

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutusohjelma

Martta Laakso
Heini Leinonen

IKÄÄNTYNYT, IKÄIHMINEN, SENIORI VAI VANHUS?
Eri sukupolvien näkemyksiä ikääntymisen käsitteistä

Opinnäytetyö
Marraskuu 2016



OPINNÄYTETYÖ
Marraskuu 2016
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tikkarinne 9
80220 JOENSUU
013 260 600

Tekijät

Martta Laakso, Heini Leinonen

Nimeke

IKÄÄNTYNYT, IKÄIHMINEN, SENIORI VAI VANHUS?

Eri sukupolvien näkemyksiä ikääntymisen käsitteistä

Toimeksiantaja

Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala

Tiivistelmä

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on nostaa esiin, että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään. Opinnäytetyön tavoite on tarkastella eri sukupolvien näkemyksiä käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus. Opinnäytetyön toimeksiantajana on Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala. Toimeksiantaja saa opinnäytetyöstä tietoa eri sukupolvien näkemyksistä ikääntymisen käsitteistä ja voi käyttää työtä hyödykseen opiskelijoiden perehdytyksessä.

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus. Opinnäytetyön aineisto kerättiin narratiivisella menetelmällä ja aineiston analysointimenetelmänä oli aineistolähtöinen sisällönanalyysi. Aineistoa kerättiin eri sukupolvilta. Käytetyssä sukupolvijaottelussa oli yhteensä seitsemän sukupolvea, ja jokaisesta sukupolvesta oli kaksi vastaajaa.

Opinnäytetyön keskeinen tulos on, että eri sukupolvien näkemykset ovat sekä yhteneväisiä että toisistaan eroavia. Näkemykset ikääntyneestä ja ikäihmisestä ovat samantyyppiset. Seniori kuvataan aktiiviseksi ja vanhus määritellään viimeiseksi ikääntymistä kuvaavaksi käsitteeksi. Tulosten perusteella voidaan todeta, että ikääntymistä kuvaaviin eri käsitteisiin liittyy erilaisia mielikuvia ja oletuksia.

Opinnäytetyön jatkotutkimuksena voidaan toteuttaa tutkimus, jossa selvitään sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden näkemyksiä ikääntymisen käsitteisiin. Jatkotutkimuksena voidaan toteuttaa myös tutkimus yhden sukupolven näkemyksistä eri ikääntymisen käsitteistä. Lisäksi jatkotutkimus voidaan toteuttaa tutkimalla näkemyksiä eri käsitteistä ilman sukupolvijaottelua. Tuloksista voidaan toteuttaa postereita, joiden avulla käsitteiden vertailu on helppoa.

Kieli
suomi

Sivuja 45
Liitteet 9
Liitesivumäärä 12

Asiasanat

ikäääntyminen, ikäsyryntä, ikääntynyt, ikäihminen, seniori, vanhus



THESIS
November 2016
Degree Programme in Social Services

Tikkarinne 9
80220 JOENSUU
FINLAND
013 260 600

Authors
Martta Laakso, Heini Leinonen

Title
AGED, AGED PEOPLE, SENIOR CITIZEN OR OLD PERSON?
Different Generations Views' about the Concepts of Ageing

Commissioned by
Learning and Service Centre Voimala of Karelia University of Applied Sciences

Abstract

The aim of this thesis was to point that it is not insignificant what concepts of ageing we use about elderly people. The purpose of this thesis was to consider different generations' views of the concepts aged, aged people, senior citizen and old person. The commissioner of this thesis was the Learning and Service Centre Voimala of Karelia University of Applied Sciences. From this thesis the commissioner gets information about different generations views' about the concepts of ageing. The commissioner uses information from this thesis to introduce students to Voimala.

This thesis is a qualitative research. The material of this thesis was collected with the narrative method and the analyzing method used was the material focused content analysis. The material was collected from different generations. The division based on generation included seven generations and there were two respondents from every generation.

The most important result was that different generations' views were both identical and differing. The views of the concepts aged and aged people resembled each other. The concept of senior citizen was described as active and that of old person was described to be the last concept of ageing. The survey proved that different concepts of ageing include different visions and hypothesizes.

The idea of future research is to study social and health care field employees' views about concepts of ageing. A future research could also be about one generation's views of different concepts of ageing. A future research could also be a study about views of different concepts of ageing without the division based on generation. From the results can be produced posters so views' comparing is easy.

Language
Finnish

Pages 45
Appendices 9
Pages of Appendices 12

Keywords
ageing, ageism, aged, aged people, senior citizen, old person

Sisältö

Tiivistelmä

Abstract

1	Johdanto	5
2	Ikääntymistä kuvaavat käsitteet ja sukupolvi jaottelu	6
	2.1 Ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus	6
	2.2 Sukupolvi jaottelu	7
3	Ikääntyminen yhteiskunnallisena ilmiönä	9
	3.1 Vanhuuskäsitys ja ikääntyneet osana yhteiskuntaa	9
	3.2 Ikääntymisen subjektiivisuus	10
	3.3 Ikästereotyyppien muutos ja ikäsyrijäntä	11
4	Ikääntyminen yksilön ja arjen näkökulmasta	12
	4.1 Ikääntyminen elämänkaaripsykologian näkökulmasta	12
	4.2 Toimintakyvyn muutokset ikääntyessä	14
	4.3 Arki ja sen muutokset ikääntyneen elämässä	15
5	Aiemmin tehdyt tutkimukset ja tutkielmat	17
6	Opinnäytetyön lähtökohdat	20
	6.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys	20
	6.2 Kohderyhmä	21
	6.3 Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimalla toimeksiantajana	21
7	Opinnäytetyön toteutus	22
	7.1 Laadullinen narratiivinen tutkimus	22
	7.2 Aineiston hankinta	23
	7.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi ja aineiston tulkinta	25
8	Eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä	27
	8.1 Ikääntynyt	27
	8.2 Ikäihminen	28
	8.3 Seniori	29
	8.4 Vanhus	31
9	Johtopäätökset	32
10	Pohdinta	35
	10.1 Toteutuksen ja menetelmän tarkastelu	35
	10.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	37
	10.3 Ammatillinen kasvu	41
	10.4 Jatkotutkimus- ja kehittämisideat	44
	Lähteet	46

Liite 1	Toimeksiantosopimus
Liite 2	Aineistonkeruutilaisuuden mainos
Liite 3	Saatekirje
Liite 4	Suostumuslomake
Liite 5	Opinnäytetyön vastauslomake
Liite 6	Aineiston analysoinnin prosessikaavio
Liite 7	Analysoidun aineiston esimerkki
Liite 8	Eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä
Liite 9	Opinnäytetyöprosessi

1 Johdanto

Kansakunnan ikääntyminen on nopeaa ja ikääntyneiden merkitys taloudellisena ja yhteiskunnallisena voimana on aikaisempaa merkittävämpi. Tämä aiheuttaa tulkintojen ja ajatusten muutoksia ikääntymisestä. Tulevaisuudessa yhteiskunnastamme yhä suurempi osa on hyväkuntoisia, aktiivisia ja virkeitä ikääntyneitä. Haasteena onkin se, mitä nimityksiä käytämme tästä kansanosasta, jota ei voida enää määrittää siten, kuin se on aikaisemmin määritetty. (Dunderfelt 2011, 203—204.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on nostaa esiin, että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään. Eri käsitteiden käyttäminen vaikuttaa ikääntyneen kokemukseen kohtaamisesta ja tuo esiin työntekijän näkemyksiä ikääntymisestä (Ylikarjula 2011, 40). Opinnäytetyön tavoitteena on tarkastella eri sukupolvien näkemyksiä käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus. Opinnäytetyön toimeksiantaja on Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala. Toimeksiantaja saa opinnäytetyöstä tietoa eri sukupolvien näkemyksistä ikääntymisen käsitteisiin ja käyttää työtä hyödykseen opiskelijoiden perehdytyksessä. Kuvatessamme raportissa ikääntynyttä ihmistä, käytämme käsitettä ikääntynyt sen synnyttämän neutraalin mielikuvan vuoksi.

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, jonka aineisto on kerätty narratiivisen menetelmän avulla. Opinnäytetyön raportin alussa avaamme opinnäytetyön tietoperustaa. Kerromme ikääntymisestä osana ihmisen elämää ja yhteiskuntaa. Käsittelemme myös ikääntymisen subjektiivisuutta, toimintakyvyn muutoksia sekä sitä, mitä tarkoitamme käsitteellä arki. Seuraavaksi esittelemme aiemmin tehtyjä tutkielmia sekä opinnäytetyön lähtökohtia. Käsittelemme raportissa vaiheittain opinnäytetyön toteutumisen, minkä jälkeen kerromme opinnäytetyön tulokset. Tämän jälkeen esittelemme opinnäytetyön johtopäätökset. Raportin viimeinen luku on pohdinta, jossa tarkastelemme opinnäytetyön toteutusta ja valittuja menetelmiä sekä opinnäytetyön luotettavuutta ja eettisyyttä. Pohdinta-osion lopuksi kerromme ammatillisesta kasvusta opinnäytetyöprosessin aikana ja esitämme jatkotutkimus- ja kehittämisideoita.

2 Ikääntymistä kuvaavat käsitteet ja sukupolvi jaottelu

2.1 Ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus

Ikääntynyttä väestöä kuvaavat käsitteet koetaan ongelmallisiksi. Vanhus-sanan korvaaviksi käsitteiksi mielletyt käsitteet, kuten ikääntynyt tai seniori, koetaan hankaliksi. Seniori-käsite tuntuu teennäiseltä lainasanalta, kun taas "ikääntynyt" koetaan liialti yksilön ikään viittaavaksi. (Ylikarjula 2011, 40.) Näiden kolmen käsitteen lisäksi opinnäytetyön keskeisiin käsitteisiin kuuluu toimeksiantajan toiveesta ikäihminen, jota käytetään usein rinnakkain käsitteen ikääntynyt kanssa.

Dunderfelt kuvaa teoksessaan "Elämänkaaripsykologia" senioreita vahvasti elämässä kiinni oleviksi. Dunderfeltin mukaan seniorit matkustelevat, opiskelevat ja ovat vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Seniori-käsitteen lisäksi Dunderfeltin ajattelun mukaan tarvitaan kuitenkin vielä sellainen käsite, joka kuvaa sellaisia ikääntyneitä, jotka ovat hyvin vanhoja ja joiden toimintakyky on huomattavasti heikentynyt. (Dunderfelt 2011, 204.)

Vanhus-käsite kuvataan tämän päivän yhteiskunnassa loukkaavaksi, sillä yhteiskuntamme näkökulma vanhenemiseen on negatiivinen. Vanhus-käsitteeseen liittyy tietynlainen stigma, joka herättää usein ihmisissä tietynlaisen mielikuvan henkilöstä, jota kuvaillaan vanhukseksi. (Ylikarjula 2011, 40.) Vanhus-käsitteeseen liittyy mielikuvia esimerkiksi raihnaisuudesta, sairauksista sekä muistamattomuudesta. Vanhukset saatetaan mieltää jopa pelottaviksi uhkakuviksi siitä, mitä yksilön tulevaisuus saattaa olla. (Jyrkämä 2001, 286.) Vanhuusbarometrin vuonna 1994 tekemän tutkimuksen mukaan vanhukseksi voidaan kutsua vasta yli 80-vuotiasta ihmistä. Tutkimukseen osallistuvien keskuudessa "vanhus" käsitteenä oli epäsuosiossa: vain joka kahdeskymmenes vastaaja kannatti käsitteen käyttöä. (Vanhuusbarometri 1994, Jyrkämä 2001, 285 mukaan.) Pitkäikäisyyttä toisaalta ihannoidaan, mutta korkean iän mukanaan tuomia haasteita pelätään (Ylikarjula 2011, 40).

