

**KESKI-ikäisten henkilöiden arvojen yhteys ikäkokemukseen ja
ihanneikään**

Eija Happonen

Gerontologian ja kansanterveyden pro gradu -
tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2020

TIIVISTELMÄ

Happonen, E. 2020. Keski-ikäisten henkilöiden arvojen yhteys ikäkokemukseen ja ihanneikään. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, gerontologian ja kansanterveyden pro gradu -tutkielma, 40 s.

Ikäkokemus on ihmisen omakohtainen kokemus omasta iästä ja ikääntymisestä, johon sisältyy sekä yhteiskunnallinen että yksilöllinen taso. Ihanneikäällä tarkoitetaan ikää, jonka ikäinen ihminen tahtoi olla. Kummankin näistä nähdään edustavan asenteita omaa ikääntymistään kohti. Arvot ovat henkilökohtaisia uskomuksia, jotka ohjaavat yksilön toimintaa. Sekä asenteet että arvot ohjaavat yksilön havainnointia, muistia ja valintoja. Koska arvot johtavat toimintaa ja myönteisellä asenteella ikääntymistä kohti on havaittu monia suotuisia yhteyksiä yksilön terveyteen, on oleellista selvittää keski-ikää elävien ihmisten arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneikään välisiä yhteyksiä.

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää, ovatko keski-ikäisten henkilöiden arvot yhteydessä heidän ikäkokemukseensa ja ihanneikänsä. Tutkimusaineistona käytettiin Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimuksen vuonna 2009 kerättyjä tietoja (n = 271). Tutkittavien arvoja kartoitettiin Schwartz Value Survey -kyselyllä, ikäkokemuksesta Attitude Toward Own Aging-mittarilla ja ihanneikää avoimella kysymyksellä. Ikäkokemus muutettiin tässä tutkielmassa dikotomisiksi muuttujaksi (kielteinen–myönteinen) ja ihanneikä luokiteltiin myös kaksiluokkaiseksi (tyytymätön kalenteri-ikä–tyytyväinen kalenteri-ikä) muuttujaksi.

Tilastollisina menetelminä tutkielmassa käytettiin frekvenssijakaumia, ristiintaulukointia, Mann-Whitneyn U-testiä, Kruskal-Wallis -testiä, Spearmanin korrelaatiokerrointa, Fisherin Z-testiä ja binääristä logistista regressioanalyysia, joka oli tutkielman pääanalyysimenetelmä. Regressiomallia hyödyntämällä selvitettiin, mikä on todennäköisyys omata myönteinen ikäkokemus ja mikä on todennäköisyys olla tyytyväinen kalenteri-ikänsä, kun selittävinä muuttujina ovat yhtäaikaisesti arvot, sukupuoli, koulutustaso ja ammattiasema.

Binääristen logististen regressioanalyysien perusteella suvaitsevaisuus (OR 1.73, 95% LV 1.05-2.87) lisäsi todennäköisyyttä myönteiseen ikäkokemukseen turvallisuuden (OR 0.28, 95% LV 0.13-0.63) laskiessa todennäköisyyttä siihen. Perinteet (OR 1.59, 95% LV 1.18-2.14) ja suoriutuminen (OR 1.31, 95% LV 1.03-1.67) nostivat todennäköisyyttä kalenteri-ikänsä tyytyväisyyteen, kun taas turvallisuus (OR 0.60, 95% LV 0.42-0.85) laski todennäköisyyttä siihen. Tulokset toivat uutta tietoa arvojen, ikäkokemuksen ja ihanneikään välisiin yhteyksiin. Aihetta tulisi tutkia jatkossa pitkittäistutkimusasetelmalla syyseuraussuhteiden selvittämiseksi.

Asiasanat: arvot, ikäkokemus, ikäasenteet, ihanneikä, keski-ikä

ABSTRACT

Happonen, E. 2020. Associations between values, personal experience of aging and ideal age among middle-aged people. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Gerontology and public health, Master's thesis, 40 pp.

Personal experience of aging is a subjective experience of one's own aging process which includes both societal and personal levels. Ideal age reflects the age that one desire to be. Both of these notions can depict attitude toward own aging. Values are personal beliefs that guide one's action. Both beliefs and values have a role in controlling one's perception, memory and choice making. Since personal values lead one's action and a positive attitude toward aging is associated with multiple health benefits, it is relevant to examine associations between values, personal experience of aging and ideal age of midlife.

The aim of this study was to investigate possible associations between personal values, personal experience of aging and the notion of ideal age for middle-aged persons. The present study was based on the data collected in 2009 for the Jyväskylä Longitudinal Study of Personality and Social Development (n = 271). Personal values of the participants were surveyed by the Schwartz Value Survey (SVS), personal experience of aging by the "Attitude Toward Own Aging" scale and the ideal age through open-ended questionnaires. Personal experience of aging and ideal age were coded into dichotomic variables (negative–positive; discontent with own calendar age–content with own calendar age)

The statistical methods used in this study included frequency distribution, cross tabulation, the Mann–Whitney U test and the Kruskal Wallis test, Spearman's correlation, Fisher's Z-test and binary logistic regression analysis, which the main investigation was based on. The regression model was used to examine the odds of having a positive personal experience of aging, and to evaluate the odds of being content with own calendar age. Independent variables (personal values, gender, level of education and employment status) were simultaneously examined.

According to binary logistic regression analyses, tolerance increased the odds of having a positive personal experience of aging (OR 1.73, 95% CI 1.05-2.87), while security decreased the odds of having a positive personal experience of aging (OR 0.28, 95% CI 0.13-0.63). Both tradition (OR 1.59, 95% CI 1.18-2.14) and achievement (OR 1.31, 95% CI 1.03-1.67) increased the odds of being content with own calendar age, while security (OR 0.60, 95% CI 0.42-0.85) decreased the odds of being content with own calendar age. The results added new value regarding associations between personal values, personal experience of aging and the notion of ideal age. Longitudinal study design is needed for further research to examine potential causal relations.

Key words: values, attitudes toward own aging, ideal age, personal experience of aging, midlife

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO.....	1
2 IKÄTIETOISUUS.....	3
2.1 Ikäkokemus.....	4
2.2 Ihanneikä.....	7
3 ARVOT.....	9
4 ARVOT, IKÄKOKEMUS JA IHANNEIKÄ.....	15
5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	20
6 TUTKIMUKSEN AINEISTO JA MENETELMÄT.....	21
6.1 Osanottajat.....	21
6.2 Menetelmät ja muuttujat.....	22
6.3 Tilastolliset menetelmät.....	24
7 TULOKSET.....	25
7.1 Kuvaileva tieto.....	25
7.2 Arvojen yhteys ikämuuttujiin.....	29
7.3 Arvojen ja ikäkokemuksen yhteys.....	31
7.4 Arvojen ja kalenteri-ikään tyytyväisyyden yhteys.....	31
8 POHDINTA.....	33
LÄHTEET.....	41

1 JOHDANTO

Keski-ään määritellään ajoittuvan vaihtelevasti ikävuoſien 40–60 välille (Jung & Siedlecki 2018). Vaikka sitä on tutkittu enenemissä määrin edellisen vuosikymmenen aikana, jää kyſeinen ikävaihe usein pois aikuis- ja ikääntymistutkimuksesta. Tämä on valitettavaa huomioiden keski-ään kattavuuden ihmisen elämänkaaressa ja sen merkityksellisyyden niin nuorempien kuin vanhempien elämässä (Lachman 2015).

Ihmisten eliniänodotteiden noustessa on ajateltu, että käsityksissä ikääntymiseen ja vanhaan ikään liittyen tapahtuisi muutoksia. On myös oletettu, että käsitysten uudelleen arviointia tapahtuisi myös yksilötasolla (Kaufman & Elder 2002). On osoitettu, että ihmiset käsittelevät ikääntymistä hyvin erilaisista näkökulmista (Kastenbaum ym. 1972; Barak 2009; Diehl ym. 2014).

Käsitykset ikääntymistä kohtaan, niin yleisellä kuin henkilökohtaisella tasolla, eivät ole yhteydessä pelkkään omakohtaiseen ikäkokemukseen itsessään. Myönteisellä ikäkokemuksella, eli omakohtaisella kokemuksella iästä ja ikääntymisestä, on havaittu useita myönteisiä yhteyksiä yli viisikymmentävuotiaiden terveyteen, toisaalta kielteisellä puolestaan kielteisiä yhteyksiä (Bryant ym. 2012; Sargent-Cox, Anstey & Luszcz 2012; Bellingtier & Neupert 2018; Siebert, Wahl & Schröder 2018; Martin ym. 2019; Tovel, Carmel & Ravies 2019). Myös ihanneiällä, eli iällä, jonka ikäinen ihminen haluaisi olla, on havaittu olevan oleellinen rooli ikääntymiskokemusta määritelleſsä, koska sitä kartoittamalla huomioidaan yksilön sosiaaliset kokemukset ja tiettyyn ikäryhmään samaistumisen tunteet (Diehl ym. 2014; Dolberg & Ayalon 2018). On myös ehdotettu, että varsinaisen kalenteri-ään sijaan ihanneikä heijastaa yksilön asenteita ja käyttäytymismalleja ikääntymiseen liittyen (Weiss & Lang 2012).

Ihmiset voivat sisäistää itseään koskevia asenteita ja stereotyyioita siten, että ne vaikuttavat pääosin tiedostamattomalla tasolla heidän ikääntymiskokemuksensa ja käyttäytymiseensä (Levy 2009; Diehl ym. 2014). Koska keski-ikään liittyy erilaisia harhaluuloja ja stereotyyioita,

voi edellä mainitun näkökannan perusteella olettaa kyseisen elämänvaiheen sisältävän mahdollisia kielteisiä terveysvaikutuksia yksilölle (Lachman 2015).

Asenteilla ja arvoilla on samankaltaisuuksia, sillä kummatkin niistä ohjaavat tiedonkäsittelyä havaitsemisen, muistamisen ja valintojen tekemisen kannalta. Toisaalta ne eroavat siten, että asenteilla on selvä kohde arvojen edustaessa yleisluonteisempia käsityksiä ja periaatteita (Puohiniemi 2002; Pirttilä-Backman ym. 2005). Arvojen nähdään heijastavan myös sitä, millaisena yksilö haluaa näyttytyä itselleen ja muille persoonan, ryhmiin kuuluvuuden tai samaistuvuuden kautta (Pirttilä-Backman ym. 2005).

Ikätietoisuutta ja siihen mahdollisesti liittyviä tekijöitä on tarkasteltu laajasti, sisältäen muun muassa persoonallisuuden piirteet, psykologiset hallintakeinot ja kulttuurilliset ikänormit (Diehl ym. 2014; Kotter-Grühn, Kornadt & Stephan 2016). Kuitenkaan parhaan tietämyksen mukaan arvojen ja ikäkokemuksen tai ihanneiän yhteyttä toisiinsa ei ole tutkittu, pois lukien Puohiniemi (2002), joka sivusi aihetta väitöskirjassaan. Koska arvot ohjaavat yksilön toimintaa ja tavoitteita (Schwartz 1992; Puohiniemi 2002, 2006), ja myönteisemmällä asenteella omaa ja yleistä ikääntymistä kohti on havaittu monia myönteisiä yhteyksiä terveyteen ja hyvinvointiin (Bryant ym. 2012; Sargent-Cox, Anstey & Luszcz 2012; Westerhof ym. 2014; Bellingtier & Neupert 2018; Siebert, Wahl & Schröder 2018; Martin ym. 2019; Tovel, Carmel & Ravies 2019), on oleellista selvittää vähän tutkittua, mutta merkittävää ikävaihetta elävien ihmisten arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiän välisiä yhteyksiä.

Tässä tutkielmassa tarkastellaan arvojen yhteyttä keski-ikäisten henkilöiden ikäkokemukseen ja ihanneikään. Tutkielma perustuu tällä hetkellä käynnissä olevan Jyväskylän yliopiston Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimuksen aineistonkeruuvuoden 2009 aineistoon.

2 IKÄTIETOISUUS

Kronologinen ikä, eli kalenteri-ikä, on todennäköisesti käytetyin mittari ikääntymistutkimuksessa (Kotter-Grühn, Kornadt & Stephan 2016). Sitä käytetään ikääntymismuutoksien mittaamiseen, mutta toisaalta sen koetaan olevan riittämätön havainnollistamaan ikääntymistä tarpeeksi laaja-alaisesti (Barak & Schiffman 1981; MacDonald ym. 2011; Kotter-Grühn, Kornadt & Stephan 2016).

Barak (2009) on ehdottanut Kastenbaumin ym. (1972) henkilökohtaisten iän määritelmien hyödyntämistä, jotka jaetaan 1) emotionaaliseen, 2) biologiseen, 3) yhteiskunnalliseen ja 4) älylliseen ikään. Ne käsittelevät ikiä, jonka 1) ikäiseksi yksilö itsensä tuntee, 2) kuinka vanhalta hän näyttää, 3) kuinka hän osallistuu tietyn ikäryhmän suosimiin asioihin ja 4) kuinka samankaltaisia hänen kiinnostuksenkohteensa ovat tiettyyn ikäryhmään verrattuna (Barak 2009; Kastenbaum ym. 1972). Erilaisiin ikääntymiskäsityksiin liittyvät myös kulttuurilliset erot (Eyetsemitan 2007; Diehl ym. 2014; O'Brien ym. 2017), mutta myös ikääntyvän henkilökohtaisilla ominaisuuksilla ja yhteiskunnassa vallitsevan eliniän pituudella on vaikutusta ikääntymisen määrittelyyn (Sarvimäki 2013, 95).

Kastenbaumin ym. (1972) jaottelu ei kuitenkaan ole saavuttanut suurta näkyvyyttä (Diehl ym. 2014). Myöhemmin onkin esitetty laajaa ikätietoisuus-ylätermiä, jonka alle sijoittuu erilaisia alakategorioita kuvaamaan ikääntymisen erilaisia puolia (Diehl ym. 2014; Kotter-Grühn, Kornadt & Stephan 2016). Määrittelyissä on kuitenkin ristiriitaisuuksia, eroavaisuuksia ja päällekkäisyyksiä (Diehl ym. 2014; Kotter-Grühn, Kornadt & Stephan 2016).

Ikätietoisuuden tietoiselle tasolle, johon vaikuttavat yksilön psykologiset voimavarat, kuuluvat subjektiivinen ikä, omakohtaiset ikääntymiskäsitykset, ikämuutostietoisuus ja ikäidentiteetti (Diehl ym. 2014). Subjektiivisella iällä, eli tunneillä (Puohiniemi 2002, 206), tarkoitetaan ikää, minkä ikäiseksi henkilö itsensä tuntee (Puohiniemi 2002, 206; Barrett 2003; Diehl ym. 2014). Omakohtaiset ikääntymiskokemukset ovat tunneikää laajempia yksilön alitajuisia kokemuksia ikääntymisestä, joihin pystytään kuitenkin vaikuttamaan tietoisesti, mikäli siihen saa mahdollisuuden (Diehl ym. 2014). Siitä poiketen ikämuutostietoisuudella tarkoitetaan iän

mukana tulleiden muutosten tiedostamista, joita yksilö pystyy havaitsemaan esimerkiksi käyttäytymisessään tai toimintakyvyssään (Diehl ym. 2014). Ikäidentiteetti on henkilökohtainen kokemus iästä, joka muodostuu yksilön aiemmista sosiaalisista kokemuksista, kuten ikään liittyvistä sosiaalisista rooleista ja elämänkulun käsityksistä (Kaufman & Elder 2002; Barak 2009, Diehl ym. 2014). Tätä ikätietoisuuden puolta voidaan mitata kysymällä esimerkiksi ihanneikää (Kaufman & Elder 2002), jota mitattiin myös Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksessa (Karttunen 2010).

