytettiin tutkimusmenetelmänä sisällönanalyysia. Sisällönanalyysia voidaan käyttää joko kvalitatiivisesti tai kvantitatiivisesti tai yhdistämällä kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusotetta. Bernard Berelson (1952) esittää teoksessaan "Content Analysis in Communication Research" klassisen määritelmän sisällönanalyysistä:

"Sisällönanalyysi (content analysis) on kommunikaation ilmisällön objektiiviseen, systemaattiseen ja kvantitatiiviseen kuvaamiseen käytettävä tutkimustekniikka." (Berelson 1952, 18)

Ilmisällön tutkiminen merkitsee Berelsonin mukaan sitä, että kommunikaation sisällönanalyysi on kiinnostunut vain kielen syntaktisesta ja semanttisesta merkityksestä, ei sen pragmaattisesta funktiosta, jonka olemassaoloa ei kuitenkaan kielletä. Ollaan siis pikemminkin kiinnostuneita siitä mitä sanotaan, ei siitä miksi sanomassa sanotaan jotain siten kuin sanotaan tai miten sanoman sisältö vaikuttaa vastaanottajiinsa. Objektiivisuuden vaatimus edellyttää, että analyysissä käytettävät sisältöluokat on määritelty niin tarkasti, että tulokset ovat riippumattomia analyysin suorittajasta eli tulokset ovat samat tai ainakin suunnilleen samat, vaikka luokittelija vaihtuisi. Systemaattisuuden vaatimus puolestaan edellyttää, että kaikki relevantti sisältö analysoidaan suhteessa kaikkiin niihin sisältöluokkiin, jotka ovat merkityksellisiä käsillä olevan ongelman ratkaisussa. Aineiston valintaa enempää kuin rajoittamistakaan ei siis saa suorittaa mielivaltaisesti. Systemaattisuuden vaatimus edellyttää myös, että sisällönanalyysin avulla saatavan informaation on oltava relevanttia jonkin tieteellisen ongelman tai hypoteesin kannalta. Berelsonin (emt., 16-17) mukaan sisällönanalyysin luonteenomaisin piirre on kvantitatiivisuuden vaatimus. Juuri se erottaa sisällönanalyysin esimerkiksi tavallisesta sanomalehden lukemisesta.

Tolvanen (1982) esittää sisällönanalyysille kolme vaatimusta: objektiivisuus, systemaattisuus ja yleisyys. Objektiivisuuden vaatimus edellyttää, että tutkimusprosessi suoritetaan kaikissa vaiheissaan tarkasti määriteltyjen sääntöjen ja menettelytapojen mukaan. Systemaattisuus edellyttää, että tutkittavan aineiston valinta ja sisältöluokkien määrittely tapahtuu johdonmukaisesti määriteltyjen sääntöjen perusteella. Tutkittavaa materiaalia ja sisältöluokkia ei valita sen mukaan, saadaanko etukäteen asetetuille hypoteeseille tukea vai ei. Yleisyyden vaatimus edellyttää, että saaduilla tuloksilla on teoreettista relevanssia eli dokumenttien sisällön objektiivisella ja systemaattisella järjestämisellä voidaan saada vastauksia joihinkin asetettuihin kysymyksiin. (Tolvanen 1982, 87-88.)

Pietilä (1976) käyttää sisällönanalyysistä puhuessaan termiä sisällön erittely. Hänen (1976, 51) mukaansa Berelsonin määritelmässä esiintyvä kvantitatiivisen kuvaamisen edellytys tarkoittaa, että tutkimuksessa saadut tulokset on ilmoitettava täsmällisessä määrällisessä muodossa. Tähän pääseminen taas edellyttää luokittelevaa ja tilastoivaa otetta. Niinpä tutkimukset, joissa dokumenttien ilmisisältöä kuvaillaan pelkästään sanallisesti, eivät Berelsonin määritelmän mukaan olisikaan sisällönanalyysiä käyttäviä. Pietilä esittääkin, että sisällön erittely (analyysi) olisi hedelmällisempää käsittää joukoksi menettelytapoja, joiden avulla dokumenttien sisällöstä tieteellisiä pelisääntöjä noudattaen tehdään havaintoja ja kerätään tietoja. Nämä tiedot voivat koskea dokumenttien sisältöä ilmiönä sinänsä tai niitä ilmiöitä, joita dokumenttien sisältö voi epäsuorasti ilmaista tai joista se suoraan kertoo. Nämä tiedot voidaan kerätä sanallisessa muodossa, sanallisina ilmaisuina, tai määrällisessä muodossa, luokiteltuina ja tilastoituina. Niitä voidaan sitten käyttää kyseisten ilmiöiden kuvailuun, mutta yhtä hyvin ne voivat palvella niiden selittämisessä. Tutkimuksen ongelma on se joka määrittelee, mistä ilmiöstä tietoja kerätään, missä muodossa ne kerätään ja käytetäänkö niitä kuvailuun vai selittämiseen.

Borgin (1968) mukaan sisällönanalyysissä ei välttämättä voida tehdä jyrkkää rajaa laadullisen ja määrällisen analyysin välillä, koska kielessä on paljon kvantitatiivisuutta kuvaavia seikkoja, jotka voidaan tulkita sekä määrällisiksi että laadullisiksi ilmaisuiksi. Silti sisällönanalyysin yhteydessä suoritettava erottelu menetelmän kvantitatiiviseen ja kvalitatiiviseen muotoon ei ole keinotekoinen. Paitsi että, laadullisessa analyysissä pikemmin

etsitään uusia hypoteeseja kuin testataan ja todennetaan asetettuja, oleellinen ero on löydettävissä itse päättelyn suorittamistavassa: kvantitatiivisessa analyysissä päättelyt perustuvat luokkien suhteellisiin frekvensseihin, kvalitatiivisessa analyysissä taas käsitteiden välisiin assosiaatioyhteyksiin, asioiden esiintymiseen toistensa yhteydessä.

Sisällönanalyysi operoi dokumenteilla ja niihin sisältyvillä sanomilla. Ball ja Smith (1992,20-21) jakavat dokumentit kirjoitettuihin raportteihin ja dokumentteihin, puheen ja musiikin nauhoituksiin sekä visuaalisiin dokumentteihin kuten valokuviin ja filmeihin. Suuri osa sisällönanalyysiä käyttävistä tutkimuksista on operoinut kirjoitetuilla dokumenteilla. Vähemmän on käytetty visuaalisia dokumentteja. Ballin ja Smithin (emt.) mukaan kvantitatiivisen sisällönanalyysin käyttö rajoittuu dokumenttien ilmisällön tutkimiseen, sen avulla ei voida tutkia esimerkiksi dokumentin saamaa vastaanottoa tai tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet dokumentin tekoon. Menetelmä on kuitenkin sopiva suurien ja pitkältä aikaväliltä olevien aineistojen analyysiin. Kvalitatiivisen sisällönanalyysin avulla voidaan aineistosta saada esille asioita, jotka kvantitatiivisella tutkimusotteella jäisivät huomioimatta. (Ball & Smith 1992, 20-27.)

### 8.3 Sisällönanalyysi tässä tutkimuksessa

Tässä tutkimuksessa aineistona olivat Et-lehdessä olleet eri henkilöitä koskevat artikkelit eli nk. henkilöjutut. Aineiston analysointi aloitettiin lukemalla artikkeleita useita kertoja läpi ja kirjoittamalla tiivistelmiä artikkeleista (esimerkiksi LIITE 2). Useiden lukemiskertojen kautta aineistosta nousi esiin teemoja, jotka olivat keskeisiä ulottuvuuksia artikkeleissa esiintyvien iäkkäiden ihmisten elämässä. Teemat, jotka nousivat esille ja joita käsitellään tässä tutkimuksessa ovat:

- 1) ikääntyneiden aktiivisuus
- 2) eläkeaika
- 3) terveys ja toimintakyky

Kun sisällönanalyysiä käytetään kuten tässä tutkimuksessa, on kyse sekä kvalitatiivisesta että kvantitatiivisesta tutkimusotteesta. Kvantitatiivisessa sisällönanalyysissä on etukäteen määriteltävä selvät ja tarkat kategoriat, joihin tieto luokitellaan. Koska tässä tutkimuksessa



lähdettiin kvalitatiivisen tutkimusotteen pohjalta, ei voitu etukäteen muodostaa minkäänlaisia luokkia tai kategorioita, vaan teemat nousivat aineistosta käsin. Kyseessä on siis aineistolähtöinen tutkimusmenetelmä. Kun oli selvitetty keskeiset esiin tulevat teemat, täytyi selvittää eri teemojen sisällöllisiä ulottuvuuksia. Selviteltäessä ikääntyneiden ihmisten aktiivisuutta, täytyi määrittellä mitkä ovat toimintoja ja aktiviteetteja, joita ikääntyneet tekevät ja harrastavat. Toimintojen määrittämisen jälkeen siirryttiin tutkimuksen kvantitatiiviseen puoleen ja laskettiin kuinka moni artikkelissa esiintyneistä ikääntyneistä henkilöistä harrasti/suoritti tiettyä aktiviteettia. Molempia Et-lehden vuosikertoja ja niissä olleita artikkeleita käsiteltiin erikseen.

## 9 IKÄÄNTYNEET ET-LEHDEN SIVUILLA

Vuoden 1974 lehdissä oli 39 ikääntyneitä koskevaa artikkelia. Artikkeleissa esiintyi 44 henkilöä, joista 17 oli naista ja 27 miestä. Iältään henkilöt olivat 61 - 105-vuotiaita. Kaikkien henkilöiden ikää ei mainittu suoraan, mutta he kaikki olivat eläkkeellä tai lähiaikoina jäämässä eläkkeelle. Eläkkeellä olevia henkilöitä artikkeleissa oli 35, töissä olevia 6 ja henkilöitä, jotka olivat eläkkeellä mutta edelleen tekivät töitä oli 3. Työn tekeminen eläkkeellä ollessa liittyi entiseen ammattiin eli ammatti oli sellainen, jota voi jatkaa eläkkeellä ollessa tai jonka jatkaminen oli jopa suotavaa (esimerkiksi näyttelijä). Toisaalta työn tekeminen eläkkeellä saattoi olla pakon sanelemaa:

*“Vuosi sitten Helsingin kaupungin puisto-osastolta eläkkeelle jäänyt Kalle Virtanen (67 vuotta) tekee puusta taidetta veistämällä pääkaupungin puistoihin lapsille eläinaiheisia kiipeilytelineitä ... patsaista saamallaan tuloilla he pystyvät vaimo Agneksen kanssa syömään joka päivä mikä ei olisi mahdollista, jos he joutuisivat elämään yksistään Kallen pienehkön eläkkeen turvin.” (Et 9/1974)*

Artikkeleissa esiintyneistä henkilöistä 21 oli naimissa, 6 naimatonta, 10 leskeä ja yksi eronnut. Kuuden henkilön siviilisäätystä ei mainittu.

Vuoden 1994 lehdissä oli 25 ikääntyneitä koskevaa artikkelia. Artikkeleissa esiintyi 32 henkilöä, joista 17 oli naista ja 15 miestä. Vuoden 1994 lehdissä esiintyneet henkilöt, joiden ikä mainittiin tarkasti, olivat 59 - 100-vuotiaita. Kaikkien henkilöiden ikää ei mainittu tarkasti. Kerrottiin esimerkiksi seuraavasti *“Nyt kun eläkeikä lähestyy...”* (Et 4/94) tai *“Kun Pena joitakin vuosia sitten täytti 60...”* (Et 12/94). Em. lainauksista voi päätellä, että henkilöt olivat iältään muutaman vuoden yli tai alle 60-vuotiaita. Eläkkeellä olevia henkilöitä esiintyi artikkeleissa 23, töissä oli 3 ja edelleen töitä tekeviä eläkeläisiä oli 4. Heillä kaikilla työnteko liittyi edelliseen ammattiin (kaksi näyttelijää, kaksi kirjailijaa). Kahden henkilön kohdalla ei voinut päätellä olivatko he edelleen varsinaisessa palkkatyössä vai tekivätkö he töitä eläkkeellä ollessaan. Henkilöistä 19 oli naimisissa ja kaksi oli naimatonta. Leskiä oli kolme ja eronneita kolme. Viiden henkilön perhesuhteista ei ollut mainintaa.