Uusien ikääntymistä kuvaavien käsitteiden syntyminen vaikuttavat muun muassa pidentynyt elinikä, elämänvaiheiden muuttunut sisältö, yhteiskunnan tilanne ja kulttuuri. Vaikka käsitteitä syntyy, ne eivät jää arkikäyttöön kovinkaan nopeasti. Tästä ilmiöstä johtuen eri vanhus- ja vanhuuskäsitteet aiheuttavat epätietoisuutta. Käsitteisiin suhtaudutaan joko positiivisesti tai negatiivisesti ja eri käsitteitä kohtaan voi muodostua ryhmiä käsitteen käytön puolesta ja vastaan. (Saarenheimo ym. 2014, 134.)

2.2 Sukupolvijaottelu

Opinnäytetyössä käytetään taulukon 1 mukaista sukupolvijaottelua. Sukupolvijaottelun ansiosta ei tarvitse ottaa edustajaa kustakin ikäluokasta, ja pystytään siten vähentämään kerättävän aineiston määrää. Opinnäytetyössä halutaan ottaa huomioon se, että yhteiskunta, jonka vaikutuksen alaisena vastaaja on elänyt vaikuttaa todennäköisesti hänen suhtautumiseensa ikääntymiseen. Sukupolvijaottelua käytetään myös siitä syystä, että ikääntymisen mielikuvat ovat keskeisesti sidoksissa siihen yhteiskunnalliseen tilanteeseen, jossa yksilö on elänyt.

Taulukko 1. Sukupolvijaottelu

SUKUPOLVI	AJANJAKSO
Sota-ajan sukupolvi	1921—1944
Nousukauden suuret ikäluokat	1945—1954
Öljykriisin sukupolvi	1955—1964
Hyvinvoinnin sukupolvi	1965—1972
Lamasukupolvi	1973—1979
Y-sukupolvi	1980—1990
Z-sukupolvi	1991—

(Järvensivu & Syrjä 2014, 56; Alestalo 2007, 148)

Opinnäytetyössä käytetään eri ikäryhmien jaotteluun Järvensivun ja Syrjän sukupolviijaottelua. Tämä sukupolviijaottelu valittiin siitä syystä, että se keskittyy eritoten suomalaisten sukupolvijakojen kuvaamiseen. Sukupolviijaottelu on julkaistu vuonna 2014, joten se on uusin saatavilla oleva sukupolviijaottelu. Järvensivun ja Syrjän sukupolviijaottelu ei kata koko toimeksiantajan asiakasryhmän ikäjakamaa. Tästä syystä sukupolviijaotteluun lisättiin sota-ajan sukupolvi (vuosina 1921—1944 syntyneet). Tämä sukupolvi perustuu Matti Alestalon ajatukseen siitä, että sota-ajan sukupolvi on olemassa ja tämän sukupolven edustajat ovat syntyneet aikaisintaan vuonna 1921. Alestalon sukupolviijaottelussa sota-ajan sukupolvi päättyy vuoteen 1925. (Alestalo 2007, 148.) Alestalon sukupolviijaottelua sovellettiin siten, että sota-ajan sukupolvi päättyy vuoteen 1944. Tähän päädyttiin siitä syystä, että sota-ajan sukupolvi sopii näin loogisesti Järvensivun ja Syrjän sukupolviijaotteluun. Toinen maailmansota päättyi vuonna 1945, joten kaikki tähän sukupolveen kuuluvat ovat eläneet sota-aikana.

Sota-ajan sukupolven edustajille on tyypillistä se, että he ovat eläneet suurien sotien aikana. Nousukauden suurten ikäluokkien elämään vaikuttaa se, että he ovat syntyneet sodan jälkeisen nousukauden aikana. Tätä sukupolvea kutsutaan usein myös termillä ”suuret ikäluokat”. Jaottelumme kolmannelle sukupolvelle, öljykriisin sukupolvelle on keskeistä, että heidän elämänsä on vaikuttanut merkittävästi 1970-luvun talousnotkahdus ja öljykriisi. 2010-luvulla öljykriisin sukupolven edustajia käsitellään termillä ”eläkkeenodottajat”. Hyvinvoinnin sukupolven elämän kannalta merkityksellistä on ollut se, että heidän ollessaan työikäisiä on Suomessa eletty kohtuullisen hyvää aikaa. Lamasukupolvea nimensäkin mukaisesti yhdistää kokemus lamasta. Y-sukupolvelle yhteistä on se, että he ovat ensimmäinen sukupolvi, joka on varttunut vahvasti digitalisaation vaikutuksen alaisena. Sukupolviijaottelumme viimeistä sukupolvea, Z-sukupolvea, yhdistää kokemus vuoden 2008 globaalista taantumasta. (Järvensivu & Syrjä 2014, 52—56.)

3 Ikääntyminen yhteiskunnallisena ilmiönä

3.1 Vanhuuskäsitys ja ikääntyneet osana yhteiskuntaa

Tänä päivänä yhteiskunnassamme on yhä enemmän aktiivisia, terveitä toimintakykyisiä ikääntyneitä. Väestön elinikä ja eliniän odote ovat nousseet. Tästä on seurannut se, etteivät ikääntyneet koe kuuluvansa perinteiseen määritettyyn ikäluokkaan eli siihen, millaiseksi vanhuuskäsitys on edellisten sukupolvien aikana muovautunut. (Saarenheimo, Pietilä, Maununaho, Tiihonen & Pohjolainen 2014, 5.)

Vanhuuskäsitys on osa jokaisen yksilön ihmiskäsitystä. Ihmiskäsityksellä tarkoitetaan jokaisen ihmisen subjektiivista ja kokemuksellista kuvaa siitä, mitä ihmisenä oleminen itselle merkitsee. Ihmiskäsityksessä otetaan huomioon yksilön henkilökohtainen kuva itsestä ja muista sekä se, että ihminen on vastavuoroinen eli toimii vuorovaikutuksessa toisten yksilöiden kanssa. Ihmisellä on elämänsä aikana erilaisia rooleja yhteiskunnassa, joiden kautta hän toteuttaa sen hetkistä yhteiskunnan tapaa elää sosiaalista ja kulttuurista elämää. Ihminen on osa yhteiskunnallis-kulttuurista kontekstia, mikä vaikuttaa yksilön käsitykseen ihmisyydestä. Näin ollen ikääntyminenkin on aina sidoksissa ajankohtaiseen yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Vanhuuskäsitystä tarkasteltaessa yksilö tulee ottaa huomioon kokonaisuutena: vanhuuskäsitys koostuu yksilön henkilökohtaisesta kuvasta sekä siitä yhteiskunnallis-kulttuurisesta kontekstista jossa hän elää ja on elänyt. Ikääntyminen on monipuolinen elämänvaihe, ei ainoastaan raihnaistumista. (Heikkinen 2008, 213—214; Marin 2001, 23,31.)

Yksilön vanhuuskäsitykseen vaikuttavia tekijöitä ovat kulttuuri sekä läheisten ikääntyvien ihmisten elämän seuraaminen. Vanhuuskäsityksen muodostuminen alkaa jo lapsuudesta ja se muovautuu koko elämän ajan. Lapsuudessa yksilön vanhuuskäsitykseen voivat vaikuttaa esimerkiksi muiden kertomat tarinat vanhuudesta ja vanhenemisestä. (Heikkinen 2008, 214.) Vanhuuskäsitys voidaan ymmärtää sen hetkisen yhteiskunnan suhtautumisena vanhuuteen ja vanhenemiseen.

3.2 Ikääntymisen subjektiivisuus

Ikääntymiseen liittyy sosiokulttuurisia muutoksia yhteiskunnassa. Näitä ovat muun muassa merkitysten ja todellisuuden tulkinnan muutokset sekä identiteettimallien ja käsitysten muutokset. (Rantamaa 2001, 50.) Ikääntymisen käsitykset ja niihin liittyvät arvolataukset vaativat monipuolisempaa tarkastelua kuin ikääntymisen tarkastelua ainoastaan taloudellisen, yhteiskunnan ja fyysisen toimintakyvyn näkökulmasta. Uusia näkökulmia ikääntymisen tarkasteluun tuovat muun muassa subjektiivinen näkökulma ja ikätietoisuus sekä koetun minuuden kuvaaminen. (Suomi & Hakonen 2008, 243.)

Yhteiskunnan näkemys ikääntyneestä voi olla ristiriidassa ikääntyneen subjektiivisen kokemuksen kanssa omasta ikääntymisestään. Esimerkiksi ainoastaan ikääntyneen heikentyneen fyysisen toimintakyvyn perusteella häntä ei voida määrittellä tietyllä käsitteellä, sillä ikääntyneen psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky saattavat olla ristiriidassa fyysisen toimintakyvyn tason kanssa. Henkilökohtainen kokemus oman elämän merkityksellisyydestä ja uusien voimavarojen mahdollisesta syntymisestä on merkityksellisempää kuin se, miten yhteiskunta ikääntyneen määrittelee. (Dunderfelt 2011, 205.)

Ikääntyminen ja kokemukset siitä, miten ihmiset kokevat ikääntymisen ja millä nimellä haluavat itseään kutsuttavan, liittyy olennaisesti oma kokemus omasta toimintakyvystä, identiteetistä, minän eheydestä sekä erilaisista rooleista yhteiskunnassa. Ikääntyminen koetaan henkilökohtaiseksi ja persoonalliseksi kokemukseksi. Saman ikäisiä ihmisiä voivat kiinnostaa erilaiset asiat ja heidän elämäntilanteensa voivat olla hyvinkin erilaisia. (Rantamaa 2001, 54,62; Hakonen 2008, 44.) Kokemukseen ikääntymisestä liittyy vahvasti myös muiden ihmisten antama arvostus ja suhtautuminen ikääntymistä kohtaan. Tästä johtuen ikääntymistä ei voida kategorisoida vain yhden käsitteen alle. (Jyrkämä 2001, 269–270, 307.) Saman ikäiset ihmiset voivat siis haluta heistä käytettävän eri ikääntymisen käsitteitä.

3.3 Ikästereotyyppien muutos ja ikäsyrrintä

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista määrittää ikääntyneen henkilön yksilöksi, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykkinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt. Heikentyminen johtuu lain mukaan korkean iän myötä lisääntyneistä tai pahentuneista sairauksista, vammoista tai korkeaan ikään liittyvästä rappeutumisesta. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista 980/2012.) Marja Saarenheimon mukaan lainsäädäntö ylläpitää negatiivista vanhuuskuvaa. Lainsäädännön mukaan vanhuus on toimintakyvyn ja terveyden heikentymistä, ja se korostaa fyysisen toimintakyvyn osuutta ikääntymisessä. (Saarenheimo 2014, 4.)

Negatiivisten ikääntymistä koskevien stereotyyppien rinnalla on ryhdytty puhumaan aktiivisesta ikääntymisestä. Tällä tarkoitetaan sitä, että ikääntyminen ei ole ainoastaan raihnaistumista tai elämän hidastumista ja rauhoittumista, vaan se voi olla myös aktiivista ja puuhakasta aikaa. (Saarenheimo 2014, 6.) Aktiivinen ikääntyminen on asetettu globaalisti yhdeksi väestöpoliittiseksi tavoitteeksi. Kansainväliset organisaatiot, esimerkiksi EU-komissio, OECD ja WHO, ovat tunnustaneet aktiivisen ikääntymisen tavoitteekseen. (European Commission 2012; Organization for Economic Co-operation and Development 1998; World Health Organization 2002, Saarenheimon 2014, 8 mukaan.)

