

Yhteiskunta ja ihmisen osallisuus ikääntyessä

Marja Saarenheimo

FT, tutkija

Vanhustyön keskusliitto

Tämän alustuksen kysymykset

1. Millainen elämänvaihe vanhuus on nykykäsitusten mukaan?
2. Mistä iäkkään ihmisen psyykinen hyvinvointi koostuu ja mikä on osallisuuden merkitys siinä?
3. Kuinka osallisuutta ylläpidetään?

Elämäntulku

Varhaiset elämänkaarimallit

- ankkuroituvat biologiseen kypsymiseen, vanhenemiseen ja lisääntymiseen
- kantavat mukanaan yksinkertaistavia olettamuksia aikuisuuden merkityksistä ja tehtävistä
- olettavat ikääntymisen psykologiselta merkitykseltään universaaliksi
- sisältävät ajatuksen kaikille yhteisistä kehitystehtävistä
- määrittävät ikääntymiselle laskevan suunnan

Kehitysvaiheteorioiden kritiikki

- Ne eivät ota huomioon vanhenemisen ajallista, paikallista, kulttuurista ja sukupuolista kontekstia
- Niillä ei ole vastaavuutta siihen, kuinka ihmiset elävät ja jäsentävät elämäänsä nyky-yhteiskunnissa
- Monet nykyisin tavanomaiset arjen ja elämänkulun ilmiöt eivät löydä paikkaansa perinteisissä elämänkaarimalleissa

Elämänkulun uudemmat jäsenyykset

- ottavat vauhtia keskimääräisen eliniän pitenemisestä ja siihen liittyvästä väestön ikääntymisestä sekä erilaisista kulttuurisista, taloudellisista ja yhteiskunnallisista muutoksista
- tarkastelevat elämänkulun venymistä ja sen seuraamuksia monitieteisesti
- fokusoivat vaihteleviin kasvun ja ikääntymisen konteksteihin ja siihen, mitä seuraamuksia näillä on yksittäisten ihmisten vanhenemiselle

Nykyisten vanhuuden tarkastelujen avainsanoja

- Pitkäikäisyys
- Kolmas, neljäs, viides ikä
- Ikäerottelujen purkautuminen ja yhdenikäisyyden kulttuuri
- Elinikäinen kehittyminen
- Aktiivinen ja tuottava ikääntyminen
- Toimijuus ja toimintakyky
- Kontekstuaalisuus
- Yksilöllisyys

Viisi periaatetta monitieteiselle elämänkulun tarkastelulle by Elder & Kirkpatrick Johnson (2003)

1. Elinikäisen kehityksen ja ikääntymisen periaate
2. Toimijuuden periaate: Ihmiset rakentavat elämänkulkuun valinnoilla, joita osaltaan säätelevät historialliset ja sosiaaliset olosuhteet
3. Ajan ja paikan periaate: Yksittäisten ihmisten elämänkulkua muovaavat ne ajalliset ja paikalliset olosuhteet, joissa he elävät
4. Ajoituksen periaate: Siirtymillä, elämäntapahtumilla ja toimintamalleilla on erilaisia seuraamuksia ja ne koetaan eri tavoin riippuen niiden elämänkulullisesta ajoittumisesta
5. Keskinäisen riippuvuuden periaate: Ihmisten elämät kietoutuvat toisiinsa, ja yhteiskunnalliset sekä historialliset vaikutukset saavat kollektiiviset tulkintansa näissä suhdeverkostoissa

Psyykkinen hyvinvointi

Psyykkisen hyvinvoinnin ulottuvuudet

(Carol Ryff, 1989)

Itsensä ja
elämäntilanteensa
hyväksyminen

P H

S Y

Elämänhallinta

Y V

Y I

Autonomia

Elämän
tarkoituksellisuus

K N

K V

Henkilökohtainen kasvu
ja omien
mahdollisuuksien
toteuttaminen

I O

Vastavuoroiset
ihmissuhteet

N I

E N

N T I

Aktiivisuus ja hyvinvointi

- Hyvinvoinnin kannalta merkittävää on itselle ominaisen ja itse halutun aktiivisuuden tason säilyttäminen
- Aktiivisuuden pakonomainen väheneminen on välittävä tekijä elämäntilanteeseen liittyvien stressitekijöiden ja psyykkisen hyvinvoinnin suhteessa
- Näyttää siltä, että ruumiilliset sairaudet ja toimintakyvyn vajeet lisäävät masennusriskiä etenkin silloin kun ne estävät henkilöä pitäytymästä haluamallaan arjen aktiivisuuden tasolla (Williamson & Schulz 2000)

Osallisuus

Tunne kuulumisesta johonkin; tarve olla osa jotain itseä laajempaa

- » perhe
- » muut yhteisöt
- » yhteiskunta
- » ihmiskunta ja ihmisuus
- » maailmankaikkeus