Ikätietoisuuden esitietoiselle tasolle, johon vaikuttavat kulttuurilliset vaikutteet, kuuluvat ikäasenteet ja ikästereotypiat (Diehl ym. 2014). Ikäasenteet tarkoittavat ikäihmisiin suhtautumista niin ikäryhmänä kuin henkilökohtaisena kokemuksena, joilla voi olla vaikutusta myös käyttäytymiseen (Diehl ym. 2014). Ikästereotypiat ovat tiettyjä ikään liittyviä asenteita ja käsityksiä, jotka liittyvät usein ikärasismiin ja siihen johtavaan käyttäytymiseen (Levy 2009). Esimerkiksi Diehlin ym. (2014) mukaan ikäasenteita ja ikästereotypioita voidaan mitata Attitude Toward Own Aging -mittarilla (Lawton 1975; Liang & Bollen 1983), jota on hyödynnetty myös Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksen ikäkokemuksen mittaamisessa (Karttunen 2010).

2.1 Ikäkokemus

Ikäkokemuksella viitataan yksilön omakohtaiseen kokemukseen iästään ja ikääntymisestään (Levy ym. 2002; Bryant ym. 2012; Sargent-Cox, Anstey & Luszcz 2012; Bellingtier & Neupert 2018; Jung & Siedlecki 2018; Siebert, Wahl & Schröder 2018; Martin ym. 2019; Tovel, Carmel & Ravies 2019). Se voi toisaalta heijastaa kaikkia Diehlin ym. (2014) edellä mainittuja ikätietoisuuden alakategorioita (Levy 2003; Kotter-Grühn ym. 2009), mutta usein ikäkokemusta mitataan jollakin tietyllä mittarilla, kuten ikäasenteisiin ja ikästereotypioihin keskittyvällä Attitude Toward Own Aging -kyselyllä (Levy ym. 2002; Bellingtier & Neupert 2018; Jung & Siedlecki 2018; Siebert, Wahl & Schröder 2018; Martin ym. 2019; Tovel, Carmel & Ravies 2019).

Attitude Toward Own Agingin (ATOA:n) kysymyksillä ja väitteillä mitataan ennakkoluuloja ikääntymiseen liittyen ja vertaillaan eri ajankohtien välisiä tunteita ikääntymisestä (Lawton 1975; Liang & Bollen 1983; Mich, Elsässer, Schilling & Wahl 2014). Siten ikäkokemuksen voidaan nähdä rakentuvan sosiaalisen kanssakäymisen yhteydessä ja kertovan yksilön aiemmista sosiaalisista, kulttuurillisista ja historiallisista kokemuksista (Diehl ym. 2014; Jung & Siedlecki 2018).

Yli viisikymmentävuotiailla on havaittu erilaisia yhteyksiä ikäkokemuksen ja terveyden eri osaluokkien välillä (Martin ym. 2019). Myönteisemmän ikäkokemuksen omaavien henkilöiden havaittiin harjoittavan ennaltaehkäisevää terveyskäyttäytymistä kielteisempää ikäkokemusta omaaviin henkilöihin verrattuna (Levy & Myers 2004). Myönteisen ikäkokemuksen on havaittu olevan yhteydessä korkeampaan elämään tyytyväisyyteen, parempaan mielenterveyteen sekä matalampiin ahdistuneisuuden ja masennuksen tasoihin (Bryant ym. 2012). On myös huomattu, että myönteisemmän ikäkokemuksen omaavat tutkittavat raportoivat tasaista tunne-elämää päivittäisistä stressitekijöistä huolimatta, kun taas kielteisemmän ikäkokemuksen omaavat reagoivat niihin herkemmin (Bellingtier & Neupert 2018). Ikäkokemuksen laatua on tutkittu myös syöpäpotilailla (Martin ym. 2019), jossa sen havaittiin olevan hieman kielteisempää syöpää sairastavilla kuin terveillä tutkittavilla. Toisaalta myönteisen ikäkokemuksen havaittiin olevan suotuisaa tutkittavien terveydelle, sairastivat he syöpää tai ei (Martin ym. 2019).

On myös todettu, että sosioekonomisella asemalla ja koulutustasolla on vaikutusta ikäkokemukseen siten, että matalammin koulutetut ja matalammassa sosioekonomisessa asemassa olevilla ikääntyneillä on kielteisempi ikäkokemus (Barrett 2003; Jang ym. 2004). Lisäksi matalammassa sosioekonomisessa asemassa olevat luokittelevat itsensä todennäköisemmin vanhaksi tai ikääntyneeksi kuin korkeammassa sosioekonomisessa asemassa olevat sekä tuntevat itsensä kalenteri-ikänsä vanhemmiksi (George ym. 1980; Mutran & George 1982; Baum & Boxley 1983; Steitz & McClary 1988).

Näiden sosioekonomisten asemien välisten erojen on ehdotettu johtuvan matalammassa asemassa olevien todennäköisemmin aikaisemmin tapahtuvilla elämäntapahtumilla (esimerkiksi avioliiton solmiminen), mikä saattaa vauhdittaa heidän kokemustansa

ikäntymisestä (Neugarten & Moore 1968; Barrett 2003). Toisaalta on myös ehdotettu, että korkeammassa sosioekonomisessa asemassa olevilla on enemmän syytä tuntea itsensä nuoremmaksi, koska ikääntymisen myötä tulevilla muutoksilla – kuten eläkkeelle jäämisellä – on enemmän haittaa heidän statukselleen kuin matalammassa sosioekonomisessa asemassa olevien statukselle (Rosow 1967; Barrett 2003).

Koska ikästereotypiat liittyvät vahvasti ikäkokemukseen (Diehl ym. 2014; Siebert, Wahl & Schröder 2018), on syytä käsitellä Levyn (2002, 2009) stereotyyppien omaksumisteoriaa ikäkokemuksen ohella. Sen perusteella ihmiset sisäistävät ikääntymiseen liittyviä stereotyyppioita itsensä toteuttavilla tavoilla, joilla on vaikutusta heidän elämäänsä. Niitä omaksutaan enenemissä määrin elämänkaaren aikana, pääosin alitajuisesti (Levy 2002, 2009). Teorian pohjalta ikäkokemuksen ajatellaan kehittyvän jo lapsuudessa ja sen ajatellaan tulevan yhä oleellisemmaksi ihmiselle itselleen ajan myötä ikästereotyyppien kasaantuessa (Levy 2002; Siebert, Wahl & Schröder 2018). Esimerkiksi 23 vuotta kestäneessä pitkittäistutkimuksessa todettiin myönteisten eläkkeelle jäämiseen liittyvien stereotyyppien olevan yhteydessä pitkäikäisyyteen (Lakra ym. 2012). Puolestaan kuusikymmentävuotiaita tutkittaessa havaittiin, että itsensä vaivaksi perheilleen ja yhteiskunnalle kokevat ikääntyneet raportoivat kohonneesta masennuksesta, vaikka sen hetkinen fyysinen ja toiminnallinen terveys sekä perhesuhteiden laatu kontrolloitiin (Bai, Lai & Guo 2016).

Ikästereotypiat voivat kuitenkin vaikuttaa yksilöön erilaisin tavoin. Kotter-Grühn ja Hess (2012) tekivät huomionarvoisen havainnon tutkimusasetelmallaan, jossa tutkittavia altistettiin joko myönteisille tai kielteisille ikästereotyyppioille. Hyväkuntoiset keski-ikäiset ja ikääntyneet tunsivat itsensä vanhemmiksi tultuaan altistetuiksi kielteisille stereotyyppioille, kun taas huonokuntoiset tutkittavat halusivat olla nuorempia kuin ennen altistusta. Myös keski-ikäiset halusivat olla nuorempia kielteisen altistuksen jälkeen. Lisäksi huonokuntoiset tutkittavat ajattelivat näyttävänsä vanhemmilta kielteisen altistamisen jälkeen (Kotter-Grühn & Hess 2012).

2.2 Ihanneikä

Ihanneikä heijastaa yksilön toivottua ikää (Barak, Stern & Gould 1988; Kaufman & Elder 2002). Se kuuluu ikätietoisuuden ikäidentiteetti-alakategoriaan, jonka ajatellaan muotoutuvan yksilön erilaisista sosiaalisista kokemuksista sekä tiettyyn ikäryhmään samaistumisen kokoamisesta. Tähän omakohtaiseen tunteeseen iästä kuuluvat esimerkiksi ikäsidonnaiset sosiaaliset roolit ja erilaiset odotukset elämänvaiheista (Diehl ym. 2014; Dolberg & Ayalon 2018). Siten ihanneiällä voidaan kartoittaa myös kalenteri-ikätyytyväisyyttä, koska sillä mitataan tyytyväisyyttä yksilön havaitsemiin ikääntymismuutoksiin elämässään (Kleinspehn-Ammerlahn, Kotter-Grühn & Smith 2008).

Ihanneikä näyttäisi yleensä olevan kronologista ikää alhaisempi aikuisuudesta lähtien (Hubley & Hultsch 1996), ja niiden erotus kasvaa yksilön vanhetessa (Hubley & Russell 2009). Rubin ja Bernsten (2006) huomasivat 20–97-vuotiaiden tutkittavien keskuudessa 25. ikävuoden kohdalla ajankohdan, jolloin tutkittavat alkoivat pitää itseään kronologisesti nuorempana. He myös havaitsivat, että täytettyään neljäkymmentä vuotta tutkittavat ikäryhmästä huolimatta tunsivat itsensä keskimäärin kaksikymmentä prosenttia nuoremmiksi kalenteri-ikänsä verrattuna (Rubin & Bernsten 2006).

Sukupuolten välisten erojen suhteen on havaittu ristiriitaisuuksia keski-ikäisten ihmisten keskuudessa (Uotinen 2005). Toisaalta eroja ei ole löydetty (Keith 1997), mutta on myös havaittu, että naisilla ihanneikä oli keskimäärin kolme (Karttunen 2010) tai viisi vuotta korkeampi kuin miehillä (Kaufman & Elder 2002).

Kalenteri- ja ihanneiän välistä suhdetta tutkittaessa on ehdotettu, että niiden välinen pieni eroavaisuus kuvastaa sekä nykyhetken hyväksymistä, että yleisesti myönteistä asennetta ikääntymistä ajatellen (Hubley & Hultsch 1994). Kalenteri-ikää lähellä olevan ihanneiän onkin havaittu olevan yhteydessä korkeampaan psykologiseen hyvinvointiin (Karttunen 2010). Karttunen (2010) tekemässä sisällönanalyysissä alhaisempaa ihanneikää toivovat tutkittavat mainitsivat usein perusteluksi paremman kunnon, mahdollisuuden uuteen alkuun tai suotuisan elämänvaiheen. Saman ihanne- kuin kalenteri-ikänsä omaavat tutkittavat raportoivat syiksi

elämäkokemuksen, henkisen kasvun suotuisan elämänvaiheen ja sen, että sen hetkinen ikä on parhain ikä (Karttunen 2010). Puolestaan kalenteri-ikää korkeamman ihanneikä on päätelty Timmerin ym. (2003) mukaan liittyvän toiveisiin omasta vapaudesta tulevaisuudessa, etenkin keski-ikäisillä ja sitä vanhemmilla naisilla. Sen on selitetty liittyvän keski-ikään tuomiin vaativiin rooleihin ja tehtäviin (Timmer ym. 2003). Lisäksi on todettu, että ihanneikä kuvastaa kalenteri-ikää paremmin yksilön asenteita ja käyttäytymismalleja vanhenemista kohden (Weiss & Lang 2012).

Ihmisille on luontaista pitää välimatkaa itsensä ja kielteisesti leimattujen ulkoryhmien välillä (Cesario ym. 2010). Koska ikääntymistä ja ikääntyneitä ei yleisesti ottaen arvosteta länsimaissa (Levy 2009; Abrams ym. 2009; Sarvimäki 2013) voivat ikääntyvät samaistua nuorempiin ikäryhmiin erilaisin tavoin, kuten haaveilemalla olevansa kronologisesti nuorempia (Weiss & Lang 2012; Chopik ym. 2018). Ihmisiä motivoi myös niin sanottu myönteinen erottautuminen omista sisäryhmissään siten, että he erottautuvat suosiollisesti ulkoryhmistä. Tämä voi selittää sitä, miksi yksilöt ovat vähemmän motivoituneita samaistumaan ikäryhmiin, joita ei arvosteta heidän kulttuurissaan (Abrams ym. 2009). Kyseinen ilmiö on havaittu tutkimuksissa, joissa ikääntyneitä altistettiin kielteisille ikästereotyyppioille (Weiss & Lang 2012).

3 ARVOT

Arvot perustuvat Schwartzin (1992) teorian oletusten perusteella kaikkialla päteviin ”inhimillisen olemisen” ehtoihin, jotka juontavat juurensa biologisista, vuorovaikutuksellisista ja lajinsäilymisen varmistamisen tarpeista. Lisäksi ihmisillä on taipumus arvostaa mielihyvää jo varhaislapsuudesta lähtien, kuten myös virikkeitä ja vaihtelua. Koska ihmisillä on myös sosiaalisen kanssakäymisen tarve, pyrkimyksenä on usein yhteisymmärryksessä eläminen (Schwartz 1992). Lisäksi oman ja läheisten turvallisuuden tavoittelemisen ja haasteista selviämiseen pyrkiminen kuuluvat Schwartzin (1992) määrittelemiin ehtoihin (Schwartz 1992; Puohiniemi 2002, 27). Arvojen nähdään myös kuvastavan sitä, millaisen kuvan ihminen tahtoo itsestään antaa niin itselleen kuin muille (Pirttilä-Backman ym. 2005). Arvot ovat siten avuksi selitettäessä ihmisen käyttäytymistä (Helkama 2015).

Vaikka arvoja on useita erilaisia ja ne saattavat muuttua elämän myötä, on niillä myös yhteisiä ominaisuuksia (Schwartz 2012). Ne ovat tunteisiin yhteydessä olevia uskomuksia. Ne motivoivat toimintaa ohjaten toivottuja päämääriä ja tavoitteita. Normeista ja asenteista poiketen arvot eivät ole tilanne- tai toimintasidonnaisia, ja ne voidaan sijoittaa henkilökohtaiseen tärkeysjärjestykseen. Kyseisen tärkeysjärjestyksen nähdään johtavan yksilön toimintaa (Schwartz 2012).