Maailman terveystalvveljärjestö käsittelee vuonna 2015 julkaistussa "AGEIN AND HEALTH" -raportissaan ageismia. Ageismilla tarkoitetaan yksilön tai ryhmän ikään perustuvaa syrjintää ja stereotypisointia. Ageismi voi toteutua esimerkiksi ennakkoluuloisina ja syrjivinä asenteina, institutionaalisenä politiikkana ja toimintatapoina jotka vahvistavat ja edistävät stereotyyppisiä uskomuksia. (WHO 2015, 10.) Ageismi on yhtä radikaali syrjinnän muoto kuin rasismi ja sukupuolisyrrintä. Ageismista ei olla niin tietoisia kuin rasismista ja sukupuolisyrrinnästä, sillä ageismi on syrjinnän muotona melko salakavala ja huomaamaton. (Ylikarjula 2011, 78.)

Ikääntyneistä käytettävät käsitteet ja niihin sisältyvät arvolataukset vaikuttavat käsitykseemme ja suhtautumiseemme ikääntyneitä kohtaan (Ylikarjula 2011, 45). Negatiivinen näkökulma ikääntymiseen on laaja-alaista, eikä kosketa yksistään mitään tiettyä yhteiskunnallista tai etnistä ryhmää. Ageismi onkin laaja-alaisempaa kuin sukupuolisyrijintä tai rasismi. Sillä on vakavia seuraamuksia sekä ikääntyneille että yhteiskunnalle yleensä. WHO:n mukaan ageismilla voi olla merkittäviä negatiivisia vaikutuksia ikääntymistä koskeviin poliittisiin päätöksiin sekä ikääntyneille tarjottaviin sosiaali- ja terveystalouden laatuun. Ikääntyneille ageismi aiheuttaa sosiaalista eristäytymistä, fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn heikentymistä ja taloudellisia ongelmia. (WHO 2015, 10.)

4 Ikääntyminen yksilön ja arjen näkökulmasta

4.1 Ikääntyminen elämänkaaripsykologian näkökulmasta

Elämänkaaripsykologia on kehityspsykologian osa-alue, mutta se on kehityspsykologiaa laajempi näkökulma. Elämänkaaripsykologia sisältää kaikki ihmisen elämänvaiheet syntymästä aina kuolemaan saakka. Elämänkaaripsykologian lähtökohtiin sisältyy ajatus siitä, että ihmisen kehitys on koko elämän ajan jatkuva kokonaisuus. Jokainen ihminen käy yksilöllisesti läpi kaikki ne elämänvaiheet ja kehitystehtävät, jotka kaikki yksilöt jossain vaiheessa elämänsä kokevat. (Dunderfelt 2011, 13.)

Elämänkaaripsykologian päätavoitteena on ymmärtää psykodynamiikkaa. Psykodynamiikalla tarkoitetaan koko ihmisen elämänkaaren läpäisevää kehitysliekettä, joka yhdistää kaikki yksilön kokemukset kokonaisuudeksi. Eri tutkijat ovat yrittäneet erilaisten käsitteiden kautta määrittää ihmisenä kehittymisen mysteeriä. (Dunderfelt 2011, 13—14.) Kari Turunen on nimittänyt tätä elämänkaaren läpäisevää kehitysliekettä elämänlogokseksi (Turunen 2005, Dunderfeltin 2011, 13 mukaan). Carl Gustav Jung puolestaan nimitti psykodynamiikkaa jatkuvaksi koko elämän kestäväksi minuuden kehitykseksi eli individuaatioksi (Jung 1985, Dunderfeltin 2011, 13 mukaan). Rudolf Steiner tarkoittaa psykodynamiikalla sitä, että

ihminen voi kokea psyykkisten ja henkisten voimien metamorfooseja eli muodonmuutoksia. (Lievegoed 1995, Dunderfeltin 2011, 14 mukaan). Erik H. Eriksonin mukaan elämä taas on jatkuva identiteetin muodostamisen prosessi (Erikson 1985, Dunderfeltin 2011, 14 mukaan).

Erik H. Eriksonin kehitysteorian mukaan ihminen käy elämänsä aikana läpi yhteensä kahdeksan kehityskriisiä. Näistä kriiseistä viimeinen, eheys vastaan epätoivo, on Eriksonin mukaan yksilön viimeinen kehityskriisi, ja se kuuluu siten ajallisesti ikääntymiseen. Kriisin ratkaistuaan yksilö saavuttaa eheyden. Saavuttaakseen eheyden tulee yksilön hyväksyä vastuunsa elämänsä elämänsä ja hyväksyä elämän rajallisuus sekä se, että oma elämä on vain yksi osa historiaa. Mikäli kehityskriisiä ei saa ratkaistuksi, kokee yksilö elämänsä epätoivoiseksi. Epätoivoisuus aiheuttaa esimerkiksi tiedostamatonta kuolemanpelkoa ja tunnetta siitä, että elämän pituus on liian lyhyt siihen, että yksilö ehtisi aloittaa erilaisen elämän ja kokeilla erilaisia tapoja saavuttaakseen eheyden. (Erikson 1978, 104–105.)

Dunderfeltin mukaan ihminen siirtyy 60–65-vuotiaana kypsyyden ikävaiheeseen. Tässä ikävaiheessa yksilöllä on vielä kehitystehtäviä ja kokemuksia edessään ja mahdollisuus yksilölliseen kasvuun ja kehitykseen. Kypsyyden ikävaiheessa sisäiset arvot koetaan yhteiskunnallisia taloudellisia arvoja ja työelämän arvoja tärkeämmiksi. Tässä ikävaiheessa yksilö pohtii uudelleen suhtautumistaan elämään. Tarkastelun kohteena ovat esimerkiksi suhtautuminen omaan kehoon, kumppaniin sekä perheeseen ja sukulaisiin. Kypsyyden ikävaiheessa yksilö pohtii myös usein uudelleen suhtautumistaan rahaan ja omistamiseen sekä omaan itseenäisyyteensä ja toisaalta riippuvuuteensa muista. Elämänkaaripsykologian mukaan kypsyyden ikävaiheen mielekkyyteen vaikuttaa edellisistä kehitystehtävistä suoriutuminen eli kokemus menneestä elämästä. Kokemus menneestä elämästä voi vaihdella positiivisesta negatiiviseen. (Dunderfelt 2011, 200.)

4.2 Toimintakyvyn muutokset ikääntyessä

Toimintakyky jaetaan tavanomaisesti kolmeen eri osa-alueeseen: fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Ikääntymistä tulisi tarkastella kokonaisvaltaisesti jokaisen toimintakyvyn osa-alueen näkökulmasta. (Marin 2001, 31.) Ikäihmisten osalta huomattavasti eniten on tutkittu fyysistä toimintakykyä, mutta hiljattain tutkimuskohteita ovat alkaneet olla myös psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky. (Jyrkämä 2007, 197.) Ihmisen arvioidessa omaa terveyttään, elämänlaatuaan ja elämän tarkoituksellisuuden tunnetta, hän usein lähestyy näitä teemoja kokonaisvaltaisesti toimintakyvyn näkökulmasta (Heikkinen 2002, 24).

Fyysisen toimintakyvyn ylläpitämisen näkökulmasta on tärkeää, että yksilö säilyttää ikääntyessään liikunnallisuutensa ja kokonaisvaltaisen fyysisen aktiivisuutensa. Fyysisen toimintakyvyn ylläpitäminen on yksi tärkeistä osa-alueista tasapainoista ikääntymistä tavoiteltaessa. Fyysistä toimintakykyä ylläpitämällä ikääntynyt voi ehkäistä laitoshoitoon päätymistä. Fyysisen toimintakyvyn heikentyessä ikääntyneen avuntarpeen nähdään kasvavan enemmän kuin silloin, kun ikääntyneen sosiaalinen ja psyykkinen toimintakyky heikkenevät. (Helin 2002, 55.)

Psyykkisen toimintakyvyn näkökulmasta oleellisinta on se, miten ikääntynyt itse kokee ja arvottaa eletyn elämänsä ja elämänkokemuksensa. Tähän liittyy myös se, miten ikääntynyt itse näkee oman tulevaisuutensa ja kuinka hän siihen suhtautuu. Ikääntyneen elämänlaatu ja kokemus terveydentilastaan kertovat enemmän kuin mittauksiin perustuvat sairaudet. Psyykkisen toimintakyvyn näkökulmasta huomionarvoista se, minkä merkityksen ikääntynyt antaa toiminnalleen, eikä se, kuinka monta kertaa itse toiminta on toistunut. Esimerkiksi konsertissa käytyjen kertojen määrä ei kerro sitä, kuinka arvokkaaksi ikääntynyt kokee konserteissa käymisen. Yhdelle ikääntyneelle kerran konsertissa käyminen voi olla suurempi kokemus kuin toiselle useita kertoja konserttiin osallistuminen. (Dunderfelt 2011, 204.)

Toimintakyvyn sosiaalinen osa-alue on keskeisessä asemassa luomassa tasapainoa yksilön elämään. Sosiaalisen toimintakyvyn kautta yksilö tuntee yhteisöl-

lisyyttä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta johonkin laajempaan yhteisöön. (Heikkinen 2002, 31.) Mahdolliset lastenlapset ja muut suvun nuoremmat jäsenet voivat muodostua isoksi osaksi ikääntyneen arkea ja muodostaa ison osan ikääntyneen sosiaalisista suhteista. Suvun nuorempien jäsenten kautta ikääntynyt voi käydä läpi omaa elettyä elämäänsä ja oppia arvostamaan menneisyyttään uudella tavalla. Suvun nuorempia jäsenten kautta ikääntynyt voi katsoa tulevaisuuteen ja kokea lohdullisuutta elämän jatkuvuudesta. Ikääntyneen muut sosiaaliset suhteet voivat koostua esimerkiksi järjestöön kuulumisesta, naapureista, asuinalueen jäsenistä ja vapaa-ajan harrastuksen myötä tulleista tuttavista. (Marin 2002, 105, 111.)

Yksilön henkilökohtainen kokemus omasta kokonaisvaltaisesta toimintakyvystä vaikuttaa huomattavasti yksilön elämänlaatuun ja sitä kautta hänen elämänasenteeseensa (Heikkinen 2002, 31). Toimintakyvyn yhden osa-alueen heikentyminen ei välttämättä aiheuta kokonaisvaltaista toimintakyvyn heikentymistä. Ikääntyneen fyysinen toimintakyky voi siis olla heikko, mutta hän voi silti suhtautua ja kokea omaan elämäänsä positiivisesti. Yksilön elämänasenne ja kokemus elämänlaadustaan voivat siten synnyttää uusia voimavaroja, vaikka jokin tai jotkin toimintakyvyn osa-alueista olisivat heikentyneet. Ikääntyminen on monipuolinen elämänvaihe, ei ainoastaan raihnaistumista (Dunderfelt 2011, 205; Marin 2001,31.)

4.3 Arki ja sen muutokset ikääntyneen elämässä

Arkea pidetään yhtenä maailman yksinkertaisimpana asiana. Kun käsitettä lähdetään tarkastelemaan tieteen näkökulmasta, niin huomataan, että se on hämmentävä ja pulmallinen kokonaisuus. Arkea ei voi tarkoituksellisesti hakea eri instituutioista, kuten perheestä tai avioliitosta. Arkea kuvataan inhimillisenä toimintana ja olemassaolona, joka voi olla läsnä missä tahansa. Arkinen ulottuvuus voidaan löytää kaikesta aina sotarintamalta viihdemaailmaan saakka. Arki on löydettävissä kaikkialta, mutta kaikki ei silti ole arkea. Arki voi olla sekä huomaamattomaa että painavaa. Huomaamaton arki on kevyttä ja voi tuntua jopa pinnalliselta.

Kun taas painava arki ikään kuin ”tökkii”: ei ole varmuutta siitä, jaksako esimerkiksi nousta aamulla sängystä tai lukea lehteä. (Jokinen 2005, 7,10.)