Osallisuuden kokemus

- Syvällinen johonkin kuulumisen tunne
- Mahdollisuus olla mukana erilaisissa yhteisöllisissä prosesseissa
- Tarpeellisuuden kokemus
- Osallisuuden ja osattomuuden kokemukset muovaavat ratkaisevasti ihmisen identiteettiä

Osallisuuden puute

- Osattomuuden kokemus
- Syrjäytyminen yhteiskunnassa tärkeinä pidetyistä asioista, toiminnan areenoista ja kokemuksista
- Tunne sivustakatsojaksi jäämisestä
- Identiteettiä murentava tarpeettomuuden ja merkityksettömyyden tunne
- Lamauttava kokemus siitä, että ei voi vaikuttaa itseä koskeviin asioihin

Toiseus ikäihmisten osallisuuden esteenä

- Toiseudella tarkoitetaan sitä, että joku "meistä" poikkeava nähdään vähempiarvoisena ja normaalin piiriin kuulumattomana.
- Toiseus etäännyttää ihmisen kuvitellusta 'keskivertokansalaisesta' ja yhteiseksi ajatellusta kokemusmaailmasta.
- Toiseus ei ole välttämättä tarkoituksellista syrjintää, vaan se voi rakentua lähes huomaamatta ja joskus jopa hyvää tarkoittavan toiminnan seurauksena osaksi erilaisia käytäntöjä.

Vanhat ihmiset "toisina"

- "Vanhus" on yhteiskunnassamme yleensä joku toinen; persoonaton ja kollektiivinen
- "Vanhus" on usein myös seniorin toinen
- Nuoremmille oma vanhuus usein abstrakti mahdollisuus
- Vanhat ihmiset ovat nuoremmille muistutus kaiken väliaikaisuudesta ja kuolemasta

Toiseuttamisen ilmenemismuotoja

- Ikäsyrrjintä ja yhdenvertaisuuden puute
- Lapsellistaminen (esim. "elder speak")
- Yli ja ohi puhuminen
- Estetisointi
- Eksotisointi
- Erityisyyden korostaminen siellä missä se ei ole relevanttia

Ikääntymisen yhteiskunnalliset paradoksit

- Aktiivisen ikääntymisen korostaminen vs. toiseuttavat käytännöt
- Vanhuus ongelmana/ vanhuus voimavarana –polariteetti
- Kiihkeä halu nuorekkuuden säilyttämiseen vs vanhenemisen pelosta vaikeneminen
- Kolmannen iän mahdollisuuksien ihannointi vs eläkeläisten käyttäminen hoito- ja palvelualuejen neljäntenä sektorina
- Vanhuuden stereotyyppien tiivistyminen neljanteen ikään
- Vanhuuden ymmärtäminen yksilöllisenä valintana vs kovana biologisena tosiasiana

Kolmas ikä ja osallisuus

- Aktiivisen ikääntymisen normi, joka koskee nimenomaan toiminnallista osallisuutta
- Osallisuus ymmärretään konkreettisenä osallistumisena harrastustoimintaan, matkusteluun, opiskeluun ja kuluttamiseen
- Osallisuus ymmärretään usein osallistumisena "nuorekkaaseen" elämäntapaan ja taisteluna vanhuuden ulkoisia merkkejä vastaan

Neljäs ikä – osallisuuden koetinkivi

- Missä ovat neljännen iän osallisuuden areenat?
- Neljännessä iässä arki pelkistyy helposti erilaisiksi hoidon tarpeiksi ja palveluiden kohteena olemiseksi
- Etäännyttävätkö nykyiset yhteiskunnalliset käytännöt kaikkein iäkkäimpiä ihmisiä luontevasta osallisuudesta?

Perinteisiä ja uusia ikäihmisten osallisuuden areenoita

- Paikka sukupolvien ketjussa: ylisukupolviset suhteet, huolenpito nuoremmista (ja vanhemmista)
- Kokemuksellisen tiedon ja viisauden hallussapito ja siirtäminen
- Yhteiskunnallinen ja "tuottava" toiminta
- Elämänkulun kokonaisuutta ja merkitystä koskeva ymmärrys

Kuinka ylläpitää osallisuutta?

- Keskinäisen riippuvuuden hyväksyminen
- Joustava itsemäärittely ja irrotautuminen epäsuotuisista uskomuksista
- Tavoitteiden ja valmiuksien yhteen sovittaminen
- Kyky olla ajoittain yksin kokematta musertavaa yksinäisyyttä
- Sekä kiintymykseen perustuvien että löyhempien ja välineellisten sosiaalisten suhteiden vaaliminen ja minäkeskeisyyden ansan välttäminen minää korostavassa kulttuurissa
- Reflektiivisyys suhteessa omaan elämään

(Lähteet: Settersten & Trauten 2007; Baltes & Baltes 1990)