”Että jos vähän jotaki apua saa, niin sitte ihan pärjään kyllä”

Ikääntyneiden kotihoidon palveluja käyttävien naisten määritelmiä arjen toimijuudestaan

Heidi Piirto
Sosiaalityö
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Pro gradu-tutkielma
Huhtikuu 2013

”Että jos vähän jotaki apua saa, niin sitte ihan pärjään kyllä”

Ikääntyneiden kotihoidon palveluja käyttävien naisten määritelmiä arjen toimijuudestaan

Heidi Piirto
Sosiaalityön pro gradu-tutkielma
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Ohjaajat: Elina Virokannas, Anu Leinonen ja Mirja Satka
Huhtikuu 2013
116 sivua

Tässä tutkielmassa tarkastellaan ikääntyneiden kotihoidon palveluja käyttävien yksin asuvien naisten arjen toimijuutta. Tavoitteena on tutkia sitä, millaista naisten toimijuus heidän kertomanaan on ja miten naiset määrittelevät itsensä toimijoina. Tutkielman teoreettis-metodologinen viitekehys nojaa sosiaaliseen konstruktionismiin ja aineiston analyysissa on hyödynnetty diskurssianalyyttista lukutapaa ja osia semioottisen sosiologian metateoriaa koskevista pohdinnoista.

Aineisto koostuu seitsemästä 75─90-vuotiaan naisen haastatteluista, jotka on nauhoitettu kesän ja syksyn 2012 aikana. Haastattelut on toteutettu teemahaastatteluina haastateltavien kodeissa. Haastattelun teemoina olivat arki ja avun tarpeet, tyytyväisyys saatuun apuun, toiveet jatkossa sekä arjen voimavarat.

Analyysin pohjalta naisten arjen toimijuutta on hahmotettu arjen eri toimintojen ja niille annettujen merkitysten kautta sekä pärjäämispuheena omasta selviytymisestä kerrottaessa. Puheen arjen toiminnoista, kuten päivittäisistä toimista ja raha-asioiden hoitamisesta, välityksellä rakentuu kuva naisten avun tarpeista arjessa ja siitä, millaisena he itse oman toimijuutensa näkevät. Pärjäämispuheen tarkastelun avulla hahmottuu sen sijaan erilaisia keinoja, jotka auttavat haastateltuja selviytymään arjen toimissa ja yksin kotona. Pärjäämispuhe myös rakentaa tietynlaista kuvaa puhujastaan pärjäävänä ja kykenevänä yksilönä.

Analyysin perusteella tutkimukseen osallistuneet ikääntyneet naiset määrittelevät itsensä toimijoiksi ja osallisiksi omassa arjessaan silloinkin, kun avuntarve ja riippuvaisuus muiden avusta on suuri. Jos ikäihmisten arkea ja toimintaa tarkastellaan kapea-alaisesti vain joistakin näkökulmista käsin, se sivuuttaa paljon toimijuuden mahdollisuuksia, joita ikäihmisillä on toimintakyvyn tasosta riippumatta. Haastatelluilla naisilla toimintakyvyn kokonaisuus on kyllä yhteydessä toimijuuteen, mutta heikompikaan toimintakyky ei näytä estävän itseä tyydyttävää toimijuutta silloin, kun sille annetaan mahdollisuus. Toisaalta naiset loivat itse aktiivisesti itsestään kuvaa osallisina omassa arjessaan ja ottivat erilaisia rooleja suhteessa muihin ihmisiin ja arjen toimiin. Toimijuuden toteutumisen voikin ajatella olevan suoraan yhteydessä arjen ja elämisen mielekkäänä ja tyydyttävänä kokemiseen sekä ennaltaehkäiseviin vaikutuksiin toimintakyvyn kannalta. Haastateltujen kohdalla kokemus omasta kyvykkyydestä ja pärjäämisestä vaikuttaa olevan erityisen tärkeää arjen mielekkyyden kannalta. Toimijuuden korostuminen naisten puheessa ei silti merkitse avuntarpeiden puuttumista. Päinvastoin, monesti arkeen saatu apu mahdollistaa haastateltujen toimijuuden toteutumisen.

Avainsanat: ikääntyminen, avuntarpeet, toimijuus, arki, kotiin annettava apu

Sisällysluettelo

1 Johdanto ... 4
2 Ikääntyminen ja vanhuus ... 8
2.1 Sosiaalinen ikääntyminen ... 9
2.2 Onnistunut vanheneminen? ... 12
3 Ikääntyneen toimijuus ... 15
3.1 Sosiaalisen toiminnan lähtökohtia ... 16
3.2 Ikääntyneen toimintakyky ... 17
3.3 Ikääntyneen toiminta toimijuutena ... 18
3.4 Toimijuudesta toimijuuden modaliteetteihin ... 20
4 Ikääntyneen avuntarpeet ja niihin vastaaminen ... 22
4.1 Avuntarpeet arjessa ... 23
4.2 Apua kotona asumiseen ... 26
4.2.1 Epävirallista apua läheissuhteissa ... 28
4.2.2 Virallinen apu ─ laitoshoidosta avopalveluihin ... 30
5 Tutkimuksen lähtökohdat ja toteutus ... 36
5.1 Teoreettis-metodologinen lähestymistapa ... 37
5.2 Tutkimusaineiston keruu ja tutkimukseen osallistujat ... 39
5.2.1 Teemahaastattelu ... 39
5.2.2 Haastattelujen toteutuminen ... 41
5.2.3 Tutkimukseen osallistujat ... 42
5.3 Ikääntyneiden naisten haastattelujen analyysi ... 43
5.3.1 Sisällönanalyysi ja diskurssianalyyttinen metodi ... 44
5.3.2 Oman analyysiprosessin kuvaus ... 45
5.3.3 Tutkimuksen eettinen arviointi ... 49
6 Näkökulmia ikääntyneiden naisten toimijuuteen ... 54
6.1 Naisten toimijuus arjessa ... 54
6.2 Kotona asumisen merkitykset toimijuudelle ... 55
6.3 Arjen toiminnat ja niille annetut merkitykset ... 61
6.3.1 Päivittäiset toiminnat ... 61
6.3.2 Kodinhoito ja kunnossapito ... 69
6.3.3 Kodin ulkopuolinen asiointi ... 72

6.3.4 Raha-asioiden hoito ... 75
6.3.5 Sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutus ... 79
6.3.6 Harrastukset ja matkat ... 83
6.4 Yhteenvetoa naisten arjen toimijuudesta ... 86
6.5 ”Kyllä mä pärjään” ─ Puhe pärjäämisestä toimijuuden ytimessä ... 88
6.5.1 Itsenäisyys ja kyvykkyys ... 88
6.5.2 Vaatimattomuus ja kulttuuriset odotukset ... 91
6.5.3 Oman tilanteen ja toiminnan vertailu muihin ikäihmisiin ... 94
6.5.4 Tavat ja tottumukset ... 97
6.5.5 Ikääntymiseen sopeutuminen ... 98
7 Päätelmät ... 101
Lähteet ... 108

1 Johdanto

Ikääntyneet ja vanhukset on monesti haluttu luokitella vanhusryhmään, johon kuuluvilla on katsottu olevan samanlaisia tarpeita, toimintatapoja, ajatuksia ja elämäntyylejä. Toisille ikääntyneen arjesta puhuttaessa voi silmien eteen muodostua mielikuva keinutuolissa istuvasta, joko televisiota katselevasta tai käsitöitä tekevästä vanhuksesta. Toiset taas saattavat nähdä mummon tai papan maratonia juoksemassa. Molemmat edellä mainitut esimerkit ovat tavallaan ääripäitä ja variaatioita on paljon. Ikääntyneiden ihmisten arki ja elämäntyylit vaihtelevat ja erot ikäihmisten välillä saattavat olla suurempia kuin mitä ne ovat muissa ikäryhmissä (esim. Karisto 2006, 7). Usein iäkkään ihmisen arki keskittyy kotiin ja arjen askareiden ympärille, mutta se voi olla muutakin. Lisäksi arkeen ja kotiin sisältyy eritason toimintoja ja toimijuutta, joiden suhteen ikäihmiset eroavat toisistaan. Myöskään toimintakyvyn aste ja arjen toimijuuden taso eivät mene aina yksiin. Hyvin hauraallakin ihmisellä voi olla paljon toimijuutta jäljellä.

Yksiulotteiset ”joko tai” – näkökulmat eivät ole ainoita ikäviä vanhuuteen ja ikääntymiseen liitettyjä seikkoja. Toisinaan saatetaan ajatella, että ihminen menettää vanhetessaan suuren osan itsestään, jolloin häntä ei välttämättä nähdä enää kokonaisvaltaisesti monipuolisia ominaisuuksia kantavana ja käyttävänä ihmisenä tai aina edes täysivaltaisena yhteisön jäsenenä. Länsimaisessa kulttuurissa vanhaan ihmiseen liitetään mielikuvia lapsuudesta ja riippuvaisuudesta, jotka ovat läsnä myös ikääntyneiden omissa kokemuksissa (Jolanki 2009, 27). Näin ollen sekä lapsiin että ikäihmisiin liitetään riippuvaisuus muista ja muita suurempi avuntarve. Tämä näkökulma ohittaa sen seikan, että jokainen iästä tai ikävaiheesta huolimatta tarvitsee elämässään apua ja on tietyssä määrin riippuvainen muista. Toki avuntarve voi lisääntyä ja toimintakyky heikentyä ikäännyttäessä, mutta iän lisääntyminen ei automaattisesti tarkoita rajoituksia toimintakykyyn.

Ikääntyneet elävät arkeaan kuten muutkin ihmiset: niillä edellytyksillä ja niissä puitteissa, mikä kulloinkin on mahdollista. Vanhuus ei ole muusta elämästä erillinen vaihe, vaan ikäihminen kantaa sisällään kaikkia elämiään ikävaiheita, kokemuksiaan ja muistojaan. Vanheneminen on kokonaisvaltaista ja yksilöllistä sekä myös hyvin subjektiivinen kokemus, joka on tiiviissä yhteydessä kulloisenkin kulttuurin ja yhteiskunnan piirteisiin. Nyky-yhteiskunnassa ikääntyminen on erilaista kuin se oli vaikkapa vielä 1950-luvulla, jolloin ikäihmiset asuivat usein sukupolvien yhteistaloudessa, esimerkiksi oman lapsensa kanssa samassa talossa. Yhteinen piirre lienee kuitenkin se, että edelleen omaiset ja perhe ovat merkittäviä avuntarjoajia ikäihmisille. (Koskinen ym. 1998; Tomassini ym. 2004, 54; Vilkko ym. 2010b.)

Nykyinen hoivapalveluiden kehityssuunta vaatiikin yhä enemmän voimia iäkkäiltä ja omaisilta itseltään, jotta ikääntynyt selviytyisi itsenäisesti kotona ja saisi tarvitsemansa palvelut. Apua arkeen saadaan niin epävirallisilta kuin virallisiltakin tahoilta. Etenkin perheen ja läheisten antama apu, esimerkiksi kotihoidon palvelujen rinnalla, on erityisen merkittävää ikäihmisten arjen avuntarpeisiin vastaamisessa. Eniten apua iäkkäille antavatkin omat lapset puolisoineen. (Esim. Blomgren ym. 2006.) Tuettaessa ikäihmisten toimijuutta arjessa läheisillä on merkittävä rooli. Esimerkiksi omat lapset, joilta apua saadaan, eivät vain auta välttämättömissä arjen askareissa, kuten siivoamisessa, vaan heillä voi olla mahdollisuus järjestää aktiviteetteja ja ohjelmaa iäkkään arkipäivään. He saattavat lisäksi olla merkittävä tuki ja turva arjen asioiden hoitamisessa sekä yhteys sosiaalisiin kontakteihin. Omaisten apu ja tuki voi näin ollen edesauttaa ikäihmisten laajempaa hyvinvoinnin ja onnellisuuden kokemista.

Merkittävässä osassa niillä, jotka apua kotiin saavat, ovat myös kotihoidon palvelut jokapäiväisen elämän turvaamisen kannalta sekä erilaiset ostopalvelut, joita käytetään apuna etenkin enemmän ponnisteluja vaativien kotitöiden tekemisessä. Kotihoidon rooli ikäihmisten arkielämässä ei rajoitu vain välttämättömimmän avun tarjoamiseen vaan se voi luoda merkittävää turvallisuuden tunnetta asiakkailleen ja mahdollistaa sosiaalisten kontaktien jatkuvuutta toimintakyvyn heikentyessäkin.

Raskaammat kodin askareet, kuten siivous sekä kodin ulkopuolinen asiointi tuottavat eniten avuntarpeita itsenäisesti asuville ikäihmisille (Vaarama 2004; Andersson ym. 2004; Vilkko ym. 2010a). Avuntarpeet ja niihin vastaaminen ovat kiinteässä yhteydessä iäkkään ihmisen toimijuuteen ja sen edellytyksiin. Avunsaanti niissä asioissa, joissa avuntarpeita on, edistää ikääntyneen monitahoisemman toimijuuden toteutumista sekä elämän mielekkyyden kokemista. Kun apu kohdentuu sitä tarvitseville ja niihin toimiin, joissa sitä tarvitaan, vapauttaa se ikäihmisten voimavaroja muihin elämänlaatua edistäviin toimiin silloin, kun toimintakyky on rajoittunut.

Ikääntyneenkin ihmisen arkielämä koostuu päivittäisistä rutiineista, eli arjen pyörittämisestä, oman itsen ja kodin hoidosta. Se voi koostua lisäksi sosiaalisista suhteista ja osallistumisesta yhteisön elämään sekä kaupassa käynneistä, laskujen maksamisesta ja muiden arjen asioiden hoitamisesta. Arkeen olisi myös vanhetessa mahdollistettava elämäniloa ja mielihyvää tuovia asioita. Keskeisimpiä asioita ikääntyvien hyvän elämänlaadun kannalta onkin todettu olevan sosiaaliset suhteet, kodin ja naapuruston sosiaalinen pääoma, psyykkinen hyvinvointi, aktiviteetit ja harrastukset, terveys- ja toimintakyky sekä sosiaaliset roolit ja niissä toimiminen. Myös suotuisat taloudelliset olosuhteet ja taloudellinen riippumattomuus korostuvat hyvän elämänlaadun kokemuksessa, kuten myös se, että ikäihmiset voivat luottaa tarvittaessa saavansa apua. (Gabriel & Bowling 2004; Vaarama ym. 2010.)

Ikääntyneiden arkielämään ja sen tavallisiin toimiin tuleekin kiinnittää erityistä huomiota, jos halutaan auttaa ikääntyvää elämään mahdollisimman hyvää ja onnellista elämää. Unohtaa ei saa myöskään inhimillistä ja hyvää terveydenhoitoa. (Esim. Vaarama 2004.)

Ikääntyneisiin ja vanhuksiin liitetty tutkimus on perinteisesti lähestynyt ikääntymistä toimintakyvyn näkökulmasta, etenkin terveystieteissä ja psykologiassa (esim. Jyrkämä 2003a ja 2003b). Sosiaali- ja yhteiskuntatieteissä on painotettu enemmän iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluiden tutkimista sekä hoivan eri kysymyksiä, kuten asiakaslähtöisyyttä ja itsemääräämisoikeutta. Ikääntyneiden arkea on sen sijaan tutkittu monesti avuntarpeiden, palvelujen saatavuuden ja elämänlaadun näkökulmasta (esim.Vaarama 2004;Vaarama ym. 2010). Yhä enemmän tutkimuksen kohteena, etenkin sosiaaligerontologiassa on kuitenkin ikääntyneen toimijuus arkielämässä. Toimijuus sinällään on ollut jo pitkään sosiologisen tutkimuksen kiinnostuksen kohteena eikä kyseessä näin ollen ole uusi asia. Sen sijaan toimijuuden liittäminen ikääntyneiden arkielämän tutkimiseen on paljon uudempi tarkastelutapa, johon kaivataan monipuolisempia teoreettisia katsantokantoja ja tutkimusta, joka tarkastelee ikääntyviä ihmisiä toimijuuden näkökulmasta. (Jyrkämä 2003a, 2004, 2007b, 2008.)

Sosiaalityössä ja sosiaalityön tutkimuksessa ikääntymiseen ja vanhuuteen liittyvät teemat ovat olleet taka-alalla moneen muuhun kiinnostuksen kohteeseen, kuten lastensuojeluun tai sosiaalisiin ongelmiin nähden. Vanhustyö ei myöskään ole kuulunut sosiaalityön ytimeen ja sen arvostus on sosiaalityön piirissä ollut heikkoa. (Esim. Kröger ym. 2007,7.) Muutokset ikääntyneiden ja vanhusten palvelujärjestelmässä, lisääntyvä medikalisoituminen ikäihmisten hoivassa sekä kasvava ikääntyneiden joukko ovat esimerkkejä siitä, miksi myös sosiaalityössä on alettu viime vuosina kiinnittää ikääntyneisiin enemmän huomiota. Ikääntyneiden parissa työskentelee tällä hetkellä yhä enemmän vanhussosiaalityöntekijöitä tai toisin sanoen gerontologisen sosiaalityön ammattilaisia. Sosiaalityön ja yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen sisälläkin otetaan yhä enemmän tarkastelun kohteeksi sosiaalisen näkökulman vahvistaminen, asiakaslähtöisyys ja iäkkään itsemääräämisoikeuden edistäminen. (Esim. Anderson ym. 2004; Järnström 2011.)

Aikaisempien tutkimusten perusteella voi päätellä, että ikääntyviin kohdistettavan tutkimuksen tulisi tarkastella kulloistakin tutkittavaa ilmiötä siten, että huomioon otetaan ikäihmisten koko elämänkirjo ja kokonaisuus. Toisin sanoen ikääntyneitä ja heidän elämäänsä tarkasteltaessa olisi tärkeää kiinnittää huomiota kontekstiin, kuten ympäröivään yhteiskuntaan, kulttuuriin, aikaan ja paikkaan sekä muihin moninaisiin taustatekijöihin, kuten ikäihmisten yksilöllisiin elämäntilanteisiin ja tapahtumiin. Jokainen ikäihminen tulisi nähdä yksilönä, jolla on oma tarinansa, omat tarpeensa ja yksilöllinen vanhuutensa, mutta joka ei silti ole irrallinen ympäristöstään. Ketään ei tulisi yrittää ymmärtää

ainoastaan suhteessa ikään ja tiettyyn ryhmään kuulumiseen, sillä ikääntyminen ilmiönä on hyvin moniulotteinen ja erot ikääntyneiden välillä ovat suuria.

Aikaisempi tutkimus tuo esiin myös tärkeyden kehittää ikäihmisille suunnattuja palveluita ja tukitoimia heidän itsensä näkökulmasta. Iäkkään oman näkökulman huomioiminen on ensisijaisen tärkeää palvelujärjestelmän toimivuuden ja sen tarpeisiin vastaavuuden kannalta. Yleisesti ottaen ihmisten omat kokemukset arjesta ovat yhteydessä siihen, että iän karttuessa ja toimintakyvyn heikentyessäkin voisi elää mahdollisimman hyvää ja arvokasta elämää ja kokea sen mielekkääksi.

Tässä tutkielmassa yhdistyvät sekä sosiaalityön että sosiaaligerontologian tutkimusnäkökulmat. Keskiössä on ikääntyneiden arki ja toimijuus heidän itsensä kokemana. Iäkkäiden arkeen liittyvällä toimijuuden tutkimisella vaikuttaakin olevan tilaa ja sen tarkastelu voi tuoda esiin erilaista tietoa ikäihmisten selviytymisestä arjen toimissa ja erilaisissa ympäristöissä. Toimijuuden tutkiminen voi auttaa lisäksi kehittämään ikääntyneille suunnattuja palveluja sekä edistää iäkkäiden kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin yhteydessä olevien seikkojen ymmärtämistä. Ylipäätään se saattaa valottaa ikäihmisten ajattelutapoja sekä arkielämää ja hälventää osaltaan ennakkoluuloja niitä kohtaan. Toimijuuden näkökulma on omalla tavallaan vastakkainen stereotyyppisille vanhuuskäsityksille, sillä se korostaa ikääntyneen omaa toimintaa ja roolia omassa elämässään vielä toimintakyvyn heikentyessä ja raihnaisenakin. Rajoitukset toimintakyvyssä ja riippuvaisuus muiden avusta eivät toimijuuden kontekstissa tarkoita automaattisesti päätäntävallan, itsemääräämisoikeuden ynnä muun katoamista elämästä (esim. Kröger ym. 2007, 13).

Olen haastatellut tutkielmaani varten seitsemää 75─90-vuotiasta yksin asuvaa naista. Raportissa käytän haastatelluista nimitystä ikääntynyt vanhuksen sijaan, sillä heidän ikänsä ja avuntarpeensa vaihtelevat suuresti. Arjen toimijuuden ja avuntarpeiden tarkastelun kautta tutkielmalla on yhteys ikääntyneiden elämänlaadun ja hoivan tutkimukseen. Kiinnostuksen kohteina ovatkin osaltaan myös ikääntyneille suunnatut sosiaalipalvelut ja avunantajatahot. Niitä tarkastellaan kotihoidon palveluita käyttävien naisten käsityksinä siitä, mitkä tekijät auttavat heitä asumaan itsekseen kotona. Heidän puheessaan rakentuu kuva kotiin annettavasta avusta sen vastaanottajan näkökulmasta katsottuna. Ennen kaikkea tarkastelussa on kokonaisvaltainen arki, ei vain vastaaminen tiettyyn tarpeeseen ja siitä saatu hyöty. Näkyvimpien tavoitteiden lisäksi tutkielman taustalla olevana laajempana ajatuksena voidaan pitää ikääntyneen oman äänen esiintuomista. Tällä on kiinteä yhteys sosiaalityölle tyypilliseen asianajotyöhön ja asiakkaan oikeuksien puolesta puhumiseen, mikä on osa gerontologisen sosiaalityöntekijänkin työtä.

Tarkoituksenani on tutkia sitä, millaisena kotihoidon palveluja käyttävien ikääntyneiden naisten toimijuus näyttäytyy heidän kertomanaan ja miten naiset määrittelevät itsensä toimijoina. Kuvaan tutkielmassani naisten arjen toimijuutta yhtäältä itsenäisyyden ja toisaalta avuntarpeiden kautta. Analyysi rakentuu toimijuuden modaliteettien *kyetä, osata, haluta, voida, täytyä* ja *tuntea* pohjalta painottuen aineiston mukaisesti, siten että perusteellisemman tarkastelun kohteena ovat ne modaliteetit, joihin naisten puhe eniten viittaa.

2 Ikääntyminen ja vanhuus

Ikääntyminen on paitsi yhteiskunnallisesti ajankohtainen myös jokaista ihmistä koskettava arkinen asia. Väestö ikääntyy jatkuvasti, eli vanhimpien ikäryhmien osuus väestöstä kasvaa. Kasvuun vaikuttavat Suomessa alhainen syntyvyys, pidentynyt elinikä sekä suurten ikäluokkien eläkkeelle jääminen. (Eräsaari 2007, 13.) Väestön ikääntyminen ja siihen liittyvät, etenkin korkeassa iässä (n. 80. ikävuoden jälkeen) ilmaantuvat eriasteiset toimintakyvyn vaikeudet, ovat tehneet ikääntymisestä yhteisen huolenaiheemme. Huolenaiheet liittyvät erityisesti palvelujärjestelmän laatuun ja riittävyyteen sekä hoivan kustannuksiin (Vaarama & Voutilainen 2002, 352). Osin negatiiviset asenteet ikääntymistä ja vanhana olemista kohtaan eivät myöskään edistä ihmisarvoa ylläpitävien palveluiden ja hoivan kehittämistä eivätkä vanhojen ihmisten asemaa yhteisöjen jäseninä. Keskustelua ikääntymisestä leimaakin ongelmapainotteisuus (Eräsaari 2007, 14).

Ikääntyminen näkyy ja vaikuttaa muillakin yhteiskunnan tasoilla. Esimerkiksi jo keski-iästä lähtien aletaan puhua ikäsyrjinnästä työpaikoilla. Toisaalta halutaan nostaa eläkeikää, vaikka nykyistä rajaa 63─65-vuotta eivät monet saavuta. Esimerkiksi vuonna 2009 suomalaisten työnjättöikä oli keskimäärin 61,7 vuotta (Average exit age…2012). Ikä liittyy olennaisena osana ihmisten elämään myös laillisten ikärajojen kautta, jotka sallivat tietyt asiat tietyn ikäisille, kuten alkoholin käytön tai autolla ajamisen. On olemassa lakiin perustumattomia yhteisöllisesti määriteltyjä ikärajojakin, jotka kertovat siitä, millainen toiminta on kullekin ialle soveliasta. Tieteessä voidaan lisäksi tehdä tutkimusta ja muodostaa teorioita siitä, mitä tietty ikävaihe pitää sisällään tai mitä siihen olisi tarpeen kuulua.

Ikääntymiseen liitetään monesti stereotyyppisiä käsityksiä, minkä vuoksi iäkkäisiin ja vanhuuteen saatetaan suhtautua hyvin mustavalkoisesti. Joskus suhtautumistapana on yhdistää vanhenemiseen ja vanhana olemiseen tietyt, yleensä negatiiviset piirteet. Vanhuuteen ikävaiheena voidaan liittää esimerkiksi sairaudet, riippuvuus muista, raihnaisuus ja kykenemättömyys. Jolanki (2009) toteaakin tutkimuksensa pohjalta, että vanhat ihmiset kokevat, että tietyn iän jälkeen heitä aletaan kohdella ”vanhojen ryhmänä” eikä eroja yksilöiden välillä nähdä. Käsityksiä vanhuudesta ja vanhoista ihmi-

sistä tuntuukin vaivanneen tietynlainen pysähtyneisyys ja yksiulotteisuus. Vanhuus on nähty ’joko tai – ilmiönä’ sen sijaan, että vanhuus olisi ’sekä että’ tai vielä enemmän.

Toisaalta vanhoja ihmisiä myös ihaillaan oletetun viisauden ja elämänkokemuksen karttumisen vuoksi ja painotetaan vanhuuden voimavaroja. On pidetty tärkeänä vaikkapa sukupolvien välisen vuorovaikutuksen vahvistamista. Muodostuva kuva vanhuudesta onkin usein kaksijakoinen. Yhtäältä vanhenemisesta ja ikääntymismuutoksista on tullut pelottava ja välteltävä seikka elämänkulussa, toisaalta kunnioitettava ja myös odotettava elämänvaihe. (Esim. Koskinen 2004, 25.) Toisinaan kuuleekin ihmisten odottavan esiemerkiksi eläkkeelle pääsyä tavoitteenaan sitten toteuttaa kaikki se, mitä työssäoloaikana ei ole voinut. Tämä on yhteydessä paljon esillä olleeseen aktiiviseksi miellettyyn kolmanteen ikään (esim. Karisto 2004).

Ikääntymistä voidaan tarkastella esimerkiksi biologisena, psyykkisenä, sosiaalisena tai kronologisena ikänä sekä nykyään yhä enemmän myös kulttuurisena, persoonallisena, subjektiivisena ja kokemuksellisena ikänä (esim. Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 16─17) Vanhusten ja ikääntyvien ryhminä tarkastelun rinnalle on yhä voimakkaammin tullut yksilöllinen ja subjektiivinen näkökulma. Jos vanhuus nähtiin teollisena aikana homogeenisenä elämänvaiheena, nyt se on yhä monikasvoisempi, moniäänisempi ja vaihteleva. Eroja on niin ikääntyneiden ikäryhmien kuin ikääntyneiden yksilöidenkin välillä. Keskenään samanlaista ei ole myöskään ikäihmisten puhe omasta vanhenemisestaan ja kokemuksellisesta iästään. (Koskinen 2004, 27─28,30.) Ei ole olemassa tiettyä ikärajaa, jonka jälkeen ihminen muuttuu vanhaksi ja menettää jotain oleellista itsestään. Kehitys jatkuu läpi elämän, jos sille antaa mahdollisuuden.

2.1 Sosiaalinen ikääntyminen

Ikääntymistä ja vanhuutta käsitellään eri tahoilla usein vaikeuksien ja haasteita aiheuttavien muutoksien sekä sairauksien kautta. Kun käsitellään biologista tai kronologista ikää, mainitaan usein, että tietystä ikävuodesta lähtien vanhenemismuutokset alkavat kiihtyvästi lisääntyä ja että tietyt toimintakyvyn ongelmat ja sairaudet alkavat esiintyä yhä useammalla ikäryhmään kuuluvalla. Puhutaan niin sanotusta lääketieteellisestä näkökulmasta ja vanhuuden medikalisoitumisesta.

Vaikka erilaiset toimintakyvyn vajavuudet ja sairaudet ovat monen ikääntyneen arkea, niin painopisteen säilyttäminen vain ongelmissa häivyttää helposti vanhassa iässäkin piilevät kyvyt kehitykseen ja muutokseen sekä siinä olemassa olevat mahdollisuudet ja voimavarat. Ikääntymisen ja vanhuuden tarkastelu sosiaalisesta käsin mahdollistaa niiden ymmärtämisen kokonaisvaltaisemmin, myös ihmisten erilaisten elämänalueiden, kuten sosiaalisten suhteiden ja yhteisöön kuulumisen sekä elinympäristöjen näkökulmasta. Koskisen ym. (1998,118) mukaan oleellisinta sosiaalisen vanhe-

nemisen kannalta onkin, että se laajentaa yksilönäkökulman ulottumaan ikääntyneen ja hänen ympäristönsä ja koko yhteiskunnan väliseen suhteeseen.

Sosiaalisen vanhenemisen määrittely ei ole yhtä tarkkaa kuin on psyykkisen ja fyysisen vanhenemisen, ja monesti kuva vanhenemisen sosiaalisuudesta jää vain joidenkin näkökohtien varaan. Biologisperustainen vanheneminen saa sosiaalisen muodon arkisissa toiminnoissa ja vuorovaikutuksessa. Pitkälti kyse on siitä, millaisia mielikuvia muilla ihmisillä vanhenemisesta ja vanhoista ihmisistä on ja mitä he odottavat ikääntyneiltä. Vanhoilla ihmisillä itselläänkin on mielikuvansa siitä, mitä he voivat odottaa nuoremmilta ihmisiltä. (Koskinen ym. 1998,118,122─124.)

Esimerkiksi Jolanki (2009,88) ottaa esille eri ikäpolville tuotetut kulttuuriset käsitykset, jotka määrittelevät ihmisen aseman vanhana. Hänen mukaansa vanhemman ja nuoremman sukupolven välinen suhde voidaan tulkita siten, että vanhat ihmiset antavat tilaa nuoremmilleen, joilla ei vielä ole samoja elämänkokemuksia kuin heillä. Ikääntyneet eivät näin ollen välttämättä odota nuoremmalta sukupolvelta apua, koska elämäntilanteet ovat erilaiset. Nuoremmilla on työnsä ja kiireensä, joiden voidaan katsoa rajoittavan avun tarjoamisen mahdollisuuksia.

Sosiaalinen vanheneminen on yhteisöjen ja yhteiskunnan lisäksi yhteydessä historialliseen kontekstiinsa. Aiemmin mainitut odotukset vanhenemisen ja vanhuuden suhteen ovat myös aikansa tuotteita. Kuten ihmisen koko elämänkulkuun, ikääntymiseenkin vaikuttavat ympäröivän yhteiskunnan kehittyminen, työ- ja koulutusmahdollisuudet sekä perhe-elämälle ja vapaa-ajalle annetut merkitykset. Lisäksi erilaiset ikävaihekohtaiset rooliodotukset ja siirtymät antavat merkityksensä ihmisen ikääntymiselle, esimerkiksi ikäkohtaisten normien ja odotusten muodossa. Yksilön ja yhteiskunnan eri tasojen välinen suhde ja toiminta ovat välttämättömiä sosiaalisen ikääntymisen kannalta. (Koskinen ym. 1998, 122,132; Salonen 2007, 30,32.) Ikääntyvä yksilö vanhenee suhteessa ympäristöönsä ja myös sopeuttaa toimintaansa sen mukaisesti. Kyseessä on molemminpuolinen toiminta, jolloin ihminen ei ole vain ulkoapäin tulevan ohjauksen varassa, vaan aktiivinen toimija omassa elämässään.

Ikääntyvien ihmisten toiminta ja toimijuus arjessa sekä niille annetut määritykset ovat myös oleellisia sosiaalisen vanhenemisen näkökulmia. Se, miten ikäihmiset merkityksellistävät omaa toimijuuttaan liittyy osaltaan erilaisiin vanhuuskuviin. Jolanki (2009) tuo esiin monipuolisemman vanhuuskuvan tärkeyden. Hänen mukaansa näkemys vanhojen ihmisten omatoimisuudesta ja aktiivisuudesta voisi kyseenalaistaa vanhuuden mieltämisen vain raihnaisuudeksi ja yhteiskunnasta irtaantumiseksi. Kuitenkin, jos vanhuus halutaan nähdä kokonaisvaltaisesti, myös raihnaisuus ja yhteiskunnasta irtautuminen tulisi hyväksyä yhdeksi tasavertaiseksi tavaksi olla vanha. Vanhana oleminen vain ak-

tiivisena ja omatoimisena ei ole läheskään aina realismia. Lisäksi voimavarojen liika painottaminen voi johtaa siihen, että apua tarvitsevat ikäihmiset eivät saa riittävästi apua. Tällöin voidaan ajatella, että ei ole inhimillistä korostaa vain aktiivisuutta, koska silloin on vaarana, että hyväksytään ainoastaan yhdenlainen tapa olla iäkäs ja vanhuuden raihnainen puoli jätetään vähemmälle huomiolle.

Karisto (1999, 175) kritisoikin nykyistä vanhus-sanan kiertämistä siitä, että se viestittää osaltaan vanhuudessa olevan jotakin vikaa. Vanhus-sanalla onkin ollut negatiivinen sävy liittyen raihnaisuuteen ja sairastavuuteen, mutta kyse ei ole ainoastaan sanasta. Jostakin syystä kaikki vanhenemiseen ja vanhuuteen liitetty negatiivisuus on kiteytynyt tähän nimenomaiseen ’vanhuuteen’. Sen takia on puhuttava senioreista ja ikäihmisistä, mikä sulkee ulkopuolelleen todellisen riippuvaisuuden, haurauden ja avun tarpeet. Raihnaisuus ei ole miellyttävää eikä muodikasta, mutta kaikenlaisia vanhoja ihmisiä pitäisi koskea sama oikeus arvokkaaseen elämään.

Vanhenemiseen, kuten muihinkin muutoksiin ja elämäntapahtumiin voidaan reagoida joko niin, että ne otetaan annettuna, kohtalonomaisena tai niin, että niihin voi itse vaikuttaa omilla teoilla ja valinnoilla. Suhtautumistapa voi olla näiden ääripäiden välilläkin. Jolanki (2009) selvitti tutkimuksessaan, että vanhat ihmiset liittivät vanhuuteen toisaalta terveysongelmat ja avuntarpeet, mutta toisaalta he kokivat, että elämään voi vanhana vaikuttaa omilla valinnoilla. Hän herättelee tutkimuksensa pohjalta kysymyksen siitä, voiko kohtalonomaista vanhuutta käyttää puolustuksena oikeuttamaan avuntarve tai se, ettei enää kykene johonkin.

Ajatus on mielenkiintoinen senkin vuoksi, että nuoremmat ihmisetkin puolustelevat tekemisiään tai tekemättä jättämisiään vanhaksi tulemisella. Kolmekymppinen voi esimerkiksi selittää vanhuudella sitä, että ei jaksa lähteä ystäväporukalla iltaa viettämään: ” En jaksa lähteä, musta on tullut vanha.” tai ”Olenkohan mä tullut vanhaksi, kun ei enää huvita?”. Ero vanhojen ja nuorten puolustellessa toimintaansa vanhaksi tulemisella on vain siinä, että vanhoilla ihmisillä oikeutuksen tarve on paljon todellisempi. Mahdollisen toimintakykynsä alentumisen vuoksi he saattavat todella kaivata vapautusta suorituskeskeisestä kulttuurista. Arjessa selviytymisen kannalta heidän avuntarpeidensa tunnustaminen on välttämätöntä.

Aiemmassa esimerkissä, jossa tekoja perusteltiin ikääntymisellä, vanhuutta määriteltiin sosiaalisesti. Nuorempien ja vanhempien ihmisten näkökulmasta vanhuus määrittyi joksikin sellaiseksi ajanjaksoksi, jolloin ei enää jaksa, samat asiat kuin ennen eivät huvita eikä kykene tulemaan omillaan toimeen. Koskisen ym. (1998, 24) mukaan ihmiset tuottavat vanhoista ihmisistä sosiaalisia määritelmiä, jotka voivat olla sekä tosia että epätosia. Ikääntymisen ja vanhuuden merkityksellistäminen joko hyväksi tai huonoksi sulkee pois mahdollisuuden ymmärtää ikääntymistä ja vanhuutta moni-

tasoisemmin. Vaikka vanhuudessa voi olla raihnaisuutta ja toimintakyvyn vajeita, siinä on myös jäljellä olevia voimavaroja, jotka ansaitsevat tulla tunnustetuksi. Tärkeää on nähdä juuri näiden kahden ulottuvuuden yhteen kietoutuminen.

Kehon haurastuminen ja toimintakyvyn heikentyminen eivät tarkoita automaattisesti sitä, että kaikki voimavarat katoaisivat samalla. Paljon apua tarvitsevalla ihmisellä saattaa olla merkittävästi toimijuutta jäljellä, vaikka hän ei kykenisi läheskään aina itse suoriutumaan arjen toimista. Kuten Kröger ym. (2007,13) toteavat, riippuvuus toisten avusta ei poista vanhan ihmisen toimijuutta eikä vie hänen oikeuttaan ihmisarvoiseen elämään tai itsemääräämiseen. Heidän mukaansa myös vuodehoidossa olevalla vanhuksella on periaatteessa mahdollisuus vaikuttaa ympäristöönsä ja olla toimija omassa tilanteessaan.

Monien muiden tavoin uskon, että vanhenemista ei voida kattavasti määritellä minkään yksittäisen näkökulman kautta, sillä siinä on kyse hyvin monitahoisesta ilmiöstä. Yhtäältä kyse on biologisten, psyykkisten, taloudellisten ja sosiaalisten tekijöiden yhteen kietoutumisesta elämänkulussa. Toisaalta arjen toiminnan tasolla kyseessä voi olla luopuminen ja sopeutuminen sekä toisaalta jatkuvuuden ylläpitäminen ja kehittyminen. Vanhallakin ihmisellä on tulevaisuus, jota kohti hän kulkee. Vaikka ikäännyttäessä esimerkiksi kiinnostuksen kohteet saattavat muuttua eivätkä samat asiat välttämättä enää huvita, on iäkkäillä myös samoja tarpeita, kykyjä ja osaamista, joita heillä on nuorempinakin ollut.

2.2 Onnistunut vanheneminen?

Teoriat (sosiaalisesta) vanhenemisesta ja vanhuudesta ikävaiheena ovat niin sanottuja hyvän ja menestyksekkään vanhenemisen teorioita. Ne pyrkivät kertomaan, miten ikääntyminen tapahtuu, miten sen pitäisi tapahtua ja mitä siitä seuraa. Teorioista heijastuu ajatus siitä, mitä hyvä vanheneminen on ja millä keinoin se saavutetaan. Tunnetuimmat teoriat ovat aktiivisuus- ja irtaantumisteoria. Aktiivisuusteoria painottaa aktiivisuuden säilyttämistä hyvän vanhenemisen edellytyksenä, kun taas irtaantumisteoria aiemman elämäntavan korvaamista paremmin vanhalle ihmiselle sopivaksi. Aktiivisuusteoriassa kyse on siis keski-iässä saavutetun aktiivisuuden tason ja tasapainon säilyttämisestä vanhanakin. Irtautumisteoriassa sen sijaan korostetaan aiemman aktiivisuustason korvautumista uudella iäkkäälle sopivalla tasapainolla. Siinä yhteiskunnasta irtautuminen vanhana nähdään luonnollisena osana elämänkulkua. Vanheneminen voi näiden teorioiden mukaan onnistua yhtäältä pysymällä kiinni elämässä ja korvaamalla vanhenemisen tuomat roolimenetykset uusilla tai toisaalta luopumalla ja irtaantumalla vähitellen entisistä toimista ja rooleista. Seurauksena onnistuneesta

vanhenemisprosessista saavutetaan tyytyväisyys ja tasapaino. (Esim. Jyrkämä 2003b, 267─268, 270─271.)

Nykyinen aika korostaa yhä enemmän elämää ja ikääntymistä suorittamisena, jossa itsestään täytyy huolehtia mahdollisimman taidokkaasti. Tästä näkökulmasta katsottuna vanheneminen ylipäätään alkaa muistuttaa epäonnistumista elämässä. Unohdetaan se, että ikääntymisen myötä asiat saattavat muuttua oleellisestikin. Tämä on normaalia elämää, ei välttämättä sairautta tai poikkeavuutta, saati epäonnistumista. Jokainen ihminen myös tarvitsee apua aikuisuudesta huolimatta elämänsä eri vaiheissa, niin ikääntyneetkin. Suorittamisen ja itsestä huolehtimisen näkökulma on yhteydessä aktiivisuusteoriaan, jolloin vanheneminen ei sinällään ole este vireälle elämäntyylille ja hyvinvoinnista huolehtimiselle. Se ei myöskään tarkoita entisestä aktiivisuudesta ja hyväksi koetusta luopumista. Vaikka aktiivisuus ja vireä elämäntyyli hyvin vanhankin voi olla hyväksi ihmisille, sen ylenpalttisella painottamisella on kuitenkin ongelmansa.

Jylhän (2000) artikkeli onnistuneesta vanhenemisesta ja vanhuuden muuttuvista mielikuvista kertoo, miten yhteiskunnan ideologisessa ilmapiirissä vanhenemista ja vanhuutta arvioidaan projektina, joka joko onnistuu tai ei onnistu. Hän viittaa ajatukseen siitä, pitääkö ihmisen tuntea itsensä epäonnistuneeksi vielä vanhetessaankin, ellei hän ole onnistunut vanhenemaan tutkijoiden ”onnistuneen vanhenemisen määritelmien” mukaan? Vanhuuden onnistumisen määrittely onkin ollut muiden ikävaiheiden määrittelyn ohella tutkijoiden mielenkiinnon kohteena, jopa siinä määrin, että siitä on tullut ikään kuin normaali lähestymistapa vanhenemisen tarkasteluun. Vanheneminen joko onnistuu tai epäonnistuu ja vanhuus on joko hyvää tai huonoa aikaa. Hyvään vanhuuteen liitetään yhä enemmän ikuinen nuoruus ja aktiivisuuden säilyttäminen vielä myöhäisessäkin vanhuudessa, kun taas toimintakyvyn merkittävän heikentymisen, haurastumisen ja sairastavuuden saatetaan katsoa olevan merkkejä huonosta, epäonnistuneesta vanhuudesta.

Jolanki (2009) tuo esiin ikääntyneiden tavan puhua paljon itsenäisyydestä ja omillaan pärjäämisestä. Hänen mukaansa yhteiskunnallisissa keskusteluissa painotetaan nykyään jokaisen ihmisen omaa vastuuta elämästään ja mahdollisuuksia vaikuttaa siihen omilla valinnoilla. Keskustelun tukena on myös onnistuneen vanhenemisen parissa tehty tutkimus. Heikkisen (2003, 333) mukaan onnistuvaa vanhenemista koskevien tutkimusten mukaan ihmisen omat vaikutusmahdollisuudet onnistuneeseen vanhenemiseen ovat ehkä paremmat kuin on aikaisemmin luultu. Ikääntyneen toimintakykyyn ja onnistuneeseen vanhenemiseen yhteydessä oleviksi seikoiksi hän mainitsee esimerkiksi elintavat, elinympäristön piirteet, työn ja työolot, taloudelliset seikat, palvelut, sosiaaliset suhteet sekä yhteiskunnassa vallitsevat arvostukset.

Vaikka hyvän vanhuuden edistäminen saattaa tuoda yksilöiden elämään lisää hyvinvointia, on silti muistettava, että määritelmät siitä, mikä on hyvää ja toivottavaa, ovat aina kulttuurisesti ja yhteiskunnallisesti värittyneitä. Tämä tarkoittaa myös sitä, että nämä määritelmät eivät vastaa jokaisen ikäihmisen käsitystä itselleen mielekkäästä elämästä eikä niin sanotun hyvän vanhuuden saavuttaminen ole jokaiselle edes mahdollista.

Hyvän vanhuuden määritelmät ovat siis aikansa ja yhteiskuntansa tuotteita. Tähän kontekstiin liittyen mieleeni ei voi olla tulematta rahan säästäminen, jos ja kun ihmiset elävät pitkään entistä terveempinä ja toimintakykyisempinä. Säästäminen kuulostaa sinällään hyvältä asialta, mutta epäeettiseksi se muuttuu silloin, jos sen seurauksena ihmiset, jotka eivät kykene tai joilla ei ole mahdollisuutta saavuttaa niin sanottua hyvää vanhuutta syyllistetään omasta tilanteestaan. Ylipäätään on paikallaan pohtia sitä, onko yhteisöllä oikeutta vaatia jäseniltään ulkoapäin määritellyn hyvinvoinnin tavoittelua. Jolanki (2009) kysyykin, onko itse pärjääminen ja omasta terveydestä ja aktiivisuudesta huolehtiminen tullut nykyisellään moraaliseksi vaateeksi?

Heikkinen (2003, 334) peräänkuuluttaa tulevaisuuden iäkkäiden hyvinvoinnin ylläpitämiseksi toimenpiteitä, jotka kohdistuvat elinoloihin ja elämäntapoihin jo aikaisemmissa elämänvaiheissa. Hänen mukaansa on tärkeää luoda eettisiä ja arvoihin tukeutuvia perusteita onnistuneelle vanhenemiselle. Ymmärrän edellisen Eino Heikkisen näkökulman hyvinvointia lisäämään pyrkivän ajatuksen, mutta kyseisellä suuntauksella on myös vaaransa, joita voi pohtia esimerkiksi moraalisen vaateen tai elämisen projektinomaisuuden kautta.

Jos hyvää ja onnistunutta vanhuutta korostetaan liikaa, elämästä tulee yhä enemmän suoritus, jonka onnistumiseen on alati vaikutettava ja hyväksyttävä myös muiden oikeus vaikuttaa siihen, miten olisi elettävä, jotta vanhuus olisi määritellyn hyvän kaltaista. Jos ei tee yhteisön mielestä hyvää elämää edistäviä valintoja, on hyväksyttävä interventiot omaan elämään. Tämä ajatus on tuttu jo muiltakin elämän alueilta kuin vain vanhuuteen liittyvänä, esimerkkinä voi olla vaikkapa työttömien aktivointi. Kaiken tämän suorittamisen ja projektimaisuuden taustalta löytyy moraalinen vaade toimia tietyllä tavalla. Yhtä hyvin voisin väittää irtaantumisteoriaankin liittyen, että hyvä vanhuus tarkoittaa sitä, että saa vihdoin hengähtää ja päästää irti hyvinvoinnin tavoittelusta, jos siltä tuntuu. Jos näin ei halua tehdä, voi vaikka juosta maratonin tai perustaa uuden poliittisen puolueen.

Viitatessaan siihen, että olemme oppineet luontevasti puhumaan onnistuneesta vanhenemisesta Jylhä (2000) kysyy eikö esimerkiksi ”onnistuneen aikuisuuden käsite” kuulostaisi huvittavalta. Ehkä olen hieman kyyninen, kun väitän, että onnistunut aikuisuus ei ole lainkaan huvittava, vaan hyvin todellinen käsite. Kehityspsykologiassa on jo vuosikymmeniä tutkittu ihmisen kehitystä ja arvioitu

sen onnistumista. Erik H. Eriksonin, Daniel Levinsonin ja Robert J. Havighurstin elämänkulkua ja kehitystä käsittelevissä teorioissa on määritelty esimerkiksi onnistuneen varhaisaikuisuuden kehityksen piirteitä tai aikuisuuden keskeisiä tunnusmerkkejä, kuten työtä ja perhettä. Teoreettisten määritelmien vaikutus ulottuu myös arkipuheeseemme, jossa onnistunut aikuisuus tarkoittaa usein sitä, että ihminen on irtautunut vanhemmistaan, kouluttautunut, perustanut perheen ja edennyt urallaan. (esim. Koski & Moore 2001.) Ennen kaikkea aikuisen on tultava toimeen omillaan ja oltava riippumaton (vanhempiensa) ja yhteiskunnan avusta.

Onnistunut tai hyvä vanheneminen ei juuri poikkea edellisestä, sillä vanhenevan ihmisen olisi yhä pidempään elettävä itsenäisesti vain vähäisen avun turvin omassa kodissaan ilman, että hänen ikääntymisensä tuottaa yhteiskunnalle liiaksi rasitusta. Vanhusten avuntarve saatetaan kuitenkin hyväksyä helpommin kuin työikäisten avuntarve, sillä se mielletään enemmän iäkkäästä itsestään riippumattomien syiden aiheuttamaksi. Tähän vaikuttaa käsitys voimien heikentymisestä ja sairauksien lisääntymisestä vanhuudessa. Voidaan myös katsoa, että vanhan ihmisen elämäntyö on jo tehty, joten hänen ei ajatella enää olevan velkaa yhteiskunnalle työnsä kautta.