Sillä, mihin kohorttiin yksilö kuuluu, voi olla vaikutusta yksilön arvoihin (Schwartz 2006). Schwartz (2006) havaitsi, että mitä enemmän taloudellista ja fyysistä turvattomuutta nuoret kokevat, sitä enemmän he arvostavat materialistisia arvoja. Materialististen arvojen vähäisempi arvostus nuoremmilla kohorteilla johtunee hänen mukaansa kasvaneesta vauraudesta ja turvallisuudesta, joista monet valtiot ovat nauttineet viimeisen viidenkymmenen vuoden ajan. Tällaiset olosuhteet ovat luoneet mahdollisuuksia yksilölle itsensä hemmotteluun, jännityshakuisuuteen ja omannäköisensä elämän löytämiseen (Schwartz 2006).

Fyysisen ikääntymisen ajatellaan myös olevan yhteydessä arvomaailmaan (Schwartz 2006). Monet väistämättömät epäsuotuisat ikääntymismuutokset voivat lisätä tai laskea arvojen merkitystä yksilön elämässä (Schwartz 2006). Lisäksi elämänvaiheilla on vaikutusta arvojen

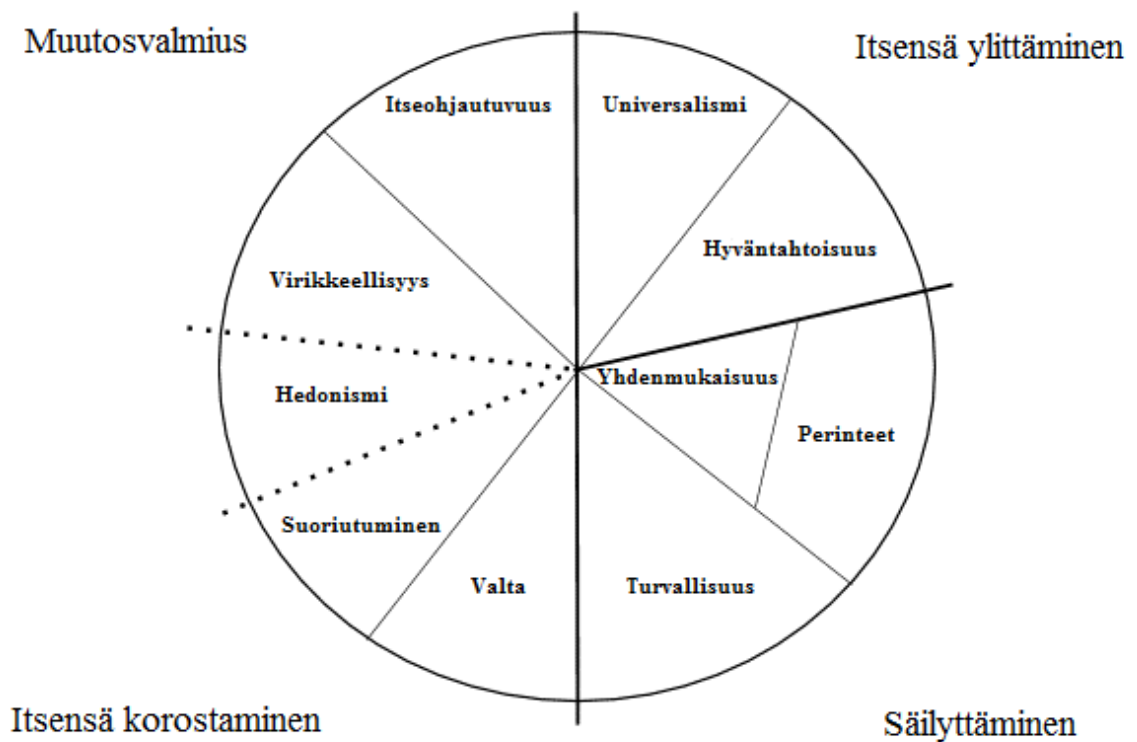
tärkeysjärjestykseen koska eri elämänvaiheisiin liittyy erityispiirteitä, jotka mahdollistavat, toisaalta rajoittavat ja vaativat yksilöltä tiettyjä toimia (Baltes 1987; Schwartz 2006).

1.1. Arvokehä

Arvokehä on teoreettinen yleistys Schwartzin (1992) teoriaan pohjautuvasta arvokartasta. Arvokehässä kymmenen arvoa sijoittuu siten, kuin niiden on eri kulttuureita tutkittaessa havaittu sijoittuvan arvokartalle. Vierekkäin kehällä ovat toisiaan täydentävät arvot, kun taas vastakkaisilla puolilla ovat toisilleen vastakkaiset arvot. Samaan lohkoon kuuluvat arvot, kuten universalismi ja hyväntahtoisuus, edustavat samaa perusmotiivia (Schwartz 1992; Puohiniemi 2002, 8; Hietalahti 2016).

Malliin kuuluu neljä arvoulottuvuutta, jotka ovat itsensä ylittäminen, itsensä korostaminen, säilyttäminen ja muutosvalmius (Schwartz 2006; Puohiniemi 2002, 8; Hietalahti 2016). Nämä arvoulottuvuudet jakautuvat vielä yksilökeskeisiin arvoihin (itsensä korostaminen ja muutosvalmius) ja yhteisökeskeisiin arvoihin (itsensä ylittäminen ja säilyttäminen) (kuvio 1). Schwartz on tosin myöhemmin tarkentanut arvokehää 19 arvon luokittelulla (Schwartz ym. 2017).

Hietalahden (2016) analyysissä Schwartzin arvoista muodostui Lapsesta aikuiseksi - tutkimuksessa 14 arvosta koostuva rakenne ja niiden havaittiin muodostavan yhä säilyttäminen–muutosvalmius ja itsensä ylittäminen–itsensä korostaminen sekä yhteisö- ja yksilökeskeiset arvoulottuvuudet.



KUVIO 1. Schwartzin arvokehä (mukaillen Schwartz 2006, 3 ja Hietalahti 2016)

1.1.1. Itsensä ylittämisen arvot

Itsensä ylittämisen arvoihin lukeutuvat universalismi ja hyväntahtoisuus (Puohiniemi 2002, 36; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Universalismia arvostavat oman lähipiirin ylittävää hyvänsuopaisuutta, joka ylettyy myös ulkopuolisiin ihmisiin ja luontoon. Siihen kuuluu näiden ymmärtäminen, arvostaminen, suvaitseminen ja suojeleminen. Hyväntahtoisuudella on samankaltaisia piirteitä universalismin kanssa, mutta sitä arvostavat asettavat etusijalleen lähimmäisten hyvinvoinnin tukemisen heihin kohdistuvalla huolenpidolla ja ystävällisyydellä (Puohiniemi 2002, 35–36; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Hietalahden (2016) Lapsesta

aikuisiksi -tutkimuksessa suorittaman konfirmatorisen faktorianalyysin perusteella universalismi jakautui yhteiskunnalliseen huolenpitoon, suvaitsevaisuuteen ja luonnonsuojeluun, hyväntahtoisuuden jakautuessa huolenpitoon ja luotettavuuteen.

Robinson (2013) arvioi, että itsensä ylittämisen arvot olisivat korkeimmillaan keski-ikäisillä henkilöillä. Tämä pohjautuu Eriksonin (1994), McAdamsin ja de St Aubin (1998) ja Vaillant (2008) tutkimustuloksiin siitä, että toisista ja tulevista sukupolvista huolehtiminen on korkeimmillaan 40–60-vuotiaana. Tasa-arvoisia kulttuureja tutkittaessa on havaittu naisten arvostavan hyväntahtoisuutta miehiä enemmän (Schwartz & Rubel 2005). Universalismin on myös havaittu olevan yhteydessä yliopistokoulutukseen (Schwartz 2007) ja korkeampaan koulutustasoon (Puohiniemi 2002, 73). Nämä havainnot ovat yhdenmukaisia itsensä ylittämisen arvomaailmaa arvostavien asiantuntija- ja johtotehtävissä olevien henkilöiden kanssa (de Almeida ym. 2006).

1.1.2. Säilyttämisen arvot

Säilyttämisen arvoihin kuuluvat yhdenmukaisuus, perinteet ja turvallisuus (Puohiniemi 2002, 35; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Yhdenmukaisuutta arvostavat välttelevät toimia tai valintoja, jotka saattaisivat häiritä muita tai olla vastakkain yhteisöä koskevien odotusten tai normien kanssa. Perinteitä arvostavat noudattavat, kunnioittavat ja hyväksyvät kulttuurin tai uskonnon edellyttämiä tapoja sitoutumalla niihin. Turvallisuutta arvostavat tavoittelevat tasaisuutta ja oman elämän tasapainon rauhallista jatkuvuutta (Puohiniemi 2002, 35; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Usein keski-ikään kuuluu erilaisia velvollisuuksia niin siviili- kuin työelämässä, mikä rajoittaa riskien ottamista ja muutoksen mahdollisuutta, jolloin säilyttämisen arvot korostuvat (Schwartz 2012). Säilyttämisen arvojen on Robinsonin (2013) mukaan ajateltu painottuvan keski-ikään myös oletuksena siitä, että ikääntymisen myötä muutoshakuisuus, niin henkilökohtaisella kuin yhteiskunnallisella tasolla, laskee. Toisaalta jo olemassa olevaa kulttuuria pyritään vaalimaan ja säilyttämään nykytilanne (Robinson 2013).

Perinteiden arvostamisen on osoitettu olevan kaikista muista arvoista vahvimmissa yhteydessä ikääntymisen kanssa (Robinson 2013), mutta on kuitenkin arvioitu, että säilyttämisen arvojen

arvostaminen laskee vauriissa ja turvallisissa maissa, sillä yksilöillä on mahdollisuus tavoitella niiden lisäksi muitakin arvoja (Schwartz 2006). Voi olla, että turvallisuutta arvostetaan ikääntyessä enemmän kuin nuoruudessa, sillä turvallisen ja tutun ympäristön merkitys korostuu väijäämättömissä ikääntymismuutoksissa. Lisäksi yhdenmukaisuutta ja perinteitä arvostetaan enemmän, koska aiemmin toimiviksi todetut toimintatavat vaativat vähemmän ja ovat riskittömämpiä kuin uudet toimintatavat (Schwartz 2006). Ammattiasemaa tarkasteltaessa on havaittu, että säilyttämisen arvomaailmaa arvostetaan teollisuudessa työskentelevien ja itsensä työllistävien keskuudessa (de Almeida ym. 2006). Lisäksi kaikkien säilyttämisen arvojen on huomattu korreloivan negatiivisesti koulutuksen pituuden kanssa (Schwartz 2007), Puohiniemen (2002, 73) puolestaan havainneen kyseisen yhteyden pelkän yhdenmukaisuuden kanssa.

1.1.3. Itsensä korostamisen arvot

Itsensä korostamisen arvoihin lukeutuvat valta ja suoriutuminen (Puohiniemi 2002, 34; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Valtaa arvostavat painottavat muiden ihmisten ja voimavarojen määrä hallinnointia sekä yhteiskunnallisen arvostuksen ja statuksen korostamista. Suoriutuminen poikkeaa vallasta siten, että sitä arvostava tähtää henkilökohtaiseen menestykseen, kulttuurin mukaisten normien mukaisesti (Puohiniemi 2002, 34; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Itsensä korostamisen arvojen ei oleteta painottuvan keski-iässä, sillä niiden ajatellaan korostuvan yksilön keskittyessä omaan tulevaisuuteensa ja sen tavoitteisiin, mikä on ristiriidassa keski-iässä havaitun muista huolehtimisen tarpeen kanssa (Schwartz 2012; Robinson 2013). Toisaalta Sortheixin ja Schwartzin (2017) mukaan suoriutumista arvostavat pyrkivät hallitsemaan ahdistustaan sosiaalisia odotuksia täyttämällä, mutta suoriutumisen arvostamisen nähdään tukevan myös kykenevyyden tunteita. Puolestaan valtaa arvostavat pyrkivät heidän mukaansa lievittämään ahdistustaan kokemiaan uhkia hallitsemalla (Sortheix & Schwartz 2017). Valta on osoittautunut miehille tärkeämmäksi arvoksi kuin naisille tasa-arvoisissa kulttuureissa (Schwartz & Rubel 2005). Ammattiasemaltaan yrittäjien on havaittu arvostavan itsensä korostamisen arvoja (de Almeida ym. 2006).

1.1.4. Muutosvalmiuden arvot

Muutosvalmiuden arvoihin luetaan hedonismi, virikkeellisyys ja itseohjautuvuus (Puohiniemi 2002, 33; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Hedonismia arvostavien arvokeskiössä ovat mielihyvän ja nautintojen hakeminen, itsensä hemmottelu ja omien mielitekojen tyydyttäminen. Virikkeellisyyttä arvostavien arvomaailmaan kuuluu jännityksen ja uusien kokemusten tavoittelu sekä haasteiden kohtaamisen tarve. Puolestaan itseohjautuvuutta arvostavat henkilöt arvostavat toiminnan ja ajattelun vapautta, uusien asioiden tutkimista ja luomista sekä omien tavoitteiden päättämistä (Puohiniemi 2002, 33; Schwartz 2012; Hietalahti 2016). Hietalahden (2016) analyysin mukaan muutosvalmiuden arvoulottuvuuteen kuuluvat toiminnan autonomia ja ajattelun autonomia.

Robinsonin (2013) mukaan muutosvalmiuden arvojen ajatellaan liittyvän saavutusten ja menetyksen suhteeseen sekä aikahorisonttiin, eli aikaan mitä yksilö kokee itsellään olevan jäljellä. Siten niiden esitetään olevan korkeimmillaan nuoruudessa, mutta toisaalta kyseiset arvot voivat nousta keski-ikässä esimerkiksi lapsien poismuuton myötä (Robinson 2013). Schwartzin (2006) mukaan virikkeellisyyttä ei välttämättä arvosteta yhtä paljon kuin nuorempina, sillä uudet asiat ja riskinotto koetaan uhkaavampana. Aistien heikkeneminen vaikuttaa kykyyn nauttia aistillisesta mielihyvästä, mikä voi johtaa hedonismin arvostuksen laskuun. Lisäksi keski-ikä tuomat erilaiset velvoitteet edistävät enemmän säilyttämisen arvostamista virikkeisyyden ja suoriutumisen arvostamisen sijasta (Schwartz 2006). Yleisesti ottaen Schwartz kuitenkin arvioi (2006) nykyisissä turvallisissa ja vauraissa maissa muutosvalmiuden arvojen yleistyneen vakaiden olosuhteiden mahdollistaessa niitä. Koulutuksen pituuden on huomattu korreloivan positiivisesti itseohjautuvuuden (Puohiniemi 2002, 73; Schwartz 2007) ja virikkeellisyyden kanssa (Schwartz 2007). Lisäksi on havaittu hedonismin olevan yhteydessä matalan koulutustason kanssa (Puohiniemi 2002, 73).

