

IKÄÄNTYVIEN KOKEMUKSIA MUUTOSTA TAAJAMIIN JA KAUPUNKEIHIN

Heli Kukkamäki

Gerontologia ja kansanterveyden

Pro gradu-tutkielma

Jyväskylän yliopisto

Terveystieteiden laitos

Syksy 2008

TIIVISTELMÄ

Ikääntyvien kokemuksia muutosta taajamiin ja kaupunkeihin

Heli Kukkamäki

Jyväskylä yliopisto, Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta, Terveystieteiden laitos, 2008

Sivuja 66, liitteitä 1

Koti merkitsee ihmiselle turvaa ja sinne liittyy monia muistoja. Muutto sieltä voi olla ihmiselle raskas kokemus. Erityisen raskas kokemus voi olla huonokuntoiselle ikääntyvälle, joka on saattanut asua koko ikänsä samalla alueella ja samassa talossa. Ikääntyvien muutot taajamiin ja kaupunkeihin ovat kuitenkin yleisiä, vaikka nykypäivänä kotiin toimitettujen palveluiden saatavuus on helpottunut riippumatta asuinpaikasta.

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää niitä tekijöitä, joiden vuoksi ikääntyvät muuttavat taajamiin ja kaupunkeihin. Tarkoituksena oli myös selvittää, miten ikääntyvät itse ovat muuton kokeneet.

Tutkimusaineisto koostui seitsemäntoista ikääntyvän muuttajan kirjoitelmasta. Kirjoitelmien pituudet vaihtelivat vajaasta puolesta sivusta neljään sivuun, keskimäärin ne olivat sivun mittaisia. Kirjoituspyyntö julkaistiin paikallisessa ilmaisjakelulehdessä ja sitä levitettiin myös muuten, esimerkiksi paikallisessa Ikäkeskuksessa, vanhusten käsityöpiirien kokoontumispaikalla, eri eläkeläisjärjestöjen ja vanhusten kirjoituspiirien kautta sekä omien sosiaalisten verkostojeni kautta. Laadullinen aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että muutto oli monille ikääntyville raskas kokemus, mutta usein kuitenkin vain muuton suunnitteluvaiheessa. Muuton jälkeen ikääntyvät olivat tyytyväisiä muuttopäätökseensä ja kotiutuivat uuteen asuinpaikkaansa hyvin. Kirjoituksissa tuli esiin useita käytännön syitä, jotka puolsivat muuttoa. Tärkeimpänä syynä olivat ikääntyvien sosiaaliset suhteet. Merkittäviä syitä olivat myös ikääntyvien itsenäinen selviytyminen, ikääntyvien valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen sekä jatkuvuus.

Ikääntyvien muuttokokemukset jakoutuivat kahteen teemaan: sosiaaliseen ympäristöön liittyviin kokemuksiin ja asuinympäristöön liittyviin kokemuksiin. Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset liittyivät sosiaalisiin suhteisiin. Ikääntyvän sopeutumista uuteen paikkaan auttoivat ystävät ja lähellä asuvat perheenjäsenet. Asuinympäristöön liittyvät kokemukset liittyivät asuinmuotoon ja -paikkaan sekä palveluihin ja harrastuksiin. Asuinympäristö ja -paikka saattoivat olla miellyttäviä, mutta ne saattoivat myös vaatia sopeutumista. Uudenlaisesta asuinympäristöstä saatettiin kuitenkin löytää hyviäkin puolia. Palvelujen ja harrastusten saatavuuteen oltiin yleensä tyytyväisiä, mutta niiden suhteen saattoi tulla myös pettymyksiä.

Jos maaseutu halutaan pitää asuttuna, sinne on turvattava tarvittavat palvelut ja varmistettava niiden saatavuus. Maaseudulla ja lähialueilla on oltava työpaikkoja. Täten nuoremmilla ihmisillä on mahdollisuus jäädä asumaan maalle. Kun nuoremmat ihmiset jäävät maalle, myös ikääntyvät jäävät sinne. Tärkeää onkin luoda ja tarjota ikääntyville sellaisia palveluita, joiden turvin he voivat asua kotonaan, niin kauan kuin haluavat. Toisaalta on myös oltava tukirakenteita ja palveluita, joiden turvin muuttaneet vanhukset voivat sopeutua uuteen asuinpaikkaansa.

Keskeiset käsitteet: muutto, taajama, kaupunki, ikääntyvät

ABSTRACT

The experiences of elderly people on moving to densely populated areas and towns

Heli Kukkamäki

University of Jyväskylä, Faculty of Sport and Health Sciences, Department of Health Sciences, 2008

Pages 65, appendices 1

Home equals safety to people and therein lay many memories. Moving away can be a hard experience for a person. It may be particularly hard to an elderly person in poor health who might have lived his or her whole life in the same area and house. However, it is usual that elderly people move into densely populated areas and towns, although it has become easier to get services at home irrespective of the place of residence.

The aim of this study was to find out the factors which make elderly people move into densely populated areas and towns. Another aim was to find out how elderly people themselves have experienced the moving.

The data was seventeen essays written by elderly people who had moved. The length of the essays varied from less than a half page up to four pages; the average was one page. The invitation to write these essays was published in a local paper and it was also distributed e.g. in the local meeting place for elderly people, their handiwork and writing club, via pensioner organisations and my own social networks. The qualitative data was analysed by content analysis.

The results of the study showed that moving was a hard experience for many elderly people but often only at the time when moving was being planned. After the moving the elderly people were satisfied with their decision and adapted themselves well to their new residence. There were several points in the essays that were in favour of moving. Most importantly the social relationships of the elderly people. Other important reasons were also how to manage independently, how to prepare oneself to old age and a possible disability, and how to gain stability.

Two themes could be found in how the elderly experienced the moving: the experiences concerning the social environment and the experiences concerning the place of residence. The experiences concerning the social environment were about social contacts. The way that the elderly adapted themselves to a new place was helped by friends and family nearby. The experiences concerning the place of residence were about where the elderly lived and how, and the hobbies and services available. The environment and the location of the residence might be pleasant, still adaptation was needed. However, there were good sides to the new kind of environment as well. In general the elderly were happy with the availability of services and hobbies, but there could be disappointments concerning them too.

If we want to keep the countryside settled, necessary services and their availability must be secured. There must be work places in the country and rural areas. This gives younger people the chance to stay in the countryside. When younger people stay in the country, also elderly people can stay. Thus it is important to create and offer elderly people such services which enable them to live at home as long as they wish. On the other hand, there must be supportive networks and services that help those elderly people who have moved to adapt to their new residence.

The central concepts: moving, densely populated area, town, elderly people

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO.....	1
2. MUUTTOLIIKE SUOMESSA.....	4
2.1. Muutto käsitteenä.....	4
2.2. Maassamuutto Suomessa.....	5
2.2.1. Maassamuuton suunta.....	6
2.3. Muuttoliikkeen vaikutukset maaseudulle.....	7
2.4. Muuton syyt.....	8
2.4.1. Muuton syyt ikääntyvillä.....	9
3. ASUINYMPÄRISTÖ.....	11
3.1. Asuin ympäristön merkitys	11
3.2. Asuin ympäristö ja ikääntyminen.....	12
3.2.1. Sosiaalinen verkosto.....	13
3.2.2. Pitkäaikainen asuminen sekä pysyvä ja tuttu ympäristö....	14
3.2.3. Ikääntyvän sopeutuminen uuteen asuin ympäristöön.....	16
4. KOTI.....	18
4.1. Kodin merkitys.....	19
4.2. Koti ja ikääntyminen.....	20
5. MUUTTO KOKEMUKSENA.....	23
6. TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT.....	26
7. TUTKIMUKSET TOTEUTUS.....	27
7.1. Tutkimuksen menetelmälliset lähtökohdat.....	27
7.1.1. Laadullinen tutkimusmenetelmä.....	27
7.1.2. Fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa.....	28
7.2. Aineiston hankinta.....	29
7.3. Tutkittavien kuvailu.....	30
7.4. Aineiston analyysi.....	31
8. TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	33
8.1. Tutkimustulosten esittäminen.....	33
8.2. Päätulokset.....	33
8.3. Muuton motiivit ja niiden pohdinta.....	34

8.3.1. Ikääntyvän sosiaaliset suhteet.....	34
8.3.1.1. Mahdollisuus saada seuraa.....	35
8.3.1.2. Etäisyys puolisoon, lapsiin tai lastenlapsiin.....	35
8.3.1.3. Läheisten säästäminen huolelta.....	36
8.3.1.4. Avioero.....	36
8.3.2. Ikääntyvän itsenäinen selviytyminen.....	36
8.3.2.1. Helppous palvelujen saatavuudessa.....	37
8.3.3. Ikääntyvän valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen.....	38
8.3.3.1. Asumismuoto.....	39
8.3.4. Jatkuvuus.....	39
8.4. Kokemukset muutosta ja niiden pohdinta.....	40
8.4.1. Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset.....	42
8.4.1.1. Sosiaaliset suhteet.....	42
8.4.2. Asuinympäristöön liittyvät kokemukset.....	44
8.4.2.1. Asumismuoto ja asuinpaikka.....	44
8.4.2.2. Palvelut ja harrastukset.....	46
9. POHDINTA	49
9.1. Luotettavuus.....	52
9.2. Eettiset kysymykset.....	55
9.3. Johtopäätökset.....	57
LÄHTEET.....	59
LIITTEET	

Liite 1: Kirjoituspyyntö

1. JOHDANTO

Suomi on pinta-alallisesti suuri maa. Se on ollut perinteisesti kauttaaltaan asuttua, mutta muuttoliikkeen myötä asutettu alue on jatkuvasti pienentynyt (Nivalainen 2002, 11). Ihmiset ovat ”pakkautuneet” taajamiin ja kaupunkeihin. Tuotanto ja työpaikat keskittyvät alueellisesti, aiheuttaen myös väestön keskittymisen (Kangasharju 1999, 13). Maapinta-alasta 80 % on asumaton tai erittäin harvaan asuttua (1-5 as/km). Keskimääräistä tiheämmin asuttua on vain 3 % maapinta-alasta (Sinisalo 2006, 40).

Vuonna 2007 kuntien välisen lähtömuuton määrä, sukupuolet yhteenlaskettuina oli 65-69-vuotiaiden osalta 3598 muuttajaa, 70-74-vuotiaiden osalta 1964 muuttajaa ja yli 75-vuotiaiden osalta 2045 muuttajaa. Vuonna 2007 kuntien välisiä yli 65-vuotiaita lähtömuuttajia oli siis yhteensä 7607. Tämä oli 2,6% kaikista kuntien välisistä lähtömuuttajista vuonna 2007 (Tilastokeskus 2008).

Eläkeikäisten osuus väestöstä on Tilastokeskuksen ennusteen mukaan vuonna 2010 kaupungeissa 17% ja muissa kunnissa 16%. Vuonna 2010 kaikista 65 vuotta täyttäneistä ennustetaan asuvan kaupungeissa 60% (Valkonen ja Nikander 1990, 66).

Sisäisen elämänhallinnan tasosta on kiinni se, miten hyvin muuttaja sopeutuu uuteen asuinympäristöönsä. Tämä on erityisen oleellista pakkomuuttajan kohdalla (Itäpuisto 1999, 18-19). Elämänmuutoksen kokeminen on aina yksilöllistä. Muutos voi olla toiselle suuri muutos ja toiselle henkilölle se ei merkitse juuri mitään. Muutos voi vaikuttaa sekä kielteisesti että myönteisesti, vaikka usein pidämme elämänmuutoksia vain kielteinä. Ilman niitä elämä olisi kuitenkin yksitoikkoista. Elämänmuutosten aiheuttamat kriisit mahdollistavat persoonallisen kasvun.

Ikääntyvien muutot taajamiin ja kaupunkeihin ovat merkityksellisiä yhteiskunnan kannalta. Ikääntyvien määrän tulevaisuudessa yhä kasvaessa, yhteiskunnalle on yhä enemmän merkitystä sillä, millaisessa ympäristössä ikääntyvät vanhuutensa viettävät. Tutkimuksen esioletuksena on, että valtaosa ikääntyvistä ei halua muuttaa pois maaseudulta ja omasta kodistaan. Esioletuksen perusteella yhteiskunta itse ”ajaa” ihmisiä muuttamaan pois maaseudulta supistaessaan siellä palvelujen tarjontaa. Ensin maaseudulta muuttavat nuoret

opiskelu- ja työpaikkojen perässä ja ikääntyvät muuttavat perässä ”pakon edessä” palvelujen ja joukkoliikenteen kadotessa.

Anni Vilkkonen kirjoitti Gerontologia-lehteen vuonna 2005 artikkelin, jossa hän kertoi eräästä saaresta koko ikänsä eläneestä vanhasta miehestä. Mies kirjoitti päiväkirjaansa, miten valo toisensa perään sammui lähisaarista ja –luodoilta. Jokaisen aikalaisen menetys kosketti miestä. Jokainen naapuri oli saaristossa iso asia, kun naapureita ei muutenkaan juuri ollut. Valon sammuminen oli konkreettinen ilmaus menetyksestä. Saaristoa ja maaseutua voi tältä osin verrata. Maaseudun asukkaiden vähenemisestä voi kertoa konkreettisesti se, että jokin talo pimenee ikääntyvän muuttaessa pois maalta. Koska maalla asukkaat asuvat harvemmassa kuin kaupungissa ja lähes kaikki tuntevat toisensa, pimeään tupaan kiinnitetään huomiota. Se huomioidaan pitkän aikaa konkreettisenä merkinä siitä, että kylän asukkaat ovat taas vähentyneet.

Kirjallisuuskatsauksen pohjalta on vain vähän tutkimustietoa siitä, miten ikääntyvät itse ovat muuton kokeneet. On tärkeää saada ikääntyviltä itseltään tietoa heidän omista kokemuksistaan. Toivon tutkimuksen avulla saatavalla tiedolla olevan hyötyä käytännön toiminnassa. Ikääntyviltä saatavamme tiedon avulla voimme ehkä vaikuttaa syihin, joiden vuoksi ikääntyvät muuttavat pois maalta. Samalla saamme toivottavasti myös sellaista tietoa, jonka avulla ikääntyvien sopeutumista uuteen asuinpaikkaan voidaan helpottaa.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, miksi ikääntyvät muuttavat maalta taajamiin ja kaupunkeihin, vaikka nykypäivänä heidän on mahdollista saada yhä enemmän palveluja omaan kotiinsa, on se sitten missä tahansa. Mikä ”ajaa” ikääntyvän pois kotoaan maaseudulta? Onko se ikääntyvän tuntema yksinäisyys vaiko kotiin avuksi tarkoitettujen palvelujen vaikea saatavuus? Pyrin selvittämään myös, miten ikääntyvät ovat muuton kokeneet.

Tutkimuksen aineisto muodostui yli 65-vuotiaina muuttaneiden ihmisten kirjoitelmista. Kirjoitelmissaan he kertoivat kokemuksistaan muutosta maalta taajamaan tai kaupunkiin. Näin pyrin pääsemään mahdollisimman lähelle ikääntyvän omaa kokemusta. Analysoin saamani aineiston sisällönanalyysillä.

Tutkimuksen nimi on ”Ikääntyvien kokemuksia muutosta taajamiin ja kaupunkeihin”. ”Maa”-sana tarkoittaa haja-asutusaluetta ja yleisemminkin maaseutukuntaa, muuton suuntautuessa kaupunkiin. Sanoja ”maa” ja ”maaseutu” käytän synonyymeinä toisilleen. ”Taajama”-sanalla tarkoitan kunnan keskustaa. Sen synonyyminä on ”kirkonkylä”-sana. Muutto tarkoittaa pysyvää muuttoa tai muuttoa esimerkiksi talven ajaksi, siis vähintään puoleksi vuodeksi. Käytän muuton syitä selvittäessäni synonyymeina sanoja ”syy” ja ”motiivi”.

Olen rajannut tutkimuksesta pois ne muuttajat, jotka muuttivat yksityisestä kodistaan esimerkiksi palvelutaloon tai pienkotiin. Tällöin elämä muuttuu niin paljon asumismuodon muutoksesta johtuen, että maalta muuton vaikutuksia on vaikea erotella asumismuodon muutoksesta.

2. MUUTTOLIIKE SUOMESSA

2.1. Muutto käsitteenä

Yksilön kannalta muuttaminen on fyysistä ja pysyväisluonteista alueelta toiselle siirtymistä. (Korkiasaari ja Söderling 1994, 226). Kytön (1998, 22) mukaan muutto voidaan määritellä henkilön, perheen tai ruokakunnan suorittamaksi asunnonvaihdoksi. Muutto on tällöin maantieteellinen käsite, koska asunnonvaihto edellyttää siirtymistä paikasta toiseen. Muuttoliikkeellä (migration) tarkoitetaan Korkiasaaren ja Söderlingin (2007, 240) mukaan pysyvää tai suhteellisen pitkäaikaista fyysistä siirtymistä maantieteelliseltä alueelta toiselle.

Kumpulainen (1993, 15) on todennut, että muutto on käsitteenä laaja ja sen määritelmä on hajanainen. Pelkistetysti sen voidaan katsoa olevan väestön siirtymistä maantieteelliseltä alueelta toiselle, mutta siihen voidaan liittää myös useita lisäulottuvuuksia. Yksi tällainen ulottuvuus on muuttoon liittyvä siirtyminen sosiaalisesta ympäristöstä toiseen. Muutto vaikuttaa heikentämällä sosiaalisia ja kulttuurisia suhteita lähtöpaikkaan ja synnyttämällä uusia siteitä sekä uusia arvoja muuton kohdealueella. Muuton näkeminen motivoituneena käyttäytymisen muotona on eräs muuttoon liittyvä ominaisuus. Muuttoon liittyy myös päätöksentekoprosessi, joka pitää sisällään arvoihin liittyviä kriteerejä.

Maassamuutto on pysyväisluonteista asuinpaikan (asunnon) vaihtoa saman maan sisällä (Korkiasaari ja Söderling 2007, 240). Maan sisällä tapahtuva muuttoliike jaetaan kahteen pääluokkaan. Kuntien välisellä muutolla tarkoitetaan muuttamista kunnasta toiseen kuntaan. Toisen pääluokan muodostavat kuntien sisällä muuttajat. Kunnan koosta riippuen muuttomatka voi tällöin olla jopa kymmeniä kilometrejä tai lyhimmillään muuttoa samassa rakennuksessa asunnosta toiseen (Itäpuisto 1999, 35). Muunlaisetkin alueelliset luokitukset, esimerkiksi maakunnat, ovat tärkeitä muuttoliikettä tarkasteltaessa (Korkiasaari ja Söderling 2007, 240).

Muuttoliike voi olla vapaaehtoista tai pakkoluonteista. Vapaaehtoisessa muuttoliikkeessä voidaan erottaa toisistaan tavoitteellinen (innovative) ja vastahakoinen (reluctant, conservative) muutto. Niitä voidaan nimittää myös tavoite- ja pakkomuutoksi. Pakkomuutossa erilaiset lähtöalueen ”työntävät ” tekijät ovat ensisijaisia kohdealueen

”vetäviin” tekijöihin verrattuna. Pakkomuuttoa luonnehtii konservatiivisuus. Muuttaja ei tavoittele muutolla uutta ja parempaa elämää, vaan yrittää säilyttää entisenlaiset olot tai ylläpitää minimielintasoja. Tavoitemuuttoa puolestaan luonnehtii uutta etsivä aktiivisuus. Muuttamalla ihminen pyrkii saavuttamaan jonkin päämäärän. Tällainen voi olla esimerkiksi parempi työpaikka (Korkiasaari ja Söderling 2007, 240).

2.2. Maassamuutto Suomessa

1960-luvun lopussa ja 1970-luvun alussa muutettiin paljon (Nieminen M. 2006, 28). Eniten muutettiin kunnasta toiseen vuonna 1974. Tällöin muuttajia oli noin 276 000 suomalaista (Tilastokeskus 2007 A). Muuttajien määrä laski tämän jälkeen. Muuttajien määrä nousi hieman 1970-luvun loppupuolelta alkaen ja etenkin 1980-luvun loppupuolella. Muuttoliike vaimeni ennen 1990-luvun alkua. Muuttajia oli vähiten vuonna 1992. Muuttajien määrä kasvoi voimakkaasti vuonna 1994 (Tilastokeskus 2007 B). Yhtenä syynä tähän oli vuonna 1994 voimaan tullut uusi kotikuntalaki. Sen myötä opiskelijat saivat muuttaa asumaan virallisesti opiskelupaikkakunnalleen. Ennen tätä heidän oli oltava kirjoilla vanhempiensa asuinkunnassa siihen asti, kun valmistuivat. Vuonna 1998 muutti Suomessa kunnasta toiseen 256 370 ihmistä. Vuosina 2001-2004 asuinkuntaa vaihtoi keskimäärin yli 276 000 ihmistä vuodessa (Nieminen M. 2006, 28-29). Vuosituhannen alun kahden ensimmäisen vuoden aikana kuntien välinen muutto oli Suomessa vilkkaampaa kuin 1970-luvulla, kun eliminoidaan ikärakenteen muutokset, kuntaliitosten ja kotikuntalain aiheuttamat vaikutukset (Väestömuutokset 2002,18). Kuntien sisäisestä muuttoliikkeestä on laadittu tilastoja vuodesta 1975 alkaen. Se on ollut määrällisesti kaksi kertaa suurempaa kuin kuntien välinen muutto. Vaihtelut ovat olleet samansuuntaisia kuin kuntien välisessä muutossa (Korkiasaari ja Söderling 2007, 249).

Vuonna 2005 ennakoitiin lähes 900 000 henkilön muuttavan maan sisällä. Tämän mukaan maassamuuttajia olisi 17% koko väestöstä eli lähes joka viides muuttaisi vuoden aikana (Nieminen M. 2006, 28). Muuttoliikkeen merkityksen kannalta muuttojen määrä ei kuitenkaan ole tärkein asia. Suurin osa muutoista on ristikkäisiä. Esimerkiksi vuoden 1998 noin neljännesmiljoonan ihmisen muutto kunnasta toiseen merkitsi noin 19 400 ihmisen nettomuuttoa kuntien välillä. Nettomuuton määrä, suuntautuminen ja rakenne ovat muuttoliikkeen kokonaisvaikutusten kannalta keskeisiä. Nettomuutto vaikuttaa entistä

enemmän väestön määrään muuttotappioalueilla. Se keskittyy edelleen voimakkaasti aktiiviväestöön ja ennen kaikkea nuoriin ikäluokkiin. Nykyinen nettomuutto on valtaosaltaan seutukuntien ja jopa maakuntien välistä väestön siirtymistä. Se ei ole niinkään siirtymää saman seutukunnan tai edes maakunnan sisällä (Kangasharju 1999, 4 ja 6).