#### 9.1 Aktiiviset ikääntyneet

Keskeisin artikkeleista esiinnoussut teema oli aktiivisuus. Molempien vuosien lehdissä esiteltiin kaiken kaikkiaan 76 ikääntyntä henkilöä, joilla kaikilla oli jokin harrastus tai aktiviteetti, jota he harjoittivat. Keskimäärin henkilöillä oli 2,5 aktiviteettia tai toimintaa, jota he säännöllisesti tai vähemmän säännöllisesti harjoittivat. Vuoden 1974 artikkeleissa esiintyneillä henkilöillä oli keskimäärin 2,32 aktiviteettia ja vuoden 1994 artikkeleissa esiintyneillä 2,78. Vuonna 1974 miehillä oli keskimäärin 2,26 aktiviteettia ja naisilla 2,41 aktiviteettia eli naisilla oli hieman enemmän aktiviteetteja kuin miehillä. Vuonna 1994 miehillä puolestaan oli enemmän aktiviteetteja kuin naisilla: miehillä oli keskimäärin 2,87 aktiviteettia ja naisilla 2,71. Et-lehden sivuilla esiintyvät vanhukset ovat siis erityisen aktiivisia. Heillä on keskimäärin useampi kuin yksi aktiviteetti. Tämä ei kuitenkaan välttämättä tarkoita sitä, että kaikki suomalaiset ikääntyneet ihmiset olisivat hyvin aktiivisia. Et-lehti on erityisesti ikääntyvälle väestöosalle suunnattu lehti ja tästä syystä ehkä haluaakin esittää jutuissaan erityisen aktiivisia henkilöitä ja tällä tavalla kannustaa vähemmänkin aktiivista väestöosaa erilaisten toimintojen pariin. Toisaalta “yliaktiivisten” henkilöiden esittäminen saattaa tuntua pahalta sellaisten ikääntyvien mielestä, jotka eivät enää kykene toimimaan aktiivisesti.

Artikkeleiden perusteella ikääntyneiden aktiviteetteja olivat:

- liikunta (ulkoilu, kävely, lenkkeily, pyöräily, autoilu, ampuminen, hiihto, tanssi, kuntosalilla käynti, voimistelu, golf, keilailu, jooga)
- kulttuuri- ja taideharrastukset (näyttelemineen, elokuvissa ja teatterissa käynti, maalaaminen, kirjoittaminen, murrejuttujen esittäminen, lausunta, radiojuttujen tekeminen, sukututkimuksen tekeminen, veistosten tekeminen, taiteellisena johtajana toimiminen, kirjallisuuden kääntäminen)
- musiikki (kuorolaulu, sellon, viulun, haitarin ja sahan soitto, musiikin kuuntelu, säveltäminen, laulujen säestäminen)
- metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot (kalastus, mehiläisten hoito, puiden hakkaaminen, sienestys, marjastus, puutarhan, pihan ja kasvimaan hoito, pikkulintujen ruokinta, ravustus, metsässä kulkeminen, purjehdus)
- tiedotusvälineiden seuraaminen (radion kuuntelu, television katselu, sanomalehtien lukeminen)
- lukeminen
- vapaaehtois- ja järjestötoimintaan osallistuminen ja muu organisoitu toiminta (eläkeläisjärjestöt, luottamustoimet, aterioiden kuljettaminen, muu järjestötoiminta)
- käsityöt (neulominen, virkkaus, kutominen, nikkarointi, veistäminen)
- sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito (lastenlasten hoitaminen, puolison hoitaminen, kyläily)
- matkustaminen
- keräily (kirjat, mitalit, kellot, postimerkit, taide)
- kodinhoitoon liittyvät toiminnot (talon hoito, kotityöt, leipominen)
- opiskelu, esitelmien yms. pitäminen (kielten opiskelu, kerhojen, esitelmien ja luentojen pitäminen, tieteellinen tutkimus)
- muut (muistelutyö, ravintoloissa ja kahviloissa käynti, kuppaus, radiossa järjestäjänä toimiminen)

Vuoden 1974 lehdissä olleiden artikkeleiden perusteella ikääntyvien suosituimmat aktiviteetit olivat liikunta sekä taide ja kulttuuriharrastukset. Liikuntaa harrasti 14 ikääntynyttä (31,8 % kaikista artikkeleissa esiintyneistä iäkkäistä) ja erilaisia taide- ja kulttuuritoimintoja 15 ikääntynyttä (34,1 %). Seuraavaksi suosituimmat toiminnot olivat

metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmaharrastukset (11 ikääntynyttä, 25 %), sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito (10 ikääntynyttä, 22,7 %) ja lukeminen (9 ikääntynyttä, 20,5 %). Muita toimintoja harrasti kutakin alle 20 % ikääntyneistä (TAULUKKO 1).

Vuoden 1994 lehdissä esiintyneet ikääntyneet pitivät aktiivisesti yllä sosiaalisia suhteitaan ja hoivasivat ja pitivät huolta läheisistään. Em. toimintoihin osallistui 18 ikääntynyttä eli yli puolet (56,3 %) kaikista artikkeleissa esiintyneistä ikääntyneistä. Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja hoiva ja huolenpito oli lähinnä lastenlapsista huolehtimista ja ystävillä ja tuttavilla kyläilemistä (kuten oli myös vuonna 1974). Tällainen osoitus aktiivisesta vuorovaikutuksesta läheisten ja ystävien kanssa on ristiriidassa sen yleisen käsityksen kanssa, että nykyihmiset olisivat eritäytyneitä ja pysyttelisivät omissa oloissaan. Ainakin Et-lehdessä esiintyneet ikäihmiset romuttavat tämän käsityksen.

Vuonna 1994 ikääntyneet olivat aktiivisia liikunnan harrastajia kuten myös vuonna 1974. 14 ikääntyneen (43,8 %) kerrottiin harrastavan jotakin liikuntamuotoa. Seuraavaksi suosituimpia toimintoja olivat metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot (11 ikääntynyttä, 34,4 %) ja kulttuuri ja taide (10 ikääntynyttä, 31,3 %). Myös tiedotusvälineitä ikääntyneet vuonna 1994 seurasivat ahkerasti (7 ikääntynyttä, 21,9 %). Muita toimintoja harrasti alle 20 % ikääntyneitä.

Vuonna 1974 yli 20 % ikääntyneistä (20,5 %) harrasti lukemista. Vuonna 1994 ei lukemista harrastaneita ikääntyneitä ollut lainkaan eli yksikään vanha ihminen ei harrastanut tai ilmoittanut harrastavansa lukemista. Toisaalta yli 10 % (12,5 %) ikääntyneistä vuonna 1994 harrasti opiskelua ja esitelmien ym. pitämistä ja nämä toiminnot tietysti edellyttävät lukemista. Lukemisesta on saattanut parissa kymmenessä vuodessa tulla niin yleinen ja itsestään selvä harrastus, että ikääntyneet eivät lukemisharrastustaan edes mainitse. Opiskeluharrastuksen yleistymiseen on osaltaan vaikuttanut aikuisten ja ikääntyneiden opiskelumahdollisuuksien lisääntyminen. Enää ei ajatella, että opiskelu on vain oppivelvollisuusikäisille ja nuorille kohdistettua toimintaa, vaan korostetaan elinikäistä oppimista ja jatkuvaa kouluttautumista läpi elämän.

Kaiken kaikkiaan voidaan todeta, että vuosina 1974 ja 1994 samat neljä toimintoa olivat suosituimpia ikääntyneiden keskuudessa, joskin niiden keskinäinen suosituimmuusjärjestys oli parissa vuosikymmenessä hieman muuttunut.

**TAULUKKO 1. Ikääntyneiden aktiviteetit vuosina 1974 ja 1994.**

Toiminto	Ikääntyneiden lukumäärä		Ikääntyneitä prosentteina	
	1974	1994	1974	1994
Kulttuuri ja taide	15	10	34,1 %	31,3 %
Liikunta	14	14	31,8 %	43,8 %
Metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot	11	11	25,0 %	34,4 %
Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito	10	18	22,7 %	56,3%
Lukeminen	9	0	20,5 %	0,0 %
Vapaaehtois- ja järjestötoiminta, muu organisoitu toiminta	7	6	15,9 %	18,8%
Musiikki	6	3	13,6 %	9,4%
Tiedotusvälineiden seuraaminen	6	7	13,6 %	21,9 %
Käsityöt	6	4	13,6 %	12,5 %
Kodinhoitoon liittyvät toiminnot	4	1	9,1 %	3,1 %
Matkustaminen	4	6	9,1 %	18,8 %
Keräily	3	1	6,8 %	3,1 %
Opiskelu, esitelmien ym. pitäminen	1	4	2,3 %	12,5 %
Muut	6	4	13,6 %	12,5 %
<b>Yhteensä</b>	<b>102</b>	<b>89</b>		

Suosituimpia toimintoja ikääntyneiden keskuudessa voidaan tarkastella myös sukupuolittain (TAULUKOT 2 JA 3). Vuonna 1974 (TAULUKKO 2) ikääntyneiden miesten suosituin toiminto oli metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot. 37,0 % ikääntyneistä miehistä harrasti näitä toimintoja. Erityisesti miehet suosivat tuolloin kalastusta. Muita tärkeitä aktiviteetteja vuonna 1974 miehillä oli liikunta (29,6 % miehistä

harrasti) sekä kulttuuriin ja taiteeseen liittyvät toiminnot (22,2 % miehistä harrasti) eli miesten kolme suosituinta toimintoa vuonna 1974 olivat samat kuin ikääntyneillä yleensä tuona vuonna. Naisten suosituimmat toiminnot vuonna 1974 olivat kulttuuri ja taide (52,9 % naisista harrasti) ja liikunta (35,3 %). Sen sijaan metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot eivät olleet lainkaan tärkeitä naisten toimintoja vuonna 1974. Vain yksi nainen (5,9 %) harrasti näitä toimintoja. Syynä siihen, että naiset harrastivat metsästystä, kalastusta ym. ulkoilmatoimintoja vuonna 1974 hyvin vähän, saattaa olla se, että vielä 1970-luvun alkupuolella suomalaisessa yhteiskunnassa oli perinteinen sukupuoliroolijako voimakas. Oli toimintoja, jotka selvästi kuuluivat vain miehille. Metsästys, kalastus, puiden hakkaaminen ym. tähän ryhmään kuuluvat toiminnot olivat juuri tällaisia toimintoja, jotka ovat perinteisesti kuuluneet miehille. Naisia ei näiden toimintojen parissa vielä tuolloin juurikaan ollut. Jos naiset vielä vuonna 1974 toimivat hyvin perinteisesti sukupuoliroolien mukaisesti, voisi heidän toiminnoissaan olettaa kodinhoitoon liittyvien toimintojen osuuden olevan suurempi. Aineistossa vain 11,8 % naisista eli vain kaksi naista kertoi itse tai heidän kerrottiin suorittavan kodinhoitoon liittyviä toimintoja. Toisaalta perinteisen sukupuoliroolijaon mukaisesti kodinhoidon katsotaan kuuluvan naisille eräänlaisena itsestäänselvytyksenä, joten kodinhoitoon liittyviä toimintoja ei ehkä mainittu vaikka niitä tehtiinkin päivittäin (vrt. lukeminen vuonna 1994). Perinteisesti naisille on ajateltu kuuluvan erilaiset hoiva- ja huolenpito tehtävät, kuten lapsenlapsien hoitaminen. Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito olivatkin vuonna 1974 suosittuja naisten toimintoja, lähes 30 % (29,4 %) naisista suoritti em. toimintoja.

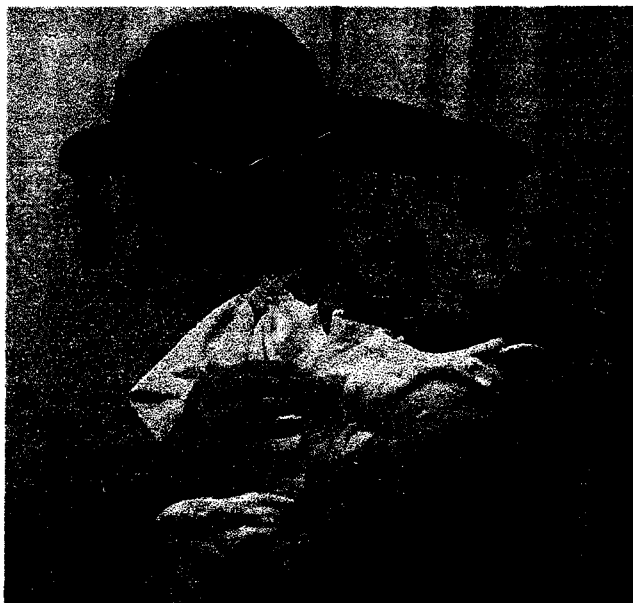
Vuonna 1974 naiset seurasivat tiedotusvälineitä hyvin ahkerasti. Miehistä vain yksi (3,7 %) seurasi tiedotusvälineitä, mutta naisista lähes 30 % (29,4 %). Naisilla tiedotusvälineiden seuraaminen oli lähinnä erilaisten sanomalehtien lukemista ja radion kuuntelua. Yksikään ei maininnut katsovansa televisioita, mihin saattaa olla syynä se, että televisio ei ehkä vielä 1970-luvun alussa ollut vanhusväestön keskuudessa niin suosittu ja yleinen "kodinkone" kuin nykyisin.