Arki on täynnä erilaisia huomaamattomiakin rutiineja ja tottumuksia. Arjen rutiinit ja tottumukset tarjoavat lepoa, mutta voivat olla myös uuvuttavia ja tylsiä. Arki voi olla turruttavaa, eivätkä rutiinit ja tottumukset synnytä automaattisesti lepoa. Kun arki ”saadaan pyörimään”, voidaan sen sisällä levätäkin. Arki ei kuitenkaan pyöri itseksensä, vaan sen pyörittäminen vaatii paljon erilaisia valtaisteluita ja neuvotteluja esimerkiksi lepäämisen ja arjen pyörittämisen vastuun suhteen. (Jokinen 2005, 10–11.)

Eläköitymisen myötä ikääntynyt joutuu muotoilemaan arkensa uudelleen. Yksi keskeisistä muutoksista on ikääntyneen vapaa-ajan ja sen viettämisen muuttuminen. Eläköitymisen myötä ikääntynyt pohtii, miten korvaa työhön käyttämänsä ajan eläkkeellä ollessaan. Monet jatkavat eläköitymisen myötä samojen vapaa-ajan askareiden parissa kuin työelämässä ollessaan, mutta osalla ikääntyneistä eläköityminen saattaa aiheuttaa suurempia muutoksia arkeen. (Ruoppila 2002, 133–135.)

Terveiden ja toimintakyvyn muutoksien myötä ikääntyneen vapaa-ajan vietto muuttuu. Mikäli terveys heikkenee ja toimintakyky laskee, ikääntyneen motivaatio poistua harrastuksiin kodin ulkopuolelle laskee. Kodin ulkopuolisiin harrastuksiin osallistumista saattavat haitata myös ikääntymisen myötä tulleen tyypilliset vaivat ja oireet, kuten kuulon heikentyminen. (Ruoppila 2002, 133–135.) Arjen logiikkaan kuuluu, että ”vieras” kesytetään ”kotoisaksi”. Kesyttämisellä voidaan tarkoittaa esimerkiksi sitä, että yllättäen tapahtunut halvaantuminen ja siten pyörätuolilla liikkuminen tulee pikkuhiljaa osaksi henkilön arkea. Kotoisaksi tuleminen vaatii siis sopeutumista uusiin rutiineihin ja tottumuksiin. Kesyttäminen ei aina onnistu eikä se ole aukotonta. (Jokinen 2005, 12.)

Ihmisen ikääntyessä kuoleman lähestyminen on väistämättä läsnä, ja sen vaikutus näkyy yksilön arjessakin. Vaikka kuolema onkin läsnä ihminen elämässä jollain tapaa syntymän hetkestä saakka, niin ikääntyessä sen läsnäolo korostuu.

Oman kuoleman pohtimisen lisäksi mahdollisen kumppanin kuoleman pohtiminen voi olla aikaisempaa ajankohtaisempaa. Oman tai kumppanin kuoleman pohtiminen tai kohtaaminen on yksi ikääntymisen kehityskriiseistä. Kuoleman kohtaaminen voi estää ikääntyneen tulevaisuussuuntautuneisuuden ja johtaa toivon menettämiseen. Mikäli ikääntynyt onnistuu kohtaamaan kumppaninsa kuoleman ja tekemään tarvittavan surutyön, kykenee hän todennäköisesti jatkamaan elämänsä itseensä käpertymisen sijaan. (Lindqvist 2002, 255–256.)

5 Aiemmin tehdyt tutkimukset ja tutkielmat

Opinnäytetyömme aihetta vastaavia tutkimuksia on toteutettu melko vähän. Ikääntyneiden näkemyksiä ikääntymisen käsitteistöön liittyen on ryhdytty tutkimaan vasta viime vuosina. Kaikki opinnäytetyössämme esitellyt aikaisemmin tehdyt tutkielmat on toteutettu 2010-luvulla lukuun ottamatta Vanhuusbarometrin vuonna 1994 toteuttamaa tutkimusta. Esitellyt aikaisemmin tehdyt tutkielmat käsittelevät yksilöiden ja yhteiskunnan välistä vanhuuskäsityksen suhdetta sekä ikääntyneiden henkilökohtaista suhtautumista ikääntymistä koskeviin käsitteisiin.

Vanhuusbarometri toteutti vuonna 1994 tutkimuksen, jossa selvitettiin, millä termillä yli ja alle 60-vuotiaat kuvaavat yli 60-vuotiasta henkilöä. Tutkimuksessa selvisi, että yli 60-vuotiaat kokevat parhaaksi termiksi ”eläkeläisen”. Toiseksi kuvaavin termi yli 60-vuotiaiden mukaan oli ikäihminen ja kolmanneksi kuvaavin ikääntynyt. Alle 60-vuotiaiden kohdalla järjestys oli päinvastainen. Parhaaksi termiksi koettiin ikääntynyt, toiseksi parhaaksi termiksi ikäihminen ja kolmanneksi parhaaksi termiksi eläkeläinen. (Vanhuusbarometri 1994, Jyrkämän 2001, 285 mukaan.)

Elämäntilanne ja ikäpolvet -tutkimus- ja kehittämishanke toteutettiin Vanhustyön keskusliitossa Raha-automaattiyhdistyksen tukemana vuosina 2011–2013. Tutkimusta olivat toteuttamassa Marja Saarenheimo, Minna Pietilä, Sonja Maununa, Arto Tiihonen ja Pertti Pohjolainen. Hankkeen tutkimuksellinen tavoite oli

pohtia ihmisen elämänmenon muutoksia, ikäpolvien välisiä suhteita ja niiden jännitteitä sekä ikäryhmien välisien kuilujen mahdollista kaventamista. Hankkeessa tutkittiin, miten eri-ikäiset ihmiset jäsentävät elämänsä ja etsivät omaa paikkaansa sukupolvien ketjussa. Tutkimuskohteena oli myös se, miten eri-ikäiset suhtautuvat itseä nuorempiin ja vanhempiin ikäpolviin. (Saarenheimo, Pietilä, Maununaho, Tiihonen & Pohjolainen 2014, 4.)

Tutkimus- ja kehittämishankkeen mukaan kalenteri-ikä ei anna juurikaan tietoa henkilön terveydentilasta, toimintakyvystä tai elämäntilanteesta. Kalenteri-ikä perusteella ei voida myöskään päätellä mitään ihmisen henkilökohtaisesta ikäkokeemuksesta. Ikäpäiväkirjoista kerätyn aineiston perusteella voidaan todeta, että ikäajatukset saavat kimmokkeen usein jostain konkreettisesta tilanteesta tai havainnosta. Tällaisia tilanteita ovat esimerkiksi erilaiset sosiaaliset vuorovaikutustilanteet, elämäntilanteen muutokset, työhön liittyvät seikat, harrastukset sekä terveys ja sairaudet. Ikääntyminen on samanaikaisesti yksilöllinen, sosiaalinen ja kulttuurinen tapahtuma. Ikääntymiseen ja ikään liittyy aina jatkuva muutoksen ja tasapainon pohtiminen. (Saarenheimo ym. 2014, 18–19, 33.)

Edellä mainitun teoksen mukaan yksilön elämänsä ja sen muutoksiin vaikuttaa eletty elämä, yksilölliset valinnat, näkemys ja suhtautuminen eliniän pituuteen, yksilön roolit esimerkiksi sosiaalisissa suhteissa sekä median välittämä kuva elämänsä ja elämänsä. Jokaisen ihmisen kokemus elämänsä ja elämänsä on siis yksilöllinen, mutta se on kuitenkin sidonnainen siihen sukupolveen, johon yksilö kuuluu. Käsitteisiin suku- ja ikäpolvista vaikuttavat tutkimus- ja kehittämishankkeen mukaan yhteiskunnan, kulttuurin ja elämänsä ja elämänsä muutokset sekä eri-ikäisten ihmisten asema nyky-yhteiskunnassa. (Saarenheimo ym. 2014, 39–40, 48, 76–77, 93.)

Vuonna 2012 Sonja Maununaho tutki Pro gradu -tutkielmassaan vanhuuden käsitettä ja sen muutosta. Tutkimus tehtiin Jyväskylän yliopiston historian ja etnologian laitoksella. Tutkimuksen otsikko on "MUISTETTU JA KOETTU VANHUUS. Aineistolähtöinen analyysi vanhuuden käsitteestä ja sen muutoksesta". Maununahon tutkimuksen tavoitteena oli kerätä ikääntyneiden ihmisten määritelmiä, ko-

kemuksia ja muistoja vanhuudesta siten, että tutkimuksessa tulee esiin ikääntyneiden oma näkökulma aiheeseen. Tutkimuksensa kautta Maununaho pyrki nostamaan ikääntymisen käsitteistöä julkiseen keskusteluun. (Maununaho 2012, 3.)

Tutkimusaineisto kerättiin ryhmähaastatteluilla ja yksilöhaastatteluilla. Haastateltavikseen Maununaho halusi ikääntyneitä, jotka asuvat tavallisissa asunnoissa ja pärjäävät kotona kohtalaisesti. Haastatteluryhmissä oli sekä miehiä että naisia, ja ryhmät olivat keskenään hyvin erilaisia. Haastattelumenetelmäksi molemmissa haastatteluissa Maununaho valitsi avoimen teemahaastattelun. (Maununaho 2012, 8–11.)

Maununahon tutkimuksen mukaan ikääntyneet määrittelevät vanhuutta hyvin kokemuksellisesti. Kolmen eri haastatteluryhmän keskusteluja verratessaan Maununaho pystyi selvästi huomaamaan, miten kolmen eri ryhmän keskusteluissa syntyi kolme erilaista tapaa puhua vanhuudesta. Vanhuuden käsite on muuttunut moniulotteisempaan suuntaan, mikä toisaalta kuvaa hyvin vanhuutta monipuolisena ikäkautena mutta toisaalta asettaa tämän päivän ikääntyneet uudenlaisten haasteiden eteen. (Maununaho 2012, 100–101, 103.)

Mari Rautava tutki vuonna 2015 julkaistussa Pro gradu -tutkielmassaan eläkeläisten näkökulmia ikääntymiseen liittyvistä käsitteistä. Rautava teki Pro gradu -tutkielmansa Tampereen yliopiston yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikössä. Tutkielmassaan Rautava oli kiinnostunut ikäihmisten kirjoitetun äänen kuulemisesta. Tutkielman tarkoitus oli etsiä ikäihmisten kirjoitusten avulla vastauksia siihen, millaisia käsityksiä ikääntyneillä on omasta vanhenemisestään. Tutkielman tarkoitus oli selvittää myös sitä, miten yhteiskunnan vanhuuskäsitys esiintyy ikäihmisten käsityksissä. Tutkielmassaan Rautava tarkastelee, että vastaavatko ikäihmisten vanhuuskäsitys ja yhteiskunnan ikääntymispoliittinen järjestelmä toisiaan. (Rautava 2015, 36–37.)

Rautavan tutkielman mukaan ikäihmisten ikääntymiskäsitykset voidaan jakaa laadultaan kielteisiin ja myönteisiin. Näiden näkökulmien lisäksi aineistosta nousi esiin joukko, jonka mukaan ikä ei merkitse mitään. Rautavan mukaan yhteiskunnan suhtautumisella ikääntymiseen on merkitystä sille, kuinka ikääntynyt itse

ajattelee ikääntymisestään. Mikäli yhteiskunnassa vallitsee näkökulma ikääntyneistä yhteiskunnan ongelmana ja taloudellisena haittana, ei ikääntynyt koe elämänvaihettaan hyvänä ja mielekkäänä. (Rautava 2015, 50.)