2.2.1. Maassamuuton suunta

Väestö on Suomessa hakeutunut keskuseuduille. Taajamissa väestön määrä on kasvanut 1960-luvulta saakka noin 1,8 miljoonalla. Haja-asutusalueiden väestön määrä on puoliintunut. Taajamissa asuu lähes 4,3 miljoonaa asukasta. Haja-asutusalueilla asuu vajaa miljoona asukasta (Sinisalo 2006, 38). Jo 1940-luvulta lähtien muuton suunta on ollut haja-asutusalueilta taajamiin ja maaseudulta kaupunkiin sekä Pohjois- ja Itä-Suomesta Etelä- ja Lounais-Suomeen, erityisesti Uudellemaalle (Nieminen M. 2006, 28-31).

Vaikka maaseudulta poismuutto on lisääntynyt, nykyään maaseudulle muutetaan aikaisempaa enemmän. Maaseudulle muuton määrä oli 16% vuonna 2000. Maaseutumaisiin kuntiin muuttaa vuosittain vajaa 50 000 ihmistä. Se vastaa noin neljää prosenttia niiden väestöstä. Valtaosa muuttajista tulee maaseudun ulkopuolelta. Esimerkiksi vuonna 2000 kuusi kymmenestä maaseudun uudesta asukkaasta oli lähtöisin kaupungista, mutta taajaan asutuista kunnistakin muutettiin maalle. Myös maaseutualueiden välistä muuttoa tapahtuu. Vuonna 2000 neljäsosa maalle muuttaneista oli lähtöisin maaseudulta (Nivalainen 2002, 8-9).

Ylivoimaisesti suurin osa muuttajista muuttaa kuitenkin kaupunkiin. Vuonna 2000 kaupunkien osuus tulomuutoista oli lähes 70%. Myös maaseudulta poismuuttavat muuttavat etupäässä kaupunkiin. Esimerkiksi vuonna 2000 kaupunki oli kohteena lähes kahdella kolmasosalla lähtijöistä. Nettomääräisesti maaseutualueet kokevat muuttotappiota sekä kaupungeille että taajaan asutuille kunnille. Kaupungit ovat viime vuosina olleet muuttovoitollisia kaikkien alueiden suhteen (Nivalainen 2002, 9).

Laman jälkeen kaupunkien asukasmäärä on lisääntynyt hyvin voimakkaasti ja taajaan asuttujen kuntien väestönkasvu on pysähtynyt. Maaseudun väkiluku pysyi pitkään muuttumattomana. Muuttotappion voimistumisen myötä asukkaiden määrä on vähentynyt aiempaa selvästi nopeammin. Maaseudun väestökato painottuu nuoriin (Nivalainen 2002, 10).

Sitä mukaa, kun väestö on keskittynyt kaupunkeihin, maassamuutto on muuttunut yhä enemmän kaupunkien väliseksi (Korkiasaari ja Söderling 2007, 249).

2.3. Muuttoliikkeen vaikutukset maaseudulle

Viime vuosituhaten lopun maaseudun väestökadon tärkeimpänä syynä ovat olleet maa- ja metsätalouselinkeinon supistuminen ja ongelmat EU-Suomessa (Koivukangas 1999, 5 ja Korkiasaari & Söderling 2007, 250). Kun nuoret ja hyvin koulutetut muuttavat, muuttoaalto vie taloutta ja osaamista johtaviin kaupunkeihin (Okko ym. 2000, 12). Muuttotappioalueiden väestörakenne vinoutuu ja väestö vanhenee keskimääräistä nopeammin (Lemponen 2001, 9). Alueiden välisistä muuttajista yli puolet on 15-29-vuotiaita. He liikkuvat joko maaseudulta aluekeskuksiin tai niistä varsinkin pääkaupunkiseudulle ja muuttavat näin alueellista ikärakennetta (Okko ym. 2000, 12). Iäkkäät ja ikääntyvät ihmiset eivät jakaannu tasaisesti koko maahan. Alueiden välillä on suuriakin eroja (Lemponen 2001, 9). Maaseudulla väestö on muita alueita iäkkäämpää. Koko maassa 65 vuotta täyttäneiden osuus väestöstä on 15 %. Maaseudulla tämän ikäisiä on lähes 20 % asukkaista. Maaseudun väestö supistuu luonnollisen väestönkasvun kautta noin 0,2 % vuodessa. Kokonaisuutena maaseudun asukasluvun vuotuinen lasku on noin 1 %, vastaten noin 10 000 henkeä vuodessa. 80 % tästä johtuu maan sisäisestä muuttoliikkeestä (Nivalainen 2002, 11).

Muuttoliikkeen myötä monien alueiden väestö ja työvoima on vähentynyt voimakkaasti viime vuosina. Uhkakuvana on, että alueet jakautuvat menestyjiin ja taantuviin. Väestökatoalueilla on monia ongelmia, esimerkiksi alhainen syntyvyys, korkea kuolleisuus, muuttotappio ja työpaikkojen menettäminen. Nuorten poismuutto vaikeuttaa elinkeinotoiminnan uudistumista ja riippuvuus julkisen sektorin toiminnasta kasvaa. Kun väestö vähenee, myös kulutuskysyntä vähenee ja julkisten sekä yksityisten palvelujen järjestäminen vaikeutuu. Lisäksi kuntien tulopohja murenee. Aiemmat palvelujen tuotantorakenteet ja sosiaaliset verkostot muuttuvat. Pahimmillaan on useilla alueilla edessään kierre, jossa alueiden taloudellinen perusta heikkenee jatkuvasti, kun yritysten ja kotitalouksien kokonaistulot sekä niiden maksamat verot vähenevät. Aasukkaiden muuton myötä maaseudulta ovat siis häviämässä peruspalvelut, perinteiset elinkeinot ja ihmiset (Hunnakko ja Palm 2002, 7, Sinisalo 2006, 48).

Vaikka muuttoliikkeen haittavaikutukset maaseudun autioitumiskiirteen kannalta on tiedostettu, siitä huolimatta muuttoliike jatkuu (Konttajärvi 2000, 17). Jos ihmisten keskittyminen tietyille alueille jatkuu nykyisellään, maaseutu sellaisena kuin sen ymmärrämme, kuolee elinkeinoineen ja autioituu. Muuttotilastoissa tapahtuu kuitenkin jatkuvasti nousua ja laskua. Maaseudun tulevaisuus ei siis välttämättä ole niin synkkä kuin edellä kuvataan (Hunnakko ja Palm 2002, 7).

2.4. Muuton syyt

Muuttoliikkeen syitä voidaan tarkastella sekä yksittäisen ihmisen että yhteiskunnan näkökulmasta (Korkiasaari ja Söderling 2007, 244). Muuttoliike on kuitenkin aina tavalla tai toisella seurausta ihmisen elinympäristössä ja yksityiselämässä vaikuttavista tekijöistä ja muutoksista niissä. Yksilöllisten syiden lisäksi muuttoon liittyy alueellisia ja yhteiskunnallisia tekijöitä. Muuttoliikkeen tarkastelussa onkin otettava huomioon monia yhteiskunnallisia tekijöitä. Tällaisia ovat esimerkiksi väestön koko ja rakenne alueella sekä esimerkiksi yhteiskunnan kehitysvaihe (maaseudun autioituminen on yhteydessä muuttoon) (Korkiasaari ja Söderling 1994, 226).

Tärkeimmät maassamuuton syyt ovat työ sekä asumiseen ja perhesuhteisiin liittyvät tekijät. Opiskelun merkitys syynä on vähäisempi. Muiden syiden merkitys on hyvin pieni (Korkiasaari 1991, 117). Taloudellinen kehitys on merkittävä tekijä muuttoliikkeen vaihteluiden selittäjänä. Nousukausina muuttaminen vilkastuu ja laskukausina se vaimenee. Toinen muuttoliikkeeseen vaikuttava tekijä on työttömyys. Korkean työttömyyden aikana muuttaminen vähenee (Itäpuisto 1999, 27).

Osa ihmisistä joutuu kuitenkin edelleen muuttamaan pakon edessä. Pakkomuuton syynä voi olla esimerkiksi asunnosta irtisanominen. Tällainen muutto vaatii ihmiseltä vahvaa sisäistä elämänhallintaa (Itäpuisto 1999, 18). Roosin mukaan sisäinen elämänhallinta on sitä, että ihminen pystyy ”katsomaan asioita parhain päin” eli sopeutumaan, riippumatta elämän tapahtumistaan (Roos 1988, 207).

Muuton motiivit vaihtelevat muuttoetäisyyden ja -suunnan mukaan. Työsyöt korostuvat kaupunkiin suuntautuvissa ja niiden välisissä muutoissa. Kaupungeista pois päin

suuntautuneissa muutoissa korostuvat asumis-, ympäristö- ja muut ei-taloudelliset motiivit. Kuntien sisällä tapahtuvat muutot ovat asunnon vaihtoja (Korkiasaari 1991, 123-124 ja Nieminen M. 2006, 28).

2.4.1. Muuton syyt ikääntyvillä

Eläkeikäisten muuttoalttius noudattelee yleistä maassamuuton kehitystä. Kotikuntalain uudistuksen myötä nousivat myös eläkeikää lähestyvien ihmisten muuttojen määrät. Eläkeläisten muuttotrendi kasvaa hitaasti. Se liittyy koko muuttoliikkeen vilkastumiseen (Nieminen M. 2006, 32).

Summanen (2004) tutki ikääntyneiden muuttoliikettä seutukuntien välillä vuosina 1997-2000. Suuri osa muutoista tapahtui eläkkeelle jäännin aikoihin. Tällöin elämässä tapahtuu muitakin muutoksia, ikääntyvä on tavallisesti vielä hyväkuntoinen ja eläke on talouden turvana. Muuttamisalttiuden on havaittu pienenevän iän myötä (Nivalainen 2002, 30). Mitä iäkkäämpi henkilö on, sitä vähemmän hänellä on aikaa nauttia muuton hyödyistä. Myöhemmin tapahtuvat muutot ovatkin usein tavalla tai toisella pakkomuuttoja. Heywood ym. on tutkinut muuttamisen tunnusmerkkejä. Jos vanhuksen muutto ei ole vapaaehtoinen, muuton syynä voi olla esimerkiksi se, ettei vanhus enää selviä kotonaan tai hän ei taloudellisesti pysty pitämään asuntoaan (Heywood ym. 2002, Nykäsen 2007, 105-106, mukaan). Siltaniemen ym. (2007, 10) mukaan iäkkäiden muuttohalukkuus on pientä, mutta he joutuvat muuttamaan keskusalueille parempien palvelujen ääreen, kun toimintakyky on heikentynyt merkittävästi. Lemposen tutkimuksessa (2001, 24) tutkittavat olivat 65-74-vuotiaita. Vastajat kertoivat, että kunnan keskustaan oli pakko muuttaa, jos kylissä ei ollut enää julkisia tai yksityisiä palveluja tarjolla. Muuton syynä oli myös se, ettei julkisia liikenneyhteyksiä kunnan keskustan ja kylien välillä ollut ja se, että asioimiskuljetusta kylistä kuntakeskuksiin ei oltu järjestetty. Ajatus muutosta voikin tulla joltakin muulta kuin ikääntyvältä itseltään. Ikääntyneiden muutot saattavat olla tällöin vaikeampia.

Litwak ja Longino (1987), Linin (1997) mukaan, näkevät kolme vaihetta vanhusten muutoissa. Nämä ovat palvelujen saatavuuteen liittyvä muutto eläkkeelle jäätessä, paluumuutto lähelle sukua, kun puoliso kuolee tai kun sairastutaan johonkin krooniseen sairauteen ja muutto laitokseen.

Aikaisemman muuttokokemuksen on yleensä todettu lisäävän muuttamisen todennäköisyyttä. Aiemmin muuttaneilla siteet alueelle ovat yleensä löysemmät (Holm ym. 2008, 41). Myös muuttoprosessin tuntemus helpottaa uudelleen muuttamista. Muuton kannustimena voi toimia myös pettymys edellisen muuton jälkeiseen asuinpaikkaan (Nivalainen 2002, 19).

Muutto on yleensä seuraus monen eri tekijän yhteisvaikutuksesta. Muuttajien omat tulkinnat syistä, joiden vuoksi on muutettu, vaihtelevat paljon. Muuttoliikkeen yksilöllisistä tekijöistä ei ole tilastotietoja (Korkiasaari ja Söderling 2007, 254).

3. ASUINYMPÄRISTÖ

3.1. Asuin ympäristön merkitys

Ihmisen hyvinvointi ei koostu vain hänen henkilökohtaisista ominaisuuksistaan, vaan myös asuin ympäristöllä on huomattava merkitys yksilön hyvinvointiin (Heikkilä ym. 2003, 21 ja Iwarsson 2008). Fyysinen ja sosiaalinen ympäristö muodostavat yhdessä ihmisen toimintaympäristön. Se vaikuttaa mielipiteiden, asenteiden, ennakkoluulojen ja toimintatapojen muodostumiseen. Ihmiset, yritykset ja muut ovat ympäristössä vuorovaikutuksessa keskenään. Vuorovaikutus puolestaan synnyttää ja muokkaa muun muassa sosiaalisia ja taloudellisia suhteita, jotka ovat osittain riippuvia fyysisestä ympäristöstä, mutta osittain siitä riippumattomia (Kultalahti 1990, 23).

Ihmisten kokemukset, muistot, vaikutelmat ja erilaiset tuntemukset liittyvät paikkoihin. Tournieriin (1971) viitaten Sarola (1994, 121) kirjoittaa, että ”ihminen kiintyy paikkaansa. Hän sulautuu siihen ja yhdistää paikkansa henkilökuvaansa. Hän sijoittaa itsensä siihen niin kokonaan, ettei hänen paikkaansa voi koskea koskematta samalla häneen itseensä”. Ympäristön merkitys tulee selvästi esille esimerkiksi Rowlesin (1983) tutkimuksessa, jossa ihmiset kokivat lähes poikkeuksetta olevansa ”paikan sisällä”.

Roganin ym. (2005) tutkimukseen osallistui 10 henkilöä, joiden iät olivat 40-90 vuotta. Tutkimukseen osallistujat kuvasivat monimutkaisia ja läheisiä suhteitaan ympäristöönsä. Tutkimuksen mukaan paikat olivat enemmän kuin vain kokemusten kulisseeja. Niihin liittyi syviä persoonallisia merkityksiä. Ne olivat välineitä oppimiseen, persoonalliseen kasvuun, symbolisten merkitysten antamiseen ja tunteiden ilmentämiseen. Tutkimuksen osallistujat arvostivat fyysistä ympäristöään monella tasolla. Sitä pidettiin lumouksen, tiedon, fyysisen mukavuuden ja kauneuden lähteenä.

Paikka voi viitata fyysiseen ympäristöön, mihin ihmisellä on tunteisiin liittyviä ja kulttuurisia yhteyksiä. Mielikuva paikasta ei kuitenkaan rajoitu vain fyysiseen ympäristöön. Paikka sisältää arkipäivän arkkitehtuurin, maiseman, sosiaaliset suhteet ja muistot. Tapa, jolla ihminen kokee jonkun paikan, sisältää sekä tunteita että kognitiivisia ominaisuuksia. Näistä tulee ihmiselle yhtenäisyyden ja kiintymyksen tunteita paikkaan (Taylor 2001).

Ympäristö vaikuttaa myös ihmisen toimintaan. Se ei ole vain fyysistä ympäristöä, vaan se tavallaan ”tunkeutuu” myös ihmisen itsensä ”sisään”. Ympäristö tulee kuin osaksi toimijaa. Motiivit, päämäärät ja olosuhteet vaikuttavat monisuuntaisesti toisiinsa (Jylhä 2008). Esimerkiksi mielekkäällä asuinympäristöllä on positiivisia vaikutuksia liikkumiseen ja aktiivisuuteen.

3.2. Asuinympäristö ja ikääntyminen

Ympäristön ja ikääntyneen välinen suhde on vuorovaikutusta (Elo 2006, 33). Ympäristöt sekä luovat mahdollisuuksia että asettavat rajoja, vaikuttaen siihen, miten ihmiset ikääntyvät ja miten he ikääntymisensä kokevat (Jyrkämä 1995, 107). Elinympäristöstä ja arjesta voi muodostua ikääntyvän elämälle joko rajoittaja tai mahdollistaja (Pietikäinen 1997, 74). Ikääntyminen on vahvasti sidoksissa ympäristöönsä (Jyrkämä 1995, 232). Hooyman ja Kiyak (1999) kirjoittavat Nykäsen (2007, 27) mukaan, että ympäristöllä onkin tärkeämpi merkitys ikääntyneelle kuin nuoremmalle. Staatsin ja Hartigin (2004) mukaan lähiympäristö on ikääntyneiden tyypillisin vapaa-ajanviettopaikka. Siellä tavallisimmin rentoudutaan ja tavataan ystäviä.

Sama ympäristö on erilainen erilaisille ikääntyville ihmisille. Ympäristöä tuleekin tarkastella sellaisena kuin ihminen sen havaitsee. Olennaista on se, minkälaisia merkityksiä ihminen antaa ympäristölleen ja sen ominaisuuksille. Kukkonen (1993) kirjoittaa Cantoriniin (1979) viitaten, että yksilön ja hänen elinympäristönsä suhde riippuu ympäristössä saatavilla olevista resursseista (fyysisestä, konkreettisesta resurssiympäristöstä) ja toisaalta ihmisen käyttämistä ympäristön resursseista (ihmisen toiminnan kannalta tarkoituksenmukaisesta resurssiympäristöstä). Maalta kaupunkiin muuttaneille ikääntyville ihmisille kaupunki ei välttämättä merkitsekään runsaita mahdollisuuksia ja palveluita. Heidän toimintansa voi rajoittua pieneen osaan mahdollisuuksista. Tärkeää ei siis ole niinkään se, minkälainen ympäristö on ulkopuolisen havainnoijan mielestä, vaan se, onko ympäristö kunkin ihmisen toiminnan kannalta tarkoituksenmukainen.

Lawtonin ja Simonin (1968) ympäristöön mukautumisen hypoteesiin mukaan yksilön kyky mukautua ympäristön rajoituksiin kytkeytyy yksilön yleislahjakkuuteen. Ympäristön fyysiset

ominaisuudet tai ehdot vaikuttavat sitä vähemmän yksilön käyttäytymiseen, mitä pätevämpi yksilö on terveytensä, minän lujutensa, sosiaalisten rooliensa tai kulttuuriin liittyvän asemansa perusteella (Sarola 1994, 121).

Sosiaaligerontologit ovat osoittaneet, että vanhemmat ihmiset ovat hyvin tietoisia heidän ympäristössään tapahtuvista muutoksista (sekä sosiaalisista että fyysisistä). Ympäristöherkkyys lisääntyy fyysisen, henkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn heiketessä. Tämä pitää paikkansa etenkin niiden vanhusten kohdalla, jotka aikovat jäädä asumaan samaan taloon ja samalle alueelle vuosia (Walker ja Hiller 2007). Ympäristöherkkyuden lisääntyessä sosiaalisesti ja historiallisesti omaksi koetun ympäristön vaikutus ja laatu ovat erilaisia verrattuna uuteen tai tuntemattomaan ympäristöön. Tutusta paikasta ja muistoista, jotka kytkeytyvät siihen, tulee välittämisen ja huolehtimisen paikka. Se toimii eräänlaisena tuen lähteenä. Omalla paikalla on myös monia piirteitä, jotka aktivoivat (Sarola 1994, 122). Asuinympäristö onkin ikääntyneelle tärkeä toiminta-alue. Tarkoituksellinen toiminta on tärkeää onnistuneessa ikääntymisessä (Jylhä 2008).

Tuttu paikka tuo mieleen muistoja. Se lisää identiteetin tunnetta ja saattaa kohottaa hyvinvointia (Rowles 1983). Vanhojen ihmisten halukkuus pysyä asuinpaikassaan, perustuu haluun säilyttää identiteettiä ja pyrkimykseen pitää yllä käsitystä omista kyvyistä ja osaamisesta tutussa ympäristössä (Sarola 1994, 129). Ympäristöstä on tullut ajan myötä vanhukselle tärkeä persoonallisuutta säilyttävä ja identiteettiä vahvistava samaistumisen ja itsenäisyyden lähde (Koskinen ym.1998, 213).

3.2.1. Sosiaalinen verkosto

Alueen sosiaalisen pääoman määrä voi selittää terveyseroja. Yhteisöt luovat sosiaalista pääomaa ja myös hyötyvät siitä (Simpura 2006). Suomen Akatemian ”Sosiaalinen pääoma ja luottamusverkot” -tutkimusohjelman tutkimuksen mukaan yli 70 prosenttia niistä, joilla oli paljon sosiaalisilla verkostoilla ja osallistumisella tai luottamuksella mitattua sosiaalista pääomaa, kokivat terveytensä hyväksi (Nieminen T. 2006).

Hyyppä ja Mäki (2001) ovat tutkineet osallistumisen vaikutusta elinikään. He vertasivat Pohjanmaalla ja Satakunnassa eläviä ihmisiä. Pohjanmaalta tutkimukseen osallistuneet

kuuluvat ruotsinkieliseen yhteisöön. Tutkimuksessa selvisi, että kaksikielisellä alueella asuvat ihmiset elivät merkittävästi pidempään ilman sairauksia ja lisäksi heidän elinikänsä oli pidempi kuin suomenkielisellä alueella elävien ihmisten. Erot johtuivat sosiaalisen osallistumisen määrästä. Yhteisöllisyys auttaa siis säilyttämään paremman terveyden ja lisää elinikää.

Koko elämänsä samalla seudulla viettänyt ihminen on paikallisen sosiaalisen verkoston kiinteä osa (Riikonen 1997, 185). Asuinympäristö yhdistää sosiaalisesti ikääntyviä ihmisiä. Vanhan ihmisen käsitys paikasta tai naapurustosta voi olla erityisen merkityksellinen. Naapurit ovat tärkeä ympäristön voimavara, etenkin ikääntyneille. Asuinympäristössä voi syntyä yhteisöllisyyttä, jossa syntyy keskinäistä vastuuta ikääntyneistä jäsenistä (Koskinen ym. 1998, 214). Schwirianin ja Schwirianin (1993) mukaan kokemus hyvästä naapurustosta on yhteydessä parempaan terveyteen, vähäisempään stressiin, sosiaaliseen tukeen sekä lisäksi fyysiseen aktiivisuuteen.