4 ARVOT, IKÄKOKEMUS JA IHANNEIKÄ

Arvojen, ikäkokemuksen ja ihanneiän välisiä yhteyksiä on tutkittu hyvin vähän. Vaikka Diehl ym. (2014) ovat tutkineet laajasti ikätietoisuuteen yhteydessä olevia muuttujia, tiettävästi vain Puohiniemi (2002) on käsitellyt arvojen ja tunneiän välisiä yhteyksiä. Koska arvot ohjaavat ihmisten toimintaa (Schwartz 1992, 2012; Puohiniemi 2002, 206) ja positiivisella asenteella ikääntymistä kohti niin yleisellä kuin henkilökohtaisella tasolla on havaittu useita suotuisia yhteyksiä terveyteen (Levy ym. 2002; Levy & Myers 2004; Bryant ym. 2012; Sargent-Cox, Anstey & Luszcz 2012; Westerhof ym. 2014; Bellingtier & Neupert 2018; Jung & Siedlecki 2018; Siebert, Wahl & Schröder 2018; Martin ym. 2019; Tovel, Carmel & Ravies 2019), on tärkeää selvittää muita ikäryhmiä vähemmän tutkittujen keski-ikäisten ihmisten (Lachman 2015) arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiän välisiä yhteyksiä.

Sinällään näiden muuttujien välisten yhteyksien tutkimustiedon vähäisyys on yllättävää myös huomioiden aiemman hyvinvointitutkimuksen yhteyden niin ikäkokemuksen (Lawton 1975; Liang & Bollen 1983) kuin arvojen (Sagiv & Schwartz 2000; Buchanan & Bardi 2015; Sortheix & Schwartz 2016) suhteen. Koska ikäkokemusta käytetään myös ikääntyvien henkilöiden subjektiivisen hyvinvoinnin mittaamiseen (Lawton 1975; Liang & Bollen 1983) ja ihanneikään liittyy myös psykologisen hyvinvoinnin puoli (Karttunen 2010), on tärkeää tuoda lisätietoa ikätietoisuuden viitekehykseen arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiän välisiä mahdollisia yhteyksiä tutkimalla. Kuitenkin on tiedostettava, että aiempi tutkimustieto arvojen ja hyvinvoinnin yhteydestä on melko ristiriitaista, eivätkä havaitut korrelaatiot niiden välillä ole olleet kovin vahvoja (Sagiv & Schwartz 2000; Buchanan & Bardi 2015).

Koska arvot ohjaavat ihmisten toimintaa (Schwartz 1992), Puohiniemi (2002, 206) oletti itsensä nuoremmaksi tuntevien henkilöiden poikkeavan oman ikäistensä arvomaailmoista siten, että he samaistuisivat kalenteri-ialtään nuorempien henkilöiden arvomaailmoihin. Hypoteesi osoittautui kuitenkin vääräksi, sillä hän ei havainnut itsensä nuoremmaksi tuntevien yli viisikymmentävuotiaiden tutkimushenkilöiden arvostavan virikkeisyyttä tai hedonismia nuorempien tutkimushenkilöiden tavoin. Kaikista nuorimmaksi tuntevien tutkittavien arvomaailmasta löytyi kuitenkin muiden yli viisikymmentävuotiaiden arvomaailmasta

poikkeava arvosuuntaus, eli turvallisuuden poissaolo (Puohiniemi 2002, 206). Puohiniemen (2002, 213) mukaan yli viisikymmentävuotiaiden nuorekkuuden tuntemukset selittyvät vain osittain vastuullisella asenteella ja terveellisillä elintavoilla. Hän uskoikin ”ikinuorten” arvomaailman arvojärjestyksen liittyvän kulttuurilliseen suvaitsevaisuuteen ja oman itsensä hyväksymiseen huolimatta ajan kulusta sekä oman elämäntarkoituksen löytämiseen. Kaiken kaikkiaan hän kuvaili itsensä nuoremmiksi tuntevien olevan tyytyväisiä omaan kalenteri-ikänsä (Puohiniemi 2002, 213).

On kiinnostavaa pohtia, mikä Puohiniemen (2002, 206) tutkimustulosta voisi muutoin selittää. Turvallisuuden arvostamisen merkitystä ihmisen hyvinvoinnille on tutkittu jo aiemmin puute- ja kasvuarvojen yhteydessä (Sagiv & Schwartz 2000). Puutearvoilla viitataan arvoihin, joiden merkitys kasvaa niiden ollessa uhattuina tai niistä ollessa puutetta (Sagiv & Schwartz 2000; Helkama 2015). Niihin luokitellaan turvallisuuden lisäksi yhdenmukaisuus, perinteet ja valta (Sagiv & Schwartz 2000). Kyseisten arvojen arvioidaan heikentävän hyvinvointia, koska ne heijastelevat turvattomuuden ja uhkan kokemisen tunteita (Sagiv & Schwartz 2000). Sagiv ja Schwartz (2000) myös päättelivät, että turvattomuutta ja uhkaa tunteva yksilö pystyy keskittymään pääosin vain omiin ongelmiinsa, eikä hänellä ole voimavaroja esimerkiksi muiden hyvinvoinnin tai jännityksen tavoittelemiseen. Siten hän arvostaisi turvallisuutta, varmuutta ja ahdistuksen purkamista painottavia arvoja, eli säilyttämisen arvomaailma korostuisi muiden arvojen kustannuksella (Sagiv & Schwartz 2000). Vaikka muut säilyttämisen arvot, eli valta ja suoriutuminen, sijoitetaan samalle itsensä korostamisen arvoulottuvuudelle (Schwartz 1992), Bilskyn ja Schwartzin (1994) mukaan valta edustaa itsesuojelua ja puutetarpeiden muutoksia olemalla siten ”epäterve” arvo. Puolestaan suoriutuminen on heidän mukaansa ”terve” arvo itsensä toteuttamisen ja kasvutarpeiden muutoksia edustaen.

Puutearvoajattelua soveltaen voisi ajatella, että Puohiniemen (2002) havaitsema turvallisuuden puuttuminen kaikista nuorekkaimmiksi tuntevilla voi kertoa siitä, ettei heillä ole turvattomuuden tai uhkan kokemisen tunteita. Voimavara-ajattelun puolesta turvallisuuden puuttuminen voisi taas heijastaa sitä, että heillä on voimavaroja keskittyä muihinkin asioihin kuin turvallisuuteen. Onkin ehdotettu, että henkisiä voimavaroja omaava yksilö on elämäänsä tyytyväinen ja tuntee itsensä turvalliseksi, mikä mahdollistaa hyvántahtoisuuden tai universalismin arvojen toteuttamisen käytännössä (Sagiv & Schwartz 2000). Lisäksi on esitetty,

että elämäänsä tyytyväisellä ja itsensä turvalliseksi tuntevalla ihmisellä on riittävästi henkisiä voimavaroja, jolloin hän voi tavoitella omaehtoisuutta muutosvalmiuden arvojen avulla (Sagiv & Schwartz 2000). Vaikka Puohiniemi (2002) ei löytänyt merkitseviä eroja näiden arvomaailmojen esiintymisessä eri tunneikäryhmissä, hän kuitenkin esitti ”ikinuorten” arvomaailmaan liittyvän kulttuurillisen suvaitsevaisuuden, itsensä hyväksymisen ja oman elämäntarkoituksensa löytämisen. Nämä asiat voisivat olla samansuuntaisia muutosvalmiuden ja itsensä ylittämisen arvojen kanssa, joista kaikki, hedonismia lukuun ottamatta, luokitellaan kasvuarvoiksi (Sagiv & Schwartz 2000). Kasvuarvoilla tarkoitetaan arvoja, joiden toteutuminen johtaa kyseisten arvojen arvostamisen kasvuun (Sagiv & Schwartz 2000; Helkama 2015). Näiden arvojen ajatellaan edistävän hyvinvointia, koska ne liittyvät Maslowin (1954) tarvehierarkian viimeiseen tasoon, eli itsensä toteuttamiseen (Sagiv & Schwartz 2000).

Puute- ja kasvuarvojen lisäksi arvojen ja hyvinvoinnin välistä yhteyttä on pyritty selittämään itsemääräämisteorian pohjalta. Itsemääräämisteorian perusteella hyvinvointia edistävät omaehtoisuuden, kyvykkyyden ja yhteisöllisyyden tarpeet (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000). Sen pohjalta määriteltyjen arvojen on ehdotettu olevan suotuisampia yksilön hyvinvoinnille (Bilsky & Schwartz 1994). Näitä arvoja ovat Bilskyn ja Schwartzin (1994) mukaan itseohjautumisen, suoriutumisen sekä itsensä ylittämisen arvot, sillä ne tukevat itsemääräämisteorian keskiössä olevia yhteisöllisyyden, kyvykkyyden ja omaehtoisuuden tarpeita. Itsemääräämisteoriassa tunnistetaan myös ulkoiset tarpeet, jotka kumpuavat muiden hyväksynnän tarpeista ja sosiaalisen tuomitsemisen välttelystä (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000). Näitä tarpeita edustaviksi arvoiksi on määritelty valta sekä mahdollisesti suoriutuminen ja yhdenmukaisuus, jotka olisivat negatiivisessa yhteydessä hyvinvointiin (Bilsky & Schwartz 1994). Puohiniemen (2002) tutkimustuloksista ei ollut tämän teorian suhteen mitään muita viitteitä kuin hänen ”ikinuorten” arvomaailman kuvailu, josta oli havaittavissa tiettyjen arvojen yhteneväisyyksiä itsemääräämisteorian sisäisten ja ulkoisten (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000) tarpeiden perusteella.

Toisaalta on myös ehdotettu, että arvojen toteutuminen yksilön elämässä – huolimatta niiden sisällöstä – johtaisi myönteiseen hyvinvoinnin tunteeseen (Sagiv, Roccas ja Hazan 2004, 103). Honka ym. (2019) löysivätkin yhteyden arvoihin sitoutumisen ja onnellisuuden väliltä. Lisäksi on painotettu yksilön ja tämän sosiaalisen ympäristön yhtenäisyyttä: mikäli ne ovat yhtenäiset,

johtavat yksilön arvot todennäköisesti hyvinvointiin (Sagiv, Roccas & Hazan 2004, 113). Voisi siis olla, että arvon sisällöstä huolimatta sen toteutuminen nostaisi todennäköisyyttä yksilön myönteiseen ikäkokemukseen tai omaan kalenteri-ikään tyytyväisyyteen.

Omasta ikäryhmästään erottautumiselle, eli tässä tapauksessa kalenteri-ikä ja ihanneikä väliselle erotukselle, on pohdittu erilaisia selityksiä. Erottautuminen voi olla keino suojella itseään vahingollisilta vaikutuksilta, joita kielteiset ikästereotyytiat ruokkivat ikääntyneiden itsetunnosta (Weiss, Sassenberg & Freund 2013). Yleisesti länsimaaisissa kulttuureissa arvostetaan autonomiaa, tuottavuutta ja aktiivisuutta, joiden toteutumisen perusteella myös ikääntymistä määritellään (Levy 2009; Abrams ym. 2009; Sarvimäki 2013, 95). Kun ihminen ei enää pysty saavuttamaan edellä mainittuja arvoja, ajatellaan varsinaisen ikääntymisen alkaneen. Itse ikääntyvät henkilöt soveltavat samoja kriteerejä omakohtaisessa ikääntymisprosessissa (Levy 2009; Abrams ym. 2009; Sarvimäki 2013, 95). Näitä länsimaissa yleisesti arvostettavia arvoja edustavat Schwartzin (1992) arvoista ainakin itseohjautuvuus ja suoriutuminen. Voi olla, että ihanneiäkseen oman kronologisen ikänsä ilmoittavat arvostavat juuri itseohjautuvuutta ja suoriutumista, koska niihin liittyy itsenäisyyden ja toiminnallisuuden piirteet. Nämä arvot puolestaan edustavat itsemääräämisteorian mukaisia hyvinvointia edustavia arvoja (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000).

Arvoja ja ikätietoisuutta on käsitelty aikaisemmassa tutkimuskirjallisuudessa soveltamalla niitä myös kehityspsykologiaan. Eriksonin psykososiaalisen kehityksen teorian (1950) mukaan keski-ikä on elämänvaihe, johon kuuluu tuottavuuden ja muista huolehtimisen taisto lamaantumisen ja itseensä keskittymisen välillä. Yksilön onnistuessa ratkaisemaan kriisin, pystyy hän olemaan tuottelias ja pitämään huolta muista. Jos kriisin ratkaisu epäonnistuu, yksilöä kuvaa tuottamattomuus ja itsekeskeisyys (Erikson 1950). Hietalahti (2016) peilasi Eriksonin (1950) tuottavuuden ja muista huolehtimisen kehitystehtäviä Schwartzin (1992) itsensä ylittämisen arvojen kanssa ja totesi niiden olevan sisällöllisesti samankaltaisia. Diehl ym. (2014) taas ehdottivat, että ikätietoisuudella voi olla vaikutusta yksilön kehitystehtäviin. He viittasivat Eriksonin (1950) vanhuuden kehitystehtävän (minän eheys vs. epätoivo) onnistuminen nojaa siihen oletukseen, että itse havaitut eroavaisuudet ihanneikä ja kalenteri-ikä välillä tulee ratkaista, jotta yksilö voi hyväksyä eläneensä elämän ilman katumuksia. Sen saavuttamiseksi yksilöltä vaaditaan myönteisiä käsityksiä ja asenteita omaa ikääntymistä

kohden, mutta myös tietoisuutta ikään liittyvistä muutoksista, minkä avulla yksilö pystyy luomaan tasapainoa elämässä koettujen menetysten ja saamisten välille (Diehl ym. 2014). Eriksonin (1950) psykososiaalista teoriaa on tarkasteltu myös pelkästään miesten näkökulmasta, jossa Vaillant ja Milofsky (1980) lisäsivät Eriksonin (1950) alkuperäiseen malliin “uravahvistamisen” tehtävän, joka sijoittuu varhaisaikuisuuden läheisyyden ja keski-iän tuotteliaisuuden/huolenpidon tehtävien väliin, eli tutkittavien ollessa 30–47-vuotiaita. Uravahvistamisessa on kyse saatujen opetusten sisäistämisestä, jolloin yksilön on mahdollista huomata itsekeskeisyytensä vähenemisen myötä oma roolinsa yhteiskunnallisella tasolla (Vaillant & Milofsky 1980). Heidän mukaansa kyseiseen kehitystehtävään kuuluu jokin ura, johon sitoudutaan, jonka avulla hyvitetään, sekä saadaan sen avulla tyytyväisyyden ja kyvykkyyden tunteita (Vaillant & Milofsky 1980). Voisi siis olla mahdollista, että ikätietoisuus vaikuttaisi myös keski-iän kehitystehtävän onnistumiseen. Toisaalta nykytietämyksen mukaan aikuisuuteen liittyvät psykososiaaliset kehitystehtävät eivät ole tiukasti sidoksissa kalenteri-ikäen, vaan ne voivat ilmetä yksilön kokemusmaailmasta ja itsekäsityksistä riippuen eri ikävaiheissa (Vaillant & Milofsky 1980; Lachman 2004).

5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, ovatko arvot yhteydessä keski-ikäisten henkilöiden ikäkokemukseen ja ihanneikään.

Ensimmäinen tutkimuskysymys liittyi siihen, ovatko arvot yhteydessä keski-ikäisten henkilöiden ikäkokemukseen. Hypoteesina on, että myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden kasvaminen on yhteydessä muutosvalmiuden ja itsensä ylittämisen arvoihin sekä suoriutumiseen, ja että myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden vähentyminen on yhteydessä säilyttämisen arvoihin ja valtaan.