Rautavan tutkielman mukaan ei ole yhtenäistä logiikkaa siihen, miten ikäihmisten haluaisivat itseään kutsuttavan. Suurimmassa osassa kirjoituksia todettiin, että käytettävällä käsitteellä ei ole mitään merkitystä. Useimmin kirjoittajat käyttivät käsitteitä vanheneminen, vanhuus ja ikäihminen. Osa kirjoittajista näki vanhuskäsitteen negatiivisena. Suurin osa kirjoittajista halusi itseään kutsuttavan ikäihmiseksi. Jotkin vastaajat kokivat kaikkien käsitteiden vastaavan itseään, kun taas toisten mielestä mikään ikääntymistä kuvaava käsite ei vastaa itseä. Myönteisiä arvoja kirjoituksissa saivat myös käsitteet eläkeläinen ja seniori, joilla haluttiin tehdä eroa erityisesti käsitteeseen vanhus. Ikä-alkuiset käsitteet olivat Rautavan mukaan suosittuja, sillä niihin yhdistettiin ajatus aktiivisuudesta. (Rautava 2015, 56–57.)

6 Opinnäytetyön lähtökohdat

6.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymys

Opinnäytetyön tarkoituksena on nostaa esiin, että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään. Opinnäytetyön tavoite on tarkastella eri sukupolvien näkemyksiä käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys on seuraava: eroavatko eri sukupolvien näkemykset käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus? Opinnäytetyössä etsitään vastausta tutkimuskysymykseen siten, että vastaajia pyydetään kuvailemaan ikääntyneen, ikäihmisen, seniorin ja vanhuksen arkea.

6.2 Kohderyhmä

Opinnäytetyön kohderyhmä koostuu eri-ikäisistä eri sukupolviin kuuluvista ihmisistä. Jokaisesta seitsemästä sukupolvesta on kaksi vastaajaa, eli yhteensä vastaajia on 14. Opinnäytetyössä ei kiinnitetä huomiota vastaajien taustaan.

Laadullisen tutkimuksen näkökulmasta emme koe vastaajien taustalla olevan merkittävää vaikutusta. Tästä syystä vastaajia lähestyttiin monipuolisesti eri kanavien kautta. Opinnäytetyön kohderyhmä on laaja, eikä vastaajille asetettu vaatimuksia esimerkiksi johonkin taustaorganisaatioon tai ammattiryhmään kuulumisesta.

6.3 Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala toimeksiantajana

Opinnäytetyön toimeksiantaja on Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala. Opinnäytetyön toimeksiantosopimus on liitteenä (liite 1). Voimalan tavoite on vahvistaa laaja-alaisesti hyvinvointia ja terveyttä toimimalla moniammatillisesti ja tiiviissä yhteistyössä työelämäkumppaneiden ja asiakkaiden kanssa. Voimalassa toimii paljon opiskelijoita, joista suurin osa opiskelee sosiaali- ja terveystieteillä. (Voimalaelämää, 2016.)

Voimalan toimintoja ovat hyvinvointia ja terveyttä edistävät ryhmätoiminnot, ulospäin suuntautuvat toiminnot, Hyvinvointikulma sekä hankeyhteistyöt. Lisäksi näiden alla toimii erilaisia pilottihankkeita. Voimalan yhteistyökumppaneista suurin osa toimii julkisella tai kolmannella sektorilla. Alun perin Voimala on ikäosaamisen oppimis- ja palveluympäristö, mutta nykyään toimintaa koskee myös muita asiakasryhmiä. (Voimalaelämää, 2016.)

Opinnäytetyön toimeksiantaja Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimala käyttää opinnäytetyötä hyödykseen Voimalassa toimivien opiskelijoiden perehdytyksessä. Valtaosa toimeksiantajan asiakkaista on ikään-tyneitä, joten toimeksiantaja haluaa opinnäytetyön kautta nostaa esiin, että sillä

on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään. Oppimis- ja palveluympäristö Voimala saa opinnäytetyöstä tietoa ikääntymisen käsitteistä ja eri sukupolvien näkemyksistä niihin.

7 Opinnäytetyön toteutus

7.1 Laadullinen narratiivinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, joka toteutettiin laadullisiin menetelmiin lukeutuvan narratiivisen analyysin avulla. Laadullisen tutkimuksen tavoitteena on kuvata tai ymmärtää jotain tiettyä ilmiötä, toimintaa tai tapahtumaa. Tavoitteena voi olla myös tuottaa teoreettisesti paikkaansa pitävä tulkinta jollekin ilmiölle. Laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena ei ole luoda tilastollisia yleistyksiä. (Tuomi & Sarajarvi 2002, 87.) Laadullisen tutkimuksen tavoitteet vastaavat opinnäytetyöllemme asetettuja tavoitteita ja antavat vastauksen tutkimuskysymykseen.

Laadullisen, eli kvalitatiivisen, tutkimuksen tavoitteena on ymmärtää tutkimuskohdetta. Aineistonhankinnassa tulee huomioida, että tutkittavien ääni ja näkökulmat tulevat esiin. Luotettavan laadullisen tutkimuksen edellytyksenä on, että tutkijat perehtyvät tutkimuksen aloittaessaan siihen kenttään, johon tutkimus kohdistuu. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2005, 155, 170–171.)

Laadulliselle tutkimukselle on tyypillistä, että aineisto on ilmaisultaan rikasta ja monitasoista sekä se, että tiedonhankinta toteutetaan kokonaisvaltaisesti (Alasuutari 1994, 75; Hirsjärvi ym. 2005, 155). Aineistoa tarkasteltaessa tulee huomioida monitahoinen ja yksityiskohtainen tarkastelu. Laadullista tutkimusta tehtäessä tutkijan tavoitteena on paljastaa odottamattomia asioita aineistoon perustuen. Tutkijalla ei ole laadullisessa tutkimuksessa valmiita hypoteeseja, joita tutkimuksessa pyrittäisiin todentamaan. Tutkija ei siis laadullisessa tutkimuksessa määrää sitä, mikä on tärkeää. (Hirsjärvi ym. 2005, 155.)

Narratiivisen analyysin kautta pystytään hahmottamaan, miten tutkittavaan ilmiöön suhtaudutaan, ja miten tutkittava ilmiö hahmottuu kertomuksen kaltaisena muotona (Jyväskylän yliopisto 2015a). Narratiivisessa tutkimusmenetelmässä voidaan tutkia esimerkiksi ihmisten omia kertomuksia jostakin ilmiöstä (Löytönen 2016). Narratiivinen tutkimusmenetelmä sopii hyvin tutkimuksiin, joissa ollaan kiinnostuneita vastaajien vapaasti kertomista asioista (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2016). Narratiivinen tutkimusmenetelmä valittiin opinnäytetyön menetelmäksi, sillä sen avulla saadaan kuuluviin vastaajien oma ääni. Kirjallisesti kerättävän narratiivisen tutkimusmenetelmän avulla pystytään vähentämään tutkimuksen tekijöiden omien mielipiteiden vaikutusta vastauksiin esimerkiksi haastatteluun verrattuna.

7.2 Aineiston hankinta

Opinnäytetyöhön hankittiin vastaajat yhdessä toimeksiantajan kanssa. Toimeksiantaja lähestyi yhteistyökumppaneitaan sähköisesti. Toimeksiantajan yhteistyökumppaneiden edustajat välittävät asiakkailleen tietoa opinnäytetyöhön osallistumisen mahdollisuudesta. Yhdessä toimeksiantajan kanssa välitimme Karelia-ammattikorkeakoulun opiskelijoille ja henkilökunnalle mainoksen (liite 2) aineistonkeruutilaisuudesta. Lisäksi aineistonkeruutilaisuutta markkinoitiin Voimalan ”Voimaelämää”-blogissa ja mainosta jaettiin myös henkilökohtaisissa sosiaalisen median kanavissa. Mainos toimitettiin sähköpostitse välitettäväksi myös Itä-Suomen Yliopiston eri alojen opiskelijoille.

Aineiston keräämistä varten järjestimme kaksi aineistonkeruutilaisuutta, joihin ilmoitaututtiin sähköisesti Webropol-kyselytyökalun kautta. Tilaisuuteen pystyi vaihtoehtoisesti ilmoittautumaan soittamalla Voimala-koordinaattori Kaisa Juvo-selle. Ensimmäinen aineistonkeruutilaisuus järjestettiin 8.6.2016 kello 12 ja toinen tilaisuus 16.6.2016 kello 17. Tilaisuuksia järjestettiin kahtena eri ajankohdana, jotta opinnäytetyöstä kiinnostuneilla olisi mahdollisuus valita kahdesta eri ajankohdasta itselleen sopivampi. Aineistonkeruutilaisuudet järjestettiin Karelia-ammattikorkeakoulun Tikkarinteen kampuksella. Aineistonkeruutilaisuuksiin ilmoitautui yhteensä kuusi henkilöä.

Aineistonkeruutilaisuuksien jälkeen opinnäytetyöstä puuttui kahdeksan vastaajaa. Sota-ajan ja öljykriisin sukupolvista puuttui molemmista yksi vastaaja. Lamasukupolvesta sekä Z- ja Y-sukupolvista puuttui kaikki vastaajat. Päätimme, että laajennamme opinnäytetyöhön osallistumisen mahdollisuutta, jotta kaikista sukupolvista saataisiin riittävästi vastaajia. Tämä toteutettiin käytännössä siten, että opinnäytetyöhön annettiin mahdollisuus osallistua sähköisesti tai postitse. Markkinoimme sosiaalisessa mediassa uutta mahdollisuutta osallistua opinnäytetyöhön, ja melko nopeasti osallistujamäärä oli riittävä. Osalle vastaajista toimitimme lomakkeet paperisina ja osa vastaajista vastasi tutkimukseen sähköpostitse. Toimitimme kaikille vastaajille saatekirjeen (liite 3), suostumuslomakkeen (liite 4) ja vastauslomakkeet (liite 5) sekä informoimme opinnäytetyön taustoista, luottamuksellisuudesta ja eettisyydestä. Kaikilta vastaajilta olemme saaneet paperisen allekirjoitetun suostumuslomakkeen.

Tavoitteena oli kerätä eri sukupolvien kesken vertailtavissa olevaa aineistoa, joka antaisi samalla yksilön henkilökohtaisen näkemyksen eri käsitteistä. Tästä syystä valittiin sama kysymyksenasettelu kutakin käsitettä koskevalle kysymykselle. Kysymyksenasettelun tavoitteena oli saada vastaaja kertomaan näkemyksiään käsitteistä. Vastauslomaketta esiteltiin ennen aineistonkeruun aloittamista. Vastauslomakkeen esitelmä osoitti, että ”kuvaile”-sanon käyttö kysymyksenasettelussa antaa vastaajalle mahdollisuuden kertoa omista aidoista näkemyksistään. Kysymysmuoto ei anna kuvaa siitä, että kysymykseen olisi olemassa oikea vastaus, vaan ohjaa vastaajaa pohtimaan käsitettä. Narratiivisen menetelmän valitsemme olennaista aineistonkeruussa oli saada vastaajilta itse kirjoitettuja kertomuksia. Lomakkeessa annetulla vastaustilalla rajattiin ja ohjeistettiin vastauksen pituutta. Vastaajille annettiin kuitenkin mahdollisuus myös pidempien vastausten kirjoittamiseen. Sähköpostitse vastanneita ohjeistettiin, että vastauksien pituus yhteensä on noin yksi A4-arkki, mutta vastaus voi olla tarpeen mukaan pidempi.