3.2.2. Pitkäaikainen asuminen sekä pysyvä ja tuttu ympäristö

Asumisen kestolla on osoitettu olevan useita myönteisiä vaikutuksia vanhan ihmisen selviytymiseen ja mielialaan. Erityisesti pysyvyys, ennustettavuus, varmuus, yksiselitteisyys, järjestys ja jatkuvuus ovat myönteisiä piirteitä asumisen kestossa (Sarola 1994, 127). Tuttu asuinympäristö lisää turvallisuutta, vaikuttaa mielialoihin, sosiaaliseen identiteettiin sekä minäidentiteettiin ja tunnekokemuksiin (Koskinen ym. 1998, 214). Pysyvä ympäristö vahvistaa ja ylläpitää ihmisen suorituskykyä. Peace (1982) ja Golant (1976) toteavat Sarolan (1994, 127) mukaan, että pysyvä ympäristö, joka koetaan sopusointuiseksi omille tarpeille ja tavoitteille, voi olla vanhalle ihmiselle merkittävä hyvinvointitekijä nopeasti muuttuvassa ja vaikeasti tajuttavassa yhteiskunnassa. Oman pätevyuden ja kontrollin tunteet voivat säilyä ja kasvaa, koska vuorovaikutus ympäristön kanssa tuottaa ja uusintaa nämä tunteet. Jos ympäristö ei muutu, on myös aiemmille myönteisille ympäristö- ja elämismuistoille jatkuva elintila (Sarola 1994, 127).

Pitkäaikaisesta asumisesta seuraa todennäköisemmin positiivinen tunne kuulumisesta johonkin ja tunne ympäristön hallitsemisesta. Sarolan mukaan asuinalueen tietyt rakenteelliset piirteet, kuten esimerkiksi väestön suhteellisen pieni määrä, alhainen tiheys ja

yhdenmukaisuus lisäävät vanhan ihmisen paikkakiinnittymistä (Sarola 1994, 129). Sarolan (1994, 129), Koskisen (2007, 5) ja Nykäsen (2007, 34) mukaan vanhat ihmiset ovat enemmän kiinnittyneitä asuinalueisiinsa kuin nuoret ihmiset. He ovat kiintyneet asuinpaikkaansa ja samaistuvat vahvasti omaan alueeseensa.

Asumisen keston on otaksuttu lisäävän henkilön todennäköisyyttä kytkeytyä yhteisön sosiaaliseen rakenteeseen. Asumisen keston voidaan ennustaa lisäävän vanhojen ihmisten yhdyskuntaan liittyvien siteiden voimakkuutta. Vanhetessaan ihminen joutuu kohtaamaan monia voimakkaita sosiaalisen vuorovaikutuksen häiriötilanteita. Tällaisia ovat esimerkiksi puolison kuolema ja työpaikan menettäminen. Pysyvän yhteisön ja siihen liittyvien sosiaalisten siteiden säilyminen tällaisissa muutostilanteissa on hyvinvoinnin kannalta erityisen tärkeää (Sarola 1994, 128). Rowlesin mukaan huomattava määrä sosiaalista tukea on piilevää. Se näkyi Rowlesin tutkimuksessa vanhan ihmisen pysyvänä luottamuksena siihen, että tämä on paikka, jonka hän tuntee ja jossa hänet tunnetaan (Rowles 1983).

Gabriel ja Bowling (2004) tutkivat elämänlaatua vanhempien ihmisten omasta näkökulmasta. 80:ta syvähaastattelusta 33 mainitsi, että se, että he nauttivat alueesta, jossa asuvat, paransi heidän elämänlaatuaan. He nauttivat miellyttävistä näköaloista, alueista, joilla voivat käydä kävelyillä ja tunteesta, että kuuluvat yhteisöön. Hyvät palvelut olivat myös tärkeitä. Lemponen tutkimukseen vastanneista yli puolet asui kylissä ja he halusivat asua omassa kotikylässä niin kauan kuin se vain on mahdollista. Naapuri ja kyläyhteisö koettiin tärkeäksi viiteryhmäksi. Siihen haluttiin kuulua ja olla osa sitä (Lemponen 2001, 29).

Elon (2006, 70) tutkimuksessa ikääntyneet arvostivat asuinympäristössään tuttuutta ja ihmisiä, lähellä olevia ja monipuolisia palveluja, avun saamista ja hyviä kulkuyhteyksiä. Myös viihtyisää luonnonympäristö oli tärkeä. Pelkoina pidettiin talvella liukkautta ja ympäristöstä huolehtimista, yksin liikkumista iltaisin ja erityisesti yksin asuttaessa kulkukauppiaita.

Pitkäaikainen samassa paikassa asuminen voi synnyttää myös ikävyyden, yksitoikkoisuuden ja apatian tunteita. Ne liittyvät persoonallisiin muutoksiin ja erilaisuuden tarpeisiin. Pysyvä ympäristö voi olla sopimatonta myös silloin, kun vanhan ihmisen tarpeet tai pystyvyys ovat heikentyneet niin, että ympäristöresurssit osoittautuvat epäsuhtaisiksi (Wohlwill 1976, Sarolan 1994, 128 mukaan).

3.2.3. Ikääntyvän sopeutuminen uuteen asuin ympäristöön

Asuin ympäristön muutos on mahdollinen rasi tustekijä, koska asuin ympäristö edustaa yleensä ihmisten elämässä ennustettavuutta ja pysyvyyttä. Maaseudun vanhusten tapa selittää ja ymmärtää elämää liittyy elämäntapaan. Heidän elämäntapansa koostuu muun muassa asumisesta maaseudulla ja usein työstä maataloudessa. Eläkkeelle jäämisen ja kaupunkiin muuttamisen myötä nämä tekijät muuttuvat oleellisesti. Toimintamahdollisuudet ja käyttäytymisodotukset poikkeavat paljon entisestä erilaisten olosuhteiden myötä. Muuttajilla on heidän menneisyydessään rakentuneet arvot, eivätkä ne välttämättä sovi yhteen nykytilanteen arvorakenteiden kanssa. Tämä ristiriita ei välttämättä ilmene pelkästään olosuhteita tarkastelemalla. Ihmiset pyrkivät tämän vuoksi muuttamaan toimintaansa. Toiminnan muuttaminen ei kuitenkaan ole kovin helppoa. Tapa toimia sekä selittää ja ymmärtää elämää on syntynyt pitkän ajan kuluessa muuttumattomissa olosuhteissa. Tapoja ei pysty muuttamaan todennäköisesti yhtä nopeaa ympäristön muuttumisen kanssa huolimatta siitä, että erilainen ympäristö asettaa sille muutosvaatimuksia (Pohjola 1989, 119 ja Kukkonen 1993). Kukkonen (1993) viittaa Kohliin (1986) tuodessaan ilmi, että elämä nkulkua ei pidä ymmärtää vain sarjana toisiaan edeltäviä ja seuraavia tapahtumia. Sitä on tarkasteltava perspektiivien ja historian tuotteena ja tuottajana.

Tarkasteltaessa elämää muutoksen jälkeen, tulisi ottaa huomioon muuttuneen tekijän merkitys yksilön toiminta- ja elämäntapakokonaisuudessa. Muutokseen sopeutuminen on vaikeampaa, jos muutos vaikuttaa negatiivisesti elämään. Jos muutos sitä vastoin poistaa toiminnan esteitä ja avaa uusia merkittävinä pidettyjä mahdollisuuksia, muutokseen on helpompi sopeutua. Ratkaisevaa on myös se, miten ihminen suhtautuu tilanteeseensa ja pystyykö hän luomaan uuden motivaation kohteen entisen tilalle. Muutoksia on elämästä mahdotonta poistaa, joten tapa, jolla niihin suhtautuu on tärkeää (Eskola 1982, 226-227).

Hyvinvoinnista ja viihtymisessä uudessa ympäristössä on kyse ihmisen ja ympäristön välisen suhteen kiinteydestä ja sen merkityksestä. Maalta kaupunkiin muuttaneiden ikääntyvien ihmisten muuttaminen helpottaisi heidän sopeutumistaan uuteen ympäristöönsä. Toisaalta taas ikääntymiseen ja vanhuuteen sopeutuminen edellyttäisi sitä, että aiempi elämäntapa ja kokemistapa säilytettäisiin. Tällöin vanhuus voitaisiin kokea jatkona aiemmalle elämälle.

Ihminen selviytyisi muutoksesta parhaiten, jos hän pystyisi toisaalta säilyttämään entisen tapansa selittää ja ymmärtää elämää ja toisaalta hyväksymään siihen mukaan uusia elementtejä. Olennaista on, minkälaiset toimintaedellytykset ihmisellä on ja se, mitä he ovat elämältään odottaneet. Tärkeää on myös se, minkälaisessa ympäristössä he ovat ajatelleet elävänsä ja vanhenevansa (Kukkonen 1993).

Jos ulospäinsuuntautuneen ihmisen täytyy muuttaa, hän sopeutuu sisäänpäin kääntynyttä ihmistä paremmin uuteen asuinympäristöönsä, koska hän tutustuu helpommin uusiin ihmisiin. Sisäänpäin kääntyneet ihmiset kiintyvät enemmän fyysiseen ympäristöön kuin sosiaaliseen (Fogel 1992). Mikäli muuttoon ovat syynä tulevaan ympäristöön liittyvät tavoitteet, kokemus muutosta on todennäköisemmin myönteisempi kuin kokemus sellaisesta muutosta, jonka motiivina ovat pelkästään entisestä ympäristöstä pois työntävät tekijät. Samoin muuton vapaaehtoisuuden asteella on merkitystä muuton kokemiseen (Kukkonen 1993).

Sopeutuminen uuteen ympäristöön ilmenee monella eri alueella. Siitä kertoo se, miten hyvin ihminen viihtyy uudessa asuinpaikassaan, sosiaalisten kontaktien luominen, päivittäinen liikkuminen ja miten liikkuminen on yhteydessä toimintakykyyn (Parviainen 1996, 11).

4. KOTI

Koti on tavalla tai toisella jatkuvasti läsnä jokapäiväisessä arjessamme. Kotikäsite voidaan määrittellä kaksijakoisesti. Ensinnäkin koti viittaa käsitteenä tietyssä paikassa, tietyssä aikana sijainneisiin asuntoihin, joista olemme tehneet kotimme. Toiseksi koti on ”mielen koti”. Siihen liittyy sosiokulttuurinen arvomaailma, yksilölliset kokemuksemme ja tunteemme sekä niihin liittyvät merkitykset (Vilkko 1998, 27-28). Sillä, että joku pitää määritteleä jotakin paikkaa kotinaan, on yleensä asettumisen ja juurtumisen, kotiutumisen merkitys (Vilkko 1997, 172). Kun kerromme itsestämme, mainitsemme yleensä, mistä olemme lähtöisin. Näin koti liittyy meidän menneisyyteen (Nykänen 2007, 16).

Doveyn (1985, 34) mukaan koti luo järjestystä, rakentaa identiteettiä ja se on paikka, jossa voi kiinnittyä ihmisiin, paikkaan, menneisyyteen ja tulevaisuuteen. Saarenheimon ja Pietilän (2003, 144) mukaan koti on konkreettinen asumisen paikka. Se voi olla myös ensisijaisesti mielentila, kokemus tai ympäristösuhde. Koti on paikka, jossa ihminen voi toimia, miten haluaa ja ”olla oma itsensä” – ainakin ideaalisesti.

Oma turvallisuutta ja jatkuvuutta luova koti on merkityksellinen, asujalleen ja haltijalleen erityinen paikka. Koti muodostaa keskiön, josta erilaiset toimet vievät ihmistä eri paikkoihin. Kotiinpaluun ajatus sisältyy itsestään selvänä toimintaan. Koti on suoja ja tulisija. Se on myös läheisten ihmissuhteiden paikka. Kodissa on jotakin kaikista vastuksista selviämistä tukevaa voimaa (Vilkko 1997, 171-173). Koti edustaa pysyvyyttä olemalla osa elettyä elämää.

Koti ei ole koskaan vain asunto. Koti on myös ihmisen omiin esineisiin ja usein juuri tiettyyn asuntoon ja sen ympäristöön liittyvät elämänhistorialliset muistot ja kokemukset sekä niiden perusteella rakentuvat käytännöt (Vilkko 1997, 173). Granfeltin mukaan asunto on fyysinen tila. Koti on eletty, koettu tila. Se on tunnelatautunut käsite. Tila tai asunto täytyy kokea tunnetasolla omaksi, ennen kuin sitä voi pitää kotina (Granfelt 1998, 103). Myös Saegert (1985, 287) on määritellyt kodin olevan enemmän kuin vain asunto. Kodilla on fyysisen tilan lisäksi psykologinen ja sosiaalinen merkitys. Hänen mukaansa asuminen on asunnon kodiksi tekemistä. Tällöin tilan ja ihmisen suhde on vuorovaikutteinen. Doveyn (1985, 34) mukaan kotiin liitetään tunnetila ja ihmissuhteet, kodissa asuvien ja naapureiden kanssa.

4.1. Kodin merkitys

Heiskanen ja Tedre (2008), Junttoon 2007 viitaten kirjoittavat, että asunto on muuttunut merkityksiltään eräänlaiseksi turvasatamaksi, jonka ymmärretään tarjoavan turvallisuutta turvatonta maailmaan vastaan. Heiskanen ja Tedren (2008) mukaan tämä ajatus on vahvasti sisäänrakennettu käsityksiin kodin ainutlaatuisuudesta.

Kodin merkityksessä yleisellä tasolla yhdistyy ihminen ympäristönsä kanssa (Oswald ja Wahl 2005). Haywardin (1975) viitaten Oswald ja Wahl (2005) kirjoittavat, että kodin merkitykseen voi kuulua koti fyysisenä rakenteena, koti reviiirinä, alueena, lokuksena alueella, koti minuutena ja minä-identiteettinä ja sosiaalisena ja kulttuurillisena yksikkönä. Saarenheimon ja Pietilän (2003, 144) mukaan kodilla on monenlaisia käytännöllisiä, oikeudellisia, sosiaalisia ja psykologisia merkityksiä. Kodissa asumiseen liittyy vapauden ja itsemääräämisen tunne. Se osaltaan tukee psyykkistä toimintakykyä. Koti vaikuttaa myös yksityisyyden kokemukseen ja identiteettiin.

Koti on henkilökohtainen, itseen kiinni kasvanut tila. Koti ilmentää minä-identiteettiä. Voimme kontrolloida omaa ympäristöämme. Koti luo riippumattomuutta ja antaa yksityisyyttä. Koti suojelee intiimiyyttä. Koti on hoivaava ympäristö olemalla tuttu ja turvallinen. Se edustaa myös jatkuvuutta elämässämme. Kodin esinemaailma tukee elettyä elämäämme (Vilkko 2006).

Zingmark, Norberg ja Sandman tutkivat kodin merkitystä elämänkulun läpi. Heidän tutkittaviensa iät olivat kahdesta 102:een vuoteen. Pääteemat olivat turvallisuus, juurtuminen, ilo, harmonia, yksityisyys, yhteenkuuluvuus, tunnistaminen, järjestys, hallinta, ravitseminen, aloitteellisuus, voima, vapaus ja kontrolli (Zingmark, Norberg ja Sandman 1995). Vilkon mukaan koti toimii perhe-elämän ja yksityisyyden keskuksena. Kodissa voi kokea läheisyyttä ja yksityisyyttä. Kodin merkityksellisyyttä perustelevat ennen muuta tuttuus, pysyvyys ja ihmissuhteet (Vilkko 1997, 173). Siihen, miten ihminen havainnoi kodin merkityksen, vaikuttavat ihmisen aiemmat asuinpaikat (Nykänen 2007, 31). Fogelin mukaan kodin psykologiseen merkitykseen vaikuttavat paljon persoonallisuuden piirteet. Ulospäinsuuntautuneille ihmisille kodin tärkein merkitys voi olla naapurit ja kodin asema sosiaalisessa kanssakäymisessä (Fogel 1992).

Normaalia arkea elävän ihmisen on vaikea määritellä kotia. Kodin merkitys ja siihen kiinnittymisen syvyys tulee näkyviin elämänkulullisissa siirtymissä, murroksissa ja arjen perustan kyseenalaistuksessa (Vilkko 2000, 214). Turvallisuuden ja autonomian tunne kotona mahdollistaa tulevaisuuden suunnittelun ja identiteetin kasvun. (Nykänen 2007, 16).

4.2. Koti ja ikääntyminen

Lemponen (2001, 23), Nykänen (2007, 108) ja Andersson (2007, 127) kirjoittavat, että monet vanhemmat ihmiset haluavat asua kotona niin kauan kuin se on mahdollista. Mahdollisuus asua kotona merkitsee mahdollisuutta elämänhallintaan ja oman elämäntyylin säilyttämiseen myös vanhuudessa (Saarenheimo 2005, 43). Gabriel ja Bowling (2004) tutkimuksessa 80:sta syvähaastattelusta 28 mainitsi, että oma koti tuotti mielihyvää. Jotkut tunsivat ylpeyttä siitä, että olivat saaneet asua kodeissaan monia vuosia.

Rowles (1978, 1983) ja Tuan (1977) Swensonin (1998) mukaan ovat esittäneet, että kiintymys kotiin on elintärkeä osa emotionaalista ja fyysistä terveyttä erityisesti vanhoille ihmisille. Kiintymys sisältää ikääntymisen fyysisiä, omaelämäkerrallisia ja sosiaalisia ominaisuuksia. Tällaisia ovat esimerkiksi aistikokemukset, muistot ja kotona tehtävät toiminnot. Kiintymys on vahva kannustin pitää yllä riippumatonta elämää tutussa kodissa. Koti on tavallisesti turvallinen paikka, puolustettu ja suojeltu. Ikääntyneet pitävät kotia paikkana, jossa saa olla rauhassa ja siellä on turvallinen olo. Vilkon (2006) mukaan koti ei ole vain paikka. Siihen liittyvät merkitykset hoitavat vanhusta ja meitä kaikkia (Nykänen 2007, 101).

O'Bryantin tutkimustulosten mukaan neljä keskeistä subjektiivista arvoa selittävät, miksi vanhat ihmiset ovat tyytyväisiä asumiseensa ja osoittavat kiintymistä kotiinsa, vaikka asunnon laatutaso olisikin heikko. Ensimmäinen näistä on perhesuuntautuminen. Koti on perheidentiteetin symboli ja perheen jatkuvuuden osoitus. Toiseksi kodin merkitys liittyy siihen, millaisia kustannuksia muutos aiheuttaisi. Taloudellisesti on suhteellisen edullista pysyä paikallaan, joten epäsopeva ja puutteellinenkin asuminen on säilynyt haluttuna. Kolmas subjektiivinen arvotekijä on kodin status-arvo elämän saavutuksena ja symbolina. Neljänneksi vanhat ihmiset kiinnittyivät koteihinsa voimakkaasti, koska kotiympäristö vahvistaa

selviytymisen tunnetta ja ylläpitää kykyä jatkaa tehokasta toimintaa kodin puitteissa (O'Bryantin 1982 ja 1983, Sarolan 1994, 122 mukaan).

Koti saa ikäihmisiltä erilaisia ja yksilöllisiä merkityksiä (Fogel 1992). Kodin yksilölliset merkitykset voivat kuvastaa käytöksen sopeutumista ja kotiympäristön muuntamista niin, että henkilö pysyy riippumattomana ja pystyy säilyttämään vuosien mittaan kehittyneen elämäntyylin. Koti saa myös uusia merkityksiä vanhana, koska se kompensoi yksilöllisesti vähenevää toiminnallista kapasiteettia. Tämä ilmenee erityisesti hyvin vanhoilla (Oswald ja Wahl 2005). Swenson (1998) on tutkinut kodin merkitystä. Tutkimukseen osallistui viisi vanhempaa naista, joiden iät olivat 75-87. Tulosten mukaan tutkittavien antamat merkitykset kodille, koostuivat kolmesta oleellisesta seikasta. Nämä ovat: koti on minuuden keskus, koti on huolenpidon keskus ja koti on alueen keskus. Lawton (1989) korostaa Oswaldin ja Wahlin (2005) mukaan kolmea tekijää, joilla on merkitystä ymmärrettäessä kodin merkitystä vanhuudessa. Nämä ovat ylläpito, stimulaatio ja tuki.

Koti saa vanhetessamme yhä suuremman merkityksen. Ikääntyessään ihmiset muuttuvat kotikeskeisimmiksi. Välitön kotiympäristö tulee tärkeämmäksi monesta eri syystä. Vanhana ihminen on saattanut elää samassa talossa tai samassa kaupungissa hyvin pitkän aikaa. Ikääntyneenä saattaa tulla liikuntarajoitteita, elinpiiri kaventuu ja kodin merkitys kasvaa (Nykänen 2007, 31 ja 41). Välitön kotiympäristö on vanhukselle primääri elintila siellä vietetyn ajan perusteella ja siellä myös tapahtuvat monet toiminnot (Oswald ja Wahl 2005). Merkitykselliset kokemukset syntyvät ikääntyneenä kodin piirissä. Kodin merkitys kasvaa muiden aiemmin keskeisten tilojen ja paikkojen kustannuksella. Kodin merkitykseen sitoutuu ja kiteytyy samalla menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus (Vilkko 1997, 177-178).

Kodin merkitykseen liittyy kaksiselitteisiä tunteita läpi elämän. Esimerkiksi vanhuksen koti voi olla rauhoittava, lohdullinen, tuttu paikka huolimatta siitä, että sen järjestyksen ylläpidosta on tulossa hankalaa ja kodista on tulossa jopa vaarallinen paikka. Koti voikin aiheuttaa levottomuutta (Oswald ja Wahl 2005). Koti voi olla vanhukselle myös loukku, josta ei ole ulospääsyä vanhuksen liikuntakyvyn huononnettua (Tedre 2006).