Opiskelu, esitelmien ym. pitäminen ja keräilyharrastus eivät kuuluneet naisten toimintoihin vuonna 1974 lainkaan. Miehistäkin opiskelua harrasti vain yksi (3,7 %). Keräily sen sijaan oli hieman suosittumpaa. Sitä harrasti 11,1 % miehistä.

**TAULUKKO 2. Ikääntyneiden aktiviteetit vuonna 1974 sukupuolen mukaan.**

Toiminto	Miehet		Naiset	
	Lukumäärä	%	Lukumäärä	%
Kulttuuri ja taide	6	22,2 %	9	52,9 %
Liikunta	8	29,6 %	6	35,3 %
Metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot	10	37,0 %	1	5,9 %
Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito	5	18,5 %	5	29,4 %
Lukeminen	5	18,5 %	4	23,5 %
Vapaaehtois- ja järjestötoiminta, muu organisoitu toiminta	5	18,5 %	2	11,8 %
Musiikki	5	18,5 %	1	5,9 %
Tiedotusvälineiden seuraaminen	1	3,7 %	5	29,4 %
Käsityöt	3	11,1 %	3	17,6 %
Kodinhoitoon liittyvät toimet	2	7,4 %	2	11,8 %
Matkustaminen	3	11,1 %	1	5,9 %
Keräily	3	11,1 %	0	0,0 %
Opiskelu, esitelmien ym. pitäminen	1	3,7 %	0	0,0 %
Muut	4	14,8 %	2	11,8 %
<b>Yhteensä</b>	<b>61</b>		<b>41</b>	

Vuonna 1994 (TAULUKKO 3) sekä ikääntyneiden miesten että naisten suosituin toiminto oli sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito. Miehet (60,0 %) suosivat näitä toimintoja jopa enemmän kuin naiset (52,9 %). Tämä on osaltaan osoitus perinteisten sukupuoliroolien murtumisesta, sillä nyt myös miehet osallistuvat hoivatyöhön hoitaen lapsenlapsiaan ja muita läheisiään.



Suosittuja toimintoja vuonna 1994 sekä naisten että miesten keskuudessa olivat liikunta (miehistä 46,7 % ja naisista 41,2 % harrasti) ja kulttuuri ja taide (miehistä 33,3 % ja naisista 29,4 % harrasti). Vuonna 1994 metsästyksestä, puutarhanhoidosta ym. ulkoilmatoiminnoista oli tullut suosittuja aktiviteettejä molempien sukupuolten keskuudessa, jopa niin, että suurempi osa naisista (35,3 %) kuin miehistä (33,3 %) ilmoitti harrastavansa näitä toimintoja. Naisten ulkoilmatoimintoihin kuului erityisesti puutarhan ja pihamaan hoitaminen sekä marjastaminen. Teknisen kehityksen myötä erilaiset laitteet ovat tulleet naisten avuksi kotitöihin (esimerkiksi astianpesukone). Näin ollen naisilla 1990-luvulla on ehkä enemmän aikaa kuin 1970-luvulla tällaisiin kodin ulkopuolella, puutarhassa ja pihalla, tapahtuviin toimintoihin, koska sisällä tapahtuviin kodinhoitoaskareisiin ei enää mene niin kauan aikaa kuin aikaisemmin.

Keräilyharrastus ei kuulunut naisten aktiviteetteihin vuonna 1994 lainkaan kuten ei myöskään vuonna 1974. Sen sijaan opiskelua ja esitelmien ym. pitämistä harrasti naisista lähes 20 % (17,6 %). Oli pa ikääntyneiden naisten joukossa eräänlaisena erikoisuutena



eläkkeellä oleva 61-vuotias terveydenhoitaja, joka oli juuri saanut valmiiksi lisensiaattityönsä (Et 1/1994). Vuonna 1974 opiskelevia ikääntyneitä naisia ei ollut lainkaan. Miehistä opiskelua harrasti vuonna 1994 vain yksi (6,7 %) samoin kuin vuonna 1974.

Vuonna 1994 ikääntyneiden miesten keskuudessa suosittu aktiviteetti oli vapaaehtois- ja järjestötoimintaan ja muuhun organisoituun toimintaan osallistuminen. 26,7 % miehistä osallistui tällaiseen toimintaan. Mitään tyypillistä ja erikoisen suosittua organisoidun toiminnan muotoa ei ollut vaan ikääntyneet miehet osallistuivat esimerkiksi Sotainvalidien Veljesliiton toimintaan sekä eläkeläisjärjestöjen ja seurakunnan toimintaan. Tällaiseen järjestöpohjaiseen toimintaan osallistumisen lisääntyminen on saattanut johtua siitä, että ikääntyneillä miehillä on eläkkeellä ollessaan entistä parempi terveys ja he ovat eläkkeellä entistä pidemmän ajan. Näin ollen heillä on mahdollisuus osallistua toisin kuin vuosikymmeniä sitten, jolloin oli pakko työskennellä kuolemaansa saakka eläkejärjestelmien kehittymättömyyden takia. Järjestötoiminta saattaa olla myös niin organisoitua, että se tarjoaa tietynlaista jatkuvuutta työelämän jälkeen eli se tarjoaa esimerkiksi ajankäytöllisesti työelämää vastaavaa toimintaa ja näin helpottaa eläkeläisen rooliin siirtymistä ja sopeutumista siihen. Naisista vuonna 1994 vain kaksi (11,8 %) osallistui vapaaehtois- ja järjestötoimintaan ja muuhun organisoituun toimintaan.

**TAULUKKO 3. Ikääntyneiden aktiviteetit vuonna 1994 sukupuolen mukaan.**

Toiminto	Miehet		Naiset	
	Lukumäärä	%	Lukumäärä	%
Kulttuuri ja taide	5	33,3 %	5	29,4 %
Liikunta	7	46,7 %	7	41,2 %
Metsästys, puutarhanhoito ym. ulkoilmatoiminnot	5	33,3 %	6	35,3 %
Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, hoiva ja huolenpito	9	60,0 %	9	52,9 %
Lukeminen	0	0,0 %	0	0,0 %
Vapaaehtois- ja järjestötoiminta, muu organisoitu toiminta	4	26,7 %	2	11,8 %
Musiikki	1	6,7 %	2	11,8 %
Tiedotusvälineiden seuraaminen	3	20,0 %	4	23,5 %
Käsityöt	1	6,7 %	3	17,6 %
Kodinhoitoon liittyvät toiminnot	0	0,0 %	1	5,9 %
Matkustaminen	4	26,7 %	2	11,8 %
Keräily	1	6,7 %	0	0,0 %
Opiskelu, esitelmien ym. pitäminen	1	6,7 %	3	17,6 %
Muut	2	13,3 %	2	11,8 %
<b>Yhteensä</b>	<b>43</b>		<b>46</b>	

Molempina vuosina ikääntyneet harrastivat liikuntaa pitääkseen yllä terveyttään:

*“Vuosia sitten kolme sydäninfarktia kuitenkin opettivat, että liikuttava on muutenkin kuin mielikuvituksessa. Reino Lehväslaiho kuntoutui uimalla ja kävelemällä. Nykyisin ohjelmaan kuuluu 15 minuutin voimistelu aamulla ja illalla. Päivällä hän vetää raskaat marssikengät jalkaan ja lähtee tunnin kävelylenkille.” (Et 2/1994)*

Jatkuvuusteorian perusotaksuman mukainen elämäntyylin jatkuvuus ikääntymisen myötä tuli ilmi lehdissä esiintyneiden henkilöiden liikuntaharrastuksessa:

*“Tärkeä merkitys hänen hyvälle kunnolleen on varmasti myös sillä, että hän on koko ikänsä voinut tehdä mieleistään työtä, ja sillä että kohtuullinen määrä liikuntaa on aina kuulunut hänen päiväohjelmaansa.” (Et 9/1974)*

Esiintyipä artikkeleissa myös 84-vuotias veteraaniurheilija, joka vielä harjoitteli ja kilpaili säännöllisesti. Hänellekin liikunta toi sisältöä päivään:

*“Urheileminen tuo mielekästä sisältöä Paavo Patisen päiviin. Se pitää mielen virkeänä ja kunnan korkealla. - Liikun säännöllisesti päivittäin. Joka toinen päivä käyn kuntosalilla tai teen lajiharjoituksia, joka toinen päivä lenkkeilen tai uin. Olen huomannut, että kuntosalia ei voi kesälläkään jättää pois, silloin voimat alkavat vähetä.” (Et 8/1994)*



Myös kulttuuri- ja taideharrastus oli aktiviteetti, joka jatkui läpi elämän. Artikkeleissa esiintyi useita taiteilijoita, näyttelijöitä ja kirjailijoita, jotka hyvin vireästi jatkoivat työtään, vaikka olivatkin jo eläkkeellä. Toiminnon merkitys vain oli muuttunut. Aikaisemmin oli ollut pakko esimerkiksi maalata tai näytellä toimeentulon hankkimiseksi, eläkkeellä ollessa toiminto oli lähinnä harrastus, jota jatkettiin “tyhjän” ajan täyttämiseksi:

*“Kun olen kirjailija, kirjoitan kirjoja. Tuntuu, että jos jättäisin kirjoittamisen, olisin tyhjän päällä.” (Et 2/1994)*

*“Bruno Tuukkanen tekee työtä kotiateljeessaan Helsingissä yhtä tiivistä kuin nuoruutensa päivinä Viipurissa, Tukholmassa, Pariisissa tai Münchenissä.”*

Sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen oli vuoden 1994 lehdissä esiintyneille ikääntyneille tärkeää. Etenkin lapsenlapsista huolehtiminen oli tärkeää kummankin vuosikerran lehdissä esiintyneille ikääntyneille:

*“Eläkkeellä oleva sukeltaja ei ole vain vanhojen aikojen muistelijä. Hän huolehtii myös päivisin tyttärensä pojasta.” (Et 6-7/1974)*

Vuonna 1994 oli hoivantyon uudeksi ulottuvuudeksi tullut myös muista omaisista kuin lapsista huolehtiminen, josta ei vuoden 1974 lehdissä ollut mainintaa:

*“Paavo avioitui 64-vuotiaana itseään viisi vuotta nuoremman Esterin kanssa 1973. Vaimo kärsii nyt vanhuuden muistamattomuudesta, reumasta ja lonkkaviasta, joka vei liikuntakyvyn viime syksynä. Myös vaimoaan (kuten äitiäänkin) Paavo hoitaa kotona, ja siksi hän on palkannut vaimolleen henkilökohtaisen avustajan.” (Et 8/1994)*

Suosituin ulkoilmaharrastus oli molempien vuosien lehdissä esiintyneille iäkkäille puutarhanhoito. Vuonna 1974 iäkkäät ihmiset harrastivat kalastusta, jota ei mainittu vuoden 1994 iäkkäiden toiminnoissa lainkaan. Mahdollisuuteen harrastaa kalastusta vaikuttaa

tietysti vesistöjen läheisyys, mutta koska artikkeleissa ei useinkaan mainittu henkilön asuinpaikka, ei tämän tekijän vaikutusta voida tarkemmin arvioida.

Selvitettäessä Et-lehdessä esiintyviä ikääntyvien aktiviteetteja kävi ilmi aktiviteettien kasautuminen samoille henkilöille. Jos henkilöllä on yksi aktiviteetti tai harrastus, hän hyvin usein harrastaa myös jotain toista toimintoa. Rantamaan (1995, 73) mukaan aktiivisuus liitetään positiivisiin mielikuviin vanhenemisesta ja vanhuudesta. Aktiivinen ei ole vanha, sillä "todellista" vanhuutta on passiivisuus, johon liittyy toimintakyvyttömyyttä, sairauksia ja epäitsenäisyyttä. Harrastamalla useita eri asioita ikääntynyt yrittää pitää yllä käsitystä itsestään nuorena, toimintakykyisenä, itsenäisenä ja ennen kaikkea terveenä. Se, että ei osallistu eri toimintoihin saatetaan kokea osoituksena vanhuudesta, jota kaikin tavoin yritetään välttää tai ainakin siirtää kauemmas tulevaisuuteen.