Näkökulmat onnistuneeseen vanhenemiseen ovat ristiriitaiset ja vaihtelevat. Liekö yksi syy vaihtelevuuteen yhteiskunnan vaihteleva taloudellinen tilanne ja resurssien saatavuus? Jos vaurautta ja kaikenlaista pääomaa riittää, vanha saa olla raihnaisempi ja enemmän avun tarpeessa, mutta jos taloudessa on puutteita, vanhankin on vetristyttävä ja alettava kantaa vastuuta hyvinvoinnistaan. Joka tapauksessa hyvälle vanhenemiselle ja vanhuudelle on yhtä vaikea määritellä kriteerejä kuin hyvälle elämälle ylipäätään. Ehkä ei edes ole mielekästä puhua onnistumisesta vanhenemisen yhteydessä.

3 Ikääntyneen toimijuus

Ikääntyneen ihmisen toimijuudessa on kyse arjen toiminnasta sen lisäksi, että se sisältyy käsitteenä vanhuutta koskevien teorioiden ja hyvän vanhuuden pohdinnan ytimeen. Siinä on kyse myös muun muassa ikääntyneen subjektiudesta, valinnoista ja päätöksen tekoon osallistumisesta. Erilaiset teoriat ja tulkinnat ikääntymisestä ja vanhuudesta ikävaiheena määrittelevät iäkkään toimijuutta monin tavoin. Esimerkiksi millaista on ikäihmisen toimijuus tai missä ja miten ikääntynyt ihminen toimii ja käyttää toimijuuttaan?

Määrittelyt pyrkivät usein ryhmittelemään tiettyjä ominaisuuksia ja tietynlaista toimintaa jollekin ryhmälle ominaiseksi ja vastaamaan joko näkyvästi tai piilotetummin kysymykseen siitä, miten asioiden pitäisi olla. Erilaiset ihmiset toimivat kuitenkin erilaisissa tilanteissa eri tavoin riippumatta

siitä, minkä ikäisiä he ovat. Ikääntyneen toimijuuden tarkastelu ottaa nykyisellään huomioon paitsi yksilöllisyyden, myös ympäristön, kulttuurin ja muiden ajallisten sekä paikallisten tilannetekijöiden vaikutuksen arjen toimijuuteen. Toimijuuden tarkastelu sosiaalinen näkökulma huomioiden laajentaa sen sisältöä yksittäisistä toimintakyvyn eroista ja sairauksien vaikutuksista toimijuuteen moniulotteisemmaksi kuvaksi ikääntyneen toiminnasta arjessa.

3.1 Sosiaalisen toiminnan lähtökohtia

Keskustelu toiminnasta ja toimijuudesta, etenkin ikätutkimuksessa, kytkeytyy sekä Anthony Giddensin strukturaatioteoriaan että semiotiikan ja semioottisen sosiologian piirissä käytyihin keskusteluihin. Semioottinen sosiologia on metateoria, joka ei pidä sosiologisia teorioita, tulkintoja ja kuvauksia todellisuudesta sen itsestään selvempinä tapoina ymmärtää todellisuutta kuin ovat muutkaan tavat. Kyseessä on metateoria todellisuuden ymmärrettävyydestä ja sen tuottamisen sosiaalisuudesta. Teorian mukaan todellisuus ymmärretään merkitysten antamisen ja tulkintojen vuorovaikutuksena. Tämä vuorovaikutus ei ainoastaan tuota sosiaalisen todellisuuden kuvauksia, vaan lisäksi arvottaa sitä. (Sulkunen & Törrönen 1997, 17─18; Jyrkämä 2008, 190.)

Yksinkertaistetusti sanoen ymmärrämme puheen, toiminnan tai kirjoitetun tekstin antamalla sille merkityksiä ja tulkitsemalla sitä aiempien tietojemme, asenteidemme ja kokemustemme pohjalta. Tämän lisäksi arvotamme, vaikkapa kuuntelemaamme keskustelua, eri tavoin. Tämä prosessi luo jatkuvasti sosiaalisia käytäntöjä, arvoja ja asenteita, joita omaksutaan, uusinnetaan ja niin edelleen. Lisäksi vuorovaikutuksen kautta määrittyy näkökulmia, joista todellisuutta tarkastellaan ja vuorovaikutuksessa rakentuu myös identiteettejä vuorovaikutuksen osapuolille suhteessa siihen todellisuuteen, jota he kuvaavat (Sulkunen & Törrönen 1997, 18).

Talcott Parson (The Structure of Social Action 1937) on luonut suuntaviivoja sosiaalisen toiminnan teorialle pyrkiessään osoittamaan, että sosiaalinen toiminta, sisältäen vuorovaikutuksen, ei ole vain mekaanista biologisten ja ulkopuolisten ehtojen ohjelmoimaa eikä ainoastaan hyödyn ja mielihyvän tavoittelua. Hänen mukaansa sosiaalisessa toiminnassa ovat oleellisia sen tahdonvaraiseksi tekevät subjektiiviset arvosuuntaukset, jotka myös antavat toiminnalle merkityksen. Sosiaaliseen toimintaan liittyy näin ollen tavoitteellisuus, jota rajoittavat arvosuuntausten lisäksi erilaiset ympäristötekijät, myös ”persoonallisuus” ja psyykkiset seikat. (Sulkunen & Törrönen 1997, 22─23.)

Parsonin rakentamaa teoriaa on kritisoitu sen vuoksi, että se lähestyy sosiaalista toimintaa vain sosiaalisen integraation ja järjestyksen kautta ohittaen vuorovaikutuksellisen toiminnan, jonka funktiona ei ole järjestyksen ylläpitäminen. Se kuvaa toimintaa ulkopuolisena itse toimijoiden henkilökohtaisiin näkemyksiin nähden ja sivuuttaa näin käytännöllisen pohdinnan ja päättelyn, jonka pohjalta he

toimivat. Arvoja ja merkityksiä tarkastellaan ainoastaan ulkopuolisina sosiaalisina faktoina irrallaan toiminnasta ja sen kontekstista. (Mts. 23─24.) Myös Koivula (2008, 204) mainitsee sosiologisten toimijuuden teorioiden näkevän ihmiset periaatteessa vapaina ja luovina yksilöinä, jotka kuitenkin toimivat aina erilaisten yhteiskunnallisten rakenteiden kehystäminä.

Toiminnan arvottaminen ja merkitysten anto näkyvät myös ikääntyneiden toiminnassa ja siitä tuotetussa puheessa. Ikääntyneet voivat tuottaa puhetta siitä, minkälainen toiminta on itsestään selvää aikuiselle ihmiselle, miten ikääntyminen vaikuttaa arjen toimintaan ja millä tavoin ikääntymisen tuomiin muutoksiin pitäisi suhtautua. Itsenäinen toiminta ja asioiden hoitaminen merkitsevät ikääntyneille esimerkiksi kyvykkyyttä selviytyä arjesta tai kokemusta itsemääräämisestä. Tällöin ei ole kyse vain siitä, että on olemassa yleisesti hyväksyttyjä tai torjuttuja toiminnan arvoja ja päämääriä, vaan siitä, että yksilöt tekevät omia päätelmiään ja ratkaisujaan yhteydessä kulloiseenkin toiminnan ja arjen kontekstiin. Samalla he tulevat itse tuottaneeksi tai uusintaneeksi erilaisia arvoja.

Kyse ei ole siis mekaanisesta hyväksi määritellyn toiminnan noudattamisesta ja huonon toiminnan välttämisestä. Kontekstit, kuten rakenteet ja reunaehdot, määrittävät päätelmien tekoa ja toimintaa, mutta niiden vaikutus ei ole niin ehdoton kuin vaikkapa aiemmin kuvaillusta sosiologisesta toimintaa ja toimijuutta käsittelevästä keskustelusta voisi ajatella. Jyrkämän (2003a, 96) mukaan toimijat esimerkiksi reflektoivat ja tarkkailevat toimintaa, soveltavat sääntöjä ja käyttävät voimavarojaan erilaisissa toimintakäytännöissä ja tilanteissa, jotka näyttäytyvät monesti itsestäänselvyyksinä pidettyinä rutiineina ja prosesseina. Oleellista ikääntyneenkin toiminnan tarkastelussa on se, missä, miten ja millä edellytyksillä sekä reunaehdoilla he arjessaan toimivat, eli on tärkeää huomioida toiminta suhteessa kontekstiinsa.

3.2 Ikääntyneen toimintakyky

Toimintakyvyn tutkimuksen valtavirrasta erottuu perinteinen jako kolmeen, eli fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Gerontologinen tutkimus on keskittynyt lähinnä fyysiseen toimintakykyyn ja sen muutoksiin ikäännyttäessä. Tiedon määrä ikääntyneen toimintakyvystä on suuri, mutta keskittyminen tiettyyn alueeseen on aiheuttanut tiedon kapea-alaistumista. (Jyrkämä 2007b, 31; 2007a, 197) Toimintakyvyn eri osa-alueiden tutkimus ei ole siis ollut yhtä laajaa kaikilla alueilla eikä eri ”lohkoja” ole aina yhdistetty kokonaisvaltaiseksi näkemykseksi.

Sosiaalista toimintakykyä on tutkittu vähiten. Kyseessä on vaikeasti hahmottuva käsite ja siitä onkin ollut käytössä hyvin erilaisia määritelmiä. Suppeimmillaan iäkkään sosiaalinen toimintakyky on nähty vuorovaikutustaitoina ja sosiaalisina suhteina ja laajimmillaan ikääntyneen suhteena koko ympäristöönsä ja yhteisöönsä. Toimintakyvyn määrittely ja näkökulmat sen suhteen eivät ole yh-

dentekeviä. Vanhuspolitiikan keskeinen tavoite, eli kotona asuminen mahdollisimman pitkään on riippuvainen iäkkäiden toimintakyvystä ja kyvykkyydestä selvitä arjen askareista ja toiminnoista. Toimintakykyyn liittyvät seikat ovat iäkkäiden itsensä kokemuksissakin hyvin tärkeitä, sillä toimintakyvyn heikentyminen tai sen säilyminen vaikuttavat heidän arkielämäänsä ja sen laatuun merkittävästi. (Jyrkämä 2007a, 197.)

Toimintakyvyllä tarkoitetaan monesti arkielämän tehtävistä, kuten itsestä, kodista ja muista huolehtimisesta suoriutumista. Kyse on siitä miten hyvin ja itsenäisesti toiminta onnistuu. Toimintakyvyn katsotaan olevan yhteydessä terveydentilaan sekä erilaisiin yksilöllisiin ja ympäristöön liittyviin tekijöihin. (Koskinen ym. 2007, 15.) Toimintakyky ulottuu kuitenkin paljon laajemminkin arkielämään kuin ainoastaan tietyistä tehtävistä suoriutumiseen. Sillä on yhtälailla merkitystä esimerkiksi kokonaisvaltaisen elämänlaadun ja hyvinvoinnin kannalta, kuten iloa tuottavien harrastusten ja yhteisön elämässä mukana olemisen näkökulmasta.

Vaikka toimintakyky alkaa keskimäärin heikentyä iän myötä, se ei tarkoita sitä, että yksilötasolla linja olisi näin yksioikoinen, sillä toimintakyky voi myös kohentua ikäännyttäessä (mts. 18). Hyvä toimintakyky ei kuitenkaan aina takaa arjessa selviytymistä, sillä siihen, millä tavoin ikääntynyt voi toimia, vaikuttavat monet muutkin tekijät, kuten toimintaympäristö tai vaikkapa vanhuspalvelujen käytännöt. Reunaehtojen, kuten toimintatapojen, olisikin tuettava iäkkään omaa toimintaa tai toimijuutta. (Lumme-Sandt 2008, 192.)

Kuten todettiin aiemmin, on (fyysistä) toimintakykyä, esimerkiksi käden puristusvoimaa, gerontologian saralla tutkittu ensisijaisesti yksilön ominaisuutena yhteydessä erilaisiin yksilöllisiin tekijöihinsä, kuten ikään, sukupuoleen tai koulutustaustaan. Tämä lähestymistapa on sivuuttanut sen tutkimisen, miten ikääntyneet oikeastaan käyttävät toimintakykyään eri tilanteissa. Siirryttäessä tutkimaan sitä, miten eri tilanteissa toimintakykyä käytetään, voidaan puhua aktuaalisesta toimintakyvystä. Tällöin huomion kohteena on yksilöiden sijaan heidän toimintansa arkielämässä. Samalla painoarvoa saavat kokemuksellinen, odotettu ja tulkinnallinen toimintakyky. Näkökohta siirtyy toisin sanoen sosiaalisesta toimintakyvystä toimintakyvyn sosiaalisuuteen, eli yksilöstä toimintaan ja toimintatilanteisiin. (Esim. Jyrkämä 2004, 6─7; Jyrkämä 2007a, 199.) Myös Koskinen ym. (2007, 16) esittävät, että sen lisäksi, että tutkitaan mihin henkilö potentiaalisesti kykenee, on selvitettävä, mitä hän todellisuudessa arkielämässään tekee.

3.3 Ikääntyneen toiminta toimijuutena

Toimijuus on ollut tutkimuksen kohteena useilla eri tutkimusaloilla, kuten uuden lapsuustutkimuksen, suomalaisen sosiaalityön, sosiologian, naistutkimuksen ja sosiaalipsykologian piirissä. Vii-

meaikoina toimijuuden käsite on vallannut alaa myös ikääntymisen tutkimuksessa. (Lumme-Sandt 2008, 129; Jyrkämä 2008, 190.) Sosiologiassa toimijuuden käsitteestä käydään ja on käyty vilkasta sekä monitahoista keskustelua, vaikka monesti toimijuus liitetään ensisijaisesti Anthony Giddensin strukturaatioteoriaan. Toimijuudessa on kyse toiminnasta, toiminnan luonteesta ja sen merkityksistä. Kyseessä ovat pohdinnat siitä, mikä on toimivan yksilön, rakenteiden ja yhteiskunnallisten lainalaisuuksien suhde sekä se, missä määrin yksilö ohjaa vai ohjaako hän lainkaan omaa toimintaansa tekemiensä valintojen kautta. Toinen mahdollisuus on, että yksilön toimintaa ohjaavat eritasoisesti rakenteet ja yhteiskunnalliset lainalaisuudet. Max Weberin näkemyksen mukaan ihminen voi esimerkiksi toimia tunteiden ohjaamana, perinteiden ja tapojen mukaisesti sekä päämäärä tai arvotietoisesti. (Jyrkämä 2007a, 202; Jyrkämä 2008, 190.)

Sen lisäksi, että toimijuuden käsite on osa sosiologista keskusteluperinnettä, sitä on pyritty kuvaamaan myös konkreettisemmin. Käsitteen on katsottu korostavan ihmistoiminnan tavoitteellisuutta, vapaata tahtoa, moraalisia valintoja ja kyvykkyyttä. Sen on ajateltu viittaavan tavoitteellisuuden lisäksi siihen, että ihmisillä on vapaus luoda ja muuttaa tapahtumia ja puuttua niiden kulkuun. Toisaalta taas toimijuuden käsitteessä on liitetty vahvasti yhteen toiminta ja rakenteet. Rakenteet sekä rajoittavat että toisaalta mahdollistavat toimintaa. Ihminen toimii yhtäältä näiden rakenteiden omaksujana, kantajana ja uusintajana, mutta toisaalta niiden hyväksikäyttäjänä. (Jyrkämä 2008, 191─192.)

Toimijuusnäkökulma on Jyrkämän (2008, 192) mukaan tullut osaksi ikääntymisen tutkimusta pääasiassa elämänkulkututkimuksen välityksellä. Elämänkulkututkimuksesta hän mainitsee olevan peräisin myös toimijuuden periaatteen (principle of agency), jonka mukaan ”*Yksilöt rakentavat omaa elämänkulkuansa tehden valintoja ja toimien historian ja yhteiskunnallisten olosuhteiden luomissa mahdollisuuksissa ja rajoissa”* (mt.). Toimijuus on tässä tapauksessa sidoksissa toiminnan kontekstiin, kuten ajalliseen ympäristöön ja yhteiskunnan rakenteisiin. Rakenteet ovat lisäksi konkretisoituneet: toimijuus ilmenee ja toteutuu nyt ihmisen elämänkulussa ja konkreettisessa arkielämässä, jossa tehdään valintoja. Toimijuuden periaate mukautuu ikääntyneen toimintaa kuvaavaksi Jyrkämän (2007b, 32) mukaan seuraavalla tavalla:

Ikääntyvät ihmiset rakentavat elämänkulkuaan, elämäntilanteitaan ja vanhenemista toimien ja tehden valintoja niissä rakenteellisissa ja kulttuurisissa – niin rajoja, esteitä kuin mahdollisuuksiakin luovissa – ajallis-paikallisissa puitteissa, joissa he elämäänsä ikääntyessään elävät.

Toimijuus käsitteenä ja käytäntönä viittaa tässä kohdin iäkkään ihmisen omaan subjektiuteen ja toimijan rooliin arkielämässä. Määritelmä näkee ikääntyneetkin aktiivisina toimijoina, jotka raken-

tavat, toimivat, tekevät ja elävät. Ikääntyvä ihminen ei siis enää ole kohde vaan toimija, silloinkin kun hän on dementoitunut (Jyrkämä 2008, 193). Ikääntyneet eivät elä ja toimi myöskään tyhjiössä vaan tiiviissä yhteydessä kulloiseenkin tilanteeseen, aikaan ja paikkaan, jossa he toimijuuttaan toteuttavat. Toimijuus siis mahdollistuu ja toteutuu kulloisissakin elämäntilanteissa, esimerkiksi ikääntyneen toimijuus kotona itsekseen asuen on erilaista kuin mitä se on laitoksessa eläen (Jyrkämä 2007b, 32─33). Toimijuuteen voi sisällyttää sekä itse tekemisen ja toimimisen sekä muulla tavoin osallistumisen ja vaikuttamisen. Lumme-Sandt (2008, 192) yhdistääkin nämä molemmat seikat toimijuuteen ja mainitsee, että ihmisen on ainakin yhtä tärkeää kokea voivansa vaikuttaa asioihin ja voida ilmaista tahtonsa kuin pystyä tekemään asioita itse.

Ikääntyneen toiminnan tarkastelu toimijuuden näkökulmasta ottaa toimintakykynäkökulmaa paremmin huomioon toiminnan kontekstin. Ikääntynytkin joutuu ottamaan toiminnassaan huomioon monenlaisia, rajoittaviakin tekijöitä, sillä kukaan ei ikäänny (ainakaan täysin) yksin, vaan aina yhteydessä omaan kehoonsa, ympäristöönsä ja muihin ihmisiin (Jyrkämä 2008, 191). Toimijuuden näkökulma huomioi ikääntymisen ja vanhuuden heterogeenisyyden paremmin, sillä se ei esitä keskimääräisyyksiä vaan olettaa, että jokainen elää omanlaistaan arkea itselleen tarjolla olevien mahdollisuuksien ja toisaalta rajoituksien puitteissa.

Edellisestä huolimatta voi epäillä, ottaako ikääntyneen omaa toimijuutta vahvasti korostava näkökulma riittävästi huomioon ne ikääntyneet, jotka ovat kaikkein riippuvaisimpia muista ihmisistä ja erilaisista rakenteellisista tekijöistä. Toinen epäilyksen aihe voisi ehkä olla se, missä määrin näkökulma sopii erilaisten ikäihmisen todellisuuteen. Onko vaikkapa yhteiskunnassa, vanhuspalveluissa ja ikääntyneiden arkielämässä oikeasti tilaa iäkkään omalle toimijuudelle?

Toimijuutta voi olla olemassa ilman konkreettista toimintaa, mihin viittaa ajatus subjektiudesta ja valintojen tekemisestä aiemmin mainitussa toimijuuden periaatteessa. Iäkäs ja hauraskin ihminen voi toteuttaa toimijuuttaan ilman, että konkreettisesti toimii tai selviytyy itse kaikista arjen toimista. Olennaista voi tällöin olla se, missä määrin henkilö kokee voivansa vaikuttaa ja osallistua omaa elämäänsä ja arkeaan koskeviin päätöksiin perusasioista, kuten pukeutumis- ja ruokailutottumuksista lähtien ulottuen laajemmin henkilökohtaisten vakaumusten ja arvojen mukaiseen elämään. Tärkeää on sekin, onko ihmisellä mahdollisuutta tuoda esiin elämänsä aikana omaksuttuja tietoja ja taitoja, neuvoa muita ja olla tasavertaisena jäsenenä perheessä ja/tai vaikkapa hoivakodissa.

3.4 Toimijuudesta toimijuuden modaliteetteihin

Ikääntymisen ja ikääntyvien toimijuuden tutkimuksen näkökulmasta toimintaa ja toimijuutta voidaan tarkastella myös modaalisten ulottuvuuksien avulla. Modaalisuuden käsite on abstrakti, mutta

sovellustapa pyrkii olemaan arjenläheinen. Alun perin semiootikko Algirdas Julien Greimas on erottanut modaalisuuden päälajeja, kuten täytymisen, kykeneminen ja osaaminen (Sulkunen & Törrönen 1997, 83). Jyrkämä (2007a, 205─206) viittaa Greimasin ympärille muotoutuneen Pariisin koulukunnan modaliteettien teoriaan, jossa määritellään kuusi modaliteettia: tahtominen, tietäminen, oleminen, täytyminen, voiminen ja tekeminen. Edellisistä muodostettuna ja muokattuna hän hahmottelee toiminnan, toimintatilanteiden, toimintakyvyn ja toimijuuden tutkimiseen kuusi modaliteettia osata, kyetä, täytyä, voida, tuntea ja haluta. Kyseessä ovat tällöin niin sanotut toimijuuden modaliteetit, eli osa-alueet. (Esim. mts. 206.)

Ihmisen toimijuuden katsotaan muodostuvan edellä mainittujen osa-alueiden yhteen kietoutumisesta. Toisin sanoen siitä, mitä vaikkapa osataan, kyetään ja halutaan tehdä, voidaan päätellä ihmisen toimijuudesta jotakin. Esimerkiksi jos osaa ajaa pyörällä, on kykenevä siihen ja haluaa ajaa, niin todennäköisesti niin tekeekin, ellei jostain syystä voi ajaa. Tällainen syy voi olla, että ei omista pyörää tai tiet ovat liian huonossa kunnossa. Osaamisen osa-alue sisältää taitoja ja tietoja, jotka ovat yhteydessä toimintaan, kuten edellä mainittu pyörällä ajotaito tai kielitaito. Kykeneminen tarkoittaa lähinnä fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä, esimerkiksi riittävää fyysistä kuntoa tai tasapainoa pyörällä ajoon. Täytyminen liittyy tilanteeseen sidoksissa oleviin pakkoihin ja ei-pakkoihin. Jos täytyy kävellä lähikauppaan ruokaa saadakseen, luultavasti niin kyetessään tekee, ellei kukaan hae ruokaa henkilön puolesta.

Haluaminen kuvaa toiminnan motivaatiotekijöitä ja tavoitteellisuutta. Sen voi yhdistää edelliseen lähikauppa-ajatukseen siten, että nälkäinen ihminen yleensä haluaa syödä, eli ruoka toimi motivoivana tekijänä kaupassa käynnille. Voiminen taas viittaa tilanteiden avaamiin ja tuomiin mahdollisuuksiin, kuten aiemman esimerkin mahdollisuus ajaa pyörällä. Tuntemisen ulottuvuus on yhteydessä tilanteisiin ja asioihin kohdistuviin arviointeihin sekä emootioihin. Toisin sanoen toiminta herättää erilaisia tunteita ja ihmiset pitävät erilaisia asioita toivottavampina kuin toisia. Jos on esimerkiksi tottunut tekemään suurimman osan asioita aina itsenäisesti, avun vastaanottaminen saattaa tuntua vaikealta. Ihminen voi ajatella, että itse selviytyminen on toivottavaa ja oikein, joten avun turvin eläminen ei tunnu yhtä arvokkaalta. (Esim. Jyrkämä 2003b, 269─270; 2007a, 206─207; 2007b, 33.)

Soveltaen toimijuuden modaliteetteja erityisesti ikäihmisten arkielämään voidaan ajatella, että ikääntynyt voi haluta tehdä jotain mitä hän on aikaisemminkin tehnyt, mutta ei enää toimintakyvyn heikentymisen vuoksi kykene siihen. Toisaalta hän voi kyetä käyttämään vaikkapa pankkiautomaattia, mutta ei osaa eikä halua käyttää sitä. Hän voi jopa tuntea pelkoa tai ahdistusta asian vuoksi. Silti

rahan saamiseksi olisi opeteltava kyseinen taito, ellei joku muu hoida sitä ikääntyneen puolesta. Yhtälailla ongelma voi olla silloin, jos iäkäs osaisi ja haluaisi käyttää automaattia, mutta ei enää esimerkiksi heikentyneen näön tai käsien vapinan vuoksi kykene. Toimijuuden modaliteetteja voi näin ollen hyödyntää erilaisissa yhteyksissä, kuten sen tarkastelussa, mitä ihminen osaa, mihin hän kykenee, mitä hän haluaa ja niin edelleen tai arjen toimintojen tarkastelussa, esimerkiksi siten, mitä arjessa on osattava ja mihin on kyettävä. Näkökulmana voi olla myös vaikkapa se, mitä tietyssä fyysisessä tai sosiaalisessa tilassa on osattava tai millaisia mahdollisuuksia siellä on toimia. (Esim. Jyrkämä 2004, 7.)

4 Ikääntyneen avuntarpeet ja niihin vastaaminen

Ikääntyneen avuntarpeet liittyvät pitkälti jokapäiväisessä arjessa ja omassa kodissa asumiseen. Apua antavat tahot voidaan karkeasti jakaa julkiseen ja yksityiseen, eli viralliseen apuun ja epävirallliseen läheisapuun sekä erilaiseen kolmannen sektorin, kuten kansalaisjärjestöjen ja seurakuntien antamaan apuun. Vanhuksille ja ikääntyneille suunnattu palvelujärjestelmä, sen sisältö ja avun järjestämisen tavat ovat kokeneet suuria muutoksia viimeisten vuosikymmenien aikana. Esimerkiksi 1990-luvun laitospaikkojen vähentämispyrkimyksissä on onnistuttu, mutta kotiin annettava hoiva ja muut avopalvelut eivät ole lisääntyneet samaa tahtia. 1990-luvun laman seurauksena kolmannen sektorin ja yksityisten yritysten tuottamista palveluista on tullut täydentäjä ja korvaaja julkisen sektorin tarjoamalle avulle. Palveluiden tarjonnasta on näin ollen tullut yhä vaihtelevampaa ja monesta osasta koostuvaa. Myös omaisten antama hoiva on nähty ikääntyneiden tarpeisiin vastaamisen kannalta erityisen tärkeänä. (Eräsaari 2007, 14─15.)

Avuntarpeet eivät aina ole yhteydessä kalenteri-ikään eikä ikääntyminen yksistään aiheuta palvelujen tarpeita. Avuntarvetta kasvattaa kuitenkin korkea ikä yhdistettynä sairastavuuteen. Sairaudet ovatkin rajoittuneen toimintakyvyn ja myös avuntarpeiden lisääntymisen keskeinen selittäjä. Iäkkäiden toimintakykyyn ja palvelutarpeisiin ovat kuitenkin yhteydessä monet muutkin seikat, kuten yksinäisyys, psyykkinen toimintakyky, sosiaalisten verkostojen puute ja puutteelliset asuinolot. Ikääntyminen alkaa vaikuttaa palveluntarpeeseen noin 75. ikävuoden jälkeen, jolloin ensimmäisten joukossa vaikeutuvat siivous ja pankkiasioiden hoitaminen. Päivittäistä avuntarve on noin joka kolmannella 75 vuotta ylittäneellä ja joka toisella yli 85-vuotiaalla. Huomattava on silti, että suurin osa yli 75-vuotiaista selviytyy ilman yhteiskunnan tarjoamia palveluja, silloinkin kun tarvitsee apua arjen toimiin. Toisin sanoen apua saadaan virallisten tahojen lisäksi ja niitä ennen muun muassa läheisiltä ja ystäviltä. (Vaarama 2004, 136, 157; Eräsaari 2007, 14;Vilkko ym. 2010a, 58.)

Mäkelän ym. (2008, 621) mukaan taloudelliset resurssit näyttävät vaikuttavan siihen, millaisia kunnallisia palveluja ikääntyneet saavat arjen tueksi. Muu apu on hankittava sukulaisilta ja muulta lähiyhteisöltä tai ostettava yksityisiltä palveluntarjoajilta (mt.). Lisääntyvässä määrin on sellaisiakin ikääntyneitä, joilla ei ole sukulaisia tai edes mahdollisuutta muun lähiyhteisön, naapurien tai ystävien apuun. Tällöin ostopalvelut tai kolmannen sektorin palvelut saattavat olla ainoita avunlähteitä. Toisaalta esimerkiksi lapsettomat ikäihmiset ovat muita useammin ainoastaan virallisen avun varassa eläviä (Blomberg ym. 2006, 173). Suurin osa huolenpidosta ihmisten välillä tapahtuukin lähi- ja sukulaissuhteiden sisällä (Vilkko ym. 2010b, 61). Tällöin läheisapu saattaa siirtää virallisen avun tarvetta.

4.1 Avuntarpeet arjessa

Koska ikääntyneet ihmiset ovat keskenään yhä erilaisempia, on vaikeaa löytää kaiken kattavaa määritelmää siitä, millaista on ikääntyneen arkielämä. (Jyrkämä 2004, 6; Karisto 2006, 7.) Arkielämän avuntarpeet saatavat vaihdella suurestikin, vaikka ikääntyneiden yleisiä palvelutarpeita voidaan pyrkiä määrittämään. Tarvitsevuuden eräänlaisena vastakohtana vanhojenkin ihmisten kohdalla on alettu puhua valintojen tekemisestä. Ikään kuin kaikilla olisi mahdollisuus valita, miten vanhuuttaan viettää. Valinnanvapaus liitetään yhä enemmän myös hoivapalelujen valikoimiseen.

Kariston (2006, 7) mukaan ikääntyneiden elämäntyyleistä puhuttaessa korostetaan liioitellustikin valinnanvapautta. Esimerkiksi varhaisvanhuuteen liitettyyn kolmannen iän käsitteeseen on sisään kirjoitettuna ajatus oman elämän muokkaamisesta mieleiseksi, kun jäädään eläkkeelle. Vaikka valinnan mahdollisuudet elämäntyylien suhteen ovat lisääntyneet ikäihmisten kohdalla, varsinaisessa vanhuudessa tämänkaltainen tyylien haku ja ikäleikittely ei liene yleistä. Sen sijaan iäkkäiden elämä saattaa olla hyvin tavallisena pidettyä arkea, jolle rutiinit ja pienet ilonaiheet antavat sisältöä. Tämä ei silti tarkoita keskinäisten eroavaisuuksien puuttumista eikä arjen latteutta. Toisaalta leikkikin saattaa toisinaan olla kaukana, kun puhutaan vanhuudesta. (Mts. 5,8.)

Kaikki ikääntyneet eivät koe arkeaan mielekkääksi. On yksinäisyyttä ja mahdollisuuksien puutetta, esimerkiksi kodista ulos pääsemisessä. Arki voi muodostua yksitoikkoiseksi ja viedä mielialan alas, jos haluaisi ja kykenisi, mutta ei voi, vaikkapa seurustella muiden ihmisten kanssa. Kun toimintakyky on heikentynyt, selviytyminen arjen perustoiminnoissa, kuten ruuanlaitossa ja peseytymisessä voi muodostua liian raskaaksi tai mahdottomaksi. Tällöin tarvitaan virallista tai epävirallista apua tai niiden yhdistelmää.

Itse näen erityisen suurena haasteena mielekkyyden löytämisen merkittävästi toimintakyvyltään rajoittuneiden ikäihmisten arkeen. Aikanaan sosionomiksi opiskellessani meille opetettiin, että vuo-

depotilaankin kanssa voi tehdä erilaisia asioita, esimerkiksi katsella taidekirjoja tai valokuvia. Tämä opetus kuulostaa edelleen idealistiselta, vaikka taide- ja kulttuuritoiminta onkin lisääntymässä ikäihmisten hoivassa (esim. taide ja kulttuuri osana sosiaali- ja terveydenhuoltoa, mm. Liikanen, Hanna-Liisa 2010). Kyse ei ole silti vain kulttuuritoiminnasta, vaan kaikenlainen aktiviteetti on hyvä asia. Toisinaan kuulee puhuttavan siitä, että jos vanha ihminen ”joutuu laitokseen”, hänen vointinsa huononee nopeasti ja pääseminen hoitojaksoa edeltävälle tasolle myöhemmin vaatii paljon työtä. Arjen mielekkyys saattaa olla kunnianhimoinen tavoite silloin, jos perustoimintakykyäkään ei voida ylläpitää.

Ikääntyneiden elämäntyylit ja elämäntilanteet, elinympäristöt, sosiaaliset verkostot, voimavarat ja monet muut yksilölliset ja yhteisölliset tekijät siis vaihtelevat. Täydellistä selontekoa ei voine saada myöskään niistä avuntarpeista, jotka vaikuttavat iäkkäiden arkeen ja sen toimista selviytymiseen. Jokinen (2005,10─11) toteaa, että arjen elämiseen ei kiinnitetä erityistä huomiota, jos se sujuu hyvin mutta, kun tavanomaiset toimet alkavat aiheuttaa haasteita, arki muuttuu näkyväksi ja tärkeäksi. Ihmisten arki voi kokea merkittäviä muutoksia kaikissa ikävaiheissa, mutta korkean iän mukanaan tuomat muutokset toimintakyvyssä ja voimavaroissa asettavat väistämättä jossakin vaiheessa uusia vaatimuksia arkielämälle. Muutokset eivät välttämättä ole kaikille samoja, saati että ne tapahtuisivat ihmisten elämänkulussa samaan aikaan. Toiset saattavat lisäksi selvitä hyvinkin vanhoiksi ilman erityistä apua tai vain vähäisen avun turvin.

Vaaraman (2004,138) mukaan vanhusten ja ikääntyneiden arjen selviytymisen kannalta oleelliset kysymykset, esimerkiksi ikääntyneen sosiaalisista ja psyykkisistä voimavaroista, asumisesta ja asuinympäristöstä, eivät ole saaneet tutkimuksissa riittävästi huomiota. Hän on selvittänyt tutkimuksessaan yli 75-vuotiaiden kotona selviytymistä edistäviä ja estäviä tekijöitä sekä ikääntyneiden toimintakyvyn yhteyttä hoivapalvelujen tarpeeseen. Arjen toiminnoissa ikääntyneet tarvitsivat eniten apua siivouksessa, asioinnissa ja varpaan kynsien leikkaamisessa. Hän viittaa Terveys 2000-tutkimukseen, jonka mukaan 75. vuoden iän jälkeen heikentyvät näkö ja kuulo alentavat iäkkään toimintakykyä. Vaarama muistuttaa silti, että yhä useampi 80 vuotta täyttänyt asuu itsenäisesti ja ikääntyneet kokevat itsensä suurilta osin terveiksi ja ikääntymisensä myönteiseksi. Kyseisen 75. ikävuoden jälkeen avun tarve alkaa kuitenkin lisääntyä. Eniten pulaa iäkkäille kotiin annettavissa palveluissa on juuri niissä, joita ikäihmiset tarvitsevat eniten, eli siivous, asiointi- ja kuljetuspalveluissa sekä muussa tuessa kodinhoidossa ja sen ylläpidossa. (Mts. 136, 145─146, 157─158.)

Vaaraman (2004) mukaan kotona asumisen kannalta apu arkipäivän toimissa suoriutumiseen, esimerkiksi pankkiasioiden hoitoon, siivoukseen ja puhelimen käyttöön sekä päivittäisiin perustoimin-

toihin, kuten kävelyyn, hygienian hoitoon, syömiseen ja pukeutumiseen onkin oleellista. Hän jättää vähemmälle huomiolle vaativissa päivittäistoiminnoissa suoriutumisen, esimerkiksi yhteiskunnallisen harrastustoiminnan, itsenäisen kotona selviytymisen kannalta. Elämänlaadun ja arjen mielekkyyden kannalta osallisuus yhteisöissä ja harrastaminen on kuitenkin merkittävä tekijä. Tähän Vaarama viittaakin mainitessaan, että terveyspalvelujen lisäksi tarvitaan tukea myös vireyden ylläpitämiseen kokonaisvaltaisesti sekä sosiaaliseen osallistumiseen. (Mts. 136, 183─184.)

Ikääntyneen arjessa selviytymisen kannalta merkittävä seikka auttamisen ja hoivan verkostojen lisäksi onkin psykososiaalinen tuki (Vaarama ym. 2010, 163). Kyse on kokonaisvaltaisesta avusta ja hoivasta, joka ulottuu mainittujen tuen muotojen lisäksi aina asumiseen ja ympäristötekijöihin saakka, esimerkiksi turvalliseen asumiseen ja toimivien liikenneyhteyksien suunnitteluun ja toteutukseen.

Kun ihminen ei enää selviydy jokapäiväisessä arjessaan ilman ulkopuolisen apua, se tarkoittaa eriasteista riippuvaisuutta muiden avusta, palveluista ja niiden tarjoajista. Päivittäiset toimintakyvyn ongelmat, riippuvaisuus avusta ja turvattomuuden tunne korostuvatkin ikääntyneiden kokemuksissa tutkittaessa yli 80-vuotiaiden elämänlaatua (Vaarama ym. 2010, 151). Kyse on riippuvaisuudesta siinä mielessä, että henkilö tarvitsee apua asuakseen kotonaan, selviytyäkseen arjen askareista ja toimista tai ylipäätään voidakseen hyvin ja eläkseen ihmisarvoista elämää. Toisaalta kyse on luonnollisesta avuntarpeesta, joka syntyy toimintakyvyn heikentymisen tai jonkun muun syyn vuoksi. Luonnollisesta siinä mielessä, että avuntarpeessa ja avun vastaanottamisessa sinällään ei ole mitään poikkeuksellista eikä se viittaa sairauteen, kuten riippuvaisuus sanana voisi viestiä. On varsin tavallista, että iän lisääntyessä myös eriasteiset avuntarpeet kasvavat.

Konkreettinen tarve voi syntyä, esimerkiksi yhteiskunnan kehittymisen seurauksena. Raha-asioiden hoitaminen, laskujen maksaminen ja muut kodin ”paperityöt” vaativat nykyään erilaisia taitoja kuin entisaikoina ja uutta tietoteknistä ja teknologista osaamista. Ongelmaksi yhä enemmän onkin muodostunut laskujen sähköinen maksaminen ja erilaisten automaattien käyttö. Sairastavuuteen ja voimien heikentymiseen liittyvät sen sijaan avuntarpeet kotitöissä, etenkin siivoamisessa ja pyykinpesussa sekä kodin kunnossapitoon liittyvissä tehtävissä. Naisilla avuntarve raskaissa kotitöissä on miehiä suurempi, sillä yli 79-vuotiaita tutkittaessa Vilkko ym. (2010b, 68) ovat todenneet, että yli puolella naisista oli huomattavia vaikeuksia, esimerkiksi siivoamisessa tai he eivät kyenneet siihen ollenkaan. Miehistä sama ongelma oli neljäsosalla. Ero oli samansuuntainen vastaavassa tutkimuksessa viisi vuotta aiemmin. (Mt.)

Avuntarve arjessa merkitsee usein ulkopuolisen päästämistä omaan kotiinsa, kaikkein yksityisimmälle alueelle, myös ruumiillisesti. Ikääntynyt saattaa esimerkiksi joutua luovuttamaan kehonsa ensimmäistä kertaa elämässään vieraan käsiin (Tedre 1999, 131). Toisaalta kotiin tarjottu apu mahdollistaa (tai ainakin edesauttaa) monien seikkojen, kuten itsemääräämisen, päätäntävallan ja turvallisuuden tunteen säilyttämistä (esim. Koskinen 2004,72). Annettiinpa apua kotona, palveluasunnossa tai laitoksessa, auttamisessa ei ole kyse vain tarpeeseen vastaamisesta.

Avun antamiseen ja sen vastaanottamiseen kiteytyy useita tekijöitä kunnioittavasta kohtaamisesta ja vuorovaikutuksesta aina ikääntyneen käsityksiin omasta arvokkuudestaan ja elämänsä mielekkyydestä. Esimerkiksi vaippojen käyttö voi olla muun muassa käytännön syistä ja resursseista johtuen perusteltu tapa laitoshoidossa, mutta ihmiselle, joka on aina tottunut hoitamaan asiansa itsenäisesti, siitä puhumattakaan että olisi koskaan laskenut alleen, voi kokemus vaippoihin joutumisesta olla äärimmäisen nöyryyttävä ja ihmisarvoa alentava.

4.2 Apua kotona asumiseen

Koti on paikka, jossa arkielämä konkretisoituu selkeästi tavanomaisine rutiineineen ja toimineen, jotka ylläpitävät arjen jatkuvuutta. Se on fyysisen paikan lisäksi osa elettyä elämää kokemuksineen. Kotiin liittyvät arjen rutiinit helpottavat ikääntyneen arkea ja säästävät energiaa ja voimavaroja muulle selviämiselle ja toiminnalle. Rutiinit ovat myös osa identiteettiä, sillä ne antavat merkityksen kodille liittäen yhteen asunnon ja minän. Kotiin liitetään paikkana monia piirteitä, jotka kuuluvat hyvinvoinnin ytimeen. Kotona ihmisellä on yksityisyys ja oma tila, hän voi tuntea kuuluvansa johonkin paikkaan ja ympäristöön, hän voi elää omien tapojensa ja rutiiniensa mukaisesti ja voi säädellä vuorovaikutuksen määrää suhteessa muihin ihmisiin. Koti liittää ikääntyneen sosiaalisiin verkostoihin, tuo turvallisuuden tunnetta ja kokemusta arvokkaasta elämästä. Kotona koetaan olevan mahdollista luoda tasavertainen suhde avunantajien kanssa. (Marin 2003, 39─40; Koskinen 2004, 72;Vilkko 2010a, 213.)

Kotona asuminen mahdollisimman pitkään on vanhuspolitiikan keskeinen tavoite. Kotona elämisestä vielä myöhäisessäkin vanhuusiässä on tullut yhä tavoitellumpaa niin yksityisten ihmisten toiveissa kuin yhteiskunnallisissa intresseissäkin. Voidaan ehkä todeta, että siitä on tullut yksi hyvän vanhenemisen tunnusmerkeistä ja normeista. (Vilkko 2010a, 213─214, 219.) Kotona toteutettava ja sinne mahdollistettava hoiva voikin parhaimmillaan vahvistaa vanhenevan ihmisen selviytymistä, omanarvontunnetta sekä itsenäisyyttä ja tukea ihmistä vielä hyvin vanhanakin elämään mahdollisimman täysipainoista elämää. Myös niin sanottu välimuotoinen asuminen seniori- tai palvelutalossa sinne tuotettuine palveluineen on monen vanhenevan ihmisen toive. Tämä kertonee tavoitteesta

elää riippumatonta elämää turvallisissa puitteissa olemassa olevia mahdollisuuksia hyödyntäen. (Mts. 214.)

Ikääntyessä elämänpiiri saattaa kaventua ja arkielämä keskittyä yhä enemmän kotiin ja sen välittömään läheisyyteen. Voidaan todeta, että kodista tulee tapahtumien keskipiste vanhuusiässä. Tätä ajatusta ei tietenkään pidä ottaa itsestään selvyytenä. Vaikka vanha ihminen haluaisi liikkua ja matkustaa pidempiä matkoja, hänelle ei välttämättä ole riittävästi apua kodin ulkopuolella liikkumiseen. Voidaan puhua jopa kodin vangeista, joiden kodista ulospääsystä ei huolehdita lainkaan. Pyrkimys omassa kodissa vanhenemiseen voikin pahimmillaan ovien avautumisen sijaan sulkea ovia, joiden taakse piilotetaan sinne jätetyt ihmiset ongelmineen. (Marin 2003, 40; Tedre 2006, 168─169; Vilkko 2010a, 218.)

Koskisen (2004, 72) mukaan yleinen käsitys kuitenkin on, että kodin merkitys on suurin juuri ikääntyneille ihmisille. Vanhus ei aina mielellään luovu ulkopuolisen silmin vaaralliselta vaikuttavistakaan tiloista. Ikäihmiset ovat usein kekseliäitä rakentamaan uusia kulkureittejä, esimerkiksi kauppareissuille tai keksimään vaihtoehtoisia tapoja askareiden hoitamiseksi kotona. Ikä saattaa näin ollen tuoda mukanaan pakkoja muuttaa toimintaa tutussa ympäristössä, jotta arki olisi turvallista ja rasittaisi mahdollisimman vähän iäkästä ihmistä. (Marin 2003, 26.)

Vaikka omassa kodissa asuminen mahdollisimman pitkään vaikuttaa olevan monen ikäihmisen toive, löytyy niitäkin, joille se ei inhimillisesti katsoen ole oikea vaihtoehto. Saatu apu ei välttämättä vastaa ikääntyneen turvallisuuden ja huolenpidon tarpeisiin. Koskisen (2004, 72) mukaan koti voi pahimmillaan olla väkivallan ja turvattomuuden paikka. Kodin merkitykset olisikin tärkeä voida siirtää muihin asuinpaikkoihin, silloin kun ikääntynyt ei voi asua kodissaan (mt).

Kodin vaihtoehtona on toisinaan laitoshoito, johon liitetyt mielikuvat eivät useinkaan ole positiivisia. Vilkko (2010,213) toteaa, että laitos-sana tuo mieleen vanhainkodin tai terveyskeskuksen vuodeosaston sänkyineen ja rajattuine elintiloineen. Hänen mukaansa laitos-sana tuo mieleen ikäviä eikodinomaisia mielikuvia. Aikaisemmin köyhäin- ja vaivaishoidon kausilla vanhusten laitoksissa vallitsi kontrolli ja asukkaiden autonomia oli vähäistä (Marin 2003, 40). Voikin olla, että kielteinen suhtautuminen ikäihmisten institutionaaliseen hoivaan juontaa juurensa köyhäinhoidon historiaan (Tedre 2006, 166).

Toisaalta laitosasuminen edustaa selkeää vastakohtaa omalle kodille. Esimerkiksi vanhainkoti on tuotettu ulkoapäin. Siihen ei ole voinut itse vaikuttaa eikä sitä voi samalla tavoin alkaa rakentaa alusta asti mieleisekseen. Laitos on julkinen tila, jossa toimitaan eri rajojen ja sääntöjen puitteissa

kuin omassa kodissa. Vasta 1980-luvulta lähtien laitosasumisen sisällöllisiin tekijöihin on alettu kiinnittää huomiota ja nykyisellään kehitetään enemmän pienkotityyppisiä palveluympäristöjä suurten yksiköiden sijaan. Vielä 1970-luvulle saakka pääpaino oli määrällisessä fyysisten tilojen rakentamisessa. (Marin 2003, 40.)

Mietittäessä kotiin annettavien palvelujen tarvetta voi ikääntyneen oma arvio arkiaskareista suoriutumisesta olla osuva, esimerkiksi ennakoitaessa tulevaa palvelujen käyttöä. Kyse on tällöin iäkkään ihmisen omakohtaisen näkökulman huomioon ottamisesta palvelujen tarpeita, toimenpiteiden oikeaaikaisuutta ja tuen muotoja suunniteltaessa. Toisaalta itsearvionnin pulmana voi olla se, että omaa avuntarvettaan voi olla vaikea myöntää tai tunnistaa ennen kuin tilanne on akuutti. Joka tapauksessa oman arvion on todettu ennustavan kotona asumista tukevien palvelujen käyttöä heidänkin kohdallaan, joilla ei arviointihetkellä palvelutarvetta ole ollut. Kunkin ikäihmisen tai asiakkaan henkilökohtaiseen tilanteeseen perustuva apu saattaakin olla tehokkaampaa kuin palvelujen tärkeysjärjestyksen määrittely yleisellä tasolla. Kognitiivisen toimintakyvyn heikentyessä palvelutarpeen voi kuitenkin pystyä ikäihmistä paremmin määrittelemään hänen perheenjäsenensä tai muu läheinen. (Mäkelä ym. 2008, 620; Vilkko ym. 2010a, 44─45,58.)

Kotiin annettavan ja muunkin palveluntarjonnan olisi ehkä hyvä perustua yksilökohtaisempaan tarvemäärittelyyn sen sijaan, että niitä tarjotaan tiettyyn ikäryhmään kuulumisen perusteella yleisesti määriteltyinä. Ymmärrän kyllä pyrkimyksen ryhmittelyn kautta saavutettavaan selkeyteen avuntarpeiden kartoittamisen ja niihin vastaamisen kannalta. Siitä on myös suuntaa antavaa apua palveluita kehitettäessä ja kohdennettaessa. Ryhmittäin yleisellä tasolla tarkastelu yksin ei silti ratkaise ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tarpeita, sillä ihmiset ovat erilaisia kaiken ikäisinä. Avun tarjoaminen ikäryhmittäin ei myöskään takaa sitä, että se vastaisi jokaisen iäkkään arjen tarpeisiin.