Toinen tutkimuskysymys liittyi siihen, ovatko arvot yhteydessä keski-ikäisten henkilöiden ihanneikään. Hypoteesina on, että kalenteri-ikään tyytyväisyyden todennäköisyyden kasvaminen on yhteydessä muutosvalmiuden ja itsensä ylittämisen arvoihin sekä suoriutumiseen, ja että kalenteri-ikään tyytyväisyyden todennäköisyyden vähentyminen on yhteydessä säilyttämisen arvoihin ja valtaan.

6 TUTKIMUKSEN AINEISTO JA MENETELMÄT

6.1 Osanottajat

Tässä pro gradu -tutkielmassa käytetty aineisto on osa professori Lea Pulkkinen vuonna 1968 aloittamaa Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimusta (Pulkkinen 2017). Tutkimusotos syntyi alun perin satunnaisesti valitusta 12 kansakoululuokasta Jyväskylän seudulta. Osanottajia oli 396, joista oli poikia 196 ja tyttöjä 173. Kaikki heistä olivat syntyneet Suomessa. Enemmistö osanottajista (93,5 %) oli syntynyt vuonna 1959, heitä vuoden vanhempia oli 3,8 % ja vuoden nuorempia 2,7 %. Pääaineistonkeruuvaiheita on myöhemmin suoritettu kuusi kertaa osanottajien ollessa 8-, 14-, 27-, 36-, 42- ja 50-vuotiaita. Tässä tutkielmassa käytettiin 50-vuotiailta kerättyä aineistoa vuodelta 2009. Siihen mennessä käytettävissä oleva otoskoko oli laskenut 88 prosenttiin alkuperäisestä, koska osanottajista 12 oli kuollut ja 34 kieltäytynyt tutkimukseen osallistumisesta. Tästä joukosta (N = 323) tutkimukseen osallistui ainakin osittain yhteensä 271 henkilöä (144 miestä ja 127 naista). Tällä hetkellä, vuonna 2020, aineistoa kootaan kuusikymmentä vuotta täyttäneiltä tutkimushenkilöiltä.

Tutkimusmenetelminä käytettiin postitse toimitettu elämäntilannekysely (n = 270), erilaisia itsearviointilomakkeita sisältävä psykologinen haastattelu (n = 227) ja terveystarkastus (n = 227). Lisäksi aikaisempien aineistonkeruuvaiheiden tietoja hyödynnettiin koulutuksen osalta puutteellisten tietojen täydentämiseksi. Sen vuoksi koulutuksen suhteen otoskoko (n = 356) oli suurempi kuin vuoden 2009 (Metsäpelto ym. 2010). Vuoden 2009 otos edusti vuonna 1959 Suomessa syntyneiden kohorttia esimerkiksi työtilanteen osalta (Tilastokeskus 2010). Keski-Suomen sairaanhoitopiiri on myöntänyt eettisen toimikunnan hyväksynnän vuoden 2009 tutkimukselle (Metsäpelto ym. 2010).

Tämän pro gradu -tutkielman aineistona käytettiin vuoden 2009 aineiston tutkimushenkilöiden itsensä täyttämää elämäntilannekyselyä, henkilökohtaisten arvojen arviointiin käytettyä SVS-lomaketta sekä psykologisesta haastattelua ja sen aikana täytettyjä itsearviointilomakkeita. Tässä tutkielmassa tutkimusjoukon vaihteluväli naisilla oli 106–132, miehillä 109–149.

6.2 Menetelmät ja muuttujat

Karttunen (2010) tutki pro gradu -tutkielmassaan Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimuksen keski-ikäisten ikäkokemusta, ihanneikää ja hyvinvointia. Ikäkokemuksen mittaamiseen käytettiin Attitude Toward Own Aging- mittaria, joka on Philadelphia Geriatric Center Morale Scale -kyselyn ala-asteikko (Lawton 1975; Liang & Bollen 1983). Mittari muodostui viidestä ikääntymistä koskevasta väittämästä, joista neljä kysyttiin psykologisessa haastattelussa. Näistä väittämistä kolme oli kaksiluokkaisia, joiden vastaukset koodattiin dikotomisesti ei-kyllä-asteikolla (0 = ei, 1 = kyllä). Väittämään ”Huomaan, että kun vanhenen, niin asiat ovat siihen verrattuna mitä aikaisemmin ajattelin” vastattiin kolmiluokkaisesti vaihtoehdoin ”paremmin / huonommin / sellaisia kuin ajattelin”. Karttunen (2010) muutti väittämän dikotomisesti muuttujaksi koodaamalla vastaukset ”paremmin” ja ”sellaisia kuin ajattelin” yhteen (0 = huonommin, 1 = paremmin/sellaisia kuin ajattelin). ”Olen yhtä onnellinen nyt kuin nuorempana” -väittämään ei esitetty psykologisen haastattelun aikana, vaan vastaus väittämään muodostettiin psykologisen haastattelun kysymyksistä. Tutkittava arvioi asteikolla -3—+3 (-3 = olen ollut erittäin onneton tai tyytymätön, +3 = olen ollut erittäin onnellinen tai tyytyväinen), kuinka onnellinen ja tyytyväinen hän oli tällä hetkellä, sekä kuinka onnelliseksi ja tyytyväiseksi hän oli kokenut itsensä ajoistaan täytettyään neljäkymmentä vuotta. Karttunen (2010) laski vastauksista erotusmuuttujan, jonka perusteella ikäkokemuksen viidenteen väittämään koodattiin vastaus dikotomisella asteikolla (0 = en ole yhtä onnellinen nyt kuin nuorempana, 1 = olen yhtä onnellinen nyt kuin nuorempana). Vastauksista luotiin summapistemuuttuja, jossa korkea pistemäärä merkitsi myönteisempää ikäkokemusta (minimi 0, maksimi 5) (Karttunen 2010). Tässä tutkielmassa käytettiin Karttunen (2010) muodostamaa summapistemuuttujaa, joka jaettiin kaksiluokkaiseksi muuttujaksi (1 = kielteinen, 2 = myönteinen). Luokittelu tapahtui siten, että ikäkokemusmittarista alle 2,5 pistettä saaneet luokiteltiin kielteisen ikäkokemuksen luokkaan. Enemmän kuin 2,5 pistettä saaneet luokiteltiin myönteisen ikäkokemuksen luokkaan.

Ihanneikää mitattiin avoimella kysymyksellä psykologisessa haastattelussa ”Kuinka vanha toivoisit olevasi?”. Karttunen (2010) luokitteli vastausten jakaumat kolmiluokkaisesti niin, että tutkimushenkilöt jakautuivat kolmeen ryhmään tasaisesti (ihanneikä alle 35 vuotta, ihanneikä 35–48 vuotta, ihanneikä yli 48 vuotta). Tässä tutkielmassa muokattiin kyseistä ihanneikämuuttujaa (Karttunen 2010) koodaamalla se kaksiluokkaiseksi siten, että

ihanneikänsä nuoremmiksi raportoivat luokiteltiin kalenteri-ikänsä tyytymättömiksi (= 1) ja oman ikänsä tai vanhemman iän ihanneiäkseen ilmoittaneet luokiteltiin kalenteri-ikänsä tyytyväisiksi (= 2).

Arvoja kartoitettiin Schwartz Value Survey -kyselyllä (SVS), joka on kehitetty Schwartzin arvoteorian pohjalta mittaamaan arvojen tärkeyttä. Kyselyyn kuuluu 57 periaatetta ja toimintatapaa elämään liittyen, joita vastaaja arvioi asteikolla -1–7 (-1 = arvojeni vastainen, 0 = ei tärkeä, 1–3 = tärkeä, 4–6 = hyvin tärkeä, 7 = äärimmäisen tärkeä) (Schwartz 1992, 2012; Hietalahti 2016). Tässä tutkielmassa käytettiin Hietalahden (2016) konfirmatorisen faktorianalyysin avulla havaittua 14 arvon rakennetta Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksen aineistosta, jotka olivat: universalismi (yhteiskunnallinen huolenpito), universalismi (suvaitsevaisuus), universalismi (luonnonsuojelu), hyväntahtoisuus (luotettavuus), hyväntahtoisuus (huolenpito), perinteet, yhdenmukaisuus, turvallisuus, valta, suoriutuminen, hedonismi, virikkeellisyys, itseohjautuvuus (ajattelun vapaus) ja itseohjautuvuus (toiminnan vapaus).

Tutkimushenkilöiden koulutustasoa mitattiin elämäntilannekyselyssä, jossa vaihtoehdot olivat 1 = peruskoulu/korkeintaan kurssi, 2 = keskiaste, 3 = alin korkea-aste tai opistoaste, 4 = yliopisto tai ammattikorkeakoulu (Metsäpelto ym. 2010). Tässä tutkielmassa koulutustaso luokiteltiin tätä neliluokkaista luokittelua hyödyntäen kaksiluokkaiseksi siten, että alkuperäisiä 1–2 luokkia vastasi matala koulutustaso (= 1) ja 3–4 luokkia korkea koulutustaso (= 2).

Ammattiasemaa mitattiin kolmiluokkaisesti muodostamalla se tutkittavan elämäntilannekyselyn perusteella saadusta viimeisimmästä ammattinimikkeestä (1 = työntekijä, 2 = alempi toimihenkilö, 3 = ylempi toimihenkilö) (Metsäpelto ym. 2010).

Sukupuoli luokiteltiin kaksiluokkaisesti (1 = nainen, 2 = mies).

6.3 Tilastolliset menetelmät

Tutkimusaineistoa analysoitiin IBM SPSS Statistics 26 -ohjelmalla. Tutkielman aineistoa tarkasteltiin frekvenssejä, prosenttiosuuksia, keskiarvoja ja keskihajontaa käyttäen. Tutkimusaineiston normaalijakautuneisuutta arvioitiin tutkimalla muuttujien vinoutta ja huipukkuutta sekä Kolmogorov-Smirnovin testiä hyödyntäen. Tarkastelujen perusteella päädyttiin ei-parametristen testien käyttämiseen. Tarkasteltaessa ikämuuttujien eroja sukupuolen, koulutustason ja ammattiaseman suhteen käytettiin joko Mann-Whitneyn U-testiä tai Kruskal Wallisin testiä.

Tutkielman pääanalyseissa arvojen yhteyksiä ikämuuttujiin tarkasteltiin aluksi Spearmanin korrelaatioilla, sukupuolten välisiä eroavaisuuksia korrelaation suhteen tutkittiin Fisherin Z-testillä. Tämän jälkeen suoritettiin kummallekin ikämuuttujalle erikseen binäärinen logistinen regressioanalyysi enter-menetelmällä, jossa tarkasteltiin yhtäaikaisesti kaikkia selittäviä tekijöitä (arvoja) ja taustamuuttujia (sukupuoli, koulutustaso ja ammattiasema). Analyysissa poistettiin tilastollisesti ei-merkitsevät selittäjät yksitellen. Tilastollisten analyysien merkitsevyytensä tutkielmassa käytettiin $p < 0.05$.

7 TULOKSET

7.1 Kuvaileva tieto

Tutkittavien koulutustasoa ja ammattiasemaa tarkasteltaessa huomattiin tilastollisesti merkitseviä eroja sukupuolten välillä (taulukko 1). Lisäksi havaittiin, että tutkittavien suhtautuminen ikääntymiseensä oli pääsääntöisesti myönteistä sukupuolesta riippumatta, mikä näkyi myönteisen ikäkokemuksen ja kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden korkeissa luvuissa (taulukko 1).

Tutkimustulos oli samansuuntainen Karttusen (2010) kanssa, sillä hänen tutkielmassaan tutkittavien ikäkokemuspistemäärät olivat suuria (ka 4,31, maksimi 5). Tässä tutkielmassa ikäkokemusta tutkittiin kaksiluokkaisena muuttujana, joka luokiteltiin kielteiseksi (ATOA < 2,5) tai myönteiseksi (ATOA > 2,5).

Keskimäärin tutkittavien ihanneikä oli lähellä heidän omaa kronologista ikäänsä ja se oli varsin korkea, kuten Karttunen (2010) aikaisemmin raportoi. Tutkittavien ihanneikä vaihteli naisilla 20–57 ja miehillä 18–60 ikävuoden välillä. Oman ikänsä (49 tai 50 vuotta) ihanneikäseen raportoi yli puolet tutkittavista (Karttunen 2010).

Tässä tutkielmassa ihanneikää tutkittiin kaksiluokkaisena muuttujana, joka luokiteltiin tyytymättömyydeksi (nuorempi kuin oma kalenteri-ikä) tai tyytyväisyydeksi (oma kalenteri-ikä) omaan kalenteri-ikänsä. Myös ne kolme tutkittavaa, joiden ihanneikä oli vanhempi kuin heidän oma kalenteri-ikänsä, luokiteltiin ikäänsä tyytyväisten ryhmään (Karttunen 2010). Mann-Whitneyn U-testin perusteella ilmeni, ettei sukupuolten välillä löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja ikämuuttujien suhteen.

TAULUKKO 1. Kuvailevaa tietoa tutkittavista ja ikämuuttujien jakautuminen sukupuolen mukaan

	Naiset		Miehet		p-arvo
	n	(%)	n	(%)	
Koulutustaso					<0.001 ^a
Matala	49	(37,1)	112	(75,2)	
Korkea	83	(62,9)	37	(24,8)	
Yhteensä	132	(100,0)	149	(100,0)	
Ammattiasema					<0.001 ^a
Työntekijä	13	(10,5)	68	(48,2)	
Alempi toimihenkilö	79	(63,7)	33	(23,4)	
Ylempi toimihenkilö	32	(25,8)	40	(28,3)	
Yhteensä	124	(100,0)	141	(100,0)	
Ikäkokemus					.508 ^b
Kielteinen	5	(4,7)	7	(6,9)	
Myönteinen	101	(95,3)	95	(93,1)	
Yhteensä	106	(100,0)	102	(100,0)	
Ihanneikä					.279 ^b
Tyytymätön	36	(32,4)	43	(39,4)	
Tyytyväinen	75	(67,6)	66	(60,6)	
Yhteensä	111	(100,0)	109	(100,0)	

^a= riippumattomien otosten t-testi; ^b = Mann-Whitneyn U-testi

Koulutustasoa tarkasteltaessa kielteisen ikäkokemuksen havaittiin olevan harvinaista myönteisen ikäkokemuksen ollessa yleistä, koulutustasosta riippumatta (taulukko 2). Kalenteri-ikänsä tyytyväisyys oli yleisempää kuin tyytymättömyys siihen. Matalasti koulutettujen ja korkeasti koulutettujen välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa kummankaan ikämuuttujan suhteen.

TAULUKKO 2. Ikämuuttujien jakautuminen koulutustason mukaan

	Matala		Korkea		p-arvo ^a
	n	(%)	n	(%)	
Ikäkokemus					.686 ^a
Kielteinen	7	(4,7)	5	(6,9)	
Myönteinen	102	(95,3)	93	(93,1)	
Yhteensä	109	(100,0)	102	(100,0)	
Ihanneikä					.339
Tyytymätön	44	(38,9)	34	(32,7)	
Tyytyväinen	69	(61,1)	70	(67,3)	
Yhteensä	113	(100,0)	104	(100,0)	

^a = Mann-Whitney U-testi

Ammattiasemaa tarkasteltaessa tutkittavien ikäkokemus oli pääosin myönteinen ja kalenteri-ikään tyytyväisyys yleistä kaikissa ammattiasemissa (taulukko 3), eikä ammattiasemien välillä löydetty tilastollisesti merkitseviä eroja kummankaan ikämuuttujan suhteen.