Kodin merkitys voi olla erilainen ikääntyneelle, kun hän vertaa lapsuuden kotiaan aikuisuuden kotiin tai eläkevuosiensa kotiin (Nykänen 2007, 25). Elämänkerroissa koti liittyy monella tapaa läheisiin ihmissuhteisiin, suojaan, turvaan ja hoivaan. Vanhusvaiheen koti on

usein paikka, joka ensin tyhjenee lasten lähtiessä, mutta saa vähitellen uusia merkityksiä. Näistä keskeisimpiä ovat erilaiset vuorovaikutustilanteet, lasten vierailut ja juhlapäivät sekä erilaiset harrastukset, jotka kuvataan tapahtuvaksi kotona (Vilkkö 1997, 178).

Koti ei olekaan muuttumaton. Koti on sidoksissa aikaan ja sosiaalisten ympäristöjen muutokseen. Koti on joustava muodostelma. Se muuttuu ja muokkautuu elämänkulun taitekohdissa ja muuttojen yhteydessä (Vilkkö 2000). Vanheneminen kyseenalaistaa sitä ihannemallia, mitä meillä kodista on. Kaikki eivät halua vaalia aiemman elämän muistoa paikkaa vaalimalla esimerkiksi leskeytymisen jälkeen. Vanhuuden myötä voi kodin merkitys muuttua. Puolison olemassa olo, ikääntyneen toiminnallisuus ja terveystilanne vaikuttavat kaikki kodin merkitykseen (Fogel 1992). Kodin merkitykset elävät ja muotoutuvat uudelleen perheen elämäntilanteen muuttuessa (Saarenheimo 2005, 43). Tärkeämpää kuin paikka, saattaa olla se, että kykenee tekemään itselleen rakkaita asioita paikasta huolimatta (Vilkkö 2006). Ympäristöpsykologia ja gerontologia molemmat uskovat, että kodin merkitykseen vanhuksille yhdistyy puolia fyysisistä, sosiaalisista ja persoonallisista siteistä, käytöksellisillä, kognitiivisillä ja tunteellisilla tasoilla. (Oswald ja Wahl 2005). Vaikka kotiin sisältyy vanhenemisen myötä epävarmuutta sekä äkillisiä, satunnaisia ja muutoksia sisältäviä tapahtumia, kodin pysyvyys on jossakin mielessä varmaa. (Vilkkö 1997, 172-173).

5. MUUTTO KOKEMUKSENA

Elämänmuutosten eräs merkitys on se, että ne jäsentävät aikaa. Ne muodostuvat usein kiinnekohdiksi tarkasteltaessa ihmisen elämää taaksepäin. Jotkut muutokset saattavat jopa muodostua päämääriksi. Elämänmuutokset myös tekevät elämän yksilölliseksi. Voimme kehittää niiden myötä tilanteiden hallintaa. Samalla ne lisäävät yksilön valmiutta selvittää elämän asettamista haasteista. Elämänmuutokset tarjoavat myös mahdollisuuden persoonallisuuden kehittymiseen.

Useat tutkimukset ovat osoittaneet muutolla olevan negatiivisia seurauksia. Tällaisia ovat esimerkiksi kuolleisuuslukujen kasvu, masentuneisuus, stressi ja alentunut elämään tyytyväisyys (Koskinen ym. 1998, 219). Kodista muuttamisen myötä syntyvä kodin tunnun murtuma tai puute ei liity vain yksilön omaan kokemukseen. Se uhkaa myös sosiaalisen toiminnan perusteita (Vilkko 2000). Muutto uuteen asuinympäristöön merkitsee usein ihmissuhteiden katkeamista, ainakin hetkellistä toimintakyvyn alenemista ja samalla voimavarojen kulumista (Koskinen ym. 1998, 219). Lisäksi vaikutuksia on ollut ainakin pitkäikäisyydelle ja yleiselle vanhuksen hyvinvoinnille (Parviainen 1996, 19). Vaikka usein muuton yhteydessä huomioidaan vain negatiiviset seuraukset, uuteen ympäristöön muutto voi aiheuttaa myös positiivisiksi koettuja muutoksia. Se sisältää esimerkiksi mahdollisuuksia uudenlaisen sosiaalisen toiminnan ja kanssakäymisen muotoihin (Vilkko 2000).

Tilan, kodin tai asunnon kokemiseen liittyy aina tunne, joka on joko positiivinen tai negatiivinen (Korosec-Serfaty 1985, 67-68). Ihmisen edellinen ympäristö ja kokemukset vaikuttavat ihmisen reagointiin uuteen ympäristöön. Täten aikaisemmalla ympäristöllä on merkitystä. Muuton kokemisessa on ratkaisevaa myös se, onko muutto ennaltaehkäisevä, vapaaehtoinen vai pakotettu (Parviainen 1996, 19).

Ikääntyneillä eläkeläismuuttajilla perhe, elämäntapa ja elämänsisältö ovat muokkautuneet tiettyyn tyyliin. Kun tällaisessa tilanteessa olevat henkilöt muuttavat, muuttuvat heidän elinympäristönsä ja elämäntapansa. Parhaiten selviävät ne henkilöt, joiden elämän ulkoinen ja sisäinen hallinta ovat järjestyksessä (Hunnakko ja Palm 2002, 13). Mikäli muutokset tapahtuvat muuttuvassa elämäntilanteessa, esimerkiksi ihmisen jäädessä eläkkeelle, tämä voi helpottaa muutosta tai aiheuttaa liikaa ylitsepääsemättömiä muutoksia. Usein muuttaminen uuteen kotiin on vain yksi samalle aikajaksolle sijoittuvista isoista muutoksista (Nykänen

2007, 30). Jos ikäihmisen aiempi koti on koettu työlääksi hoitaa ja pitää yllä, voi uuteen kotiin muuttaminen olla mielekästä ja helpottavaa (Nykänen 2007, 18).

Yksilön resursseina muutettaessa ovat hänen persoonalliset ominaisuutensa ja ympäristöstä saatu sosiaalinen tuki. Muuton vaikutukset voivat ilmetä joko fysiologisina, psykosomaattisina, psykologisina, emotionaalisina tai käyttäytymisreaktioina. Muuttoon liittyvien muutosten hallinta on helpompaa, jos henkilö on tottunut muuttamaan (Korkiasaari 1986, 43-44).

Kodin merkitys on iso tekijä muutettaessa toiseen paikkaan. Muutto vanhana tapahtuu kodista uuteen kotiin, tuettuihin asumisoloihin tai laitokseen. Muutto voi tapahtua ihmisen ollessa hyvässä kunnossa tai kun hänelle tulee toiminnanvajavuuksia. Kodin merkitys vaikuttaa päätökseen muuttaa. Oswald ja Wahl (2005) toteavat Rowlesiin & Ravdaliin (2001) ja Rowlesin & Watkinsin (2003) viitaten, että muutto uuteen kotiin aloittaa prosessin, jossa muodostuu uuden paikan merkitys.

Muutto tavaroiden siirtämisenä ja paikoilleen asettamisena on ohimenevä vaihe. Varsinainen asettuminen ja tilan haltuunottaminen on pitempikestoisempi prosessi. On mietittävä suhtautumistaan uudensuunlaiseen fyysiseen tiloihin ja sosiaalisiin käytänteisiin (Vilkko 2000). Oksan (2002) tutkimukseen viitaten Nykänen (2007, 30) kirjoittaa, että osa Oksan tutkimusta varten haastatelluista ikääntyneistä oli tuonut ilmi, ettei muuttaminen ollut vaikuttanut heidän käsitykseensä kodin merkityksestä. He olivat onnistuneet luomaan kodin tunnun uuteen kotiinsa.

Ikääntynyt tarvitsee kuitenkin nuorta enemmän aikaa sopeutua uuteen asuinympäristöön, vaikka uusi koti olisi parempi ja turvallisempi kuin se, josta ikääntynyt muuttaa (Nykänen 2007, 31, Hooymanin ja Kiyakin 1999 mukaan). Monissa muuttoja koskevissa tutkimuksissa on tultu siihen tulokseen, että vanhat ihmiset eivät sopeudu heti uuteen ympäristöön. Tutkimusten mukaan stressaava kokemus lisää kuolleisuutta (Parviainen 1996, 23). Paikkasuhteen luominen uuteen kotiin voi olla vaikeaa ikääntyneelle. Uusi koti on usein aikaisempaa kotia pienempi ja siellä ei ole tilaa kaikille rakkaille tavaroille. Iäkkäänä muutetaan ilman perhettä, ehkä kuitenkin puolison kanssa (Nykänen 2007, 30).

Ikääntyneiden muuttaminen on helpompaa ennestään tutulle alueelle. Lähiympäristö on ennestään tuttua ja sen fyysiset ominaisuudet tunnetaan. Näin ulkona on turvallista liikkua ja kanssakäyminen on mahdollista ennestään tuttujen ihmisten kanssa (Elo 2006, 61-62). Muutto uuteen paikkaan ei ole kuitenkaan koskaan ongelmaton. Kotiin liittyvät hyvinvointia tukevat tekijät, kuten kotiin liittyvä elämänhistoria, tunteet ja muistot, osaltaan vahvistavat kotiin kiintymistä.

6. TUTKIMUKSEN TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimuksen tavoitteena on saada uutta tietoa siitä, kuinka ikääntyvät ovat kokeneet muuton taajamiin ja kaupunkeihin.

Tutkimustehtävänä on saada vastaus seuraaviin kysymyksiin

- 1) Minkä tekijöiden vuoksi ikääntyvä on muuttanut maalta taajamaan tai kaupunkiin?
- 2) Ikääntyvän kokemukset muutosta taajamaan tai kaupunkiin

7. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

7.1 Tutkimuksen menetelmälliset lähtökohdat

7.1.1 Laadullinen tutkimusmenetelmä

Valitsin tutkimukseen laadullisen tutkimusmenetelmän, koska pyrin saamaan esille ihmisten todelliset kokemukset ja tunteet tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta. Vain täten oli mahdollista ymmärtää ja tulkita ihmisten todellisuutta. Vasta ymmärrettyäni ihmisten todellisuuden voi yrittää kuvata ja selittää sitä. Määrällisellä tutkimusmenetelmällä olisi voitu ryhmitellä syitä ja seurauksia eri kategorioihin saamatta syvempää, kokemuksellista tietoa ilmiön takaa. Emme juurikaan tiedä vanhusten muuttokokemuksista ja laadullisen tutkimusmenetelmän avulla oli mahdollista vastata tähän tiedontarpeeseen.

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmä on käyttökelpoinen esimerkiksi silloin, kun aihepiiri on tuntematon. Laadulliset menetelmät sopivat myös silloin, kun ilmiötä tarkastellaan juuri sellaisena kuin asianosaiset sen näkevät ja kokevat. Tutkimuksessa tutkitaan ilmiötä tutkimukseen osallistuvien omasta näkökulmasta. Laadullinen tutkimus keskittyy ensisijaisesti tutkittavan ilmiön laatuun, ei sen määrään.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavien joukko on pieni. Osallistujat on oltava sellaisia henkilöitä, joilla on tietoa tutkittavasta asiasta (Tuomi ja Sarajärvi 2006, 87-88). Osallistujien on lisäksi oltava halukkaita kertomaan kyseisestä asiasta tutkijalle. Osallistujat valitaan usein harkinnanvaraisesti (Åstedt-Kurki ja Nieminen 1997, 155). Valitut tapaukset pyritään analysoimaan mahdollisimman perusteellisesti (Eskola ja Suoranta 2003, 18).

Laadullisessa tutkimuksessa aineisto voi pelkistetyimmillään olla aineistoa, joka on ilmiasultaan tekstiä. Aineisto voi olla syntynyt tutkijasta riippuen tai tutkijasta riippumatta. Aineistona voi olla haastattelut, havainnoinnit, henkilökohtaiset päiväkirjat, omaelämäkerrat, kirjeet, muuta tarkoitusta varten tuotettu kirjallinen ja kuvallinen aineisto tai äänimateriaali (Eskola ja Suoranta 2003, 15).

Laadullisessa tutkimuksessa voidaan lähteä liikkeelle mahdollisimman puhtaalta pöydältä ilman ennakoasettamuksia tai määritelmiä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa puhutaankin aineistolähtöisestä analyysistä. Se tarkoittaa pelkistetyimillään teorian rakentamista empiirisestä aineistosta lähtien, ikään kuin alhaalta ylös (Eskola ja Suoranta 2003, 19). Laadullisen tutkimuksen keskeinen ominaispiirre onkin induktiivinen päättely. Induktiivinen päättely on juuri sitä, että tehdään havaintoja yksittäisistä tapahtumista ja nämä yhdistetään sitten laajemmaksi kokonaisuudeksi. Päättely on aineistolähtöistä (Kylmä ja Juvakka 2007, 22).

Laadullisessa tutkimuksessa tutkijalla ei ole ennako-olettamuksia tutkimuskohteesta tai tutkimuksen tuloksista. Kuitenkin kaikkiin havaintoihimme vaikuttavat aina aikaisemmat kokemuksemme. Näiden kokemusten ei kuitenkaan saa antaa rajata tutkimuksessa tehtäviä toimenpiteitä. Tutkijan on tiedostettava ja otettava huomioon tutkimuskohteestaan muodostamansa ennako-oletuksensa tutkimusta tehdessä. Tiedostettuaan esioletuksensa, tutkijan on sulkeistettava esioletuksensa pois, ettei se vaikuta analyysin tekoon. Laadullisessa analyysissä tutkijan pitäisi yllättyä tai oppia tutkimuksen kuluessa. Aineiston avulla tutkija voi löytää uusia näkökulmia, ei vain todentaa ennalta epäilemiään (Eskola ja Suoranta 2003, 19-20).

7.1.2 Fenomenologis-hermeneuttinen lähestymistapa

Tutkimuksen lähestymistavaksi valitsin fenomenologis-hermeneuttisen lähestymistavan, koska halusin kuvata ihmisten kokemuksia. Toivoin saavani tutkimuksen tulokseksi ihmisten kokemuksista analyysin avulla koostettua aitoa tietoa tutkittavasta ilmiöstä.

Sananmukaisesti fenomenologia tarkoittaa oppia ilmiöstä. Fenomenologian tavoitteena on kuvata, miten ihmiset kokevat tutkimuksen kohteena olevan ilmiön. Fenomenologisessa tutkimuksessa annetaan osallistujien kertoa omalla tavallaan tutkimuksen kohteena olevaan ilmiöön liittyvistä kokemuksistaan (Åstedt-Kurki ja Nieminen 1997, 152 ja 156). Van Manen (1978) toteaa Fieldin ja Morse (1985, 42-43) mukaan, että fenomenologiassa kysytään, miltä tietty kokemus tuntuu. Tutkimalla kokemusten laatua, päädytään niiden ydinsisältöihin. Fenomenologia ei yllä koskaan päätelmiin. Fenomenologia on kuvaileva tutkimustapa, jonka tavoitteena on tunnistaa käyttäytymisen ydin. Se ei tavoittele teorioiden

tai mallien muodostamista, eikä yleistyksien kehittämistä. Fenomenologisen tutkimuksen lähtökohtana on, että tutkittavan ilmiön tarkasteleminen osina ei ole hyödyllistä. Ihmisen kokemuksen saa esille vain ilmiötä kokonaisuutena tarkastelemalla.

Fenomenologiassa kokemus hyväksytään sellaisena kuin se on yksilön tietoisuudessa. Fenomenologian lähtökohta on, että ei ole olemassa etukäteen asetettuja määritelmiä, odotuksia tai teoriakehikkoja, jotka ohjaisivat tutkijaa analysointivaiheessa ja sitä suunnitellessaan (Field ja Morse 1985, 42-43).

Tuomi ja Sarajärvi kirjoittavat (2006, 34-35), Heikkiseen & Laineeseen (1997) ja Laineeseen (2001) viitaten, että tulkinnan tarve tuo hermeneuttisen ulottuvuuden mukaan fenomenologiseen tutkimukseen. Hermeneuttinen ymmärtäminen tarkoittaa ilmiöiden merkityksen oivaltamista. Hermeneutiikan kaksi muuta avainkäsitettä ovat esiyymmärrys ja hermeneuttinen kehä. Ymmärtäminen on aina tulkintaa ja kaiken ymmärtämisen pohjana on aiemmin jo ymmärretty. Ymmärtämisen perustana on aina esiyymmärrys, se miten kohde ymmärretään ennestään. Yymmärrys etenee kehämaisesti niinkutsuttuna ”hermeneuttisena kehänä”.

7.2 Aineiston hankinta

Keräsin tutkimuksen aineiston kirjallisessa muodossa. En halunnut kuitenkaan käyttää mitään valmista, esimerkiksi lehdissä julkaistua, tekstiä. Halusin päästä aineistossa mahdollisimman lähelle ja syvälle tutkittavassa ilmiössä, koska olin kiinnostunut nimenomaan ihmisten kokemuksista. Päätin yrittää tutkimuksen aineistohankinnassa harvinaisempaa tapaa. Laadin pyynnön, jossa kehoitin ikääntyviä kirjoittamaan tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta. Pyyntö julkaistiin paikallisessa ilmaisjakelu-lehdessä. Valitsin ilmaisjakelulehden julkaisukanavaksi, koska kaikilla oli tasapuolinen mahdollisuus saada se käsiinsä, eikä ilmaisjakelulehti ole sosiaaliluokkasidonnainen samalla tavalla kuin maksulliset lehdet.

Pyyntö julkaistiin Etelä-Pohjanmaa-lehdessä 16.1.2008 (liite 1). Kyseinen lehti jaetaan ilmaisjakeluna keskiviikkoisin. Perusjakelujen määrä on 42 500 kpl ja pistejakelujen määrä n. 700 kpl. Lehti ilmestyy Ylistarossa, Lapualla, Seinäjoella, Nurmossa, Ilmajoella, Kurikassa ja Jalasjärvellä. Näistä Lapua, Seinäjoki ja Kurikka ovat kaupunkeja. Näin ilmoitus saatiin

tiedoksi sekä maaseutu- että kaupunkipaikkoihin. Minulle tutkijana oli helpompi, että kirjoitukset tulivat tutulta alueelta. Näin oli helpompaa selvittää, mistä minne (maalta vai taajamasta, taajamaan vai kaupunkiin) kukin osallistuja oli muuttanut ja ymmärsin paremmin heidän kertomiaan asioita, kun paikat olivat tuttuja. Lehti-ilmoituksen lisäksi kirjoituspyyntöä jaettiin paikallisessa Ikäkeskuksessa, vanhusten käsityöpiirien kokoontumispaikalla, eri eläkeläisjärjestöjen ja vanhusten kirjoituspiirien kautta. Lisäksi jaoin sitä myös omien sosiaalisten verkostojeni kautta.

Laadin kirjoituspyynnön mahdollisimman avoimena, ettei se rajaisi liikaa aineiston saantia ja mahdollisimman monella ikääntyvällä olisi mahdollisuus kirjoittaa. Näin pyrin varmistamaan sen, että saisin ilmoituksella ohjeelliset kymmenen kirjoitusta. Tarvittaessa voisin rajata analyysivaiheessa saamastani aineistosta mukaan tutkimukseen esimerkiksi vain taajamiinmuuttajat tai kaupunkiinmuuttajat. Rajasin iän koskemaan yli 65-vuotiaita. Mielestäni tämä ikä oli mielekäs ikäraja, koska silloin muuttaminen voi tulla ajankohtaiseksi ihmisen jäädessä eläkkeelle. Oleellisinta oli löytää tutkimukseen riittävästi osallistujia. Heillä oli oltava kokemusta tutkittavasta ilmiöstä ja heidän oli oltava halukkaita kertomaan kokemuksistaan (Åstedt-Kurki ja Nieminen 1997, 155).

Aikarajan kirjoituksen kirjoittamiseen rajasin viideksi viikoksi lehti-ilmoituksen julkaisemisesta. Aika ei saanut olla liian pitkä, ettei asia unohtuisi, mutta sen oli oltava tarpeeksi pitkä, että osallistujat ehtivät miettiä, mitä kirjoittavat ja että he ehtivät kirjoittaa tekstinsä harkiten ja rauhassa. Kirjoituspyyntöjä jaettaessa muiden tahojen kautta, annoin aina kirjoitusaikaa muutamia viikkoja. Aineiston keräsin tammikuun 2008 ja toukokuun 2008 välillä.

7.3. Tutkittavien kuvailu

Tutkimusaineisto koostui 20:sta kirjoitelmasta, joista 17:ta kirjoitelmaa voin aineistoksi käyttää. Kirjoittajista kolme oli muuttanut alle 65-vuotiaana eli he eivät kuuluneet tutkimusjoukkoon. Kirjoittajien iät olivat kirjoitushetkellä 65-96 vuotta, keskiarvon ollessa 77,5 vuotta. Muuttohetkellä he olivat olleet 60-87 vuotta, keskiarvon ollessa 72,8 vuotta. Yksi aineistoon hyväksytyistä kirjoittajista oli ollut muuttohetkellä 60-vuotias, mutta hän kertoi omistaan ja puolisonsa kokemuksista muutosta. Puoliso oli muuttohetkellä ollut yli 65-

vuotias, joten hyväksyin tämän kirjoituksen aineistoon. Kirjoittajista naisia oli 14 ja miehiä 3. Muuttajista 10 muutti yksin. Yhdessä puolison kanssa muutti 7 kirjoittajaa.

Muutoista suurin osa tapahtui Etelä-Pohjanmaalla, mutta mukana oli muuttajia myös muualta Suomesta. Muutoista yhdeksän suuntautui maalta kirkonkylään, muutoista seitsemän suuntautui maalta kaupunkiin ja yksi muutto suuntautui maaseutumaisesta pikkukaupungista isompaan kaupunkiin. Muuttomatkan pituudet vaihtelivat alle kymmenestä kilometristä useisiin satoihin kilometreihin. Muutosta kulunut aika vaihteli neljästä kuukaudesta 24:ään vuoteen.

Yksi kirjoittajista halusi kertoa valmiiksi miettimänsä kokemuksensa muutosta suoraan minulle. Kirjasin asiat ylös ja lähetin tekstin hänelle vielä luettavaksi mahdollisia korjauksia ja lisäyksiä varten. Aineistossa käytin siis tämän tutkimukseen osallistuneen henkilön tarkistamaa tekstiä. Vanhin tutkimukseen osallistuja, 96-vuotias, ei pystynyt enää juurikaan kirjoittamaan. Hän oli toivonut tyttärensä kirjaavan äitinsä kokemukset suoraan puheesta ja näin oli toimittu.