4.2.1 Epävirallista apua läheissuhteissa

Ikääntyneet saavat apua monesti samanaikaisesti sekä virallisilta että epävirallisilta tahoilta. Kotihoito ja vanhusten laitos- ja asumispalvelut ovat esimerkkejä virallisesta, institutionaalisesta avusta. Sen sijaan epäviralliseksi avuksi voidaan kutsua perheenjäsenten, puolisoiden ja lasten sekä sukulaisten, ystävien ja tuttavien antamaa apua (Blomgren ym. 2006, 176). Tarkemmin kuvaillen ikääntyneiden saama apu ulottuu läheisavusta, virallisen kunnallisen ja yksityisen avun kautta järjestöiltä ja seurakunnilta saatuun apuun. Ulkopuolista apua saavien ikäihmisten tärkeimpiä auttajia ovat lapset ja lapsenlapset, joiden osuus on noin 48 prosenttia kaikesta avusta. Puolisoilta saadaan apua noin 14 prosentissa ja kunnalliselta kotihoidolta noin 18 prosentissa tapauksista. Usein apu on yhdistelmä erilaisista huolenpidon muodoista. (Vilkko ym. 2010b, 69.) Voidaan kuitenkin ajatella, että mitä

vanhemmasta ikäryhmästä on kyse, sitä yleisempää on lasten ja kotihoidon antama apu (Vaarama ym. 1999).

On todettu, että ikääntyneiden kotona selviytymisen kannalta epävirallinen apu on erittäin oleellista. (Blomgren ym. 2006, 167) Yksin asuvien ikääntyneiden määrä on dramaattisesti lisääntynyt, esimerkiksi sitten 1950-luvun, jolloin 55 prosenttia ikäihmisistä asui lapsensa kanssa samassa taloudessa (Tomassini ym. 2004, 54). Nykyään lapset käyvät hoivaamassa ikääntynyttä vanhempaansa (tai vanhempiaan) hänen kotonaan. Läheisten apu onkin ongelmien ilmetessä suomalaisille tärkein avunlähde. Lähi- ja sukulaissuhteiden sisällä sekä perhesukupolvien välillä tapahtuu suurin osa ihmisten keskinäisestä huolenpidosta. (Vilkko ym. 2010b, 60─62.)

Virallisen avun lähtökohta on vastata esitettyyn tarpeeseen, kun taas epävirallinen auttaminen ei ulotu vain tietyn tarpeen huomioimiseen, vaan on luonteeltaan kokonaisvaltaisempaa huolenpitoa. Yleisimmin perheenjäseniään hoivaavat puolisot, joiden mies tai vaimo tarvitsee apua selviytyäkseen. Kuitenkin silloin, kun jompikumpi puolisoista jää leskeksi, siirtyy ensisijainen hoivavastuu ikääntyneiden aikuisille lapsille, pääosin tyttärille. (Saraceno 2010, 33.)

Omaisten antamaan hoivaan kietoutuu monenlaisia ilmiöitä eivätkä ne kaikki ole positiivisia. Saracenon (2010, 42) mukaan poliitikot ottavat usein annettuna perheenjäseniään hoivaavien läsnäolon puuttumatta niihin vaikutuksiin, joita hoivavaateilla on hoivaajien elämään tai ylipäätään siihen, onko hoivaajia todellisuudessa olemassa. Tämä johtuu hänen mukaansa paineista, jotka syntyvät budjettien rajoittamisesta. Jos hoivavastuu siirretään omaisille tilanteissa, joissa palvelujärjestelmä ei kykene vastaamaan ikääntyneiden tarpeisiin, olisi vähintäänkin varmistuttava läheishoivaajien olemassaolosta ja tuettava heitä riittävästi.

Mitä vähemmän palveluja julkinen sektori tarjoaa, sitä enemmän vastuu apua tarvitsevien ikäihmisten huolenpidosta siirtyy perheille ja yksityiselle sektorille, etenkin niille matalatuloisille kotitalouksille, joilla ei ole varaa ostaa palveluja markkinoilta (mts. 41). Tämä voi aiheuttaa myös hoivaajan joutumisen vaikeaan tilanteeseen niin oman jaksamisen kuin taloudellisten menetystenkin kannalta.

Saraceno (2010, 39) ottaa esille niin sanotun hoivan kaksoisvaateen, jossa keskimmäiselle sukupolvelle tulee hoivavaateita niin nuoremmalta kuin vanhemmaltakin sukupolvelta. Läheishoivasuhde ei ole myöskään aina ongelmaton siten, etteikö siihen voisi joissain tapauksissa liittyä vanhan ihmisen kaltoinkohtelua ja hyväksikäyttöä. Tenkasen (2007, 189─190) mukaan ikäihmisten kaltoinkohtelu

onkin luultua yleisempää ja omaisen ollessa kyseessä tilanteet voivat olla niin kärjistyneitä, että niihin on vaikea puuttua.

Siitä, keiden ikääntyneet itse haluaisivat itseään auttavan, ei ole olemassa kovin vahvaa näyttöä. On esimerkiksi joitain viitteitä sen suuntaan, että ikääntyneet haluaisivat jonkin verran vähentää omaisten roolia avuntarjoajina ja lisätä julkisten palvelujen osuutta (esim. Blomberg ym. 2006 ja Vilkko ym. 2010b). Toisaalta on pieni viite myös sen suuntaan, että jonkun muun sukulaisen kuin varsinaisen perheenjäsenen auttamisosuutta haluttaisiin lisätä (Vilkko ym. 2010b, 73). Jokatapauksessa tyytyväisimpiä vaikuttavat olevan ne, jotka saavat sekä epävirallista että virallista apua eivätkä ole ainoastaan jommankumman varassa (esim. Blomberg ym. 2006, 76).

Lasten ja muiden omaisten apu vaikuttaa olevan merkittävä ikääntyvän arjessa selviytymistä tukeva seikka. Koska läheishoivan katsotaan olevan myös kokonaisvaltaisempaa huolenpitoa, saattaa se yhdistettynä viralliseen hoivaan taata apua tarvitsevalle ikääntyneelle parhaimmat mahdollisuudet hyvään elämänlaatuun. Täysin virallisen avun varassa olevat saattavat Blomgrenin ym. (2006, 176) mukaan tuntea epävarmuutta joutuessaan kilpailemaan palveluista. He toteavat lisäksi, että ne naiset ja miehet, joilla ei ole lapsia ovat juuri niitä, jotka saavat ainoastaan virallista apua selvästi muita ryhmiä enemmän (mts. 173).

Omaisten apu mahdollistaa sen, että tarpeen tullessa apu on monesti puhelimen soiton päässä eikä sen kohdetta ole rajattu virallisen avun tavoin. Omat lapset ovatkin monesti korvaamattomia esimerkiksi palvelujen valikoijien ja ostajien roolissa omille vanhemmilleen samoin kuin vaikkapa tukijoina arjen pulmatilanteissa tai turvattomuuden tunteen lieventäjinä. Toisaalta on muistettava, että ainoastaan virallista apua saavatkin voivat kokea kokonaisvaltaista huolenpitoa ja pärjätä hyvin arjessaan.

4.2.2 Virallinen apu – laitoshoidosta avopalveluihin

Vanhuksille ja ikääntyneille suunnatut palvelut ovat parin vuosikymmenen aikana kokeneet merkittäviä muutoksia, jotka kytkeytyvät talouden ja poliittisten ideologioiden sekä yhteiskunnan rakenteiden muutoksiin. Myös globalisoitumiskehitys on tuonut omat muutoksensa hoivaan niin Suomessa kuin muuallakin länsimaissa. Ikääntyneille suunnattujen palveluiden muutostarpeiden osalta merkittävässä asemassa on väestön vanheneminen ja näin ollen lisääntynyt sosiaali- ja terveyspalvelujen tarve sekä kasvavat hoivan kustannukset.

Vanhuspolitiikan pääsuunta on ollut kalliin laitoshoivan vähentäminen ja avopalvelujen lisääminen. Tästä huolimatta rakenteellisen muutoksen ensimmäinen merkittävä piirre on ollut vanhusten kotiin

annettavien palveluiden vähentyminen. Suomessa toisin kuin useissa muissa Euroopan maissa kotiin annettavat palvelut ovat puolittuneet 1990-luvun alusta alkaen. Laman jälkeen kattavuus on lisääntynyt hitaasti eikä kehitys ole pysynyt mukana ikääntyneiden määrän kasvussa. Toinen merkittävä rakenteellinen muutos on ollut sosiaalihuoltoasetuksen mukaisen kotipalvelun ja kansanterveyslain mukaisen kotisairaanhoidon yhdistyminen kotihoidoksi useimmissa kunnissa. Yhdistämistä on vauhdittanut osaltaan lähihoitajakoulutus, josta valmistuneet voivat toimia sekä sosiaali- että terveydenhuollossa. (Andersson ym. 2004, 482,492; Kröger ym. 2011, 117,120.)

Palvelurakenteen muutokseen kytkeytyy keskustelu hyvinvointivaltiosta ja sen olemassaolosta. Rai- ja Julkusen (2001,200) mukaan hyvinvointivaltion käsite on korvautumassa arki- ja poliittisessa kielessä hyvinvointiyhteiskunnalla. Palvelujärjestelmä on muutoksessa valtion vastuuta korostavasta hyvinvointivaltiosta kohti hyvinvointiyhteiskuntaa, jossa vastuut palveluiden tuottamisesta jaetaan uudestaan (Perälä ym. 2009,214). Hyvinvointivaltion laajentumisen jälkeisenä aikana onkin alettu enenevässä määrin korostaa ihmisen ja kansalaisen riippumattomuutta julkisista instituutioista palveluineen. Painotetaan jokaisen aikuisen itsenäistä selviytymistä ja vastuuta omasta hyvinvoinnistaan. Myös kansalaisyhteiskunnalle, yhteisöille ja perheiden sisäiselle auttamistoiminnalle on siirretty lisää vastuuta heikommassa asemassa olevien ihmisten tarpeiden turvaajina. Hyvinvointipalvelujen tuottajina kyseeseen tulevat tällöin niin yksityiset yritykset, kansalaisjärjestöt, perheet kuin lähiyhteisötkin (mts. 214).

Vilkko (2010, 230) toteaa, että vanhusten hoivatarpeiden lisääntyminen tarkoittaa hyvinvointiyhteiskunnan kontekstista käsin omaisten hoivavastuun lisääntymistä, koska kotonaan asuvista vanhemmista ja sukulaisista on pidettävä huolta. Myös iän mukanaan tuomat toimintakyvyn muutokset saattavat vaatia omaisten apua, sillä vanhenemismuutokset voivat tehdä ikääntyneestä liian hauraan kyetäkseen ajamaan omia asioitaan (mts. 230). Muutos avopalvelupainotteiseen hoivaan näyttää siis lisäävän vastaavasti omaisten ja kansalaisyhteiskunnan vastuuta. Tämä ei tietenkään ole puhtaasti hyvä eikä huono seikka.

Koskiaho (2008,10─11) nostaa esiin 1990-luvun laman vaikutuksen palvelujärjestelmän muutokseen. Hänen mukaansa tällöin teollisen yhteiskunnan tarpeisiin rakennettu hyvinvointivaltio kohtasi haastajansa. Ennen lamaa vanhusten ja ikääntyneiden kotiin annettavat palvelut olivat kehittyneet jopa poikkeuksellisen hyvin pohjoismaiden joukossa. Syvä taloudellinen lama johti kuitenkin leikkauksiin ikääntyneidenkin palveluissa. Hyvinvointivaltion rakenteessa tapahtunut siirtyminen teollisesta yhteiskunnasta palveluyhteiskuntaan onkin merkittävä muutos sosiaali- ja terveyspalveluiden kannalta.

Valtaosan sosiaalipolitiikasta katsotaan olevan nykyisin palvelua, mihin liittyy sosiaalipoliittisten palveluiden liikkuminen maasta toiseen (mt.). Kansainväliset palveluntuottajat ja suuret globaalit pörssiyhtiöt ovat saapuneet tuottamaan vanhustenhoivan palveluja, kuten yksityisiä asumispalveluita, myös Suomeen. Kuitenkin esimerkiksi siivouspalveluja ikääntyneiden koteihin tarjoavat monesti kotimaiset yrittäjät.

Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategia vuodelle 2012 painottaa verorahoitteisia universaaleja palveluja sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen perustana ja asettaa yksityiset palvelut kunnallisten palvelujen täydentäjän ja vaihtoehtojen tarjoajan rooliin (Sosiaali- ja terveyspolitiikan…2006, 18). Vaarama ym. (2010, 165) muistuttavatkin, että suuriin kuntakeskittymiin pyrittäessä on vanhusten psykososiaalisen tuen, sosiaalisen liittymisen ja lähipalveluiden turvaaminen erityisen tärkeää. Iäkkäiden tarpeisiin vastaamiseen tarvitaan heidän mukaansa koko yhteiskunnan, niin julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kuin vapaaehtoistenkin yhteistyötä (mts. 165). Väittelyn aihe sen sijaan on se suhde, missä määrin julkisen sektorin olisi otettava vastuuta hyvinvointipalveluiden tuottamisesta ja missä määrin vastuuta kannattaa jakaa yksityiselle ja kolmannelle sektorille.

Tulevaisuudessa nähtäväksi jää, millä tavoin 1.7.2013 voimaan astuva laki ikääntyvän väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista tulee muokkaamaan ikäihmisille suunnattuja sosiaali- ja terveyspalveluita. Niin sanotun vanhuspalvelulain tavoitteena on turvata ikääntyneiden palvelutarpeen arviointiin pääsy ja riittävät palvelut sekä laadullisesti että määrällisesti. Lisäksi lailla halutaan edistää esimerkiksi hyvinvointia ja vaikuttaa kaventavasti hyvinvointieroihin. Lain valmistelu alkoi sosiaalihuollon lainsäädännön uudistamistyöryhmä-hankkeessa, joka oli käynnissä 1.5.2009─30.6.2012. Ensimmäinen lakialoite vanhuspalvelulakia koskien annettiin kuitenkin jo vuonna 2006, mutta tuolloin asia raukesi. (Vanhuspalvelulaki 2013.)

Tilanne voimaantulevan lain suhteen on siinä mielessä merkityksellinen, että aikaisemmin ikäihmisille ei ole ollut erikseen omaa lainsäädäntöä. Aikaisemmin 2000-luvulla ikääntyneiden palveluja on pyritty kehittämään laatusuosituksin vuosina 2001 ja 2008. Muutoin iäkkäiden ja vanhusten palvelut ovat sisältyneet yleisiin sosiaali- ja terveyspalveluja sääteleviin lakeihin, kuten sosiaalihuoltolakiin. Kauemmas historiaan katsoen vanhustenhuolto sisältyi muun muassa vuoden 1879 vaivaishoitoasetukseen ja vuonna 1922 säädettyyn köyhäinhoitolakiin.

Kunnallinen kotihoito

Kotihoito on osa kuntien avohuollon palveluita. Sen tarkoituksena on tukea ikäihmisiä erilaisten palvelujen avulla siten, että he kykenisivät asumaan mahdollisimman pitkään omassa kodissaan.

Näin laitoshoidon tarve siirtyisi yhä kauemmaksi tai poistuisi kokonaan. Kunnat voivat tuottaa kotihoidon palveluita itse, yhteistyönä muiden kuntien kanssa tai ostopalveluina yksityisiltä yrityksiltä ja yhdistyksiltä. Kotihoidon palvelut koostuvat kotisairaanhoidosta, kotipalvelusta ja sen erilaisista tukipalveluista, kuten ateria-, vaatehuolto-, kylvetys-, siivous-, kuljetus-, saattaja- sekä sosiaalista kanssakäymistä edistävistä palveluista. Eniten käytetyt tukipalvelut 75 vuotta täyttäneillä asiakkailla vuonna 2010 olivat ateriapalvelu, turvapalvelu ja hygieniapalvelu. (Kotihoidon laskenta 2010,5; Säännöllisen kotihoidon…2010.) Myös päiväkeskustoiminta- ja palvelut ovat osa kotihoitoa.

Kotihoitoa saavien määrä ei vastaa ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen tavoitetta 13–14 prosenttia ikäryhmästä eikä riitä kattamaan asiakkaiden avuntarvetta. Vuonna 2010 säännöllisen kotihoidon piirissä oli 11,9 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä, joista 36 prosenttia oli yli 85-vuotiaita. (Sanerma 2009, 31; Kotihoidon laskenta 2010,1─2.) 85 vuotta täyttäneiden osuus palvelua saavista lisääntyy vanhusten määrän kasvaessa ja ihmisten eläessä yhä pidempään. Palveluja käyttävät sekä saavat asiakkaat ovat yhä vanhempia ja huonokuntoisempia. Tästä on seurannut muun muassa se, että nuorempien senioreiden, joiden avuntarpeet eivät ole yhtä laajamittaisia, on yhä hankalampi saada kotihoidon palveluja. Avohoidon työntekijöille se merkitsee yhä vaikeampihoitoisia vanhuksia (Kotihoidon laskenta 1999; Sanerma 2009, 30; Kotihoidon laskenta 2010, 2; Kröger & Leinonen 2011,122.)

Kotipalvelu ja kotisairaanhoito oli vuonna 2009 yhdistetty yhteisen hallinnollisen yksikön alaisuuteen 71 prosentissa kunnista (Kokko ym. 2009, 67). Anderssonin ym. (2004,481) mukaan kyseessä oleva integrointi merkitsee asiakkaalle räätälöityä palvelukokonaisuutta sisältäen kotipalvelun, kotisairaanhoidon ja tukipalvelut tavoitteena palvelun saumattomuus. He kuitenkin esittävät epäilynsä palvelun medikalisoitumisesta ja sosiaalisen saamasta roolista kotihoidossa: arjessa selviytymisen sosiaalinen tukeminen vaikuttaa jäävän hoidollisten toimenpiteiden, töiden rajaamisen ja ulkoistaminen alle (mts. 492).

Aikaisempi käytäntö jakoi kotihoidon kotipalveluksi ja kotisairaanhoidoksi. Kotipalvelu sisälsi kodissa tapahtuvan työavun, henkilökohtaisen huolenpidon ja tukemisen sekä edellä mainitut tukipalvelut (A 29.6.1983/607, 9). Kotihoidoksi yhdistyminen on kaventanut nimenomaan aikaisempaa kotipalvelutyön puolta vanhusten kotiin annettavissa palveluissa. Sairauden hoitoon keskittymisen on katsottu ohittavan hoivapalvelujen piirissä olevien ikääntyneiden sosiaalisia tarpeita. Kotipalvelun ja kotisairaanhoidon yhdistyessä kotihoidoksi keskustelu sosiaalisen syrjäytymisestä onkin kiihtynyt koskien kotona tuotettua hoivaa (esim. Kröger & Leinonen 2011).

Nyman (2009, 267) kysyy, että jos lääkkeen jakaminen on ollut ainoa kotihoidon tehtävä, mutta samalla on katsottu tarpeelliseksi tarkkailla asiakkaan vointia, niin voidaanko tämä käynti jättää tekemättä, kun siirrytään apteekin annosjakeluun? Jatkan itse kysymällä, että onko vanhan ihmisen voinnin ja selviytymisen varmistaminen toissijaista puhtaasti hoidollisiin toimenpiteisiin nähden? Tällainen kysymyksenasettelu liittyy keskusteluun siitä, mitä kotihoidon palveluun kuuluu ja mitä siihen ei kuulu. Mikä on ensisijaista ja mitä ehkä tehdään sitten, jos resurssit sallivat.

Jos pelkästään sen tarkistaminen että kaikki on hyvin, ei riitä kotihoidon käynniksi, niin onko käynnin yhteyteen tällöin välttämättä liitettävä jokin hoidollinen toimenpide, jotta käynti ylipäätään olisi mahdollinen? Krögerin ja Leinosen (2011, 130,133) mukaan työn painopiste on siirtynyt sosiaalisen osallistumisen tukemisesta ruumiilliseen hoivaan ja jokapäiväisen ilon tuottamisesta on tullut marginaalinen ilmiö. Jos suunta on tämä samaan aikaan, kun avopalveluiden osuutta suhteessa tehostetumpaan hoivaan halutaan lisätä, niin mitä se tarkoittaa etenkin niille ihmisille, joilla ei ole muita läheisiä ja auttajia kuin erilaisten julkisten instituutioiden tarjoama apu? Kenen kanssa ihminen viettää aikaansa, kuka ajaa asioita hänen kanssaan, kuka puolustaa tai tulee yöllä käymään, jos yksin oleminen pelottaa?

Vanhoille kohdennetut sosiaali- ja terveyspalvelut painottavat pääsääntöisesti asiakkaan avun tarpeen määrittelyssä fyysistä toimintakykyä ja arjesta selviytymistä sisällä kodissa (Vilkko ym. 2010a, 58). Tässä kontekstissa esimerkiksi pelkotilat, turvattomuuden kokeminen tai yksinäisyys eivät ole niin oleellisia seikkoja, kun pohditaan vanhan ihmisen avuntarpeita. Vaarama (2004,186) mainitsee, että nykyinen lääketieteellinen ikääntyneiden palvelutarpeen arviointi jättää huomiotta sen mikä on suurin ongelma kotona asumisessa valtaosalla ikäihmisistä, eli arkipäivän kodinhoito, siivous, ruoanlaitto ja asiointi. Hänen mukaansa myös suurin pula on näistä palveluista ja jatkaa, että kotihoidossa on käynnissä suuntaus, joka rajaa sen lääkärin lähetteellä tapahtuvaksi hoidoksi.

Kun nykyisellään omaiset pitävät yhä enemmän huolta vanhuksistaan (esim. Vilkko 2010a ja Vilkko ym. 2010b), ne joilla ei ole ketään jäävät epätasa-arvoiseen asemaan. Omaiset toimivatkin tänä päivänä takeena ikääntyneiden kotona asumiselle ja palvelujen sinne saamiselle (Vilkko 2010a, 230). Toisaalta myös ne, joita omaiset hoitavat ”liian hyvin”, eivät välttämättä pääse tehostetun julkisen palvelun piiriin, vaikka tarvitsisivat apua ympäri vuorokauden.

Tedren (1999, 51) mukaan hoivan toimintakäytännöillä organisoidaan sosiaalista vanhenemista ja vanhuutta sekä rakennetaan ja uusinnetaan vanhuutta ja sen sosiaalisia seurauksia. Palvelujärjestelmän kuin koko yhteisönkin olisi vastattava monipuolisesti erilaisten ikääntyneiden tarpeisiin, sillä ”joko tai” ei riitä. Kaikki ongelmat eivät ratkea vain kotihoitoa kehittämällä. Monipuolinen hoiva

on yhteydessä monitahoiseen vanhuuskäsitykseen, jolloin ihminen on vanhanakin kokonainen ihminen. Jos vanheneminen on pelkästään sosiaalinen haaste, sairauksien hoitoon ei panosteta riittävästi, mutta jos vanheneminen nähdään voittopuolisesti sairautena, suuri osa ihmisen inhimillisistä tarpeista jää vähemmälle huomiolle tai kokonaan ilman vastausta. Toimintakyvyn alentuminen ei automaattisesti rinnastu tietyn mallin omaksumiseen autettavana olemisen tai auttajana toimimisen suhteen, sillä hoivan käytännöt sovitaan kulttuurisesti ja ne ovat uusinnettavissa ja muokattavisssa (mts. 51).

Jyväskylän kaupungin kotihoito

Keski-Suomessa toteutetaan pääosin yhdistettyä kotihoitoa. Alueella kotihoidon palvelujen piirissä oli vuonna 2010 12,3 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä ja heidän keski-ikänsä oli 78,2 vuotta. Jyväskylän kotihoidossa 75-vuotiaiden tai vanhempien asiakkaiden osuus oli 11,3 prosenttia ja keski-ikä oli 77,6 vuotta. (Kokko ym. 2009, 69; Kotihoidon laskenta 2010, Kotihoidon laskennan…2010; Säännöllisen kotihoidon asiakkaat iän…2010.)

Jyväskylän kaupungin kotihoito toimii integroituna sosiaali- ja terveystoimen alla. Vuoden 2011 loppuun saakka kotihoidon alueita oli Jyväskylässä kahdeksan, mutta vuoden 2012 alusta alkaen ne ovat lisääntyneet 13 alueeseen. Kaupunki ostaa Lutakon ja ydinkeskustan alueen sekä Huhtasuo-Aittorinteen ja Keljon, Keljonkankaan, Keltinmäen, Mattilanpellon ja Myllyjärven alueiden kotihoidon palvelut yksityisiltä palveluntuottajilta. Haastatteluhetkellä yksityiset palveluntuottajat tuottivat edellä mainituista ainoastaan keskustan ja Lutakon alueen kotihoidon palvelut. Lisäksi kotihoidon tukipalveluissa (siivouspalvelut ja asiointiapu) on käytössä palvelusetelitoiminta säännöllisen kotihoidon asiakkaille. (Palvelusetelitoiminta 2012; Kotihoito 2013.)

Kaupungin Internetsivustolla kotihoito määritellään kokonaisvaltaiseksi jokapäiväisessä elämässä auttamiseksi ja tukemiseksi, joka sisältää esimerkiksi puhtaudesta, ruokailusta, lääkkeistä ja pukeutumisesta huolehtimisen sekä voinnin ja terveydentilan seurannan. Kotihoidon kerrotaan lisäksi olevan fyysistä, sosiaalista ja henkistä perusturvallisuutta edistävää sekä kuntoutumista ja arjessa selviytymistä tukevaa. Kotihoidon tarpeen selvittäminen tulee kyseeseen ”kun asiakas tarvitsee sairauden, alentuneen toimintakyvyn, vanhuuden tai vammaisuuden vuoksi apua jokapäiväisiin toimiin”. (Kotihoito 2013.)

Jyväskylässä käytössä olevia kotihoidon tukipalveluita ovat ateriapalvelu, turvapalvelu ja lääkekello sekä yksityisiltä palveluntuottajilta ostettavissa oleva siivouspalvelu ja ostopalveluna tuotettu kauppapalvelu, joka mahdollistaa elintarvikkeiden toimittamisen suoraan kotiin. Ateriapalvelu tarkoittaa

esimerkiksi päiväkeskuksissa ja palvelukeskuksissa järjestettyä ateriointimahdollisuutta ja kotiin toimitettua ateriaa, mikäli asiakas ei pääse liikkumaan kodin ulkopuolelle. Turvapuhelin mahdollistaa äkillisen avun mihin aikaan vuorokaudesta tahansa ja lääkekello auttaa äänimerkein asiakasta lääkkeiden oikea-aikaisessa ottamisessa. (Kotiin annettavat…2013.)

5 Tutkimuksen lähtökohdat ja toteutus

Tutkielmassa olen kiinnostunut kotihoidon palveluja käyttävien ikääntyneiden naisten arjen toimijuudesta. Päätökseni lähteä tutkimaan ikääntyneiden kotihoidon palveluja käyttävien toimijuutta ei ole ollut suoraviivainen. Alun perin olin kiinnostunut siitä, millaisia tarpeita kotihoidon asiakkailla on ja miten kotihoito pystyy näihin tarpeisiin vastaamaan. Sittemmin aineiston suhteellisen pienen koon (7 haastattelua) ja haastattelun sisällöllisten painotusten vuoksi päädyin siirtämään kiinnostukseni painopistettä arjen toimijuuden suuntaan. Toimijuuden tarkastelu avaa näkymän yhtäältä tutkimukseen osallistuvien naisten avuntarpeisiin ja toisaalta heidän itsenäisyyteensä ja yksin kotona pärjäämiseen. Nyt huomaan tämän näkökulman olevan vahvasti yhteydessä omaan ajatteluuni. Koska minulla on pyrkimys rakentaa ilmiöistä kokonaisvaltaisia käsityksiä, on tietyllä tapaa luontevaa, että tutkin yhtäaikaisesti edellä mainittua kahta näkökulmaa ja vielä yhteydessään laajemmin naisten käsittämiseen kokonaisvaltaisesti yksilöinä yhteydessä ympäristöönsä.

Opiskelussa mielenkiintoni on jo aikaisemman sosionomitutkintoni ajoilta asti ollut aikuistyö, erityisesti työttömien ja ikääntyneiden parissa tehtävä työ, joihin opintoni vahvasti suuntasivat. Minua ovat pitkään kiinnostaneet myös jollakin tavalla marginaaliin jätetyiksi koetut ihmiset, joihin liitetään paljon mielikuvia, jotka ovat usein negatiivisia ja mustavalkoisia. Erityisesti minua kiinnostaa se, miten syntyvät määritelmät heistä, jotka mielletään marginaalissa eläviksi ja se, miten näitä määritelmiä perustellaan ja ketkä niitä tuottavat. Marginaalissa oleminenkin on määritelmä eivätkä niin sanotut marginaalissa elävät itse automaattisesti koe elävänsä marginaalissa. Tämä sama voi päteä ajatuksiin vanhuksista. Joku voi kauhistella jonkun vanhuksen elämää hankalaksi tai jopa kauheaksi, mutta iäkäs itse ei asiaa näe samoin. Toisaalta vaikkapa yhteiskunnasta syrjäytetyt saattavat itse tuottaa itsensä syrjäytyneinä ja ottaa näin roolin, joka on heille tuotettu.

Jos puhutaan intresseistä käytännön sosiaalityön suhteen, ne liittyvät muun muassa ihmisoikeuksien ajamiseen ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden edistämiseen. Vaikuttaa ylevältä, mutta pohjimmiltaan kyseessä voi olla vaikkapa äänen antaminen sellaiselle, joka ei sitä yleensä saa kuuluville. Käytännön intressit ulottuvat omalla tavallaan myös tutkimuksellisiin tavoitteisiini. Toivonkin, että tämä tutkielma osaltaan tuo ikääntyvien naisten ajatuksia ja arkea esiin moniäänisempänä kuin on

ollut yhteiskunnassamme tapana. Tutkielman lähtökohtana se, millaisen kuvan raportti ikääntyvistä naisista ja heidän toimijuudestaan muodostaa, on tärkeä ja erittäin eettinen kysymys.

5.1 Teoreettis-metodologinen lähestymistapa

Tutkielmani asettuu teoreettis-metodologisilta lähtökohdiltaan laadullisen tutkimuksen perinteeseen ja nojaa sosiaalisen konstruktionismin viitekehykseen. Sosiaalisen konstruktionismin lähtökohtaoletus on, että kielenkäyttö rakentaa sosiaalista todellisuutta ja todellisuus on olemassa merkityksien välityksellä. Sosiaalinen todellisuus ja tieto syntyvät ja muokkautuvat vuorovaikutustapahtumissa ja ne saavat merkityksensä aina jostain näkökulmasta ymmärrettynä. Todellisuutta, jonka kaikki ihmiset havaitsisivat samalla tavalla, ei sosiaalisen konstruktionismin näkökulmasta voi olla olemassa. (Jokinen ym. 1993; Berger ym. 1994.)

Kielen käytön konstruktivistinen luonne tarkoittaa sitä, että kielen avulla ei vain kuvata maailmaa, vaan myös annetaan merkityksiä sekä rakennetaan ja uusinnetaan sosiaalista todellisuutta. Tästä seuraa se, että kieltä ja sen käyttöä ei ymmärretä todellisuuden kuvaksi eikä sen katsota heijastavan ulkoista todellisuutta yksiselitteisesti. Oleellista on se, että erilaiset asiat saavat merkityksensä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, jonka katsotaan olevan kiinteästi yhteydessä todellisuuteen. Vaikka todellisuus ei muodostu pelkistä merkityksistä, niin asioita katsotaan aina siten, että niille annetaan joku merkitys. (Mt.)

Tutkielmani kannalta oleellista on se, millaisia merkityksiä haastatellut naiset tuottavat toimijuudelleen. Rakennan itsekin tässä raportissa tietynlaisen kuvan ikääntymisestä, iäkkäistä ihmisistä ja toimijuudesta. Sitä en kuitenkaan tee irrallaan haastattelemieni naisten kertomuksista, tieteellisestä tutkimuksesta enkä henkilökohtaisista lähtökohdistani. En pääse täysin irti oman kulttuurini, elämänhistoriani, kokemusteni ja ympäristöni vaikutuksista ajatteluuni, vaikka yritän olla niin objektiivinen tutkija kuin mahdollista. Sekä naisten kokemukset ja määritelmät toimijuudestaan että omat tulkintani niistä ovat sosiaalisesti rakentuneita.

Hacking (2009,14) toteaakin, että ajatus sosiaalisesta rakentumisesta on vapauttava, siksi että se muistuttaa ihmisiä asioiden ja merkitysten historiallisista, yhteiskunnallisista ja ideologisista yhteyksistä. Seikat, jotka voimme toisinaan ajatella väistämättömiksi tai ihmisluonnon määräämiksi synnynnäisiksi ominaisuuksiksi, saattavat paljastua muuttuviksi sosiaalisiksi merkityksenannoiksi ja määritelmiksi (mts. 14–15). Esimerkiksi etenkin ikääntynyt nainen on perinteisesti sosiaalisesti tuotettu ja määritelty täysin epäseksuaaliseksi. Vanhan naisen on ollut tyytyminen ”kohtaloonsa” näkymättömänä ja sukupuolettomana. Tabut, kuten tämä ikääntyneen seksuaalisuuteen liittyvä

”kielto”, tuotetaan sosiaalisesti ihmisten määritellessä sen, mikä on sallittavaa käyttäytymistä ja mikä ei.

Merkitykset eivät ole yhdentekeviä, koska ihmiseen tai ilmiöön liitetyt mielikuvat ja käsitykset ohjaavat tekoja ja toimintaa, jotka niihin kohdistetaan. Karisto (2004, 102) toteaa esimerkiksi, että kuvat vanhenemisesta vaikuttavat ihmisten ajatteluun ja toimintaan, eli kielellisenä konstruktiona ikääntyminen on yhtälailla myös todellinen ilmiö. Jos vanhukset ajatellaan vaikkapa lapsenkaltaisiksi, se saattaa aiheuttaa holhoavaa käytöstä heitä kohtaan. Siitä voi seurata edelleen se, että ikäihmistä ei oteta huomioon tasavertaisena vuorovaikutuksen osapuolena silloinkaan, kun tehdään hänen elämäänsä koskettavia päätöksiä.

Edellinen ilmeni esimerkiksi Sanna Järnströmin (2011) geriatrisen sairaalan asiakaslähtöisyyttä koskevassa tutkimuksessa, jossa selvisi, että muut tekevät vanhuksia koskevia jatkohoitosuunnitelmia heitä kuulematta. Hänen mukaansa vanhus ei ollut osallisena omissa asioissaan eikä päässyt määrittelemään tarpeitaan ja tavoitteitaan. Taustalla ei oletettavasti ollut ainoastaan käsitys vanhasta ihmisestä lapsenomaisena, vaan siihen oli yhteydessä monia muitakin tekijöitä, kuten päätöksenteon ja organisaation toimintakulttuurin piirteitä, professiolähtöinen ajattelutapa sekä mielikuvat vanhoista ihmisistä. Oman tutkielmani kannalta mieleeni nousee ajatus siitä, että nimenomaisessa laitoksessa toimijuus ei kovin vahvasti liittynyt määritelmään vanhuspotilaasta.

Sosiaalisen konstruktionismin näkökulmasta käsitykset ikääntyneestä naisesta on tuotettu sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa ja ne tulkitaan eri tavoin. Se pitävätkö ihmisten käsitykset iäkkäistä naisista paikkansa, on toinen kysymys. Iäkkäät naiset itsekin ovat tuottamassa omaa kuvaansa ja ymmärtävät sen omasta näkökulmastaan. He peilaavat kokemuksiaan ja tuntemuksiaan muiden käsityksiin ja yhteisiin määrityksiin siitä, millainen on ikääntynyt nainen. Ei ole olemassa käsitettä ikääntynyt nainen, jonka kaikki ihmiset ymmärtäisivät ja tuottaisivat samalla tavalla. Samoin kuin ikääntyminen, myös vanhuus saa erilaisia merkityksiä sen mukaan, kuka merkityksiä antaa ja mistä lähtökohdista käsin.

Berger ym. (1994,13) mukaan tiedonsosiologin on tutkittava kaikkea sitä, mikä käsitetään ”tiedoksi” yhteiskunnassa riippumatta siitä, onko se totta vai ei. Heidän mukaansa on erityisen tärkeää tutkia niitä mekanismeja, jotka saavat itsestään selvän ”todellisuuden” iskostumaan ihmisten tajuntaan ja niitä prosesseja, joissa syntyy yhteisesti hyväksyttyjä todellisuuskäsityksiä. Toisin sanoen kyse on todellisuuden sosiaalisen rakentumisen tutkimisesta (mt.). En ole tiedonsosiologi eikä tutkielmani päätarkoitus ole tutkia puhumisen ja kielenkäytön tapaa, mutta minun on silti oleellista olla tietoinen näistä edellä kuvatuista prosesseista. Haastattelemieni naisten määritelmät omasta arjes-

taan ja toimijuudestaan paljastavat esimerkiksi seikkoja, joita he pitävät yleisesti hyväksyttävänä tapana elää. Kertomuksista heijastuu kulttuurissa hyväksyttyjen ajattelu- ja toimintatapojen vaikutus, kuten eetos pärjäämisestä ja yrittämisestä itse. Naiset tulevat myös tuottaneeksi puheessaan itsestäänselvyyksiä ja luonnollisina pitämiään asioita.

5.2 Tutkimusaineiston keruu ja tutkimukseen osallistujat

Olen kerännyt tutkimusaineistoni haastattelemalla seitsemää ikääntynyttä yksin asuvaa kotihoidon palveluja käyttävää naista. Tutkimukseen osallistujat on valittu alun perin kahdelta Jyväskylän kaupungin kotihoidon alueelta siten, että he ovat iäkkäitä (80 vuotta täyttäneitä) yksin asuvia kotihoidon asiakkaita, joilla ei ole kovin paljon sosiaalista verkostoa. Hain tutkimukseeni sekä naisia että miehiä, mutta lopulta siihen osallistui ainoastaan naisia. Kaksi haastateltavaa on lisäksi alle 80-vuotiaita ja jokaisella on oletettua enemmän sosiaalista verkostoa. Voikin olla niin, että ne ikäihmiset, joilla ei ole esimerkiksi omaisia arjessa tukena, ovat olleet liian huonokuntoisia ottaakseen osaa tutkimukseen. Haastattelut olen toteuttanut teemahaastatteluina, jotka olen tehnyt tutkimukseen osallistuvien kodeissa.

5.2.1 Teemahaastattelu

Haastattelu on menetelmänä tietyntyyppistä keskustelua, joka tapahtuu tutkijan aloitteesta ja hänen johdattelemanaan. Vaikka haastattelut eroavat toisistaan sen suhteen, miten strukturoituja ne ovat, niiden voidaan silti nähdä olevan aina vuorovaikutustilanteita. Haastatteluaineisto tuotetaan näin ollen haastattelun osapuolten välisessä vuorovaikutuksessa, jolloin haastattelija suuntaa eri tavoin haastateltavan vastauksia omalla toiminnallaan, eli vaikuttaa haastattelun kulkuun. (Eskola & Suoranta 1998, 86; Ruusuvuori & Tiittula 2005, 29.)

Strukturoidussa haastattelussa kysymysten muotoilu ja esittämisjärjestys on sama kaikille. Siinä on oletuksena, että kysymykset merkitsevät samaa kaikille haastateltaville. (Eskola & Suoranta1998, 87.) Toisessa ääripäässä on avoin haastattelu. Itse käytin aineiston keruun menetelmänä teemahaastattelua, joka sijoittuu tiedonkeruun metodina strukturoidun ja strukturoimattoman haastattelun välimaastoon, ja sitä voi nimittää puolistrukturoiduksi haastatteluksi. Teemahaastattelussa ei ole valmiita vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltavat tuottavat puhetta vapaammin.

Teemahaastattelun lähestymistapa on ennalta mietitty, mutta kaikkea ei ole lukkoon lyöty. Haastattelu rakentuu ennalta hahmotelluista teemoista ja aihepiireistä, mutta niiden käsittelyjärjestys voi vaihdella eri haastatteluissa. Apukysymyksiäkin voi laatia, mutta haastattelun ei kuitenkaan tulisi olla tarkkojen kysymysten esittämistä tietyssä järjestyksessä. Myös kysymysten esitysjärjestys ja

muotoilut voivat vaihdella tilanteen mukaan. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006a.) Omaa haastatteluani varten olin hahmotellut kolme teemaa apukysymyksineen. Teemoina olivat arki ja avun tarpeet, tyytyväisyys saatuun apuun sekä toiveet ja voimavarat. En pyrkinyt tarkkaan kysymysten esittämiseen tietyssä muodossa, vaan tarkoituksenani oli luoda keskustelunomainen tilanne ja reagoida haastateltavan puheeseen. Apukysymyksiä laadin kuljettamaan keskustelua loogisessa järjestyksessä sekä oman muistini tueksi.

Teemahaastattelussa pyritään käymään jokaisen haastateltavan kanssa ennalta mietityt teemat läpi jättäen kuitenkin tilaa ihmisten vapaalle puheelle. Teemahaastattelu on näin ollen keskustelunomainen tilanne, jossa jokaisen kanssa ei välttämättä käsitellä samoja teemoja samassa laajuudessa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Oma haastatteluni lähentyi käytännön tasolla keskustelua, koska reagoin haastateltavan vastauksiin ja puheeseen valikoiden haastattelun aikana käsiteltäviä aihepiirejä sekä muokaten samalla omaa tapaani kysyä asioita. Pääpiirteissään käsittelin ennalta suunnittelemani teemat jokaisen kanssa, mutta niiden sisältö vaihteli jonkin verran haastateltavan tilanteesta riippuen. Myös eri asioiden käsittelyn laajuudessa oli eroja henkilöiden välillä.

Toteutin haastattelut yksilöhaastatteluina tutkimukseen osallistuvien kodeissa ja nauhoitin ne. Tiittulan ja Ruusuvuoren (2005, 14─15) mukaan sen lisäksi, että nauhoittaminen toimii muistiapuna, se luo myös mahdollisuuden palata uudelleen tilanteeseen, seurata vuorovaikutuksen kulkua ja tarkastaa haastattelusta tehtyjä tulkintoja. Omien haastattelujeni kohdalla katson tärkeäksi tulkintoja tehdessäni kiinnittää erityistä huomiota minun ja haastateltavan vuorovaikutukseen, koska haastateltavat jännittivät ajoittain paljonkin ja osoittivat epävarmuutta vastaamisessa. Minun täytyi siis toisinaan esittää melko paljon jatkokysymyksiä ja kannustaa eri tavoin haastateltavaa jatkamaan puhetta. Käytin paljon niin sanottuja minipalautteita, kuten pikkusanoja (joo, niin) ja ynähdyksiä (mm) (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 26). Saatoin näin ollen huomaamattani vaikuttaa oleellisesti haastateltavan vastauksiin ja käsiteltyjen aiheiden valikoitumiseen.

Haastattelujen jälkeen litteroin nauhat sanasta sanaan tietokoneelle yhtenä tiedostona. Haastattelut olivat noin tunnin mittaisia. Merkitsin vain pisimmät tauot ja selkeimmät päällepuhumiset sekä omat huomiot, esimerkiksi nauramisesta ja huokauksista. Pääosin kirjasin kaikki täytesanojen toistot, mutta samasta puheenvuorosta, jossa toistoa, kuten ”ja ja ja ja” oli peräkkäin paljon, en sitä koko puheenvuoron osalta kirjannut. Litteroitua aineistoa tuli tiiviisti kirjattuna 111 A4-sivua. Tiiviisti kirjaus tarkoittaa sitä, että en eritellyt omalle rivilleen jokaista keskustelun puheenvuoroa vaan upotin lyhyempiä toteamuksia pisimpien puheenvuorojen sisään. Esimerkiksi haastattelijan toteamuk-

set, kuten ”Joo” ovat usein upotettuna haastateltavan puheeseen, mutta tietysti erotettavissa tarvittaessa.

5.2.2 Haastattelujen toteutuminen

Lähdin haastattelemaan yksin asuvia ikäihmisiä tarkoituksenani selvittää millaista heidän arkensa on, millaista apua he saavat ja tarvitsevat sekä miten kotihoito pystyy vastaamaan heidän tarpeisiinsa. Jo ensimmäinen haastattelu kuitenkin antoi viitteitä siitä, että haastatteluun osallistuvien avuntarpeet eivät välttämättä ole vielä kovin suuria. Etenkin kotihoidolta saadun avun tarve jää sukulaisten ja omaisten mahdollistaman avun vuoksi vähäisemmäksi. Jouduin heti ensimmäisestä haastattelusta lähtien soveltamaan teemahaastattelun aiheitani väljemmin.

Selvitin kuitenkin tavoitteeni mukaisesti jokaiselta osallistujalta heidän avuntarpeensa, oman selviytymisensä sekä arjen sujumisen ja ne tahot, joilta haastateltavat saavat apua. Sallin aika paljon väljyyttä keskusteltaviin asioihin nähden, koska halusin tilanteista vapautuneita tuokioita, joiden aikana uskaltaa kertoa vaikeampiakin asioita. Halusin myös purkaa jännitystä puolin ja toisin. Koenkin, että saavutin haastateltavien luottamuksen melko hyvin ja havaitsin, että naiset keskustelivat mielellään kanssani. Jokainen haastateltava oli kuitenkin yksilö ja toinen kertoi oma-aloitteisesti enemmän, kun taas joku toinen tahtoi myötäillä haastattelijaa ja oli epävarma siitä, vastaako ”oikein”.

Käytin tietoisesti omaa persoonaani kohdatakseni haastateltavat avoimesti ja välittömästi, koska mielestäni jäykkä haastattelurungossa pitäytyminen sopii aika harvoihin tilanteisiin eikä ainakaan vanhempien ihmisten haastattelemiseen heidän omista kokemuksistaan. Tuntuikin, että haastateltavat odottivat voivansa keskustella muustakin kanssani kuin vain vastata kysymyksiin vuoron perään. Joskus minulta muun muassa kysyttiin vanhuspolitiikkaan ja palveluihin liittyviä kysymyksiä haastattelun lomassa tai purettiin erilaisia suruja ja menetyksiä sekä kerrottiin pidempään lapsista ja lapsenlapsista.

Uskon, että jos olisin alkanut tarkasti rajoittaa haastattelua, keskustelu olisi tyrehtynyt, saanut turhia jännitteitä ja haastateltava olisi kokenut olonsa ikäväksi. Eettiseksi toiminnaksi koin sen, että pyrin aina päättämään haastattelut mukavassa ja toiveikkaassa ilmapiirissä enkä keskittynyt syvemmin suruihin ja murheisiin, vaikka niitä kuuntelinkin. Pyrin lopulta aina löytämään haastateltavan kanssa yhdessä myönteisiä puolia, kuten esimerkiksi sen, että sai hoitaa miehensä itse kotona loppuun asti eikä nyt tarvitse tuntea syyllisyyttä laitoksen hoiviin ”jättämisestä”. Sai siis olla yhdessä loppuun saakka, vaikka vaikeaa olikin.

Haastateltavat tuntuivat jännittävän erityisesti sitä, kertovatko oikeita asioita ja sitä, että he eivät osaa ”maalaisjärjellä” vastata hyvin. Tätä pelkoa yritin parhaani mukaan hälventää ja kertoa esimerkiksi, että oikeita vastauksia ei ole ja oma kokemus ja mielipide riittävät hyvin. Alussa itsekin huomasin jännittäväni niin, että joskus sanoin asioita turhaan väliin ja näin keskeytin vahingossa puheen hetkeksi tai häiritsin tahtomattani haastateltavan puhetta. Jos tekisin haastattelut uudestaan, en hätäilisi itse niin paljon, vaan antaisin haastateltavan puhua useammin rauhassa. Litterointikin helpottuisi ilman päällepuhumisosuuksia. Tarkoituksena oli tietysti myös rohkaista puhumaan, koska tilanteet saattoivat olla jännittäviä haastateltaville, mutta vähempikin olisi varmasti riittänyt.

Olen miettinyt sitä, missä määrin haastateltavat hahmottivat minun roolini haastattelijana. Vaikka yritin täsmentää sitä, että en kuulu kotihoidon henkilökuntaan, saattoivat jotkut haastateltavat ajatella minun olevan arvioimassa heidän kotona selviytymistään. Tämä on saattanut aiheuttaa pärjäämisen korostamista entisestään. Sen täsmentäminen, että haastattelut ovat luottamuksellisia eikä haastateltavia voi jälkeenpäin tunnistaa, ei välttämättä hälvennä epäilyksiä, jos tilanne on uusi ja on vaikea hahmottaa mihin haastattelu liittyy. Osa silti ilmaisi ymmärtävänsä selkeästi roolini opinnäytteen tekijänä sekä opiskelijana ja toivoi minulle onnea tulevaisuuteen ja opintojen loppuunsaattamiseen.

Haastattelut olivat itselleni kaiken kaikkiaan hyvä kokemus. Haasteita tilanteisiin toki loivat osallistujien kuulon rajoitukset ja jotkin kognitiiviset pulmat, kuten muistivaikeudet. Haastateltavat myös saattoivat väsyä haastattelun loppupuolella niin, että keskittymiskyky herpaantui. Tämä saattoi johtua siitä, että jo kuuleminen vaati heiltä erityistä keskittymistä ja pinnistelyä, saati että haastattelutilanne on enemmän tai vähemmän jännittävä. Yleinen ennakkoluulo ikääntyneiden väsymisestä haastatteluun piti siis pinnallisesti katsoen paikkansa. Pinnallisesti siksi, että väsymisellä ei sinällään ollut välttämättä iän kanssa tekemistä. Hauskaakin haastatteluissa oli, esimerkiksi naurua ja omenoiden väistelyä puun alla yhdeksänkymppisen mummon pudotellessa niitä puukepillä oksilta alas.