TAULUKKO 3. Ikämuuttujien jakautuminen ammattiaseman mukaan

	Työntekijä		Alempi toimihenkilö		Ylempi toimihenkilö		p-arvo ^a
	n	(%)	n	(%)	n	(%)	
Ikäkokemus							.094
Kielteinen	6	(12,0)	4	(4,4)	2	(3,1)	
Myönteinen	44	(88,0)	88	(95,6)	63	(96,9)	
Yhteensä	50	(100,0)	92	(100,0)	65	(100,0)	
Ihanneikä							.983
Tyytymätön	20	(36,4)	34	(35,4)	25	(36,8)	
Tyytyväinen	35	(63,6)	62	(64,6)	43	(63,2)	
Yhteensä	55	(100,0)	96	(100,0)	68	(100,0)	

^a = Kruskal Wallisin testi

Tutkimushenkilöiden arvojen osalta ei löytynyt tilastollisesti merkitseviä eroja naisten ja miesten välillä, mutta niiden järjestys vaihteli hieman, kuten Hietalahti (2016) oli jo aiemmin todennut (taulukko 4).

TAULUKKO 4. Tutkittavien arvojakaumien keskiarvot naisilla (n = 107–109) ja miehillä (n = 106–108)

Arvot	Naiset (kh)	Miehet (kh)
Perinteet	3,31 (1,25)	3,46 (1,21)
Valta	2,54 (1,27)	2,88 (1,32)
Hedonismi	4,98 (1,37)	5,11 (1,44)
Virikkeellisyys	3,66 (1,37)	3,94 (1,49)
Suoriutuminen	4,26 (1,46)	4,19 (1,33)
Yhteiskunnallinen huolenpito	4,88 (1,38)	4,77 (1,32)
Suvaitsevaisuus	4,87 (1,33)	4,56 (1,32)
Luonnonsuojelu	3,99 (1,44)	3,71 (1,37)
Huolenpito	4,93 (1,13)	4,71 (1,15)
Luotettavuus	5,52 (1,14)	5,33 (1,06)
Turvallisuus	4,29 (1,09)	4,43 (0,99)
Toiminnan vapaus	4,26 (1,29)	4,20 (1,16)
Ajattelun vapaus	4,20 (1,40)	4,23 (1,31)
Yhdenmukaisuus	5,15 (1,24)	5,34 (1,23)

kh = keskihajonta

7.2 Arvojen yhteys ikämuuttujiin

Arvojen (Hietalahti 2016) yhteyksiä ikämuuttujiin tarkasteltiin Spearmanin korrelaatioiden avulla erikseen kummallekin sukupuolelle. Naisilla ei löydetty tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä arvojen ja ikämuuttujien välillä (taulukko 5).

TAULUKKO 5. Tutkittavien arvojen ja ikämuuttujien väliset Spearmanin korrelaatiot naisilla

Arvot	Ikäkokemus	Ihänneikä
Perinteet	.024	.162
Valta	-.090	-.060
Hedonismi	-.035	-.062
Virikkeellisyys	.037	-.006
Suoriutuminen	-.025	.085
Yhteiskunnallinen huolenpito	.053	-.049
Suvaitsevaisuus	.154	.057
Luonnonsuojelu	.077	.021
Huolenpito	.146	.042
Luotettavuus	.157	.086
Turvallisuus	-.187	-.036
Toiminnan vapaus	.054	-.068
Ajattelun vapaus	.137	-.033
Yhdenmukaisuus	-.002	.067

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

Miehillä puolestaan löydettiin tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä arvojen ja ikämuuttujien välillä (taulukko 6). Mitä enemmän miehet arvostivat turvallisuutta, sitä kielteisempi ikäkokemus heillä oli. Havaittiin myös, että mitä enemmän miehet arvostivat perinteitä, suoriutumista ja huolenpitoa, sitä tyytyväisempiä he olivat kalenteri-ikänsä.

TAULUKKO 6. Tutkittavien arvojen ja ikämuuttujien väliset Spearmanin korrelaatiot miehillä

Arvot	Ikäkokemus	Ihanneikä
Perinteet	-.170	.201*
Valta	.077	.068
Hedonismi	.019	-.077
Virikkeellisyys	-.122	.074
Suoriutuminen	-.111	.207*
Yhteiskunnallinen huolenpito	-.195	.079
Suvaitsevaisuus	.002	.166
Luonnonsuojelu	-.055	.003
Huolenpito	-.100	.224*
Luotettavuus	-.174	.144
Turvallisuus	-.211*	-.072
Toiminnan vapaus	-.081	.094
Ajattelun vapaus	-.004	.064
Yhdenmukaisuus	-.048	.023

*p < 0.05; **p < 0.01

Korrelaatiokertoimien sukupuolten välisten erojen merkitsevyyttä tarkasteltiin Fisherin Z-testillä, eikä tilastollisesti merkitseviä eroja havaittu.

7.3 Arvojen ja ikäkokemuksen yhteys

Binäärisen logistisen regressiomallin mukaan (taulukko 7) suvaitsevaisuuden arvostaminen nosti todennäköisyyttä myönteiseen ikäkokemukseen 1.7-kertaiseksi. Turvallisuuden arvostaminen puolestaan laski todennäköisyyttä myönteiseen ikäkokemukseen noin 0.3-kertaiseksi. Lopullisen mallin selitysaste oli 17,9 % (Nagelkerke R Square), eli kyseisillä arvoilla voitiin selittää lähes viidesosa ikäkokemuksesta.

TAULUKKO 7. Binäärinen logistinen regressiomalli arvojen yhteydestä ikäkokemukseen

Muuttujat	β	OR	df	95 % LV	p
Suvaitsevaisuus	0.549	1.731	1	1.045– 2.868	0.033
Turvallisuus	-1.266	0.282	1	0.126– 0.630	0.002

Selitettävänä muuttujana myönteinen ikäkokemus. OR = riskitulosuhde; LV = luottamusväli; p = p-arvo

7.4 Arvojen ja kalenteri-ikään tyytyväisyyden yhteys

Binäärisen logistisen regressiomallin perusteella (taulukko 8) perinteiden arvostaminen nosti kalenteri-ikään tyytyväisyyden todennäköisyyttä noin 1.6-kertaiseksi, suoriutumisen arvostaminen sen todennäköisyyttä 1.3-kertaiseksi. Puolestaan turvallisuuden arvostaminen laski kalenteri-ikään tyytyväisyyden todennäköisyyttä noin 0.6-kertaiseksi. Lopullisen mallin selitysaste oli 11,0 % (Nagelkerke R Square).

TAULUKKO 8. Binäärinen logistinen regressiomalli arvojen yhteydestä ihanneikään

Muuttujat	β	OR	df	95 % LV	p
Perinteet	0.462	1.588	1	1.179– 2.139	0.002
Suoriutuminen	0.269	1.309	1	1.029– 1.665	0.028
Turvallisuus	-0.518	0.596	1	0.417– 0.851	0.004

Selitettävänä muuttujana tyytyväisyys kalenteri-ikään. OR = riskitulosuhde; LV = luottamusväli; p = p-arvo

8 POHDINTA

Tämän tutkielman tarkoituksena oli selvittää keski-ikäisten henkilöiden arvojen yhteyttä heidän ikäkokemukseensa ja ihanneikänsä. Taustamuuttujina olivat yhtäaikaaisesti tutkittavien sukupuoli, koulutustaso ja ammattiasema. Tulosten mukaan suvaitsevaisuuden arvostaminen lisäsi todennäköisyyttä myönteiseen ikäkokemukseen, kun taas turvallisuuden arvostaminen laski todennäköisyyttä siihen. Ensimmäinen hypoteesi myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden kasvun ja muutosvalmiuden/itsensä ylittämisen arvojen ja suoriutumisen yhteydestä sai tukea sekä universalismin (tässä tutkielmassa universalismin hienojakoisemman jaottelun mukaisesti *suvaitsevaisuuden*) että suoriutumisen arvostamisen osalta. Toinen hypoteesi, eli yhteys myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden vähentymisen ja säilyttämisen arvojen ja vallan välillä, sai tukea turvallisuuden arvostamisen osalta.

Perinteiden ja suoriutumisen arvostaminen lisäsivät todennäköisyyttä olla tyytyväinen kalenteri-ikänsä, puolestaan turvallisuuden arvostaminen laski todennäköisyyttä siihen. Ensimmäinen hypoteesi, eli kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyden kasvun ja muutosvalmiuden/itsensä ylittämisen arvojen sekä suoriutumisen yhteydestä, toista tutkimuskysymystä koskien sai vahvistusta suoriutumisen yhteydestä kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyden nostamisesta. Toinen hypoteesi, eli yhteys kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyden vähenemisen ja säilyttämisen arvojen ja vallan välillä, sai vahvistusta turvallisuuden arvostamisen suhteen. Hypoteesin vastaisesti perinteiden arvostaminen lisäsi todennäköisyyttä kalenteri-ikänsä tyytyväisyyteen.

Lisäksi voidaan yleisesti todeta, että tämän tutkielman tutkimushenkilöillä oli suurimmaksi osaksi myönteinen ikäkokemus riippumatta sukupuolesta, koulutustasosta tai ammattiasemasta. Samankaltainen tulos saatiin yleisen kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden suhteen, jossa ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja sukupuolten, koulutustasojen tai ammattiasemien välillä. Arvohierarkioita tarkastellessa havaittiin hienoisia, muttei tilastollisesti merkitseviä, vaihteluja sukupuolten välillä (Hietalahti 2016). Naiset arvostivat luotettavuutta, yhdenmukaisuutta ja hedonismia eniten, virikkeellisuutta, perinteitä ja valtaa vähiten. Miehet puolestaan arvostivat yhdenmukaisuutta, luotettavuutta ja hedonismia eniten, luonnonsuojelua, perinteitä ja valtaa

vähiten (Hietalahti 2016). Nämä arvot olivat osittain samansuuntaisia aiempien tutkimustulosten kannalta toisista huolehtimisen arvostamisen suhteen 40–60-vuotiaiden keskuudessa (Erikson 1994; McAdams & de St Aubin 1998; Vaillant 2008).

Ihmisten toimintaa ohjaavat arvot (Schwartz 1992; Puohiniemi 2002, 206) minkä perusteella Puohiniemi (2002, 206) oletti itsensä nuoremmaksi tuntevien samaistuvan kalenteri-ikästään nuorempien arvomaailmoihin, eli poiketen oman ikäistensä arvomaailmoista. Hän kuitenkin havaitsi, etteivät yli viisikymmentävuotiaat itsensä nuoremmaksi tuntevat tutkittavat arvostaneet virikkeellisyyttä ja hedonismia korostavaa arvomaailmaa nuorempien tutkittavien tavoin. Ainoa poikkeava havainto muiden yli viisikymmentävuotiaiden arvoista oli kaikista nuorimmaksi itsensä tuntevien turvallisuuden arvostamisen poissaolo (Puohiniemi 2002, 206). Vaikka tässä tutkimuksessa kysymyksenasettelu oli erilainen, oli tuloksissa havaittavissa samansuuntaisia suuntauksia turvallisuuden arvostamisen suhteen. Voi olla, että tämän tutkielman tutkimustuloksiin liittyvät turvallisuuteen yhdistetyt puutearvo- ja voimavara-ajatukset. Turvallisuutta pidetään puutearvona, eli sen arvostaminen korostuu tilanteissa, joissa sitä ei ole (Helkama 2015). Toisin sanoen turvallisuuden arvostamisen yhteys myönteisen ikäkokemuksen pienempään todennäköisyyteen ja kalenteri-ikään tyytyväisyyden pienempään todennäköisyyteen voisi johtua siitä, että näillä tutkimushenkilöillä olisi turvattomuuden tunteita eikä heillä olisi tarpeeksi henkisiä voimavaroja muiden arvojen tavoitteluun. Turvallisuuden arvostamiseen ikääntymisen myötä ajatellaan liittyvän väistämättömiä ikääntymismuutoksia, jotka vaikeuttavat muun muassa muutoksiin sopeutumista (Schwartz 2006). Tämän pohjalta on mahdollista olettaa, että turvallisuutta arvostavilla tutkittavilla saattaa olla esimerkiksi enemmän ikääntymiseen liittyneitä terveysongelmia kuin turvallisuutta arvostamattomilla tutkittavilla. Kun ihmisellä on turvattomuuden tai uhatuksi kokemisen tunteita, arvostaa hän turvallisuutta enemmän (Helkama 2015). Karttusen (2010) sisällönanalyysistä käy ilmi, että alhaisempaa ihanneikää toivovat perustelevat toiveensa muun muassa paremman kunnon tai uuden alun mahdollisuutena. Siten turvallisuuden arvostamisen yhteys myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden vähenemisessä ja kalenteri-ikään tyytyväisyyden laskemisessa on loogista.

Hietalahti (2016) esitti, että Eriksonin psykososiaalisen kehityksen teorian (1950) keski-ikäen tuottavuuden ja muista huolehtimisen kehitystehtävä jakaa samankaltaisuuksia Schwartzin

(1992) itsensä ylittämisen arvojen kanssa. Myös myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden vähenemisen ja turvallisuuden arvostamisen välinen yhteys on pohtimisen arvoinen Eriksonin kehityskriisien (1950) näkökulmasta: mikäli ihminen ei pysty ratkaisemaan kehitystehtävää, on seurauksena lamaantuminen ja itseensä keskittyminen. Valistunut arvaus on, että edellä mainitut seikat jakavat sisältöjä Schwartzin (1992) säilyttämisen ja itsensä korostamisen arvojen kanssa, joihin turvallisuus kuuluu. Tämän tutkielman tulosten kannalta voitaisiin siten päätellä, että turvallisuutta arvostavilla henkilöillä saattaa olla vaikeuksia keski-iän kehityskriisin (Erikson 1950) ratkaisemisessa. Tässä yhteydessä on mielekästä pohtia myös miehillä esiintyneitä korrelaatioita kalenteri-ikään tyytyväisyyden ja suoriutumisen, perinteiden ja huolenpidon välillä, jotka eivät kuitenkaan poikenneet tilastollisesti merkitsevästi naisten korrelaatioista kyseisten muuttujien välillä. Vaillant ja Milofsky (1980) määrittivät Eriksonin (1950) teoriaan lisätyn “uravahvistamisen” kehitystehtävän miehille, johon kuuluvat sitoutuneisuus, kompensointi, tyytyväisyys ja kyvykkyys. Tätä kehitystehtävän kuvailua muistuttavat tässä tutkielmassa havaitut yhteydet kalenteri-ikään tyytyväisyyden ja suoriutumisen, perinteiden ja huolenpidon välillä miehillä.