7.4. Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin sisällönanalyysin avulla. Ensimmäisessä vaiheessa luin aineistoa läpi useita kertoja. Keskityin pelkkään lukemiseen, enkä vielä tehnyt aineistoon merkintöjä. Toisessa vaiheessa luin aineistoa läpi samalla alleviivaten eri väreihin tutkimustehtävien suuntaisia lauseita ja sanoja. Tässä vaiheessa huomasin, että aineistosta oli mahdotonta saada vastausta kolmanteen tutkimustehtävään eli siihen, miten ikääntyvien elämä oli muuttunut muuton myötä. Saadakseni vastauksen tähän tehtävään, minun olisi pitänyt saada tarkat tiedot siitä, millaista ikääntyvän elämä oli ollut ennen muuttoa ja sen jälkeen tai sitten heidän olisi pitänyt itse tarkasti selvittää, miten elämä on muuttunut. Laadullisessa tutkimuksessa on mahdollista muokata tutkimustehtäviä tutkimuksen kuluessa, joten poistin kolmannen tutkimustehtävän.

Kolmannessa vaiheessa poimin tekstistä tekemieni alleviivausten perusteella lauseita ja sanoja sekä ryhmittelin niitä eri luokkiin samanlaisuutensa ja erilaisuutensa perusteella. Neljännessä

vaiheessa yhdistelin luokkia isompien otsakkeiden alle ja loin samalla isompien otsakkeiden alle alaluokkia omine otsakkeineen.

Seuraavassa vaiheessa mietin teemoja, jotka nousivat luokittelun perusteella. Teemoittelin luokittelun ja loin samalla eri teemoihin sopivia alateemoja. Nämä saattoivat olla osia teemoista tai saman teeman ”vastakkaisia puolia”, negatiivisia ja positiivisia teemoja. Lopuksi kirjoitin saamani tulokset paperille ja kokosin jokaisen teeman ja sen alateeman alle siihen sopivia tekstikatkelmia. Tekstikatkelmia olin käyttänyt apunani koko ajan luokittelun ja teemoittelun aikana. Niiden avulla varmistin luokkien ja teemojen oikeellisuuden ja samalla varmistin sen, että kukin isompi otsake oli pätevä jokaiseen allaan olevaan tekstikatkelmaa ja että alaluokkien nimeäminen oli johdonmukaista. Samalla varmistin, että luokat sulkiivat toisensa pois.

Teemoittelun aikana huomasin, että alkuperäiseen toiseen tutkimustehtävään, miltä muutto ikääntyvästä itsestään on tuntunut, oli mahdotonta saada vastausta. Muotoilinkin kyseisen tutkimustehtävän uudelleen niin, että se kuvasi paremmin sitä, mitä aineistosta hain. Uusi muoto tällä tutkimustehtävälle oli ”Ikääntyvien kokemukset muutosta taajamiin ja kaupunkeihin”. Alunperin olin ajatellut, että tähän tutkimustehtävään haluan tutkimuksella vastauksen, mutta tutkimustehtävä oli epähuomiossa jäänyt muotoilultaan huonoksi.

Sisällönanalyysillä tarkoitetaan kerätyn aineiston tiivistämistä niin, että tutkittavia ilmiöitä voidaan lyhyesti ja yleistettävästi kuvailla tai että tutkittavien ilmiöiden väliset suhteet saadaan selkeinä esille. Sisällönanalyysissa on tärkeää, että tutkimusaineistosta erotetaan samanlaisuudet ja erilaisuudet. Aineistoa kuvaavien luokkien tulee olla toisensa poissulkevia ja yksiselitteisiä. Luokat voivat sisältää alakategorioita. Sisällönanalyysissa huomioidaan aineistossa esille tulevat merkitykset, tarkoitukset ja aikomukset, seuraukset sekä tekijöiden yhteydet (Latvala ja Vanhanen-Nuutinen 2001, 23). Sisällönanalyysin suorittamisen jälkeen aineisto on järjestetty niin, että siitä voidaan tehdä johtopäätöksiä.

Analyysissa lähtökohta oli induktiivinen. Siinä ajattelu etenee yksityiskohdasta yleiseen (Tuomi ja Sarajärvi 2006, 95 ja 97). Analyysia ohjaavat tutkimukset tarkoitus ja kysymyksenasettelu (Kylmä ja Juvakka 2007, 113). Induktiivisella analyysillä pyrin uuden tiedon tuottamiseen.

8. TUTKIMUKSEN TULOKSET

8.1. Tutkimustulosten esittäminen

Tutkimuksen tulokset olen käynyt läpi ensin tiivistelmänomaisesti kappaleessa päätulokset. Päätulokset on kirjoitettu kursiivilla. Tämän jälkeen käyn tutkimuksen tulokset läpi tutkimustehtävä kerrallaan. Muuttokokemuksia tarkastellessani luon ensin yleiskatsauksen siihen, miten ikääntyvät ovat muuton kokeneet. Tämän jälkeen tarkastelen kokemuksia tarkemmin.

Tutkimuksen tulokset olen esittänyt kirjoittamalla jokaisen teeman aluksi lyhyesti jotakin yleistä kyseisestä temasta. Tämän jälkeen olen tehnyt suoria lainauksia tutkimukseen osallistuneiden kirjoituksista. Nämä tekstit olen kirjoittanut *kursivoisin* kirjaimin. Lainaukset olen kirjoittanut juuri niin kuin kirjoittaja itse on sen kirjoittanut. ...merkki lauseen alussa tai lopussa kuvaa sitä, että lainaus ei ala lauseen alusta tai lopu sen loppuu. -- merkki lainauksissa kuvaa sitä, että olen ottanut sanoja tai lauseita pois sanojen tai lauseiden välistä. Joistakin lainauksista olen poistanut paikkakuntien nimiä ja korvannut ne esimerkiksi ”kotipaikkakunta”-sanalla. Samoin olen poistanut joitakin muita tietoja, joista joku voisi tutkimukseen osallistujan tunnistaa. Näin olen pyrkinyt tutkittavien anonymiteetin säilymiseen. Anonymiteetin säilymiseen olen pyrkinyt myös sillä, että en ole laittanut lainausten perään mitään koodeja kertomaan siitä, monesko tutkimukseen osallistuja on kyseessä ja onko kyseessä nainen vai mies.

Tutkimustuloksia esittäessä pohdin samalla saamiani tuloksia. Mielestäni näin on loogista toimia, koska näin toimien välttämisen asioiden uudelleen esille ottamiselta myöhäisemmässä vaiheessa.

8.2. Päätulokset

Tutkimuksessa nousi esiin tärkeimpänä ikääntyvien muuttojen syynä *Ikääntyvän sosiaaliset suhteet*. Ikääntyvät muuttivat saadakseen tai parantaakseen sosiaalisia suhteitaan. Merkittävänä muuton syynä oli ikääntyvien halu saada omat asiansa hoidettua itsenäisesti ja

helposti - *Ikääntyvän itsenäinen selviytyminen*. Kolmantena syynä oli *Ikääntyvän valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen*. Asumismuodosta johtuen ikääntyvillä oli tai alkoi olla ongelmia. Neljäntenä syynä ikääntyvien muutoille oli *Jatkuvuus*. Jotkut ikääntyvät muuttivat pois maalta, että seuraava sukupolvi sai jäädä tai tulla asumaan kotipaikalle tai –tilalle.

Muuttokokemukset jakautuvat kahteen teemaan, jotka olivat *Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset ja Asuinympäristöön liittyvät kokemukset*. Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset liittyivät sosiaalisiin suhteisiin. Asuinympäristöön liittyvät kokemukset liittyivät asumismuotoon ja –paikkaan sekä palveluihin ja harrastuksiin.

8.3. Muuton motiivit ja niiden pohdinta

Muuttamisen motiiveja tutkiessani, olen ottanut analyysiin mukaan sekä muuttamisen syyt että myötävaikuttaneet tekijät. Otin ne molemmat analyysiin mukaan, koska joissakin tapauksissa oli vaikea erottaa, mikä oli lopulta muuttamisen syy ja mikä myötävaikuttava tekijä. Hyvin usein onkin niin, ettei ikääntyvä muuta minkään tietyn yksittäisen syyn vuoksi, vaan joku syy voi olla vain merkityksellisempi kuin toinen, mutta usein syitä ja vaikuttimia on useita. Myös Korkiasaaren ja Söderlingin (2007, 254) mukaan muutto onkin seuraus monen tekijän yhteisvaikutuksesta.

Olen ryhmitellyt muuttamisen motiivit neljään eri teemaryhmään. Nämä teemaryhmät ovat *Ikääntyvän sosiaaliset suhteet*, *Ikääntyvän itsenäinen selviytyminen*, *Ikääntyvän valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen* sekä *Jatkuvuus*. Useisiin näistä teemaryhmistä liittyy myös alakategorioita.

8.3.1. Ikääntyvän sosiaaliset suhteet

Kirjoituksista nousi esiin selkeimmin ikääntyvien muuton syynä sosiaaliset suhteet. Ikääntyvät muuttivat saadakseen tai parantaakseen sosiaalisia suhteitaan. Korkiasaari ja Söderling (2007, 240) käyttävät tällaisesta muutosta termiä tavoitemuutto. Tutkimukseeni osallistuneiden päämäärä tällaisessa muutossa oli se, että he löytäisivät seuraa kirkonkylästä

tai kaupungista. Tällainen muutto on vapaaehtoista ja siinä korostuu aktiivinen ote. Kukkosen (1993) mukaan kokemus tällaisesta muutosta onkin usein todennäköisesti myönteinen. Tämä teemaryhmä jakautui neljään pienempään alateemaan.

8.3.1.1. Mahdollisuus saada seuraa

Monet ikääntyvät muuttivat taajamaan tai kaupunkiin, koska heillä ei ollut enää seuraa kotipaikallaan. He kokivat yksinäisyyttä tai ainakin seuran puutetta. Monet ikääntyvät tiedostivat, että taajamiin ja kaupunkeihin muuttaa paljon vanhempia ihmisiä, joten he tiesivät löytävänsä sieltä seuraa.

Omalla kohdallani tilanne on sellainen, että kotikylällä ei juurikaan enää vanhuksia asu, vaan lähes kaikki muutkin ovat muuttaneet kirkonkylään. -- Kirkonkylässä on paljon enemmän tuttuja, eikä tarvitse kärsiä yksinäisyydestä. -- Yksinäisyys on paha ongelma vanhuksille. Sitä voi itse vaikuttaa, kärsiikö siitä vaiko ei...

Työelämässä olin ollut paljon ihmisten kanssa tekemisissä, eläkkeelle jäätyä tuntui joskus yksinäiseltä kun miehelläni oli vielä omat työnsä. Maaseudulla ei enää olla kovin paljon tekemisissä naapureiden kanssa, jokainen elää omaa elämäänsä.

”Piiri” kotikaupungissani oli niin pientä, kun ei päässyt liikkumaan, eikä rivitalossa ollut oikein samanhenkistä seuraa.

8.3.1.2. Etäisyys puolisoon, lapsiin tai lastenlapsiin

Ikääntyvien muuttojen sosiaalisissa syissä toinen ryhmä olivat muuttajat, jotka olivat muuttaneet asuakseen lähempänä puolisoaan, lapsiaan tai lastenlapsiaan. Sosiaalisten verkostojen merkitys tulee tässä selvästi esille. Korkiasaaren (1991, 117) mukaan yhtenä tärkeimpänä maassamuuton syynä onkin juuri perhesuhteisiin liittyvät syyt.

Useat ikääntyvät muuttavat sellaiseen paikkaan, jossa tietävät saavansa palvelua ja apua (tavallisesti lapsiltaan) tarvitessaan. Kirjallisuuskatsauksessa tuli esille, että Litwak ja

Longino (1987), Linin (1997) mukaan, näkevät kolme vaihetta vanhusten muutoissa. Yksi niistä on juuri muutto lähelle sukua vanhenemiseen valmistautumisena.

Pääasiallinen syy muuttoon oli se, että puolisoni on hoidossa kirkonkylässä sijaitsevan terveyskeskuksen ”sairasosastolla” -- ja kulkemiseni terveyskeskukseen on paljon helpompaa, kun matka on lyhyt.

Lähdin tyttärenti perheen luo... -- Surussani (puoliso kuollut) auttoi, ettei tarvinnut olla yksin. Pari alle kouluikäistä tyttären tytärtä pitivät huolen, että mummulla oli mielekästä tekemistä.

Lisäksi tyttäreni suositteli kaupunkiin muuttoa koska hän asuu lähellä nykyistä asuntoamme, ja tarvittaessa voisi auttaa.

8.3.1.3. Läheisten säästäminen huolelta

Jotkut ikääntyvät muuttivat sen vuoksi, että halusivat säästää läheisiään huolelta. He tiesivät läheistensä murehtivan heidän pärjäämistään iän karttumisen myötä ja uusi asuinpaikka vähensi tarvetta murehtia. Eräessä tapauksessa ikääntyvä muutti juuri lastensa toiveesta, ettei heidän tarvitsisi murehtia vanhempansa selviämistä yksin isossa omakotitalossa.

-- enkä halua olla kenenkään murehdittavana yksin.

Tyttäret pelkäsivät pärjäämistä ja hommasivat asunnon.

8.3.1.4. Avioero

Muutama tutkimukseen osallistuja muutti avioeron vuoksi.

Nyt olen yksin – mies jäi kotitalolle asumaan.

8.3.2. Ikääntyvän itsenäinen selviytyminen

Merkittäviä muuton syitä olivat syyt, joissa korostuivat ikääntyvän halu saada omat asiansa hoidettua itsenäisesti ja helposti. Tähän ryhmään kuuluu yksi alateema.

8.3.2.1. Helppous palvelujen saatavuudessa

Merkittävänä muuton syynä oli ikääntyvän halu saada helposti palveluita. Korkiasaaren ja Söderlingin (2007, 240) mukaan tällainen muutto on pakkomuuttoa. Tutkimukseen osallistuneiden kohdalla lähtöalueen ”työntävä” tekijä oli palvelujen loppuminen muuttajien kotipaikoilta. Nämä tekijät olivat ensisijaisia kohdealueen ”vetäviin” tekijöihin verrattuna. Kukkosen (1993) mukaan tällöin kokemus muutosta ei välttämättä ole positiivinen.

Itäpuiston (1999, 18) mukaan, kun ihmisiltä kysytään muuttamisen syitä, korostuu vastauksissa helposti näkemys kyvystä hallita omaa elämäänsä. Yksittäinen ihminen ei useinkaan näe syy-yhteyttä yhteiskunnan kehityksen ja muuton välillä. Siksi muuttaminen usein nähdään vain muuttavan ihmisen omasta näkökulmasta. Tällaisesta tilanteesta on kysymys niiden tutkimukseen osallistujieni kohdalla, jotka muuttivat palvelujen perässä. Roosin (1988, 206-208) mukaan omaa mahdollisuutta päättää elämäntilanteen muutoksista voidaan kutsua termillä ulkoinen hallinta. Tällöin ihminen suurin piirtein pystyy ohjaamaan elämäänsä ilman, että monetkaan ulkopuoliset tekijät vaikuttavat siihen. Kuitenkin yksittäisen ihmisen elämän ulkoinen hallinta on eräänlaista harhakuvaa. Yhteiskunnallisessa tilanteessa tapahtuvat muutokset vaikuttavat kuitenkin huomattavasti muuttoihin. Tällöin ihmisen omalla muuttohalukkuudella ei niinkään ole merkitystä. Nykyisen yhteiskunnan monimutkaistuessa voidaan sanoa, että elämän ulkoinen hallinta on käynyt entistä vaikeammaksi (Itäpuisto 1999, 18). Tutkimuksessa tämä tuli esille esimerkiksi juuri maaseudulta taajamiin tai kaupunkiin palvelujen perässä muuttaneiden kohdalla. Maaseudun palvelujen supistumisessa on paljolti takana Koivukankaan (1999, 5) mukaan maatalouden rakennemuutos ja maatalouden ongelmat EU-Suomessa. Kun väestö edellä mainituista ongelmista johtuen muuttaa pois maaseudulta, palvelut maaseudulla heikkenevät. Myös Lemposen (2001) tutkimuksessa tuli ilmi, että kunnan keskusta on pakko muuttaa, jos kylissä ei ollut enää julkisia tai yksityisiä palveluja jäljellä ja jollei kuljetusta palveluihin oltu järjestetty. Tutkimukseni tulokset olivat yhtenevät.

Palvelujen perässä muuttajat eivät tavoitelleet uutta ja parempaa elämää, vaan yrittivät säilyttää entisenlaisen palvelutason. Ennen palveluihin oli päästy itsenäisesti (ne olivat olleet lähempänä tai oli oltu paremmassa kunnossa, että oli päästy kauemmaksi itsenäisesti) tai joitakin palveluita ei oltu aiemmin juurikaan tarvittu. Sarolan (1994, 128) mukaan pysyvä ympäristö muuttuikin sopimattomaksi silloin, kun vanhan ihmisen tarpeet tai pystyvyys ovat heikentyneet niin, että ympäristöresurssit osoittautuvat epäsuhtaisiksi. Tästä on kyse palvelujen perässä muutettaessa. Palveluista mainittiin esimerkiksi kaupat ja terveyteen liittyvät palvelut.

Kirjallisuuskatsauksessa esille tullut Litwakin ja Longinon (1987) näkemys (Linin 1997 mukaan) vanhusten muuttojen syistä, tuli esille myös tutkimuksessa ikääntyvien muuttona palvelujen saatavuuden vuoksi.

Kun ihminen vanhenee tulee myös sairauksia lisää. Usein on asiaa Terveyspalveluihin ja Apteekkiin. Ennen oli kirkolle matkaa 10 km. ja yhteydet huonot. Kouluauto meni ennen kahdeksaa ja tuli takaisin 4 jälkeen. Aina sai kysellä kyytiä. Nyt on kaikki, joissa asioin ½ km. säteellä.

-- aina ei olisi kaikki oman autonkäytön varassa.

Kotipaikalle pitkien kujien taakse tarvitsisin kuitenkin kauppa-apuja jo nyt, koska matka kauppaan ilman autoa on liian pitkä.

8.3.3. Ikääntyvän valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen

Ikääntyvien muuton syissä nousi esille myös teemaryhmä ”Ikääntyvän valmistautuminen vanhuuteen ja mahdolliseen toiminnanvajavuuteen”. Ihmiset tietävät toimintakykynsä todennäköisesti laskevan vanhenemisensa myötä ja valmistautuvat siihen järjestämällä elämänsä niin, että uskovat vanhanakin selviytymisen olevan mahdollista. Jotkut ihmiset muuttavat näiden syiden vuoksi hyvissä ajoin ja jotkut vasta ensimmäisten ongelmien ilmaantuessa. Tällainen muutto on Korkiasaaren ja Söderlingin (2007, 240) mukaan tavoitemuuttoa ja sillä tavoillaan jotakin parannusta nykyiseen tilanteeseen. Tässä teemassa on yksi alateema.

8.3.3.1. Asumismuoto

Jotkut tutkimuksen ikääntyvistä muuttivat pois omakotitalosta helpompaan asumismuotoon rivi- tai kerrostaloon, välttääkseen omakotiasumiseen liittyviä velvollisuuksia, kuten lämmitys ja nurmikonleikkaus. Myös Korkiasaaren (1991, 117) mukaan asumiseen liittyvät tekijät ovat yhtenä tärkeimmistä tekijöistä muuttamisen syissä. Jotkut tutkimukseeni osallistuneet ikääntyvät kirjoittivat näiden asioiden tulleen ikään kuin ”kaupan päällisinä” heidän muuttaessaan muiden syiden vuoksi.

Aika pitkään suunnittelimme jonkinlaista asumisen vaihtoa, kun omakoti talossa asuminen rupesi tuntumaan ylivoimaiselta.

Meillä oli keskuskattila kellarissa... -- Se oli aika työllistävä tuo juttu. Raputa 5-6 kertaa kellariin yhden lämmityksen aikana. Jokapäivä, lämmitysaikana. Meillä oli iso pihamaa. Talvella lumityöt ja kesällä puutarha ym. ynpäristöhoito.

8.3.4. Jatkuvuus

Neljäs teemaryhmä ikääntyvien muuton syille oli jatkuvuus. Tähän ryhmään kuuluvat ikääntyvät muuttivat pois maalta siksi, että seuraava sukupolvi sai jäädä tai tulla asumaan kotipaikalle tai -tilalle. Ikääntyvät tavallaan tekivät tilaa seuraavalle sukupolvelle muuttamalla pois. Ennen tiloilla on asunut monia sukupolvia yhdessä, mutta yhteiskunnan muutoksen myötä, tällaiset tilanteet käyvät yhä harvinaisemmiksi.

Vaikka ikääntyvät itse halusivat edellä mainitusta syystä johtuen muuttaa pois, muutto ei välttämättä ollut helppo. He kuitenkin muuttivat pois velvollisuudentunnosta antaakseen seuraavalle sukupolvelle mahdollisuuden asettua kotipaikalle.

Kun lapset aikuistuu ja perustaa omat perheensä, niin meilläkin nuorin tarvitsi omaa elämää, niin pohdimme sitä että nuoret jäisivät kotipaikalle ja me vanhat muuttaisimme kirkolle

rivitaloon. - -Meidän mielipide oli ja on vieläkin että nykyaikana ei kaksisukupolvea enää asu yhdessä. Oma koti ja vapaus molemmille.

Tilalla tehtiin sukupolvenvaihto, joten muutimme puolisoni kanssa pois tilalta. Muutto oli suuri elämän muutos.

Ei osaa kirjoittaa siitä tunteesta mikä se on, kun luopuu kaikesta minkä eteen on työtä tehnyt ja elämänsä rakentanut.

Vie oman aikansa sopeutua ajatukseen, ettei tätä enää ole.

8.4. Kokemukset muutosta ja niiden pohdinta

Luon ensin yleiskatsauksen siihen, miten ikääntyvät ovat muuton kokeneet. Sen jälkeen käsittelen kokemuksia tarkemmin. Kokemukset jakautuivat kahteen pääteemaan. Nämä ovat Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset ja Asuinympäristöön liittyvät kokemukset. Ensimmäinen näistä sisältää alateemaan Sosiaaliset suhteet. Asuinympäristöön liittyvissä kokemuksissa on kaksi alateemaa, Asumismuoto ja asuinpaikka sekä Palvelut ja harrastukset. Alateemojen alateemat on kirjoitettu *kursiivilla*.