5.2.3 Tutkimukseen osallistujat

Tutkimukseen osallistui seitsemän naista, jotka ovat iältään 75─90-vuotiaita. Jokainen heistä käyttää ainakin yhtä kotihoidon palvelua tai sen tukipalvelua. Kaikki haastateltavat asuvat korkeintaan viiden kilometrin etäisyydellä Jyväskylän keskustasta. Kolme naisista asuu senioriasunnossa ja heillä on mahdollisuus käydä kotitalonsa tiloissa ruokailemassa päivittäin ja osallistua päiväkeskustoimintaan. Loput neljä naista asuvat niin sanotuilla tavanomaisilla asuinalueilla. Yhtä naista lukuun ottamatta kaikki ovat leskiä ja jokaisella on lapsia ja muuta sukua vaihtelevasti. Useimmilla asuu

ainakin yksi perheenjäsen Jyväskylän seudulla. Jokainen on myös vähintään viikoittain yhteydessä omaisiinsa.

Haastateltavat eroavat toisistaan kognitiiviselta ja fyysiseltä toimintakyvyltään melko paljon. Naisten avuntarve vaihtelee myös paljon sen mukaan, miten suuri kotihoidon osuus on avunantajana. Eroa ei tässä aineistossa selitä ikä, vaikka nuorimman ja vanhimman osallistujan välinen ikäero on 15 vuotta. Yksi haastatelluista naisista tarvitsee apua laaja-alaisemmin perushoidosta lähtien ja muut eritasoisesti siivouksesta ja raha-asioiden hoidosta sairaanhoitoon ja lääkkeiden jakoon. Naisista kahdella oli selviä muistivaikeuksia ja useimmilla oli lisäksi huono kuulo. Muistivaikeus ilmeni yhdessä heikomman fyysisen toimintakyvyn kanssa siten, että näillä naisilla liikkuminen oli huomattavasti hitaampaa ja jäykempää.

Jokainen naisista saa apua sekä viralliselta että epäviralliselta taholta. Läheiset, sukulaiset ja tuttavat auttavat pääasiassa raha-asioiden hoitamisessa, kuljetuksessa asiointien yhteydessä ja kodinhoidossa sekä kunnossapidossa. Siivoukseen käytetään myös ostopalveluja. Läheiset ovat suurena turvana ja heidän puoleensa voi kääntyä erilaista tietoa saadakseen. Lisäksi he hoitavat joitain asioita naisten puolesta, kuten varaavat lääkäriaikoja ja auttavat paperiasioiden kanssa. Omat lapset ja lapsenlapset myös huolehtivat osaltaan ikääntyneiden äitiensä ja mummojensa sosiaalisesta elämästä.

Kotihoito huolehtii haastateltujen kohdalla lähinnä perus- ja sairaanhoidosta, aamu- ja ilta-askareista, kuten vaikkapa pukeutumisesta ja peseytymisestä, lääkkeenjaosta, arjen pienistä asioista, kuten roskapussin viemisestä sekä antamalla asiointiapua tarvittaessa. Kotihoidon tukipalveluina käytetään esimerkiksi turvapalvelua, ateriapalvelua, kauppapalvelua ja päiväkeskuspalveluja. Erityisesti esiin voi nostaa vaikkapa turvapalvelun käytön, sillä naisista kolmella on turvaranneke ja kahden kohdalla sen käyttöönottoa on mietitty. Lisäksi osa naisista hyödyntää kulkemisessa Jyväskylän palveluliikenteen Kyytiveikko-autoja.

5.3 Ikääntyneiden naisten haastattelujen analyysi

Analysoin haastatteluaineistoni hyödyntäen sovellusta sisällönanalyysista, johon yhdistän diskurssianalyyttista lukutapaa. Ajattelun apuvälineenä käytän osia semioottisen sosiologian metateoriaa koskevasta pohdinnasta. Ruusuvuoren ym. (2010,19) mukaan analyysi tarkoittaa systemaattista aineiston läpikäyntiä, jonka tarkoitus on saada aineistosta esiin jotain sellaista, mitä ei suoraan tekstistä, suorista lainauksista, ole luettavissa. Analysoin oma aineistoani systemaattisesti ja tarkasti sen sijaan, että ”tekisin vain sisällönanalyysin”. Sisällönanalyysi ei työssäni tarkoita ainoastaan aineiston luokitteluprosessia, eli järjestämistä, vaan koko analyysiprosessia yhdistettynä aineiston lukutapoihin. Aineiston luvun ja analyysin taustalla on toimijuuden tarkastelu toimijuuden modaliteettien

osata, kyetä, voida, tahtoa, tuntea ja täytyä välityksellä. Modaliteetit eivät silti ole ainoa tapa, jolla pyrin aineistoa ymmärtämään.

5.3.1 Sisällönanalyysi ja diskurssianalyyttinen metodi

Sisällönanalyysilla on tarkoitus muodostaa tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus, joka on kytkettävissä laajempaan kontekstiin ja aikaisempiin tutkimustuloksiin. Se voi tarkoittaa sekä laadullista tekstianalyysia että määrällistä sisällön erittelyä. Analyysitavalle on ominaista ensin pilkkoa aineisto osiin, käsitteellistää se ja järjestää lopuksi uudenlaiseksi kokonaisuudeksi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006b.) Oma analyysimetodini rakentuu edellä mainitun yleisemmän ”analyysikehikon” lisäksi siihen yhdistetyistä kielellisistä tarkastelutavoista ja ajattelun apuvälineistä.

Analyysin lähtökohtaoletukset nojaavat sosiaaliseen konstruktionismiin siten, että oletan ihmisten tuottavan puhuessaan merkityksiä, sen sijaan että he ainoastaan kuvaisivat sitä maailmaa, jossa he elävät. Lähden liikkeelle diskurssianalyyttisen viitekehyksen (Jokinen ym. 1993) kolmesta lähtökohtaoletuksesta (yhteensä viisi). Ensimmäisen mukaan kielen käyttö rakentaa sosiaalista todellisuutta, toinen viittaa siihen, että merkityksellinen toiminta on kontekstisidonnaista ja kolmas siihen, että on olemassa useita keskenään kilpailevia ja rinnakkaisia merkityssysteemejä. (Mts.17─18.)

Diskurssiivisesta näkökulmasta tarkasteltuna se, että mitään ei oteta annettuna ja asioita, myös omia oletuksia ja kategorisointeja kyseenalaistetaan, on oleellinen lähtökohta esimerkiksi aineiston analyysille. Diskurssianalyysissa ei kuitenkaan ole kyse ainoastaan analyysimetodista vaan se kattaa sisäänsä paljon kokonaisvaltaisemman tavan ajatella ja tarkastella sosiaalista todellisuutta. Tehtäessä diskurssianalyysia mielenkiinnon kohteina ovatkin harvoin vain sanat kielellisinä objekteina. Sen sijaan kiinnostus kohdistuu laajemmin ilmiöihin, jotka ovat sosiaalisesti rakentuneita. Kyse on siitä, mitä ihmiset tekevät sanoilla, miten kieltä käytetään ja mitä merkityksiä sillä tuotetaan. (Wood & Kroger 2000, 8─17.) Sosiaalisesti rakentuneista ilmiöistä esimerkkinä voi olla rasismi, joka saa merkityksiä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ihmisten välillä. Rasismiin liittyy muun muassa erilaisille etnisille ryhmille ja yksilöille kielen kautta tuotetut merkitykset siitä, millaisia tietynlaiset ihmiset ovat ja millaisia piirteitä heidän ajatellaan omaavan. Rasismi sananakin voidaan ymmärtää eritavoin riippuen siitä, keiden näkökulmasta sitä määritellään.

Diskurssianalyyttisen metodin osittainen hyödyntäminen näkyy analyysissani kiinnostuksena siihen, miten naiset puhuvat toimijuudestaan, eli millaisena he sen puheessaan tuottavat sekä miten he rakentavat kuvaa itsestään toimijoina. Analysoin siis puhumisen tapaa ja sitä mitä puheella tuotetaan. Tarkastelun kautta erottuvat myös vallitsevat ja toisaalta sivuun jäävät puhetavat. Varsinaisia

diskursseja en kuitenkaan pyri rakentamaan. Diskurssianalyysi tarkoittaakin tässä yhteydessä enemmän asennoitumista aineistoon kuin varsinaista tapaa tehdä analyysia.

Diskurssianalyyttisessa lukutavassani ei ole oleellista ainoastaan se, miten naiset puhuvat ja mitä he puheellaan tuottavat. Pyrin sen lisäksi ymmärtämään sitä, millaisena heidän arjen toimijuutensa heidän itsensä kertomana näyttäytyy ja mitä se heidän kohdallaan tarkoittaa. Kyse ei ole vain siitä, miten naiset kuvaavat toimijuuttaan, vaan myös osin siitä, että se, miten naiset puhuvat toimijuudestaan ei ole täysin eri asia kuin se, millaisena heidän arjen toimijuutensa käytännössä todentuu. Ihmiset merkityksellistävät arjen käytäntöjään kuitenkin eri tavoin. Edellisen tutkimisen tekee ongelmalliseksi se, että minulla ei ole käytettävissä muuta kuin haastateltujen naisten omat kertomukset ja omat määrittelyt toiminnastaan. Uskon kuitenkin voivani tavoittaa osan naisten toimijuuden todentumisesta arjessa vertailemalla heidän kertomustaan aikaisempiin tutkimustuloksiin ja teoriaan.

Aineistoa lukiessani ja analyysin apuvälineenä käytän myös Pekka Sulkusen ja Jukka Törrösen ym. (1997) edelleen kehittelemän semioottisen sosiologian ajatuksia. Tätä pohdintaa hyödynnän tarkastelemalla sitä, mistä positiosta käsin ihminen puhuu, mihin tai keneen hän itsensä samaistaa sekä kenen äänellä hän asioita perustelee. Kyseessä ovat vuorovaikutuksen rakenteet ja puheen sekä tekstin merkitykset. En ole kielitieteilijä enkä filosofi, joten olen poiminut laajasta kokonaisuudesta muutaman irrallisen osan ajatteluni apuvälineiksi eikä tarkoituksenani ole näin ollen tehdä semioottista analyysia.

Sulkunen (mts. 18) kirjoittaa puheeseen tai tekstiin rakentuvista vuorovaikutuksen jäljistä, puhuja- ja vastaanottajakuvista, jotka muun muassa rakentavat sekä puhujalle että vastaanottajalle identiteettiä määritellen heidän suhdettaan siihen todellisuuteen, jota ne kuvaavat. Haastattelun vuorovaikutustilanteessa haastateltavat tulevat siis tuottaneeksi omaa identiteettiään eri tavoin, esimerkiksi kuvaa itsestä itsellisenä ja pärjäävänä yksilönä. Jotta voisin kuvailla haastateltavien puhetta pärjäämistä korostavaksi, kuten edellisessä lauseessa, minun on jo täytynyt tulkita heidän puhettaan suhteessa kontekstiinsa, kuten aikaan, tilanteeseen ja kulttuuriin sekä siihen mistä näkökulmasta ihminen puhuu. Ilman ymmärrystä vaikkapa siitä, millaisia arvoja itsenäisyyteen ja pärjäämiseen kulttuurissamme liitetään, minun olisi vaikea ymmärtää haastateltavan puhetta, eli antaa sille merkityksiä. Hankalaa ymmärtäminen olisi myös, jos en tietäisi, että puhujat ovat iäkkäitä ihmisiä, jotka saavat apua itsenäiseen kotona selviytymiseen ja arjen toimiin.

5.3.2 Oman analyysiprosessin kuvaus

Aineiston analyysi on aineistoon tutustumisen, sen järjestämisen ja luokittelun eli koodauksen, varsinaisen analyysin sekä tulkinnan ja aineiston kanssa keskustelun kokonaisuus (Ruusuvuori ym.

2010,10). Aloitin aineistoni analyysin lukemalla haastatteluja yleisellä tasolla. Merkitsin kuitenkin jo alkuvaiheessa alleviivauksin ja eri värein tekstistä kohtia, jotka kiinnittivät huomioni erityisesti, esimerkiksi usein toistuvat maininnat itse tekemisestä ja pärjäämisestä. Seuraavaksi aloin varsinaisesti koodata ja luokitella aineistoa toimijuuden modaliteettien kyetä, haluta, voida, täytyä, tuntea ja osata avulla.

En kuitenkaan rajoittunut vain modaliteetteihin vaan tarkastelin koko tekstiä poimien kiinnostavia asioita ja ilmauksia. Aineistoa lukiessani omat ajatukseni sitä kohtaan avartuivat ja syntyi uusia oivalluksia. Jo lukutavan ja aineistoa koskevan ymmärryksen kehittymisen vuoksi oli välttämätöntä pitää lähestymistapa laajana. Vain modaliteetteihin keskittyminen olisi kaventanut tulkinnan mahdollisuuksia enkä halunnut, että aiempi teoria määrittää liiaksi aineistosta muodostuvaa kuvaa. Sen sijaan tahdoin antaa mahdollisuuden kyseessä olevan teorian ulkopuolisille uusille tai erilaisille tulkinnoille. Koodauksen tapa oli näin teoria- ja aineistolähtöisyyden välimaastossa. Toimijuuden modaliteettien mukainen koodaus ja luokittelu auttoivat tutkimustehtävän täsmentymisessä sekä siinä pysymisessä, mutta tietyn tasoinen aineistolähtöisyyteen pyrkiminen täydensi kokonaiskuvaa ja toi lisää mahdollisuuksia hahmottaa ja tulkita aineistoa eri tavoin, vaikka itseään ei ennakkooletuksista täysin voi vapauttaakaan.

Tein koodauksen sekä suoraan tutkimusaineistoon eri tiedostoversioina että erillisiin tiedostoihin, joihin poimin puheenvuoroja tekstistä ja kirjoitin pohdintojani. Lukemisen ja koodaamisen tuloksena aloin hahmottaa paremmin sitä, mitä asioita ja osa-alueita aineistosta on hyvä lähteä selvittämään entistä tarkemmin. Erottelin esimerkiksi osa-alueen kyetä kykenemiseksi, kykenemättömyydeksi ja kykenemiseksi avun turvin yhdistettynä apuun, joka auttaa henkilöä asumaan itsenäisesti kotona ja mahdollistaa arjen asioiden hoitamisen. Näiden alle koodasin ja luokittelin erilaisia lainauksia aineistosta, kuten olin aiemminkin tehnyt. Pyrin mahdollisimman vähäisiin päällekkäisyysiin, vaikka kyseinen erottelu on hyvin keinotekoinen ja otsikot lähellä toisiaan. Koodasin ja luokittelin myös modaliteetit haluta ja voida tässä vaiheessa uudelleen. Modaliteetin osata yhdistin jo koodausvaiheen seurauksena kykenemiseen, koska mainintoja on vähän eikä sen tarkempi analyysi erikseen toisi lisäarvoa tutkimustehtävän kannalta. Mitä pienemmäksi aineistoa pilkoin ja mitä enemmän sitä luin sitä enemmän aloin myös erottaa aineistosta oleellisen ja toistuvan teeman: oman toimijuuden määrittelyn itsenäisyyden ja tarpeiden kautta.

Koodauksen ja luokittelun rinnalla käytin myös sisällön määrällistä erittelyä, kvantifiointia, ottaakseni selvää sellaisten puheenvuorojen esiintymisestä aineistossa, jossa kuvataan kykenemistä tai kykenemättömyyttä. Kykenemisen käsitin laajempana kuin henkilön itse ilmaisemana kykenemise-

nä. Tarkastelin kykenemisen, pärjäämisen ja selviämisen ilmaisun lisäksi myös kaikkea, mitä henkilö kertoo itse tekevänsä arjessa. Kyseinen tarkastelutapa antoi minulle mahdollisuuden hahmottaa laajemmin haastateltavien toimijuutta. Kykenemistä ilmaistiin puheenvuoroissa huomattavasti enemmän (noin 122 kpl) kuin kykenemättömyyttä (noin 30 kpl). Välimaastoon sijoittui avun turvin selviäminen ja saatu apu, josta kerrottiin noin 74 puheenvuorossa. Määrät ovat suuntaa antavia yksittäisten ilmaisujen määrien suhteen, koska yhdessä puheenvuorossa voidaan tuoda esimerkiksi kykenemistä esiin useamman kerran.

Jo koodausvaiheessa otin huomioon erillisten puheenvuorojen ja lauseiden yhteyden aiempaan ja myöhäisempään keskusteluun. Jotkut aineistosta erotetut puheenvuorot ovatkin melko pitkiä, koska olen ottanut mukaan sitä pohjustavaa ja selittävää puhetta. Tarkalla analyysilla olen halunnut varmistaa mahdollisimman luotettavan tulkinnan aineistosta. Koodauksen ja luokittelun jälkeen aloin koota tarkemmin kokonaiskuvaa aineistosta, eli rakentaa alustavia teemoja pilkotusta tekstistä. Tutkimuskohdetta eli toimijuutta aloin lähestyä itsenäisyyden ja avuntarpeen kautta hahmottaen toimijuuden erilaisia merkityksiä ja ilmenemistapoja. Vaikka henkilö ei itse kykenisi, esimerkiksi maksamaan laskujaan, hän voi siitä huolimatta säilyttää osan toimijuuttaan ja päätösvaltaansa omissa asioissaan. Kykenemättömyys ei aina tarkoita sitä, että myös toimijuus tietyllä elämän osa-alueella katoaisi.

Tässä vaiheessa toimijuus paikantui kolmeen tapaan selviytyä arjen toimista: itse tekemiseen, avun mahdollistamaan tekemiseen ja siihen, että joku toinen tekee asian henkilön puolesta. Aloin siis tarkastella kykenemisen ja kykenemättömyyden lisäksi erityisesti toimijuuden ilmenemistä eri tilanteissa. Kysymys voisi olla, millä tavalla toimijuus näkyy arjessa riippumatta siitä, tekeekö haastateltava asioita itse vai saako hän niihin apua. Alustavien teemojen kohdalla haaste oli siinä, millä tasolla niitä olisi järkevintä muodostaa tutkimustehtävän kannalta. Voisin esimerkiksi jaotella arjen toimintoja sen perusteella, mitkä aiheuttavat eniten avun tarvetta ja päinvastoin. Sen lisäksi mahdollista olisi tarkastella sitä, mitkä ovat sellaisia asioita, joita haastateltavat haluavat tai voivat tehdä sekä mitä heidän täytyy tehdä. Mukaan voisi ottaa myös sen, millaisia arvotuksia ja tunteita he liittävät erilaisiin toimiin ja asioihin arjessaan.

Koska halusin saada yleiskäsityksen haastateltavien arjen toimijuudesta päädyin tarkastelemaan arjen eri toimintoja ja niihin liittyvää toimijuutta. Arkeen ja sen toimiin liittyvästä puheesta odotin edelleen hahmottavani sen, millaisena naiset oman toimijuutensa käsittävät ja miten he siitä kertovat. Alustaviksi kategorioiksi muodostuivat tässä vaiheessa päivittäiset toiminnat, kodin askareet, raha-asioiden hoitaminen, sosiaaliset suhteet ja kodin ulkopuolinen toiminta. Harrastukset oli tässä

vaiheessa sisällytetty päivittäisiin toimintoihin ja lisäksi oli ylimääräinen muuta-kategoria aineistolle, jonka teema haki vielä paikkaansa ja muotoaan. Kategorioiden alle siirsin ensin niitä kuvaavia puheenvuoroja toimijuuden kyetä, haluta, voida ja täytyä osa-alueilta.

Varsinainen analyysi yhdistyi näin aiempaan, aineiston järjestely-, eli koodausvaiheeseen joiltain osin. Käytännössä analyysin vaiheet menevätkin päällekkäin eivätkä ne etene ainoastaan aiemmasta vaiheesta seuraavaan vaan myös takaisin päin uusien kysymysten vaatiessa tarkennusta (Ruusuvuori ym. 2010, 12). Oma prosessini ei eronnut millään tavoin analyysin tekemisen yleisistä kuvauksista. Analyysi oli haastava ja jouduin usein palaamaan aiempiin pohdintoihini ja kysymyksiini sekä tarkistamaan yhä uudelleen tutkimustehtävääni. Kandidaatin tutkielmaa tehdessäni sain koodata aineistosta suoraan tutkimustehtävää vastaavia puheenvuoroja, mikä teki myös analyysin helpommaksi, vaikka haasteita ilmeni silloinkin. Tässä tutkielmassa prosessi on kuitenkin ollut monisyisempi ja vaatinut enemmän ajattelutyötä. Tutkimuskohteena toimijuus ja sen ilmenemistavat osoittautui vaikeammaksi kuin olin alun perin ajatellut. Analyysin rinnalla luin jonkin verran tutkimuskirjallisuutta ja siitä oli hyötyä siksi, että se laajensi kuvaa omasta aineistosta, josta alkoi hahmottua sellaisia seikkoja, joita ei ilman lukemista olisi oivaltanut.

Analyysin viimeisessä vaiheessa keskityin lähinnä kirjoittamiseen ja sen rinnalla tutkimuskirjallisuuden lukemiseen. Toisinaan tutustuin jonkin aikaa kirjallisuuteen pidempään ja jatkoin sen jälkeen kirjoittamista. Koska pääteemat ja sisällöt olivat tähän mennessä suurin piirtein hahmottuneet, pystyin etenemään työssäni kirjoittaen ja samaan aikaan uusia ajatuksia kehitellen. Teemat arjen toimijuuden suhteen olivat nyt päivittäiset toiminnat, kodin hoito ja kunnossapito, kodin ulkopuolinen asiointi, raha-asioiden hoito, sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutus sekä harrastukset ja matkat. Kaiken kaikkiaan analyysi alkoi rakentua kolmen osan kodin merkityksen, arjen toimijuuden ja pärjäämisen teeman kautta.

Aiemmin mainittu uusien ajatuksien kehittely tarkoitti lähinnä oivalluksia siitä, millä tavoin ja missä suhteessa teemojen sisältöä ja vivahteita tulisi käsitellä ja tuoda esiin. Kirjoittamisen aikana muokkasin silti aiemmin määritettyjäkin teemoja, esimerkiksi siten, että otin päivittäisiin toimintoihin mukaan turvallisuuden kokemisen kotona. Analyysin toisen osan pärjäämiseen liittyvän puheen tarkastelun teemat saivat lopullisen muotonsa melko loppuvaiheessa analyysia, siksi että sen sisällöt olivat riippuvaisia analyysin ensimmäisen osan sisällöistä ja tulkinnoista.

Kirjoittamistyylini on lähdeviitteiden tekstiinkirjoittamisen suhteen ollut analyysin raportoinnin suhteen kahdenlainen: joko olen viitannut aiempaan tutkimukseen välittömästi tulkintani yhteydessä tai jälkeenpäin uudelleen tarkastelun aikana tai kirjallisuutta lukiessani. Tämä tapa on ollut minulle

hyvä, koska saan ajatteluuni vauhtia ja ideoita kirjoittaessani, mutta toisaalta kaipaan välillä lisää ajatuksia muualtakin, jotta pääsen eteenpäin. Jos juuttuisin kirjoittamaan heti valmista analyysia kaikkine lähdeviitteineen, eteneminen hidastuisi tai loppuisi kokonaan. Kokonaisuuden hahmottaminen syvemmin kärsisi myös, ellen pyrkisi jatkuvasti rakentamaan kokonaiskuvaa analyysista ja tulkinnoistani.

Edellä mainittu tapa on vaatinut paljon kärsivällisyyttä liikkua jatkuvasti edestakaisin ja täydentää sekä muokata lähes jatkuvasti koko analyysia sekä aiemman tekstin että uusien oivallusten mukaisesti. Minun on melko mahdotonta ennalta luoda rakennetta, jota seuraan edes suhteellisen täsmällisesti, sillä haluan huomioida kaiken, mikä suinkin on mahdollista työn puitteissa. Olen siis ottanut kaikki soveltuvat uudet oivallukset ja ideat huomioon sekä kehittänyt ajatteluani aineiston pohjalta läpi analyysiprosessin. Minulla on ollut raamit, mutta olen soveltanut niitä sen mukaan, mihin prosessi on kuljettanut ja mihin suuntaan olen katsonut aiheelliseksi edetä. Aivan analyysin lopuksi olen arvioinut vielä uudelleen kokonaisuutta, analyysin esittämisen tapaa sekä siitä esiin nostamiani tulkintoja ja parannellut kirjallisen ilmaisuni tyyliä.

5.3.3 Tutkimuksen eettinen arviointi

Aiheenvalinta ja lähestymistapa

Tutkimuksen eettinen arviointi lähtee tutkimusprosessin alusta alkaen, jolloin merkittävää on se, millä tavoin aihe valitaan ja miten se rajataan. Jo itse päätös aiheesta ja tutkittavasta kohdejoukosta on oleellinen eettisen pohdinnan kohde. Tarkastelen tässä tutkimuksen eettisiä kysymyksiä alkaen aiheenvalinnasta ja lähestymistavasta haastattelujen toteutukseen saakka. Raportoinnin ja johtopäätösten eettinen arviointi sisältyy tutkielman päätelmiin.

Ikääntyneitä tutkittaessa on tutkijalla oletettu olevan erityinen eettinen vastuu tutkittavien suuremman haavoittuvuuden ja muista riippuvaisuuden vuoksi. Tämä on toisinaan johtanut tutkimuksessa siihen, että vanhusten näkemyksiä on kysytty muilta kuin heiltä itseltään. (Nikander & Zechner 2006, 516.) Omana lähtökohtanani ei ole ollut erityisen haavoittuvuuden pohtiminen vaan haastateltavien ja tutkimusaiheen mahdollisimman ennakkoluuloton kohtaaminen. Koska olen pyrkinyt purkamaan ennakkoasetelmia, se on antanut minulle mahdollisuuden päätyä myös samansuuntaisiin johtopäätöksiin kuin muutkin ovat päätyneet, mutta uusista näkökulmista katsottuna.

Tutkielmani aihe on tärkeä, koska sen kautta on mahdollista saada tietoa ikäihmisten arjesta ja pärjäämisestä heiltä itseltään. Aiheen käsittelyyn ja tutkielman rakentamiseen alusta loppuun liittyy tietysti paljon eettisiä näkökohtia, mutta pääasia ei liene sen miettiminen, miten haavoittuvia tai

haavoittumattomia tutkimukseen osallistujat ovat. Lähestymistapani aiheeseen nähden on ehkä jopa naivin ennakkoluuloton. Se ei silti tarkoita, että olisin vapaa kaikista esikäsityksistäni ja uskomuksistani. Pyrin kuitenkin vahvasti hahmottamaan tutkittavan aiheeni mahdollisimman monitahoisena ja havaitsemaan sellaisia ajatuskulkuja, jotka juontavat omista asenteistani tai muista ennakolta omaksutuista ajatuksista aiheeseen liittyen.

Nikanderin ja Zechnerin (2006, 516) mukaan ihminen ei ikääntyessäänkään välttämättä menetä kykyä tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä, ja harvoin tämä kyky katoaa kokonaan. Olen tietyllä tavalla jo alunalkaen lähtenyt tarkastelemaan ikääntymistä ja vanhuutta sekä erillisinä palasina että näiden palasten yhteisvaikutuksina. Tarkoitan tällä sitä, että en ole missään vaiheessa olettanut, että jonkin tietyn ominaisuuden tai tapahtuman muutos, tarkoittaisi suoraan muutosta myös jollain muulla osa-alueella. Se, että ihminen vaikuttaa hauraalta tai kykenee enää hyvin vähän toimimaan fyysisesti ei merkitse automaattisesti sitä, että hän ei kykenisi, vaikkapa tekemään valintoja. Ikääntyneen toimijuuskaan ei vaikuta olevan tutkielmassa niin paljon kiinni toimintakyvystä kuin mitä se on riippuvainen ympäröivän yhteisön kyvystä havaita vanhan ihmisen omaa toimijuutta ja tukea sen toteuttamista.

Tutkielman aiheenvalinta ja lähestymistavat ehkä rikkovat jollain tavalla kaavamaisia käsityksiä ja suhtaumista ikääntymiseen ja vanhana olemiseen. Jos käsittelisin liiaksi aiheen sensitiivisyyttä ja tutkittavien mahdollista haavoittuvuutta, olisi vaarana, että päätyisin lopulta vain alleviivaamaan haastateltavien marginaalisuutta ja vastoin tutkimuksen tavoitetta häivyttämään heidän toimijuuttaan (esim. mts. 515).

Tutkittavien valinta ja informointi

Omassa tutkielmassani en ole itse voinut vaikuttaa siihen, millä tavoin tutkittavat valitaan ja miten osallistumispyyntö heille esitetään. Vaikutusvaltani on ulottunut tutkittavien joukon rajaamiseen tietyin kriteerein, kuten iän ja siviilisäädyn perusteella. Tutkittavien informoinnin suhteen olen voinut vaikuttaa osallistujille toimitetun infokirjelmän kautta sekä myöhemmin soittaessani heille ajan sopiakseni ja haastattelutilanteessa pyytäessäni kirjallisen suostumuksen. Rauhalan ja Virokannaksen (2011, 240) mukaan tilanne, jossa mahdolliset tutkittavat tekevät päätöksen osallistumisestaan ei ole aina vapaa paineista, jolloin tilanne voi johtaa pakko-osallistumiseen. Tutkijan tietoon ei välttämättä tule se, millä perusteilla vaikkapa työntekijät valitsevat pyydettävät henkilöt ja miten he pyynnön esittävät (mt.).

Minulle kerrottiin, että erilaisia kyselyjä ja vastaavia tehdään kotihoidon asiakkaille paljon, etenkin niille, jotka parhaiten kykenevät niihin osallistumaan. Tämän vuoksi osallistumishalukkuus ei olisi oletettavasti suuri. Näin kävikin, sillä vaikutti olevan hankalaa saada osallistujia alkuperäisen tavoitteen mukaan, joka oli saada 12 haastateltavaa. Osa naisista kertoikin minulle eriasteisesta haluttomuudestaan osallistua tutkimukseen haastattelujen yhteydessä. Toiset toivat esiin sen, että osallistuivat vain minun vuokseni, että saisin opintoni valmiiksi. Toiset taas olivat niin sanotusti luonnostaan puheliaampia ja osallistuivat yleensä vastaaviin tutkimuksiin.

Yhden haastattelun kohdalla, jota kuvaan tarkemmin haastattelujen etiikkaa pohtiessani, lopullinen suostumus haastatteluun tuli juuri ennen haastattelua, sillä haastateltava ei ollut muistanut ollenkaan suostuneensa aiemmin. Tutkijana velvollisuuteni oli korostaa, että ei ole minkäänlaista pakkoa ja teinkin lähtöä hänen luotaan useampaan otteeseen ennen kuin haastateltava varmisti haluavansa kuitenkin osallistua. Koska en tiedä varmasti, miten pyynnöt on esitetty, voin vain olettaa, että suostumukseen johtaneet tilanteet eivät aina ole olleet kovin ”virallisen neuvottelun” mukaisia. Tätä osaltaan selittää työntekijöiden ja heidän asiakkaidensa epävirallisemmat ja tutut suhteet.

Haastattelut

Haastattelujen osallistujajoukko koostui iäkkäistä ihmisistä, joiden haastattelun suhteen on tutkimuksessa ollut runsaasti ennakkoluuloja. Esimerkiksi yli 75-vuotiaat rajataan Lumme-Sandtin (2005,127) mukaan useista Tilastokeskuksen tutkimuksista pois haastattelemisen vaikeuden ja hitauden vuoksi. Itse kiinnitin huomiota omiin ennakkoajatuksiini, mutta en osannut ajatella iäkkäitä erityisen vaikeina haastateltavina. Ovathan he aikuisia ihmisiä ja yksilöitä jokainen. Siksi ehkä tulikin hieman yllätyksenä se, miten haastavaa toisinaan oli haastatella ihmistä, jolla on muistivaikeuksia ja huono kuulo. Näin suurelta osin siksi, että en ollut varautunut tässä haastattelussa siihen. Osasyy varautumattomuuteen oli se, että kohderyhmä pyrittiin rajaamaan siten, että haastattelut olisi suhteellisen helppo suorittaa graduvaiheessa.

Haastetta haastatteluihin ei tuonut myöskään minkään yhtenäisen iäkkäiden joukon haastatteleminen, vaan juuri se, että haastateltavat olivat niin erilaisia kognitiivisilta kyvyiltään. Lisäksi se, että en halunnut aliarvioida ketään hänen ikänsä vuoksi, aiheutti toisinaan sen, että en ehkä heti osannut esittää asiaa riittävän yksinkertaisesti ja selvästi. Ajattelen kaiken kaikkiaan kuitenkin niin, että pystyin joustavasti sopeutumaan erilaisiin tilanteisiin ja vaatimuksiinkin.

Haastatteluja varten sain tutkimusluvan vanhuspalvelujen johtajalta. Kotihoidon työntekijät kysyivät asiakkailtaan alustavan luvan haastatteluun käyntiensä yhteydessä. Jos asiakas antoi luvan, sain

heidän yhteystietonsa. Tämän jälkeen otin mahdollisiin haastateltaviin yhteyden puhelimitse ja sovin haastatteluajan, jos haastattelu heille sopi. Olin myös toimittanut jokaiselle haastateltavalle etukäteen kirjelmän haastattelusta ja haastattelun jälkeen jätin yhteystietoni heille, jos kysyttävää ilmenee. Tähän saakka suostumus osallistumiseen oli ollut vain suullinen. Haastattelutilanteessa pyysin vielä erikseen kirjallisen luvan tietojen käyttöön gradu-tutkimuksessani osallistujilta, joista toinen kappale jäi haastateltavalle ja toinen minulle.

Pyrin haastattelujen alussa selittämään riittävästi, mistä haastattelussa on kyse, mihin se liittyy ja mikä on minun roolini ja taustani. Osa tarvitsi selityksiäni enemmän kuin joku toinen, joka ilmoitti tietävänsä jo, lukihan se kirjelmässä. Haastattelun tarkoituksen ja sisällön selventämisestä huolimatta haastateltava alkoi toisinaan kertoa sydämellään olevia vaikeitakin asioita. Jolanki (2009,104) viittaa havaintoihinsa ryhmätilanteista, joissa ikääntyneet alkoivat puhua myös herkistä aiheista, kuten yksinäisyydestä ja masennuksesta. Hän esittää huomionsa kyseenalaistamaan argumentointia, jonka mukaan ryhmätilanteessa välteltäisiin vaikeista aiheista puhumista.

Vaikka edellä mainittu havainto on ryhmätilanteesta, voi sen mielestäni laajentaa osittain koskemaan myös omia haastattelutilanteitani, joissa naiset ottivat esiin heitä huolettavia asioita tai surullisia menneisyyden tapahtumia siitä huolimatta, että niistä ei heiltä haastattelussa kysytty. Aina puheeksi otto ei ollut kovin ilmeistä, kuten silloin jos haastateltava alkoi puhua lapsensa työttömyydestä samanaikaisesti, kun puhuttiin siivousavun tarpeesta. Toinen piilotetumpi huolenilmaisu liittyi tilanteeseen, jossa puhuttiin siitä, kuinka usein haastateltava on yhteydessä lapsiinsa. Nainen kertoi lapsensa soittavan hänelle päivittäin, mutta totesi heti lapsellaan olevan henkilökohtainen tarve siihen, vaikka kertoi soiton ilahduttavan samalla tietysti häntäkin.

Tiittula ja Ruusuvuori (2005,17) toteavat, että haastattelu voi tulla lähelle terapeuttista keskustelua ja tällöin tutkija on haastavassa tilanteessa, koska ei yleensä ole koulutettu terapeutti tai voi edes taata jatkuvuutta haastattelusuhteelle. Itse koinkin joskus vaikeaksi sen, että en voinut luvata jatkossa uusia tapaamisia, vaan asia täytyi saada riittävän hyvään ”päätökseen” käsillä olevalla hetkellä. Haastattelujen toteutumisen kuvauksessa olen jo avannut tilannetta tarkemmin, joten tyydyn toteamaan yrittäneeni kuvatunlaisissa tilanteissa päättää puheen ja tapaamisen yleensäkin positiiviseen tunnelmaan ja löytämään haastateltavan kanssa hyviä puolia asioista.

En myöskään noudattanut tutkimushaastattelun ja yleensäkin asiakastyön käytännöissä vielä joitakin vuosia sitten enemmän painotettua täyttä neutraaliutta vaan oma silmäkulmanikin saattoi joskus kostua kuunnellessa haastateltavan tuntemuksia. Tämä vaikutti aiheuttavan ennemminkin luottamuksen ja inhimillisyyden kasvun tuntua tilanteissa kuin mitään negatiivista. Koska tavoitteeni oli

luoda mahdollisimman kiireetön ilmapiiri ja antaa aikaa haastattelutilanteille vastapainona kiireiselle vanhuspalvelujen arjelle, oli murheiden kuuntelu ja keskustelun rönsyilykin välillä luontevaa. Uotila (2011, 65) toteaa haastateltuaan iäkkäitä ihmisiä, että haastattelut tarjosivat haastateltaville tilaisuuden purkaa mielessään olevia ajatuksia sekä kokemuksia, ja vaikka ikävistäkin asioista puhuttiin, pyrittiin haastattelut silti päättämään myönteisiin teemoihin.

Salassapidon näkökulmasta koin osittain ongelmalliseksi sen, että kaksi haastateltavista tunsi toisensa hyvin ja he olivat kertoneet osallistumisestaan toisilleen. Tietenkin se, että he halusivat asiasta toisilleen kertoa, oli heidän puoleltaan täysin vapaaehtoista. Haastatteluissa kumpikin on kuitenkin saattanut kertoa sellaisia asioita, joita eivät halua toistensa tietävän, joten raportissa minun on otettava tämä huomioon. Toinen naisista ilmaisikin, että ei olisi muuten haastatteluun suostunutkaan, elleivät hänen kertomansa asiat pysyisi tunnistamattomissa. Luonnollisesti haastatteluja ja sen raportointia koskee kaikki se, mikä on hyvän tieteellisen tutkimuksen etiikan mukaista. Kenenkään henkilöllisyys ei saa paljastua eikä erillisiä asioita saa tunnistaa tietyn henkilön kertomaksi.

Toinen ongelmallinen seikka ilmeni kahden haastateltavan kohdalla selvinä muistin vaikeuksina. Esimerkiksi toinen naisista kertoi ensin, että muisti saavansa kyseisenä päivänä vieraita (minut), pian hän kertoi kuitenkin päinvastaista, eli ei ollut muistanut ollenkaan ja oli menossa juuri nukkumaan. Toisen kohdalla kyse oli myös siitä, että hän ei muistanut minun tulevan eikä edes sitä, että oli antanut haastattelulle luvan. Jälkimmäisen kohdalla olin jo lähtemässä ja jättämässä haastattelun väliin, kunnes hän ilmaisi halukkuuttaan kuitenkin osallistua. Hän oli vain huolissaan siitä, kuuleeko hän ja jaksaako hän. Ilmaisin itse useaan otteeseen, että ei tarvitse osallistua, jos ei halua. Haastateltava kuitenkin ilmaisi, että voisi sittenkin osallistua ja kyseli haastattelun kestoa. Lopulta päädyin sanomaan naiselle, että tehdään haastattelu, mutta lopetetaan se heti, jos tuntuu siltä, että ei jaksa.

Vakava eettinen ongelma muodostuu edellisessä tapauksessa siitä, että haastatteluun osallistumisen on oltava täysin vapaaehtoista. Huonomuistisen vanhuksen kohdalla kyseessä on myös itsemääräämisen siinä mielessä, että ymmärtääkö hän mihin hän osallistuu ja mitä hän kertoo. Itse en odottanut tällaisia tilanteita, koska olimme kotihoidon kanssa sopineet, että haastatteluihin valikoidaan kognitiivisilta kyvyiltään sellaisia, jotka pystyvät haastatteluun osallistumaan. Osallistumiskyvykkyys on tietenkin tulkinta-asia, sillä naiset kyllä pystyivät haastatteluun osallistumaan, mutta itselle jäi kuitenkin epävarma olo siitä, miten he osallistumisensa ymmärsivät ja tilanteen hahmottivat. Kumpikin naisista kertoi kuitenkin yhtenäistä kertomusta, joskin toistoa, eli asioiden uudelleen kerrontaa oli paljon. Lumme-Sandt (2005, 128) toteaakin, että haastattelutilanne voi muodostua on-

gelmalliseksi, jos haastattelija ei ole varautunut yllättäen esille tulevaan haastateltavan dementiaan, ja jatkaa että lievä dementia saattaa paljastua ulkopuoliselle vasta pitkähkön keskustelun jälkeen.

Nikander ja Zechner (2006, 515) puhuvat haavoittuvuuden korostamisesta vanhusten tutkimisen kohdalla. Yhtäältä sen liiallinen painottaminen uhkaa muuttua toimijuutta rajoittavaksi paternalismiksi ja ylisuojelemiseksi ja toisaalta auttaa suojelemaan vaikkapa tutkimukseen osallistuvaa muistisairasta vanhusta. Vanhuksen erilaisen aseman esiintuominen suhteessa niin sanottuihin haavoittumattomampiin tutkittaviin voi alleviivata hänen marginaalista asemaansa. (Mt.) Omissa haastatteluissani olen pyrkinyt tasapainottamaan edellä mainittuja näkökohtia. En ole halunnut suoraan kieltäytyä haastattelemasta ihmistä, jolla vaikuttaa olevan merkittäviä muistivaikeuksia, vaan kohdata hänet omana itsenään. Olen pyrkinyt suhtautumaan jokaisen kertomaan tasavertaisesti erilaiset lähtökohdat huomioiden ja arvioiden. Koska tavoitteeni on tutkia toimijuutta, on ymmärrettävää, että olen kiinnostunut siitä kaikenlaisista lähtökohdista katsottuna.

6 Näkökulmia ikääntyneiden naisten toimijuuteen

Analyysin kohteena on ikääntyneiden kotihoidon palveluja käyttävien naisten toimijuus, jota lähestytään yhtäältä naisten itsenäisyyden ja toisaalta tarvitsevuuden kautta. Analyysi rakentuu kahdesta yläteemasta, joista ensimmäisessä pyritään vastaamaan kysymykseen ”Millaista naisten toimijuus arjessa on ja miten se ilmenee?”. Toimijuuden kuvauksissa rakentuvat samanaikaisesti myös naisten määritelmät itsestään. Toisessa teemassa jatketaan sen käsittelyä, millaisen kuvan naiset puheessaan tuottavat itsestään toimijoina, mutta se rakentuu erityisesti naisten vallitsevan puhetavan, pärjäämisen, pohjalle. Analyysin kautta hahmottuu lisäksi kuva siitä, ketkä naisia arjen toimissa auttavat, minkälaista saatu apu on sekä se miten naiset itse apuun suhtautuvat.

Aineisto-otteissa H= haastattelija ja O= haastatteluun osallistuja. Tunnistettavissa olevan puhetavan vuoksi joidenkin otteiden murreilmaisua on pelkistetty lähemmäksi kirjakieltä. Otteista on lukemisen helpottamiseksi karsittu pois tulkinnan kannalta epäoleelliset haastattelijan välikommentit, kuten ”joo” ja ”niin”. Ne on merkitty eri riville näkyviin, silloin jos niillä on erityinen merkitys rakentuvan vuorovaikutuksen ja siitä tehdyn tulkinnan kannalta. Haastateltavien henkilöllisyyden suojaamiseksi otteita ei ole merkitty haastattelun numerolla tai ikätiedolla. Litterointimerkeistä käytössä ovat haastattelijan huomiot, kuten ((nauraa)) ja ((huokaisee)).

6.1 Naisten toimijuus arjessa

Analyysin ensimmäisessä yläteemassa tarkastellaan ikääntyneiden naisten arjen toimijuutta. Aluksi toimijuus paikannetaan kotiin ja itsenäiseen kotona asumiseen. Tämän jälkeen tarkastellaan sitä,

miten haastatellut naiset määrittelevät toimijuuttaan ja miten se ilmenee heidän arjessaan. Analyysin kautta rakentuu kuva toimijuudesta hyvin monitasoisena ilmiönä, joka ei rajoitu vain konkreettiseen toimintaan vaan ilmenee monenlaisena osallistumisena itseä ja omaa elämää koskeviin tapahtumiin ja päätöksiin. Toimijuutta paikannetaan kotona asumisen mahdollistavan toiminnan ja arjen askareiden tasolla ja sen tarkastelu ulottuu edelleen sosiaalisiin suhteisiin, ajanviettotapoihin ja tulevaisuuden toiveisiin saakka.

Naiset pyritään näkemään kokonaisina ihmisinä, joilla on oma historiansa, eletty elämänsä, ja jotka elävät arkeaan yhteydessä kulloiseenkin elämäntilanteeseensa ja ympäristöönsä. Analyysi on muotoutunut toimijuuden modaliteettien kyetä, haluta, täytyä, voida ja tuntea pohjalta, mutta esitystapana on toimijuuden tarkastelu teemojen päivittäiset toiminnat (mm. ruokailu, pesut, pienet kodin askareet), kodinhoito ja kunnossapito (mm. siivous ja raskaammat kotityöt), kodin ulkopuolinen asiointi (mm. kauppareissut, kulkeminen ja lääkärissä käynnit), raha-asioiden hoito (mm. laskujen maksaminen, rahan nostaminen ja paperityöt) sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutus sekä harrastukset ja matkat kautta.

6.2 Kotona asumisen merkitykset toimijuudelle

Haastateltujen naisten toimijuus todentuu suurelta osin kodissa ja arjen toimissa, jotka ulottuvat myös kodin ulkopuolelle. Kotona asuminen merkitsee haastatelluille mahdollisuutta päättää omaa elämäänsä koskevista asioista, toisin sanoen olla vahvempi toimija omassa elämässään. Vilkko (2010b, 55) kirjoittaa kotitoimijuudesta, jolloin kodista kertovat tuottavat kuvaa toimijuudestaan kodin suhteen tehtyjen valintojen ja sen piirissä todentuvan toimijuuden kautta Minuuden kokemus ja tunne kodin tilallisesta pysyvyydestä ovat yhteydessä toisiinsa (mts. 54). Eräs haastateltavista toi erityisen vahvasti esiin omaa persoonaansa ja toimijuuttaan suhteessa asuinpaikkaansa ja kotiinsa.

O: --tässä (asunnossa/HP) ei oo mitään muuta vikaa tässä, ku se vaa, että --se tahtoo olla talvella aika kylmä.
H: Joo varm(asti)
O: Mullon, mullon sähkö, sähkölämmitys, mutta se ei auta yksistään se lämmitys, vaikka mä korvennan kuinka niin ku se on hatara, niin se on hatara.
H: Niin, että se menee läpii sitte.
O: Niin se menee läpi ja siitä tuota lattiasta, lattiasta, lattiasta falskaa ja, mutta tuota niin ei se nyt ole, lyö vaatetta päälle.
H:Niin sillä sel(viää)
O:Ainoo, ainoo mitä, mikä on pelko sitte tullee tosta, tosta nii, että tuota, jos vesijohto jäätyy, jos on niin kylmä.--Niin niitä joutuu vahtii sitte-- . Mutta tuota oon mä nyt pärjänny, tässä että ei oo, ei oo tarvinnu. En, enkä sen takia lähe pois tästä.

Oma pärjääminen omassa kodissa korostuu haastateltavien puheessa silloinkin, kun olosuhteet ja puitteet eivät ole ihanteelliset ja vaativat tarkkailua ja ongelmien ratkaisemista. Kyvykkyys toimia

ja selviytyä tilanteessa tulee selkeästi esiin myös edellisessä otteessa. Esimerkiksi kotoa pois lähteminen ei tule kysymykseenkään, vaikka asumiseen liittyy ongelmia. Kyseiset ongelmat eivät näin ollen ole riittävä syy lähteä pois. Kotona asuminen on kaikille haastatelluille tärkeää ja luo tunnetta itsenäisestä pärjäämisestä. Kun samassa paikassa on asuttu pitkään oman perheen kanssa, sieltä ei välttämättä halutakaan pois, vaikka arki ikääntyvänä vanhenevassa talossa vaatisikin yhä enemmän ponnistelua.

Kotia eletään joka päivä uudelleen kodiksi, jossa kietoutuvat yhteen fyysinen tila ja inhimillinen toiminta. Koti on muokattu juuri asujiaan varten. Se on tuttuuteen ja tottumukseen perustuva toiminnallinen muodostelma, joka jatkuu suhteellisen pysyvänä. Kotia määritellään lisäksi sosiokulttuurisilla kodin ihanteilla, kuten perhesukupolvien välisten suhteiden kautta. (Vilkko 2010b, 35─37.) Osassa naisten kertomuksia tuleekin esiin mummola, paikka johon lapset omine lapsineen tekevät vierailuja säännöllisesti. Omasta kodista ei välttämättä haluta lähteä senkään vuoksi, että muualla ei ole mahdollisuutta majoittaa kylään tulevia perheenjäseniä. Uusi paikka ei myöskään olisi se tuttu sosiaalinen tila, johon on vuosia yhdessä kokoonnuttu.

Omassa kodissa asumiseen liitetään useita ihanteellisia piirteitä ja arvotuksia, joita ovat esimerkiksi jo edellä mainitut jatkuvuus ja tuttuus. Muutos, kuten kodin särkyminen tavalla tai toisella sekä joutuminen muuttamaan kodista pois, uhkaavat yksilön elämänkokonaisuuden ja minuuden jatkumista (mts. 53─54). Kaikki naiset haluavatkin asua omassa kodissaan tai kodinomaisessa asunnossaan niin pitkään kuin he vain pystyvät.

O: --Niin tuota, mmm, ei mulla oikeestaan muuta, muuta tuota, ku sais olla, ku että loppuun saakka sais olla kotoona.
H: Nii, että se on se toive sitte?
O: Niin se toi toive, että saa kotoona.. Nukkuu ommaan sänkyyn hehheheh.