7.3 Aineistolähtöinen sisällönanalyysi ja aineiston tulkinta

Aineistolähtöisen analyysin tavoitteena on luoda tutkimusaineistosta teoreettinen kokonaisuus. Tutkimuksen tietoperusta ohjaa aineistolähtöistä analyysiä, mutta aineistolähtöisessä analyysissä aikaisemmillä tiedoilla, teorioilla tai havainnoilla ei ole analyysiyksiköiden valinnan kannalta merkitystä. Analyysiyksiköt valitaan tutkimuksen tarkoituksen ja tehtävänasettelun perusteella aineistosta. Keskeinen ajatus aineistolähtöisessä analyysissä on se, että analyysiyksikköjä ei sovita tai harkita etukäteen. (Tuomi ym. 2002, 97.) Aineiston analysoinnin prosessikaavio löytyy opinnäytetyön liitteistä (liite 6).

Aloitimme aineiston analysoinnin tutustumalla kerättyyn aineistoon. Tutkimukseen vastaajat kirjoittivat vastaukset käsin, joten kirjoitimme kaikki vastaukset uudelleen tietokoneella. Näin saimme vastaukset helposti luettavaksi ja konkreettisesti helpommin käsiteltäviksi. Jaottelimme vastaukset pinoihin käsitteiden mukaan. Käsiteltävänä oli siis neljä pinoa (ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus), joihin oli jaoteltu kaikkien sukupolvien vastaukset.

Käsittelimme aineistoa tästä eteenpäin käsitepinoina. Aineiston analysoinnin aluksi teimme määrätietoisen päätöksen siitä, mitkä asiat meitä tutkimuskysymyksen perusteella kiinnostavat. Aineistoon tutustuessa huomasimme, että aineistosta voidaan huomata helposti tiettyjen teemojen toistuminen. Pystyimme aineiston käsittelyn alussa tekemään alustavaa aineistolähtöistä teemoittelua, joten päädyimme käsittelemään aineiston aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Merkitsimme alustavasti samaan teemaan kuuluvat aineistolainaukset siten, että alleviivasimme ne samalla värillä. Tämä helpotti löytämään tutkimuskysymykseen vastaavia eri teemoihin kuuluvia ilmauksia. Aineiston taulukointi oli sujuvampaa alustavien teemojen vuoksi, sillä kymmenien sivujen mittaista aineistoa oli helpompi eritellä taulukoihin alustavien teemojen mukaiseen järjestykseen.

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä tavoitteena on saada kuva tutkittavasta ilmiöstä tiivistetyssä ja yleisessä muodossa kolmivaiheisen prosessin kautta. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin vaiheet ovat aineiston redusointi eli pelkistäminen, aineiston klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden

luominen. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi ei anna vastausta tutkimuskysymykseen, vaan sen avulla aineisto voidaan järjestää johtopäätösten tulkintaa varten. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105, 110–111.)

Toteutimme aineiston analysoinnin keräämällä oleellisen tiedon Word-taulukkoon (liite 7). Keräsimme taulukkoon alkuperäisilmaukset kirjoitusvirheineen. Alkuperäisilmauksista muodostimme pelkistettyjä ilmauksia, eli etsimme aineistolainauksista tutkimuskysymyksen kannalta tarkoituksenmukaisimman tiedon. Aineiston pelkistämisen jälkeen aloitimme aineiston klusteroinnin eli ryhmittelyn. Klusteroinnissa pelkistetyistä ilmauksista luodaan pelkistettyjen ilmausten samankaltaisuuksien mukaan alaluokkia. Samaa asiaa tarkoittavat pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin ja niistä muodostettiin alaluokka. Alaluokka nimettiin sen sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Muodostuneet alaluokat yhdistettiin vielä yläluokiksi samankaltaisuuksien mukaan.

Yläluokista muodostimme teoreettisia käsitteitä ja pääluokkia, eli suoritimme aineiston abstrahoinnin. Pääluokkia aineistosta löytyi yhteensä seitsemän: apu, arki, iän kuvaaminen, eletyn elämän merkitys, elämänasenne, sosiaaliset suhteet ja fyysinen toimintakyky. Lopulliset pääluokat olivat samat, jotka nousivat esiin jo alustavassa teemoittelussa. Aineistolainaukset siirtyivät jonkin verran eri teemoihin aineiston käsittelyn aikana. Aineiston abstrahointivaiheessa muodostetut yhdistävät luokat vastasivat opinnäytetyön tutkimuskysymykseen. Esimerkiksi ”ikääntynyt”-käsitettä käsittelevän taulukon yhdistävä luokka oli ”näkemys ikäänntyneestä”.

Aineiston analysoinnissa saadut tulokset eivät anna vastausta asetettuun tutkimuskysymykseen. Analysoidusta aineistosta etsitään tulkinnan avulla synteesejä, jotka kertovat tutkimuksen päätulokset. Aineiston tulkinta perustuu analysoidun aineiston erittelyyn ja uudelleenyhdistämisen logiikkaan. Tulkinta tarkoittaa sitä, että aineiston analyysivaiheessa esiin nousseet merkitykset selkiytetään. (Puusa 2011, 123.)

Aineiston analysoinnin jälkeen kaikille sukupolville muodostettiin näkemys jokaisesta ikääntymisen käsitteestä. Näkemysten muodostaminen tapahtui tulkitsemalla analysoidun aineiston yläluokkia. Tarvittaessa tulkinnassa otettiin huomioon myös muita analysoidun aineiston luokkia.

Näkemysten muodostamisen jälkeen tulosten tulkintaa jatkettiin etsimällä näkemysistä eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Näkemykset tulostettiin ja niihin merkittiin värikoodeilla löydettyjä eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. Tämän jälkeen näkemyksiä tarkasteltiin keskenään eroavaisuuksien ja samankaltaisuuksien perusteella. Tarkastelua tapahtui jokaisen käsitteen sisällä eri sukupolvien näkemysten kesken. Tämän jälkeen eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä koottiin taulukkoon (liite 8).

8 Eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä

8.1 Ikääntynyt

Tuloksista selviää, että kaikkien sukupolvien näkemys ikääntyneestä on Y- ja Z-sukupolvia lukuun ottamatta melko homogeeninen. Ikääntyneen arki koetaan itsenäiseksi ja siihen sisältyy harrastuksia ja sosiaalisia suhteita. Ikääntyneen arki on Jokisen (2005 7, 10–11) kuvaamaa kevyttä ja huomaamatonta arkea, johon rutiinit ja tottumukset tarjoavat lepoa. Yleisesti ikääntyneen elämänasennetta pidetään positiivisena.

Ikääntyneen fyysinen toimintakyky on eri sukupolvien näkemysten mukaan heikentynyt, mutta ikääntynyt pitää siitä huolta. Y- ja Z-sukupolvien näkemykset ikääntyneestä ovat muita sukupolvia negatiivisempia. Nämä sukupolvet kokevat, että heikentynyt fyysinen toimintakyky asettaa rajoituksia ikääntyneen arkeen. Y- ja Z-sukupolvien näkemyksen mukaan ikääntyneen elämänasenne on muita sukupolvia negatiivisempi, sillä ikääntynyt ei ole näiden sukupolvien mukaan kiinnostunut ajankohtaisista asioista. Ruoppilan (2002, 133–135) teorian mukaan Y-

ja Z-sukupolvien negatiivinen näkemys johtuu siitä, että yksittäinen ikääntymisestä johtuva muutos – tässä tilanteessa fyysisen toimintakyvyn rajoitukset – aiheuttaa ihmisen arjessa kokonaisvaltaisia muutoksia, jotka vaikuttavat Y- ja Z-sukupolvien näkemykseen ikävaiheesta.

8.2 Ikäihminen

Kaikkien sukupolvien näkemysten mukaan ikäihmisen arkea määrittää eläköityminen. Tulosten mukaan ikäihmisen arkeen kuuluu harrastuksia ja toiminnallisuutta. Ruoppilan (2002, 133–135) mukaan ikääntynyt jäsentee eläköitymisen myötä arkensa ja vapaa-ajan viettotapansa uudelleen. Eläköityessä harrastusten rooli arjessa suurenee. Opinnäytetyön tulosten mukaan ikäihminen onnistuu kaikkien sukupolvien mukaan eläköityessään jäsentelemään arkensa uudelleen.

Sota-ajan sukupolvi, nousukauden suuret ikäluokat, öljykriisin sukupolvi, hyvinvoinnin sukupolvi ja lamasukupolvi kuvaavat ikäihmisen sosiaalisten suhteiden koostuvan omasta perheestä ja suvusta. Marinin (2002, 105, 111) mukaan suvun nuoremmat jäsenet muodostuvat isoksi osaksi ikääntyvän sosiaalisia suhteita. Heidän kauttaan ikääntyvä voi käydä uudelleen läpi elettyä elämäänsä ja nähdä tulevaisuuden jatkuvan suvun nuorempien kautta. Öljykriisin sukupolvi korostaa, että yksinelävät ikäihmiset voivat olla eristäytyneitä. Y- ja Z-sukupolvien näkemysten mukaan ikäihmisen sosiaalisissa suhteissa korostuu vertaisuus. Näiden sukupolvien sosiaaliset suhteet koostuvat siten esimerkiksi järjestötoiminnan tai harrastusten kautta tulleista tuttavista, jotka Marinkin (2002, 105, 111) artikkelissaan mainitsee.

Terveysten näkyvyys ikäihmistä koskevissa näkemyksissä on suurempi kuin ikääntynyttä koskevissa näkemyksissä. Eri sukupolvien näkemys ikäihmisen fyysisestä toimintakykyä koskien on vaihteleva. Sota-ajan sukupolvi, nousukauden suuret ikäluokat, öljykriisin sukupolvi sekä lamasukupolvi kuvaavat, että ikäihmisen fyysinen toimintakyky on hyvä. Hyvinvoinnin sukupolven mukaan ikäihmisen fyysinen toimintakyky on heikentynyt, mutta hän pitää siitä jonkin verran huolta.

Y-sukupolven mukaan fyysinen toimintakyky on heikentynyt ja Z-sukupolvi ei ota kantaa ikäihmisen toimintakykyyn.

Elämänasenteen näkökulmasta Y- ja Z-sukupolvien näkemys poikkeaa muiden sukupolvien näkökulmasta siten, että ikäihmisen elämänasenne kuvattiin muita sukupolvia negatiivisemmaksi. Y- ja Z-sukupolvien näkemyksissä tulee hyvin esiin se, miten koko toimintakyvyn heikentyminen vaikuttaa yksilön elämänasenteeseen. Dunderfeltin (2011, 205) mukaan heikentynyt elämänasenne estää uusien voimavarojen syntymistä, mikä voikin olla syynä siihen, että Y- ja Z-sukupolvet kokevat ikäihmisen elämänasenteen melko negatiiviseksi. Muut sukupolvet kokivat elämänasenteen positiivisemmaksi. Tähän voi Dunderfeltin (2011, 205) mukaan vaikuttaa kokemus hyvästä fyysisestä toimintakyvystä, mikä voi auttaa voimavarojen löytämisessä ja vaikuttaa myönteisesti yksilön elämänasenteeseen. Nousukauden sukupolvi, öljykriisin sukupolvi sekä Y- ja Z-sukupolvet ottivat näkemyksissään kantaa ikäihmisen ikään. Näiden sukupolvien näkemysten mukaan ikäihminen on vanhempi kuin ikääntynyt.

8.3 Seniori

Tuloksista nousee esiin, että sota-ajan sukupolven, öljykriisin sukupolven, lamasukupolven ja Y-sukupolven mukaan seniori tarvitsee arjessaan apua. Lamasukupolvi näkee, että seniori ei kykene enää asumaan itsenäisesti, vaan on muuttanut asumaan palvelutaloon. Hyvinvoinnin sukupolven näkemyksen mukaan seniori on huolestunut oman itsenäisyytensä säilymisestä. Nousukauden sukupolven ja Z-sukupolven näkemys eroaa huomattavasti muiden sukupolvien näkemyksistä. Näiden sukupolvien mukaan seniorilla ei ole avuntarvetta arjessaan. Kaikkien sukupolvien näkemyksissä avuntarpeesta huolimatta on yhteistä se, että seniorin arkeen kuuluu paljon harrastuksia, toiminnallisuutta ja aktiivisuutta. Kaikkien sukupolvien näkemykset vastaavatkin siten Dunderfeltin (2011, 204) kuvausta senioreista vahvasti elämässä kiinni oleviksi yksilöiksi.