Etenkin vuoden 1974 henkilöjutuissa erilaisen aktiivisuuden ja toiminnallisuuden merkitystä jopa hieman ylikorostettiin:

*"Eläkeläisellä maalla, jossa aika kuluu hissuksiin, mutta kuitenkin niin että tekemistä päivä on täyttä eikä tekevältä työ loppu."* (Et 2/74)

*"Ikä ei paina Bruno Tuukkasta (82 vuotta). On vaikea kuvitella, että hän joskus olisi voinut olla virkeämpi keskustelutoveri tai tuotteliaampi taiteilija."* (Et 3/74)

*"Mutta varmaa lienee, että hänen tapansa elää, nähdä valoisina elämänilmiöt, olla aina mukana ja puuhassa, on eliksiiriä ollut ja on edelleen."* (Et 6-7/74)

*"Väinö Valtonen (69 vuotta) on ammatiltaan muurari ja hän käy työssä jatkuvasti. Sen minkä ehtii ja jaksaa. Ja hän 'jaksaa' liikaakin. Eläkkeelle hän ei ole uskaltanut heittäytyä vielä päiväkseen."* (Et 10/74)

*“Olen kovin tyytyväinen olooni. Meillä ei olla jouten, kuten näette.”* (Et 11/74)

## 9.2 Eläke-aika

Yleensä vanhuuteen liitetään kiinteästi eläkkeellä oleminen - jos ihminen on vanha, hän on myös eläkkeellä ja päinvastoin. Myös Et-lehden artikkeleissa vuosina 1974 ja 1994 esiintyneistä ikääntyneistä ihmisistä valtaosa oli eläkkeellä. Vuoden 1974 Et-lehdissä oli yhteensä 39 artikkelia, joissa esiintyi 44 henkilöä. Näistä henkilöistä suurin osa eli 38 henkilöä (86,4 %) oli eläkkeellä. Kolme eläkkeellä olevaa henkilöä teki töitä eläkkeellä ollessaan. Et-lehdessä 9/74 esiintyvä satamamies oli jäänyt eläkkeelle kanta-aliupseerin työstään ennen kuin hänen olisi tarvinnut, koska halusi antaa nuoremmille mahdollisuuden edetä sotilasurallaan. Luvuttaan omasta sotilasurastaan hän oli kuitenkin etsiytynyt töihin satamaan, jotta voisi hankkia lisätuloja eläkkeensä lisäksi. Kiipeilytelineitä veistävälle eläkeläiselle Et-lehdessä 12/74 työnteko eläkkeellä ollessa oli taloudellinen pakko: *“Erinomainen asia taiteilijan mielestä, sillä patsaista saamallaan tuloilla he pystyvät syömään vaimo Agneksen kanssa joka päivä mikä ei olisi mahdollista, jos he joutuisivat elämään yksistään Kallen pienen eläkkeen turvin.”* Iäkäs näyttelijä (Et 9/74) jatkoi näyttelemistä vielä eläkkeellä ollessaan. Hänestä kertovassa artikkelissa ei mainittu eläkettä lainkaan. Syynä saattoi olla se, että eläkejärjestelmät eivät vielä 1970-luvun alussa olleet kovinkaan kattavia, eikä näyttelijällä ehkä ollut lainkaan oikeutta eläkkeeseen ja oli näin ollen pakotettu jatkamaan työntekoa eläkkeelläkin. Ehkäpä muillakin erilaista “puuhastelua” harrastavilla toimintojen taustalla oli pienet eläkkeet.

Vuoden 1994 lehdissä oli yhteensä 25 artikkelia, joissa esiintyi 32 henkilöä. Henkilöistä 27 (84,4 %) oli eläkkeellä. Neljä eläkkeellä olevaa henkilöä teki töitä edelleen. Kaksi töitä tekevää eläkeläistä oli kirjailijaa ja kaksi näyttelijää. Ainoallekaan töitä tekevälle eläkeläiselle työnteolla ei ollut taloudellista merkitystä. Työ toi tietynlaista jatkuvuutta elämään ja sitä tehtiin, koska siitä pidettiin: *“Työ, jota teen on ihanaa.”* (Et 7/94). Joskin työnteon loppumista ja kiireetöntä eläke-aikaa myös odotettiin: *“Tällä hetkellä he näyttävät vielä molemmat, mutta kun nämä roolit ovat ohi, on tarkoitus jättää teatteri*

*ainakin pariksi vuodeksi. Näyttelijänä elämä on ollut niin rikkinäistä, että on ihanaa kun kerrankin on aikaa nauttia toinen toistensa seurasta.” (Et 12/94)*

### 9.2.1 Suhtautuminen eläkkeelle jäämiseen ja eläkeikaan

Kerrottaessa eläkkeelle jäämisestä artikkeleissa käytettiin erilaisia verbejä: siirretty eläkkeelle, jäädä eläkkeelle, päästä eläkkeelle, joutua eläkkeelle ja lähteä eläkkeelle. Jo verbi, jolla eläkkeelle jäämisestä kerrotaan, antaa vinkkejä siitä, onko eläkkeelle lähdetty mielellään vai onko se koettu negatiivisesti. Henkilöjutuissa saatettiin eläkkeelle jäämisestä puhua sekä käyttämällä negatiivis- että positiivissävyisiä verbejä. Niinpä tarkastelemalla pelkkiä verbejä ei voinut päätellä suhtauduttiinko eläkkeelle jäämiseen myönteisesti vai kielteisesti. Lukemalla henkilöjutun kokonaisuudessaan läpi, voi muodostaa käsityksen koko tekstin perusteella. Jos teksti oli positiivisessa sävyssä kirjoitettu ja henkilön puheenvuorot vielä vahvistivat tätä positiivisuutta, voi ajatella, että kyseinen henkilö kaiken kaikkiaan suhtautuu myönteisesti eläkeikaan ja vanhenemiseen sen myötä. Vuonna 1974 eläkkeelle jäämiseen suhtauduttiin suurelta osin myönteisesti. Artikkeleissa esiintyneistä henkilöistä 31 eli 70,5 % suhtautui eläkeikaan myönteisesti. Eläkeikaan saatettiin suhtautua myönteisesti, vaikkakaan eläkkeiden suuruuteen ei oltu tyytyväisiä. Selvästi kielteisesti eläkeikaan suhtautuvia oli vuonna 1974 kolme henkilöä eli 6,8 %. He olisivat halunneet tehdä töitä yli eläkeikänsä, mutta heille ei oltu annettu siihen mahdollisuutta. Eläkkeelle “siirtäminen” oli heille shokki:

*“Saara Ranin, 75, on niitä näyttelijöitä, joille eläkkeelle siirtyminen merkitsee henkilökohtaista onnettomuutta.” “Sinut on siirretty eläkkeelle. Sillä tavalla minä siis jäin eläkkeelle. Ilman mitään ennakkovaroitusta, ilman mitään esipuheita minun elämäntyöni oli loppunut. Kaikki 47 vuotta olivat ohi niin kuin niitä ei koskaan olisi ollutkaan. Ei ollut enää mitään muuta työtä kuin kävellä ulos teatterin ovesta. Se oli minulle shokki, sen myönnän, jälkeenpäin pystyessäni tarkastelemaan asioita maltillisemmin, tajusin, että näin kai sen sitten täytyy olla vaikka se koskeekin.” (Et 2/74)*

Eläkkeelle jääminen saatettiin kokea negatiivisesti, jos koko ihmisen identiteetti liittyi työhön. Jos oli toiminut samassa työssä 47 vuotta, kuten edellisen lainauksen näyttelijätär, oli näyttelemisen ollut vuosikymmenien ajan keskeinen elämänsisältö. Kun tätä keskeistä elämänsisältöä ei yhtä äkkiä enää ollutkaan, voi sopeutuminen uuteen eläkeläisen rooliin olla vaikeaa ja aikaa vievää, mutta siihen voi kuitenkin ajan myötä sopeutua:

*“Minä olin suorastaan häijy, kun jäin eläkkeelle. Vähitellen totuin ja olin sitten oikein onnellinen. Kyllä minusta on erinomainen asia, kun pääsee eläkkeelle ja harrastaa mitä jaksaa.” (Et 10/74)*

Myös henkilöt, jotka edelleen olivat töissä ajattelivat mahdollista eläkeikää kielteisesti:

*“Väinö Valtonen on ammatiltaan muurari, ja hän käy työssä jatkuvasti. Sen minkä ehtii ja jaksaa. Ja hän ‘jaksaa’ liikaakin. Eläkkeelle hän ei ole uskaltanut heittäytyä vielä päiväkseen.” (Et 10/74)*

Työstä ei haluttu luopua, koska pelkän eläkkeen varassa eläminen ei olisi taloudellisesti ollut mahdollista. Jyrkämän ja Randellin (1987) mukaan vielä 1950-luvun alussa vanhusten työmahdollisuuksien supistuminen ja sen seurauksena vanhusten toimeentulon heikkeneminen ja eristyminen toimeentuloon nähtiin onnettomuutena. Vielä vuonna 1950 yli 65-vuotiaista 34,1 % toimi ammatissa. Luvun suuruuden selitys lienee puutteellinen eläketurva. 1950-luvulta alkanut kehitys on johtanut siihen, että vanhusväestön työssäkäynti on supistunut murto-osaan aikaisemmasta. Vuonna 1980 yli 65-vuotiaista toimi ammatissa vain 4,0 %. Työnteko vanhuusiässä ei enää ole taloudellisesti välttämätöntä kuten ennen eläkejärjestelmien laajenemista ja eläketurvan parantumista. Syynä saattaa olla myös eläkejärjestelmiin sidotut työssäkäyntirajoitukset ja ennen kaikkea itse työelämän ja työmarkkinoiden muutokset. Vanhusten työssäkäynnin mahdollisuudet silloinkin, kun halu työntekoon olisi, ovat aikaisempaa pienemmät. (Jyrkämä & Randell 1987, 18-20.)



Eläkkeelle siirtyminen koettiin helpompana, jos oli jotain millä täyttää päivänsä työn jäätyä pois rytmittämästä päivää:

*“Millaista oli siirtyä eläkkeelle? - Jos ihmisellä on harrastuksia, niin uskon kynnyksen yli siirtymisen olevan helpompaa, mietiskelee Lauri. Ja nyt pahin stressi on ohi, saan keskittyä radiotyöhän, josta todella pidän. Kysymys ei ole yksin rahasta. Olisi ihan hirveätä eläkkeelle siirryttyä vain istua tuolissa.”*  
(Et 3/74)

Kymmenen henkilön (22,7 %) kohdalla ei voinut päätellä oliko eläke-aika positiivinen vai negatiivinen kokemus. Henkilöjutuissa ei joko puhuttu eläkeistä lainkaan tai todettiin vain, että *“esimerkiksi minä saan Yhdysvalloista kuukausittain eläkettä”* (Et 12/74) (TAULUKKO 4).