H: Miten susta tuntuu nyt, haluaisitko asua tässä niin pitkään, kun mahdollista kun vaan pärjää?
O: Kyllä. Kyllä.
H:Että et haluaisi minnekään muualle?
O: Eiii ainakaan sairaalaan heh
H: Nii laitokseen.
O: Ei, ei mihinkään. Ei laitoshoitoa. Tää on niin kodinomasta, että kyl mää tunnen sen parhaaks.. ratkasuks. Itelleni.

Osa on valmis pakon edessä muuttamaan hoitokotiinkin, mutta toiveena voi olla myös kuoleminen omaan kotiin, kuten ensimmäisessä otteessa, jossa haastateltava kuvaa elämän loppumisen omaan sänkyyn nukkumisena. Naisen tärkein toive onkin asua loppuun saakka kotona. Haastatellut eivät halua asua laitoksessa vaan ajatuksissa päällimmäisenä on itsenäinen asuminen niin pitkään kuin

mahdollista. Kodinomaisuus on eräs ominaisuus, joka erottaa laitosasumisen omassa kodissa asumisesta naisten puheessa.

Haastatellut naiset haluavat siis olla kotona ja tuntevat kotona asumisen parhaaksi vaihtoehdoksi. Granfelt (1998, 103) kuvaa kotia eletyksi ja koetuksi tilaksi. Koti on hänen mukaansa tunnelatautunut käsite. Haastatellut naisetkin liittävät kotiin erilaisia tunteita, kuten tuttuuden ja turvallisuuden tunnetta ja hyvää oloa ja tyytyväisyyttä. Kotona asuminen onkin haluamista ja kotoa lähteminen täytymistä ja pakkoa. Kodissa asumista määrittää pysyvyys vastakohtana muutokselle, joka tarpeeksi suurena aiheuttaa kotoa pois joutumisen. Koti tarkoittaa itsenäistä elämäntapaa, jonka vastakohtana on itsemääräämisen eriasteinen menettäminen. Muutto hoitokotiin tuleekin kyseeseen vain jos tilanne on oikein huono.

H: ..et jos sattuu niin, että kunto heikkenee, niin haluaisitko edelleen asuua täällä kotona niin pitkään kun mahdollista niin, että tulis enemmän apua tänne? Vai haluaisitko muuttaa jonnekki muualle?
O: No en mä oo sitä ajatellu yhtään tuota mutta, mutta kyllähän se niin tietysti on, että minut pitää johonki hoitopaikkaan sitte viiä, jos en mä pysty kotoona oleemaan.

H: Niin sehän muuttaa sitä arkea ja päivärytmiä, ku lähtee jonneki. Onhan se tietysti muutos, iso muutos.
O: Joo. Niin joo. Niin on, on se on varmaan iso muutos, että minä en kyllä mielelläni halua mihinkään lähteä, mutta pakkohan se on sitte lähteä, jos ei yhtään pärjää ite. Voi mittää toimia niin.
H: Niin että se täytyy kattoa sitte ne hyvät ja huonot puolet molemmista ja..
O: Niin.
H: jos kotona on enemmän huonoja puolia niin…
O: Niin sitte ei oo enää mielekästä. Kyllä se näin on.

Oma toimijuus voidaan naisten puheessa katsoa menetetyksi siinä vaiheessa, kun täytyy lähteä kotoa jonnekin muualle. Haastatelluille kotoa pois joutuminen on pakkoa, joka seuraa siitä, että ei enää itse pärjää tai kykene kotona asumaan. Eroavaisuutta naisten puheessa on kuitenkin siinä kokevatko he itse pystyvänsä vaikuttamaan tilanteessa, jossa kotona asuminen ei enää onnistu. Esimerkiksi ensimmäisessä otteessa edellä nainen kuvaa kyseisen tilanteen vaihtoehdottomana ja selkeänä, sellaisena jossa joku toinen vie hänet pois kotoa. Joku muu siis tekee päätöksen naisen puolesta viedä hänet muualle hoitoon.

Jälkimmäisessä otteessa sen sijaan tulee esiin kotoa lähteminen pois viemisen sijaan. Nainen myös hyväksyy haastattelijan ehdotuksen kotona asumisen hyvien ja huonojen puolien pohdinnasta (toimijuutta jäljellä), vaikka itse määritteli asian alun perin niin, että kotona asuminen ei tule kyseeseen, jos ei yhtään pärjää itse ja voi toimia. Loppuun hän toteaakin, että ”Kyllä se näin on” ja ilmai-

see näin vahvasti, ehkä johdateltunakin, olevansa itsekin samaa mieltä asiasta, että omaa harkintaa voi soveltaa pohdittaessa sitä, onko kotona asuminen enää mielekästä.

Vaikka kotona halutaan asua mahdollisimman pitkään, osa naisista on jo muuttanut senioriasuntoon. Omassa asunnossa asuminen koetaan kodinomaiseksi, vaikka se ei ole sama asia kuin aikaisempi oma koti, josta on joutunut lähtemään. Kotoa lähteminen on ollut pakon sanelemaa, mutta yhdessä otteessa se ilmaistaan myös haluamisena.

O: --sairastumiseen asti olin, mulla oli tuota rivitalo-osake ja sieltä sitte lähin.. Mä en jaksanu enää siellä olla. Mä en tiä, mikä mulla oli silleen, että mä, mää kerta kaikkiaan.. halusin ((huokaus))..pois.—että.
H:Joo
O: Se tuota.. Se vaan tuli., tuli eteen semmonen, että on päästävä…
H: (Alueelta/ HP) pois vai siitä niin ku talosta muuten?
O: --Mä en tiiä, mikää siinä oli, että mun piti, piti lähtee, että johonki turvattuun paikkaan, että mä sain. Tuo ruokajuttu oli, kun piti itelleen laittaa ruokaa ja hakee se ruoka ja tuota. Mä en oo emäntäihminen ite ollenkaa. On täytyny olla, kun mullon lapsiakin. On täytyny tehä, mutta mä en oo, ja mä siitä nautin, kun mä en, mä en tarvi tehä ruokaa.

Nainen kertoo asuneensa omassa asunnossa sairastumiseen saakka, mutta varsinaiseksi syyksi muuttoon hän kertoo, että ruuan hankinta ja sen laitto ei enää onnistunut. Kotoa lähteminen oli samanaikaisesti välttämättömyys, joka tuli eteen ja toisaalta halu lähteä, koska ei itsekseen jaksanut. Nykyisen asuinpaikan nainen kokee erityisen hyväksi siksi, että saa käydä syömässä päivittäin muiden tekemää ruokaa. Ruoanlaittoa aikaisemmassa elämässään hän kuvaa pakoksi, josta on nyt päässyt eroon. Tedre (1999, 50) nostaakin yhtenä kotiavun merkityksenä esiin sen, että kotitöiden siirtyminen muiden tehtäväksi voi vapauttaa avunsaajan epämieluisista töistä tai tietyille sosiaaliryhmille ominaisista tehtävistä, jolloin voimia voi käyttää mielekkäämpiin toimiin. Haastatellun naisen tapauksessa ruoanlaitosta vapautuminen auttaa häntä säilyttämään entisenlaista arkea ja tukee itsenäistä asumista. Voidaankin puhua aiemman elämisen tason ja tavan ylläpitämisestä riittävän avun turvin (mt.).

Hoitokoti ja laitos ovat naisten mielissä epämieluisia vaihtoehtoja kunnon heikentyessäkin. Palvelutaloja ja laitosasumista kohtaan voi olla myös pelkoja ja ennakkoluuloja.

O:--Niin, et ku tossa oli esimerkiksi sitä, että että, jos tommosia ,niin ku palvelukoti. Mä, että en mä haluu sinne, että eihän ne paljo puhukkaa mittää siellä.
H: Niin, niin.
O: Kukaa puhu, en mää semmoseen halua mennä. Mul on tässä kotona niin hyvää olla.

H: No mites tota, missä haluaisit jatkossa asua? Onko tämä hyvä paikka jatkoa ajatellen, että jos kunto vähän huononee tai jotain muuta että?

O: Ainaki haluaisin mahdollisimman pitkään asua kotona.--- musta olis kauheeta lähteä johonki vanhainkotiin.

Ensimmäisessä otteessa nainen kertoo, että ei halua palvelukotiin, koska asukkaat eivät puhu siellä juuri mitään. Ilmaisu ”paljo puhukkaa” vaikuttaa viittaavan siihen, että palvelukotiasumisessa on jotain muutakin sellaista, mistä haastateltava ei pidä. Puheessaan hän tuo hyvin vahvasti esiin oman tahdon ja halun asua omassa kodissa. Loppuun hän vielä lisää, että kotona hänellä on hyvä olla, mistä voi päätellä, että kotoa lähteminen tarkottaisi hänelle muutosta huonompaan. Jälkimmäisestä otteesta tulee suoraan ilmi vanhainkotiin lähtemisen kauheus ajatuksena. Ylipäätään pois kotoa palvelukotiin tai vastaavaan lähteminen ei naisten puheessa ilmene koskaan muuttamisena. Kotoa hoitokotiin joudutaan, lähdetään ja viedään. Tedren (2006, 166) mukaan laitoskammon alkuperä on vaivaishoidossa, ajassa jossa liitettiin yhteen sekä köyhyys, avuttomuus että kunniattomuus vaivaisen ominaisuuksina.

Koti ympäristönä ja tilana merkitsee omaa rauhaa ja oman elämäntavan säilyttämistä. Se merkitsee myös sitä, että voi itse säädellä sitä, missä määrin on yhteydessä kodin ulkopuoliseen elämään. Kotona ovat omat ja tutut asiat sekä tuttu ympäristö. Tuttuus voi näyttäytyä tyhjentävänä seikkana, joka riittää perustelmaan kodin hyviä puolia ja muualle muuttaminen tarkoittaisikin uusien toimintatapojen opettelua. Laitokseen liitetään elämä, jossa kaikki tekevät asiat samaan aikaan eikä sen ympäristö ole monestikaan kodinomainen normaaleine tiloineen ja kanssakäymisen paikkoineen (Tedre 2006, 166).

O: On. On siinä mielessä, että ei täällä, kyllä minä ainaki oon niin yksinäinen ihminen, taikka haluan olla sillee, että, et mä en halua, että ihmiset tulee siis täällä käymään ja en oo, en oo semmonen vieraanvarainen ihminen hehheh.
H: Niin sillä tavalla.
O: Heh en ollenkaa hih,heh.
(Puhetta haastateltavan vetäytyvämmästä luonteesta.)
H: Ite päättää, koska menee alas vaikka.
O: Joo
H: Tapaa ihmisiä.
O: Joo kyllä.
H: Mmm, joo-o.
O: Ja kylille.

Oma valinnanvapaus ja oikeus säädellä vuorovaikutusta muihin nähden ja päättää itse, koska haluaa lähteä vaikkapa kaupungilla käymään, tulee esiin haastateltujen puheessa. Edellisessä otteessa koti merkitsee vahvasti omaa rauhaa ja rajan vetoa ulkopuoliseen elämään sekä halua tehdä oman mielen mukaisia valintoja. Ottamalla esiin ”kylille lähtemisen” nainen ilmaisee liikkuvansa laajemmin-

kin kodin ulkopuolella, ei vain alakerrassa. Tämän voi tulkita eräänlaisena vastakohtana sille ajatukselle, että vanhusten oletetaan pysyvän kotona ja sen välittömässä läheisyydessä.

H: Joo, joo. Eli tykkäät asua kotosalla.
O: Joo tykkään asua kotona. Tykkään. Ei oo yhtään hankalaa. No minulla, ku on valotki aina päällä, niin täällähän voi kävellä ja omassa kotonahan minä olen.

Koti voi merkitä myös turvallisuutta. Vaikka toimintakyky olisi heikentynytkin, niin toimiminen on silti mahdollista, koska on kyse omasta kodista, kuten edellä. Kotona asuminen voikin osaltaan vahvistaa ikäihmisen omatoimisuutta ja turvallisuuden kokemista (esim. Koskinen 2004, 72). Tämä ilmenee otteen naisen tapauksessa siten, että hänestä tuntuu mukavalta asua kotona paikan tuttuuden ja turvalliseksi kokemisen vuoksi. Haastateltu voi näin ollen vielä toimia ja tehdä erilaisia asioita itsekseen, vaikka ei enää kovin hyvin kykene liikkumaan.

Toisinaan koti voi merkitä myös pelkoa yksin jäämisestä omien ajatusten kanssa. Pelko on vaarassa käydä toteen, jos ei ole mahdollisuutta lähteä kodin ulkopuolelle tapaamaan ihmisiä.

O: No mää totaa herään siinä kuuden aikaan. Sit mää.. syön vähän ja otan lääkkeet. Sit mä lähen kaheksan aikaan tuonne ja tavallisesti tulen neljän aikaan sitte pois. Mä oon koko päivän tuolla kerhossa. Ei se mikää pakollinen se on ihan vapaaehtonen, että
H: Niin.
O: mutta ((syvä sisäänhengitys)) minä en, mmmm, halua jäähä sohvanreunalle.
H: Niin.
O: Ku minun mies kuoli, niin mmm, lääkäri sano, ku se on tuttu lääkäri, että älä jää sohvan reunalle.

O: Mä tykkään tuota olla yksinki kotona mutta mä tykkään paljon olla ihmisten kanssa--. Että mä en sillee jäänyt, ku (mies) kuolikin, niin mää läksin heti kohta tuonne--
H: Niin eipä sitä varmaan parane jää-ä.
O: Ei jäädä yksin tähän istumaan ja möllisteleen.
H: Niin siihen saattais sitte jäädä, jos siihen jäis möllöttämään.
O: Joo ei.

Otteiden naiset ovat menettäneet puolisonsa. Koti on heille yhtäältä paikka, jossa on oma rauha, mutta myös uhka, jos sieltä ei pääse pois. Naisten puheessa tulee selvästi esiin oma selviytyminen. Etenkin jälkimmäisessä otteessa korostuu oma päätös selviytyä ja lähteminen pian miehen kuoleman jälkeen ihmisten joukkoon. Naisista kumpikaan ei halua eikä voi jäädä vain kotiinsa, sillä sinne myös saattaisi jäädä lopullisesti surujensa kanssa.

Kotiin liittyy monenlaisia tunteita ja sen kautta rakennetaan myös omaa identiteettiä. Koti ja itsenäinen asuminen eivät ole yhdellekään naiselle merkityksettömiä seikkoja, vaan päinvastoin, ne ovat suuri osa heitä itseään ja heijastavat heidän käsityksiään elämästä ja sen mielekkyydestä.

Huomion arvoisinta tässä yhteydessä on ehkä se, että kotiin ja arjen toimiin kiteytyy suuri osa haastateltujen naisten toimijuudesta. Samalla kun he määrittelevät omaa toimijuuttaan kotona ja sen ulkopuolella, he tulevat arvottaneeksi elämäänsä ja rakentaneeksi itsestään omanlaisensa kuvan muille.

6.3 Arjen toiminnat ja niille annetut merkitykset

Haastateltavien naisten arkipäivän toimien tekeminen sujuu sekä itsenäisesti että avustetusti. Kotihoito käy päivittäin kuuden haastatellun luona ja neljän kohdalla kaksi kertaa päivässä. Avun kuvataan olevan lähinnä lääkkeenjakoon ja hoidollisiin toimenpiteisiin liittyvää ja myös tarkistusluontoista varmistamista, että kaikki sujuu kotona. Ainoastaan yksi kertoo kokonaisvaltaisemmasta kotihoidon avusta perustoimissa. Pääsääntöisesti naiset eivät tuo esille tarvitsevansa mitään enempää, sillä kaikki mitä itse vielä kyetään tekemään, pyritään tekemään itse. Jos apu ei ole välttämätöntä, sitä ei sanota tarvittavankaan, ainakaan suoraan.

6.3.1 Päivittäiset toiminnat

Päivittäisiin toimintoihin sisältyvät esimerkiksi ruokailut, peseytymiset, pienet kodin askareet ja sisätiloissa liikkuminen. Yhtä lukuun ottamatta naiset kertovat selviytyvänsä itsenäisesti pukeutumisesta ja peseytymisestä. Arjen perustoimista selviytyminen näyttäytyy heille erityisen tärkeänä eikä omatoimisuudesta niiden suhteen mielellään luovuta. Kyseessä ovat toimet, jotka itse sekä kyetään että halutaan tehdä, jolloin apua niiden suorittamiseen harvemmin pyydetään (Tedre 1999, 50).

H: Käytkö muuten ylipäätään missään tommosessa päiväkeskuksessa?
O: En. En kun ei sitähän ne tai tai tuo, niin ku pesutouhua ja semmosia, mä etten mää tartte niitä, ku mulla on itellä sauna, samassa suihku tossa ja mä kerran pystyn ite. Ite pesemään itteni ja sitte niin, et vaikka siel on tietysti heil on jotain ohje, ohjelmaa ja on ruokaa, mutta kun mä en tarvii niitä.

Ehdottomuus kuvastuu haastateltujen puheesta yleensä silloin, kun itse kyetään selviytymään tai apu koetaan riittäväksi. Edellä nainen ei halua luopua itsenäisestä peseytymisestä omassa kodissaan, vaikka päiväkeskuksen yhteydessä olisi mahdollisuus päästä saunaan ja pesulle avustettuna. Hän tuo vahvasti esiin kykenevänsä itsekin. Kieltäytyminen on keino toteuttaa itsemääräämistä ja korostaa itsenäisyyttä. Jos jokin asia vain suinkin voidaan itse tehdä, sen haastateltavat mielellään tekevät eivätkä kerro tarvitsevansa apua. Kotihoidon avustuskäynnitkin voidaan kertoa jonkun toisen toivomaksi ennemmin kuin omaksi haluksi.

H: No, no. Oliko se tota, juteltiinki tosta, mistä syystä kotihoidon työntekijät käy, mutta oliko, mikä oli se syy alun perin, ku ne alko täällä käymään--
O: No sen takia, ku mä sieltä sairaalasta pääsin, niin tyttö sano, että käyään, sitte toi lääkkeen jako.
H: Et se lääkkeen jako oli se?

O: Niihin laittaa, laittaa mun lääkkeet. Mä aikasemmin öö laitoin niitä ite, mut nyt mä en ennää ruvennu sitte niitä ku siinon, ei oikeestaan muut lääkkeet vissiin pysyyki aikalailla samana.. Mutta tuota (''lääke X''/HP) on semmonen, kun tuota se vaihtuu sitte.—

Nainen kuvaa avunsaamisen alkamista alun perin tyttären toiveeksi, mutta tuo silti esiin kotihoidon käyntien tärkeyden lääkkeissä tapahtuneen muutoksen vuoksi. Hänen puheestaan voi tulkita epävarmuuden omia kykyjä kohtaan muuttuneessa tilanteessa. Kyseessä saattaa hyvin olla omakin toive käynneistä, joka esitetään toisen suulla suorempaan. Toisaalta omaa avuntarvetta vanhetessa voi olla vaikea hahmottaa tai myöntää ennen kuin se on täysin ilmeinen (Vilkko ym. 2010a, 44).

Perustoimista selviytyminen esitetään itsestäänselvyytenä, osana tavallista arkea. Arjen kuvaus näyttäytyy rutiineina, jotka toistuvat samoin kerrasta toiseen. Arjen rutiinit eivät kuitenkaan ole itsestäänselviä ja merkityksettömiä, sillä ne pitävät sisällään vaihtelevia ja muuttuvia odotuksia sekä yksilöllisiä kokemuksia ja merkityksenantoja (Tedre 1999, 47).

H: --eli jos kerrot minulle tavallisesta päivästäsi. Millanen se on? Ku heräät ja mitä teet sitte ja mihinkä se päivä loppuu? --
O: No, ihan tavallista. Aamulla, ku mä herään, niin, niin, niin sitte tietysti ensimmäiseks laitan aamupalan, taikka pesen ja laitan aamupalan iteelleni ja syön heheh.

O: --Mä käyn saunassa ite, että seki on semmonen totuttu tapa, että mä en, minua ei pestä, eikä, eikä mää tarvii sinne, koska mä pystyn vielä menemään lauteille ja pesemään itteni suihkussa ja.. Niin minä en.. Mä en oo kaivannu semmosta, vaikka ne tulis kyllä.

Niin kauan kun erilaisten toimien itsenäinen tekeminen onnistuu, niissä ei nähdä mitään ihmeellistä, kuten ensimmäisessä otteessa, jossa haastateltava kuvaa päiväänsä aivan tavallisena ja omia tekemisiään selviöinä ja samoin toistuvina päivästä toiseen. Lopun naurahduksen voi tulkita tarkoittavan aamutoimien tekemisen luonnetta toimintana, jossa ei ole mitään ihmeellistä. Hän saattaa myös olla hämmentynyt sen vuoksi, että ei tiedä, pitäisikö hänen kertoa joistakin erikoisemmista asioista kuin omista rutiineista. Jälkimmäisessä otteessa nainen kertoo itsestään huolehtimisesta ja arjen rutiinista tottumuksena. Koska hän kykenee vielä peseytymään itse, hän ei halua siihen kotihoidon apua. Apua olisi kyllä saatavilla, mutta nainen ei suostu ottamaan sitä vastaan. Päivittäisten perustoimintojen onkin todettu vaikeutuvan aivan viimeiseksi siten, että ensin vaikeutuvat kävely ja peseytyminen sekä lopuksi wc:ssä käynti ja syöminen (esim. Vaarama 2004, 136).

Jos heikentynyt toimintakyky on johtanut tilanteeseen, että tarvitsee apua perustoimien tekemiseen, löydetään arjesta kuitenkin omaa toimijuutta ja sitä tuodaan haastattelijalle esiin.

H: No mites tota, mites sun normaali päivä sujuu niin ku yleensä? Millainen on?

O: Ai minun päivä, no kuule se tapahtuu täällä. No, minä aamulla keitän ensimmäiseksi, kuule minä kyllä sen verran pääsen tällä rollaattorin kanssa, että pääsen tänne keittiöön. Tulen ite keittään kahvia tai vettä vesipannulle ja juon kahvit ja niin ja voisin keittiä ihan puuronkin. Joskus mä jopa keitän puuron. Että voi toisella käellä pitää kiinni ja toisella käellä ke.
H: Keittää.
O: Hämmennän puuroo. Mutta useesti ne tulloo sit, ne päiväkeskuksessa niin ne keittää sen puuron.

Oman toimijuuden korostaminen oli aineistossa yleistä. Silloinkin, kun joku muu tekee asian haastateltavien puolesta, puhutaan siitä esimerkiksi edellä olevan otteen tavoin voimisena. Toisin sanoen, voisi tarvittaessa tehdä itsekin, mutta käytännössä asian suorittaminen vaatisi paljon ponnistelua. Tedre (1999, 50) kuvaa vastaavaa tilannetta siten, että riittävä apu saattaa mahdollistaa sen, että jäljellä olevia voimavaroja voi käyttää mielekkäältä tuntuvaan tekemiseen.

Yleisimmin naisten toimijuus on esillä aina jossain muodossa, vaikka he eivät itse konkreettisesti toimisikaan. He voivat säilyttää osan toimijan roolistaan hyvin erilaisin tavoin, vaikkapa ilmaisemalla olevansa tietoinen siitä, mitä maksuja omalta tililtä maksetaan tai ohjaamalla toimintaa sanallisesti sekä antamalla luvan erilaisten asioiden toimittamiselle. Toimijuuden esiin tuominen ilmenee toisinaan suoraan avusta kieltäytymisenä.

H: Niin että insuliini ja… Tekevätkö he muuta täällä?
O: No ei, kyllä ne jotakin, jos roskapussia on, niin tuota, sanovat että viiänkö. Niin sanon, että kyllä minä ne vien pois, että ei niien tarvi mitään muuta, ku sen käyä tekemässä sen, ku.. pistoksen sitte.

Otteessa omasta toimijuudesta kiinnipitäminen ilmenee kieltäytymisenä muusta avusta, paitsi aivan välttämättömästä, eli pistoksesta. Voi olla niinkin, että oman kodin askareet koetaan omaksi velvollisuudeksi, joilla ei haluta vaivata muita. Toisten ei tarvitse tehdä mitään ylimääräistä, vain pakolliset toimet, joita ei itse kyetä tekemään. Kyse ei silti välttämättä ole pakosta, vaan arjen rutiineista, joiden tekeminen pitää omaa kyvykkyyttä yllä ja näin rakentaa iäkkään identiteettiä ja käsitystä itsestä ja elämästä. Tavat joilla kotitöitä tehdään kertovat ja niillä kerrotaan omasta elämäntavasta ja minuudesta. Rutiinit eivät ole erillään ihmisestä itsestään vaan osa häntä sekä ympäröivää yhteisöä odotuksineen ja traditioineen. (Esim. mts. 46─47.)

Päivittäisessä ruokailussa pienten välipalojen sekä aamu- ja iltaruokien suhteen kyetään pääsääntöisesti toimimaan itsenäisesti, mutta pääruokailussa suurin osa hyödyntää muiden valmistamaa ruokaa tai kaupan valmisruokia. Kaksi naisista mainitsee tekevänsä kaiken ruuan tarvittaessa itse, elleivät halua lähteä syömään palvelukotien yhteyteen. Naiset, jotka kykenevät ja jaksavat laittaa itselleen ruokaa puhuvat ruoanlaitosta voimisena. Heidän arkeen saamansa ulkopuolinen apu on muutoinkin vähäistä rajoittuen apuun esimerkiksi laskujen maksamisessa, siivouksessa tai pienissä sai-

raanhoidollisissa toimenpiteissä. Naiset voivat toimia ruokailun suhteen sen perusteella, miltä heistä kulloinkin tuntuu, joten ruokailuun ei liity samoja rajoitteita kuin muilla haastatelluilla.

Vain päiväkeskustyyppisiä pääruokailumahdollisuuksia hyödyntää päivittäin kaksi naista. Toinen naisista on luopunut ruuanlaitosta ruuan haun ja sen laiton vaivalloisuuden vuoksi. Toinen ei ole kumppanin kuoleman jälkeen enää tehnyt ruokaa.

O: Ku oliski aina niin oikeen hyvää ruokaa hehheh niin. On se mutta kyllä se joskus, esimerkiks iltapalan mä jätin kokonaan pois, se ei ollu, se ei ollu hyvää. Mä jätin sen pois. Mä mieluummin syön puuroa tuolla aamusella, ku ei se iltapala se ei ollu mistään kotosin.
H: Joo, oliko se mautonta, vai mikä siinä oli?
O: Joo se oli melkein samanlaista aina ja ei, ei, ei, se ei, mä mielummin haen sitte kaupasta kananmunia ja teen, ss, heh, kananmunia keitän ja paistan ja.. Ei sitä iltapalalla tarvi mitään sen kummempaa. Ku liikkuu vähä, niin ei sitä ruokaakaa.. mene.

Nainen on tehnyt itse päätöksen olla syömättä iltapalaa päiväkeskuksen yhteydessä, sillä ei tykännyt ruoasta. Koska nainen kykenee vielä käymään kaupassa ruokatarvikkeita ostamassa, hän voi valmistaa itse iltaruokansa eikä hänen tarvitse toimia vasten tahtoaan.

Pääasiassa omassa kodissa ruokaileville kotihoidon tukipalvelut sekä sukulaiset ja tuttavat tuovat tullessaan ruokatarvikkeita ja etenkin valmista ruokaa, jota tarvitsee vain lämmittää. Yksi naisista kertoo kotihoidon auttavan ruuanlämmityksessä tarvittaessa.

O:-- mutta ei mulla viikon verran mulle tuotiin (ateriapalvelu/HP) ja se loppu siihen. Mä en halunnu sitä. Mä sanoin, et mä kyllä saan ja että kaupunkipaikassa niin täällä on niin hirveen helppo, jos niin ku valmistaki ruokaa. Niin Saarioisten ruuatki on kauheen hyviiä. Ja pien, pien annos. Että mistä syö niin ku pari kertaa, pari kertaa niin silleen, se on ihan sopiva. Ja mullon tytön kaveri niin"leikkikaveri", ni hän usein tuo tuo kanssa jos tuota, niin mä pärjään oikein hyvin.

Naiset tasapainoilevat puheessaan usein sen välillä, miten paljon saavat apua ja missä määrin pärjäävät itse ja voivat vaikuttaa arkensa sujumiseen. Ateriapalvelusta voidaan kieltäytyä, koska asia on mahdollista hoitaa toisellakin tavalla, kuten otteen nainen, jolle kaupunkialueella asuminen tuo edun saada helposti valmisruokaa kotiin. Haastateltava on aiemmin käyttänyt hetken ateriapalvelua, mutta päättänyt sitten, ettei halua sitä. Nainen on itse tehnyt päätöksen kieltäytyä palvelusta, koska ruokaa saa hänen mukaansa muutoinkin helposti ja hänelle mieluisempana. Puheessa korostuu oma päätöksenteko, joka perustuu omille toiveille ja haluille. Pärjääminen ja sen kerrottu helppous painottuvat yli avuntarpeen ruokailun järjestämisessä.

Haastateltujen puheessa korostuu tapa tuoda esiin avuntarpeen rinnalla omaa toimijuutta ja sitä, mitä he kykenevät itse vielä tekemään. Voidaan kertoa esimerkiksi, että itse hoidetaan kyllä asiat

muuten, mutta vaikkapa ruokaa ei enää tehdä, koska kaupassa ei jakseta käydä. Suurempikaan toimintakyvyn heikkeneminen ei estä kuvaamasta itseä toimijan roolissa, kuten seuraavassa.

O:--. (Kun/HP) päiväkeskus on käynnissä, niin minä käyn kaks kertaa viikossa.
H: Siellä. Käytkö syömässä ja onk
O: Niin, niin. Siellä on tiistaina varsinkin, on mulla saunavuoro. Siel on sauna ja ne antaa ruuat ja kahvit ja kaikki mitä kuuluu. Ja tietysti lasku tullee perään hehe.
H: Nii heheh, heh lasku perässä. Onkos siellä muuta ohjelmaa (laulua ta..)
O: On siellä ihan aina ne keksii jotaki ohjelmaa.
H: Joo, joo. Ja kavereita varmaan löytyy ja
O: On. Ja minä tunnen kovasti ne kaikki mummot siellä. Aika paljon meitä on joka liikkuu rollaattorin kanssa.

Rollaattoria käyttävä nainen kertoo käyvänsä päiväkeskuksen aukioloaikoina siellä kaksi kertaa viikossa syömässä ja saunomassa sekä osallistumassa päiväkeskusohjelmaan. Nainen pääsee paikalle, koska hänet haetaan kotoa, vaikka ei tuokaan sitä puheessaan esiin. Itsenäisesti hän ei kykenisi lähtemään. Nainen mieltää itsensä osallistujaksi ja palvelunkäyttäjäksi, joka saa paikan päällä maksua vastaan sen mitä palveluun kuuluu. Kavereitakin päiväkeskuksessa on. Hän ilmaisee tuntevansa kaikki ja samaistuu heihin omana viiteryhmänään, tässä tapauksessa rollaattorin kanssa kulkeviin mummoihin. Hän tuo esiin, että ei ole ainoa, jolla liikkuminen on vaikeutunut, sillä päiväkeskuksessa käy monia samassa tilanteessa olevia.

Sisällä liikkuminen sujuu yhtä lukuun ottamatta kaikilta omin jaloin. Yksi käyttää rollaattoria jatkuvasti ja osalla se voi olla käytössä silloin tällöin, etenkin kodin ulkopuolella liikuttaessa.

H: --Tää näyttää kuitenki aika avaralta, että pystyy liikkumaan rollaattorilla.
O: Niin kyllä tässä pystyy, mutta minä en rollaattoria vielä oo sisällä tarvinnu, että minä ulkona..
H: Ulkona liikkuessa.
O: Ulkona liikkuessa sitte tarvin kyllä.

Edellä nainen ei suostu ottamaan vain rollaattorin varassa liikkuvan osaa, koska pystyy vielä ilman sitä omassa kodissaan kulkemaan. Ulkona liikkuminen ei kuitenkaan enää onnistu pelkästään omin jaloin. Osalle naisista sisälläkin kävely vaatii erityisiä ponnisteluja.

O:Mutta mun täyttyy, täytyy sanoo, että mun on oltava hirrvveen varoovaine.
H: Niin, ettei kadu ss..
O: Mmm.
H: Niin ku tasapaino varmaan ei oo niin.
O: Niin joka paikassa on katottava, mihinkä pannoo jalkansa, mihin pannoo kätensä...--Mutta tää va, vaihe on kestettävä.

Omassa kodissa kulkeminen on otteen naiselle täytymistä eri tavoin, mutta hän ilmaisee toisaalla myös voimista, koska vielä voi omassa kodissaan itsenäisesti liikkua ja tehdä asioita. Kertomuksen-

sa tässä vaiheessa hän kuitenkin painottaa oman varovaisuuden merkitystä sen suhteen, että vahinkoja ei pääsisi sattumaan. Esiin tulee myös arkeen ilmaantuneet pakot, sillä nainen viittaa toimintakyvyn heikentymiseen ja sen luomiin uusiin vaatimuksiin, jotka täytyy kestää. Muuta vaihtoehtoa ei hänellä ole. On sopeuduttava muutokseen, jos mielii asua vielä kotona itsekseen.

Päivittäisen kotona selviytymisen kannalta arjen turvallisuus on merkittävä seikka. Kaksi naisista tuo esiin kotihoidon kotikäyntien tärkeyden huolenpidon kannalta.

H: Joo-o. No missä asioissa sinä tarvit apuua täällä kotoona? Missä nämä kotihoitajat, lähihoitajat voi auttaa sinua? Missä sinä tarviit apuua?
O: No ne aina kattoo, että lääkkeet on oteettu ja kat, kattovat aina, niin ku aamulki, että kaikki alkaa sujua ja, ja tuota ei ne täällä mittään siis tee muuta, mutta käyvät vaan tarkistamassa, että tämmösen tilanteen aina. Joo että tuota, jos jotaki asioita on niin sitte hoietaan ((-> epäselvää puhetta)) kaikki. Joo. Tuota kaks kertaa päivässä aamuin illoin ne käy kattomassa, että kaikki on sujunut.
H: Kunnossa.
O: Kunnossa. Joo.

H:..Et mitä sinun päivän aikana tapahtuu? Millanen on tavallinen päivä?
O: No, tavallisin päivä on se herään, herään siinä ja sitte syön puuron ja sitte otan lääkkeet ja sitte tulee hoitaja ja. Siitä hoitaa sitte noi silmätipat ja jalat rasvaa ja. Siitä se sit alkaa ja tota se on hyvä, ku he käy, ku ei mulla. Kyllä on mulla joitaki ystäviä, jotka käy, mutta ei ne nyt joka päivä käy sit hekään.

Naisten puheessa kororstuu oma pärjääminen siten, että kotikäyntien kerrotaan olevan tarkistusluontoisia. Kotihoidon käynnit tuovat silti turvaa naisille, koska muiden ei ole mahdollista käydä katsomassa heitä joka päivä. Vaikka jälkimmäisessä otteessa nainen kertoo, että hänellä on joitain ystäviä, jotka käyvät hänen luonaan, hekään eivät voi olla samalla tavalla läsnä kuin kotihoito. Kotihoidon merkitys huolenpitäjänä korostuu siis erityisesti siksi, että heillä on aina mahdollisuus käydä päivittäin, silloinkin kun muut eivät voi. Andersson ym. (2004, 489) toteavat että säännöllisten ja varmojen kotihoidon käyntien on koettu tuovan turvallisuuden tunnetta ikäihmisille, koska he osaavat odottaa jonkun tulevan käymään tiettyyn aikaan päivästä.

Keskustelua kotihoidon tehtävistä onkin käyty siihen liittyen, onko kotikäynteihin aina sisällyttävä hoidollisia toimenpiteitä, jotta käynti voitaisiin tehdä sekä sen suhteen mikä on sosiaalisen ja hoidollisen hoivan suhde (esim. Andersson ym. 2004; Vaarama 2004; Nyman 2009). Vanhuspoliittisen tavoitteen ollessa kotona asuminen mahdollisimman pitkään voi olettaa, että huolenpito ja arjen sujumisen tarkistaminen päivittäin käy yhä oleellisemmaksi. Yhä tärkeämpää huolenpidollinen käynti lienee tulevaisuudessa myös, jos ihmisten sosiaaliset verkostot kaventuvat entisestään tai yksin eläminen lisääntyy.

Haastateltujen naisten itsenäisen asumisen turvallisuudesta huolehtivat kotihoidon lisäksi sukulaiset ja ystävät, joihin naiset ovat itse yhteydessä ja jotka myös pitävät yhteyttä heihin.

H: Nii-in. Niin onko sinulla tapana soittaa sitte etukäteen jollekin, taikka tyttären tyttärelle, jos vähän tuntuu siltä että on huono olo…
O: Kyllä, kyllä mä soitan yleensä että.. ja tyttöki soittaa, soittaa mulle sitte aina. Kysyy, kysyy mitä, miten mennee että.
H:Nii.
O: Kyllä.
H: Että pitää huolta sillä tavalla että… Huolehtii.
O:Niin kyllä joo. Kyllä huolehtii.

Naisten haastattelut vahvistavat osaltaan käsitystä siitä, että läheisapu on merkittävin avunlähde ikäihmisille. Vilkon ym. (2010b, 69) mukaan iäkkäiden tärkeimpiä auttajia ovat omat lapset ja lapsenlapset. Haastatelluista huolta osaltaan pitävät sekä omaiset ja sukulaiset että naapurit ja tuttavat. Lähellä asuvien tuttavien merkitys on erityisen suuri silloin, kun oma perhe asuu kauempana.

Turvarannekekin tuo osaltaan turvallisuutta kolmen naisen arkeen kotona. Apua saa rannekkeen ansiosta sattuipa millainen vahinko tahansa.

H: Niin kyllä ja kumminki se on hyvä, ku sitä apua tulee sitte, jos sattuu se vahinko.
O: Niin o niin. Niin on niin, vaikka, apu tullee vaik, vaikka minkälainen vahiinko. Niin aina saa tähän apuu.
H: Niin, niin vaikka olis mikä. Mmm.
O: Tästä saa apua, että sitä varten tää on ranteessa. Yötä päivää.
H: Joo-o. Mutta varmaan koet sen tärkeäksi. --Se on varmaan ihan
O:Niin tärkeä.
H:Tärkeä juttu. Kyllä.
O: On tosi tärkeä, mutta tästäki pitää maksaa, lasku tullee aina sitte, että.
H: Niin se on sellanen turvapalvelu.
O:Nii-in. Niin on. Mutta se on hyvin pien minusta. Hyvin pien se on se lasku, mikä tullee.

Vaikka nainen on yötä päivää riippuvainen rannekkeen tuomasta turvasta, hän tuo esiin olevansa tietoinen sen kustannuksista. Omaa toimijuutta ilmaistaan näin tietämisenä ja omana arviona palvelun hinnasta siitä huolimatta, että ei kyetä tulemaan toimeen kotona ilman turvapalvelun tukea. Vaikka omasta turvallisuudesta ei voida enää huolehtia täysin itsenäisesti, voidaan kuitenkin ilmaista, että ollaan perillä avusta, jota saadaan ja näin on mahdollisuus osallistua ja toimia. Palvelusta täytyy esimerkiksi maksaa, ja vaikka ei itse konkreettisesti suorittaisi maksutapahtumaa, menee raha silti omalta tililtä, eli se mitä käytetään, myös itse maksetaan.

Turvapalvelun tarve on merkittävä, sillä neljä naisista kertoo tilanteesta tai useammasta, jossa on tai olisi tarvittu rannekkeen tuomaa apua. Kolmen kohdalla esiin nousevat erityisesti kaatumiset ja sängystä putoaminen. Vastakkainen kerrontakin on mahdollinen.

O: --On mulla tää ranneke. En ottanu, ku nyt vasta mulla on ollu tää.
H: Joo, turva-
O: Tämä tuota niin, ku mää sitte sanoin että mä en, et mä en halua sitä. Mut sitte kuitenkii niin tyttö sano, että ei kyllä se täytyy olla. Mutta ei yhtään kertaa en oo ottanu pois. -- mut en mä oo yhtään kertaa tarvinnu soittaa heitä eikä, eikä tuota ne on joskus aina.. Aina soittaa sitte ja en mä tiedä, mistä se sitte johtuu, että oonk, ee, esimerkiks yöllä pain, jo tai ollu tai sattunu siihen pain, painamaan niin. Niin sanon, että ei oo mittää. Et yhtään kertaa ei oo mitään hätää ollu, ei sen takia. Mut onhan tää nyt ollu jo monta kuukautta. Mutta yhtään mä en. Mä sanoinki sillon, että minä en ota pois. Se on kokoajan ranteessa.

Nainen korostaa, että vaikka hänellä on ranneke, ei sitä ole koskaan tarvinnut käyttää. Rannekkeen olemassaolo näyttäytyy puheessa vain varotoimena. Haastateltava tuo esiin, ettei omasta mielestään edes tarvinnut turvapalvelua, mutta otti sen, koska tytär käski niin tehdä. Toisaalta hän ilmaisee ottaneensa rannekkeen käytön vakavasti, koska ei ole koskaan ottanut sitä ranteesta pois, eikä aio ottaakaan. Hän vaikuttaa hyväksyneen tyttärensä roolin asiassa eräänlaisena turvana ja neuvojana päättäen noudattaa hänen toivettaan. Esimerkiksi Jolanki (2009) nostaa esiin vanhuksen holhottavan roolin suhteessa aikuisiin lapsiinsa, jota ikäihmiset sekä kritisoivat että johon he myös itse asettuvat. Otteessa tämän tulkinnan puoleen viittaa sen vahva korostaminen, että vaikka tyttö halusi rannekkeen äitinsä käyttöön, sitä ei ole koskaan tarvinnut käyttää eikä mitään hätää ole ikinä ollut. Lisäksi nainen kertoo sen olleen jo monta kuukautta käytössä, mitä käytetään puolustelemaan vahinkopainamisia ja siitä johtuvia yhteydenottoja.

Taustalla voi silti olla omakin epävarmuus, joka vain tuodaan tyttären päätöksenä esiin, koska ranneketta pidetään aina kädessä ja puhutaan vahvasti sen jatkuvan pitämisen puolesta, etenkin toisaalla kertomuksessa. Nainen ei ehkä myöskään halua joutua tilanteeseen, jossa hän ei olisi osannut käyttää ranneketta oikein ja päättänyt pitää sitä aina ranteessa. Jatkuva rannekkeen käyttö tuo turvallisuuden tunnetta. Toisaalla kertomuksessaan nainen rinnastaakin turvarannekkeen vartijaan.

O: -- Se tuota niin sitte, jos tullee, niin siitä painaa vaan tästä, niin ei tartte mittään muuta. Muuta sitten tuota, niin. Mä että onhan se joku vartija hehehe.

Ajatus rannekkeesta vartijana tuodaan esiin hieman naureskellen, mutta toisaalta se turvaisi helpon avunsaannin, jos jotain pääsisi tapahtumaan. Lopuksikin turvapalvelun voi rivien välistä lukea olevan tärkeä haastatellulle itselleen. Pärjäämistä ja omaa kyvykkyyttä yritetään korostaa kerronnassa, mutta mahdollinen avuntarve jätetään suoraan kertomatta.

Turvapalvelun käyttötapa on saattanut toisaalta jäädä joillekin epäselväksi.

O: No, mullahan on, on tämmönen…
H: turv, turv..

O: ranteessa että, jos järki on päässä niin..
H: Painat siitä
O: Niin.
H: niin tulee apu
O: Niin, tyttö sano että paina nyt sitä puhelinta, että mitä varten minun pitää, en minä tajunnu sitäkään, sitte että mitä varten minun pitää painaa sitä. No, sitte painoin ja painoin, ja se puhu sitte, että tilatkaa ambulanssi sitte ja..

Nainen kertoo tilanteesta, jossa oli ollut tuupertua omassa kodissaan ja oma tytär oli juuri siihen aikaan sattunut tulla siivoamaan. Hälyttääkseen itselleen apua onnistuneesti, tyttären läsnäolo oli ensiarvoisen tärkeää, sillä nainen itse ei tiennyt, miten toimia.

Niillä joilla rannekkeen käyttöön otosta on puhuttu, sitä ei vielä ole, esimerkiksi siksi, että asuinpaikka on kotihoidon yhteydessä tai työntekijät käyvät kaksi kertaa tai useammin päivässä kotikäynnillä. Toiseksi eniten apua ikäihmiset saavatkin kotihoidolta omaisavun jälkeen, mutta yleisesti ottaen apu on usein yhdistelmä erilaisista auttamisen muodoista (Vilkko ym. 2010b, 69). Tämä näkyy selvästi haastateltujen naistenkin avunlähteissä, koska jokainen saa apua tai palveluja kotihoidon ja sen tukipalvelujen lisäksi omaisilta ja tuttavilta sekä muista kuntoutus- ja/tai terveyspalveluista.

6.3.2 Kodinhoito ja kunnossapito

Kodinhoitoon ja kunnossapitoon sisältyy esimerkiksi siivous sekä raskaammat koti- ja pihatyöt. Yleisimmin naiset kaipaavat kotona apua siivoukseen ja muuhun kodin kunnossapitoon. Kaksi naisista kertoo vielä siivoavansa itse, mutta toinen heistä on tiedustellut siivouspalvelun mahdollisuutta äskettäin. Hän on päätynyt kysymään siivousapua, koska terveys on alkanut heikentyä ja nainen on itse huomannut, että siivous alkaa vaatia liikaa ponnisteluja. Siivouksessakin pätee sama toimijuudesta kiinni pitäminen, eli haastateltavat eivät pyydä yleensä apua ennen kuin on aivan pakko.

Kaksi naisista ostaa siivouksen yksityiseltä puolelta ja kolmen luona käy sukulainen siivoamassa. Siivousapua harkitseva nainenkin haluaisi mieluummin sukulaisen siivoamaan kuin ostaisi siivouksen yksityiseltä palveluntuottajalta.

O: --Mulla on varmaan sydämessä vika, koska se joskus, se se. Siivoaminen justiin tekee semmosen. höntin olon. Pahan olon. Mutta mun tytöntyttö kyllä sanoo näin, että hän vois.. tulla kerran.. kerran kuukaudessa.. siivoamaan.
H:Siivoamaan sitte.
O: Joo että tuota..--
H: Joo, joo. Kyllä se olisihan mukavaa seki varmaan, mitä ite ajattelet?
O: Kyllä mä tykkäisin enemmän kyllä silleen, että se tulis omasta takaa hehe.. Että mä en niinko.. välitä, että tulee vieras ihminen taloon tänne. Ei, mä en oo niin seurallinen ihminen. Mää viihdyn täällä itekseni hirveen paljon.

Nainen alkaa olla tilanteessa, että hän ei enää kauaa kykene itse siivoamaan, mutta ei halua vierasta ihmistä sitä tekemään hänen puolestaan. Tyttären tytär on haastatellun kertoman mukaan valmis tulemaan siivoamaan kerran kuussa ja tämä vaihtoehto tuntuu naisesta mielekkäämmältä. Hän olisi kuitenkin halukas toisaalla haastattelussa ottamaan siivouspalvelun kotihoidon palveluna, jos kotihoidon työntekijöiden olisi mahdollista se tehdä. Nainen ottaisikin siivousavun nykyisen lääkkeenjaon sijaan, jos voisi valita. Vaaraman (2004, 159) mukaan siivous ja kodinhoito kuuluvat itsenäisesti asuvien suuren enemmistön ongelmiin ja niistä on näin ollen suurin pula.

Vaikka useimmat tarvitsevat apua kodinaskareissa, korostuu toimijuus ja itsenäisyys muissa toimissa avusta kerronnan rinnalla tässäkin yhteydessä. Muuta apua nykyisen lisäksi eivät naiset kerro tarvitsevansa, koska voivat tehdä itsekin tai pärjäävät muutoinkin. Toimijuutta voidaan tuoda esiin siivoamisen suhteenkin silloin, kun joku toinen siivoaa puolesta, kuten seuraavassa.

H: Että ne hoituu. Niin tosiaan et halua kotiin, ketään toista siivoamaan? Niin ku ulkopuolista ilmeisesti? Sain sen käsityksen.
O: Ei, en mää, eikun mää en tartte, kun nuo käy siivoamassa.. Niin joo ja miniä se, se on niin tarkan työn tekijä, se tekkee niin tarkkaa. Tarkkaan kaikki. Mä sanoin, ei se nyt niin kauheen nuukaa olee, että ku ennen aikaahan se oli niin, että jos pölyhiukkasen näki, niin piti lentää perässä.

Toimijuutta voidaan haastatteluissa tuoda esiin siivouksen ostajan ja maksajan roolissa tai kuten edellä, neuvomisena. Nainen on maininnut kotiaan siivoamassa käyvälle miniälleen, ettei siivoustyön tarvitse olla niin tarkkaa, mitä sukulaisnainen tekee. Hän ottaa vertauskuvaksi vanhan ajan, jolloin työn jälki oli oltava perusteellista. Itsestään nainen rakentaa näin kuvan modernimpana ja rennon asenteen omaavana sekä tuo esiin sitä, miten haluaa kotinsa siivottavan.

Eniten apua kodinaskareissa haastatellut mainitsevat saavansa juuri siivoamiseen. Myös ikkunanpesuun ja kodin huoltotöihin saadaan apua. Lisäksi kahden naisen nurmikko käydään ajamassa heidän puolestaan. Useimmat painottavat kuitenkin pienemmistä kodinaskareista itsenäisesti selviämistä.