Z-sukupolven näkemyksessä ei erikseen mainita seniorin sosiaalisia suhteita. Kaikkien muiden sukupolvien näkemysten mukaan sosiaaliset suhteet ovat seniorille tärkeitä. Sota-ajan sukupolvi ja öljykriisin sukupolvi korostavat seniorin sosiaalisissa suhteissa vertaisuutta. Heikkisen (2002, 31) mukaan sosiaalisten suhteiden tärkeys ja läsnäolo arjessa luovat yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta seniorin arjessa. Dunderfeltin (2011, 204) mukaan kokemus yksilön sosiaalisista suhteista voi vaikuttaa osaltaan siihen, miten seniori kokee psyykkisen toimintakykynsä ja elämänlaatunsa. Koettu elämänlaatu puolestaan vaikuttaa yksilön elämänasenteeseen.

Tulosten mukaan seniorin elämänasenne on nousukauden suurten ikäluokkien, öljykriisin sukupolven ja Z-sukupolven näkemyksien mukaan positiivinen. Hyvinvoinnin sukupolven näkemyksen mukaan seniori on huolestunut oman itsenäisyytensä säilymisestä. Y-sukupolven näkemyksen mukaan seniori on joutunut sopeutumaan ikääntymiseen tuomiin muutoksiin, mikä näkyy muutoksina hänen elämänasenteessaan. Y-sukupolvi korostaa näkemyksessään seniorilla olevaa elämäkokemusta. Sota-ajan sukupolven ja lamasukupolven näkemyksissä ei oteta kantaa seniorin elämänasenteeseen.

Lamasukupolven ja hyvinvoinnin sukupolven näkemyksen mukaan seniorin fyysinen toimintakyky on heikentynyt. Sota-ajan sukupolven ja öljykriisin sukupolven mukaan seniori pitää huolta fyysisestä toimintakyvystään. Z-sukupolven näkemyksen mukaan seniorin fyysinen toimintakyky on hyvä, kun taas nousukauden sukupolvi ja Y-sukupolvi eivät näkemyksissään mainitse fyysistä toimintakykyä. Tuloksista nousee esiin, että Y- ja Z-sukupolven yleinen näkemys seniorista on muita sukupolvia positiivisempi. Seniori-käsitteestä tulee hyvin ilmi Dunderfeltin (2011, 205) näkemys siitä, että yhden toimintakyvyn osa-alueen heikentyminen ei tarkoita toimintakyvyn laskua kokonaisvaltaisesti. Yhden toimintakyvyn osa-alueen heikentyminen voikin kompensoitua siten, että muiden toimintakyvyn osa-alueiden merkitys korostuu.

8.4 Vanhus

Tulosten mukaan jokainen sukupolvi sota-ajan sukupolvea lukuun ottamatta ajattelee, että vanhuksen avuntarve on runsasta. Sota-ajan sukupolven näkemyksen mukaan vanhus selviää arjessa pääsääntöisesti itsenäisesti. Sota-ajan sukupolven, lamasukupolven ja Y-sukupolven näkemyksen mukaan vanhuksen fyysinen toimintakyky on rajoittunut tai heikko. Tämä voi Helinin (2002, 55) mukaan johtua siitä, että fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen tarkoittaa yleensä avuntarpeen kasvamista arjessa.

Sota-ajan sukupolven, öljykriisin sukupolven ja Y-sukupolven näkemyksen mukaan vanhuksen elämänasenne on positiivinen. Y-sukupolven näkemyksestä tulee kuitenkin myös ilmi, että vanhus luopuu harrastuksistaan eikä halua enää opetella uusia asioita. Z-sukupolven näkemyksen mukaan vanhus suhtautuu elämään negatiivisesti. Nousukauden sukupolven, lamasukupolven sekä hyvinvoinnin sukupolven mukaan vanhuksen elämänasenne on riippuvainen hänen avuntarpeestaan, luonteestaan sekä siitä, miten vanhus kokee menneisyytensä. Näistä näkemyksistä ja niiden eroavaisuuksista tulee selkeästi ilmi Heikkisen (2002, 31) näkemys siitä, että elämänasenne muotoutuu yksilöllisesti koettujen toimintakyvyn osa-alueiden mukaan.

Tulosten mukaan vanhuksen sosiaaliset suhteet koostuvat usein suvun nuoremista jäsenistä. Hyvinvoinnin sukupolven näkemyksessä korostuu, että vanhuksen sosiaaliset suhteet perustuvat omien lasten huoleen vanhuksesta. Marinin (2002, 105) mukaan vanhus voi käydä suvun nuorempien jäsenten kautta läpi omaa elettyä elämäänsä, katsoa tulevaisuuteen ja kokea lohdullisuutta elämän jatkuvuudesta. Z-sukupolven näkemys vanhuksen sosiaalisista suhteista on se, että niitä ei enää ole. Heikkisen (2002, 31) mukaan sosiaaliset suhteet luovat tasapainoa yksilön elämään, mistä voikin johtua se, että sosiaalisten suhteiden puuttuessa Z-sukupolven näkemys vanhuksesta on negatiivinen. Sota-ajan sukupolven näkemys vanhuksesta on muiden sukupolvien näkemyksiä positiivisempi, kun taas Z- ja Y-sukupolvien näkemykset ovat huomattavasti muita näkemyksiä negatiivisempia. Z- ja Y-sukupolvien negatiivinen näkemys vanhuksesta

vastaa hyvin Jyrkämän (2001, 286) näkemystä vanhuksista raihnaisina, sairaina ja muistamattomina.

Tuloksissa vanhuksen kohdalla ikää kuvataan muita käsitteitä useammin. Nousukauden sukupolvi kuvaa vanhusta yli 80-vuotiaaksi ja öljykriisin sukupolvi yli 89-vuotiaaksi. Y-sukupolven mukaan vanhus elää elämänsä viimeisiä vuosia ja Z-sukupolven mukaan vanhus on viimeinen ikääntymistä kuvaava termi. Kuvaukset vanhuksen iästä vastaavat hyvin Vanhusbarometrin (1994, Jyrkämän 2001, 285 mukaan) tutkimustulosta, jonka mukaan vanhukseksi voidaan kutsua vasta yli 80-vuotiaita. Kaikista neljästä ikääntymistä kuvaavasta käsitteestä vanhus kuvataan lomaantuneimmaksi. Opinnäytetyön tulokset ovat tässä suhteessa yhteneväisiä Ylikarjulan (2011, 40) kanssa siitä, että vanhus käsitteellä on tietynlainen stigma.

9 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tarkastella eri sukupolvien näkemyksiä käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus, ja nostaa sitä kautta esiin, että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään. Opinnäytetyömme tarkoituksena ei ollut muodostaa vastausta siihen, mikä käsite on sopivin kuvaamaan ikääntyneitä. Dunderfeltin (2011, 205) mukaan henkilökohtainen kokemus ikääntymisestä on merkityksellisempää kuin se, miten yhteiskunta ikääntyneen määrittelee. Haluammekin korostaa sitä, että jokaisella yksilöllä on oikeus omaan subjektiiviseen käsitykseensä ikääntymisestä ja oikeus itse päättää, mitä käsitettä hänestä tarvittaessa käytetään.

Opinnäytetyön tutkimuskysymys oli, että eroavatko eri sukupolvien näkemykset käsitteistä ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus. Opinnäytetyön tuloksista selviää, että eri sukupolvien näkemyksissä on sekä yhteneväisyyksiä että eroavaisuuksia. Tuloksista on selvästi havaittavissa, että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään.

Heikkisen (2008, 213–214) mukaan ihminen on aina osa jotain yhteiskunnalliskulttuurista kontekstia, mikä vaikuttaa yksilön rooleihin ja käsityksiin ihmisyydestä. Opinnäytetyön tuloksista näkyi selvästi, että sukupolvi vaikuttaa näkemykseen ikääntymisen käsitteistä. Yksilön vanhuskäsitys alkaa Heikkisen (2008, 214) mukaan muodostua jo lapsuudessa ja se muovautuu koko yksilön elämän ajan. Opinnäytetyön tulosten mukaan näkemykset ikääntymisen käsitteistä ovat ikäjärjestyksessä nuorimmasta vanhimpaan seuraavat: ikääntynyt, ikäihminen, seniori, vanhus. Opinnäytetyön tuloksista nousi esiin, että mitä kauempana kunkin sukupolven oma ikääntyminen on, sitä aikaisemmin eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä muistuttavat toisiaan. Esimerkiksi Z- ja Y-sukupolvien näkemyksissä on samankaltaisuuksia kaikkien käsitteiden kohdalla, mikä voi johtua siitä, että näillä sukupolvilla oma ikääntyminen on vielä suhteellisen kaukana. Mitä vanhempaa henkilöä kuvaavaa ikääntymisen käsitettä käytetään, sitä aikaisemmin nuorimmasta vanhimpaan syntyneiden sukupolvien näkemyksissä on samankaltaisuuksia.

Vastauksena tutkimuskysymykseen voidaan tulosten perusteella todeta, että eri sukupolvien näkemykset kustakin käsitteestä eivät eroa toisistaan merkittävästi, vaikka eroavaisuuksia käsitteiden välillä onkin. Kaikki sukupolvet kuvailivat ikääntynyttä ja ikäihmistä aktiiviseksi ja hyväkuntoiseksi. Näiden käsitteiden merkittävä eroavaisuus on se, että ikääntyneen voidaan olettaa olevan työelämässä, kun taas ikäihmisen oletetaan olevan eläkkeellä. Kaikki sukupolvet kokevat seniorin aktiivista arkea eläväksi yksilöksi. Vanhus taas koetaan yleisesti toimintakyvyltään heikoksi ja käsitteenä viimeiseksi ikääntymistä kuvaavaksi vaiheeksi. Opinnäytetyön tulokset vastaavat opinnäytetyölle asetettuun tarkoitukseen, ja todistavat että sillä on merkitystä, mitä käsitteitä ikääntyneistä käytetään.

Opinnäytetyön tuloksista nousi esiin joitakin yllättäviä eroavaisuuksia. Sota-ajan sukupolven näkemys käsitteestä vanhus eroaa muiden sukupolvien näkemyksistä samasta käsitteestä. Tämän sukupolven näkemys vanhuksesta on itsenäisempi kuin muiden sukupolvien, sillä sota-ajan sukupolvi kokee esimerkiksi, että vanhus kykenee hoitamaan arjen perusaskareet itsenäisesti ja tarvitsee vain satunnaista apua. Sota-ajan sukupolven muita sukupolvia positiivisempi näkemys vanhuksesta voi johtua siitä, että tämän sukupolven edustajat voivat määrittää

itsensä, tai ajatella muiden määrittävän heidät, vanhuksiksi. Muut sukupolvet taas kokevat, että vanhuksen avuntarve on säännöllistä ja arki melko lamaantunutta. Öljykriisin sukupolven näkemys seniorista ostopalveluita arjesta selviytymiseen tarvitsevana yksilönä eroaa muiden sukupolvien näkemyksestä aktiivisena ja itsenäisenä seniorina. Y- ja Z-sukupolvien näkemykset kaikista ikääntymistä kuvaavista käsitteistä ovat lähes identtiset. Eroavaisuutena on kuitenkin se, että Y-sukupolvi mainitsee seniori-käsitteen kohdalla avuntarpeen, kun taas Z-sukupolvi korostaa seniorin itsenäistä selviytymistä arjessa.