Vuonna 1994 eläkkeelle jäämiseen suhtauduttiin kaiken kaikkiaan positiivisesti. 32 henkilöstä 29 eli 90,6 % suhtautui myönteisesti eläke-aikaan. Ainuttakaan negatiivista ilmausta eläkkeelle jäämisestä ei artikkeleista löytynyt. Eläke-aikaan suhtauduttiin mahdollisuutena, jolloin oli aikaa tehdä asioita, joita työssä olleessa ei voitu tehdä. Eläke-iän kynnyksellä olevat odottivat eläke-aikaansa:

*“Hän myöntää haaveilevansa eläkevuosista, jotta voisi tavata enemmän tyttärensä perheitä.”* (Et 3/94)

*“Maija-Kaarina Lehtovaara arvelee, ettei tule pitkästymään eläkkeelläkään. Nyt puolitoistavuotias lapsenlapsi tarvitsee joskus hoitajaa. Maija-Kaarina Lehtovaara aikoo ruveta myös opiskelemaan lempiaiheitaan sosiaalipolitiikkaa sekä jatkaa ranskan opintoja.”* (Et 4/94)

Jatkuvuusteorian mukainen elämäntyylin jatkuvuuden kokeminen ja aikaisemmin omaksuttujen käyttäytymismallien säilyttäminen vaikuttaa keskeisesti eläke-aikaan ja myös vanhuuteen sopeutumiseen. Aikaisempia toimintoja jatketaan niin kauan kuin jaksetaan ja

niistä luovutaan pikku hiljaa, ei yhtä äkkiä, jotta uuteen - työstä vapaaseen - elämäntilanteeseen on aikaa sopeutua:

*“Kääntämisessä ja psykoterapeutin työssä on se hyvä puoli, ettei eläkkeelle siirtymisessä ole jyrkkää rajaa. Jaksaminen ja työnteke luonnollisesti vähenee, mutta silti pysyy pitkään mukana eikä mikään lopu niin kuin seinään. Se on pehmeä lasku vanhuuteen. Tässä elämänvaiheessa eletään rauhallisesti ja nautitaan työn tuloksista ja lapsenlapsista.” (Et 10/94)*

*“Mutta miten sitä itsensä työstä riuhtaisee, kun on ikänsä ahertanut. Käymme joka päivä poikaa auttelemassa seitsemän kilometrin päässä, minä karjatöissä ja äiti varsinkin tuvan puolella, emännätön kun Pietarilan tilakin vielä on. Tämä on sellaista hiljaista laskettelua, Eero ja Hilma punnitsevat.” (Et 11/94)*

Andersonin (1992) mukaan työssä olevat aviopuolisot saattavat odottaa eläkevuosia aikana, jolloin he ovat vapaita stressistä ja voivat uudelleen keskittyä avioliittoonsa ja yhdessäoloon. Etenkin vuoden 1994 artikkeleissa esiintyneiden iäkkäiden ihmisten kohdalla tämä seikka tuli ilmi:

*“Eihän meillä ole mitään valittamista. Meillä on toisemme ja tietysti Alison. Monilla menee paljon huonommin. Olemme onnellisia siitä mitä meillä on. Jokainen uusi päivä yhdessä tekee elämästä tärkeän.” (Et 2/94)*

*“Eläkepäivien varalle heillä ei ole sen kummempia suunnitelmia, pelkästään yhteinen arki on mukavaa. Sellainen, että herätään aamulla eikä ole kiirettä mihinkään.” (Et 12/94)*

Kolmen henkilön (9,4 %) kohdalla ei voinut päätellä heidän suhtautumistaan eläkeikaan. Artikkeleissa todettiin vain, että he olivat jo eläkkeellä tai olivat juuri jäämässä sen enempiä arvottavia kommentteja esittämättä. (TAULUKKO 4)

**TAULUKKO 4. Artikkeleissa esiintyneiden iäkkäiden ihmisten suhtautuminen eläkeikaan.**

Suhtautuminen eläkeikaan	Vuosi 1974		Vuosi 1994	
	Henkilöitä	%	Henkilöitä	%
Myönteinen	31	70,5	29	90,6
Kielteinen	3	6,8	0	0
Ei voinut päätellä	10	22,7	3	9,4
<b>Yhteensä</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Eläkeikaan suhtauduttiin kaiken kaikkiaan hyvin myönteisesti sekä miesten että naisten keskuudessa. Vuonna 1974 miehistä 70,4 % ja naisista 70,6 % suhtautui eläkeikaan myönteisesti. Miehistä hieman suurempi osa (7,4 %) kuin naisista (5,9 %) suhtautui kielteisesti. Sekä miehistä että naisista hieman yli viidesosan (miehet 22,2 % ja naiset 23,5 %) kohdalla ei suhtautumista eläkeikaan voinut päätellä.

Vuonna 1994 erityisesti naiset (94,1 %) suhtautuivat myönteisesti eläkeikaan. Yhdenkään naisen, kuten ei myöskään miehen, kohdalla suhtautuminen ei ollut kielteistä. Miehistä lähes 90 % (86,7 %) suhtautui positiivisesti eläkeikaan. Miesten keskuudessa oli kaksi (13,3 %), joiden kohdalla suhtautumista eläkeikaan ei voinut päätellä. Vastaavasti naisia oli vain yksi (5,9 %).

#### 9.2.2 Eläkkeet taloudellisen toimeentulon turvaajina

Kun artikkeleissa esiintyvät henkilöt puhuvat eläkkeistään, on taloudellisen toimeentulon merkitys keskeinen. Eläkkeisiin ollaan joko tyytyväisiä tai tyytymättömiä sen mukaan katsottiinko eläkkeen olevan riittävän suuri toimeentulon turvaamiseksi. Vuoden 1974 artikkeleissa 10 henkilöä pohti eläkkeensä suuruutta. Heistä kuusi (neljä miestä, kaksi naista) oli tyytymättömiä eläkkeisiinsä, kaksi (yksi mies, yksi nainen) oli tyytyväistä ja

kahden kohdalla (molemmat miehiä) ei voinut päätellä olivatko he tyytyväisiä vai tyytymättömiä. Vuoden 1994 artikkeleissa oli kahdeksan henkilöä, jotka miettivät eläkkeidensä riittävyttä. Kaksi henkilöä (yksi mies, yksi nainen) oli tyytymättömiä eläkkeidensä määrään, kolme (yksi mies, kaksi naista) oli tyytyväistä ja kolmesta (yksi mies, kaksi naista) ei voinut sanoa oliko kyseessä tyytyväisyys vai tyytymättömyys.

Vuoden 1974 artikkeleissa esiintyvät eläkeläiset, jotka pohtivat eläkkeidensä suuruutta, olivat melko tyytymättömiä eläkkeisiinsä. Eläke ei riittänyt toimeentulon turvaamiseen vaan useat eläkeläiset joutuivat hankkimaan lisäansioita tullakseen toimeen:

*“Eläkeasioistaan Ilovaarat eivät erityisesti halua puhua. Parempikin yhteiskunnan tuki ilmeisesti voisi olla, koska Kustaa Ilovaara jatkuvasti joutuu etsimään rahan jatketta harjaverstaansa työllä.” (Et 1/74)*

*“Jos Väinö Valtonen on jostain katkera, on hän eläkejärjestelyistä, jotka teettävät työtä katkeraan loppuun saakka. Eläkkeistä, jotka eivät elätä, eivät turvaa kunnollista toimeentuloa.” (Et 10/74)*

Työnteko eläkkeellä ei suinkaan aina ollut taloudellisen pakon sanelemaa. Vaikka työnteon avulla haluttiin kohentaa taloudellista tilannetta, oli sillä merkitystä myös toimeentulon ehkäisemisessä:

*“Kai se (eläke) elantoon riittäis, mutta kai sitä eläkevaarina huvittelemisen lisäksi pitäis jotakin työtäkin hankkia. Ainakin sen verran ettei pitkästys...” (Et 3/74)*

Vuonna 1974 eläkkeiden suuruuteen oltiin tyytymättömämpiä kuin vuonna 1994. Vuonna 1974 eläkejärjestelmät eivät olleet niin kattavia kuin vuonna 1994. Saattoi olla henkilöitä, jotka olivat kokonaan pudonneet eläkejärjestelyjen ulkopuolelle. Esimerkiksi 66-vuotiaana vuonna 1963 eläkkeelle jäänyt entinen linja-autokuski oli jäänyt täysin paitsi eläkkeestä:

*“Vuotta aikaisemmin vuoden 1962 heinäkuun ensimmäisenä päivänä oli astunut voimaan TEL-eläkesysteemi. Pöntynen arveli pääsevänsä osalliseksi tästä eläkkeestä, mutta toisin kävi. Hän oli syntynyt kesäkuun viimeisenä päivänä. Eläkkeestä paitsi jääminen oli siis päivästä kiinni.” (Et 1/74)*

Vuonna 1994 ei enää esiintynyt henkilöitä, jotka olisivat kokonaan jääneet ilman eläkettä. Kuitenkin varhaisien eläkevuosien huono eläketurva oli yhden vielä työssä olevan ikäihmisen kohdalla aiheuttanut sen, että eläkkeelle jäämistä oli täytynyt lykätä muutamalla vuodella eteenpäin (Et 4/94). Eläkkeelle jääminen oli toisaalta saattanut merkitä jopa taloudellisen tilanteen kohenemista:

*“Ei minulla koskaan ennen ole ollut rahaa käytettävissä niin kuin nyt, kun saan pientä eläkettä.” (Et 10/94)*

Vaikka joidenkin eläkeläisten mielestä eläke saattoi olla liian pieni, siihen oli sopeuduttu. Eläkkeen määrään suhtauduttiin kuitenkin pohjimmiltaan positiivisesti ja nykyisestä työstä vapaasta elämäntilanteesta löydettiin hyviä puolia eläkkeen pienuudesta huolimatta. Eläkeläiset olivat ehkä joutuneet sovittamaan elämäntyyliänsä eläkkeen määrän mukaisesti ja ehkä hieman tinkimäänkin entisestä elämäntyylistään. Eläkkeiden avulla ei ollutkaan tarkoitus rikastua, vaan riitti, että tultiin toimeen:

*“Toimeen tullaan, Eero arvioi uuden elämän (=eläkeajan) rahapuolta. MYEL-tuloa tulee noin 3000 markkaa kuussa, ja kun se kerrotaan kahdelle, niin eiköhän se riitä meidän perheelle.” (Et 11/94)*

### 9.3 Toimintakyky ja terveys

Iäkkäiden ihmisten terveyteen ja toimintakykyyn ei kovin tarkasti vuosien 1974 ja 1994 lehtien henkilöjutuissa paneuduttu. Kun vuonna 1974 lehdissä kerrottiin 44 eri henkilöstä, heistä 17 kohdalla esitettiin suora maininta terveydentilasta. Terveystä esitettiin 11 positiivista mainintaa ja 5 negatiivista. Miesten ja naisten välillä ei juurikaan ollut eroja terveydentilaan liittyneissä maininnoissa. Viisi miestä ja kuusi naista esitti positiivisen

näkemyksen terveydestään ja vastaavasti kolme miestä ja kaksi naista esitti negatiivisen maininnan terveydestään. Yhden henkilön kohdalla esitettiin sairauksia ja vaivoja, mutta todettiin kuitenkin:

*“Opettaja Mikko Mäkirinteen korkean iän ja hyvän kunnon lähteitä ei tiedä hän itse, tuskin muutaakaan. Mutta varmaa lienee, että hänen tapansa elää, nähdä valoisina elämänilmiöt, olla aina mukana ja puuhassa on eliksiiriä ollut ja on edelleen.” (Et 6-7/74)*

Artikkeleissa esiintyi kaksi sokeaa vanhusta. He olivat olleet jo niin pitkään sokeita, että he olivat jo sopeutuneet asiaan. Heidän muusta terveydentilastaan ei ollut mainintaa.



Useat eläkeläiset näkivät terveydentilan parantuneen eläkkeelle jäämisen myötä. Vaikka eläkkeelle olisi saatettukin osittain jäädä sen takia, että terveys ei ollut hyvä, oli eläke-aika tuonut mukanaan paremman terveyden:

*“Taisto iskee silmää, vertytelee tyytyväisyydestä puuskuttaen käsivarsiaan ja sanoo: - Kun olin vielä töissä, niin olin aina jollakin tavalla sairaana. Nyt on toista: joka paikka pelaa täyttä meteliä.” (Et 6-7/74)*

Kun henkilöjutuissa kerrottiin ihmisten terveydestä, tuli selvästi esille se, että vaatimukset omaa terveyttä kohtaan olivat laskeneet iän myötä. Ikäihmiset määrittelivät terveytensä hyvinkin positiivisesti, vaikka heillä saattoi olla paljon fyysisiä oireita. Huonosta terveydestä huolimatta elämään oltiin tyytyväisiä. Radion palveluksesta kolmatta vuotta sairauseläkkeellä olevalla entisellä urheilutoimittajalla oli sodan ajalta peräisin olevia vaivoja: *“Rintamalla saadut kuusikymmentä kranaatin sirpaletta palelevat vieläkin jaloissa ja tekevät astumisesta epävarman.”* Myös rankan toimittajantyön seurauksena oli ilmennyt erilaisia vaivoja: *“Viimeisimpinä vuosinaan radion palveluksessa ollessaan ilmeni muitakin kovan elämän seuraamuksia. Vatsa reistaili ja lievä sokeritauti pitää yllä tarkkaa dieettiä.”* Selostaessaan hiihtokilpailuja ympäri maailmaa eri paikoista olivat toimittajan silmät altistuneet auringon valolle ja kirkkaille lumihangille, joten *“tästäkin Pekka nykyisin makselee veroja. Silmät ovat arat valolle ja auringon kilolle.”* Ikääntymisen myötä toimittajalla oli lisäksi verenkierröllisiä häiriöitä, jotka estivät häntä toteuttamasta lempiharrastustaan, uimista, kylmissä vesissä. Kuitenkin toimittajalla oli erittäin myönteinen asenne elämään:

*“Minä voin nimetä elämästäni neljä mieliinjäävintä ja hauskinta aikakautta... Neljäs ja yksi parhaimmista, on juuri nyt. Olen onnellinen, kaikista vaivoistakin huolimatta.” (Et 4/74)*

12 henkilön (kahdeksan miestä ja neljä naista) kohdalla ei terveydentilasta tai toimintakyvystä ollut mainintaa. Heidän kohdallaan terveydentilasta ei voinut tehdä päätelmiä edes tarkastelemalla koko artikkelia. Tutkimalla artikkelia kokonaisuudessaan voi kuitenkin 13 henkilön (yhdeksän miestä ja neljä naista) kohdalla päätellä heidän

terveydentilansa pääpiirteissään. Kaikki em. 13 henkilöä vaikuttivat suhteellisen terveiltä. Henkilöt esimerkiksi kertoivat hoitavansa itse kotiaskareensa, vaikka olivat jo hyvin iäkkäitä tai he kävivät edelleen töissä:

*“Ikänsä Hilja (71 vuotta) on ollut sellainen monitoiminainen. Vaatteet tehnyt itse kaikki, rahaa ei ole liioin tarvinnut sellaiseen käyttöä. Pyykkinsä Hilja pesee itse, itse tekee ruokaostoksensa maantienvarrella pysähtyvistä myymäläautosta.” (Et 4/74)*

*“Hilja Kivijärvi on täyttänyt 70. Ikä ei vielääkään paina. Kohtalo kova on aina täytynyt voittaa omin käsin. Ja sen on Hilja tehnytkin. Hän on nimittäin maankuulu metsuri Kallislahdesta. Suorittanut omaa vaativaa metsämarssiaan suurilla savotoilla jo pikkutyöstä lähtien. Eikä lannistumisen merkeistä ole tietoa vieläkään.” (Et 4/74)*

Myös siitä, että iäkkään ihmisen kerrottiin olevan hyvin toimielias ja aktiivinen, voi päätellä, että hänen täytyy olla suhteellisen terve ja toimintakykyinen, sillä jos on paljon erilaisia terveydellisiä vaivoja, joutuu varmastikin hieman rauhoittamaan elämäänsä ja vähentämään aktiviteettejaan. Useissa artikkeleissa haluttiinkin esittää ikäihmisen terveydestä ja toimintakyvystä hyvin myönteinen kuva, jonka esittämiseen käytettiin lennokkaita ja vetoavia sanakäänteitä:

*“Mutta mikäs on yltäessä moisiin suorituksiin, kun tarmoa ja terveyttä riittää vaikka nuoremmille jakaa.” (Et 2/74)*

*“Alma itse on ‘kelkkeässä’ kunnossa. - Minä en oo monasti viihtinny ruveta sairastammaa elikkä minua ei oo sairaskohtaukset tavanmu...” (Et 9/74)*

Hyvästä terveydestä ja toimintakyvystä kertoo osaltaan myös se, että ihminen on jatkanut työtään eläkkeellä ollessaankin, vaikka olisi sen voinut jo lopettaa. Esimerkiksi pian 70 vuotta täyttävä muurari ei ole vielä uskaltanut “heittäytyä” eläkkeelle, vaan jatkaa edelleen muuraamista (Et 10/74). 71-vuotias lähes 25 vuotta talonmiehenä toiminut nainen aikoi



jatkaa "talkkarin hommia" edelleen, huolimatta sydänviastaan (Et 8/74). Hyvä terveys vaikutti omalta osaltaan siihen, että työntekoa jaksoi jatkaa vielä eläkkeelläkin, toisaalta työ saattoi puolestaan auttaa pitämään terveyttä yllä.

Vuoden 1994 henkilöjutuissa esiintyi kaiken kaikkiaan 32 henkilöä, joista kahdeksan henkilön kohdalla oli maininta terveydestä ja toimintakyvystä. Heistä vain yksi nainen esitti suoran negatiivisen maininnan terveydestään:

*"Työn ilo minulle suotiin, siitä sain nauttia kymmeniä vuosia. Ei minulla vissiin muuta iloa ole ollutkaan ja nyt on sekin mennyt, kun iän tuomat sairaudet vaikeuttavat elämää."* (Et 10/94)

Selvästi positiivisen näkemyksen omasta terveydestään esitti 84-vuotias veteraaniruuhelijamies. Hän oli selvinnyt nuoruuden sairauksistaan ja tunsikin nyt itsensä erittäin hyväkuntoiseksi:

*"Ilman urheilua tuskin olisin selvinnyt sairauksista, hän sanoo ja uhkuu nyt elinvoimaa."* (Et 8/94)

Muut kuusi (kaksi miestä ja neljä naista) terveyteen ja toimintakykyyn liittyvää mainintaa olivat eräänlaisia "selviytymistarinoita" - erilaista oireista ja sairauksista huolimatta elämään oltiin tyytyväisiä: läkäs pariskunta *"ei kaikkien vaikeuksien ja sairauksien keskelläkään sanallakaan voivottele eikä harmittele tilannettaan"*. Vaimolta oli leikattu syöpä, joka nyt pysyi kurissa lääkkeiden avulla. Hänellä oli myös sydänvika. Miehellä oli aivoselkäydintulehdus, joka rajoitti molempien sosiaalista elämää merkittävästi (Et 2/94). He kuitenkin olivat sopeutuneet vaivoihinsa ja elivät tyydyttävää elämää. He kokivat elämänsä tyydyttäväksi ehkä juuri sen takia, että pystyivät elämään itsenäistä elämää omassa kodissaan, eivätkä olleet riippuvaisia toisten avusta.

Artikkeleissa esiintyvät vanhukset uskoivat myös iloisen mielen vaikuttavan terveyteensä:

*“Hän sanoo sairastavansa jalkojaan, jotka paleltuivat sotatalvena, kun hän joutui viemään suruviestejä kaatuneiden omaisten kotiin. Muutoin terveys on säilynyt hyvänä. - Iloinen mieli kasvattaa hyvää verta. Jos antaa alakuloisuudelle valtaa, veren kierto kärsii ja ihminen sairastuu.” (Et 4/94)*

Kuuden henkilön kohdalla terveydestä ja toimintakyvystä ei henkilöjutussa ollut mainintaa lainkaan. 18 henkilön osalta voi artikkelin perusteella tehdä päätelmiä terveydestä. Viitteitä hyvästä terveydestä antoi mm. se, että henkilö vielä eläkeaikanaankin työskenteli ahkerasti tai osallistui vilkkaasti erilaiseen harrastustoimintaa. Esimerkiksi STAKES:n ylitarkastajan virasta eläkkeelle jäänyt 63-vuotias nainen hankki eläkepäiviensä “ratoksi” maatalon ja lampaita. Hän oli ajatellut, että *“raskasta fyysistä työtä tekemällä ja lähtemällä joka aamun rivakasti liikkeelle pidän itseni kunnossa”* (Et 9/94). 61-vuotias eläkkeellä oleva terveydenhoitaja sai äskettäin valmiiksi lisensiaatintyönsä ja aikoi vielä joskus väitellä tohtoriksi. Hän myös piti perinnekerhoa ja luennoi erilaisissa tilaisuuksissa (Et 1/94).

## 10 POHDINTAA

Tässä tutkimuksessa pyrittiin selvittämään miten Et-lehti kirjoittaa ikääntymisestä ja ikääntyneistä sekä ikääntyvien ihmisten elämästä. Kyseessä oli Et-lehden kautta välittyvän vanhuskuvan tutkiminen lehdissä vuosina 1974 ja 1994 olleiden eri henkilöistä kertovien artikkeleiden eli henkilöjuttujen perusteella. Henkilöjuttujen perusteella yritettiin myös selvittää onko ikääntyvien elämää koskeva kirjoittelu muuttunut ja onko heidän elämänsä artikkeleiden perusteella muuttunut kahdessa vuosikymmenessä.

Kahdessa vuosikymmenessä oli ikääntyneitä koskevien henkilöjuttujen määrä Et-lehdessä vähentynyt. Vuonna 1974 artikkeleita oli lehdissä 39 ja vuonna 1994 vastaavia artikkeleita oli 25. Henkilöjuttujen lukumäärä oli laskenut, vaikka lehden sivumäärä oli vuosien myötä lähes kaksinkertaistunut. Vuonna 1974 Et-lehdissä oli sivuja 60 - 74 ja vuonna 1994 sivuja

oli 112 - 164. Myös henkilöjutuissa esiintyneiden ihmisten määrä oli vähentynyt: vuonna 1974 esiintyi 44 henkilöä ja vastaavasti vuonna 1994 henkilöitä oli 32.

Eri vuosikerroissa esiintyneet ikäihmiset olivat iältään suunnilleen saman ikäisiä. Vuoden 1974 artikkelissa ikääntyneet olivat 61 - 150-vuotiaita ja vuonna 1994 heidän ikänsä oli 59 - 100 vuotta. Miehiä oli vuoden 1974 henkilöjutuissa esiintyneistä henkilöistä enemmistö eli 61,4 % ja naisia oli 38,6 %. Vuoden 1994 henkilöjutuissa miehiä ja naisia esiintyi kutakuinkin saman verran eli 46,9 % ja 53,1 %. Naisia oli siis jonkin verran enemmän.

Sekä vuonna 1974 että 1994 artikkeleissa esiintyneet iäkkäät ihmiset olivat hyvin aktiivisia. He harrastivat monia eri asioita monissa eri konteksteissa. On hyvin hankalaa antaa minkäänlaista tyhjentävää luetteloa ikääntyneiden harjoittamista toiminnoista. Tässä tutkimuksessa esiintyneiden iäkkäiden ihmisten aktiviteetit olivat vuosina 1974 ja 1994 lähes samoja. Molempina vuosina suosituimpia aktiviteetteja olivat kulttuuriin ja taiteeseen liittyvät toiminnot, liikunta, metsästys, kalastus ym. ulkoilmatoiminnot sekä sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen ja hoiva ja huolenpito. Sosiaalisten suhteiden ylläpitämisestä ja hoivasta ja huolenpidosta olikin tullut vuoden 1994 lehtien henkilöjutuissa esiintyneiden iäkkäiden ihmisten tärkein toiminto. Heistä yli puolet (56,3 %) harrasti näitä toimintoja. Vuonna 1974 iäkkäät hoivasivat lähinnä vain lapsenlapsiaan. Vuonna 1994 hoivattavana saattoi olla myös ikäs puoliso. Vuonna 1974 suosituin toiminto oli kulttuuriin ja taiteeseen liittyvät toiminnot, joita harrasti 34,1 % artikkeleissa esiintyneistä henkilöistä. Liikunta eri muodoissaan oli iäkkäille ihmisille tärkeämpi toiminto vuonna 1974 kuin vuonna 1994. Vuonna 1974 liikuntaa harrasti 31,8 % iäkkäistä. Vuonna 1994 liikuntaa harrasti 23,8 % iäkkäistä. Joidenkin tutkimusten mukaan (esimerkiksi Tokarski 1993) liikuntaan osallistuminen olisi harvinaista iäkkäiden ihmisten keskuudessa. Et-lehdessä vuosina 1974 ja 1994 esiintyneet ikääntyneet olivat kuitenkin hyvin aktiivisia liikunnan harrastajia. Liikunta lieneekin juuri suomalaisille ikääntyville ominainen aktiivisuuden muoto, kuten Rantamaakin (1995) on todennut. Kaiken kaikkiaan ikääntyneet harrastivat molempina vuosina suunnilleen samoja asioita. Ainut toiminto, jota ei vuonna 1994 ollut ikääntyneiden aktiviteettien joukossa, oli lukeminen. Vuonna 1974 lukemista harrasti 20,5 % ikääntyneistä, mutta artikkeleiden perusteella yksikään ikääntynyt ei harrastanut lukemista vuonna 1994. Tällainen tulos tuskin tarkoittaa, että nykyisin iäkkäät eivät lukisi lainkaan.

Kruusin (1989) tutkimuksen mukaan lukeminen olisikin yksi suosituimmista ikääntyneiden harrastuksista. Kyse onkin ilmeisesti siitä, että lukemisharrastusta ei vain mainittu eivätkä toimittajat sitä suoraan kysyneet. Artikkeleiden perusteella ei voinut tehdä päätelmiä tietyn toiminnon merkityksestä ikääntyvälle. Kun aineistona on aikakauslehdet, ei tämän tyyppisiä päätelmiä toimintojen taustoista voikaan tehdä. Toimintojen merkityksen selvittäminen vaatisikin uutta tutkimusta ja erilaista aineistoa ja ehkä myös menetelmää.