H: Niinhän se o. No tota niin niin toivoisitko, jos ei puhuta tämmösestä pesemisavusta niin tai muusta fyysisestä tai lääkinnällisestä avusta, niin toivoisitko jonkinlaista muun, muunlaista..apua sitte?
O: No tässä mä en nyt sitte ajatellu muuta, ku sitä siivousta, että toisillahan pe, petataan sänky ja no kyllä minä saan tuon, hehe, sänkyni petattua ihan, hehe, ihan reippaasti ja..öö no matot on kokonaan pois sen takia, kun mää kaaduin, öö, kompastuin mattoon yöllä— Mä oon kaikki vieny pois matot—

Otteessa tulee esiin haastatellun oma kykeneminen hoitaa itse kodinhoidon töitä ja samanaikaisesti sopeutuminen toimintakyvyn alenemisen mukanaan tuomiin muutoksiin. Kaaduttuaan kotona nainen on itse ratkaissut ongelman viemällä matot pois sisältä kokonaan. Kertomus luo kuvaa omatoi-

misuudesta ja itsenäisyydestä verrattuna moneen muuhun kotihoidon asiakkaaseen. Nainen samanaikaisesti samaistaa itsensä kotihoidon (iäkkäisiin) asiakkaisiin sekä tekee oleellisen eron hänen ja monen muun välille, sillä hän selviytyy petaamisessa vielä oikein ”reippaasti”.

Toisaalta kolme enemmän apua tarvitsevaa naista, hyödyntävät muiden apua myös joissain pienemmissä kodin askareissa.

O: Mut tota niin ((yskös)) miniä hoitaa aina ja tyttö hoitaa. Ne siivoo kaiken mulle täällä. Että mä mä en sitää apua tartte.
H: Et osta enää siivousapuua sitte.
O: Niin joo ei, eeei tartte ei. Et en mä oo niin ku minkää..muuta ku he nyt käy ja sitte tyttö, onhan se kiva ku jokuu käy päivässä, kerran päivässä.
H:Niin kyllä.
O: Niin. Hoitanu noi jalat ja semmosta niin. Ei he muuta tartte tehä. Ja roskiksen vie, joskus roskapussin ja joskus tuovat puita hellaan sisään, että semmosen laatikon ja poikaki tuo sitte niitä puita, ku enempi tarvii. No nythän ei vielä tartte, en. Mää tossa hellassa poltan. Mää tykkään, että siitä tulee niin kivaa semmonen..lämpö.

Silloin kun omaiset tai sukulaiset käyvät naisten luona siivoamassa, palvelua ei tarvitse ostaa ulkopuolisilta. Raskaammat askareet hoituvat näin omin voimin. Haastateltava viittaakin edellä kotihoidon käynteihin pienempien askareiden hoitajina. Naisen mielestä heidän käyntinsä kerran päivässä on kiva asia, vaikka hän tuo esiin, että heidän ei tarvitse suurempia toimia käynneillään tehdä. Jos vaikkapa sisään on kannettava enemmän puita, sen tekee oma poika. Työläämmän avun voi näin ollen tulkita tulevan omasta takaa, jolloin muita ei tarvitse vaivata. Naisen puheessa tulee esiin myös oma toimijuus talon lämmityksessä, jonka hän kertoo tekevänsä itse ”polttamalla” puita hellassa arvioimansa tarpeen mukaisesti.

Muihinkin kodin huoltotöihin saadaan apua omaisilta. Koskisen (2004, 74) mukaan ikäihmiset saavat pääasiassa apua perheeltä, puolisolta, lapsilta, lapsenlapsilta ja vävyiltä sekä miniöiltä, kuten haastatellut naisetkin. Omaisten avun lisäksi kaksi naisista kertoo naapuriavusta. Yhdelle se on erityisen tärkeää esimerkiksi kauppa-asioiden hoidossa, mutta toiselle naisista myös nurmikon leikkuussa.

H: Ja kiva, että ihan naapurissa, että saat sitte apua ja autetaan.
O: Joo, ihan auttaa, sano että leikataanko sinunki nurmikko, minä sanoin, että totta totta, ilman muutahan ne pitää leikata, että minähän sitte maksan syksyllä aina…
H:Niin jotain pientä korvausta.
O: Joo kyllähän minä sitten korvaan aina, että ei ihan ilmaseks tarvi..leikellä, mutta kyllähän se ihan mielellään.--Nytkin tuon pensasaidan leikkas tuossa ihan, että minäkin olin haravoimassa siinä lehtiä ja..

Vaikka naapuri leikkaa nurmikon ja hoitaa pihaa naisen puolesta, hän kertoo kuitenkin maksavansa työstä itse ja osallistuvansa töihin sellaisilla tavoilla, joilla kykenee. Nainen tuo esiin, että naapuri leikkaa mielellään nurmikon, joten hänen tarpeensa ei näyttäydy vaivana muille. Itse hän on mukana pihatöissä esimerkiksi haravoiden lehtiä. Näin hän ei tuo itseään esiin ulkopuolelle jäävänä vaan aktiivisena osallistujana. Pihanhoito on pakollista, mutta sen voi hoitaa eri tavoin.

6.3.3 Kodin ulkopuolinen asiointi

Kodin ulkopuolinen asiointi sisältää esimerkiksi kauppareissut, kulkemiset kodin ulkopuolella sekä lääkärissä käynnit. Kolmen naisen kauppareissut hoitavat pääsääntöisesti muut ja loput neljä kykenevät lähtemään kauppaan itsenäisesti. Jos kauppareissut hoidetaan naisten puolesta sen tekevät niin kotiin annettavat palvelut, omaiset kuin naapuritkin.

O:--tuota mutta..en mää nyt jaksanutkaa enää käyä oikeastaan tuota sitte, kun tänne tuuaan aina, kun ss, sitte tuodaan kaupasta, niin.
H:Niin ruokaa.
O: Niin, niin tuota, en mää oikein jaksa enää käyä kaupassa. Kyllä mää oon sen huomannu.

Naisten ei välttämättä tarvitse käydä kaupassa, koska ruoka tuodaan kotiin. Itsekseen kaupassa ei aina enää kyetä käymäänkään. Esimerkiksi edellä käy ilmi, että haastateltava on itse huomannut voimiensa vähenemisen. Voi olettaa, että kun liian suuria ponnisteluja vaativat kauppa-asiat hoituvat muiden toimittamana, jäävät jäljellä olevat voimat muuhun tekemiseen kohdistettaviksi ja hyödynnettäviksi kotona arjessa.

Vaikka kaupassa ei yleensä itse käytäisikään, voidaan silti asioida silloin tällöin kaupungilla kuljetuspalveluja käyttäen. Yksi haastatelluista toi selkeästi esiin taksimatkojen puutteen yhteyden kodin ulkopuolella liikkumiseensa.

O: Ainoo, mikä siinä nyt on se huono puoli, ku mullahan oli ennen ne taksikortit, niin nythän ne otettiin sitte tänä vuonna pois.. Niin mä en niinku pääse mihinkään. Jos mä haluaisin lähtee käymään jossaki asialla, niin mää en pääse.--

Nainen kuvaa tilannettaan jäätyään ilman taksimatkoja. Huolimatta halustaan liikkua itsenäisesti kodin ulkopuolella, hän ei voi sitä tehdä, sillä hän ei kykene jalkojensa ongelmien vuoksi liikkumaan pidemmälle. Hetken kuluttua nainen kertoo saavansa sukulaiselta apua kodin ulkopuolella asiointiin.

H: Joo, niin häneltä (kummityttö/HP) saat sitte siivousapua välillä ja
O: No välillä saan siivousapua ja sit se käyttää mua aina kaupassa ja millon jotakin tarviin.
H: ja muut asiointiasiat sitte ilmeisesti, että käytkö ite pankissa ja tämmöset?
O: Joo-o, no mä aina samalla sitte ku kaupassa käyn, niin otan sitte ottomaatista rahhoo.

Vaikka nainen voi toisinaan käydä kaupassa kummityttönsä kyydillä, se ei ole sama asia kuin itsenäinen liikkuminen, joka olisi mahdollista taksimatkojen avulla. Lisäksi kun kuljettamisapu on yhden omaisen varassa pääasiallisesti, se saattaa olla epävarmuustekijä avunsaamisessa juuri silloin, kun tarve ilmenee. Taksimatkat olisivat naisen kohdalla ennaltaehkäisevä keino edistää liikkumista kodin ulkopuolella, silloin kun henkilö vielä kykenee palvelua käyttämään. Jos taksipalvelu suunnataan vain kaikkein huonoimmassa kunnossa oleviin, toimintakykyisemmät jäävät vaille ennaltaehkäisevää apua.

Asiointivaikeuksissa olennaisia ovatkin liikkumisen ongelmat. Taksipalvelu ja avustaminen asiointikäynneillä ovat tärkeitä naisille, joiden fyysinen toimintakyky on alentunut, sillä se mahdollistaa avun kotoa asiointipaikkaan saakka ja takaisin. Naisista taksi- tai saattoapua mainitsee käyttävänsä haastatteluhetkellä neljä.

O: Mut sinnekki (lääkäriin/HP) pääsee kauheen helposti. Mä oon menny välillä tytön kanssa ja sitte välillä meen ho, hoitajan kanssa. Hoitajan pyyän, niin soitetaan taksi ja taksilla mennään ja tullaan pois.

Nainen kertoo hyödyntävänsä toisinaan tyttärensä ja toisinaan hoitajan apua päästäkseen liikkumaan kodin ulkopuolella. Hän tuo esiin menemisen helppouden, vaikka ei kykenekään asioimaan ilman muiden apua. Oman toimijuuden toteuttaminen esteistä huolimatta rakentuu kerronnassa yksinkertaiseksi.

Liikkumista kodin ulkopuolella rajoittavana tekijänä oman jaksamisen ja väsymisen tuo selkeästi esiin kaksi naisista.

O: Niin ja sehän siinä on.. Pitäs jaksoo enemmän. Minun pitäs päästä tuonne Prismaan, kauppaan ja luontaistuotekauppaanki haluaisin mennä ja ((hengästymistä))
H:--Jaksatko kävellä miten paljo yhdel, yhdellä kertaa?
O: En ka, en, en kovin kauaa.. Henkästyn hirveen pian.. Hengästyn.
H: No oletko sinä ollut kaupassa vaikka, että on viety rullatuolilla siellä edestakasin?
O: Ei, en. Tämmönen on vaan (rollaattori/HP).
H: Joo-o. Sehän vois olla yks ratkasu sitte, että joku hakis ja.
O: Niin. Tämä on vaan.
H: Että sitte pääsis sinne luontaistuotekauppaan, joku, joku ”kärräis” sinne
O: Sieltä haluaisin sitte. Mulla ois omiia aatoksia, mitää mä haluaisin.

Kun toimintakyky on kovin rajoittunut, kuten edellä, toimijuuden toteuttaminen kodin ulkopuolella on riippuvaista ulkopuolisen avun saamisesta oman jaksamisen lisäksi. Nainen kertookin väsyvänsä helposti eikä jaksa enää kävellä kauaa kerrallaan. Hän haluaisi lähteä ostoksille ja on jo miettinyt etukäteen, mitä tekisi mieli ostaa. Hän ei kuitenkaan kykene eikä voi lähteä ilman kokonaisvaltaista avustamista niin matkustamisen kuin ostostenkin suhteen.

Liikkumiskyvyn ollessa rajoittumaton tai vähemmän heikentynyt onnistuu haastateltavilta julkisen liikenteenkin hyödyntäminen tarvittaessa. Kaksi naisista kertoo pystyvänsä käyttämään busseja, mutta tuovat silti esiin liikkuvansa mieluummin lähisukulaistensa kyydillä tai itse jalkaisin. Kummallakaan heistä ei ole käytössä rollaattoria.

O: Mä menen (”kauppaan x”/HP) hakemaan.
H: Ai sä käyt ite kaupassa tossa?
O: Joo joo.
H: No sehän on hyvä.
O: Kun mä haluan jotain, niin lähellähän se on tuossa. Niin mää käyn ite hakemassa.
H: Joo sä pääset ihan kävellen, vai taksilla?
O:Joo sauvoilla ja reppu selkään.

Naiset sekä kykenevät että voivat liikkua itsekseen. Haastattelija on edellä aiemmin olettanut naisen käyttävän kauppapalvelua, mutta haastatetava kertookin käyvänsä itse kaupassa. Itsenäinen liikkuminen näyttäytyy helppona ja vaivattomana, koska liikuntakyvyssä ei ole kovin suuria rajoituksia ja kulkumatka ei ole pitkä.

Kodin ulkopuolelle lähteminen voi tuntua helpolta silloinkin, kun liikkumiskyky on jo jonkin verran rajoittunut. Seuraavassa otteessa nainen kertoo, että lähtee yhtäkkiä juurikaan miettimättä ulos, jos tuntuu että täytyy johonkin kotoa päästä.

O: --Mää lähen sitten liikkeelle, jos tuntuu semmoselta, että pittää johonki päästä..että tulee pitkäks aika..
H: Tuntuu kuitenkin ihan helpolta se lähteminen?
O: Joo, JOO… Ei se oo ollenkaan vaikeaa… Mulle tulee sitten yhtäkkiä se lähtö, että en minä paljo mieti sitten, että lähdenkö vai en, että minä lähden sitte.

Nainen kuvaa lähtemisen riippumattomana muista tekijöistä. Hänen toimintansa perustuu tunteeseen ja haluun lähteä sekä siihen, että voi ja kykenee niin tekemään.

Silloin kun asiointiapua tarvitaan, sitä ei välttämättä haluta pyytää. Vaatimattomuus voi aiheuttaa sen, että ellei apu ole aivan välttämätön ei kuljetusapua tai asiointiapua pyydetä.

H: No onko sitä kukaa ehdottanu, että, että lähtis. Mutta onko kukaa ehdottanu sinulle, että lähtis sinne ka.
O:No kuule ei ole, mutta kyllä lähtis varmasti, jos mä sanoisin, että lähtekee viemään..ja varmasti ne joku veis.
H: Joo, mutta sinä et haluakko sanoa?
O: En oo pyy, en oo ess pyytäny. Eikä mulla ole nyt muuta. Mullon kyllä niin ku apteekin kanssa. Mullon tämmöstä särkylääkettä ((näyttää purkkia)) --Nämäki on hirveen isoja kapseleita, että nää pitää ihan saksien kanssa panna kahtia. Nää ei oo oikein tehokkaita. Mulla aikasemmin oli tehokkaammat.
H: Tabletit.
O: Mmm. Mutta auttaa ne nämääki.

Nainen ei kertomansa mukaan ole pyytänyt ketään viemään itseään asioille kaupoille. Hän on kuitenkin varma, että jos hän pyytäisi, niin joku hänet veisi. Näin hän esittää, että apu on kiinni juuri hänen toiminnastaan. Syyksi sille, että ei ole pyyntöä esittänyt, nainen sanoo, että ei ole muuta asiaa, eli erikoisempaa tarvetta, mutta lisää vielä lääkkeiden olevan tehottomammat kuin aikaisemmat, jotka hänellä olivat. Hän ottaisi mielellään vahvemmat lääkkeet, mutta ei ota asiaa esille muiden kanssa, koska nykyisetkin auttavat. Nainen ei halua ilmeisesti vaivata muita, tai huonommassa tapauksessa kuljetus ei järjestyisi niin helposti kuin hän antaa ymmärtää, ja nainen tyytyy näin ollen tilanteeseen.

Sukulaiset ja oma perhe ovat kuitenkin merkittävässä osassa kuljettamassa haastateltuja kodin ulkopuolella, vaikka tarpeita ei aina otettaisikaan esille. Sen lisäksi, että omaiset ja sukulaiset kuljettavat naisia ja auttavat heitä kauppa- ja lääkärikäynneillä ja muilla asioilla, he järjestävät myös erilaista ohjelmaa ja tekemistä kodin ulkopuolella.

6.3.4 Raha-asioiden hoito

Raha-asioiden hoidolla tarkoitetaan tässä laskujen maksamista, rahan nostamista ja erilaisia kodin ”paperitöitä”. Kolmen naisen tilin käyttöoikeus on omalla lapsella, joka hoitaa laskut, palvelujen ostot ja muut paperityöt. Neljä haastateltavaa kykenee hoitamaan raha-asioitaan pääasiassa itsenäisesti, vaikka välillä neuvoja lapsiltaan saisivatkin. Kykeneminen saattaa näyttäytyä puheessa itsestään selvyytenä, kuten seuraavassa, jossa nainen mainitsee omistavansa ”omat tilit” hieman hyväntuulisesti nauraen.

H: Onko sulla itellä, sä hoidat raha-asiat vielä itte?
O:Joo.
O: Ettei oo.. Ku monella on edunvalvoja tai sukulainen..
O: Ei oo, ei oo.
H: Sä ite pankissa maksat laskut?
O: Kyllä me tytön kanssa keskustellaan niistä asioista, mutta kyllä mulla on vielä ihan omat tilit hehhe.

Vaikka kykenisi ja voisi hoitaa itsekin laskujen maksamisen, voidaan se siitä huolimatta siirtää lasten tehtäväksi helppouden vuoksi.

H: --Nii eli se nyt onki tullut selväksi, että selviydyt useimmista ja yleensä kaikista asioista itekses, että et, ei sillä taval
O: No en mä ihan kaikkea, ku mun laps hoitaa nuo minuun laskut ja
H: Niin. No se oli se.
O: Mutta ku nytki tuli eilen kaks laskua, niin sitte, ku tuo X (tytär/HP) tullee, niin se vie ja maksaa koneella. Mä sanoin, että maksa vaan.
H: Niin se onki, ku nykyään kaikki on koneella, oikeestaan sitä on vaikea enää ite hoitaa.
O: Niin se on niin heleppoo.

H: Niin ja jos sitä, varmaan sinäkään, sullakaan ei oo itellä koneetta?
O:Eiii. Kyllähän ne olis tuonu, mä, että minää en ennää ruppee.
H: Niin. Nii että varmaan pystyisit kuitenki sen
O: Niin.
H:Opettelemaan?
O: Joo, niin kyllä ne olis tuonu mulle.

Naiset tuovat esiin olevansa selvillä siitä, miten lapset heidän raha-asiansa hoitavat. Auttamissuhde näyttäytyy puheessa sopimuksenomaisena ja luottavaisena. Otteen naisella on kyllä oman tilinsä käyttöoikeus ja hän pystyy asioitaan hoitamaan tarvittaessa itsekin. Tästä huolimatta hän on antanut tyttären maksaa laskunsa tietokoneella, koska se on niin helppo tapa hoitaa asia. Nainen kertoo, että ei enää itse ala opetella koneen käyttöä, vaikka siihen pystyisikin. Kyse on ehkä haluttomuudesta opetella kyseisiä taitoja nykyisellä iällä. Nainen tuo puheessa esiin oman toimijuutensa antaessaan luvan tyttärelleen maksaa laskut hänen puolestaan sekä tehdessään päätöksen olla opettelematta tietokoneen käyttöä.

Kukaan naisista ei ole opetellut käyttämään tietokonetta raha-asioiden hoitamiseen eikä se vaikuta kiinnostavankaan ketään heistä, etenkin kun on nuorempia ihmisiä, jotka voivat tehdä sen heidän puolestaan. Tietokoneen ja nykytekniikan käyttö raha-asioiden hoitamisessa arveluttaa myös seuraavassa otteessa, jossa luottamuksen puute omiin teknisiin taitoihin tulee selvästi esiin.

O: No se on tuota kaikki nää pankkiasiat niin ne on, ne on vähän silleen että.. Niin no se tietokonejärjestelmä ja se kaikki, ku tytötki maksaa sillä lailla, koneilla. Koneilla, ne.. laskunsa
H: Kaikki tietokoneilla.
O: Nii sitä ei tiiä, eihän meikäläisillä semmosia ole. Enkä mää pystys, pysty enää käyttämäänkää mitää..mä oppis käyttämään.
H: Hitaampaa se sitte olis ja
O: Joo.
H: Ku ei tunne. Ei oo nuoruudesta asti ei niitä oppinu niin..
O: Ei, ei. Niitähän annetaan nyt opetusta jo koulussaki kaikkee että.
H: Kyllä, nyt annetaan senioreillekin jo opetusta päiväkeskuksissa ainaki, tuolla oli Akseli ja Elinakodissa
O: Niin. Joo, mutta mää oon niin tyhmä, että mää en pystyis enää, hehe, semmosii, eikä mua, mua ollenkaan kiinnostakaan..koneet.
H: Niin, ja jos se. kus se hoituu muullakin tavalla, niin eihän sitä nyt.. Väkisin kannata sitäkää alkaa opetella.
O: Joo, joo. Ei.

Haastateltu ilmaisee olevansa tietoinen nykykäytännöistä raha-asioiden hoitamisen suhteen, mutta kertoo ettei enää itse pystyisi tietokoneita käyttämään. Nainen tuo esiin senkin, että häntä ei edes kiinnosta opetella ja epäilee olevansa liian ”tyhmä” sellaiseen. Hän on lisäksi laittanut merkille, että nykyään jo kouluissa annetaan opetusta tietokoneen käytössä. Oman suhteensa koneiden käytön opetteluun nainen tuo esiin kykenemättömyytenä, osaamattomuutena ja haluamattomuutena. Itsensä

hän samaistaa puheessaan ”meikäläisiin”, eli omaan ikäluokkaansa, joka ei ole nuoruudessaan tullut tutuksi tietotekniikan kanssa ja joilla harvalla ylipäätään on tietokone. Puheessa tuotetaan ajatus tämän ajan ikäihmisestä, joka ei hallitse tietotekniikkaa eikä oikein luotakaan siihen, kuten nainen-seuraavaksi kertoo.

O: Joo ne ON hankalia. Pankkiautomaatit ja kaikki, seki on musta..mmm..mää, mä en taho luottaa.

Kyse on tietotekniikasta ja automaateista. Vaikka automaatteja onnistuisikin käyttämään, niitä kohtaan voidaan samalla tuntea epäluottamusta. Jos ihminen ei ole nuoresta pitäen tullut sinuiksi automaation ja erilaisiin teknisiin sovellutuksiin perustuvien käytäntöjen kanssa, voi tietämättömyys aiheuttaa ylimääräistä epäluuloa ja pelkojakin. Toisaalta Marin (2003, 41) ottaa esiin asioiden normatiivisen hyväksymisen, joka on yhteydessä ikään liitettyihin itsestäänselvyyksiin siten, että ihminen sopeuttaa toiveitaan ja halujaan yleisten ikäkäsitysten mukaisiksi niitä kyseenalaistamatta. Tällöin kyse voi haastatellun kohdalla olla kyseenalaistamattomista oletuksista liittyen vanhojen ihmisten ja tietotekniikan suhteeseen. Ajatuksena saattaa olla, että vanha ei enää opi käyttämään uusia laitteita.

Suoraveloitus auttaa osaltaan haastateltuja elämään ilman tietokoneita. Kolme naisista tuokin esiin, pankin suoraveloituksen helpottamassa talouden hallintaa, joilloin laskujen ”perässä ei tarvitse juosta”. Suoraveloitus on kuitenkin päättymässä vuoden 2014 tammikuun lopussa. Omat lapset ovat merkittävimmät auttajat haastateltujen naisten raha-asioiden hoitamisessa, silloin kun ei enää itse voida tai kyetä niistä huolehtimaan. Toimijuus tulee ilmi raha-asioiden hoitamisen suhteen silloinkin, kun niitä ei itse konkreettisesti hoideta.

O: --No mä oon pankkiasianiki niin hoitanu, hoitanu kaikki, kaikki tuota itte. Mutta nyt tytöllä on sitte kirja, tai tuota hänelle, että hän sitte jos on niin ku asiaa, ja sitte mul onki melkein, melkein kaikki maksut, ne on suoravelotuksessa.
H: Niin se on kätevä se.
O: Niin, ettei tartte tartte niitten niitten perässä juosta. Niin se mennee sitte, sitte siitä.
H: Nii-in, ku nykyään on niin vaikea maksaa laskuja, missään.. pankissakaa ku.
O: Joo niin on joo. Joo joo.
H: Kaikki on tietokoneella.
O: Joo, niin on joo. Joo, justiinsa joo. No mulla oli vessanpytyn uusinta tässä, se laitettiin uus pytty, niin se (korjaaja/HP) koitti korjata sitä vanhaa ja se ei kuitenkaa sitte pitäny sitä, se vuoti..hiljakseen, niin sitte tuota mää soitin uudelleen sitte, tuota tuokaa uus pytty siihen, että. Toi sitte uu, uuen pytyn niin soli, se oli viis sat, jotain kuus sataa se makso sitte se. Vanhan sen korjauksen kanssa.. Niin nyt se on, nyt se on uus. Niin tuotaa toi naapurin mies kyllä sitte, jos on niin, että, että tuota haluaa koneella maksattaa, niin hän maksaa, maksaa sitte koneella sen..Maksattaa niin..,kun annan hänelle. Joo. Että se on nyt selvä seki sitte, että.

Nainen tuo esiin, että on pitkälle hoitanut itse asiansa, pankkiasiatkin, mutta nyt on tullut sellainen tilanne, että tytär on alkanut hoitaa hänen raha-asiansa. Haastatellulla on silti käytössä suoraveloitus, joka helpottaa myös tytärtärtä laskujen maksun suorittajana. Kun haastattelija esittää mielipiteensä pankissa maksamisen vaikeudesta nykyään, haastateltu myöntelee. Hän tuottaa puheessaan kuitenkin itsestään kuvan toimijana, joka järjestelee itse asioitaan ja toimii, vaikka varsinaisia maksusuorituksia ei enää itse teekään. Tästä kertoo otteessa hänen tapansa kuvata sitä, miten hän itse hankki uuden wc-pöntön. Naisen kertomuksessa tulee esiin hänen oma tietämyksensä ja kykynsä hoitaa asioitaan, vaikka tyttärellä onkin valtakirja raha-asioiden hoitoon. Kyseisen haastatellun kohdalla tulee lisäksi ainoana esiin naapurin rooli laskujen maksamisessa tietokoneella.

Toinenkin nainen, jonka raha-asioista vastaa hänen tyttärensä, tuo vahvasti esiin omaa toimijuuttaan.

O: Niin ja sitte tää X (tytär/HP) hoitaa, yks tyttö hoitaa mulle kaikki laskut ja kaikki raha-asiat.
H: Joo.
O: Mut on mulla itelläänkin on pankkikortti. Että voisin mä itekin käyä nostamassa, ku kykenisin vaan. --Niin. Mut en pääse. Ja ne hakkoo sitte ra, pankista rahhoo ja niin, ku nytkin men aikalailla tänne. Mulle kävi ja. Siivooja ja kävi jalkahoitaja. Ni kaikkihan ne pittää maksaa.--Ite mä oon ne, oon maksanu.

Nainen kertoo, että tytär hoitaa hänen kaikki raha-asiansa. Oma toimijuus korostuu puheessa tästä huolimatta hyvin vahvasti tietämisenä ja itsenäisenä päätöksentekona. Nainen tuo palvelujen maksamisen esiin omana toimintanaan ja antaa ymmärtää, että järjestely lapsen kanssa ei ole kiinni viitsimättömyydestä hoitaa asiat itse, vaan kykenemättömyydestä. Hän korostaa omistavansa itsekin pankkikortin, jolla saisi rahaa omalta tililtään, mutta ei heikentyneen toimintakyvyn vuoksi enää kykene käymään automaatilla. Saarenheimon (2003, 48) mukaan vaikuttaa siltä, että iäkäs, joka tuo itsensä esiin kuluttajana omiin avuntarpeisiinsa liittyen, saa määrittelylleen yhteisöltä positiivista tukea. Hän viittaa siihen, että pelkkä avuntarve ilman varallisen kuluttajan roolia, ei mahdollista ympäristöltä yhtä positiivista palautetta. Vaikka naisen tytär hallitsee tiliä ja maksaa laskut naisen puolesta, haastateltu asettaakin itsensä silti myös palvelujen ostajan rooliin maksajan roolin lisäksi, mikä ilmenee seuraavasta otteesta.

O:--Minähän X:lle (tytär/HP) sanoin, että onko niitä vielä, että voiko niitä aina tilata vaan. No, on sulla varaa ota heheheh.
H: Niin tytär varmaan tietää että --
O: X (tytär/HP) tietää, minkä verran siellä on.
H: Niin.
O:Tietää paremmin ku minä.

Nainen kertoo, että tyttärellä on parempi tuntemus rahan määrästä ja riittävyydestä, joten hän turvautuu ostoksia harkitessaan tytön tietämykseen. Hän ei ole silti puheessaan luopunut omasta vallastaan päättää varojensa käytöstä. Nikanderin ja Zechnerin (2006, 516) mukaan ihminen pystyy usein vanhetessakin tekemään vaativiakin päätöksiä, vaikka päivittäiset askareet eivät enää onnistuisikaan. Näin ollen vaikkapa fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen ei tarkoita automaattisesti heikentymistä muilla toiminnan osa-alueilla. Dementoivat sairaudet voivat sen sijaan vaikuttaa päätöksentekokykyyn heikentävästi, mutta harvemmin ihminen vanhanakaan menettää täysin kykyään tehdä omaa elämäänsä koskevia päätöksiä (mt.).

6.3.5 Sosiaaliset suhteet ja vuorovaikutus

Tutkimukseen osallistuvien naisten sosiaaliset suhteet rakentuvat omaisista ja ystävistä, kotihoidosta ja muista ammattiauttajista, sukulaisista, tuttavista ja naapureista sekä ihmisistä, joita he tapaavat viikottain erilaisten toimintojen yhteydessä. Kyseessä on näin ollen toimijuus sosiaalisissa suhteissa laajemmin kuin vain tukiverkostoja koskevana.

Perheen merkitys iäkkäille on suuri sekä voimavarana että keskeisenä osana sosiaalista verkostoa (Koskinen 2004, 74). Vaaraman ym. (1999b) mukaan 85 % 61 vuotta täyttäneistä onkin viikottain yhteydessä perheeseen tai lähisukulaisiin ja lähes puolet joka päivä. Haastateltujen kertoman mukaan he kaikki kuuluvat viikottain omaisiinsa yhteydessä olevien enemmistöön. Osa on lisäksi päivittäin yhteydessä omiin lapsiinsa tai muihin lähisukulaisiin.

H: --Miten, ootko päivittäin yhteydessä kavereihin tai viikottain?
O:Kyllä joo. Joo melkein joka päivä aina soitellaan, ja soitellaan, ja tyttö soittaa ja miniä soittaa joka, joka ilta—

Nainen kertoo olevansa puhelimitse kavereihinsa yhteydessä melkein joka päivä, eli viikottain ja lähiomaisiinsa päivittäin. Kaikki eivät kuitenkaan kaipaa yhtä paljon kontakteja muihin ihmisiin kuin toiset. Haastatellut eroavatkin keskenään paljon sen suhteen, miten paljon he haluavat olla yhteydessä muiden ihmisten kanssa ja viettää aikaa toisten parissa.

H: --Ei sitä joka päivä huvita lähteä, jos ei oo pakko..Fiiliksen mukaan, miltä tuntuu..
O: Ei, onhan täällä semmosia ihmisiä, jotka ei voi olla ilman, aina piti jonkun, olla laumassa mukana.. Mutta mä en oo sellanen.. Mä en…
H: Niin, on niin erilaisia ihmiset.
O: Joo, joo. Näissäki asioissa on voi heh heh hehhe.

Kaikilla naisilla on omaisia ja sukulaisia, mutta ystävien ja tuttavien määrä vaihtelee. Ystävät ja muut tuttavat koetaan yleensä tärkeiksi ja toiminnasta heidän kanssaan puhutaan. Naisista viisi tapaa muita ihmisiä päiväkeskusten yhteydessä ruokaillessa ja/tai osallistuessa niiden toimintaan. Neljä heistä kertoo käyvänsä päivittäin tai lähes päivittäin yhdessä muiden kanssa syömässä. Kaksi

naisista sanoo lisäksi osallistuvansa päiväkeskuksen muuhunkin toimintaan päivittäin. Yhteinen ruokailumahdollisuus on naisille tärkeä muun muassa siksi, että he voivat kohdata oman ikäpolvensa ihmisiä samassa tilassa.

O:--, ku se (kahvi/HP) ei se ole mun herkkua..Et se, kiva mennä tuonne alas kahville vähä rupattelemaan hehheh.
H:Niin kyllä. Tuleeko sulla paljon juttua tässä muitten kanssa?
O: Kyllä siellä on. Kyllä siellä aina tietysti päivätapahtumia ja kakenlaisia soopaa, heh,.. puhuttua.
H: Päivän politiikat ja.
O:Niin sitäkin. Heh.

Nainen kertoo käyvänsä aamullakin yhteisessä tilassa aamupalalla, vaikka ei kahvia aamuisin juokaan. Hänestä on mukava vain keskustella muiden kanssa päivän tapahtumista ja viettää aikaa kepeämpiäkin asioita jutellen.

Kaksi naista ei halua osallistua päiväkeskustoimintaan eikä käydä muiden kanssa syömässä. Toisella on kertomansa mukaan ystäviä muutoinkin ja mahdollisuus ruokailla itse. Toisella naisella sen sijaan ei ole ystäviä eikä tuttavia lainkaan eikä hän vaikuta sellaisia kaipaavankaan. Hän viihtyy itsekseen paljon kotona.

H: --mutta onko sinulla semmosia kavereita ja tuttavia?
O:No eiii, eii mulla kyllä ole semmosia. Että mä oon semmonen ollu aina. Semmonen, eeee, että mää viihyn kauheen hyvin yksin eikä mulla..mitään ongelmia, että sen suhteen sitte, niin ku nykyäänkin, kun kaks kertaa päivässä käy aina nuo kotiavustajat ja millon kukaaki. Täällä aina joka päivä käy ihmisiä kuitenkin.. Että tuota..ja tytär sitte asuu täällä kaupungissa kanssa tuota.
H: Niin, niin että joo totta kai se on sitte eri asia, jos kukaan ei käviisi päivisin, mutta ku täälläki käy kaks kertaa päivässä.
O: Joo, joo kyllä.
H: Ihmisiä niin..

Haastateltava kertoo, että kotihoidon käynnit kaksi kertaa päivässä riittää hänelle omaisten kanssa yhteydenpidon lisäksi. Hän kuvailee itseään hyvin yksin viihtyväksi ihmiseksi, jolla ei yksin olon kanssa ole ollut mitään ongelmia. Ilman ystäviä oleminen ei näyttäydy naisen puheessa täytymisenä vaan vapaaehtoisena haluna ja kykenemisenä viettää aikaa itsekseen.

Kukaan haastatelluista ei nosta esiin ongelmia sosiaalisissa suhteissaan. Sen sijaan kyvykkyys tulla toimeen ihmisten kanssa korostuu huolimatta siitä, miten halukas ihminen on sosiaaliseen kanssakäymiseen. Myös Jolankin (2009) tutkimuksessa ikäihmiset toivat puheessaan esiin omaa aktiivisuuttaan ja erilaisia roolejaan yhteisössä. Edellisen otteen itsekseen viihtyvä nainen ei kaipaa lisää kanssakäymistä sitä kysyttäessä, mutta kertoo tulevansa silti ihmisten kanssa toimeen.

H:--Mutta et kaipaa semmosta keskustelua tai, tai muuta kanssakäymistä, kovin usein ainakaan?

O: No en mä semmosia nyt kyllä oo, oo, mutta tuota niin mää en oo itekkää mikään niin kau, kova niin semmonen, en semmonen mitenkään, semmonen aktiivinen oo. Että mää oon semmonen kotii-ihminen ollu että, mutta kyllä mä ihmisten kanssa tulen, tulen hyvin toimeen ja..puhun ihmisten kanssa.

Nainen mainitsee aina olleensa koti-ihminen eikä mitenkään aktiivinen ottamaan kontaktia ihmisiin. Hän perustelee omalla luonteellaan haluamattomuuttaan lisätä kanssakäymistä, vaikka pärjääkin ihmisten kanssa. Kyse ei näin ollen ole kykenemättömyydestä vaan omasta halusta. Seuraavassa otteessa puhuu hyvin erilainen nainen seurallisuuteen liittyen.

O: --Miä oon tutustunu niihin kaikkiin, niin tosii mukaavia.(Kotihoidon työntekijät/HP)
H: Joo-o.
O: Mä tunnen ne kaikki. --- Niin kuule ihan vierasta välillä, ku o, heheheh , niin että ei ikinä näh-ny..Mutta se on sitte..
H: Tutustuu sitte.
O: Tutustutaan hetii ja.

Nainen vaikuttaa avoimelta ja tuntuu tutustuvan mielellään uusiin ihmisiin. Hän kertoo siitä, miten kotihoidon työntekijät ovat toisinaan aivan vieraita hänelle, mutta se ei ole huono asia, sillä haasta-teltava sanoo heti tutustuvansa heihin. Näin nainen asettaa itsensä tasavertaiseen asemaan vuorovai-kutuksessa hänen ja työntekijöiden kesken. Yhtälailla kuin kotiin tulevat hoitajat ja muut työntekijät saavat naisesta tietoja myös hän saa tietoonsa asioita heistä. Yksi ikääntyneiden kotiin liittämä mer-kitys onkin se, että kotiin saatu apu voi mahdollistaa kokemuksen tasavertaisesta suhteesta auttajien kanssa (esim. Koskinen 2004, 72).

On huomattava, että jokaisella naisella on päivittäinen kontakti vähintään kotihoidon työntekijän kanssa tai päiväkeskuksessa. Kukaan heistä ei näin ollen elä arkeaan täysin vailla yhteyttä toisiin ihmisiin. Kotihoidon käynnit ovatkin yksi osa kuuden naisen sosiaalisia kontakteja. Toisille käyn-tien merkitys näyttäytyy suurempana kuin toisille. Suurin osa ei kerro kaipaavansa enempää kontak-tia kotihoidon työntekijöihin, sillä he kokevat omaisten ja/tai ystävien ja tuttavien kanssa yhteydes-sä olon riittäväksi.

H: --Kaipaisitko jotain semmosta tai muunlaista, ku he käyvät täällä, että juttelisivat enemmän tai tekiisitte jotain muuta (ku sitä lääkkeiden jakoa tai)
O: No en mä oo, oo oikein tota ku..mulla on sen verran noita ystäviä, jotka käy mun kanssa juttele-massa ja..jotka mä tunnen ja sillä lailla.

Haastateltu kertoo, että ei kaipaa kotihoidon työntekijöiden kanssa juttelua tai muuta toimintaa enempää, sillä hänellä on ystäviä, jotka hän tuntee ja joiden kanssa juttelee. Hän ilmaisee ystävien tulevan hänen luokseen, ei päinvastoin. Todennäköisesti kyse on siitä, että fyysisen toimintakyvyn rajoitusten vuoksi niin on helpompaa. Haastateltu viittaa lisäksi omien ystävien tuntemiseen, mikä

tekee juttelusta eri asian suhteessa työntekijöiden kanssa keskustelemiseen. Ystävien kanssa jutustelu tapahtuu sen osapuolten kesken samalla tasolla ja syvemmin.

Kaksi naista tuo kuitenkin esiin toiveensa jutella enemmän kotihoidon ihmisten kanssa.

H: --No, olisko olisko susta kiva, jos (kotihoidon/HP)ihmiset pystyis kauemmin juttelemaan tai olemaan tässä seurana?
O: No kyllä, kyllä, kyyllähän se tietysti olis, on mukava, jos niillä olis aikaa, mutta ei niillä, niillä ei oo aikaa sitte, kun pitää niin monessa paikassa yrittää käydä.
H:Niin kyllä.
O: Mutta ihan hyvä, hyvä vaikka tuonkin verran..niin on aikaa niin.

Kolme naisista mainitsi kotihoidon työntekijöiden olevan kiireisiä ja he ilmaisivat ymmärrystä ja myötätuntoa työntekijöitä kohtaan. Edellä nainen kertoo olevansa tyytyväinen siihenkin aikaan, mitä hänen luonaan voidaan viipyä. Toisaalta hän haluaisi jutella enemmän, mutta ei viitsi sellaista vaatia, koska mieltää työntekijät kiireisiksi. Kiire syntyy hänen puheessaan siitä, että heidän on käytävä niin monessa paikassa.

Kotihoidon käynnit eivät merkitse naisille vain hoidon ja avun saamista arkeen vaan lisäksi sosiaalista kanssakäymistä ja turvallisuuden tunnetta, jota on aiemmin käsitelty päivittäisten toimintojen yhteydessä. Ei liene silti niin, että kotihoidon työntekijän kanssa keskustelu voisi korvata ystävän ikäihmisen elämässä, mutta se saattaa korvata osan puuttuvista sosiaalisista kontakteista.

Kotihoidon, omaisten ja ystävien sekä tuttavien lisäksi naapuritkin ovat merkittäviä suurimmalle osalle naisista sosiaalisen kanssakäymisen kannalta. Vaikka naapureiden rooli konkreettisen avun antajana ei olisikaan suuri kaikille, heidän tarpeellisuutensa sosiaalisten suhteiden ja ystävyyden suhteen korostuu useammalla.

H: Niin niin, no onko tässä tota muuten tässä naapurustossa sitte, että onko yhteyksiä tässä keskenänne tässä piha..piirissä?
O:Joo on, kyllä on. Nuo naapurit, että tuossa asuu semmonen yksinäinen ihminen, saman ikänen kun minäki..Että kyllähän me ollaan tuossa yhteyksissä, juttusillaan että katellaan ja.. käyään toisissamme ja..--sitten tässä ulkona, ku kesällä ollaan, niin siinä voiaan sitte..
H:Jutella.
O:jutella kaikki asiat.
H: Kyllä. Se on mukavaa, että se on sillä tavalla tässä..
O: Joo nii on. Se on kyllä oikeen, oikeen mukavaa. Minä tykkään ainaki että..että on ystävyyttä ja että.. että voi keskustella asioita ja.

Ystävyys ja kaveruus näyttäytyvät naisille voimisena ja mahdollisuutena. Osa heistä voi halutessaan tavata esimerkiksi pihapiirissä kavereita tai käydä soittamassa ystävän ovikelloa. Haastatelluista

kolme asuu senioriasuntojen yhteydessä ja tämä asumismuoto antaa heille paremmat mahdollisuudet sosiaaliseen kanssakäymiseen kuin, mitkä naisilla muualla asuen olisi.

O: No täällä on justiin se, että täälä ei oo niin ku taval, mä en oo koskaan ollu kerrostalossa. Mä oon ensimmäisen kerran, kun mä oon tämmösessä huushollissa, nii se täällä on, että ihmiset kuitenki tuntee toisensa ja, ja täällä tulee oltua yhessä, kun mennään tuonne alakertaan syömään ja kahville. Tavallinen kerrostalo ei varmaan sillä lailla ole.
H: Eiii.
O: Kun tämmönen, jossa on, tää on vähän, niin ku semmosta yhteisöllistä huusholliaki heheh.
H: Niin kyllä enemmän yhteisöllisyyttä, ku jos olis.
O: Joo.
H: Tavallisessa kerrostalossa ei tunnekaan toista.
O: Joo. Ja päivää sanotaan ja mennään, jutellaan aina vähä.

Nainen tuo esiin asumismuotonsa hyviä puolia. Vaikka hän on nyt kerrostalossa, hän arvelee asumisen olevan yhteisöllisempää verrattuna tavalliseen kerrostaloon. Naisen mielestä on hyvä asia, että ihmiset tuntevat toisensa ja voivat tervehtiä ja jutella joka kerta jonkin verran. Myöhemmin haastattelussa hän kuvaa tilannetta siten, että muut asukkaat ovat vähän kuin sisaria ja veljiä kaikki.

Saarenheimo (2003, 48) viittaa yhteisöllisyyteen ja yhteisön kautta koettuun elämän merkityksellisyyteen. Jos iäkäs kokee masennusta, merkittävä osa tätä kokemusta voi olla arjen sisällöttömyys seurauksena yhteisöllisten roolien ja vaikutusmahdollisuuksien kaventumisesta (mt). Haastateltujen naisten näkökulmasta sosiaalisilla rooleilla ja kontakteilla saattaakin olla arjen merkityksellisenä ja tyydyttävänä kokemisen kannalta huomattava osansa. Useimmat heistä tuovat esiin itseään aktiivisena toimijana sosiaalisissa verkostoissa ja kykenevänä kanssakäymiseen ihmisten kanssa.

6.3.6 Harrastukset ja matkat

Vanhuusbarometrin mukaan yli 60-vuotiaista lähes jokainen lukee lehtiä, katsoo televisiota, tekee kotitaloustöitä ja käy ostoksilla. Heistä suuri osa tapaa lisäksi ystäviään ja perhettään. Arki täyttyy tavanomaisilla arkipäivän toimilla. (Vaarama ym. 1999c.) Haastatellut naisetkin tuovat harrastuksinaan esiin pääasiassa lukemisen, television katselun ja erilaisen käsillä tekemisen.

Itse toimimisen ja tekemisen lisäksi joidenkin naisten puheessa tulee esiin erilaisten esitysten katsominen ja kuunteleminen. Usean naisen onkin mahdollista seurata esityksiä päiväkeskusten yhteydessä. Kaikenlainen harrastaminen vaikuttaa auttavan haastateltuja muun muassa pysymään virkeämpinä ja kiinni sosiaalisissa kontakteissa, viihtymään ja saamaan ajan kulumaan sekä oppimaan uutta ja kokemaan elämyksiä. Harrastaminen on kuitenkin paljolti yhteydessä toimintakykyyn, siihen miten ikäihminen kykenee toimimaan ja mitä hän pystyy tekemään. Lukeminen on toimintaa, joka voi naisten harrastusten perusteella säilyä pidempään kuin vaikkapa käsitöiden tekeminen, joka vaatii muun muassa enemmän tarkkuutta, hienomotorisia taitoja ja silmän ja käden yhteistyötä.

Lukeminenkin vaatii kuitenkin näkö- ja hahmotuskykyä, jotka saattavat eri syistä heikentyä ikääntyessä oleellisesti.

O: --Mä luen paljo. Mä koko, tai jos mä en televisiota kato, niin mä luen. Mulla on kyllä vähän heikko tuo näkö. Nyt. Menee, menee. Ku on leikattu niin monta kertaa tuota laserleikkauksia tehty ja, ja kipeytyy silmät, että mä en näekkää tällä toisella, siitä on..
H: Näkö sitte, että toisella näkee.
O: Joo
H:Jotain lukea.

Aina arjen ja harrastamisen mielekkyys ei vaadi suurempaa toimintaa, sillä ulkopuolisen silmin vähäisemmältäkin tuntuvasta aktiviteetista kyetään naisten puheessa saamaan paljon irti.

O: --Nii tällä lailla sitte mun kuluu päivä telkkaria kahtoessa.
H: Nonni. Nii tässä on ihan hyvä telkkari, näyttäis että.
O: On kyl mulla on iha uus televisio vielä tai melkein uus. Sillä pääsee kahtomaan vaikka japanilaista ohjelmaa.
H: No ni se on hyvä televisio sitte.
O: Mmm, minusta se on oikein kivaa kahtoo japanilaista eikä ymmärrä yhtään sanaa, mitä ne puhuu.

Esimerkiksi television katselu tai ympäristön tapahtumien seuraaminen ikkunasta voivat tuoda paljonkin sisältöä päivään. Jos liikkuminen kodin ulkopuolella on vaikeutunut, televisio tai mahdollisuus katsella ikkunasta ihmisiä avaavat yhden väylän ulkomaailmaan. Kariston (2004, 8) mukaan vanhetessa elämän pienistä asioista onkin mahdollista nauttia enemmän, koska niistä voidaan saada paljon irti. Tämä ei tietenkään sulje pois monipuolisempienkin aktiviteettien tarpeita iäkkäiden arkielämässä. On tärkeää esimerkiksi mahdollistaa se, että sängystä pääsee joka päivä ylös ja voi myös liikkua riittävästi kodin ulkopuolella.

Vuosien kuluessa mielenkiinnon kohteet saattavat myös muuttua tai kiinnostus hävitä entisiä harrastuksia kohtaan.

H: --Täälläkin on semmosia, jotka vapaaehtosesti tekee..-- ja leipovat ja, ja, aaa, ovat semmosessa mukana, minä en. Ja käsityöki on jääny. Sitä mä oo tehny, mutten enää..Että ne vähitellen häviää kaikki.
H: Nii ja sitten pitää (keksiä jotain erilaista)
O: Tai jättää ne pois. Että kun, ei huvita.

Nainen kertoo, että leipominen ja muu keittiössä puuhailu on jäänyt samoin kuin käsityötkin. Haastattelijan ehdottaessa, että pitää keksiä jotain tilalle, nainen osittain kieltää sen vetoamalla siihen, että ei enää huvita. Toimintojen karsiutuminen vähitellen kokonaan pois ei hänestä tunnu samalta kuin nuoremmasta haastattelijasta. Nainen on omaksunut ajatuksen siitä, että vanheneminen on ennen kaikkea luopumista. Hänen mukaansa luopuminen ei silti ole äkkinäistä, vaan tapahtuu vähitel-

len sopeutuen. Naisen puheessa tulee esiin samanaikaisesti sekä aktiivinen toimijuus että kohtalonomaisuus, jolloin asiat vain tapahtuvat. Yhtäältä toiminnot häviävät ja toisaalta niistä itse luovutaan.

Puutarha ja kukkien hoito on tärkeää kahdelle naiselle. Toinen heistä on korvannut aiemman oman pihan laittamalla kerrostalon parvekkeensa täyteen erilaista kasvatettavaa ja hoidettavaa. Toinen hoitaa vielä omaa pihaansa.