Kirjoituksista tuli selvästi esille, miten ajatus muutosta oli tuntunut vaikealta useimpien ikääntyvien kohdalla. Pitkäaikaisella asumisella on positiivisia vaikutuksia vanhalle ihmiselle. Sarolan (1994, 127) mukaan erityisesti pysyvyys, ennustettavuus, varmuus, yksiselitteisyys, järjestys ja jatkuvuus ovat myönteisiä piirteitä asumisen kestossa. Onkin ymmärrettävää, että muutto tuntuu vanhuksesta vastenmieliseltä ajatukselta. Se muuttaa monet varmat asiat vanhuksen elämässä. Tutkimuksessa tuli esille myös se, miten oleellista on se, millaisia merkityksiä ihminen antaa ympäristölleen ja sen ominaisuuksille.

Tutkimuksessa luopumisen tuskaa aiheutti se, että piti muuttaa pois itse rakentamastaan talosta tai paikasta, johon oli elämänsä rakentanut. Taylorin (2001) mukaan mielikuva paikasta ei rajoitukaan vain fyysiseen ympäristöön. Sarola (1994, 121) viittaa kirjallisuuskatsausessa Tournieriin kirjoittaessaan, että ihminen kiintyy paikkaansa. Hän sijoittaa itsensä siihen niin kokonaan, ettei hänen paikkaansa voi koskea koskematta samalla häneen itseensä. Tutkimuksessa tämä tuli esille etenkin joidenkin maanviljelijöinä työnsä tehneiden kohdalla. Kun he muuttivat, ikään kuin osa heistä jäi kotitalalle.

Sarola (1994, 129) tuo esille sen, miten vanhat ihmiset haluavat pysyä asuinpaikassaan säilyttääkseen identiteettinsä ja pitääkseen yllä käsitystä omista kyvyistään ja osaamisestaan. Tämä on mahdollista tutussa ympäristössä. Koskisen ym. (1998, 213) mukaan tuttu ympäristö säilyttää persoonallisuuden ja vahvistaa identiteettiä. Etenkin maanviljelijöiden kohdalla luopumisen vaikeus on suuri, koska usein samalla kertaa jätetään sekä työ että koti. Sarolan (1994, 129) mukaan väestön suhteellisen pieni määrä, alhainen tiheys ja yhdenmukaisuus lisäävät paikkakiinnittymistä. Myös nämä tekijät pitävät paikkansa usean maalta muuttajan kohdalla.

Tänne muutimme -- .--.1998. kyllä se päivä jäi mieleen. -- Kun lapset lähtivät koteihinsa niin kyllä me molemmat itkimme. Pahaa se oli kotuansa lähtiä. --

Tänne minä jäin en sinne kotiakaan yksin mennyt olemahan, kyllä sielä ensin usein käyn ja palio itkin, en voinu jäärä sinne itkemähän.

-- hänkö lähtisi ittetekemästään kodistaan mihinkään vuokra-asuntoon.

Luopuminen kaikesta 54 vuotta kestäneestä yhteisöstä samoilla sijoilla, kodista, luonnosta, monista tavaroista, niin paljosta!! Juuret ja jäljet olivat syvällä. Halusin muuttaa – mutta suuren tuskan ja itkun kanssa sen tein.

Ikääntyvillä oli kuitenkin monia järkisyitä, miksi he olivat muuttaneet. Lisäksi he pystyivät ajattelemaan elämää eteenpäin ajatellen, että muutto oli kuitenkin lopulta heidän parhaakseen ja muutamat pitivät sitä hyvänä asiana ja liittivät siihen jo ennalta positiivisiakin asioita ja odotuksia.

Olimme innoissamme kun meillä oli mahdollisuus yhdessä aloittaa aivan uudenlainen elämän kaupungissa, emmekä ole pettyneet.

Kun ikääntyvät miettivät tilannetta muuton jälkeen, yhtä lukuun ottamatta kaikki olivat kotiutuneet tai olivat ainakin tyytyväisiä tilanteeseensa. Jotkut olivat jopa onnellisia uudessa elämäntilanteessaan.

Parviaisen (1996, 11) mukaan sopeutuminen uuteen ympäristöön ilmenee monella ei alueella. Siitä kertovat muun muassa se, miten hyvin ihminen viihtyy uudessa asuinpaikassaan, sosiaalisten kontaktien luominen, päivittäinen liikkuminen ja liikkumisen yhteys toimintakykyyn. Tutkimuksessa sopeutuneiden vanhusten kohdalla tulikin ilmi monia näistä asioista.

Tutkimukseen osallistujien joukossa oli yksi selvästi ei-kotiutunut henkilö. Hän oli muuttaessaan 84-vuotias ja kirjoituksessaan hän tuo esille, että muuttoajatukset eivät olleet hänen omiaan, vaan tulivat hänen lähipiiristään. Kirjallisuuskatsauksen mukaan myöhemmin tapahtuvissa muutoissa kimmoke on joltakin muulta kuin muuttajalta itseltään ja muutot ovatkin usein vaikeampia. Parviainen (1996, 18) tuokin esille, että tärkeää olisi, että vanhus itse olisi valmis muuttoon.

Puolestani rohkaisen muitakin tällaiseen ratkaisuun

Täytyy Sinulle tunnustaa elämme elämämme parhaita vuosia, olemme onnellisia jokaisesta päivästä.

Olemme erittäin tyytyväisiä ratkaisuumme, meidän on täällä hyvä olla.

En ole kuitenkaan kotiutunut, koti on edelleen (kotipaikkakunnalla), samoin virallinen kotikuntani on edelleen (kotikunta). Muutto kesäksi kotiin on selkeä tahtoni. Mietin sanonko ylös asuntoni täältä ja menen kesäksi kotiin ja syksyllä anon uutta.

8.4.1 Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät kokemukset

Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät muuttokokemukset liittyivät sosiaalisiin suhteisiin.

8.4.1.1. Sosiaaliset suhteet

Lähes jokainen ikääntyvä muuttaja toi kirjoituksessaan esille, miten sosiaaliset suhteet ovat helpottaneet heidän sopeutumistaan uuteen paikkaan. Kuitenkin sosiaalisissa suhteissa saattoi olla myös ongelmia.

Ystävät

Monet toivat esille sen, miten lähistöllä asuvat vanhat tutut helpottivat sopeutumista uuteen asuinpaikkaan.

Ja muutenkin on tuttuja vanhastaan täällä kaupungissa.

Lähes kaikki mainitsivat saaneensa uusia ystäviä ja tuttavlia. He kokivat hyväksi asiaksi sen, että heillä on halutessaan mahdollisuus saada seuraa.

On tosi mukava tutustua uusiin ihmisiin.

Muutamille oli syntynyt hyvä yhteishenki muiden asukkaiden kanssa uuden asuintalonsa sisällä. He olivat ryhmäytyneet muiden asukkaiden kanssa. Muilta saatu sosiaalinen tuki auttoi sopeutumisessa. Koskisen (1998, 214) mukaan asuinympäristö integroikin sosiaalisesti ikääntyviä ihmisiä. Tällainen yhteisöllisyys muodostaa usein myös keskinäistä vastuuta ikääntyneistä jäsenistään.

Ilonaihe on tässä talossa kun olemme kaikki samaa ikää, maalta tulleita, oman kodin myyneitä. Meille syntyi heti alussa hyvä yhteishenki, käymme päiväkahveilla toisissamme, viemme maistiaisia, kastelemme kukkasia, kun on matkoilla jne.

Miehet lainaavat toisilleen kirjoja piipahtavat moikkaamassa. Me emme ole vielä hankkineet tietokonetta, kyllä opettajia ympärillä olisi.

Kirjallisuuskatsauksessa Kumpulainen (1993, 15) tuo esille sen, miten muuttoon liittyvä siirtyminen sosiaalisesta ympäristöstä toiseen. Tulosten mukaan tämä siirtyminen toi ongelmia muutamille tutkimukseeni osallistuneille ikääntyville.

Naapurit ovat tunteneet toisensa pitkään, vaikeaa oli mennä uutena...

Perhesuhteet

Monet ikääntyvät toivat esille, että yhdessä puolison kanssa muuttaminen teki muuttokokemuksesta myönteisemmän.

Muuttoa helpotti tietysti se että saimme muuttaa yhdessä mieheni kanssa ja meillä on seuraa toisistamme.

Monet ikääntyvät muuttivat paikkaan, jossa lähellä asui joku heidän lapsistaan. Tämä toi ikääntyville turvaa uudessa asuinpaikassa ja tietenkin helpotti myös sopeutumista sinne.

Tänne sopeutumista helpottaa se, että tytär perheineen asuu naapurissa ja tyttären lapset käyvät luonani päivittäin.

Muuttoa helpotti myös se, että muuttajilla oli mahdollisuus käydä vanhassa asuinpaikassaan muuton jälkeen. Näin muutto ei tuntunut niin lopulliselta ja kokemus oli positiivisempi. Entisessä kodissa käydessään heillä oli myös mahdollisuus tavata vanhoja tuttujaan. Usein tämä oli mahdollista, koska muuttajien lapset asuivat entisellä kotipaikalla.

Muuttoa helpotti varmaankin se että tilaamme ei tarvinnut myydä vieraalle, vaan poikamme osti sen. Nyt voimme edelleen käydä siellä halutessamme vierailulla ja auttamassa ja katselemassa miten he siellä asioita hoitavat.

8.4.2. Asuinympäristöön liittyvät kokemukset

8.4.2.1. Asumismuoto ja asuinpaikka

Monet ikääntyvät kirjoittivat asumismuodosta ja asuinpaikasta. Se oli merkityksellinen tekijä ikääntyvien kuvatessaan muuttokokemuksiaan.

Miellyttävä asunto ja asuinpaikka

Monet muuttaneet toivat esille sen, miten tärkeää oli löytää mieluisa asunto mieluisalta paikalta. Ratkaisevaa sopeutumisen kannalta oli myös, että asunto oli sopivaksi koetussa kaupungissa tai taajamassa. Elon (2006, 61-62) mukaan ikääntyneiden on helpompi muuttaa alueelle, joka on ennestään tuttu.

Kuntakeskuksessa 20km. erittäin kaunis seutu, muutin vuokra asuntoon kerrostaloon – tämä tuli heti kodiksi – oli kuin lämmin syli.

Ostimme puolisoni kanssa Omakotitalon, joka oli hyvä ratkaisu sopeutumisen kannalta. On isotontti ja puutarha jossa on kesällä kaikenlaista touhua.

Talo oli mielestämme hyvällä paikalla, lähellä luontoa metsän reunassa kaupungin laidalla.

Sopeutumista vaativa asumismuoto ja asuinpaikka

Asumismuoto ja asuinpaikka eivät kuitenkaan olleet aina mieluisia. Tuloksissa tulikin esille Roosin (1988, 206-208) käsite sisäinen elämänhallinta. Ihmisen joutuessa muuttamaan erilaisiin olosuhteisiin pakon edessä, henkilö pystyy kuitenkin ”katsomaan asioita parhain päin” eli sopeutumaan, riippumatta, elämänsä tapahtumista.

Ainoastaan kerrostalo yksiö, tuntui aluksi vaikealta, mutta kun ”asennoituu oikein, niin kaikki on hyväksi”.

Useat muuttajat joutuivat sopeutumaan kerrostaloasumiseen kaupungissa muuttaessaan omakotitalosta maaseudulta. Sopeutuminen ei aina ollut kovin helppoa, mutta yleensä siinä onnistuttiin.

...Toiseksi olin opiskeluaikana pyhästi päättänyt etten ikinä tule muuttamaan ainakaan (kyseiselle paikkakunnalle) ja vielä ahtaaseen kerrostaloon...

Sopeutuminen kerrostaloon – siinä oli vaikeuksia, oman saunan puuttuminen oli yksi opeteltava.

En ole koskaan asunut kaupungissa pidempään, nuorena 1 viikko (eräässä kaupungissa), enkä kerrostalossa myöskään. Asunto on nyt suhteellisen vilkkaan kadun varressa, ääniä kuuluu aina, vettä ei ole läheisyydessä –(kotipaikkakunnalla) järvi on ollut lähellä. Isosta asunnosta muutto yksioon, on ollut vaikeaa, heti, kun astun ovesta ulos tulen heti toisen alueelle.

Uuden asumismuodon edut

Monet ikääntyvät muuttivat, koska kokivat, etteivät ehkä tulevaisuudessa enää selviäkään nykyisessä asumismuodossaan. Useat joutuivat entisessä asuinpaikassaan huolehtimaan ympäristöstään tai esimerkiksi lämmitys aiheutti omat ongelmansa. Yllättävää oli kuitenkin se, että vain muutama toi kirjoituksessaan esille sen, miten nämä asiat helpottuivat asumismuodon muutoksen jälkeen. Ehkä parantuneeseen tilanteeseen oli jo totuttu, eikä sitä enää huomioitu. Nykäsen (2007, 18) mukaan uuteen kotiin muuttaminen voi olla mielekästä ja helpottavaa, jos aiempi koti on koettu työlääksi hoitaa.

...mutta pärjäsimme tässä aika monta vuotta kun on kaukolämpö, puutarhan heinät leikataan ja lumet aurataan, omakotitalossa asuminen olis varmaan tullu paljon hankalammaksi.

Muutto parantaa usein elämänlaatua vähentämällä pelkoa. Heikkilä ym. (2003, 21) ja Iwarsson (2008) tuovatkin esille, miten asuinympäristöllä on todettu olevan huomattava merkitys yksilön hyvinvointiin vaikuttavana osatekijänä. Tutkimuksen mukaan uusi ympäristö paransi monen tutkimukseen osallistuvan elämänlaatua, kun ystävät ja lapset olivat lähempänä ja palvelut olivat helpommin saatavilla. Kuitenkin vain yksi toi esille sen, miten muutto paransi turvallisuutta ikääntyvän muuttaessa pois usein pimeältä maaseudulta valoisampaan taajamaan tai kaupunkiin.

Yksinasuminen naisihmiselle ei ole kivaa varsinkaan pimeänä vuodenaikana. Tulin uuteen asuntooni sukulaisten kyytissä kylästä pimeänä talvi- iltana. Olin tyytyväinen, ettei minun tarvinnut mennä pimeässä sinne kotitilalleni yksin, vaan sain tulla uuteen kotiini, oli valoja. Täällä olo on turvallisempi kuin olisi yksin kotitilalla... (asuu rivitalossa)

8.4.2.2. Palvelut ja harrastukset

Helppo saatavuus

Monet ikääntyvät kirjoittivat, kuvatessaan aikaa ennen muuttoa siitä, miten he halusivat päästä asumaan lähemmäksi palveluita. Kuitenkin vain harvat mainitsivat helposti saatavilla olevat palvelut tarkastellessaan elämäänsä muuton jälkeen. Ehkä palveluiden läheisyyttä pidettiin jo niin itsestään selvyytenä, ettei sitä enää mainittu.

Useat ikääntyvät sitä vastoin kirjoittivat siitä, miten muutto oli vaikuttanut harrastuksiin. Harrastuksia ei mainittu muuton syinä, mutta muuton jälkeen parantuneet harrastusmahdollisuudet saivat huomiota. Parantuneiden harrastusmahdollisuuksien myötä harrastaminen oli usein lisääntynyt. Tässä tulee esille Jylhän (2008) toteama asia, että ympäristö ei ole vain fyysistä ympäristöä, vaan se tavallaan ”tunkeutuu” myös ihmisen ”sisään” vaikuttaen ihmisen toimintaan. Tässä tulee ilmi myös Pietikäisen (1997, 74) esiintuoma asia, että elinympäristö voi toimia mahdollistajana. Harrastusten myötä sopeutuminen on helpottunut ja niiden myötä sitä voi itsekkin helpottaa. Niiden myötä saa uusia ystäviä. Harrastukset kuuluvat kuitenkin palveluihin ja harrastuksiin eivätkä suoraan sosiaalisiin suhteisiin, koska ensisijaisesti ihminen harrastaa, mitä itse haluaa ja vasta toissijaisesti saa harrastuksensa kautta ystäviä.

Muutto aikoinaan maalta kaupunkiin oli oikea ja hyvä ratkaisu. Maalla en olisi voinut asua omassa kodissani näin vanhaksi.

Ulkoilu mahdollisuudet on hyvät, voi kävellä tai pyöräillä valaistuilla jalka- ja pyöräteillä tai mennä metsään kävelypoluille ja kuntoradoille. --- Luen paljon kirjoja, käyn lainaamassa kirjastosta, joka on myös kävelymatkan päässä.---Hengelliset asiat kiinnostavat meitä molempia. Seurakunta-elämä (uudella kotipaikkakunnalla) on vilkasta. Kirkkoon ja seurakunta-talolle on reilu kävelymatka, osallistumme erilaisiin tilaisuuksiin. Mieheni osallistuu erilaisiin kuoroihin.---Välillä käyn ”soppailemassa” kaupungilla, sielläkin tapaa usein tuttuja ja saa keskustelu seuraa.

Pettymys saatavuudessa

Eräät ikääntyneet olivat jo ennalta antaneet uudelle ympäristölleen tiettyjä merkityksiä. He olivat ikään kuin päättäneet, millaista uudessa asuinpaikassa varmaan on tai ainakin luoneet ennakkokäsityksiä siitä ja sen tuomista mahdollisuuksista. Jos sitten asiat menivätkin toisin, he olivat pettyneitä muutolla saamiinsa hyötyihin.

Vaikka kaupungissa asun, palvelujen supistumiseen olen törmännyt. Lähellä oleva otto-matti on viety pois, samoin linja-auton reittiä on muutettu niin, että reitti ei kulje enää -- ja tämän asunnon edestä.

9. POHDINTA

Graduaineiston kerääminen kirjoituksina on harvinaisempi tapa hankkia graduaineisto. Halusin kuitenkin yrittää aineiston hankintaa tällä tavalla. Toivoin saavani valmiiksi mietittyjä, kiteytettyjä kirjoituksia, joissa asiat on suhteellisen selkeästi kirjoitettuna. Ensimmäisenä haasteena tutkimukseni teossa koinkin sen, miten saan tehtyä sellaisen kirjoituspyynnön, joka palvelee parhaiten tarkoitustani ja saa mahdollisimman monen ikääntyvän kirjoittamaan.

Tutkimusta suunnitellessani mietin, miten rajataan pois sen vaikutus, että joku ikääntyvä saattaa muuttaa pois kotoaan sen vuoksi, että esimerkiksi eroaa puolisostaan tai leskeytyy. Tällöin kokemus muutosta ja sen jälkeisestä ajasta on tietenkin erilainen kuin ilman tällaista syytä muuttavan kokemus. Mietin, miten rajataan se, että osallistuja käsittelee nimenomaan muutosta johtuvia tunteita, eikä muuhun muutokseen liittyviä tunteita. Kirjoitukset saatuaani huomasin, että kirjoituksista oli lopulta helppo päätellä, mikä johtui mistäkin ja yleensä kirjoittajat kirjoittivatkin suoraan, jos heidän elämäänsä sattui monta muutosta yhtä aikaa ja itsekin käsitelivät asioita miettien, mikä johtui mistäkin.

Mietin myös, että pitäisikö tutkimuksen aineistonkeruuvaiheessa kysyä taustatietona onko tutkimukseen osallistujalla mahdollisuus palata käymään entiseen kotipaikkaansa maaseudulle. Tämä luonnollisesti vaikuttaa kokemukseen muutosta. Kokemus ei todennäköisesti ole niin negatiivinen, koska muutto ei ole niin lopullista. Saatuaani aineiston, huomasin, että monen ikääntyvät toivat kirjoituksessaan esille, jos heillä on mahdollisuus palata kotiseudulleen käymässä niin halutessaan. Monet toivat asian esille juuri niin kuin olin ennalta ajatellut eli kokivat muuttoa helpottavana sen, että heillä oli mahdollisuus käydä entisessä kodissaan ja entisillä paikoilla myös muuton jälkeen.

Yhtenä taustatietona olisin halunnut kysyä osallistujilta heidän ammattiaan. Muutto maalta on ehkä vaikeampi asia maanviljelijöille, joille luonto ja ympäristön seuraaminen on ollut ehkä isompi osa elämää kuin muille muuttajille. Kirjoittajat toivat kuitenkin myös tämän seikan esille, tosin hieman eri muodossa kuin olin ajatellut. He kertoivat siitä tunteesta, mikä on, kun pitää jättää kaikki, jonka eteen on töitä tehnyt. Kirjoituksista tuli esille kuitenkin se, että ikääntyvät muuttivat tilaltaan vapaaehtoisesti, velvollisuudentunnosta seuraavaa sukupolvea kohti. Usein kuitenkin juuri heidän kohdallaan oli mahdollista päästä käymään tilalla muuton

jälkeen. Molemmat sukupolvet tulivatkin tavallaan ”toisiaan vastaan”. Vanhempi polvi muutti pois ”nuorten tieltä” ja nuorten asuessa tilalla vanhemmalla polvella oli mahdollisuus vieraila vanhoilla paikoilla.

Mietin myös sitä, pitäisikö jo aineistonkeruuvaiheessa tehdä rajaus, tutkinko maaseudulta kaupunkiin muuttaneita vai maalta kirkonkylään muuttaneita. Jos muuttaa tutussa kunnassa kirkonkylään, kokemus muutosta on erilainen kuin eri kuntaan tai kaupunkiin muuttaessa. Tutussa kunnassa muuttaessa harrastukset ja sosiaaliset suhteen säilyvät pitkälti samoina ja näin muuttokokemus on ehkä positiivisempi kuin kuntarajan yli muuttaneilla. En rajannut kirjoituspyyntöä koskemaan vain jompaa kumpaa. Aineiston saatuaani päätin ottaa mukaan molemmat muuttajaryhmät. Näin tutkimuksen tulokset ovat ehkä monipuolisemmat.

Muuttokokemus on erilainen sen mukaan muuttaako yksin vai puolison kanssa, joten sen halusin ilmoitukseni taustatietoihin laittaa. Jotkut toivatkin esille sen, miten puolisoista on ollut tukea muutettaessa. On ollut helpompi sopeutua muuttuneeseen tilanteeseen, kun on oltu toinen toisensa tukena.

Aineistoa lukiessani mietin muutaman kirjoituksen kohdalla, että olisi ollut hyödyllistä tietää konteksti, missä teksti oli syntynyt. Aineiston suhteen olin kuitenkin yllättynyt siitä, miten loogisia ja mietittyjä kirjoituksia sain. Lisäksi kaikki kirjoitukset oli kirjoitettu luettavalla käsialalla, vaikka kirjoittajat olivatkin ikääntyviä.