Suurin osa molempien vuosikertojen henkilöjutuissa esiintyneistä ikääntyneistä oli eläkkeellä. Vuonna 1974 eläkkeellä oli 86,4 % ja vuonna 1994 84,4 %. Loput artikkeleissa esiintyneet henkilöt eivät vielä olleet saavuttaneet eläkeikänsä vaan jatkoivat työntekoa edelleen. Työnteko eläkkeellä ollessa (sen jälkeen kun oli saavuttanut eläkeiän) oli molempina vuosina hyvin harvinaista. Eläkeaikaan suhtautuminen oli molempina vuosina hyvin positiivista. Etenkin vuonna 1994 suhtautuminen oli erittäin myönteistä. 90,6 % iäkkäistä suhtautui eläkeaikaan positiivisesti, ainuttakaan negatiivista mainintaa ei esiintynyt. Kielteistä suhtautuminen eläkeaikaan oli vuonna 1974 vain 6,8 %:lla iäkkäistä. Eläkkeelle valmennukseen osallistuminen oli sekä vuonna 1974 että vuonna 1994 erittäin harvinaista. Siitä ei ollut mainintoja lainkaan. Tulos on Kuusisen ja Tikkasen (1994) tutkimustuloksen mukainen eli osallistuminen eläkevalmennukseen on hyvin satunnaista eikä sitä ole tarjolla kuin harvoissa työpaikoissa. Toisaalta yhdessäkään artikkelissa ei suoraan kysytty osallistumisesta eläkevalmennukseen eli on tietysti mahdollista, että siihen oli kuitenkin jossain määrin osallistuttu.

Kummankaan vuoden lehdissä esiintyneet ikääntyneet eivät puhuneet terveydestään ja toimintakyvystään kovinkaan paljoa. Maininnat, jota terveyden suhteen tehtiin, olivat pääasiassa positiivisia. Pohtimisen arvoinen asia on kuitenkin se, että koska Et-lehti on erityisesti ikääntyvälle väestölle suunnattu aikakauslehti, haluaako se tietoisesti välittää myönteistä kuvaa ikääntyvien terveydestä ja täten vaikuttaa positiivisen vanhuskuvan syntymiseen.

Laadullisessa tutkimuksessa reliabiliteetin ja validiteetin osoittaminen saattaa olla vaikeaa. Validiteetin osoittaminen on Grönforsin (1985, 173) mukaan yksi kvalitatiivisen tutkimuksen ongelmallisimmista seikoista. Validiteetti osoittaa, miten pitkälle analyysissä

käsitellyt indikaattorit ilmaisevat sitä mitä niiden on tarkoitus ilmaista. Tässä tutkimuksessa on pyritty selvittämään Et-lehden kautta välittyvää vanhuskuvaa. Vanhuskuvan ulottuvuuksia ovat ne teemat, jotka useimmin esiintyvät aineistossa. Ne ovat asioita, jotka ovat keskeisesti rakenteistavat vanhojen ihmisten elämää tai kertovat heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan. Reliabiliteettia on tässä tutkimuksessa pyritty lisäämään selostamalla tutkimuksen eteneminen mahdollisimman tarkasti, jotta lukija voi päätellä aineiston ja tulosten ristiriidattomuuden.

Kaiken kaikkiaan ikääntyneitä ihmisiä koskevat artikkelit vuosina 1974 ja 1994 käsittelivät heidän elämänsä pitkälle samalla tavalla ja samoja teemoja ja ulottuvuuksia esitellen. Vanhojen ihmisten elämä oli artikkeleiden perusteella samankaltaista vuosina 1974 ja 1994. Ikääntyneet olivat hyvin aktiivisia ja harrastivat erilaisia asioita. Harrastukset eivät olleet juurikaan muuttuneet kahdessakymmenessä vuodessa. Ikääntyneet siirtyivät mielellään eläkkeelle, vaikka eläkevalmennus oli "harvinaista herkkua". Eläkkeiden suuruuteen oltiin vuonna 1994 tyytyväisempiä kuin vuonna 1974. Tähän on syynä ilmeisesti eläkejärjestelmien kehittyminen: eläkkeet ovat suurempia ja eläkejärjestelmät kattavampia. Iäkkäiden ihmisten elämä ei pyörinyt oman terveyden ympärillä kumpanakaan vuonna. Terveystä ja toimintakyvystä ei kovin monessa artikkelissa ollut edes mainintaa.

Mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe voisi olla tässä tutkimuksessa saatujen tulosten selventäminen ja tarkentaminen esimerkiksi haastatteleamalla ikääntyneitä ihmisiä tänä päivänä. Myös sellaisten aikakauslehtien, jotka eivät ole suoraan ikääntyvälle väestöosalle suunnattuja, vanhuskuvan selvittäminen olisi ajankohtaista. Näin voitaisiin saada selville laajemmallekin yleisölle suunnattujen lehtien näkemyksiä vanhuksista ja vanhenemisesta.

LÄHTEET:

Aiken, L. R. 1995. *Aging. An Introduction to Gerontology*. Thousand Oaks: Sage Publications, Inc.

Albaum, J. 1985. *Factors Which are Related to Succesfull Aging in Retired Cristian Workers*. Ann Arbor: University Microfilms International.

Anderson, T. B. *Conjugal Support Among Working-Wife and Retired-Wife Couples*. Teoksessa M. Szinovacz, D. J. Ekerdt & B. H. Vinick (edt.): *Families and Retirement*. Newbury Park: Sage Publications Ins., 174-188.

Atchley, R. C. 1993. *Continuity Theory and the Evolution of Activity in Later Adulthood*. Teoksessa J. R. Kelly (ed.) *Activity and Aging. Staying Involved in Later Life*. Newbury Park: Sage Publications, 5-16.

Atchley, R. C. 1988. *Social Forces and Aging. Fifth Edition*. Belmont: Wadsworth Publishing Company.

Ball, M.S. & Smith, G. W. 1992. *Analyzing Visual Data. Qualitative research methods series 21*. Newbury Park: Sage Publications.

Baltes, M., Wahl, H-W & Schmid-Furstoss, U. 1990. *The Daily Life of Elderly Germans: Activity Patterns, Personal Control, and Functional Health*. *Journal of Gerontology*. 45 (4), 173-179.

Berelson, B. 1952. *Content Analysis in Communication Research*. Glencoe: The Free Press.

Birren, J. E. & Bengtson, V. L. 1988. *Emergent Theories of Aging*. New York: Springer Publishing Company, Inc.

Borg, O. 1968. Sisällönanalyysin tavoitteista ja metodisista pulmista. Tampereen yliopiston Tutkimuslaitos. Monistesarja.

Dorfman, L. T. 1992. Couples in Retirement. Teoksessa M. Szinovacz, D. J. Ekerdt & B. H. Vinick (edt.): Families and Retirement. Newbury Park: Sage Publications Inc., 159-173.

Forss, S. 1989. Eläkkeelle siirtymisen syitä ja seurauksia. Katsaus eläkkeelle siirtymiseen liittyvään kirjallisuuteen. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 3. Helsinki.

Grönfors, M. 1985. Kvalitatiiviset kenttätutkimusmenetelmät. Juva: WSOY.

Grönlund, R. 1987. Vireään vanhuuteen. Osa 1. Eläkevalmennuskurssin vaikutus vanhuuseläkkeelle siirtyvien henkilöiden toimintakykyyn. Turku: Kansaneläkelaitoksen kuntoutustutkimuskeskus.

Heikkinen, E. 1994. Vanheneminen ja terveys. Teoksessa Ikääntyminen ja työ. Juva: WSOY. 27-42.

Hervonen, A. & Pohjolainen, P. 1991. Gerontologian ja geriatrian perusteen. Tampere: Lääketieteellinen Oppimateriaalikustantamo.

Hjelt, Annaliisa. 1992. Vanhuus sanomalehdistön kuvaamana. Kansanterveystieteellinen ja sosiaaligerontologinen näkökulma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteen laitos. Lisensiaatin tutkielma.

Husso, Tarja. 1993. Kunnallispoliitikkojen vanhuskuva. Joensuun yliopiston keskustelualoitteita. N:o 17.

Huuhtanen, P. 1994. Työn merkitys ja työasenteet. Teoksessa Ikääntyminen ja työ. Juva: WSOY. 151-166.

Ikääntyminen ja työ. 1994. Juva: WSOY.

Iso-Ahola, S. 1980. *The Social Psychology of Leisure and Recreation*. Dubuque: Wm. C. Brown Company.

Jylhä, M. 1990. Terveys ja sairaus. Teoksessa P. Pohjolainen & M. Jylhä (toim.) *Vanheneminen ja elämäntyyli. Sosiaaligerontologian perusteita*. Mänttä: Weilin-Göös, 162-198.

Jyrkilä, F. (toim.) 1982. *Sosiologian tutkimusmenetelmistä*. Jyväskylän yliopisto. Sosiologian laitoksen julkaisu. Nro 27.

Jyrkämä, J. & Randell, S. (1987) *Vanheneminen ja yhteiskunta. Vanhuuden ja vanhenemisen tarkastelua suomalaisen sosiaaligerontologisen tutkimuksen pohjalta*. Tampereen yliopisto. Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitoksen julkaisusarja B. Työraportteja 23.

Karjalainen, P. 1983. Vanhusten määrä nyt ja lähitulevaisuudessa. Teoksessa *Vanhuus ja vanhuksen tukeminen*. Jyväskylä: Gummerus, 104-116.

Kelly, J. R. (ed.) 1993. *Activity and Aging. Staying Involved in Later Life*. Newbury Park: Sage Publications.

Kimmel, D. G. 1990. *Adulthood and Aging. An Interdisciplinary, Developmental View*. New York: John Wiley & Sons.

Koskinen, S. 1983. Sosiaalinen vanheneminen. Teoksessa *Vanhuus ja vanhuksen tukeminen*. Jyväskylä: Gummerus, 79-103.

Koskinen, S. 1994. Sosiaalinen vanheneminen. Teoksessa *Ikääntyminen ja työ*. Juva: WSOY, 76-94.

Koskinen, S. & Ahonen, S. & Jylhä, M. & Korhonen, A-L. & Paunonen, M. 1992. *Vanhustyö*. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.



Kruus, L. 1989. Vanhusten vireys ja osallistuminen. Kirkon tutkimuskeskus. Sarja A:50. Helsinki.

Kuusinen, J. & Tikkanen, T. 1994. Eläkkeelle siirtyminen ja eläkkeelle valmennus. Teoksessa Ikääntyminen ja työ. Juva: WSOY, 309-323.

Lehden kustannus. 1997. Fakta 12/1997, 44.

Leveelahti, A. & Taskinen, H. 1991. Eläkkeelle siirtyvien elämäntilanne. Tutkimus eläkkeelle siirtyvien sosiaalisista suhteista, elämän hallinnasta ja elämäntilanteen kokemisesta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Malassu, P-L., Ruth, J-E. & Saarenheimo, M. 1989. Vanhuus kehitysvaiheena. Teoksessa Niemelä, P. & Ruth, J-E. Ihmisen elämäankaari. Keuruu: Otava, 207-222.

Mannell, R. C. 1993. High-Investment Activity and Life Satisfaction Among Older Adults. Committed, Serious Leisure, and Flow Activities. Teoksessa J.R. Kelly: Activity and Aging. Staying Involved in Later Life. Newbury Park: Sage Publications, 125-145.

Markides, K. S. & Cooper, C. L. 1987. Industrialization and Retirement. An International Perspective. Teoksessa K. S. Markides & C. L. Cooper (eds.) Retirement in Industrialized Societies. Social, Psychological and Health Factors. Chichester: John Wiley & Sons, 1-8.

Markides, K. S. & Cooper, C. L. (eds.) 1987. Retirement in Industrialized Societies. Social, Psychological and Health Factors. Chichester: John Wiley & Sons.

Modily, K., Lemke, J. & Gisin, G. 1991. The Idea of Leisure Repertoire. The Journal of Applied Gerontology 10 (2), 208-223.

Niemelä, P. & Ruth, J-E. (toim.) 1989. Ihmisen elämäankaari. Keuruu: Otava.

Passuth, P. M. & Bengtson, V. L. 1988. Sociological Theories of Aging: Current Perspectives and Future Directions. Teoksessa J. E. Birren & V. L. Bengtson (eds.) Emergent Theories of Aging. New York: Springer Publishing Company, Inc., 333-355.

Pietilä, V. 1976. Sisällön erittely. 2. korjattu painos. Helsinki: Gaudeamus.