O Niin no, sitä (puutarhanhoito/HP) minä tykkään mutta, ku mulla tahtoo olla tuo selekä, että en minä pysty..että kyllä minä mielelläni tekisin jotakin aina niin..Mulla on tuossa rinteessä kaikenlaista kukkaa, mutta minä tiiän, kun minä en pysty enää oikein hoitamaan,niin minä pistän tuon…mikä tuo on tuo isolehtinen tuossa niin sitä laitan sitte vaan että..
H: Niin helpompi kasvi sitte
O: Niin on.
H: Ei tarvi hoidella.
O:Joo ei tarvi niinkää, kyllähän siinä hoitamista on. Minä sain nyt sitte semmosen puutarhaviikatteen, että minä saan nuista kohista, että niittää millä ei oo…

Toimintakyvyn rajoitukset voivat estää mielekästä toimintaa, vaikka halua tehdä kaikenlaista olisikin, kuten edellä, jossa haastateltava ei kykene enää samaan kuin aikaisemmin. Hän tuo kuitenkin esiin tietävänsä kuntonsa olevan huonompi ja on päättänyt tehdä kompromissin, jotta voisi jatkaa itselleen tärkeää harrastusta. Nainen sopeuttaa näin toimintaansa fyysisten rajoitusten mukaisesti ja istuttaa helpommin hoidettavaa kasvia ja käyttää kevyempiä työkaluja. Siten hänen voimavaransa riittävät eikä harrastaminen käy ylivoimaisen raskaaksi kykyihin nähden.

Kodin ulkopuolisia harrastuksia ovat esimerkiksi erilaisissa juhlissa ja tapahtumissa käyminen tai matkalle lähteminen. Tanssiminenkin on yhden naisen harrastuksena. Kuten aiemmin on selvinnyt, haastatellut matkustavat paljon lapsiensa ja sukulaisten kyydillä ja osallistuvat heidän järjestämäänsä toimintaan. Reissuja järjestetään kuitenkin virallisenkin auttamistahon puolesta.

O: --ja sit me kuljetaan, nytki Pihtiputaan reissulla koko päivä meni..ja Jämsässä oltiin mummojen festivaaleilla heh.
H: Hehe, mummofestareilla.
O: Festareilla joo.

Nainen kertoo yhteisestä matkastaan muiden ikäihmisten mukana kauemmas Keski-Suomeen. Hän antaa ymmärtää, että vastaavia reissuja on enemmänkin ja niissä kuluu aika hyvin. Puhumalla mummojen festivaaleista hän yhtä aikaa samaistaa itsensä muihin ikäihmisiin sekä tuo esiin olevansa tietoinen nykytapahtumista, joissa nuoremmatkin käyvät. Ajatus huvittaa naista ehkä siksi, että kyse on nuorempien ihmisten asiaksi mielletystä tapahtumasta, jossa oli tällä kertaa paljon mummo-

ja. Jokatapauksessa hän yhtä aikaa sekä leikittelee ja ylittää ikäkohtaisten odotusten rajoja että myös rakentaa niitä uudelleen tekemällä eron mummojen festivaalien ja muiden festivaalien välille.

6.4 Yhteenvetoa naisten arjen toimijuudesta

Ominaista haastateltujen naisten toimijuudelle arjessa on kotona ja arjen toimissa pärjääminen joko itsenäisesti tai avustettuna. Naiset eivät suostu ottamaan ainoastaan autettavan roolia vaan tuovat aktiivisesti puheessaan esiin omaa toimijuuttaan ja vaikutusmahdollisuuksiaan. Vaikka toimintakyky on heikentynyt, se ei haastateltujen kohdalla ole johtanut siihen, että toimijuus olisi alentunut samassa suhteessa. Päinvastoin, naisilla on hyvin monitahoiset keinot tuoda esiin omaa rooliaan arjessaan. Heidän on toisinaan mahdollista esimerkiksi päättää siitä, mitä apua he ottavat vastaan ja keneltä, tuoda esiin tietoisuuttaan omasta taloudestaan ja raha-asioidensa hoitamisesta, olla osa perhettään ja yhteisöä sekä olla vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa.

Ei silti ole epäilystä siitä, etteikö toimijuus voisi olla vielä vahvempaa joidenkin kohdalla, mikäli arkeen annettava apu olisi vielä runsaampaa, etenkin kulkemisen ja asioinnin suhteen. Ihmisen avustaminen kodin ulkopuolella vaatii enemmän aikaa kuin kodin sisälle tuotettu apu. Silti kyseessä ei ole yhtään vähäisempi tarve, päinvastoin saattaa tuki itsenäiseen kodin ulkopuoliseen kulkemiseen toimia ennaltaehkäisevänä ja olla osaltaan myöhäistämässä suurempia avuntarpeita arjessa. Vilkon ym. (2010a, 52) mukaan epävirallinen ja virallinen apu yhdessä vastaavat huonosti juuri ikäihmisten kodin ulkopuolella liikkumisen tarpeisiin, eli laajemmin ajatellen ehkäisevät heikosti sosiaalisen eristymisen uhkaa seurauksena heikentyneestä liikuntakyvystä.

Yhden naisen kertomuksessa ilmenee suoraan se, että taksimatkoja ei ole myönnetty resurssien vuoksi hänelle vaan naisen kertoman mukaisesti huonommassa kunnossa oleville. Ennaltaehkäisevä näkökulma saattaakin jäädä ensimmäiseksi pois juuri itsenäisen kodin ulkopuolella liikkumisen, harrastusten ja sosiaalisten suhteiden tukemisen osalta, jos varoja myöntää palveluja ei ole riittävästi. Omaiset vastaavatkin haastateltujen naisten kodin ulkopuolella liikkumisesta melko paljon ja osa pääsee liikkumaan kuljetuspalveluiden vuoksi itsenäisesti. On huomattava sekin, että kolme naisista kertoo osallistuvansa kotihoidon järjestämille matkoille.

Toisaalta jokaisen yksilöllisyys on otettava huomioon sen suhteen, miten kukin haluaa toimia ja mitä tehdä. Myös kotona oleminen voi olla riittävää toisille eikä samaa halua lähteä kodin ulkopuolle enää ole, kuten ehkä nuorempana on ollut. Haastateltujen toiveista tehtyjen tulkintojen suhteen on oltava varovainen juuri sen vuoksi, että niiden taustalla voi olla monenlaisia seikkoja. Kyseessä voi esimerkiksi olla haluttomuus, vaatimattomuus tai vaikkapa omien tarpeiden sivuun laittaminen. Pärjäämisen vahva korostaminen voi myös kertoa monesta asiasta, kuten ympäröivän kulttuurin

itsenäisen selviytymisen painottamisesta, pelosta joutua tehostetun hoidon piiriin laitokseen tai vaikkapa pyrkimyksestä rakentaa itsestään mahdollisimman suotuisa ja kykenevä kuva muille ihmisille.

Omat lapset ja sukulaiset sekä tuttavat ovat merkittävä tuki naisten selviämiselle arjessa ja kotona. He mahdollistavat osaltaan haastateltujen toimijuuden toteutumista. Ilman läheisten apua, haastatellut naiset olisivat riippuvaisempia julkisesta avusta ja/tai ostopalveluista. Siivousavun tarve on merkittävää kuuden naisen kohdalla. Yhtäältä omasta perhepiiristä ja tuttavilta tulevaa apua pidetään toivottavampana, koska ei haluta ”vieraita ihmisiä” kotiin tai halutaan pitäytyä enemmän oman perheen avussa kuin pyytää sitä ulkopuolelta. Toisaalta ostopalveluna hankittu palvelu voi mahdollistaa sen, että ei tarvitse vaivata läheisiä pyynnöillä ja antaa kokemuksen itsenäisestä asioiden hoitamisesta. Joka tapauksessa omaiset ja tuttavat ovat oleellinen tuki ja turva, johon luotetaan ja joka tuo elämään laajempaakin onnea ja hyvinvointia kuin vain apua arkeen.

Raha-asioiden hoitaminen ja asioinnit tuottavat myös merkittävän avuntarpeen ikääntyneille naisille. Raha-asioissa haastateltuja auttavat pääasiassa omat lapset, jotka toimivat neuvonantajina silloinkin, kun naiset hoitavat raha-asiansa itsenäisesti. Merkittävä apu usealla laskujen maksamisessa on pankin suoraveloituspalvelu, joka on päättymässä ensivuoden 2014 puolella. Tietokoneita haastatellut eivät käytä eivätkä kertomansa mukaan halua käyttää. Koska raha-asioiden hoitaminen on yhä tietotekniikka- ja automaattipainotteisempaa, se aiheuttaa suoran avuntarpeen niiltä, jotka nykyjärjestelmiä hallitsevat.

Kotihoito on omaisten ja tuttavien ohella tärkeässä osassa tukemassa ikääntyneiden naisten kotona selviytymistä. Kotihoidon käynnit eivät ole naisten kohdalla merkityksellisiä vain hoidon kannalta vaan huolenpidollisten seikkojen, kuten konkreettisen ja koetun turvallisuuden kannalta. Päivittäiset käynnit takaavat lisäksi mahdollisuuden sosiaalisiin kontakteihin säännöllisesti. Vaikka kotihoito hoitaa pääasiassa hoidollisia ja avustamiseen liittyviä tehtäviä, sen merkitys ikääntyneille naisille on moniulotteisempi. He tuovat esiin pitävänsä työntekijöistä ja ilmaisevat toisinaan myötätuntoa ja ymmärrystä heidän työnsä luonteelle. Joskus myötätunto aiheuttaa sen, että apua ei haluta pyytää auttajiltakaan, koska se koetaan vaivaksi. Jotkut haastatellut haluaisivat ottaa enemmän keskustelukontaktia työntekijöihin, mutta toiset eivät halua tulla kovin tutuiksi vaan pitävät heidät mieluummin etäämpänä palveluntarjoajan roolissa.

Ikääntyneiden arjen ja toiminnan katsominen kapea-alaisesti vain joistakin näkökulmista sivuuttaa paljon toimijuuden mahdollisuuksia, joita ikäihmisillä on toimintakyvystä riippumattakin. Haastatelluilla naisilla toimintakyvyn kokonaisuus on kyllä yhteydessä eritavoin toimijuuteen, mutta hei-

kompikaan toimintakyky ei näytä estävän itseä tyydyttävää toimijuutta, kun sille annetaan mahdollisuus. Naiset vaikuttavat lisäksi ottavan omalle toimijuudelleen tilaa vähintään ilmaisemalla tahtonsa ja tietoisuutensa arkeensa ja päätöksiin liittyen. Aina tahtoa ei välttämättä kysytä, jolloin mahdollisuus saada osallisuuden ja pätevyyden kokemus jää puuttumaan, eli toimijuutta ei vahvisteta. Voi toisinaan olla niinkin, että tahtoa ei kysytä, koska sen mukaan ei olisi aikaa toimia. Mitä riippuvaisempi ihminen muiden avusta on sitä enemmän näyttää korostuvan olosuhteisiin sopeutuminen ja tyytyminen. Tuloksista on kuitenkin tulkittaessa se, että toimijuutta on useassa muodossa pienemmiltä vaikuttavista seikoista suurempiin asti eikä sen laajuus tai laatu mene yksiin toimintakyvyn kanssa.

6.5 ”Kyllä mä pärjään” – Puhe pärjäämisestä toimijuuden ytimessä

Pärjääminen ja selviytyminen itse tai avun turvin on kattava teema haastateltujen naisten puheessa arkeaan ja omaa toimintaansa koskien. Pärjääminen ei kuitenkaan ole vain yhteydessä toimintaan vaan se ulotetaan laajemmaksikin henkiseksi asenteeksi ja suhtautumistavaksi elämään. Tässä luvussa tarkastellaan sitä, miten naiset perustelevat pärjäämistään ja millaisia merkityksiä he selviytymiselleen antavat. Perustelut jaotellaan itsenäisyyteen ja kyvykkyyteen, vaatimattomuuteen ja kulttuurisiin odotuksiin, tapoihin ja tottumuksiin, oman tilanteen ja toiminnan vertailuun muihin ikäihmisiin sekä ikääntymiseen sopeutumiseen liittyviin selityksiin.

6.5.1 Itsenäisyys ja kyvykkyys

Haastatellut naiset perustelevat selviämistään arjessa omalla kyvykkyydellään ja itsenäisellä toiminnallaan. He vetoavat siihen avuntarpeistaan huolimatta, sillä vaikka apua saadaan, koetaan oma kyky pärjätä useimmiten edelleen vahvaksi. Avuntarvetta ei yleensä erityisesti korosteta vaan ennemminkin se jätetään taka-alalle siihen nähden, miten vielä itse selviydytään ja mihin kyetään. Jolanki (2009,68) kirjoittaakin tutkimiensa ikäihmisten tuottaneen itsensä puheessa usein kykenevinä ja terveinä, mutta hyvin harvoin vailla minkäänlaisia terveysongelmia.

Naiset kyllä tuovat puheessaan esiin terveysongelmiensa lisäksi avuntarpeitaan, mutta perusteltaessa pärjäämistä omalla kyvykkyydellä ja itsenäisyydellä, ne voivat jäädä kertomuksesta kokonaan pois.

H: No, mitees tota, millaisista asioista selviydyt yksin. Sä puhuit ruuanlaitosta ja tämmösestä. Mitä on semmosia asioita, missä niin ku pärjäät, ette tarvi kenenkään apuua?
O: Oikeestaan mä pärjään kaikessa.
H:Kaikessa?
O: Joo, kaikessa.

Nainen kertoo kysyttäessä asioita, joista hän selviytyy ilman kenenkään apua, pärjäävänsä oikeastaan kaikessa. Vaikka ”oikeastaan” viittaa jonkinlaisen avuntarpeen suuntaan, hän kuitenkin vahvistaa haastattelijan uuden kysymyksen vakuuttamalla pärjäävänsä kaikessa.

Silloin kun avunsaamisesta puhutaan, voidaan korostaa sitä, että muita tarpeita ei kuitenkaan ole. Kotiin ja arkeen annettu apu saatetaan kuvata vähäisenä ja korostaa edelleen sen pientä roolia suhteessa muiden ikäihmisten avunsaantiin. Avuntarve arkeen voidaan näin pyrkiä kyvykkyyden ja itsenäisyyden näkökulmasta esittämään mahdollisimman pienenä, jolloin oma pärjääminen korostuu entisestään.

Myös omalla luonteenlaadulla perustellaan pärjäämistä kyvykkyyden ja itse tekemisen näkökulmasta. Olennaista on tällöinkin, että avuntarve ei saa suurta osaa kertomuksissa.

H: No mikä olis semmonen, mikä ei oo niin eriikoinen sinun mielestä, jokin pienikin juttu, mikä.. Jos sais toivoa mitää vaan? Heh.
O: Heh.. Nymmä en oikeen osaa sanoa, mä aikatavalla semmonen omaatoiminenki kyllä, että tuota mää teen kaikki, mitä mää vaan suinki pystysin..ite tekeemään, että tuota oikeestaan, niin mä en tuohon asiaan osaa sannoo mitää.

Naisten toiminta näyttäytyy puheessa yleensä itsenäisenä ja sinnikkäänä. Kaikki mitä suinkin pystytään tekemään, halutaan tehdä itse. Apua ei siis pyydetä, ellei toiminta käy ylivoimaiseksi tai sitä ei mitenkään enää kyetä itse tekemään. Pärjäämisen kannalta yleistä naisten puheessa onkin tuoda esiin sitä, että nykyinen apu on täysin riittävää.

H: No totaa totaa, nyt juteltiinki, että mistä saat apuua ja mitä apuua tarvit. Tuleeko vielä mieleen jotain semmosta.
O: No ei mun oikeen, ei tällä hetkellä. Ei että.
H: Onko puhuttu kotihoidon kanssa vaikka, että jotain muutaki vielä olis tarjolla tai?
O: Joo, mut emmää ei mun oikeen, mää sit, en mää mielestäni. Mä saan kaikkee, mitä mä haluan.
H: Joo, että tällä hetkellä ei oo tarvetta sitte?
O: Niin, joo joo. Et ei oo sen takia just onki vaan, siis tämää, tämä niin tuota, kun mull ei ollu niin ku mitää tar, tarvetta semmoseen apuun, niin tyttö sitte halus, että täytyy kerran päivässä jokuu käyä täällä mun luona. --Ku ei muuten.

Sen lisäksi, että otteen nainen korostaa saavansa kaikkea mitä tarvitseekin selvitäkseen kotona, hän ilmaisee kotihoidon käynnit alun perin tyttärensä toiveeksi. Hänen puheessaan kotikäynnit eivät näyttäydy niinkään omana tarpeena vaan tyttären haluna. Kuva itsestä rakentuu näin kyvykkäänä ja pärjäävänä. Voi olla niin, kuten Vilkko ym. (2010a, 44) toteavat, että ikääntyessä saattaa olla vaikea tunnistaa lisääntyneitä avuntarpeitaan tai edes myöntää niitä ennen kuin tilanne on akuutti. Tässä tapauksessa puhe pärjäämisestä voi korostua myös edellä mainittujen syiden kautta tai toisaalta it-

sestä voidaan haluta antaa tietynlainen kuva toisille ihmisille ja näin rakentaa omaa identiteettiä itsestä tuotettujen kertomusten kautta.

Tietenkään yllä esitetyt syyt pärjäämisen korostamiselle eivät ole ainoita mahdollisia. Voi olla niinkin, että ihminen ei koe tarpeitaan niin suuriksi kuin ulkopuolinen saattaa olettaa tai on sopeutunut olosuhteiden pakosta tilanteeseen ja hyväksynyt sen, kuten vaikkapa Marin (2003, 41) esittää kuvatessaan pragmaattista hyväksymisen prosessia. Seuraavassa otteessa nainen saa kotihoidolta paljon apua eikä tahdo enempää.

O: No katto, ku mulla käy siivooja ja sitte mulla käy iltasin ja aamusin päiväkeskuksesta. (kotihoidosta/HP)
H: Joo.
O: Niin --No mitä tässä muuta sitte vielä keksis?
H: Niin. Mitä vaan.
O: Niin. Mitä vaan pitäs keksiä, mutta ei ole mittää.

Nainen vastaa muiden auttamisen tarpeiden tiedusteluun puhuen palvelutarpeiden keksimisestä, mikä alleviivaa niiden tarpeettomuutta hänen kohdallaan. Hän tuo esiin, että hänellä ei ole mitään muita tarpeita, eli hän tulee nykyisellä avustamisella toimeen. Ehkä tarve korostaa omaa pärjäämistä tulee osaltaan kulttuurisista oletuksista ja asenteista ikääntyviä kohtaan. Vaikka ollaankin vanhoja ja tarvitaan apua, niin halutaan kertoa, että ei silti olla ”täysin hukassa”, kuten toinen haastateltava tuo seuraavassa esiin.

O: --mää tytöillekki joskus sitte soitan, että elä, elä soittele, että minä lähden nyt sinne ja sinne, että ..etten minä, minä hukassa oo että..

Nainen kertoo soittavansa toisinaan tyttärelleen jo etukäteen ennen lähtöään asioille tai muuten vain kaupungille. Ilmeisesti tavoitteena on varmistaa, että tytär ei huolestu, jos äiti ei vastaakaan puhelimeen. Kun ihminen on iäkäs, omaisille saattaa ehkä helpommin tulla mieleen, että hänelle on sattunut jotakin, jos yhteyttä ei saada. Otteessa haastateltu tuokin omaa pärjäämistään esiin iästään huolimatta. Hän antaa ymmärtää, että voi edelleen lähteä vapaasti liikkeelle eri paikkoihin ilman, että hänestä täytyy kantaa huolta.

Vanhojen ihmisten voidaankin olettaa tarvitsevan apua automaattisesti nuorempiaan enemmän. Heillä ehkä ajatellaan olevan lisäksi poikkeuksetta muita heikommat edellytykset toimia ja selviytyä arjessa. Muiden oletukset tai usko edellämainittujen kaltaisten olettamusten olemassa oloon voi siis osaltaan saada ikääntyneen korostamaan selviytymistään ja toimintansa itsenäistä puolta.

6.5.2 Vaatimattomuus ja kulttuuriset odotukset

Vaatimattomuus ja tyytyväisyys saatuun apuun perustelevat osaltaan haastateltujen naisten pärjäämistä heidän puheessaan. Voi varmaankin todeta, että juuret vaatimattomuudelle ovat kulttuuriset. Pohjoismaisessa hyvinvointivaltiossa ihmisten oletetaan jakavan omastaan ja olemaan vaatimatta itselle ylimääräistä. Ajattelutapa juontaa kuitenkin kauemmaksi, esimerkiksi raskaalla työllä ansaittuun elantoon, sotiin ja puutteen kokemiseen sekä uskonnon vahvempaan otteeseen ihmisten ja yhteisöjen elämästä.

Vaatimattomuuden kehyksestä katsottuna pärjääminen näyttäytyykin soveliaana käyttäytymisenä ja odotusten mukaisena elämisenä. Pärjäämistä perustellaan sillä, että ei vaadita itselle suuria ja otetaan muut pyynnöissä huomioon: tullaan vähemmälläkin toimeen.

H: Ei tuu mieleen sitte muuta semmosta, mitä muutaisit tai haluaisit lisää?
O: Eii, eii…Minä oon niin vaatimaton, että minä en kaipaa, kaipaa niin suuria.

Haastateltava ei kysyttäessä tuo esiin lisää avuntarpeita tai asioita, joita hän haluaisi nykyisessä avussa muuttaa. Hän perustelee sitä vaatimattomuudella. Koska nainen on vaatimaton ihminen, hän ei edes kaipaa mitään suuria. Huomattavaa on vielä, että pienikin toive voidaan tulkita suureksi pyynnöksi. Kyse on osaltaan siitä, että ei haluta vaivata muita omilla pyynnöillä.

Eräs haastateltava rinnastaa vaatimattomuuden ja pyyntöjen rajoittamisen suoraan toimeen tulemiseen muiden ihmisten kanssa.

O: En mä haluais. Kyllä, ne joku tulis ikkunatki pesis jos vaan pyytäsin.
H: Mutta et halua semmosta?
O: Enkä haluais…Mä oon hyvin vaatimaton ihminen muutenki, ja tulen hyvin toimeen kaikkien kanssa.

Nainen kertoo, että ei halua pyytää ketään pesemään ikkunoitaan, koska on vaatimaton ihminen. Hän tuo silti esiin, että joku kyllä pesisi, jos hän pyytäisi, eli apua olisi kyllä saatavilla. Nainen on kuitenkin itse tehnyt valinnan olla pyytämättä. Avun pyytämättä jättäminen on kuitenkin helpompaa kyseessä olevissa ei-pakollisissa kodin toimissa. Ikkunoiden eriasteinen likaisuus ei sinällään uhkaa kotona itsenäistä asumista eikä arjen sujumista. Ehkä haastateltava voi kokea auttavansakin muita sillä, että hän ei esitä pyyntöjä. Näin hän ei ainakaan luo toiselle velvoitetta toteuttaa pyyntöä.

Vaatimattomuuden kanssa sopii yhteen tyytyväisyyden käsite. Jos ei vaadi suuria, on oletettavimmin tyytyväinen saatuun apuun.

O: --Joo, joo, että hyvä näin, hyvä näin, että minä ainaki oon ihan tyytyväinen, että ku tämän verran saa, saa sitä apua nii… Ihan, ihan en yhtään kyllä kaipaa, ainakaan tässä vaiheessa..
H:Tässä vaiheessa.

O: Vaiheessa niin, mutta sitähän ei sitte tiiä..
H:Jatkosta niin.
O:Jatkosta että..

Nainen kertoo olevansa tyytyväinen saamaansa apuun sen jälkeen, kun on keskustelu työntekijöiden kiireestä. Hän tuo esiin sen, että ei kaipaa enempää apua kotiin tällä hetkellä, vaikka tulevaisuudessa tilanne saattaakin muuttua. Tyytyväisyyden korostaminen juuri hoitajien kiireestä keskustelun jälkeen saattaa kertoa lisäksi siitä, ettei haluta vaatia ja vaivata tai luoda itsestä kuvaa vaativana. Haastatellut pitävät yleensäkin riittävänä kotikäyntien määrää ja eivät tuo puheessaan esiin valittamisen aihetta. Päinvastoin, saatua apua voidaan kuvata mahdottoman hyväksi tai ainakin ollaan taipuvaisia tuomaan esiin, että se on hyvää ja riittävää.

Tyytyväisyys tuo mukanaan myös hyvää oloa, mikä seuraavassa otteessa on yhteydessä erään haastateltavan luonteeseen.

O: --Niin ja sitte toinen juttu siinon tossaki (pärjäämisessä/HP), että ei piä, ei piä semmosia, jos ajattelis, että olis jotain, kun mmm, ((epäselvää puhetta)) jotain paineita. Ei, ei kannata ottaa mitään eikä kannata murehtia. Mä oon vähä semmonen hällävälliä- luonto, että mä en.
H: Niin, niin niinhän se, ei turhasta kannata ottaa sitä.
O: Eeeii. En minä ota mitään paineita semmosia, mulla on ihan hyvä olla. Olla tuota.

Naisen rento luonteenlaatu osaltaan auttaa häntä pärjäämään itsenäisesti ja säilyttämään tyytyväisen mielen, sillä hän ei ota paineita eikä murehdi asioita. Kun on hyvä ja huoleton olo, pärjää hänen kertomansa mukaan paremmin arjessakin. Puheesta onkin tulkittavissa olemisen tyytyväisyys.

Ihmisten ikääntyessä he asettavat tavoitetasonsa yhä alemmaksi ja asioiden tärkeysjärjestykset muuttuvat (Marin 2003, 41). Kyse voi olla olosuhteiden pakosta sopeutua ja hyväksyä tilanne tai toiveiden sekä halujen sopeuttamisesta kulttuuristen ikäkäsitysten mukaisiksi (mt.). Haastateltujen naisten pärjäämispuheessa voikin osaltaan olla kyse siitä, että he joko tyytyvät tilanteeseen pakosta tai toimivat ikäodotusten mukaisesti.

Kulttuuriset odotukset, joihin myös käsitykset eri sukupolvien välisistä rooleista ja ikääntymisestä liittyvät, tulevat esiin haastatteluissa. Jos haastateltu ei suoraan odota saavansa tai voivansa tehdä jotakin, hän ei koe siitä puutettakaan ja pärjää vähemmälläkin tai ilman.

H: --No mites, mites usein sinä näet sinun lapsia? ..Lapsenlapsia?--
O: Kyyyl, joo kyllä viikottain. Ei mun lapsenlapset niin, harvoin viikottain käy, mutta nyt niillä on kummallaki ajookortit ja, mmm, mut tänää aamunaki mun tyttö kävi--
H:Moikkaamassa. Joo-o. Että voi sanoa, että melkein päivittäin tai viikottain, ainaki puhelimitse?
O: Viikottain, viikottain, ei päivittäin…Ei en mä voi vaatia semmosta, ku heillä on työelämä ja.

O:Niin, niin joskus on kyllä ollu semmosta, että vähän otetaan semmosia voimisteluliikkeitä, taikka semmosia tasapainohar, harjoituksia… En mä tiä, kun ei ne kerkee, niin en mä oo sitten viittiny pyytääkkää, että ei sitä yksin taho tulla tehtyä, mutta sitte, kun siinä on, on joku toinen tekemässä niin…
H:Tsemppaamassa.
O: Niin tsemppaamassa vähäsen niin semmosta oli, oli kyllä, mutta en mää, mää oo sitte viittiny vaatiakkaa, jos ei niillä oo aikaa nii…
H: Niin, voihan sitä kysästä ihan asiallisesti..
O: Niin, niin.. Kyllä kysästä…Kyllä siitä puhettakin tässä oli, mutta en mää tiiä, niin se jää, jää sitte vaa, että.
H: Niin, että sitä voisit kaivata, että semmosta jumppaa?
O: Niin no, ei se nyt niin välttämätöntä oo, ku mulla alakaa sitte taas syksyllä tuolla se kuntoutus –

Otteissa tulee esiin käsitykset siitä, millaisia rooleja eri ikäpolvilla on ja mitä vanha ihminen voi nuoremmiltaan odottaa. Esimerkiksi Jolanki (2009, 88) viittaa tutkimuksessaan ikäpolvien välisiin suhteisiin ja odotuksiin sekä nostaa esiin käsityksen vanhemmasta sukupolvesta tilanantajina nuoremmilleen. Ensimmäisessä otteessa nainen kertoo, että hän ei voi vaatia lapsiltaan yhteydenpitoa päivittäin, sillä heillä on työelämä. Toisin sanoen lasten yksi tehtävistä on nyt vuorostaan olla työelämässä mukana, joten sen voidaan kyseessä olevan sukupolvien suhteita koskevan käsityksen mukaisesti katsoa automaattisesti tarkoittavan sitä, että heillä ei riitä resursseja ikääntyvän äidin kohtaamiseen päivittäin. Haastateltu on jo elänyt vaiheen, jossa hänen lapsensa ja lastenlapsensa nyt ovat ja hän antaa tilaa heille elää ja rakentaa omaa elämäänsä.

Jälkimmäisessä otteessa nainen on aikaisemmin saanut kotihoidon käynnillä apua tasapainoharjoitusten tekemiseen, mutta nyt se on jäänyt pois. Hän kertoo, että yksin harjoituksia ei tule tehtyä ja esittää kainon toiveen sen suuntaan, että joku ehtisi tekemään niitä jälleen hänen kanssaan. Haastattelijan uusiessa kysymyksen, nainen kuitenkin lieventää entisestään pyyntöään toteamalla, että ei se ole välttämätöntä, koska saa kohta kuntoutusta muualtakin jonkin aikaa. Syyksi sille, että ei esitä toivetta työntekijöille hän sanoo, että ei viitsi vaatia sellaista, koska heillä on kiirettä. Kotihoidon työntekijät kuuluvat aiemman esimerkin tavoin nuorempaan työntekijäpolveen, joilla on erilaiset kiireet kuin heidän ikääntyneillä asiakkaillaan. Asiakkaat tiedostavat kiireen olemassa olon eikä osa heistä halua sen vuoksi vaivata hoitajiaan enempää. Ei-välttämättömiltä tuntuvat pyynnöt jäävät näin toisinaan sanomatta. Ehkä voi tässäkin yhteydessä todeta, että nimenomaan ennaltaehkäisevät toimenpiteet jäävät muiden tehtävien ja kiireen varjoon.

Kulttuuriset käsitykset voivat ilmetä lisäksi itsestään selvänä ajatuksena omasta roolista vanhana ihmisenä suhteessa nuorempaan polveen, kuten ilmenee erään haastateltavan puheesta.

O: Joo, no kyl mä nyt vielä, mulla on lapset kyllä.. Tytöt, tyttöjä, me oltiin Mikkelissä (paikkakunta muutettu) yhessä, että ((Syvähkö sisäänhengitys)) joskus pääsee sitte mukaan, ja halutaan vielä…Mmm.
Hetken kuluttua nainen jatkaa liittyen liikkumiseen kodin ulkopuolla.
O--että kyllä mä pääsen… Ihmeen paljon mää pääsen.

Iäkkäälle ihmiselle ei välttämättä ole itsestään selvää se, että nuoremmat ihmiset haluavat ottaa hänet mukaansa. Kodin ulkopuolella pidemälle liikkuminen ei ole riippumatonta muiden tahdosta ottaa ikäihminen mukaansa. Liikkuminen näyttäytyykin edellä pääsemisenä matkaan ennemmin kuin lähtemisenä. Nainen myös ihmettelee sitä, miten paljon hän pääsee matkustamaan eri paikkoihin. Toteamus voi liittyä siihen, että hän ei vanhempana apua tarvitsevana enää oleta, että pääsisi liikkumaan niin paljon kuin aikaisemmin. Jos ihmisellä on eritasoisesti heikentynyt kyky liikkua pidemmälle kodin ulkopuolella, voi olla luontevaa ajatella, että niin ei kovin usein tapahdu. Oletetaanhan etenkin vanhusten elämän keskittyvän pääasiassa kotiin ja sen välittömään läheisyyteen.

6.5.3 Oman tilanteen ja toiminnan vertailu muihin ikäihmisiin

Oman tilanteen ja toiminnan vertaaminen muihin ikätovereihin ja samassa tilanteessa oleviin on varsin yleistä haastateltavilla. Jolankin (2009, 31) mukaan kysyttäessä ikäihmisiltä heidän omasta ikääntymisestään, he usein vertaavat itseään muihin iäkkäisiin. Vertailut tehdään pääasiassa itseä huonommassa asemassa ja kunnossa oleviin, jolloin eronteko aktiivisten ja kykenevien sekä hauraiden ja ”todella vanhojen” välille korostuu (mt.).

Pärjäämistä perusteltaessa haastatellut naiset voivatkin asettua itse toimintakykyisemmän ja pärjäävämmän rooliin vertaillessaan tilannettaan muiden ikäihmisten tilanteisiin. He tekevät näin eron itsensä ja huonommin pärjäävien välille.

O: Useimmat pestään, pestään aamul.. Mä vielä iltapäivällä sitte, että illalla pesen, menen saunaan.

Itsenäinen peseytyminen tulee esiin kuuden naisen kertomuksessa. Edellisessä otteessa nainen ottaa esille myös saunassa käynnin. Hänen kertomansa mukaan useimmat samassa tilanteessa haastatellun kanssa olevat eivät enää peseydy itsenäisesti. Näin nainen tuo esiin pärjäävänsä itsensä hoitamisessa paremmin kuin monet muut. Saunominen itsenäisesti korostaa entisestään hyvää tilannetta, sillä lauteille meno vaatii vielä enemmän jäljellä olevaa kyvykkyyttä kuin peseytyminen suihkussa.

Vaikka joutuu tilanteeseen, jossa tarvitsee tukea arjessa selviytymiseksi, voi itsensä tuottaa kuitenkin kyvykkäämpänä muihin samassa tilanteessa oleviin nähden.

O: Ku moni on tehny sillä laillla virheen, että ne ottaa tän pois ja sitte ne kaatuu ja.
H: Just sillä hetkellä.

O: Niin, mä että mitä hyötyy siitä on sillon? Että, jos se kerran on, se pitää olla siinä.

Nainen kertoo, että moni muu turvarannekkeen käyttäjä on tehnyt virheen ottaessaan rannekkeen joskus pois. Hän itse tuo esiin olevansa heitä paremmin tietoinen, miten ranneketta tulee käyttää. Toisin sanoen, vaikka avuntarve muihin nähden on samanlainen, voi tulkita, että kyseinen haastateltava kertoo selviytyvänsä tilanteessa monia muita paremmin. Hän vaikuttaa kykenevän neuvomaan muitakin rannekkeen käytössä. Toimijan rooli on tässäkin otteessa tuotettu vaihtoehtoisella tavalla ja löydetty uusi näkökulma olla osallinen ja pätevä oman arjen asiantuntija. Riippuvaisuus muiden avusta lisääntyy, mutta toimijuutta syntyy muuttuneissa tilanteissa uusin tavoin.

Toisinaan voidaan samaistua omaan ikäryhmään ja puhua sieltä käsin, kun perustellaan miksi pärjääminen ei onnistu jonkin asian suhteen, esimerkiksi kun raha-asioita ei pystytä hoitamaan nuorempien tavoin. Näkyvämpää silti on oman pärjäämisen esiin tuominen suhteessa muihin. Miestenkin avuntarpeeseen viittasi kaksi naista.

O: Mutta ihan hyvä minun on olla yksin, en minä kaipaa enkä minä oo ees arka… On tässä talossaki on noita leskimiehiä, että ne tarviit oikeen semmoset varmuuslukoot… Niin, niin semmoset, mutta en minä, että kyllä tuo tavallinen lukko kestää…Että kyllä se yks pitäs kes, riittää.

O: Niin, joo. Ja miehet varmaan eniten vielä. (Tarvitsevat apua kotiin/HP)
H: Niin kodinhoidossa ja ruuan
O: Niin kodinhoidossa .
H: laitossa.
O: Ne tarttee siihen sitte joo. Joo, joo-o.

Ensimmäisessä otteessa on kyse vähän erilaisesta tavasta korostaa omaa pärjäämistä. Nainen ei pidä ajatuksesta ottaa varmuuslukkoa omaan oveensa. Sen sijaan hän yksin asuvana naisena ottaa esiin sen, että saman talon osalla leskimiehiä lukot ovat käytössä. Itse hän rakentaa itsestään kuvan rohkeana ja pelottomana ihmisenä, joka kyllä pärjää ilman varmuuslukkojakin, joita hän kertomansa perusteella pitää turhina.

Jälkimmäisessä otteessa on ehkäpä tavallisempi vertaus miesten suuntaan, kun vertaajana on nainen. Haastateltu on korostanut omaa pärjäämistään ja arvelee nyt, että miehet sen sijaan tarvitsevat enemmän apua, etenkin kodinhoidossa. Hänen puheensa kertoo, että osaltaan avuntarve ei hänellä ole niin suuri, koska hän on nainen ja tottunut kotia hoitamaan.

Hieman pelkoakin voi tulla esiin puheesta, jossa omaa pärjäämistä korostetaan kerrottaessa muiden huonommista tilanteista.

O: -- On jossain laitoksessa, missä hän on sitte hoidossa, niin sano, et se kaikki vaipat viskeli pitkin lattioita ja.. Nii et sitte semmonen ei tule, mutta en mä en mä sotke, sotke sillälailla ollenkaa, että..ja mä sit sanoin, että siitä mikä on hyvä hyvä, niin täytyy täytyy sanoo, et ku..tota niin eh, ku mulla kuitenki toi muisti ja järki pelaa… Että monii niin on saattanu työkavereissaki niin olla jo, olla jo kuuskymppisenäki..saatto olla dementoitunu. Niin, että tai..mennee, ettei ei tiiä. Niin mää, että se, se on pahasta. Pahasta, mutta tuotaaa näin, näin ollen hyv, hyvä ja. No mä oon pankkiasianiki niin hoitanu, hoitanu kaikki, kaikki tuota itte --

Nainen kertoo tuttavasta, joka on dementoitunut. Kerronnan rinnalla hän tuo esiin oman tilanteensa merkittävää erilaisuutta, koska hän ei esimerkiksi tuttavan tavoin sotke ja oma ”järki pelaa”. Se, että ajattelukyky ja muisti katoaisi ja joutuisi tilanteeseen, jossa ei tiedä asioista, olisi naisen puheessa hyvin paha asia. Hyvänä nykyhetkessä haastateltava pitää nimenomaan sitä, että pää on kunnossa. Nainen kertoo vielä tuttavansa lisäksi monista muistakin, jotka ovat jo paljon nuorempina dementoituneet. Näin hän korostaa omaa pärjäämistä vanhempanakin ja tilanteensa paremmuutta verrattuna useisiin muihin ihmisiin. Pankkiasioitakaan ei ole aiemmin tarvinnut muiden hänen puolestaan hoitaa, vaan hän on kyennyt itsekin.

Osa naisista tuo esiin huoltaan erilaisten poliittisten ratkaisujen suhteen, jotka koskevat eri tavoin vanhusten ja heikompiosaisten asemaa tai avunsaannin puutteita. Voi ajatella, että kertomalla toisten tilanteesta heillä on osaltaan huoli omastakin elämästä tulevaisuudessa.

H: Tuleeko sulle vielä jotain mieleen kotihoitoon liittyen?
O:En mää nyt osaa muuta kuin mitä mä oon siinä sanoonu, sanoonu. Että tuota. Saa nähdä nyt mikskä se mikskä se nyt tuota mennee, ku kun tuota vanhuksia on niin liikaa, ettei ne saa hoitopaikkaa. Tossa yks tuttava-- hän on satakolmevuotta vanha.. Niin ei oo paikkaa, mihin mennä.-- et kyl musta törkeetä, että jos satakolmevuotiaaks ollu omissa hoioissaan, niin eikö sitä nyt pitäis löytää hoitopaikka.

Haastattelijan kysyessä, tuleeko naiselle vielä mieleen jotakin kotihoitoon liittyen hän ottaakin esille huolensa tuttuvansa tilanteesta. Toisaalta haastateltava pärjää itse kotona, mutta on havainnut, millaisia asioita muille vanhuksille tulee eteen. Omaa tilannetta vertaillaan muihin, mutta se pidetään silti erillään muiden huonommasta tilanteesta. Puheessa ei rinnasteta tai samaisteta itseä vanhuksiin, joista puhutaan. Sen sijaan otteen nainenkin puhuu vanhuksista ”ne”- muodossa, ei ”me”-muotoisena.

Seuraavassa otteessa haastateltava kysyy haastattelijalta suoraan, mitä vanhusten suhteen on yhteiskunnassa meneillään.

O: Mites tää vanhusten asia nyt, kun niin on lehissä ja televisiossa ja joka paikassa..
H: Nii.
O: Onko se muuttumassa vai miks siitä puhutaan niin paljo?

Nainen on seurannut laajaa uutisointia esimerkiksi vanhuspalvelulakiin liittyen, mutta ei ole täysin ymmärtänyt, mistä on kyse. Kysymys on osittain reaktio siihen, että hän on aiemmin haastattelussa tuonut esiin tiedotuksen puutteen ja kertonut, että on itse kysyttävä, jos haluaa saada tietoa, esimerkiksi tarjolla oleviin palveluihin liittyen. Naisen kysymys saattaakin olla näin suoremmin yhteydessä hänen omaan tarpeenseensa saada tietoa siitä, mitä ympärillä tapahtuu ja miten se ehkä vaikuttaa hänen arkeensa. Tässäkään otteessa ei silti suoraan rinnasteta itseä niihin vanhuksiin, joiden hoivasta medioissa keskustellaan.

6.5.4 Tavat ja tottumukset

Tavat ja tottumuksen viittaavat pärjäämisen perusteluina siihen, millä tavalla on aiemmin elämässä selvitty ja miten on totuttu hoitamaan arkipäivän asiat ja suhtautumaan elämään. Tottumus ja tavat liittyvät siis sekä konkreettiseen toimintaan että ajattelutapoihin.

Tapojen ja tottumusten näkökulmasta pärjäämistä voidaan perustella aineistossa ensinnäkin sillä, millainen luonteenlaatu haastateltavalla on ollut jo aiemmin. Itsetekemisen korostaminen on tyypillistä jokaisen naisen puheessa, mikä on tullut ilmi jo edellä. Itsenäisyys liittyy kuitenkin myös tottumukseen, sillä se on tapa jolla on opittu toimimaan. Itsetekemisellä tottumuksena perustellaan myös sitä, että apua ei enempää tarvita.

H: --sinulla ei tosiaan oo mitään toivetta, että mitä, että mitä tahansa apua, mitään sellasta tarvetta mitä haluaisit?
O:((naurua)) En mä oikeen osaa tiiätsä mä oon ollu aina semmonen vähän niin ku ”minä ite”
H: Niin ite pärjänny niinku.
O: Nii.

Nainen ei osaa kertoa haastattelijalle, mitä muuta hän voisi vielä tarvita ja perustelee sitä luonteenlaadullaan. Hän kuvailee itseään ”minä ite”- tyyppiseksi ihmiseksi, joka on tottunut pärjäämään itsekseen. Yksin olemiseen on totuttu ja pärjäämistä itsekseen voidaankin perustella sillä, mihin on ajan kuluessa sopeuduttu, erotuksena siitä, että pärjääminen nähtäisiin ominaisuutena, joka on ollut olemassa ”aina”.

O: Mä oon ollu niin kauan yksinäinen ihminen, että.. Et lapset on lähteny ja kaikki, niin mää oon sitte. Niin ja avioero, ero aikasin. Lapset oli pieniä, mä oon yksin hoitanu taloutta, niin siitä tulee, tapa.

Arjessa ja sen toimissa pärjääminen itsenäisesti voi tulla naisten puheessa esiin vuosien yksin elämisen seurauksena. Tottumus kantaa nykyhetkeen ja auttaa selviytymään toimintakyvyn heikentyessäkin. Koska jokin asia on tapa, siitä ei välttämättä haluta luopuakaan ja tekemistä pidetään itsestään selvyytenä, kuten sama nainen tuo esiin kertoessaan peseytymisestä itse tottumuksena.

O: Minusta se on ihan luonnollista, että
H: Niin, heh, pestään ittensä, heh.
O: Heh, pestään ittensä, heh.

Hänelle itsestä huolehtiminen ja omatoimisuus ovat luonnollisia asioita, eikä hän kaipaa apua, niin kauan kuin pärjää itse. Kun pitkään tehdään itse asioita, niiden tekeminen näyttäytyy puheessa täysin luonnollisena toimintana, johon ei haluta muutosta. Tapojen ja tottumusten vaikutus pärjäämisen perustelussa ei tule kuitenkaan niin vahvana aineistossa esiin kuin muut esitetyt tavat. Ehkä siihen vaikuttaa osaltaan niiden piiloon jäävä luonne siten, että toiminta on pitkälle automatisoitunutta ja itsestään selvää. Näin omista tottumuksista ei tulla kertoneeksi niin paljon, koska niitä ei pidetä erityisesti mainittavina seikkoina.

6.5.5 Ikääntymiseen sopeutuminen

Ikääntymiseen sopeutumiseen liittyy monenlaisia asioita, joilla voidaan perustella omaa pärjäämistä. Olennaista on vanhenemisen mieltäminen samaan aikaan sekä kohtalon omaisena että asiana, johon voi itse vaikuttaa valinnoillaan (esim. Jolanki 2009).

Haastateltujen naisten puheessa nousevat esiin niin aiemman säilyttämiseen pyrkiminen ja asioihin vaikuttaminen ikäännyttäessä kuin toiminnan ja odotusten mukauttaminenkin eteen tulevien muutosten mukaan, myös luopuminen entisestä. Oleellista haastateltujen kertomuksessa on lisäksi hetkessä eläminen ja pelottomuuden kokeminen arjen suhteen ja suhteessa ikääntymisen mahdollisesti tuomiin muutoksiin.

Jolanki (2009, 68) mainitsee, että tyypillistä hänen tutkimiensa ikäihmisten puheessa on tasapainon hakeminen sen välille, mitkä asiat ovat muuttuneet ja mitkä säilyneet. Haastatellut naisetkin tuovat esiin kumpaakin rinnakkain.

O: Mää tykkäsin kyllä että mää säilytän tuon näön, että pystysin lukemaan.. Koska se, mää näen, näen kyllä. Mulla kaukonäkö ei, mutta silmälasia tarviin lukiessa ja kirjottaessa.. Mä näen, näen kauas kyllä.
H: Joo..Se lähinäkö on sitte se.
O: Se on huono.

Yleensä säilyttäminen liittyy haastatelluilla toimintakyvyn eri osa-alueisiin ja tarkemmin itsenäisen toimintakyvyn tai olemisen ylläpitämiseen. Myös läheisiä ihmisiä ja ystäviä halutaan tavata ja pystyä viettämään aikaa heidän parissaan. Säilyttämisen vastakohtina voivat olla muutos ja luopuminen, jotka eivät kuitenkaan aina näyttäydy täysin negatiivisina, vaan pikemminkin luonnollisina seikkoina elämänkulussa. Luopumisella naiset voivat myös osaltaan perustella pärjäämistään, vaikkapa siten, että he ovat sopeutuneet tilanteeseen ja tulevat toimeen kaikesta huolimatta.

O: Ai niin että mitä apua vielä tarviis?((huokaus)) En minä tuota..((huokaus)) En minä niin ku kaipaa mitää muuta apua eikä tämmöstä. Että eikä minun tee miel lähtee mihinkää.. Ei minun tee mieli lähtee enää.

Otteessa haastateltava kertoo, että ei kaipaa enempää apua. Hän on kertomuksessaan aiemmin sanonut matkustelleensa paljon, mutta nyt hänen ei enää tee edes mieli lähteä. Nainen on silti tyytyväinen oloonsa, vaikka vanhemmiten jotkut asiat ovatkin jääneet pois elämästä. Ikäännyttäessä mielenkiinnonkohteet saattavatkin muuttaa muotoaan ja elämä voi edelleen tuntua tyydyttävältä, vaikka samoja asioita ei enää tehtäisikään (esim. Karisto 2004, 8).

Oman toiminnan mukauttaminen toimintakyvyn muutosten mukaisesti on ollut esillä aiemmin paljon. Se onkin merkittävä keino selviytyä arjesta ja kokea pärjäävänsä. Kun toimintaa voi ja kykenee muokkaamaan, se mahdollistaa osaltaan pärjäämisen kotona ja tyytyväisyyden kokemisen.

Myös hetkessä eläminen on naisten tyypillisen suhtautumistapa ikääntymiseen ja arkeen. Kukaan naisista ei kerro pelkäävänsä, mihin usein liittyykin juuri ajatus hetkessä elämisestä. Pelottomuutta tuodaan joskus vahvastikin esiin.

H: Nii, että koet että et oo yksinäiseksi koe itseäs?
O: Een en, en, en, en, en. Enkä pelkää mitää.. Joo. Toi oli miehen, miehen serkun vaimo-- niin tuota, hän sitte, ku se mies kuoli, niin hän sitte sanoi, et enks mä pelkää. Mä sanoin, että en minä pelkää mitää. En mä, en mää pelkää, jos joku tullee tänne ja tekkee jotain pahoja, se tullee, tekkee sit, ei siinä.. En minä pelkää mitää heheh.