Vaikka perinteet ja turvallisuus kuuluvat säilyttämisen arvoihin (Schwartz 1992; Puohiniemi 2002; Hietalahti 2016), niillä on tämän tutkielman mukaan erilainen yhteys kalenteri-ikään tyytyväisyyden todennäköisyyden kanssa. Vaikuttaa ristiriitaiselta, että samaa arvoulottuvuutta edustavat arvot tuottavat erilaisia yhteyksiä omaan kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyden suhteen. Voi olla, että perinteitä arvostavat henkilöt ovat onnistumassa tai ovat jo onnistuneesti ratkaisseet Eriksonin (1950) keski-iän kehitystehtävät. Jos on pystynyt saavuttamaan perinteisiä keski-ikään liittyviä virstanpylväitä, tällöin tyytyväisyys omaan kalenteri-ikään olisi todennäköisempää. Se voisi osittain selittää myös suoriutumisen yhteyttä tyytyväisyydessä kalenteri-ikään, sillä suoriutumisen arvostamisessa on kyse menestymisestä yhteiskunnallisesti hyväksytyissä asioissa (Puohiniemi 2002, 34; Schwartz 2012). On kuitenkin hyvä huomioida, että aikuisuuden kehitystehtävien ei nykytiedon perusteella nähdä olevan tiukasti kiinni kalenteri-ikään, vaan yksilön kokemusmaailmalla ja itsekäsityksillä on vaikutusta (Vaillant & Milofsky 1980; Lachman 2004).

Keski-ikään on liitetty monia odotuksia yhteiskunnan normien suhteen. Helkaman (2015) mukaan suomalaisiin on usein yhdistetty niin suomalaisten kuin ulkomaalaisten arvioiden

perusteella ahkeruuden arvostaminen. Ehkä ahkeruus, joka kallistunee suoriutumisen arvostamisen puolelle, onkin osa perinteiden arvostusta suomalaisten kulttuurissa. Tällöin perinteiden ja suoriutumisen arvostaminen tavallaan vahvistaisivat toisiaan. Tätä näkökulmaa voisi tukea myös yksilön ja ympäristön arvojen yhteneväisyyden vaikutus hyvinvointiin (Sagiv & Schwartz 2000). Vuonna 1959 syntyneet kuuluvat suuriin ikäluokkiin, joiden elämää kuvastaa usko edistykseen ja koulutukseen sekä kasvuhakuisuus (Alasoini, Järvensivu & Mäkitalo 2012, 10). Olisi hyvä tarkastella, mitä arvoja ne tarkalleen pitävät sisällään. Koska kohortilla, mihin yksilö kuuluu, voi olla vaikutusta arvomaailmaan (Schwartz 2012), eri arvojen arvostamisen ”hyödyllisyyttä” voi tarkastella myös Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksen tutkittavien kohorttia ajatellen.

Myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyden kasvaminen ja suvaitsevaisuuden yhteys herättää kysymyksen siitä, miksei toinen itsensä ylittämisen arvo, eli hyväntahtoisuus, saavuttanut samanlaista yhteyttä. Ehkä asiaa voi selittää suvaitsevaisuuden laajemmalla näkökulmalla hyväntahtoisuuden lähipiiriin keskittymisen sijasta. On myös huomionarvoista, että universalismi on tunnettu aiemmin kypsyytenä (Schwartz & Bilsky 1987), mihin ikäkokemuksen yhteys universalismiin (*suvaitsevaisuuteen*) saattaa liittyä. Toisaalta Karttusen (2010) sisällönanalyyssissa tutkittavat, joiden ihanneikä oli sama kuin oma kalenteri-ikä, raportoivat syiksi muun muassa henkisen kasvun ja elämäkokemuksen – toisin sanoen asioita, jotka usein yhdistetään universalismiin. Siksi vaikuttaa aiemman tutkimustiedon vastaiselta, ettei universalismilla ja kalenteri-ikänsä tyytyväisyydellä ollut yhteyttä. Voi olla, että Hietalahden (2016) mukainen universalismin hienojakoisuus yhteiskunnalliseen huolenpitoon, suvaitsevaisuuteen ja luonnonsuojeluun vaikuttaa tämän tutkielman tuloksiin.

Tässä tutkielmassa itsemääräämisteoriaan (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000) liittyvien arvojakaumien suhteen yhteisöllisyyttä edustavista arvoista (Sagiv & Schwartz 2000) universalismi (*suvaitsevaisuus*) nosti myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyttä ja kyvykkyyttä edustava suoriutuminen puolestaan nosti kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyttä. Universalismin (*suvaitsevaisuuden*) yhteys myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyteen saattaa syntyä yhteisöllisyyden kokemuksista. Suoriutuminen on puolestaan hieman ristiriitainen arvo, koska sen on myös esitetty edustavan yksilön ulkoisia tarpeita (Deci & Ryan 1995; Ryan & Deci 2000; Sagiv & Schwartz 2000). Lisäksi suoriutumista arvostavilla

henkilöillä voi olla tavoitteena purkaa ahdistustaan täyttämällä sosiaalisia odotuksia, mutta toisaalta sen arvostamisen nähdään vahvistavan kykenevyyden tunteita (Sortheix & Schwartz 2017). Kenties tässä tutkielmassa suoriutumisen positiivinen yhteys ikäytytyväisyyteen johtuu todella kyvykkyyden tuntemuksista (esimerkiksi työelämässä menestymisen kokemuksista), mutta ei voida tietää syntyvätkö ne todella yksilön sisäisistä vai ulkoisista tarpeista. Länsimaalaisissa kulttuureissa arvostetaan itsenäisyyttä, tuotteliaisuutta ja aktiivisuutta, joiden toteutumisen kannalta yksilön ikääntymistä määritellään (Levy 2009; Abrams ym. 2009; Sarvimäki 2013, 95). Suoriutumisen arvostamiseen liittyy näitä piirteitä. Voi olla, että kalenteri-ikänsä tyytyväiset tutkimushenkilöt kokevat näiden asioiden toteutuvan elämässään, jonka vuoksi he eivät tahtoisi olla kronologista ikäänsä nuorempia.

Ihmisillä on taipumus mukauttaa arvojansa elämäntilanteensa mukaan, jolloin he priorisoivat helposti saavutettavia arvoja vaikeammin saavutettavien arvojen kustannuksella (Schwartz & Bardi 1997). On lisäksi ehdotettu, että muutosvalmiuden arvot olisivat vahvimmillaan yksilön keskittyessä tulevaisuuteen, itseensä ja päämääriinsä (Robinson 2013). Turvallisuuden arvostaminen ja sen väliset yhteydet ikäkokemuksien todennäköisyyksiin saattavatkin kertoa tietynlaisesta lamaantumisesta. Koska vanhaan ja tuttuun on helppoa jäädä, on turvallisuuden arvostaminen loogista. Toisaalta suoriutumista ja sen välistä yhteyttä kalenteri-ikäytytyväisyyteen voidaan ajatella samalla logiikalla, mutta aktiiviseen elämänotteeseen päätyemisessä. Robinsonin (2013) mukaan itsensä korostamisen arvojen ei odoteta korostuvan keski-ikäisillä, koska heidän ei ajatella keskittyvän omaan tulevaisuuteen tai sen tavoitteisiin. Kuitenkin tämän tutkielman mukaan suoriutumisen arvostaminen nosti kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden todennäköisyyttä. Voi olla, että myönteisen ikäkokemuksen omaavilla tutkittavilla on tulevaisuuden suunnitelmia ja tavoitteita, jotka tukevat heidän itsensä toteuttamista itsemääräämisteorian mukaisesti, johtaen suoriutumisen arvostamiseen. Toisaalta suoriutumisen voidaan ajatella olevan kalenteri-ikäytytyväisyyteen liittyvä arvo pelkästään siksi, että tutkittavat ovat voineet toteuttaa sen. Olisikin oleellista tietää, kuinka tutkittavat ovat suoriutumista oikeastaan toteuttaneet.

Diehl ym. (2014) määrittelivät ikäkokemuksen kuuluvan esitietoiseen ikätietoisuuteen, kun taas ihanneiden määriteltiin olevan osa tietoista ikätietoisuutta. Tämän tutkielman tuloksia peilaten myönteisen ikäkokemuksen todennäköisyyteen yhteydessä olevien arvojen jakautuminen on

ajatuksia herättävä: ajatteleeko universalismia (*suvaitsevaisuutta*) arvostava tiedostamatta itseään myönteisen stereotyyppisenä ”vanhana viisaana”, kun taas turvallisuutta arvostava tiedostamatta itsensä kielteisen stereotyyppisensä ”hauraana hajamielisenä”? Kalenteri-ikätyytyväisyyteen todennäköisyyteen liittyvien arvojen, eli suoriutumisen ja perinteiden, ilmeneminen saattaa näkyä yksilön elämässä konkreettisemmin kuin esimerkiksi universalismi. Koska ihanneiden nähdään kuuluvan tietoiseen ikätietoisuuteen, on kyseisiä arvoja siten mahdollisesti helpompi tunnistaa ja toteuttaa, minkä seurauksena suoriutumista ja perinteitä arvostavat olivat todennäköisemmin tyytyväisiä kalenteri-ikänsä. Ikääntymiseen liittyviä stereotyyppioita olisi tärkeää tiedostaa niin henkilökohtaisella kuin yhteiskunnallisella tasolla, koska ne ovat usein itsensä toteuttavia ennusteita (Levy 2002, 2009).

Arvojen ajatellaan muuttuvan normatiivisesti ikääntymisen myötä (Heckhausen ym. 2010). Koska keski-ikäen on liitetty erilaisten vastuiden ja sosiaalisten roolien täyttymistä, voi kalenteri-ikäen tyytyväisyyden todennäköisyyden nousun yhteys perinteisiin osittain selittyä sillä. Yksilö kohtaa ikääntyessään erilaisia ikään liittyviä saavutuksia ja menetyksiä, joiden myötä syntyy uusia tehtäviä, rooleja ja haasteita (Baltes 1987). Kenties tässä tutkielmassa turvallisuutta arvostavilla tutkittavilla saavutusten ja menetysten suhde kallistuu enemmän menetysten puolelle, joiden tuomat haasteet ajavat heitä turvallisuushakuisen arvomaailmaan. Toisaalta perinteitä arvostavilla tutkittavat saattavat kokea suhteen kallistuvan saavutusten puolelle, esimerkiksi isovanhemmuutena, jolloin heille syntyy uusia myönteisiä rooleja.

Tutkielmassa oli sekä heikkouksia ja vahvuuksia. Tutkielman heikkouksiin kuuluu tutkimuksen poikkileikkausasetelma, jolloin arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiden syyseuraussuhteita ei voitu tarkastella. Ikäkokemusta mittaava ATOA on alun perin yhdysvaltalainen mittaristo, joka ei välttämättä sovellu yhtä hyvin muihin kulttuureihin. Myönteisen ja kielteisen ikäkokemuksen sekä kalenteri-ikänsä tyytyväisyyden ja tyytymättömyyden dikotomisuus tässä tutkielmassa saattoi karsia ikämuuttujien monipuolisuutta pois. Tämä näkyi varsinkin kielteisen ikäkokemuksen omaavien pienessä joukossa. Jotta arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiden yhteyksiä voidaan tutkia jatkossa luotettavammin, otoskokoa tulisi kasvattaa.

Tutkielman erityiseksi vahvuudeksi voidaan nimetä tutkittavien edustavuus omaan ikäkohorttiinsa liittyen (Metsäpelto ym. 2010). Myös Hietalahden (2016) 14 arvon hienojakoisuus ja niiden sopivuus tutkimusaineistoon olivat vahvuuksia. Tutkielman ansiona voidaan myös pitää keski-ikäisten tutkimista, sillä he ovat aliedustettuna aikuis- ja ikääntymistutkimuksessa. Hyvän tieteellisen käytännön noudattamista voidaan pitää tämän tutkielman vahvuutena. Tutkielmassa on pyritty noudattamaan sen ehtoja niin aineiston käsittelyyn, analysointiin ja tulososion saralla. Lisäksi tämä tutkimus toi uutta tietoa arvojen yhteydestä ikäkokemukseen ja ihanneikään keski-ikäisillä henkilöillä, koska aikaisempaa tutkimusta aihepiirien yhteydestä ei Puohiniemen (2002) lisäksi ole tiettävästi tehty.

Huomioiden ikämuuttujien laaja-alaisuuden (Diehl ym. 2014), ei tämän tutkielman perusteella voida vetää suoria johtopäätöksiä arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiän välille. Olisikin suositeltavaa, että Karttunen (2010) tavoin ikämuuttujia tarkasteltaisiin niin fyysisen kuin psyykkisen terveyden osa-alueiden kautta. Lisäksi olisi merkityksellistä tietää Eriksonin (1950) kehitystehtäviin viitaten, kuinka esimerkiksi katumukset voivat vaikuttaa ikäkokemukseen. Karttunen (2010) raportoikin viisikymmentävuotiaiden henkilöiden ihanneiäksen alle 35-vuotiaaksi ilmoittaneiden vastauksissa toistuvan toiveen ”uudesta aloituksesta”. Samankaltaisia vastauksia nousi ihanneiäksen 35–45-vuotiaaksi ilmoittaneiden tutkimushenkilöiden keskuudessa (Karttunen 2010).

Tässä tutkielmassa hyödynnettiin 14 arvon hienojakoista luokittelua (Hietalahti 2016), jota on suositeltavaa hyödyntää jatkossakin sen erottelukyvyn ansiosta. Ikäkokemuksen laajamittaisuuden vuoksi olisi myös tärkeää kartoittaa esimerkiksi sitä, kuinka vanhaksi tutkittava itsensä subjektiivisesti tuntee. Lisäksi arvojen ja ikäkokemuksen ja ihanneiän mahdollisia yhteyksiä voisikin tulevaisuudessa tutkia joko mediaattori- tai moderaattoriajatuksella, kuten esimerkiksi persoonallisuuden piirteiden yhteydellä ikäkokemukseen on tehty (Moor ym. 2006).

Ikäkokemusta ja ihanneikää peilataan etenkin länsimaissa usein onnistuneen ikääntymisen elementtien kautta. Koska ikäkokemukset ovat kulttuurisidonnaisia (Eyetsemitan 2007; Diehl ym. 2014; O’Brien ym. 2017), pitäisi niitä tarkastella henkilökohtaisten arvojen lisäksi

kulttuuristen arvo-orientaatioiden kautta. Siten olisi helpompaa pureutua ikäsyrrjinnän, eli ageismin, juuriin, millä voisi edistää ikääntyvien hyvinvointia. Positiivisten ikäkokemusten todennäköisyyksien heikkenemiseen yhteydessä ollut turvallisuuden arvostaminen tässä tutkimuksessa saattaa paljastaa heikommassa asemassa ikääntymisen suhteen olevia henkilöitä. Heidän turvallisuuden arvostamisen syitä voitaisiin mahdollisesti etsiä onnistuneen ikääntymisen osa-alueita hyödyntäen, eli selvittämällä mahdollisia sairauksia tai toiminnanvajeita, mittaamalla kognitiivista ja fyysistä toimintakykyä sekä selvittää elämän aktiivisuutta. Terveyden epätasa-arvoisuuden onkin havaittu muokkaavan ikäkokemusta (Barrett 2003), mutta yksilön omaa vastuuta tulevaisuutensa suunnittelusta ei saa unohtaa (Diehl ym. 2014).