Tutkimuksen tulokset olivat yllättäviä. Yllätyin etenkin siitä, että sosiaaliset suhteet muuton syinä olivat tärkeimmät syyt. Oletin ikääntyvien muuttavan enemmänkin palvelujen perässä, helpompaan asumismuotoon tai suoranaisesti siitä syystä, etteivät he päässeet itsenäisesti hoitamaan asioitaan, koska palvelut ovat vähentyneet kyliltä. Menessään kauemmaksi hoitamaan asioitaan, he tarvitsivat usein kyydin ja oletin, että tämä seikka nousisi tärkeimmäksi muuton syyksi. Vilkkonen (2008) toi sosiaaligerontologian seminaaripäivässä esille kuitenkin juuri tämän, että vanhana fyysinen ympäristö menettää merkitystään sosiaalisen ympäristön kustannuksella.

Yllätyin myös siitä, miten suuren merkityksen uudet ystävät ja harrastusmahdollisuudet saivat ikääntyneiden kirjoituksissa. Ennalta oletin, ettei tällaisille asioille ole ikääntyville niinkään merkitystä. Käsitykseni mukaan ikääntyvät ovat taipuvaisia pitämään yhteyttä vanhojen

ystäviensä ja tuttaviansa kanssa, eivätkä ole niin kovin innostuneita uusista ihmissuhteista. Samoin oletin ikääntyvien harrastavan asioita, joita voi harrastaa omassa kodissaan, esimerkiksi käsitöitä ja lukemista, eikä niinkään käyvän tarjolla olevissa harrastuksissa. Nämä molemmat oletukseni osoittautuivat kuitenkin onneksi vääriksi ja koin positiivisia yllätyksiä. Koinkin tutkimukseni tuloksia kirjoittaessani uuden löytämistä, juuri niin kuten laadullisessa tutkimuksessa täytyykin tapahtua.

Tuloksia kirjoittaessani huomioni kiinnittyi siihen, miten monet ikääntyvät kirjoittivat muuton syitä miettiessään juuri palvelujen helposta saatavuudesta ja siitä, miten asumismuoto alkoi tuntua vaikealta. Kuitenkin kirjoittaessaan muuttokokemuksistaan, huomattavasti pienempi osa ikääntyvistä kirjoitti mitään siitä, miten palvelut olivat nyt lähempänä ja helpommin saatavissa tai siitä, miten esimerkiksi lämmitys ja puutarhanhoito oli nyt muiden hoidossa. Kuitenkin nämä ongelmat korjautuivat pääsääntöisesti kaikilla muuton myötä. Mietinkin, minne nämä asiat unohtuivat muuttokokemuksia mietittäessä. Yhtenä selityksenä voi olla se, että usein ikääntyvät muuttivat sosiaalisten suhteidensa vuoksi ja helpompi asumismuoto sekä palvelujen läheisyys tuli ikään kuin ”kaupanpäälle” eli se ei ollut se tärkein muuttamisen syy.

Odottamaton tulos oli se, miten hyvin tutkimukseeni osallistujat kotiutuivat ja sopeutuivat uuteen asuinpaikkaansa. Kirjoittajien keski-ikä oli kirjoitushetkellä 77,5 vuotta, muuttohetkellä 72,8 vuotta. Mietin ennalta, että yli 70-vuotiaana muuttaessa ei kotiutuminen ja sopeutuminen välttämättä ole kovinkaan helppoa. Tässäkin asiassa koin kuitenkin positiivisen yllätyksen. Ikääntyvät kotiutuivat ja loivat asumalla uudesta asunnostaan kodin, juuri niin kuin Saegert (1985) tuo esille artikkelissaan.

Eniten yllätyin kuitenkin siitä, miten monet muuttajat nostivat esille sen, että kun ovat muuttaneet ennenkin, muutto ei nyt tuntunut niin suurelta asialta kuin aikaisemman muuton kohdalla. Kirjallisuuskatsauksessa tuon esille, miten Nivalainen (2002, 19) kirjoittaa tästä samasta asiasta. Hänen mukaansa muuttoprosessin tuntemus helpottaa uudelleen muuttamista. En kuitenkaan oletanut tämän pitävän tutkimuksessa paikkaansa, koska tutkimus käsittelee vanhempien ihmisten muuttoja. Heidän edellinen muuttonsa oli usein tapahtunut heidän ollessaan nuoria eli kauan sitten ja usein syynä oli ollut pitkäaikaiseen asuinpaikkaan muutto, asettuminen paikalleen. Oletin pitkäaikaisesta asuinpaikasta poismuuton olevan joka tapauksessa vaikea ja että edellisestä muutosta ei tässä olisi apua.

Nivalaisen (2002, 9) mukaan ylivoimaisesti suurimmalla osalla muuttajista on määränpäänä kaupunki. Tutkimukseen osallistujat poikkesivat tästä, koska tutkimukseen osallistujista yhdeksän muutti maalta kirkonkylään, muutoista seitsemän suuntautui maalta kaupunkiin ja yksi muutto suuntautui maaseutumaisesta pikkukaupungista isompaan kaupunkiin.

9.1. Luotettavuus

Aloitin tutkimuksen tekemisen siitä esioletuksesta, että ikääntyvät eivät halua muuttaa pois maaseudulta ja omasta kodistaan. Esioletuksen mukaan ikääntyvät haluavat asua kotona niin pitkään kuin se vain on mahdollista. Ikääntyvän elämä maalla on erilaista kuin taajamassa. Maalla on tarjolla ”ajankulutekemistä” (esimerkiksi puiden pienimistä, niiden kantamista tupaan, haravointia ja nurmikonleikkausta). Tällaiset askareet ja rutiinit pitävät ikääntyvän kiinni elämässä. Taajamissa ja kaupungeissa tällaisia mahdollisuuksia ei välttämättä ole. Tarjolla on kyllä kuntosaleja ja vastaavia harrastusmahdollisuuksia, mutta niiden käyttämiseen voi ikääntyvillä olla suuri kynnyks, koska he eivät ole sellaisiin tottuneet. Kukkonen (1993, 113) tuo tämän saman esille kirjoittaessaan, ettei kaupunki välttämättä merkitse ikääntyville ihmisille runsaita mahdollisuuksia ja palveluita, vaan heidän toimintansa voi rajoittua pieneen osaan mahdollisuuksista. Tärkeää ei siis ole minkälaisena ulkopuolinen näkee ympäristön, vaan se, millaisena vanhus itse sen näkee. Myös vieras ympäristö asettaa omat haasteensa. Pietikäisen (1997, 74) mukaan elinympäristöstä ja arjesta voikin muodostua elämälle joko rajoittaja tai mahdollistaja.

Maalta muuttaneen ikääntyvän sekä fyysisen, psyykkisen että sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitäminen taajamissa ja kaupungeissa voi olla vaikeaa ystävien ja tuttavienkin jäädessä maalle tai muuttaessa muualle. Muutto on siis iso muutos, varsinkin heille, joille maanviljely ja luonnon seuraaminen eri vuodenaikoina on ollut paljon enemmän elämäntapa kuin työ. Omasta kodista lähteminen vaikeuttaa asiaa entisestään. Tiedostin kuitenkin myös sen, että ikääntyvän elämänlaatu voi myös parantua muuton seurauksena.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan on kuitenkin käsiteltävä aineistoaan ilman ennakkokäsitystä. Tutkijan on pyrittävä tavoittamaan osallistujan oma kokemus mahdollisimman aitona. Tutkijalla on kuitenkin aina itsellään jokin ennakkokäsitys tutkittavasta aiheesta. Tutkijan onkin jatkuvasti tarkkailtava itseään, ettei hän sekoittaisi omia

kokemuksiaan tutkittaviensa kokemuksiin. Aikaisempi tieto ei ohjaa eikä vinouta uuden kokemustiedon keruuta, mikäli tutkija on tietoinen ennakkotiedoistaan ja osaa sulkeistaa ne tiedonkeruun ajaksi. Åstedt-Kurki ja Nieminen (1997, 154-155) kirjottavat Beckiin (1994) ja Simmonsiin (1995) viitaten, että fenomenologisessa tutkimuksessa ei kokemustietoa kerätessä pidetä lähtökohtana jotakin ennalta asetettua viitekehystä tai teoriaa. Se saattaisi estää osallistujien yksilöllisten kokemusten esiintulon ja ohjata osallistujien ajattelua.

Jouduinkin kyseenalaistamaan esioletukseni osallistuttuani Jyväskylän yliopistossa järjestettyyn ympäristögerontologian seminaaripäivään 15.1.2008. Siellä yhtenä puhujana oli Anni Vilkkö. Hänen mukaansa kodin merkitys vanhalle ihmiselle on ehkä erilainen kuin olemme olettaneet. Vanhukset ymmärtävät sen, että asiat muuttuvat. On aika antaa periksi ja katsoa tulevaan. ”Asuminen kotona niin kauan kuin mahdollista” ja ”ikäntyä kotona”, eivätkä ehkä olekaan vanhuksien itsensä päämääriä, vaan meidän oletuksia heidän toiveikseen. Olemmekin heräämässä siihen, että haluamme tietää, mitkä ovat vanhusten omat persoonalliset kokemukset asiasta. Vanheneminen on myös orientoitumista tulevaan. Vanhukset voivat suunnitella muuttoa. Suhtautuminen kotiin ei ole yksiselitteinen juttu, se on riippuvainen monesta eri asiasta. Koti on kuitenkin persoonallinen paikka, eikä se ole staattinen instituutio. Koti ei merkitse samaa kaikille ja kaikkina ikinä. Esimerkiksi leskeytymisen myötä koti voi menettää merkityksensä. (Vilkkö 2008)

Seminaariin osallistuminen toi minulle ajallisesti juuri sopivaan kohtaan uusia ajatuksia graduni kirjoittamiseen. Vaikka Vilkkö puhui kodin merkityksestä ja asennoitumisesta siihen, nämä asiat liittyvät läheisesti omaan aiheeseeni. Koti ja asuinpaikka ovat kuitenkin läheisiä käsitteitä. Erityisesti ajatuksia herätti juuri vanhusten ajatusten suuntaaminen mahdolliseen kotoapoismuuttoon. Tiedostaessani ennakkokäsitykseni, minun oli mahdollista katsoa aineistoa ”avoimin silmin” saadakseni sieltä esille aidon kokemuksen. Tämä helpotti aineiston analyysia ja myös paransi tutkimuksen luotettavuutta. Tulosten myötä näin, että esioletukseni oli paikkansa pitävä, ajatus kotoa poismuutosta tuntui ikääntyvistä raskaalta. Kotoa poismutto oli kuitenkin raskasta vain sen suunnitteluvaiheessa. Ikääntyvät kotiutuivat pian muuttonsa jälkeen uuteen paikkaan.

Käytin tutkimuksessa aineistona kirjallisessa muodossa olevaa aineistoa. Kirjoitetussa aineistossa pidin etuna sitä, että tällaiseen kirjoituspyyntöön vastaavat todellakin vain ne, jotka haluavat aiheesta kertoa. Lisäksi etuna oli se, että he voivat kirjoittaa juuri sillä hetkellä,

kun kirjoittaminen heistä tuntui parhaalta. Tällä aineistonkeruumenetelmällä pyrin myös pienentämään mahdollisten tilannetekijöiden vaikutusta eli esimerkiksi sen, että tutkimukseen osallistuja kertoisi ehkä haastattelussa sen, mitä olettaa tutkijan haluavan kuulla. Kirjoittaessaan tutkimukseen osallistuja ehkä paremmin kirjoittaa juuri sen, mitä itse aiheesta ajattelee ja omat kokemuksensa. Mielestäni kirjallinen aineisto parantaa näin aineiston luotettavuutta.

Kirjallinen aineisto ei ehkä kuitenkaan ollut paras mahdollinen aineistonmuoto, kun pyritään saamaan esille ihmisten kokemuksia tutkimuksen kohteena olevasta asiasta. Haastattelemalla ihmisiä olisi ehkä päästy syvemmälle kokemuksissa. Kirjallisessa muodossa kootut kokemukset ovat ehkä osin ”jalostuneet” jo liiankin pitkälle ja itse kokemus on pelkistynyt muutamaan sanaan.

Kirjoituspyyntöjä olisi ehkä kannattanut jakaa heti suoraan isommalle joukolle mahdollisia kirjoittajia. Jaoin pyyntöä vähitellen eri paikkoihin, mutta ehkä tulos olisi ollut runsaampi, jos olisin heti aineistokeruun alussa aloittanut kirjoituspyyntöjen levittämisen massiivisemmin. Ongelmana aineistonkeruussa oli se, etten voinut tietää saanko vaadittavaa määrää kirjoituksia kokoon ja saako niistä riittävästi aineistoa tutkimusta varten. Aikataulutus onnistui kuitenkin niin, ettei tutkimuksen aineistonkeruu venynyt liian pitkälle ajalle.

Aineiston luotettavuutta arvioidessani olen miettinyt suhdettani aineiston kirjoittajiin. Kirjoittajista viisi on minulle tuttuja, kolme kirjoittajaa tiedän ja loput yhdeksän kirjoittajaa ovat minulle vieraita. Tuttujen kirjoittajien kohdalla auttoi, kun osasin yhdistää heidät tiettyyn kontekstiin. Yllätyin siitä, miten selväsanaisesti kaikki kirjoittajat asiat ilmaisivat, vaikka olivat ikääntyviä. En kokenutkaan tarvetta lisäkysymysten esittämiseen edes vieraiden kirjoittajien kohdalla. Muutama saamistani kirjoituksista oli luettelomaisia ja etenkin kokemusten suhteen niukkoja. Kuitenkin muutaman tällaisen kirjoittaja oli liian nuori tutkimukseen sen ikärajaa ajatellen, joten jouduin ikärajan vuoksi hylkäämään heidän kirjoituksensa. Täten liian niukat kirjoitukset eivät muodostuneet ongelmaksi.

Kun aineisto kerätään kirjoitetussa muodossa, luotettavuutta voi heikentää se, että kaikki ikääntyvät eivät enää pysty kirjoittamaan tai eivät koe kirjoittamista mielekkäänä, vaikka haluaisivatkin osallistua tutkimukseen. Aineistossa on mukana kaksi tällaista ikääntyvää. Toisen kokemukset on kirjannut tytär suoraan iäkkään äitinsä puheesta ja toisen kokemukset

kirjasin itse ja varmistin aineiston luotettavuuden vielä lähettämällä aineiston ikääntyvälle itselleen luettavaksi. Näin ollen aineistoon kuuluu kaksi aineistoa, joissa kirjoitettu aineistomuoto ei ollut esteenä osallistumiselle.

Tutkimuksen luotettavuutta huonontaa se, että en voi tietää, miten valikoitunut tutkimukseen osallistujien joukko on muuttokokemustensa suhteen. On mahdollista, että tutkimukseen eivät halua osallistua juuri ne ikääntyvät, joiden muuttokokemukset ovat negatiivisia. Aineistossa on kuitenkin mukana yksi ikääntyvä, joka ei koe kotiutuneensa uuteen asuinpaikkansa ja suunnittelee muuttoa ainakin kesäksi kotiinsa.

Analysoin aineiston sisällönanalyysillä. Toisen tutkimustehtävän analyysi tein kaksi kertaa, koska ensimmäisellä analyysikerralla tulokset eivät pelkistyneet riittävän pelkistyneiksi ja selviksi kokonaisuuksiksi. Toisen analyysin myötä sain aineistosta selvät teemat esiin. Mackenzien (1994) ja Pyörälän (1994) mukaan analyysin luotettavuutta voidaan arvioida käyttämällä apuna alkuperäishavaintoja (Nieminen 1997, 219). Varmistin niiden avulla havaintojen ja käsitteellisten luokitusten loogisen yhteensopivuuden. Tämä parantaa analyysin luotettavuutta.

Tutkimuksen tulokset kertovat juuri niiden ihmisten kokemuksista muutosta, jotka osallistuivat tutkimukseen. Ne eivät ole huonompia tai parempia kuin joidenkin muiden ihmisten kokemukset, vaan ne kuvaavat juuri tämänkaltaisten ihmisten kokemuksia muutoista. Tutkimalla laadullisella menetelmällä emme voi haastatella kaikkia ihmisiä, joilla tutkimuksen kohteena olevasta asiasta kokemuksia on. Denzin (1994) mukaan laadullisessa tutkimuksessa tuotettu tulkinta on aina tutkijan persoonallinen näkemys. Siinä ovat mukana hänen omat tunteensa ja intuiotensa. Tämän vuoksi tulkinta ei ole toistettavissa eikä siirrettävissä toiseen kontekstiin (Nieminen 1997, 215).

9.2. Eettiset kysymykset

Laadullisessa tutkimuksessa ei ole suotavaa puhua tutkittavasta. Arshbold (1986), Punch (1986), Munhall (1988) ja Baron ym. (1995) toteavat Vehviläinen-Julkusen (1997, 29) mukaan, että laadullisessa tutkimuksessa tutkimukseen osallistujasta ei ole hyvä käyttää käsitettä subjekti, vaan on eettisesti oikein käyttää esimerkiksi termiä ”tiedonantaja” tai

”tutkimukseen osallistuja”. Olen pyrkinyt käyttämään ”tutkimukseen osallistuja”-termiä aineistoni kirjoittajista koko tutkimuksen teon ajan.

Tutkimuksen etiikassa nousi tärkeimpänä esille se, paljonko tutkija voi itse tehdä saadakseen tutkimukseensa aineistoa. Lehti-ilmoituksen julkaisemisen jälkeen näytti, ettei tarvittavaa 10:tä kirjoitusta tule. Olisi ollut helppo miettiä tuttavapiiristä tutkimukseeni sopivia ihmisiä ja patistaa heitä kirjoittamaan. En kuitenkaan kokenut voivani tehdä niin. Välitin kirjoituspyyntöä verkostojeni kautta ja annoin potentiaalisten tutkittavien itse päättää, haluavatko he osallistua tutkimukseen vaiko eivät. Muutamille kaikkein läheisimmille muuttaneille ikääntyville vein pyynnön ja pyysin heitä kirjoittamaan. Jokaiselle kuitenkin korostin, että kirjoittaminen on täysin vapaaehtoista.

Tutkimusta varten ei kerätty kirjallista lupaa osallistujilta, että heidän kirjoituksiaan voi käyttää tutkimukseen. Selvityksen mukaan tutkimukseen osallistujat antavat luvan kirjoittaessaan, koska tietävät kirjoittavansa tutkimusta varten. Tällöin itse kirjoittaminen on lupa kirjoituksen käyttämiseen tutkimuksessa.

Tutkimuksen aineisto oli kirjallisessa muodossa, joten aineiston säilytys oli oltava eettisesti oikeanlaista. Minun tutkijana on ollut koko ajan pidettävä huolta siitä, että aineisto on säilytetty niin, ettei se voi päätyä kenenkään muun luettavaksi. Lisäksi monet tutkimuksesta tietävät tuttavani kyselivät aineistosta, mutta tutkijana en voinut heille kertoa aineistosta mitään.

Eettiset kysymykset korostuivat tutkimuksessa myös, kun raportoin tutkimuksen tuloksia. Käytin raportoinnissa tukena lainauksia tutkittavien teksteistä ja selventämässä tuloksia. Koska aineisto oli kuitenkin suhteellisen pieni, oli oltava tarkka siinä, mitä tekstistä voi lainata ja miten, että tutkimukseen osallistujien anonyymiteetti säilyy (Vehviläinen-Julkunen 1997, 31).

Tutkimuksen etiikkaan kuuluu myös se, että mainitsen sosiaaliset verkostot aineiston hankinnan apuna, vaikka se joidenkin mielestä ehkä heikentää laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Sosiaaliset verkostot olivat kuitenkin merkittävin kanava hankkiessani aineistoa. Kuitenkin suurin osa tutkimukseeni osallistujista oli minulle vieraita.

9.3. Johtopäätökset

Halusin saada ikääntyviltä tietoa syistä, joiden vuoksi he muuttivat maalta. Oletin syiden olevan suoranaisesti yhteiskuntaan liittyviä. Tutkimuksen tulokset kuitenkin osoittavat, että tärkeimpänä muuttojen syynä on ikääntyvän sosiaaliset suhteet. Kun muuton tärkein syy on näin henkilökohtainen, siihen on vaikea vaikuttaa yhteiskunnan toimesta. Jos yritetään pitää maaseutu asuttuna, onkin ensin paneuduttava syihin, joiden vuoksi nuoremmat ihmiset muuttavat maalta. Vasta tämän jälkeen todennäköisesti saamme myös ikääntyvät jäämään maalle. Jos haluamme vaikuttaa suoraan ikääntyviin, on maaseudun palveluita ja joukkoliikennettä parannettava. Se tuskin kuitenkaan on mahdollista niin kauan kuin nuoremmat muuttavat sieltä pois. Siihen ei ole resursseja ilman veronmaksajia.

En kritisoi kenenkään ikääntyvän päätöstä muuttaa pois maalta. Jokainen ikääntyvä on itse oman tilanteensa ja elämänsä paras asiantuntija. Yhteiskunta tulisi kuitenkin rakentaa niin, että jokainen ikääntyvä voisi asua kotonaan ja tutulla asuinpaikallaan juuri niin kauan kuin itse haluaa, oli se sitten 65-vuotiaaksi tai kuolemaansa saakka. Ikääntyvien asumista maalla olisi myös helpotettava. Heille olisi oltava tarjolla asumista helpottavia palveluita. Nykyään onkin jo olemassa ”kylätalkkareita”, mutta niiden määrää täytyisi lisätä ja kynnystä niiden käyttöön madaltaa. Jos ikääntyvä muuttaa maalta, antaakseen tilaa nuoremmalle sukupolvelle, ikääntyvän muutto on mielestäni oikeutettu, vaikka sen myötä maaseudun väestö vähenee. On hienoa, että ikääntyvät miettivät elämää eteenpäin ja antavat tilaa nuoremmalle sukupolvelle.

Kotiin tarjottavia palveluita ja turvaverkkoa sinne tulisi kehittää niin, että kotona asuminen turvallisesti olisi mahdollista ikääntyvän toimintakyvystä huolimatta. Täten voisimme taata koko Suomeen tasapuolisen asutuksen säilymisen, joka palvelisi koko yhteiskuntaa. Kun väestö pakkautuu liiaksi samoille alueille, tuo sekin mukanaan omia ongelmiaan. Maaseudun hävittyä, sitä ei voida entiselleen palauttaa. Yhteiskunnan olisikin syytä paneutua nykyiseen kehitykseen ennenkö on liian myöhäistä.