Pelottomuutta saatetaan korostaa kysymättäkin, kuten edellä, jossa se mainitaan siitä huolimatta, että puhe oli alun perin yksinäisyydestä. Tehostaakseen pelkäämättömyyttään nainen kertoo esimerkin miehensä kuoleman ajoilta, jolloin sukulaisnainen oli tiedustellut haastatellun pelkoja olla yksin kotona. Haastattelijalle nainen sanoo saman asian kuin sukulaisellekin, hän ei pelkää mitään eikä ole huolissaan mahdollisista kotiin tunkeutujista.

Edellisen kaltainen huolettomuus kuvastuu muidenkin puheessa. Joskus pelottomuuden kokemiseen liittyy ajatus siitä, että jos jotain huonompaa ja muutosta vaativaa tulee eteen, sille täytyy sillä hetkellä sitten tehdä jotakin.

H: --Onko sinulla, ei oo pelkoja? Tai..
O: Eeeei, ei mulla ole mittään pelkoja.. tuota että mää nää, mitä mua nyt autetaan tuota, niin mää ihan hyvin selviän täällä yksin kyllä, että ei mulla mitään ongelmia. Sitte se on, jos jotaki tulee, niin sitte täytyy,mmm, sitte tehä jotaki. Hehe.

Hetkessä eläminen on siis olennainen haastateltujen naisten tapa suhtautua elämään ja selviämiseen arjessa. Juuri nyt asioiden kerrotaan olevan niin hyvin, että pärjätään kotona ja saadaan tarvittava apu. Suurimmat tulevaisuuden toiveet koskevat esimerkiksi omaa terveyttä ja toimintakykyä sekä

lasten ja lastenlasten selviytymistä ja hyvinvointia. Haastatellut eivät kohdista omaan elämäänsä enää samalla tavoin toiveita jatkon suhteen kuin voi nuorempien ihmisten ajatella tekevän.

Kovin pitkälle tulevaisuuteen naiset eivät edes ilmaise miettivänsä. Toisinaan tulevan mahdollisen toimintakyvyn heikentymisen miettiminen voi saada mielen apeaksikin, joten siitä ei haluta puhuakaan enempää. Ikääntyminen tuokin mukanaan myös välttämättömyyksiä, joihin sopeutuminen lisää pärjäämistä nykyhetkessä. Välttämättömyydet liittyvät nimenomaan siihen, että vanheneminen nähdään luonnollisena ja kohtalonomaisena. Naiset tuovat esiin puheessaan sitä, että jotkut asiat vain kuuluvat elämään ja ovat osa sitä. Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi toimintakyvyn heikentyminen ja kuolema.

O: Kyllä ja sitte huomioi sen, että ite vanhenee ja toiset vanhenee ja mihin kohti ollaan menossa ja heh sen näkee selvästi.. Toinen lähtee ihan yhtäkkiä vaan että.. Niin ku tässäki lähti yks mies sit, että se edellisenä päivänä hä vielä oli tuossa ja sit oli jo kuollu.. Että tämäki tulee selväks, että ei tarvi omalla kohdalla ajatella, tarvi kun se kuuluu siihen.. Elämään, että sitä vanhetaan ja tullaan raihnaiseksi päivä päivältä enemmän ja enemmän ja..
H: Niin on.
O: Hih.

O: --kaikenlaista tullee, kun vanhaks tullee.

Tietoisuus välttämättömästä auttaa haastateltuja omalla tavallaan elämään nykyhetkessä ja olemaan tyytyväisiä. Ajatus siitä, että kaikenlaiset vaivat lisääntyvät ikäännyttäessä mahdollistaa myös muutosten hyväksymisen, koska ne nähdään oman vaikutusalueen ulkopuolisina seikkoina. Vanheneminen ja sen mukanaan tuomat muutokset ja pakot ovat siis asioita, joihin naiset joutuvat sopeutumaan pärjätäkseen. Toisaalta he tuovat esiin voivansa itsekin vaikuttaa arkeensa ja hyvinvointiinsa.

O: -- Ja oma terveys tietysti. Sehän on hirveen, et pystyy vielä..johonki.
H: Nii-i. Kyllä, ettei tarvi ainoastaan paikallaan kököttämään.
O: Nii. Joo kyllä sitä varmaan ajattelee monta kertaa, kun näkee oikeen..((huokaus)) vaikeita tapauksia täälläki.
H: Nii.
O:..Että vielä pääsee jaloillaan. Mä menen nuo raputkin sen takia, että pysyis vähän jotaki liikettä. Tuonne alas.--
O: Joo, että tuossaki televisiossaki sanotaan, että hissi pannaan hehe.. Että kyl se ois hyvä, että.

Virkeys ja toimintakyvyn ylläpitäminen tulevat esiin toisten haastateltujen puheessa. Mallia siihen, miten olisi hyvä toimia, otetaan myös tiedotusvälineistä ja edelleen vertaamalla omaa tilannetta muiden elämään. Arjen pelottomuuden taustalla saattaakin piillä erilaisia pelkoja oman kunnon ja kykenemisen heikentymisestä. Siksi yritetään tehdä niin paljon arjen asioita itse kuin vain on mahdollista. Lisäksi voidaan olla vapaaehtoisesti käyttämättä hissiä alas mentäessä tai halutaan pitää

kiinni harrastuksista, tarkkaillaan ruokailutottumuksia sekä lähdetään kotoa muiden joukkoon ja niin edelleen.

Toisaalta siihen, että toiset ikäihmiset luokitellaan itseä huonommin pärjääviksi, saattaa liittyä moraalisia kannanottoja. Tämä on yhteydessä itsestä huolehtimiseen siten, että kykenemättömyys saatetaan katsoa itse aiheutetuksi, koska ei ole onnistuttu olemaan tarpeeksi aktiivisia tai yritetty riittävästi selvitä ongelmista. (Jolanki 2009, 31.) Kyse voi olla naistenkin kohdalla näin ollen myös hyväksynnän saamisesta yhteisöltä ja pelosta joutua huonommin pärjäävien ”luokkaan”.

7 Päätelmät

Naisten arjen toimijuus näyttäytyy haastateltavien puheessa monimerkityksellisenä. Vaikka jokainen heistä saa enemmän tai vähemmän apua arjen toimiin, rakentavat naiset itsestään kuvaa kykenevinä ja pärjäävinä yksilöinä. Avuntarpeet ovat toisinaan merkittäviä, mutta se ei kokonaan estä haastateltuja osallistumasta omaa elämäänsä koskeviin asioihin ja tuomaan esiin omaa toimijuuttaan. Heikentynyt toimintakyky ei myöskään näytä suoraan olevan yhteydessä selviytymisen ja tyytyväisyyden kokemiseen aineistossa. Tilanne saattaa olla päinvastainenkin siten, että paljon apua ja hoivaa tarvitseva saattaa kokea enemmän mielekkyyttä kuin vähemmän apua tarvitseva. Tällöin ehkä osaltaan korostuu tyytyminen arjen realiteetteihin ja rajoituksiin sekä suuremman mielekkyyden löytäminen pienemmistä asioista. Toisaalta voi olla niinkin, kuten Vilkko ym. (2010a, 49) toteavat, että tultaessa ”tarpeeksi vanhoiksi” heikompaakin tilannetta verrataan vielä huonompaan mahdollisuuteen omassa tai ikätovereiden elämässä. He viittaavat tällä siihen, että mittapuu sen suhteen, jota vasten omaa tilannetta arvioidaan, saattaa muuttua iän myötä.

Haastateltujen naisten toimijuus näkyy arjessa sekä konkreettisena toimintana, omaa elämää koskevina päätöksinä että tietoisuutena itseen liittyvistä asioista. Se ilmenee lisäksi halujen ja mielipiteiden ilmaisuna sekä oman toiminnan muokkaamisena ja ohjaamisena. Toimijuutta korostetaan silloinkin, kun muut hoitavat suuren osan toimista, esimerkiksi raha-asiat, naisten puolesta. Kyseisessä tilanteessakin on mahdollista nähdä itsensä vaikkapa palvelunostajana ja maksajana. Pääsääntöisesti naiset haluavat hoitaa kaikki asiat, joihin he kykenevät, itsenäisesti. Apua ei aina pyydetä edes silloin, vaikka avuntarve olisi ilmeinen ja yleensä vasta sitten, kun sen pyytäminen on aivan välttämätöntä. Suurimmat avuntarpeet haastatelluilla naisilla liittyvät raskaimpiin kotitöihin, kuten siivoamiseen, kodin ulkopuolella liikkumiseen ja asiontiin sekä raha-asioiden hoitamiseen. Tulos on samansuuntainen muidenkin ikääntyneiden avuntarpeita tarkastelleiden tutkimusten kanssa (esim.Vaarama 2004; Andersson ym. 2004).

Haastateltujen puheessa korostuu pärjääminen, jota perustellaan monin eri tavoin, kuten oman kyvykkyyden, tottumusten ja sopeutumisen näkökulmista. Myös Jolanki (2009) havaitsi tutkimuksessaan, että ikäihmiset puhuivat paljon omillaan pärjäämisestä ja itsenäisyydestä sekä siitä, että ainakin yritetään selviytyä itse. Puhe pärjäämisestä pyrkii luomaan kuulijalle kuvan kykenevästä ja itsenäisestä ihmisestä. Kuva joka muille annetaan, ei silti vielä tarkoita sitä, että arkielämässä ei olisi avuntarpeita. Nyky-yhteiskunta korostaa osaltaan itse selviytymistä ja itsestä huolta pitämistä. Näin ollen haastatelluillakin saattaa olla tarve tuoda itsensä esiin pärjääjinä ennemmin kuin avuntarvitsijoina, sillä se on yhteisöllisesti hyväksyttävämpää. Jos avuntarpeita onkin, naiset eivät niitä puheessaan erityisesti korosta, toisin kuin he tekevät omasta kyvykkyydestä puhuttaessa. Kyse voi olla siitäkin, että toimintakyvyn heikentymistä saattaa olla vaikea tuntea, sillä oma kuva itsestä on erilainen kuin muiden ulkopuolelta muodostama käsitys. Vanha ihminen voi tuntea olevansa edelleen paljon kykenevämpi kuin muut ajattelevat hänen olevan.

Ympäröivän yhteiskunnan ja ihmisten kyky tunnistaa iäkkäiden toimijuutta ja antaa sille mahdollisuuksia arjessa saattaa olla haastateltujen naisten sekä yleisemminkin ikäihmisten toimijuuden kannalta merkityksellistä. Tärkeää lienee lisäksi palvelujärjestelmän kyky ja resurssit tarjota riittävää ja kokonaisvaltaista apua ja hoivaa arkeen. Toisaalta haastatellut naiset luovat itsekin omaa toimijuuttaan aktiivisesti ja ottavat rooleja arjessaan. Toimijuuden toteutumisen voi ajatella olevan suoraan yhteydessä arjen ja elämisen mielekkäänä ja tyydyttävänä kokemiseen sekä ennaltaehkäiseviin vaikutuksiin toimintakyvyn osalta. Kokemus pärjäämisestä ja kyvykkyydestä vaikuttaa etenkin haastateltujen kohdalla olevan merkittävässä osassa elämän mielekkääksi kokemisen kannalta. Kotiin ja arkeen saatu apu onkin erittäin tärkeää, jotta naiset voivat toteuttaa omaa toimijuuttaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti.

Tutkielman metodologinen lähestymistapa osoittautui kokonaisuuden kannalta hyväksi ratkaisuksi, sillä se auttoi rakentamaan selkeän tarkastelukehikon suhteessa erittäin monitahoiseen tutkittavaan ilmiöön, eli toimijuuteen. Konstruktionistinen lähestymistapa mahdollisti laajan näkökulman ottamisen aineistoon nähden ja antoi hyvät edellytykset tuoda ikääntyneiden naisten omia määritelmiä ja kokonaisvaltaista arkea esiin. Suuri etu metodologisesta valinnasta on ollut myös siinä, että tutkimuksen kohdetta on voinut tarkastella yhteydessä kontekstiinsa, kuten aikaan ja paikkaan, kulttuuriin, yhteiskunnan piirteisiin, historiaan sekä yksilöllisiin elämäntilanteisiin ja elämänkulkuihin. Muutkin lähestymistavat olisivat varmasti mahdollisia, mutta ilmiön luonteen vuoksi kovin kapeaalainen ja rajoittunut metodologinen näkökulma ei ehkä olisi paras valinta.

Diskurssianalyyttinen lukutapa on ohjannut minua tarkkailemaan merkityksiä, joita naiset puheessaan arjelleen ja toiminnalleen tuottavat. Se on lisäksi auttanut hallitsemaan sitä moninaista ja monitahoista puhetta ja sisältöjä, joita haastatteluista voi löytää. Toimijuuden modaliteettien hyödyntäminen analyysissa mahdollisti edelleen diskurssianalyyttisen lukutavan tarkastelukehikon täsmentymistä. Modaliteettien tarkastelu haastateltujen naisten toimijuuden yhteydessä auttoi paljastamaan puheen ja arjen toimien taustalta muuten ehkä vähälle huomiolle jääviä haluja ja toiminnan pakkoja tai vapaaehtoisuuksia. Edellinen yhdistettynä joihinkin semioottisen sosiologian ajatuksiin, kuten puhujapositioihin, lisäsi entisestään aineiston monipuolisen luvun mahdollisuuksia. Lukutapa ei silti ole kaikenkattava ja rajautuu valittuihin näkökohtiin, mikä saattaa yksinkertaistaa haastateltujen puhetta.

Modaliteettien tarkastelu auttoi lisäksi selventämään eroa toiminnan kykenemisen ja voimisen välille. Kykeneminen tai kykenemättömyys näyttää osoittavan selkeästi toimintakyvyn tasoa aineistossa samoin kuin voiminenkin. Jos haastateltu kykenee, hän yleensä myös voi tehdä asioita. Voiminen estyy ehkäpä sitä enemmän mitä rajoittuneempi toimintakyky on. Voimisen estyminen taas lisää toiminnan ja arjen täytymisiä ja pakkoja. Tunteminen ja osaaminen eivät sen sijaan ole niin riippuvaisia kykenemisestä eivätkä voimisesta. Ne eivät myöskään samalla tavalla vaikuta täytymiseen. Naiset osaavatkin paljon asioita siitä huolimatta, että eivät kaikkeen kykene tai voi kaikkea tehdä. Osaaminen liittyy osaltaan oman toiminnan muokkaamiseen ja sopeuttamiseen toimintakyvyn heikentyessä. Toimintakyvyn rajoitukset vaativat naisilta kekseliäisyyttä ja asioiden pohdintaa uusista näkökulmista. Ne saattavat vaatia myös laajempien ajattelumallien muuttamista, kuten arjen odotuksien muokkaamista. Sopeutuminen ja mukautuminen selittävätkin yhdeltä osin naisten kokemusta pärjäämisestä.

Tarkan tulkinnan kohdistaminen sanojen ja ilmaisujen käyttöön sekä pyrkimys saada irti haastateltujen puheesta mahdollisimman paljon voi kuitenkin johtaa ylitulkintoihin. Vaarana on, että aineistosta johdetaan sellaisia merkityksiä, jota se ei sisällä. Edellä mainittua olen pyrkinyt ehkäisemään tarkastelemalla lausumia suhteessa aikaisempaan ja myöhäisempään keskusteluun, peilaamalla aikaisempaan teoriaan ja tutkimustuloksiin sekä hahmottamaan yksittäisen kerronnan aina suhteessa kontekstiinsa ja positioihin, joista käsin ihmiset puhuvat. Analyysini on kuitenkin vain yksi tulkinta aineistosta ja joku toinen voisi nostaa siitä erilaisia näkökulmia esiin. Uskon silti analyysin olevan kiteytetty kuvaus haastateltujen naisten monitahoisesta arjen toimijuudesta, nimenomaan siitä näkökulmasta, millaisena se heidän puheessaan näyttäytyy. Osin ajattelen tavoittaneeni myös naisten arjessa todentuvaa toimijuutta aikaisempiin tutkimustuloksiin tulkintojani vertailemalla.

Tutkielmani raportointi ja tiettyihin johtopäätöksiin päätyminen on ollut myös eettinen kysymys. Yksi oleellisimmista seikoista raportointiin liittyen onkin ollut se, että tutkittavien henkilöllisyys pysyy salassa eikä erillisiä tutkimuksen tuloksia voida yhdistää keneenkään yksittäiseen ihmiseen. Tietosuoja on ollut oman tutkielmani kannalta ongelmallisempi jo lähtökohtaisesti, sillä työntekijät ovat itse valinneet haastatteluun osallistujat, jotka ovat heidän asiakkaitaan. Myös lähellä toisiaan asuvat haastateltavat saattavat tunnistaa toisensa.

Osallistujien joukko on pieni ja eroja haastateltujen välillä on paljon. Tunnistamisen mhdollisuuden minimoimiseksi olenkin pyrkinyt raportoinnin yhteydessä kiinnittämään erityistä huomiota siihen, että pyrin häivyttämään mahdolliset tunnistamisen mahdollistavat seikat, kuten erottuvan puhetavan, tarkan asuinpaikan tai erityistarpeet. Vaatimus koski lähinnä analyysin esittämistä, jossa tunnistettavien yksityiskohtien sijaan olen pyrkinyt yhteisten piirteiden havainnollistamiseen aineistosta. Eroavia ja vastakkaisiakin puhetapoja on tietenkin luettavissa, mutta niistä ei pitäisi voida tunnistaa haastateltavia.

Eräs konkreettinen esittämistapaan liittyvä ratkaisu on ollut olla merkitsemättä mitään haastatteluihin tai haastateltaviin liittyviä tunnistetietoja aineisto-otteiden yhteyteen. Tavoitteena on ollut esimerkiksi se, että saman haastateltavan puheenvuoroja ei olisi mahdollista yhdistää keskenään. Täysin en kaikista varotoimista huolimatta voi sulkea pois sitä mahdollisuutta, että ihmiset, jotka tuntevat haastatellut henkilöt hyvin eivät heitä aineisto-otteista voisi tunnistaa. Toisaalta, jos olisin puuttunut liiaksi otteiden sisällöllisiin seikkoihin, se olisi voinut vääristää tutkimuksen tuloksia ja voinut antaa harhaanjohtavan kuvan haastateltavista ja heidän arjestaan. Ei liene mahdollista, että voisi taata täyden anonymiteetin suhteessa sellaisiin ihmisiin, joihin haastatelluilla on oikein läheinen suhde. Tällöin korostuu se vaatimus, että haastateltavista annetaan hyvä kuva eikä tuoda esiin asioita niin, että ne voisivat vahingoittaa tutkimukseen osallistujaa.

Raportointityylini on pyrkinyt asiallisuuteen ja tutkittavien kunnioittamiseen, eli haastateltavat on esitetty positiivisesti jokaisen ihmisarvoa ja yksilöllisyyttä kunnioittaen. Raportti ja tutkielman johtopäätökset ovat syntyneet yhä uudelleen tapahtuneen pohdinnan ja tarkastelun kautta. Läpi prosessin olen palannut jo mietittyihin kohtiin uudestaan ja arvioinut ajatteluni ja asioiden esitystapani totuudellisuutta ja eettisyyttä. Olen pohtinut myös paljon sitä, millaisia tulkintoja tutkielmani johtopäätökset voivat aiheuttaa ja millainen vaikutus niillä saattaa olla tutkimukseni kohteena oleviin ryhmiin. Vaikka tutkija ei voi vaikuttaa siihen, millä tavoin tutkimuksen tuloksia käytetään, esimerkiksi poliittisiin tai kaupallisiin tarkoituksiin, hän voi etukäteen miettiä tulostensa mahdollisia vaikutuksia (Rauhala & Virokannas 2011, 239). On oleellista pohtia, millaisia seurauksia sillä voi olla,

jos tutkielmani pohjalta on mahdollista päätellä ikääntyneiden yksin asuvien naisten pärjäävän hyvin ja olevan aktiivisia toimijoita omassa elämässään. Tulenko siinä tapauksessa uusintamaan vanhuuskuvaa, joka syrjäyttää todelliset avuntarpeet ja ongelmat?

Haastattelemani naiset eivät silti pärjäisi niin hyvin kuin he pärjäävät, elleivät he saisi sitä apua kotiinsa ja arkeensa, mitä he nyt vastaanottavat. Kaikki heistä eivät edes voisi asua itsekseen päätymättä tehostetumman hoivan piiriin, jos nykyistä apua ei olisi saatavilla kotiin. On oletettavaa, että kaikki kotona asuvat eivät selviydy arjesta samantasoisesti eivätkä aina edes hyvin. Myöskään omat haastateltuni eivät välttämättä kertoneet minulle kaikkea avuntarvettaan tai vähätteliv ät sitä. Avuntarve kotona asuvilla iäkkäillä saattaakin olla yleisesti paljon suurempi, mitä tässä tutkielmassa on tullut esiin. Johtopäätökset eivät näin ollen ole yleistettävissä kaikkiin kotonaan asuviin ikäihmisiin.

Lisäksi huomattava on, että haastattelemillani naisilla on kaikilla omaisia, jotka huolehtivat julkisen palvelujärjestelmän lisäksi heidän arkensa sujumisesta. Tilanne voi olla hyvin erilainen heillä, joilla ei ole ketään läheistä, tuttavaa tai sukulaista auttamassa. Jos siis tulosten perusteella todetaan, että haastateltavilla naisilla arki sujuu riittävän hyvin, sulkeeko se silmät mahdollisilta tarpeilta ja epäkohdilta? Yhdistettynä muihin samansuuntaisiin tutkimustuloksiin vaikutus voisi ulottua lisäksi palvelujärjestelmän kehittämispyrkimyksiin eri tavoin. Ehkäistäkseni osaltani yksioikoisia johtopäätöksiä olen yrittänyt raportoida esiin tulevat seikat mahdollisimman rehellisesti ja kriittistä arviointia soveltaen. Myös asioiden esittämistavan suhteen olen pyrkinyt raportissa riittävään monipuolisuuteen, jotta en tulisi itse yksinkertaistaneeksi liiaksi monitahoisia asioita.

Eettinen ongelma tietynlaiseksi leimautumisen suhteen ei koske ainoastaan haastateltua ”ryhmää”, vaan se on vaarassa ulottua lisäksi heille apua antaviin tahoihin. Jos iäkäs ei saa sellaista apua kuin tarvitsisi tai ei viitsi sitä pyytää, koska ei halua vaivata, millaisia päätelmiä siitä tehdään koskien auttajia? Sosiaalityön tutkimuksen tulisi olla hyödyllistä ja rakentavaa tutkimuksen kohteina oleville (Rauhala ja Virokannas 2011, 238). Tutkimusten johtopäätösten tulisi olla rehellisiä ja mahdollisimman totuuden mukaisia, mutta tuoda mukanaan hyviä vaikutuksia sen sijaan, että ne leimaisivat ihmisiä edelleen. Nämä haasteet huomioiden olen tutkimustulosteni esittämisessä pyrkinyt huolelliseen aineiston analyysiin ja päätelmien argumentointiin.

Naiset saavat kotona ja arjessa selviytyäkseen apua monelta eri taholta. Omaiset, ystävät ja tuttavat ovat heille merkittävä tuki ja mahdollistavat osaltaan kotona selviytymisen. Myös kotihoito on haastatelluille merkittävä avunantaja, jonka rooli naisten arjessa ei rajoitu vain konkreettiseen apuun ja hoitotoimenpiteisiin. Kotihoidon käynnit tuovat osaltaan turvallisuutta ja jatkuvuutta naisten joka päiväiseen arkielämään. Näenkin kotihoidon työntekijöiden roolin laajempana naisten elämässä

kuin ainoastaan hoitajina. Hoitajan roolin lisäksi he hoivaavat, pitävät huolta ja mahdollistavat osaltaan sosiaalisten kontaktien jatkuvuuden arjessa. Naiset osaavat odottaa työntekijöiden käyntiä tai kohtaamista tiettyyn aikaan tai aikoihin päivästä ja se antaa heille turvaa samoin kuin omaistenkin käytettävissä olo ja kontaktit heidän kanssaan.

Ei olekaan yhdentekevää, mihin suuntaan kotihoitoa kehitetään jatkossa, jos yhä useampi ikäihminen tulee ikääntymään mahdollisimman myöhäiseen vaiheeseen omassa kodissaan tai kodin kaltaisessa asunnossa. Kotihoito saattaa jatkossa olla merkittävä läheissuhteiden paikkaaja ihmisille, jotka ovat yksinäisiä tai joilla ei ole läheisverkostoa tai mahdollisuutta tavata omaisiaan usein. Ikäihmisille suunnattu palvelujärjestelmä on jo nyt yhä useammasta osasta koostuva, joten jälleen uuden, esimerkiksi ainoastaan vapaaehtoisvoimiin perustuvan ystäväpalvelun tai vastaavan, ottamista palvelun osaksi lienee syytä miettiä tarkoin. Kokonaisvaltaiseen huolenpitoon pyrkiminen palveluja ja toimintoja pirstaloimalla vaikuttaa ajatuksena ristiriitaiselta. Vaikea on uskoa työntekijöidenkään näkökulmasta siihen, että he haluaisivat tai edes voisivat toteuttaa hoivatyötä yhä kapeaalaisemmin. Sosiaalisen vuorovaikutuksen ja hyvinvoinnin tuottamisen ulkoistaminen ei kuulosta samalla tavoin toimivalta kuin siivouspalveluiden vastaava, mikä ei välttämättä sekään aina ole järkevin ratkaisu.

Ihminen on kokonaisuus sekä auttajana että avun vastaanottajana. Arki on moniulotteista ja monimerkityksellistä eikä ikäihmisen tukeminen arjen toimissa ole vain välttämättömimmän hoidon ja asioiden järjestämistä. Siitä miten apu on järjestetty, millaista se on ja miten sitä annetaan, riippuu pitkälle myös iäkkään toimijuuden toteutumisen mahdollisuudet. Vaikka tässäkin tutkielmassa on tullut esiin se, miten iäkkäät saattavat tietyllä tapaa tyytyä tilanteeseensa ja vaativat yhä vähemmän, se ei oikeuta palveluita pohdittaessa sivuuttamaan sitä, että jokaisella ikäihmisellä on oikeus mahdollisimman kokonaisvaltaiseen ja arvokkaaseen arkielämään. Jos iäkäs ei vaadi palvelua, se ei vielä tarkoita sitä, ettei sitä olisi hyvä tarjota hänelle muistaen kuitenkin sen, että jokaisen ikäihmisen itsemääräämisoikeutta on kunnioitettava tilanteiden mukaisesti.

Haastateltujen naisten toimijuus ei ole yksinkertainen eikä ensi silmäyksellä nähtävissä. Jotta toimijuus eri tasoineen ja muotoineen tulisi näkyväksi, se vaatii omanlaisen tavan tarkastella ja suhtautua iäkkäiden arkeen ja toimintaan. Ikääntyneiden toimijuutta ei ole ehkä syytä tarkastella vain ikäspesifisti vanhoja ihmisiä koskevana eikä ainoastaan yleisenä kaikkia koskettavana toimijuutena. Ikäihmisten toimijuudessa on erityispiirteensä sekä yksilöistä, vanhenemisprosesseista ja elämänkuluista että yhteiskunnallisista ja kulttuurisista piirteistä johtuen. Tämä ei silti mielestäni oikeuta tarkastelemaan heidän toimijuuttaan irrallaan toimijuuden kokonaisuudesta tai luokittelemaan vanhoja

ihmisiä ainoastaan tietynlaista toimijuutta omistaviksi. Iäkkäillä ihmisillä on samaa toimijuutta ja kyvykkyyttä kuin heillä on ollut aiemminkin elämässään, mutta se muuttuu eriasteisesti ajan kuluessa ja ikäihmiset myös muokkaavat sitä itse jatkuvasti.

Toivon tämän tutkielman osaltaan edistävän kokonaisvaltaisemman kuvan muodostumista ikäihmisiä ja heidän arkeaan sekä palvelutarpeitaan koskien. Taloudellisten vaatimusten rinnalla ja ensisijaisesti tulisi tarkastella iäkkäiden yksilöllisiä elämäntilanteita ja niiden monimuotoisuutta, sillä ainoastaan tarjoamalla iäkkäille heidän tarpeitaan vastaavaa ja heitä hyödyttävää palvelua, voidaan onnistua tavoitteessa ikäihmisten hyvinvoinnin ja kotona asumisen edistämiseksi (esim. Vilkko ym. 2010a, 50). Arkea ja toimijuutta ei voi myöskään irrottaa kontekstistaan, eli toimintaympäristöistä ja tilanteista eikä käsitellä erillään yhteiskunnan ja kulttuurin piirteistä.

Tarvitaan silti vielä enemmän tutkimusta ja muita konkreettisia tekoja ja linjauksia laaja-alaisen katsantokannan ja toiminnan suuntaan ikäihmisten palveluita kehitettäessä. Oma tutkielmani koskee aineiston tasolla pientä joukkoa ikääntyneitä naisia eikä sen perusteella voi vetää laajoja johtopäätöksiä ilman eri tutkimuksissa saatujen tulosten kytkemistä ja vertailua toisiinsa nähden. Jatkossa näkisin yhtenä tärkeänä seikkana tutkimuksen näkökulmasta lisätä edelleen ikäihmisten arjen ja toimijuuden tarkastelua myös laajemmin laadullisin menetelmin ja monipuolisesti lähestyttynä. Etnografinen arjen tutkimus voisi osaltaan tuoda lisätietoa ja uusia näkökulmia ikäihmisten toimijuuteen ja sen konkreettiseen toteutumiseen. Toimijuuden ja toiminnan ymmärtämisen kannalta on oleellista mennä sinne ympäristöön ja arkeen, missä ne todentuvat. Iäkkäiden oman näkökulman vahvistamisen edelleen omaisnäkökulman rinnalla katsoisin myös tärkeäksi.

Tutkimukseen osallistuneiden ikääntyvien naisten toimijuus ei ole yksiselitteisesti yhteydessä toimintakykyyn. Toimijuus voidaan nähdä huomattavasti laajempana kuin vain kykenemisenä ja olemassa olevien resurssien määränä. Kyse on osin asennoitumisesta siihen, millaista toimintaa pidetään merkityksellisenä ja tärkeänä. Esimerkiksi kyky liikkua on samanarvoinen kuin kokemus päätäntävallasta ja osallistumisesta omaan elämään. Toisinaan vaikuttaa kuitenkin siltä, että fyysinen toimintakyky ja terveydentila katsotaan tärkeämmäksi suhteessa elämän sosiaaliseen, psyykkiseen ja henkiseen puoleen. Esimerkiksi Vaarama (2004) on perännyt kotiin annettavien palveluiden kehittämistä muutenkin kuin vain terveyden- ja sairaanhoidon osalta. Hänen mukaansa ikäihmisten kokonaisvaltaista elämänlaatua tulisi tukea ennaltaehkäisevässä ja sosiokulttuurisessa hengessä. Jotta ikäihmisten arjesta ja toimijuudesta saadaan kattavampi kuva, täytyykin tarkastelutavan olla kokonaisvaltainen. Saman näkisin pätevän myös vanhusten ja ikäihmisten palveluiden kehittämi-

seen. Mitä enemmän katsantokanta kapeutuu ja lohkoutuu, sitä vaikeampaa on kehittää ikääntyneiden tarpeisiin vastaavaa laaja-alaista palvelua ja hoivaa.

Lähteet

A 29.6.1983/607. Sosiaalihuoltoasetus. Viitattu 17.3.2012: http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1983/19830607

Andersson, Sirpa, Haverinen, Riitta & Malin, Maili (2004) Vanhusten kotihoito kolmesta näkökulmasta. Vanhukset, työntekijät ja johto integroinnin ja asiakaskeskeisyyden arvioijina. Yhteiskuntapolitiikka 69(5), 481─494.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101537/504andersson.pdf?sequence=1

Average exit age from the labour force by gender (2012) Eurostat, European Commission. Viitattu 13.2.2013: http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/structural_indicators/indicators/employment, European Commission, Eurostat, Structural indicators, Indicators, Employment.

Blomgren, Jenni, Martikainen, Pekka, Martelin, Tuija & Koskinen, Seppo (2006) Ikääntyneiden saama epävirallinen ja virallinen apu Suomessa. Yhteiskuntapolitiikka 71 (2006):2, 167─178. Viitattu 15.11.2012: http://yp.stakes.fi/NR/rdonlyres/307E9386-DE2F-405E-A0ED-E60B26883142/0/062blomgren.pdf

Eräsaari, Leena (2007) Suuri kertomus palveluiden tarpeen kasvusta. Teoksessa Eräsaari, L., Niittymäki, A. & Myllykoski, P. (toim.) Vanhusten arjessa tukena. Nääsville ry, 13─23.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 2 p. Tampere: Vastapaino.

Gabriel, Zahava & Bowling, Ann (2004) Quality of life from the perspectives of older people. Ageing & Society 24/2004, 675–691. Luettavissa: http://discovery.ucl.ac.uk/1648/1/qualityoflife.pdf

Granfelt, Riitta (1998) Kertomuksia naisten kodittomuudesta. Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran Toimituksia 702.

Hacking, Ian (2009) Mitä sosiaalinen konstruktionismi on? Tampere: Vastapaino.

Heikkinen, Eino (2003) Vanhenemisen ulottuvuudet ja onnistuvan vanhenemisen edellytykset. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim, 330─335.

Jokinen, Arja, Juhila, Kirsi & Suoninen Eero (1993) Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino.

Jolanki, Outi (2009) Fate or Choice? Talking about old age and health. University of Tampere: School of Public Health. Acta Electronica Universitatis Tamperensis 864. Tallennettu 31.1.2013:

http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66512/978-951-44-7777-5.pdf?sequence=1

Julkunen, Raija (2001) Hyvinvointiyhteiskunta – mikä se on ja mihin se kannustaa. Kansantaloudellinen aikakauskirja 97 (2001):2, 200–205. Viitattu 15.3.2012:

http://taloustieteellinenyhdistys.fi/images/stories/kak/kak22001/kak22001julkunen.pdf

Jylhä, Marja (2000) Onnistunut vanheneminen ja vanhuuden muuttuvat mielikuvat. Gerontologia 1/2000. Viitattu 22.10.2012:

http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.jyu.fi/se/g/0784-0039/14/1/onnijylh.pdf

Jyrkämä, Jyrki (2003a) Ikääntyminen, toimintakyky ja toimintatilanteet. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 94─103.

Jyrkämä, Jyrki (2003b) Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa Heikkinen, Eino & Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim, 267─271.

Jyrkämä, Jyrki (2004) Elämänlaatu, arki ja toimijuus. Teoksessa Ikääntyvien arjen ja elämänlaadun tutkimus, Seminaariesityksiä 12.─13.10.2004. Oraita 2/2005, 5-8. Viitattu 21.10.2012:

http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/3/fid/15/

Jyrkämä, Jyrki (2007a) Toimijuus ja toimintatilanteet. Aineksia ikääntymisen arjen tutkimiseen. Teoksessa Seppänen, Marjaana, Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 195─217.

Jyrkämä, Jyrki (2007b) Toimintakyky ja toimijuus. Sosiaaligerontologian näkökulma. Teoksessa Martelin, Tuija & Kuosmanen, Noora (toim.) Ikääntyminen ja toimintakyky: haasteet tutkimukselle. Kolmas Kansallinen ikääntymisen foorumi 9.11.2006. Helsinki: Kansanterveyslaitoksen julkaisuja

B24/2007, 31─35. Viitattu 18.11.2012:
http://www.ktl.fi/attachments/suomi/julkaisut/julkaisusarja_b/2007/2007b24.pdf

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

http://www.jyvaskyla.fi/sote/ikaantyvat/palvelutkotiin

Järnström, Sanna (2011) "En tiedä, mitä ne ajattelee mun kohtalokseni". Etnografinen tutkimus asiakkuudesta ja asiakaslähtöisyydestä geriatrisessa sairaalassa. Väitöskirja. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. Viitattu 14.2.2013:

http://acta.uta.fi/pdf/978-951-44-8508-4.pdf

Karisto, Antti (1999) Bel tempo? Miltä vanhusbarometri näyttää. Gerontologia 3/1999. Viitattu 18.1.2013: http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.jyu.fi/se/g/0784-0039/13/3/beltempo.pdf

Karisto, Antti (2004) Kolmas ikä – uusi näkökulma väestön ikääntymiseen. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana, tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004,91─103. Viitattu 14.2.2013:

http://vnk.fi/julkaisukansio/2004/j33-ikaantyminen-voimavarana/pdf/fi.pdf

Karisto, Antti (2006) Valintoja ja mahdollisuuksia – havaintoja ikääntyvien elämäntyyleistä. Teoksessa Pohjolainen, P. & Syrén, I (toim.) Ikääntyvien elämäntyylit. Oraita 1/2006, 3–13.

http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/3/fid/49

Koivula, Riitta (2008) Vanhuksen toimijuus ja pitkäaikaisosaston lounasruokailu. Gerontologia 4/2008, 204─214. Viitattu 20.11.2012:

http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.jyu.fi/se/g/0784-0039/22/4/vanhukse.pdf

Kokko, Simo, Heinämäki, Liisa, Tynkkynen, Liina-Kaisa, Haverinen, Riitta, Kaskisaari, Marja, Anu Muuri, Pekurinen, Markku & Tammelin, Mia (2009) Kunta- ja palvelu rakenneuudistuksen toteutuminen. Kuntakysely sosiaali- ja terveys palvelujen järjestämisestä ja tuottamisesta. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Raportti 36/2009. Viitattu 14.3.2012:

http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/eaf43d23-6dd0-4e42-b4f6-5b8243c3386e

Koskiaho, Briitta (2008) Hyvinvointipalvelujen tavaratalossa. Tampere: Vastapaino.

Koskinen, Simo (2004) Ikääntyneitten voimavarat. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana, tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004,24─90. Viitattu 20.10.2012:

http://vnk.fi/julkaisukansio/2004/j33-ikaantyminen-voimavarana/pdf/fi.pdf

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

Koskinen, Seppo, Martelin, Tuija & Sainio, Päivi (2007) Iäkkäiden toimintakyky: ulottuvuudet, viimeaikaiset muutokset ja kehitysnäkymät. Teoksessa Martelin, Tuija & Kuosmanen, Noora (toim.) Ikääntyminen ja toimintakyky: haasteet tutkimukselle. Kolmas Kansallinen ikääntymisen foorumi 9.11.2006. Helsinki: Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B24/2007, 15─25. Viitattu 18.11.2012: http://www.ktl.fi/attachments/suomi/julkaisut/julkaisusarja_b/2007/2007b24.pdf

Koski, Leena & Moore, Erja (2001) Näkökulmia aikuisuuteen ja aikuiskasvatukseen. Viitattu 6.2.2013: http://www.aikuiskasvatus.fi/tiedeartikkelit/Koski_Moore_2001.html,aikuiskasvatus, tiedeartikkelit.

Kotihoito 2013. Jyväskylän kaupunki, sosiaali- ja terveyspalvelut. Viitattu 7.3.2013:

http://www.jyvaskyla.fi/sote/ikaantyvat/palvelutkotiin/kotihoito

Kotihoidon laskennan piirissä olevat asiakkaat ja säännöllisen kotihoidon asiakkaat 30.11.2010. Liitetaulukko 1. Kotihoidon laskenta 30.11.2010. Suomen virallinen tilasto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 15.3.2012: http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr22_11.pdf

Kotihoidon laskenta 30.11.1999 – tiedonantajapalaute 2/2000. Taulukko 4. Kotipalvelun ja kotisairaanhoidon asiakkaat iän mukaan kunnittain 30.11.1999. StakesTieto. Sosiaali- ja terveystilastot. Viitattu 14.3.2012:

http://www.stakes.fi/NR/rdonlyres/78AF369C-4548-4D37-AD5E-BB873739A77F/0/Palaute2.pdf

Kotihoidon laskenta 30.11.2010. Suomen virallinen tilasto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 14.3.2012:

http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr22_11.pdf

Kotiin annettavat tukipalvelut 2013. Jyväskylän kaupunki, sosiaali- ja terveyspalvelut. Viitattu 7.3. 2013:

http://www.jyvaskyla.fi/sote/ikaantyvat/palvelutkotiin/tukipalvelut

Kröger, Teppo, Karisto, Antti & Seppänen, Marjaana (2007) Sosiaalityö vanhuuden edessä. Teoksessa Seppänen, Marjaana, Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 7─15.

Kröger, Teppo & Leinonen, Anu (2011) Home care in Finland. Teoksessa LIVINDHOME. Living independently at home. Reforms in home care in 9 European countries. Copenhagen: SFI – The Danish National Centre for Social Research, 117─138.

Liikanen, Hanna-Liisa (2010) Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Ehdotus toimintaohjelmaksi 2010─2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Luettavissa:
http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang

Lumme-Sandt, Kirsi (2008) Toimijuuden mahdollisuudet. Gerontologia 3/2008. Viitattu 20.11.2012:

http://elektra.helsinki.fi.ezproxy.jyu.fi/se/g/0784-0039/22/3/toimijuu.pdf

Marin, Marjatta (2003) Elämän paikallisuus ja paikat. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 22─41.

Mäkelä, Tiina, Karisto, Antti, Valve, Raisa & Fogelholm, Mikael (2008) Kotona asumista tukevien palvelujen käyttö ikääntyneillä on ennakoitavissa. Yhteiskuntapolitiikka 73 (2008):6, 609─624.

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100373/makela.pdf?sequence=1

Nikander, Pirjo & Zechner, Minna (2006) Ikäetiikka ─ elämänkulun ääripäät, haavoittuvuus ja eettiset kysymykset. Yhteiskuntapolitiikka 71 (5), 515─525. Viitattu 24.2.2013:

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100988/065nikander.pdf?sequence=1

Ollonqvist, Kirsi (2004) Vanhusten arjen toimien tukeminen. Teoksessa Ikääntyvien arjen ja elämänlaadun tutkimus, Seminaariesityksiä 12.─13.10.2004. Oraita 2/2005, 5-8. Viitattu 21.10.2012:

http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/3/fid/15/

Palvelusetelitoiminta 2012. Jyväskylän kaupunki. Sosiaali- ja terveyspalvelut. Viitattu 17.3.2012:

http://www.jyvaskyla.fi/sote/ikaantyvat/palvelutkotiin/palveluseteli

Perälä, Riikka, Tedre, Silva & Kanerva, Eva (2009) Kenen ehdoilla, mitä ja miten? Järjestöt palvelujärjestelmän muutoksissa. Yhteiskuntapolitiikka 74 (2009):2, 214–217. Viitattu 7.3.2012:

www.stakes.fi/yp/2009/2/perälä.pdf

Rauhala, Pirkko-Liisa & Virokannas, Elina (2011) Sosiaalityön tutkimuksen etiikka, opettaminen ja tietoarvo. Teoksessa Pehkonen, Aini & Väänänen-Fomin, Marja (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. Jyväskylä: PS-Kustannus, 235─255.

Ruusuvuori, Johanna, Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (2010) Haastattelun analyysin vaiheet. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna, Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 9─36.

Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (2005) Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 22─56.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna (2006a) KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 3.10.2012:

http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna (2006b) KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 25.1.2013: http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_2.html

Saarenheimo, Marja (2003) Merkityksellinen elämä. Teoksessa Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 44─56.

Salonen, Kari (2007) Haastava sosiaalinen vanhustyössä. Avopalvelutyöntekijöiden näkemyksiä kotona asuvien vanhusten sosiaalisesta olomuotoisuudesta. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 26. Viitattu: 10.2.2013: http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522161475.pdf

Sanerma, Päivi (2009) Kotihoitotyön kehittäminen tiimityön avulla. Toimintatutkimus kotihoitotyön kehittämisestä kotipalvelun ja kotisairaanhoidon yhdistyessä kotihoidoksi. Väitöskirja. Acta Universitatis Tamperensis 1458. Kasvatustieteiden laitos. Tampereen yliopisto.

Saraceno, Chiara (2010) Social inequalities in facing old-age dependency, a bi-generational perspective. Journal of European Social Policy 2010 20: 32, 32─44. Viitattu 14.11.2012: http://esp.sagepub.com/content/20/1/32

Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiat 2015 - kohti sosiaalisesti kestävää ja taloudellisesti elinvoimaista yhteiskuntaa. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:14. Viitattu 17.3.2012:

http://pre20090115.stm.fi/hm1157622687947/passthru.pdf

Sulkunen, Pekka & Törrönen, Jukka (toim.) 1997. Semioottisen sosiologian näkökulmia. Sosiaalisen todellisuuden rakentuminen ja ymmärrettävyys. Gaudeamus.

Sulkunen, Pekka (1997) Todellisuuden ymmärrettävyys ja diskurssianalyysin rajat. Teoksessa Sulkunen, Pekka & Törrönen, Jukka (toim.) Semioottisen sosiologian näkökulmia. Sosiaalisen todellisuuden rakentuminen ja ymmärrettävyys. Gaudeamus, 13─53.

Säännöllisen kotihoidon asiakkaat iän ja kotikunnan mukaan 30.11.2010. Liitetaulukko 4. Kotihoidon laskenta 30.11.2010. Suomen virallinen tilasto. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 15.3.2012: http://www.stakes.fi/tilastot/tilastotiedotteet/2011/Tr22_11.pdf

Tedre, Silva (1999) Hoivan sanattomat sopimukset. Tutkimus vanhusten kotipalvelun työntekijöiden työstä. Joensuun yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja nro 40.

Tedre, Silva (2006) Asunnon vangit. Ulos pääseminen sosiaalisena ongelmana. Teoksessa Helne, Tuula & Laatu, Markku (toim.) Vääryyskirja. Helsinki: Kelan tutkimusosasto, 161─171.

Tenkanen, Raija (2007) Sosiaalityö ja kotona asuvien vanhusten ongelmat. Teoksessa Seppänen, Marjaana, Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 181─192.

Tiittula, Liisa & Ruusuvuori, Johanna (2005) Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Tiittula, Liisa (toim.) Haastattelu – tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 9─21.

Tomassini, Cecilia, Kalogirou, Stamatis, Grundy, Emily, Fokkema, Tineke, Martikainen, Pekka, Broese van Groenou, Marjolein & Karisto, Antti (2004) Contacts between elderly parents and their children in four European countries, current patterns and future prospects. European Journal of Ageing (2004) 1: 54─63. Viitattu 15.11.2012:
http://www.springerlink.com.ezproxy.jyu.fi/content/pyf2vanqrny7jpm5/fulltext.pdf

Uotila, Hanna (2011) Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista. Acta Universitatis Tamperensis 1651. Tampere University Press.

Vaarama, Marja, Hakkarainen, Anne & Laaksonen, Seppo (1999a) Vanhusbarometri 1998. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 1999:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 15.11.2012: http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/vbaro/vbluku7.htm,vanhuspalveluja koskevat mielipiteet, avun tarve ja saanti.

Vaarama, Marja, Hakkarainen, Anne & Laaksonen, Seppo (1999b) Vanhusbarometri 1998. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 1999:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 6.3.2013: http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/vbaro/vbluku3.htm ,ikääntyneet ja sosiaaliset suhteet.

Vaarama, Marja, Hakkarainen, Anne & Laaksonen, Seppo (1999c) Vanhusbarometri 1998. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 1999:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 7.3.2013: http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/vbaro/vbluku3.htm. ikääntyminen ja ajankäyttö.

Vaarama, Marja & Voutilainen, Päivi (2002) Kaksi skenaariota vanhusten hoivapalveluiden kehityksestä ja resurssitarpeesta ajalla 1999─2003. Yhteiskuntapolitiikka 67 (2002):4, 352─363. Viitattu 7.2.2013:

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101452/024vaarama.pdf?sequence=1

Vaarama, Marja (2004) Ikääntyneiden toimintakyky ja hoivapalvelut. Nykytila ja vuosi 2015. Teoksessa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 22/2004, 132─190. Luettavissa:

http://vnk.fi/julkaisukansio/2004/j33-ikaantyminen-voimavarana/pdf/fi.pdf

Vaarama, Marja, Luoma, Minna-Liisa, Siljander, Eero & Meriläinen, Satu (2010) 80 vuotta täyttäneiden koettu elämänlaatu. Teoksessa Vaarama, Marja, Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (toim.). Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 150─166.

Vanhuspalvelulaki 2013. Lakihankkeiden tietopaketit – LATI. Eduskunnan kirjasto. Viitattu 11.2.2013:

http://lib.eduskunta.fi/Resource.phx/kirjasto/oikeudellinentieto/tietopaketit/vanhuspalvelulaki.htx

Vilkko, Anni (2010a) Koti vanhetessa. Teoksessa Vilkko, Anni, Suikkanen, Asko & Järvinen-Tassopoulos, Johanna (toim.) Kotia paikantamassa. Lapin yliopistokustannus, 213─236.

Vilkko, Anni (2010b) Eletyn tilan kertominen. Teoksessa Vilkko, Anni, Suikkanen, Asko & Järvinen-Tassopoulos, Johanna (toim.) Kotia paikantamassa. Lapin yliopistokustannus, 35─58.

Vilkko, Anni, Finne-Soveri, Harriet & Heinola, Reija (2010a) Ikäihmisten palvelutarpeet ja saatu apu. Teoksessa Vaarama, Marja, Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (toim.). Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 44─59.

Vilkko, Anni, Muuri, Anu & Finne-Soveri, Harriet (2010b) Läheisapu iäkkään ihmisen arjessa. Teoksessa Vaarama, Marja, Moisio, Pasi & Karvonen, Sakari (toim.). Suomalaisten hyvinvointi 2010. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 60─77.

Wood, Linda A. & Kroger, Rolf O. (2000) Doing Discourse Analysis: Methods for Studying Action in Talk and Text. SAGE Publications. Luettavissa:

http://knowledge.sagepub.com.ezproxy.jyu.fi/view/doing-discourse-analysis/n1.xml