Positiivisten ikäkokemusten todennäköisyyden nousun yhteydessä olevia arvoja olivat tämän tutkielman perusteella suvaitsevaisuus, perinteet ja suoriutuminen. Näiden tutkimustulosten perusteella edellä mainittujen arvojen edistäminen, niin yksilön kuin yhteiskunnan tasolla, voisi luoda keski-ikäisille voimavaroja ikävaiheen vaatimuksia varten. Itsemääräämisteoriaan nojaten toimet, joissa yksilön omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys korostuvat, saattaisivat tuottaa positiivisia ikäkokemuksia.

LÄHTEET

- Abrams, D., Eilola, T. M. & Swift, H. J. 2009. Attitudes to age in Britain 2004-08. Department for Work and Pensions.
- Alasoini, T., Järvensivu, A. & Mäkitalo, J. 2012. Suomen työelämä vuonna 2030. Miten ja miksi se on toisennäköinen kuin tällä hetkellä. TEM-raportteja 14, 2012.
- de Almeida, J. F., Machado, F. L. & Costa, A. F. D. 2006. Social classes and values in Europe. *Portuguese Journal of Social Science* 5 (2), 95–117.
- Bai, X., Lai, D. W. L. & Guo, A. 2016. Ageism and depression: Perceptions of older people as a burden in China. *Journal of Social Issues* 72 (1), 26–46.
- Baltes, P. B. 1987. Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental psychology* 23 (5), 611.
- Barak, B. & Schiffman, L. G. 1981. Cognitive age: A nonchronological age variable. *ACR North American Advances*.
- Barak, B., Stern, B. B. & Gould, S. J. 1988. Ideal age concepts: An exploration. *ACR North American Advances*.
- Barak, B. 2009. Age identity: A cross-cultural global approach. *International journal of behavioral development* 33 (1), 2–11.
- Barrett, A. E. 2003. Socioeconomic status and age identity: The role of dimensions of health in the subjective construction of age. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 58 (2), S101–S109.
- Baum, S. K. & Boxley, R. L. 1983. Age identification in the elderly. *The Gerontologist* 23 (5), 532–537.
- Bellingtier, J. A. & Neupert, S. D. 2018. *The Journals of Gerontology: Series B* 73 (7), 1155–1159.
- Bilsky, W. & Schwartz, S. H. 1994. Values and personality. *European journal of personality* 8 (3), 163–181.
- Bryant, C., Bei, B., Gilson, K., Komiti, A., Jackson, H. & Judd, F. 2012. The relationship between attitudes to aging and physical and mental health in older adults. *International psychogeriatrics* 24 (10), 1674.

- Buchanan, K. & Bardi, A. 2015. The roles of values, behavior, and value-behavior fit in the relation of agency and communion to well-being. *Journal of personality* 83 (3), 320–333.
- Cesario, J., Plaks, J. E., Hagiwara, N., Navarrete, C. D. & Higgins, E. T. 2010. The ecology of automaticity: How situational contingencies shape action semantics and social behavior. *Psychological Science* 21 (9), 1311–1317.
- Chopik, W. J., Bremner, R. H., Johnson, D. J. & Giasson, H. L. 2018. Age differences in age perceptions and developmental transitions. *Frontiers in psychology* 9, 67.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1995. Human autonomy. Teoksessa M. H. Kernis (toim.) *In Efficacy, agency, and self-esteem*. Springer, Boston, MA. 31–49
- Dolberg, P. & Ayalon, L. 2018. Subjective Meanings and Identification with Middle Age. *The International Journal of Aging and Human Development* 87 (1), 52–76.
- Erikson, E. H. *Childhood and society*. Boston, MA: Norton; 1950.
- Eyetssemitan, F. 2007. Perception of aging in different cultures. Teoksessa M. Robinson, W. Novelli, C. Pearson & L. Norris (toim.). *Global health and global aging*. San Francisco: Jossey-Bass, 58–67.
- George, L. K., Mutran, E. J. & Pennybacker, M. R. 1980. The meaning and measurement of age identity. *Experimental Aging Research* 6 (3), 283–298.
- Heckhausen, J., Wrosch, C. & Schulz, R. 2010. A motivational theory of life-span development. *Psychological review* 117 (1), 32.
- Helkama, K. 2015. *Suomalaisten arvot. Mikä meille on oikeasti tärkeää?* Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Hietalahti, M. 2016. *Elämänarvot keski-iässä: psykometrinen rakenne ja yhteydet persoonallisuuden piirteisiin ja psyykkiseen hyvinvointiin*. University of Jyväskylä. *Studies in Education, Psychology and Social Research* 564.
- Honka, A. M., Helander, E., Pavel, M., Jimison, H., Mustonen, P., Korhonen, I. & Ermes, M. 2019. Exploring associations between the self-reported values, well-being, and health behaviors of Finnish citizens: Cross-sectional analysis of more than 100,000 web-survey responses. *JMIR mental health* 6 (4), e12170.
- Hubley, A. M. & Hultsch, D. F. 1994. The relationship of personality trait variables to subjective age identity in older adults. *Research on Aging* 16 (4), 415–439.

- Hubley, A. M. & Hultsch, D. F. 1996. Subjective age and traits. *Research on aging* 18 (4), 494–496.
- Hubley, A. M., & Russell, L. B. 2009. Prediction of subjective age, desired age, and age satisfaction in older adults: Do some health dimensions contribute more than others? *International Journal of Behavioral Development* 33 (1), 12–21.
- Jang, Y., Poon, L. W., Kim, S. Y. & Shin, B. K. 2004. Self-perception of aging and health among older adults in Korea. *Journal of Aging Studies* 18 (4), 485–496.
- Jung, S. & Siedlecki, K. L. 2018. Attitude toward own aging: Age invariance and construct validity across middle-aged, young-old, and old-old adults. *Journal of Adult Development* 25 (2), 141–149.
- Karttunen, R. 2010. Keski-ikäisten ikäkokemus, ihanneikä ja hyvinvointi. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 1.3.2020. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201101171031>.
- Kastenbaum, R., Derbin, V., Sabatini, P. & Artt, S. 1972. “The ages of me”: Toward personal and interpersonal definitions of functional aging. *Aging and human development* 3 (2), 197–211.
- Kaufman, G. & Elder Jr, G. H. 2002. Revisiting age identity: A research note. *Journal of Aging Studies* 16 (2), 169–176.
- Keith, J. 1997. Subjective and ideal age in middle-aged and older adults. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering* 58 (5-B), 2719.
- Kleinspehn-Ammerlahn, A., Kotter-Grühn, D. & Smith, J. 2008. Self-perceptions of aging: Do subjective age and satisfaction with aging change during old age? *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 63 (6), P377–P385.
- Kotter-Grühn, D., Kleinspehn-Ammerlahn, A., Gerstorf, D. & Smith, J. 2009. Self-perceptions of aging predict mortality and change with approaching death: 16-year longitudinal results from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging* 24 (3), 654.
- Kotter-Grühn, D. & Hess, T. M. 2012. The impact of age stereotypes on self-perceptions of aging across the adult lifespan. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 67 (5), 563–571.
- Kotter-Grühn, D., Kornadt, A. E. & Stephan, Y. 2016. Looking beyond chronological age: Current knowledge and future directions in the study of subjective age. *Gerontology* 62 (1), 86-93.

- Lachman, M. E. 2004. Development in midlife. *Annual Review of Psychology* 55, 305-331.
- Lachman, M. E. 2015. Mind the gap in the middle: A call to study midlife. *Research in Human Development* 12 (3-4), 327–334.
- Lakra, D. C., Ng, R. & Levy, B. R. 2012. Increased longevity from viewing retirement positively. *Ageing and Society* 32 (8), 1418.
- Lawton, M. P. 1975. The Philadelphia geriatric center morale scale: A revision. *Journal of gerontology* 30 (1), 85–89.
- Levy, B. R., Slade, M. D. & Kasl, S. V. 2002. Longitudinal benefit of positive self-perceptions of aging on functional health. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 57 (5), P409–P417.
- Levy, B. R. 2003. Mind matters: Cognitive and physical effects of aging self-stereotypes. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 58 (4), P203–P211.
- Levy, B. R. & Myers, L. M. 2004. Preventive health behaviors influenced by self-perceptions of aging. *Preventive medicine* 39 (3), 625–629.
- Levy, B. R. 2009. Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current directions in psychological science* 18 (6), 332–336.
- Liang, J. & Bollen K. A. 1983. The structure of the Philadelphia Geriatric Center Morale Scale: A reinterpretation. *Journal of Gerontology* 38, 181–189.
- MacDonald, S. W., DeCarlo, C. A. & Dixon, R. A. 2011. Linking biological and cognitive aging: toward improving characterizations of developmental time. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 66(suppl_1), i59–i70.
- Martin, A. V., Eglit, G. M., Maldonado, Y., Daly, R., Liu, J., Tu, X. & Jeste, D. V. 2019. Attitude toward own aging among older adults: Implications for cancer prevention. *The Gerontologist* 59 (Supplement_1), S38–S49.
- Maslow, A. H. 1954. The instinctoid nature of basic needs. *Journal of Personality*.
- McAdams, D. P. & de St Aubin, E. 1998. *Generativity and adult development*. Washington, DC American Psychological Association.
- Metsäpelto, R-L., Polet, J., Kokko, K., Rantanen, J., Kinnunen, M-L., Pitkänen, T., Lyyra, A-L. & Pulkkinen, L. 2010. Tutkimuksen toteutus. Teoksessa Pulkkinen, L. & Kokko, K. (toim). *Keski-ikä elämänvaiheena*. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen

- julkaisuja 352. Jyväskylän yliopistopaino, 5–19. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-3894-9>.
- Moor, C., Zimprich, D., Schmitt, M. & Kliegel, M. 2006. Personality, aging self-perceptions, and subjective health: A mediation model. *The International Journal of Aging and Human Development*, 63(3), 241-257.
- Mutran, E. & George, L. K. 1982. Alternative methods of measuring role/identity: A research note. *Social Forces*, 866–876.
- O'Brien, E. L., Hess, T. M., Kornadt, A. E., Rothermund, K., Fung, H. & Voss, P. 2017. Context influences on the subjective experience of aging: The impact of culture and domains of functioning. *The Gerontologist*, 57(suppl_2), S127–S137.
- Pirttilä-Backman, A. M., Ahokas, M., Lähteenoja, S., Myllyniemi, R. & Myyry, L. 2005. Arvot, moraali ja yhteiskunta: sosiaalipsykologisia näkökulmia yhteiskunnan muutokseen. Gaudeamus.
- Pulkkinen, L. 2017. Human development from middle childhood to middle adulthood: Growing up to be middle-aged. London: Routledge.
- Puohiniemi, M. 2002. Arvot, asenteet ja ajankuva. Limor.
- Robinson, O. C. 2013. Values and adult age: Findings from two cohorts of the European Social Survey. *European Journal of Ageing* 10 (1), 11–23.
- Rubin, D. C. & Berntsen, D. 2006. People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychonomic bulletin & review* 13 (5), 776–780.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. 2000. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist* 55 (1), 68.
- Sagiv, L. & Schwartz, S. H. 2000. Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology* 30, 177–198.
- Sagiv, L., Roccas, S. & Hazan, O. 2004. Value pathways to well-being: Healthy values, valued goal attainment, and environmental congruence. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Sargent-Cox, K. A., Anstey, K. J. & Luszcz, M. A. 2012. The relationship between change in self-perceptions of aging and physical functioning in older adults. *Psychology and aging* 27 (3), 750.

- Sarvimäki, A. 2013. Vanheneminen eri kulttuureissa ja etnisissä ryhmissä. Teoksessa E. Heikkinen, J. Jyrkämä & T. Rantanen (toim.) *Gerontologia*. 3. painos. Helsinki: Duodecim, 92–100.
- Schwartz, S. H. 1992. Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology* 25 (1), 1–65.
- Schwartz, S. H. & Rubel, T. 2005. Sex differences in value priorities: Cross-cultural and multimethod studies. *Journal of Personality and Social Psychology* 6 (89), 1010–1028.
- Schwartz, S. H. 2007. Value orientations: Measurement, antecedents and consequences across nations. Teoksessa Jowell, R., Roberts, C., Fitzgerald, R. & Eva, G. (toim.) *Measuring Attitudes Cross-Nationally*. London: SAGE Publications. 169–203.
- Schwartz, S. H. 2012. An overview of the Schwartz theory of basic values. *Online readings in Psychology and Culture* 2 (1), 2307–0919.
- Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Torres, C., Dirilen-Gumus, O. & Butenko, T. 2017. Value tradeoffs propel and inhibit behavior: Validating the 19 refined values in four countries. *European Journal of Social Psychology* 47 (3), 241–258.
- Schwartz, S. H. & Bardi, A. 1997. Influences of adaptation to communist rule on value priorities in Eastern Europe. *Political psychology* 18 (2), 385–410.
- Siebert, J. S., Wahl, H. W. & Schröder, J. 2018. The role of attitude toward own aging for fluid and crystallized functioning: 12-year evidence from the ILSE study. *The Journals of Gerontology: Series B* 73 (5), 836–845.
- Sortheix, F. M. & Schwartz, S. H. 2017. Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries. *European Journal of Personality* 31 (2), 187–201.
- Steitz, J. A. & McClary, A. M. 1988. Subjective age, age identity, and middle-age adults. *Experimental Aging Research* 14 (2), 83–88.
- Tilastokeskus. 2010. Väestörakenne 2009. Suomen virallinen tilasto: Väestö 2010.
- Timmer, E., Steverink, N., Stevens, N. & Dittmann-Kohli, F. 2003. Personal concepts of stability in the second half of life. *Journal of Aging Studies* 17 (4), 427–443.
- Tovel, H., Carmel, S. & Raveis, V. H. 2019. Relationships among self-perception of aging, physical functioning, and self-efficacy in late life. *The Journals of Gerontology: Series B* 74 (2), 212–221.

- Uotinen, V. 2005. *I'm as Old as I Feel: Subjective age in Finnish adults*. University of Jyväskylä. *Studies in Education, Psychology and Social Research* 276.
- Vaillant, G. E. & Milofsky, E. 1980. Natural history of male psychological health: IX. Empirical evidence for Erikson's model of the life cycle. *The American Journal of Psychiatry*.
- Vaillant, G. E. 2008. *Aging well: Surprising guideposts to a happier life from the landmark study of adult development*. Little, Brown.
- Weiss, D. & Lang, F. R. 2012. "They" are old but "I" feel younger: Age-group dissociation as a self-protective strategy in old age. *Psychology and Aging* 27, 153–163.
- Weiss, D., Freund, A. M. & Wiese, B. S. 2012. Mastering developmental transitions in young and middle adulthood: The interplay of openness to experience and traditional gender ideology on women's self-efficacy and subjective well-being. *Developmental Psychology* 48 (6), 1774.
- Weiss, D., Sassenberg, K. & Freund, A. M. 2013. When feeling different pays off: How older adults can counteract negative age-related information. *Psychology and aging* 28 (4), 1140.
- Westerhof, G. J., Miche, M., Brothers, A. F., Barrett, A. E., Diehl, M., Montepare, J. M., Wahl, H.-W. & Wurm, S. 2014. The influence of subjective aging on health and longevity: A meta-analysis of longitudinal data. *Psychology and Aging* 29 (4), 793.