Johtopäätöksenä tulosten perusteella voi todeta, että jos ikääntyvä suunnittelee muuttoa taajamaan tai kaupunkiin, muutto kannattaa tehdä hyvissä ajoin. Tällöin ikääntyvä ehtii uudessa kotipaikassaan hankkimaan harrastuksia ja uusia ystäviä ennen kuin hänen toimintakykynsä mahdollisesti laskee niin paljon, ettei hän enää kykene siihen. Näin hän ehtii saada itselleen sosiaalisen verkoston, joka on hyvä vanhuuden turva. Muuttoa miettiessä on

myös mietittävä tarkkaan, minne muuttaa, että uudessa asuinpaikassa kaikki tarvittavat palvelut ovat tarpeeksi lähellä ja muutosta on täten toivottavaa hyötyä itsenäisyyden säilyttämisen ja elämänlaadun suhteen.

Ikääntyvien muutot maalta taajamiin ja kaupunkeihin ovat yleisiä. Tulosten perusteella voi todeta, että ikääntyvät sopeutuvat hyvin uuteen asuinpaikkaan, vaikka muutto tuntuu vanhuksista ennalta vaikealta. Olisi kuitenkin luotava tukirakenteita ja palveluita, joiden avulla muuttaneet vanhuksat voisivat sopeutua uuteen asuinympäristöönsä. Tällaiset palvelut ovat tarpeen erityisesti, jos jonkun ikääntyvän täytyy muuttaa pakon edestä haja-asutus alueelta pois. Tällöin hän saisi tarvitsemansa tuen ja avun ”matkaan pääsemisessä” uudessa asuinpaikassa. Toivonkin, että tutkimus antaa yhteiskunnalle tietoa siitä, mikä pitäisi olla toisin, että ikääntyvät voisivat asua siellä, missä haluavat ja saisivat tukea asuinpaikkaa vaihtaessaan.

Ikääntyville maalta muuttajille olisi oltava tarjolla erilaisia palveluja, jotka helpottaisivat heidän sopeutumistaan kaupunkeihin. Muuttajat ovat tottuneet toisenlaiseen ympäristöön ja heille olisi hyvä olla tarjolla palveluita, jotka auttaisivat heitä käytännön elämässä uudessa paikassa. Esimerkiksi kurssit ikääntyville kaupunkiin muuttajille olisivat tarpeen. Niiden avulla muuttaneita ikääntyviä voitaisiin auttaa pääsemään alkuun uudessa asuinpaikassaan kaupungissa. Tällaisilla kursseilla voitaisiin kertoa ja kädestä pitäen opettaa ikääntyville uusia asioita. Tällaisiin asioihin he ehkä ovat voineet ”törmätä” jo maaseudulla asuessaan, mutta ne ovat jääneet vieraiksi ja niitä kohtaan he tuntevat epävarmuutta ja pelkoa. Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi parkkimittarin ja pankkiautomaatin käyttö. Mielestäni olisi oleellista tarjota tukea niihin asioihin, joiden ikääntyvät itse kokevat olevan muuttoa ja sopeutumista vaikeuttavia, oli ne sitten mitä tahansa. Tarve pitäisi lähteä ikääntyvistä itsestään.

Jatkotutkimusaiheena tälle tutkimukselle olisi mielenkiintoista tutkia ikääntyvien muuttoa kaupungeista ja taajamista maaseudulle. Olisi mielenkiintoista selvittää ne syyt, miksi ikääntyvät muuttavat maaseudulle ja verrata, miten paljon syyt ovat erilaisia tai yhteneviä kaupunkeihin ja taajamiin muuttojen syiden kanssa. Mielenkiintoista olisi myös selvittää ikääntyvien kokemukset näin päin tapahtuvista muutoista: Olisivatko kokemukset yhteneviä toiseen suuntaan tapahtuvien muuttojen kokemusten kanssa.

LÄHTEET

- Andersson S. Kahdestaan kotona: tutkimus vanhoista pariskunnista. *Stakes. Tutkimuksia* 169. 2007.
- Dovey K. Home and Homelessness. Teoksessa Altman I. ja Werner C. M. (toim.) *Home environment. Advances in Theory and Research*. New York: Plenum Press, 1985: 33-64.
- Elo S. Teoria pohjoissuomalaisten kotona asuvien ikääntyneiden hyvinvointia tukevasta ympäristöstä. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Oulu: 2006.
- Eskola A. Vuorovaikutus, muutos, merkitys. Sosiaalipsykologian perusteiden kriittinen tarkastelu. Tammi: Helsinki. 1982.
- Eskola J. ja Suoranta J. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. painos. Jyväskylä: Gummerus vai Vastapaino, 2003.
- Field P. A. ja Morse J. M. Hoitotyön kvalitatiivinen tutkimus. Helsinki: Kirjayhtymä. 1985.
- Fogel B. Psychological aspects of staying at home. *Generations*, 1992; 2: 15-19
- Gabriel Zahava ja Bowling Ann. Quality of life from the perspectives of older people. *Ageing & Society*. 2004; 24: 675-691.
- Granfelt R. Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Suomalaisen kirjallisuuden seura: Helsinki. Suomalaisen kirjallisuuden seuran toimituksia 702. 1998.
- Heikkilä M., Rintala T., Airio I ja Kainulainen S. Hyvinvointi ja tulevaisuus maalla ja kaupungissa. 2. painos. *Stakes. Helsinki. Tutkimuksia* 126. 2003.
- Heiskanen L. ja Tedre S. Ajatuksia asunnosta ja asumisesta. *Gerontologia*. 2008; 2: 100-103.

Holm P., Nivalainen S., Volk R. Työvoiman alueellisen liikkuvuuden kannustavuus. Teoksessa: Valtioneuvoston kanslia. Työvoiman alueellisen liikkuvuuden esteet ja kannustimet. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 1/2008. Yliopistopaino: Helsinki. 2008.

Hunnakko P. ja Palm J. Suurten ikäluokkien eläkeläisten maallemuuttopotentiali. Vaasan yliopisto. Levón-instituutti, Julkaisuja 2002; no. 100.

Hyyppä M. ja Mäki J. Why do Swedish-speaking Finns have longer active life? An area for social capital research. Health Promotion International. 2001: 16: 55-64

Itäpuisto T. Kotipesänä Pohjanmaa. Etelä-Pohjanmaan muuttajat ja kotiseudulla pysyneet. Siirtolaisinstituutin Pohjanmaan aluekeskuksen tutkimuksia No2. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy, 1999.

Iwarsson S. Ageing and supportive environments - An overview of European environmental gerontology. Luento seminaarissa Supporting healthy ageing – environmental issues. 15.1.2008. Jyväskylän yliopisto.

Jylhä M. Ageing, activity and environment. Luento seminaarissa Supporting healthy ageing – environmental issues. 15.1.2008. Jyväskylän yliopisto.

Jyrkämä J. ”Rauhaisesti alas illan lepoon”? Tutkimus vanhenemisen sosiaalisuudesta neljässä paikallisyhteisössä. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos. Tampere: 1995.

Kangasharju A., Kataja J-P. ja Vihriälä V. Suomen aluerakenteen viimeaikainen kehitys. Pellervon taloudellinen tutkimuslaitos PTT. Pellervon taloudellisen tutkimuslaitoksen työpapereita n:o 17. 1999.

Koivukangas O. Esipuhe. Teoksessa Itäpuisto T. Kotipesänä Pohjanmaa. Etelä-Pohjanmaan muuttajat ja kotiseudulla pysyneet. Siirtolaisinstituutin Pohjanmaan aluekeskuksen tutkimuksia No2. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy, 1999: 5-6.

Konttajärvi T. Pitkän matkan työssäkävijöiden muutto- ja etätyöpotentiaali Suomessa. Helsingin yliopiston maaseudun tutkimus- ja koulutuskeskus. Sarja B:20. 2000.

Korkiasaari J. Paluuoppilaiden sopeutuminen. Siirtolaisinstituutti. Siirtolaisuustutkimuksia A; 13. 1986.

Korkiasaari J. Liikkuvuus ja rakennemuutos. Maassamuutto ja työvoiman liikkuvuus osana yhteiskunnan rakennemuutosta. Työministeriö. Työpoliittinen tutkimus Nro11. 1991.

Korkiasaari J. ja Söderling I. Muuttoliike. Teoksessa Koskinen S., Martelin T., Notkola I-L., Notkola V. ja Pitkänen K. (toim.) Suomen väestö. Hämeenlinna: Gaudeamus, 1994: 226-264.

Korkiasaari J. ja Söderling I. Muuttoliike. Teoksessa Koskinen S., Martelin T., Notkola I-L., Notkola V., Pitkänen K., Jalovaara M., Mäenpää E., Ruokolainen A., Ryytänen M. ja Söderling I. (toim.) Suomen väestö. 2., uudistettu laitos. Helsinki: Gaudeamus, 2007: 239-270.

Korosec-Serfaty P. Experience and Use of the Dwelling. Teoksessa Altman I. ja Werner C. M. (toim.) Home environment. Advances in Theory and Research. New York: Plenum Press, 1985: 65-86.

Koskinen S., Aalto L., Hakonen S. ja Päivärinta E. Vanhustyö. Jyväskylä: Vanhustyön keskusliitto, 1998.

Koskinen S. Kyliltä kaupunkiin. Teoksessa Koskinen S., Hakapää L., Maranen P. ja Piekkari J. Kolmasikäisten elämää pohjoisissa kaupungeissa. KaupunkiElvi-hankkeen tutkimustuloksia. Rovaniemi: Lapin yliopisto, 2007: 1-14.

Kukkonen T. Muuttuivatko muuttajat? Tutkimus maalta kaupunkiin muuttaneiden ikääntyvien ihmisten habituksesta. Gerontologia. 1993; 2: 112-122.

Kultalahti O. Yhteiskunta ja alue: johdatus alueelliseen ajattelutapaan. 2., uudistettu painos. Tampere: Finnpublishers Oy. 1990.

Kumpulainen M. Maallemuuttajat Tutkimus Joensuusta ympäristökuntiin suuntautuvista muutoista. Kulttuuri- ja suunnittelumaantieteen tutkimuksia. Joensuun yliopisto, Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Joensuu 1993.

Kylmä J. ja Juvakka T. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy. 2007.

Kytö H. Muuttajan muuttuvat motiivit eräissä suomalaisissa kaupungerissa 1980- ja 1990-luvuilla. Suomen kuntaliitto. Helsinki. 1998.

Latvala E. ja Vanhanen-Nuutinen L. Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: Sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen S. ja Nikkonen M. (toim.) Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva: WSOY. 2001: 21-43.

Lemponen V. Kotona mahdollisimman pitkään. Maaseudulla asuvien 65-74-vuotiaiden näkemyksiä hyvinvointipalveluista. Helsingin yliopiston maaseudun tutkimus- ja koulutuskeskus, raportteja ja artikkeleita 80. Seinäjoki. 2001.

Lin Ge. Elderly migration: Household versus individual approaches. *Pap Reg Sci* 1997; 76(3): 285-300.

Nieminen H. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus. Teoksessa Paunonen M. ja Vehviläinen-Julkunen K. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 1997: 215-221.

Nieminen M. Maassamuuton uudet kuviot. Teoksessa Heikkilä E. (toim.) Muuttaako Onni maalle? Suurten ikäluokkien valinta. Muuttoliikesymposium 2005. Turku: Siirtolaisinstituutti. 2006: 28-37.

Nieminen T. Synnyttääkö sosiaalinen pääoma hyvää terveyttä? 2006. Kansanterveyslaitos [www-dokumentti]. Päivitetty 23.11.2006 [viitattu 7.11.2008]. <http://www.ktl.fi/portal/1191>

Nivalainen S. Maallemuuttajat – millaisia he ovat? Pellervon taloudellinen tutkimuslaitos PTT. Pellervon taloudellisen tutkimuslaitoksen työpapereita n:o 59. 2002.

Nykänen S. Kot´on paras paikka. Kotona asumisen merkitys ikääntyvälle. KaupunkiElvi-hankkeen osaraportti 2. Lapin yliopisto. Rovaniemi. Lapin yliopistopaino. 2007.

Okko P., Miettilä A. ja Oikarinen E. Muuttoliike pakottaa rakennemuutokseen. Kunnallisan kehittämissäätö. Kunnallisan kehittämissäätöön tutkimusjulkaisut nro 24. 2000.

Oswald F. ja Wahl H-W. Dimensions of the Meaning of Home in Later Life. http://psychologie.uni-heidelberg.de/ae/apa/pdf/fo_dimensions_2005.pdf (lainattu 26.5.2008)

Parviainen S. Vanhan ihmisen muutto ja sopeutuminen uuteen ympäristöön. Korttelikohtainen ja alueellinen vanhustyö kotona asumisen tukena-projektin kokemuksia. Vanhus- ja lähimmäispalveluliitto ry. Kehittyvät vanhuspalvelut. Julkaisuja 1996:1. Helsinki: Hakapaino Oy.

Pietikäinen S. Oikeus arvokkaaseen minuuteen kaupungissa. Teoksessa Karisto A. (toim.) Vanhuus kaupungissa. Miina Sillanpään syntymän 130-vuotisjuhlakirja. Juva: WSOY. 1997: 70-85.

Pohjola A. Maata jossa kasvoin, kannan mukana mun... Lapin korkeakoulun yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja B. Tutkimusraportteja ja selvityksiä 6. 1989.

Riikonen H. Aluetietoisuuden sisältö paikallisyhteisössä. Sukupolvet ja muistinvaraiset alueet. Teoksessa Haarni T., Karvinen M., Koskela H. ja Tani S. (toim.) Tila, paikka ja maisema. Tutkimusretkiä uuteen maantieteeseen. Tampere: Vastapaino. 1997: 179-189.

Rogan R, O´Connor M ja Horwitz P. Nowhere to hide: awareness and perceptions of environmental change, and their influence on relationships with place. *Journal of Environmental Psychology* 2005; 2: 147-158.

Roos J.P. Elämäntavasta elämänkertaan. Jyväskylä: Tutkijaliitto. 1988.

Rowles G. D. Place and personal identity in old age: Observations from Appalachia. *J Environ Psychol* 1983; 4: 299-313.

Saarenheimo M. ja Pietilä M. Iäkkäät omaishoitajat – omaisia vai hoitajia? *Gerontologia* 2003; 3: 139-148.

Saarenheimo M. Omaishoidon alkulähteillä: perhe ja koti hoivan kehyksinä. Teoksessa Saarenheimo M. ja Pietilä M. (toim.) *Kaksin kotona. Iäkkäiden omaishoitoperheiden arjen ulottuvuuksia. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Vanhustyön keskusliitto. Tutkimusraportti 6.* 2005: 25-52.

Saegert S. The Role of Housing in the Experience of Dwelling. Teoksessa Altman I. ja Werner C. M. (toim.) *Home environment. Advances in Theory and Research.* New York: Plenum Press, 1985: 287-309.

Sarola J. P. Asuinympäristön ja paikan merkitys vanhalle ihmiselle. Teoksessa Uutela A. ja Ruth J-E. (toim.) *Muuttuva vanhuus.* Tampere: Gaudeamus. 1994:116-131.

Schwirian K. P. ja Schwirian P. M. Neighboring, Residential Satisfaction, and Psychological Well-Being in Urban Elders. *J Community Psychol.* 1993; 21: 285-299.

Siltaniemi A., Perälähti A., Eronen A. ja Londén P. Hyvinvointi, palvelut ja elämänlaatu Keski-Suomessa. III Yhteenveto ja johtopäätökset. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki 2007.

Simpura J. Sosiaalinen pääoma: toimivaa taloutta, terveyttä kaikille ja hyvää elämää. 2006. Kansanterveyslaitos [www-dokumentti]. Päivitetty 23.11.2006 [viitattu 7.1.2008]. <http://www.ktl.fi/portal/11912>

Sinisalo T. Väestön ikääntymisen haasteet kunnille. Teoksessa Heikkilä E. (toim.) *Muuttaako Onni maalle? Suurten ikäluokkien valinta. Muuttoliikesymposium 2005.* Turku: Siirtolaisinstituutti. 2006: 38-48.

Staats H. ja Hartig T. Alone or with a friend: A social context for psychological restoration and environmental preferences. *J Environ Psychol.* 2004; 24: 199-211.

Summanen A. Ikääntyneiden muuttoliike seutukuntien välillä vuosina 1997-2000. Yleisen sosiologian pro gradu-työ. Helsingin yliopisto, 2004.

Swenson M. M. The meaning of home to five elderly women. *Health Care Women Int.* 1998; 19: 381-393.

Taylor S. A. P. Place identification and positive realities of aging. *J Cross Cult Gerontol* 2001; 16: 5-20.

Tedre S. Asunnon vangit: ulos pääseminen sosiaalisena ongelmana. 162-171. Teoksessa: Helne T. ja Laatu M. Vääräyyskirja. Vammalan Kirjapaino Oy. Vammala. Kolmas painos. 2007. Kela. Kelan tutkimusosasto.

Tilastokeskus. Väestönkehitys itsenäisessä Suomessa - kasvun vuosikymmenistä kohti harmaantuvaa Suomea. 2007 A. [www-dokumentti]. Päivitetty 5.12.2007 [viitattu 6.11.2008]. <http://www.tilastokeskus.fi/tup/suomi90/joulukuu.html>

Tilastokeskus. Kuntien välinen muutto ikäryhmittäin 1972–2007, promillea. 2007 B. [taulukko]. Päivitetty 23.5.2008 [viitattu 6.11.2008]. http://www.tilastokeskus.fi/til/muutl/2007/muutl_2007_2008-05-23_kuv_002_fi.html

Tilastokeskus. Kuntien välinen muuttoliike iän, sukupuolen ja muuton suunnan mukaan alueittain 1987-2007. 2008. [taulukko]. Päivitetty 11.6.2008 [viitattu 13.6.2008]. <http://pxweb2.stat.fi/Dialog/Saveshow.asp>.

Tuomi J. ja Sarajärvi A. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi. 2006.

Valkonen T. ja Nikander T. Vanhojen ikäluokkien koon ja rakenteen muutokset. Teoksessa Pohjolainen P. ja Jylhä M (toim.) Vanheneminen ja elämäntilanne. Sosiaaligerontologian perusteita. Mänttä: Weilin+Göös. 1990:60-79.

Vehviläinen-Julkunen K. Hoitotieteellisen tutkimuksen etiikka. Teoksessa Paunonen M. ja Vehviläinen-Julkunen K. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 1997: 26-34.

Vilkko A. Ikääntyminen, muistot ja koti. Teoksessa Karisto A. (toim.) Vanhuus kaupungissa. Miina Sillanpään syntymän 130-vuotisjuhlakirja. Juva: WSOY. 1997: 168-183.

Vilkko A. Kodiksi kutsuttu paikka. Teoksessa Hyvärinen M, Peltonen E. ja Vilkko A. (toim.) Liikkuvat erot. Sukupuoli elämänkertatutkimuksessa. Tampere: Vastapaino. 1998: 27-72.

Vilkko A. Riittävästi koti. Janus 2000; 3: 213- 229.

Vilkko A. Kesämökin syksy. Gerontologia 2005; 3: 109-110.

Vilkko A. Kodin merkitys vanhetessa? Luento seminaarissa: ”Kohtaamisia arjessa – etiikka ja ihmiskuva vanhustyössä”. 26.1.2006. Helsingin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos.

Vilkko A. The policy of `ageing in place` - home as a location of ageing. Luento seminaarissa: “Supporting healthy ageing – environmental issues”. 15.1.2008. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos.

Väestönmuutokset 2002. Tilastokeskus. SVT. Väestö 2003:11. 2004.

Walker R. B. ja Hiller J. E. Places and health: A qualitative study to explore how older women living alone perceive the social and physical dimensions of their neighbourhoods. Social Science & Medicine 2007; 65: 1154-1165.

Zingmark K., Nordberg A. ja Sandman P. O. The experience of being at home throughout the life span. Investigation of persons aged from 2 to 102. Int J Aging Hum Dev 41 1995; 1: 47-62.

Åstedt-Kurki P. ja Nieminen H. Fenomenologisen tutkimuksen peruskysymykset hoitotieteessä. Teoksessa Paunonen M. ja Vehviläinen-Julkunen K. Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Juva: WSOY. 1997: 152-163.

Liite 1: Kirjoituspyyntö

OLETKO MUUTTANUT MAALTA?

KIRJOITTAISITKO MINULLE MUUTOSTASI MAALTA KAUPUNKIIN TAI KIRKONKYLÄÄN.

Teen päättötyötä terveystieteiden maisterin tutkintoani varten Jyväskylän yliopiston terveystieteiden laitokselle pääaineenani gerontologia eli vanhenemistutkimus. Kiinnostukseni kohteena on yli 65-vuotiaiden muutto maalta kaupunkeihin ja kuntien keskuksiin. Olen kiinnostunut juuri Sinun kokemuksistasi siitä, miltä maaseudulta kaupunkiin tai kirkonkylään muutto on Sinusta tuntunut ja kuinka se on vaikuttanut elämääsi sekä syistä, joiden vuoksi muutit.

Toivoisinkin nyt saavani Teiltä muuton yli 65-vuotiaina kokeneilta kirjoituksia, joissa kertoisitte omin sanoin kiinnostukseni kohteina olevista asioista. Toivoisin saavani kirjoituksenne 20.2.2008 mennessä.

Kirjoitelman loppuun toivoisin Teidän vielä laittavan seuraavat tiedot: muuttiteko yksin vai puolisonne tai jonkun muun kanssa, mistä minne muutitte, sukupuolenne, minkä ikäinen olette ja miten pitkä aika muutosta nyt on. Voitte laittaa halutessanne mukaan myös yhteystietonne mahdollisia lisäkysymyksiä varten. Tämä ei kuitenkaan ole välttämätöntä, vaan voitte kirjoittaa myös nimettömänä. Kirjoitelmanne ja antamanne tiedot käsitellään luottamuksellisesti.

Kiitokset jokaiselle kynääntarttujalle! Kirjoitelmasi on tärkeä.

Postita kirjoituksesi osoitteella:

Heli Kukkamäki

Karhentie 125

62160 Karhunkylä

tai sähköpostitse:

hemiinku@cc.jyu.fi