Pikkarainen, A. 1995. 75-vuotiaiden jyvaskyläläisten harrastustoiminnat ja niihin yhteydessä olevat tekijät. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Pohjolainen, P. 1983. Elämäntapa ja elämäntyyli vanhuudessa. Teoksessa J-E. Ruth & E. Heikkinen (toim.) Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin-Göös, 107-129.

Pohjolainen, P. 1987. Toimintakykyisyys, terveydentila ja elämäntyyli 71 - 75-vuotiailla miehillä. Jyväskylän yliopisto. Studies in sport, physical education and health 23.

Pohjolainen, P. & Jylhä, M. 1990. Vanheneminen ja elämäntyyli. Sosiaaligerontologian perusteita: Mänttä: Weilin-Göös.

Porio, A. & Porio, I. 1995. Kolmas vuodenaika. Elämänlaatu ja ikääntyminen. Jyväskylä: Gummerus.

Pulkkinen, L-M. 1992. Vapaa-ajan aktiviteetit ja sosiaaliset suhteet 80-vuotiailla jyvaskyläläisillä. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu-tutkielma.

Raassina, A. 1994. Vanhuspolitiikka. Lähtökohdat tulevaisuudelle. Sosiaali- ja terveysministerin julkaisuja 6. Helsinki.

Rantamaa, P. 1995. "Hän eli vanhaksi, mutta kuoli nuorena" Puhetta iästä, vanhenemisestä ja aktiivisuudesta. Jyväskylän yliopisto. Sosiologian laitos. Lisensiaatin työ.

Ruikka, I. 1983. Elimistön vanheneminen ja vanhuuden sairaudet. Teoksessa Vanhuus ja vanhuksen tukeminen. Jyväskylä: Gummerus, 20-51.

Ruth, J-E. & Heikkinen, E. (toim.) 1983. Vanhuus Suomessa. Espoo: Weilin-Göös.

Szinovacz, M., Ekerdt, D. J. & Vinick, B. H. (edt.) 1992. Families and Retirement. Newbury Park: Sage Publications Inc.

Takala, P & Rahkonen, O. 1995. Ikä, luokka vai kunto? Iäkkäiden harrastus- ja osallistumisaktiivisuuteen vaikuttavat tekijät. Gerontologia 9 (4), 252-267.

Tikkanen, T. 1992. Edessä eläkkeelle siirtyminen. Ansiotyöhalu ja eläkeaikaan valmistautumisen tarve eläkkeelle siirtyneiden tyypittelyn kriteereinä. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Lisensiaatintyö.

Tokarski, W. (1993). Later Life Activity From European Perspectives. Teoksessa J. R. Kelly (ed.) Activity and Aging Staying Involved in Later Life. Newbury Park: Sage Publications, 60-67.

Tolvanen, J. 1982. Sisällönanalyysi dokumenttiaineiston tutkimusmenetelmänä. Teoksessa F. Jyrkilä (toim.) Sosiologian tutkimusmenetelmistä. Jyväskylän yliopisto. Sosiologian laitoksen julkaisu. Nro 27.

Vanheneminen ja vanhustenhuolto. 1981. Yrjö Jahnssonin säätiön lääketieteellinen symposiumi Hyvinkäällä 20.-22.8.1980. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Vanhuspoliittinen katsaus. Vanhusten elinoloja ja vanhuspolitiikan ajankohtaisia haasteita kartoittava raportti. 1986. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki.

Vanhuus ja vanhuksen tukeminen. 1983. Jyväskylä: Gummerus.

Vanhuusbarometri 1994. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 6. Helsinki.

Vannemaa, M. 1993. Iäkäs nainen Suomessa ja muissa Pohjoismaissa. Stakes. Raportteja 101. Helsinki.

## VUODEN 1974 LEHDISTÄ:

- ET 1/1974 Mutenian pojat s. 2-5  
Siihen aikaan kun linja-autossa oli vielä tunnelmaa s. 56-58
- ET 2/1974 He näkevät enemmän kuin näkevät s. 18-19  
Saara ei nauranut kun tuli lähtö eläkkeelle s. 20-22  
Alina monitoiminen s. 44-45  
Annan ja Eliaksen askareet: Päivä kuluu jottei perässä kerkiä s. 54-57
- ET 3/1974 Bruno Tuukkanen - Suomen lipun piirtäjä s. 6-9  
Maan alta maan päälle - eläkkeelle. Ihmisen pitää pyöriä, sanoi kaivosseppä s. 12-15  
Tarzanin ääni häipyi Pallokentältä, mutta Lauri Kuosmanen ei kyyhötä tuolissa s. 32-33  
Ihmettely ja ihailu - kirjastoneuvos E. J. Ellilän elämäntaito s. 36-37
- ET 4/1974 Pekan päiväkäsky: Ei päivääkään ilman jonkinlaista työtä s. 10  
Rauhan aatteet s. 48-50  
Hilja on metsuri s. 53  
Toinen kova Hilja s. 53  
Leikolat s. 54-55
- ET 5/1974 Joka ratas on tärkeä s. 14-19
- ET 6-7/1974 Rajan himo minusta juoksijan teki, tunnustaa 30-luvun maailmanennätysmies Taisto Mäki s. 2-3  
Aina olen pinnalle pulpahtanut, toteaa sukeltaja Karl Reijasto s. 18-20  
Clara 105 vuotta nuori s. 42

Isä halusi minut maalariksi itse halusin muusikoksi - minusta tuli kumpaakin,  
kertoo Kirsti Gallen-Kallela s. 44-46

Mäkirinteen Mikko on ensimmäinen ja Frenckellin Erik on toinen s. 48

ET 8/1974 Hänen Majesteettinsa kuningatar Julianan ja hollantilaisten yhteinen polku s.  
14-18

Talonmies Hanna ei hellitä s. 20-22

Mies, joka järjesti oopperan henkilökunnan eläkeasiat: Alfons Almi s. 42-44

Et 9/1974 Einari, eläkeläinen satamassa s. 4-8

Tuhannen työn Alma, 73 s. 10-11

Tartukaa vain pensseliin! Väri-iloa ja elämäniloa s. 18-19

Kekkosen ja Pakarisen leipätaikinat s. 22-24

Ella: Katselen sivusta taiteilija Erosta s. 40-43

82-vuotias elämäntaitaja - Saluton Vilho Setälä! S. 44-46

ET 10/1974 Tiilikoti 1500 markkaa kuussa s. 12-15

Huutolaispojan tie maailmalle s. 40-45

ET 11/1974 Tähtien tuntija s. 14-17

Maailmanmies s. 36-38

Harry Degerth ei halua koskaan istua tyhjän panttina s. 48-50

ET 12/1974 Einolla, 68, on omatekoiset soittopelit ja kotitekoinen yleisö s. 2-3

Kalle Virtanen, 67, veisti Helsingin iloisimmat patsaat s. 34-36

Soittaja-Kallen hanuri soi yhä s. 50-51

Armas, 84, palasi taipaleelta kotiin s. 58-59

VUODEN 1994 LEHDISTÄ:

- ET 1/1994 Ikäihmiselle muutakin kuin leipää ja lämmintä s. 102-104  
Matti Luoma - totuuden etsijä s. 106-108
- ET 2/1994 Uki Voutilainen ja kumppanuuden tie s. 4-7  
Reino Lehväslaiho: Ilman kirjoittamista olisin tyhjän päällä s. 14-15  
Oman onnensa rakentajat s. 32-35
- ET 3/1994 Leni Katajakosken uudet roolit s. 4-6
- ET 4/1994 Iines Ahlamo "Meidän neiti" s. 4-7  
Maija-Kaarina Lehtovaara - Lääkäri, näyttelijä ja sirkuslainen s. 26-28
- ET 5/1994 Väinö Myllymäki teki 16 kaivoa Afrikkaan s. 104-107
- ET 6/1994 Ei tutkimuksessa mukana olevia artikkeleita
- ET 7/1994 Eeva Joenpellon uuden romaanin aiheena on 80-luvun Suomi - ahneuden aika  
s. 22-25  
Ilmattaren helmoissa s. 70-73  
Koti Ruotsissa, muistot Suomessa s. 86-88
- ET 8/1994 Anneli ja Kalervo Palmun kukkaloisto s. 28-31  
Paavo Patinen - urheilu pitää virkeänä s. 98-100
- ET 9/1994 Lasse Pöysti ja ruskan aika s. 4-7  
Lampuri koko sydäimestään s. 28-30, 32
- ET 10/1994 Romantiikkaa ja psykologiaa s. 4-7  
Vanhainkodissa voi viettää rikasta elämää s. 24-26  
Satakunnan sydänmailla entisajan henkeen s. 94-96 ja s. 98

- ET 11/1994 Eila Roineen maailma Hämeenpuiston laidalla s. 4-9  
Arjen onnea on taskuun sopiva taideteos s. 30-32  
Verna Albergin värikkäät sata vuotta s. 50-53  
Omista tarpeista, omin voimin - koti mäntykankaalla s. 54-55  
Sirkan tontut syntyvät rakkaudesta luontoon s. 92-95
- ET 12/1994 Uusin ilonaihe - yhteinen arki s. 22-25

Et 2/1974

Saara ei nauranut kun tuli lähtö eläkkeelle (s. 20-22)

*“Saara Ranin, 75, on niitä näyttelijöitä, joille eläkkeelle siirtyminen merkitsee suurta henkilökohtaista onnettomuutta. Saara Ranin joutui kokemaan tämän vaikean siirtymävaiheen jo kahdeksan vuotta sitten, mutta vielääkään hän ei ole tottunut toimeentuloon. Eli kuten hän itse surumielisesti toteaa: Olisi ihanaa saada tehdä työtä niin kauan kuin terveys on hyvä ja järki ja muisti ovat vielä tallella.”*

Ennen eläkkeelle jäämistään Saara Ranin ehti näyttellä 47 vuotta. Saaran äiti ei olisi halunnut, että tytär ryhtyy näyttelijäksi. Äiti ei käynyt kertaakaan katsomassa tyttärensä näyttelijästä teatterissa. Hän kuitenkin oli kiinnostunut Saaran menestyksestä ja aina ensi-illan jälkeen hän oli ensimmäisenä kyselemässä, että miten näytös oli mennyt.

Teatterissa Saara myös tapasi miehensä Helgen. He näyttelivät Kotkan teatterissa vuoteen 1926 saakka, sen jälkeen he siirtyivät Tampereen Työväen Teatteriin ja sieltä edelleen Tampereen teatteriin. Tampereelta tie jatkuu Porin teatteriin, jonne Helge Ranin kiinnitettiin teatterin johtajaksi ja vaimonsa Saara näyttelijäksi. Koska Saaran puoliso oli Porin aikoina hyvin paljon töitä, hän ehdotti, että myös Saara voisi ohjata näytelmiä. Porista alkoikin Saaran ohjaajan ura. Porissa ollessa perheeseen syntyi ensimmäinen ja ainoa lapsi Matti, josta myös tuli näyttelijä.

Saara jäi eläkkeelle vuonna 1965 Helsingin Kaupunginteatterista. Eläkkeellejäänti tapahtui yllättäen: teatterin taloudenhoitaja vain ilmoitti Saarelle, että tälle ei enää ollut uutta välikirjaa vaan hänet oli siirretty eläkkeelle. Eläkkeelle jääminen oli Saarella shokki, sillä hän ei ollut osannut ennakolta varautua siihen. Eläkkeelle jäätyään Saara on vierailut Lilla Teaternissa ja hänellä on ollut pari roolia radion kuunnelmissa. Radioon hän on myös tehnyt pari ohjaustyötä.



Eläkkeelle jääminen ei Saarelle ole merkinnyt istumista kotona toimeettomana ja ikävissään. Viime vuonna hän vietti sisarensa Martan luona Kanadassa ikimuistoiset kaksi kuukautta. Saaran Matti-pojalla on omakotitalo, johon kuuluu puutarha, jossa kasvaa omenoita. Siellä Saara käy silloin tällöin auttamassa puutarhan hoidossa. Myöskin neljää lapsenlastaan Saara hoitaa satunnaisesti.

Saaran oma asunto on kaksio. Asunto on kolmikerroksisessa talossa, jossa jokaisessa kerroksessa on oleskeluhuone väritelevisioineen. Lisäksi talossa on sauna ja nykyaikainen pyykkitupa. Talon palveluksiin kuuluvat myös ateriat ja päiväkahvit, mutta aterioilla Saara ei ole aina ehtinyt. "Sillä hänhän on niitä ihmisiä, joka ei ole tottunut paikoillaan istumaan."