Toimeksiantajan näkökulmasta on mielenkiintoista tarkastella Y- ja Z-sukupolvien näkemyksiä ikääntymisen käsitteistä, sillä Voimalassa toimivat opiskelijat kuuluvat pääosin näihin sukupolviin. Toimeksiantaja voi käyttää opinnäytetyön tuloksia Voimalassa toimivien opiskelijoiden perehdytykseen. Tulosten avulla toimeksiantaja voi herättää opiskelijat pohtimaan ikääntymisen käsitteistöä ja sen monimuotoisuutta. Tulosten avulla opiskelijat voivat vertailla omia näkemyksiään ikääntymisen käsitteistä muiden sukupolvien näkemyksiin. Toimeksiantaja voi käyttää opinnäytetyön tuloksia hyödykseen toimintansa markkinoinnissa. Eri käsitteiden käyttäminen eri asiayhteyksissä herättää erilaisten asiakasryhmien mielenkiinnon.

Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää koko sosiaali- ja terveysalan kehittämisessä. Omien havaintojemme mukaan sosiaali- ja terveysalalla ja mediassa käytetään ikääntyneistä yleisimmin käsitettä vanhus. Opinnäytetyön tulokset kuitenkin osoittavat, että vanhus-käsite mielletään muita ikääntymistä kuvaavia käsitteitä negatiivisemmaksi ja siihen liittyy kaikista eniten vahvoja mielikuvia. Oliko sosiaali- ja terveysalalla siis syytä ryhtyä yleisesti pohtimaan ikääntymisen käsitteistöä? Käsitteisiin liittyvät mielikuvat vaikuttavat kohtaamiseen asiakastilanteessa. Käytetty käsite herättää työntekijässä tietynlaisia mielikuvia ja oletuksia asiakkaasta jo ennen asiakkaan kohtaamista (Ylikarjula 2011, 45). Nämä stereotypiat voivat vaikuttaa siihen, millaista palvelua asiakas työntekijältä saa, ja kuinka työntekijä asiakkaaseen suhtautuu.

Marja Saarenheimon (2014, 4) mukaan lainsäädäntö ylläpitää negatiivista vanhuuskuvaa. Koemme, että ikääntymistä kuvaavien käsitteiden ajattelemattomalla

käytöllä sosiaali- ja terveysalan työntekijät voivat olla myös osaltaan ylläpitämässä tätä negatiivista vanhuuskuvaa. Sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden tulee tietoisesti kiinnittää huomiota käsitteiden kautta toteutuvaan ikäsyrrintään, sillä ikäsyrrintä on melko salakavala ja huomaamaton syrjinnän muoto (Ylikarjula 2011, 45). Uskomme, että jo opiskeluvaiheessa aloitettu moniammatillinen työskentely sosiaali- ja terveysalalla lisää tietämystä ikääntymisen monimuotoisuudesta ja auttaa tulevia työntekijöitä luomaan kattavan kuvan ikääntymisestä yksilön elämänvaiheena. Tällainen suhtautuminen ikääntymiseen vähentää todennäköisesti ikäsyrrintää asiakastyössä ja työelämässä.

10 Pohdinta

10.1 Toteutuksen ja menetelmän tarkastelu

Opinnäytetyöprosessi alkoi syyskuussa 2015, kun saimme kehittämistyön harjoittelun aikana ajatuksen siitä, että opinnäytetyömme aiheena voisi olla ikääntymisen käsitteet ja niiden moninaisuus. Opinnäytetyön toteutuksen pohjalle teimme opinnäytetyösuunnitelman, jonka tekemisessä pyrimme syvällisyyteen. Käytimme suunnitelmavaiheessa runsaasti aikaa teoretietoon perehtymiseen, sillä koimme, että tietoperustan luominen suunnitelmavaiheessa helpottaisi opinnäytetyön toteuttamista. Huhtikuussa 2016 opinnäytetyön suunnitelma hyväksyttiin. Toukokuussa aloitimme opinnäytetyön työstämisen yhdessä toimeksiantajan kanssa.

Päädyimme toteuttamaan opinnäytetyön aineistonkeruun narratiivisesti vastauslomakkeen avulla. Halusimme kerätä vastaajilta aitoja tarinoita, ja minimoida omien näkemystemme vaikutuksen vastaajiin. Alun perin tarkoituksena oli toteuttaa aineistonkeruu yksilö- tai ryhmähaastatteluina. Valitsimme kirjallisen vastauslomakkeen, sillä sitä käyttämällä koemme tutkimuksen objektiivisuuden toteutuvan paremmin. Haastattelutilanteessa olisi ollut mahdollista, että omat näkemyksemme olisivat johdatelleen haastateltavaa. Tutkimuksemme aihe on herkkä ja

jokaiselle vastaajalle henkilökohtainen, mikä olisi voinut aiheuttaa erityisesti ryhmähaastattelutilanteessa omien näkemysten vähättelyä, ja antanut muiden näkemysten vaikuttaa omiin vastauksiin. Rehellisesti vastaaminen olisi voinut olla haastattelutilanteessa haastavampaa, sillä omien näkemysten esiin tuominen herkäksi koetusta aiheesta muiden ihmisten läsnä ollessa ei ole helppoa.

Sopivan kysymysmuodon löytäminen oli haastavaa. Suurin haaste kysymysten muotoilussa oli se, että kysymykset eivät saa olla mitenkään johdattelevia. Tästä syystä niin sanotut ”tarinapohjaiset kysymykset” jäivät pois. Tarinapohjaisilla kysymyksillä tarkoitamme sellaisia kysymyksiä, joissa alkuun antaisimme jonkin tapauksen (esimerkiksi henkilön toiminta kaupassa käydessä), jonka jälkeen olisimme pyytäneet vastaajaa kuvailemaan henkilön toimintaa tilanteessa. Tällä kysymyksenasettelulla olisimme kuitenkin antaneet viitteitä henkilön toimintakyvystä ja siitä, että kykeneekö henkilö toimimaan itsenäisesti.

Pohdimme kysymyksenasettelua myös siitä näkökulmasta, millaisiin kysymyksiin vastaaminen on vastaajalle mielekästä. Tässä tilanteessa pohdimme sitä, että kutakin käsitettä koskevat kysymykset olisivat hieman erilaisia (esimerkiksi kuvaile ikääntyneen kauppareissua ja kuvaile vanhuksen asiointia pankissa). Tässä ongelmaksi tuli kuitenkin tulosten vertailtavuus ja se, että olisimme jälleen oletta- neet tiettyjä asioita tapausesimerkeistä. Päädyimme siis käyttämään jokaisen käsitteen kohdalla samaa kysymyksen alkua johdattelemattomuuden, objektiivisuuden ja vertailtavuuden vuoksi.

Kerätyn aineiston analysoinnin menetelmänä käytimme aineistolähtöistä sisällönanalyysia. Eri aineiston analysointimenetelmiin tutustuessamme totesimme, että aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla saamme parhaiten tutkimuskysymykseemme vastaavia tuloksia. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi oli menetelmänä työläs, mutta palkitseva. Kysymyksenasettelun vuoksi jokainen käsite analysoitiin erikseen, minkä vuoksi aineistolähtöinen sisällönanalyysi toteutettiin yhteensä neljä kertaa. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin kautta aineistosta nousi selkeästi esiin eri käsitteitä ja eri sukupolvia yhdistäviä teemoja, joiden kautta aineiston analysointi ja johtopäätösten tekeminen eteni joustavasti.

Johtopäätösten tekemisen tueksi nostimme valittuihin teemoihin kuuluvat lainaukset Word-taulukoon. Taulukointi auttoi muodostamaan helposti vertailtavissa olevia näkemyksiä. Taulukko mahdollistaa opinnäytetyön lukijalle analysointiprosessin tarkastelun ja arvioinnin. Taulukon kautta lukija pystyy muodostamaan tutkijoista riippumattomia näkemyksiä alkuperäisilmausten pohjalta. Selkeytimme näkemysten muodostamista johtopäätöksiä varten kokoamalla kunkin sukupolven kutakin käsitettä koskevan näkemyksen taulukoon. Taulukossa on helposti vertailtavissa jokaisen sukupolven näkemys jokaisesta käsitteestä.

Tarkasteltaessa opinnäytetyöhön valittuja menetelmiä kokonaisuutena, olemme tyytyväisiä valitsemiimme menetelmiin ja toteutuksen tapoihin. Menetelmälliset valinnat ovat perusteltuja ja harkittuja. Opinnäytetyön tekeminen osoitti, että valitsemiemme menetelmien kautta saimme vastauksen tutkimuskysymykseen ja pystyimme osoittamaan opinnäytetyön vastaavan tavoitteeseensa.

Opinnäytetyömme on koko työskentelyn ajan edennyt suunnitellun aikataulun mukaisesti. Työskentelymme on ollut säännöllistä, nopeasti etenevää ja tavoitteellista. Työskentelyn alusta saakka asetimme viikkokohtaisia tavoitteita. Nämä tavoitteet auttoivat jäsentämään työskentelyn aikataulua ja siinä pysymistä, sekä työskentelyn tavoitteita. Aikataulutavoitteiden asettaminen ja niiden saavuttaminen ennen päämäärää antoi tarvittaessa tilaa aikataulun muuttamiselle ja mahdollisti joustavan työskentelyn. Määrätietoinen työskentely piti motivaatiota yllä ja auttoi hahmottamaan opinnäytetyöprosessin.

10.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Luottavuuden arviointi on tärkeä osa luotettavaa tutkimuskäytäntöä. Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että siinä on avattu ne kohdat, joiden mukaan tutkimusta voidaan pitää luotettavana. Laadullisen tutkimuksen haasteena on se, että luotettavuutta ei voida ilmaista minkään määrällisen tai objektiivisen mittarin perusteella. (Aaltio & Puusa 2011, 153.)

Opinnäytetyössä keskeisiä luotettavuuteen liittyviä seikkoja on useita. Tutkimuksen suunnittelussa ja viitekehyksessä tulee kiinnittää huomiota omiin ennakkokäsityksiin, mielipiteisiin ja laajempaan näkökulmaan ikääntymisestä. Suunnitteluvaiheessa luotu riittävän laaja viitekehys ja ennen opinnäytetyön aloittamista kerätty taustatieto tutkimuksen aihealueesta lisää opinnäytetyön luotettavuutta. Olemme koko koulutuksen ajan kasvattaneet opinnäytetyömme aihetta tukevaa tietoperustaa suorittamalla ikääntymiseen liittyviä kursseja sekä hankkimalla harjoitteluiden ja kursseihin liittyvien ohjaustehtävien kautta kokemusta työstä ikääntyneiden kanssa. Erilaiset harjoittelut ja kurssitehtävät ovat olleet kontaktityöskentelyä ikääntyneiden kanssa tai laajempaa ikääntyneiden palvelukenttää koskevaa kehittämistä. Näiden kokemusten kautta olemme onnistuneet luomaan monimuotoisen ja ennakkoluulottoman kuvan ikääntymisestä osana ihmisen elämän kulkua. Opinnäytetyön luotettavuuden näkökulmasta meille on ollut tärkeää avoin keskustelu opinnäytetyömme aihealueesta ja siihen liittyvistä ongelmista ja haasteista. Pyrkimyksenämme on ollut ymmärtää ja oppia toistemme näkemyksistä ikääntymisen suhteen.

Luotettavuuden pohtiminen ja toteuttaminen on ollut iso osa työmme toteuttamista alusta saakka. Suunnitteluvaiheessa pohdimme työn etenemistä vaiheittain luotettavuuden näkökulmasta, ja pyrimme arvioimaan niitä vaiheita, joissa luotettavuuteen liittyvät haasteet voisivat nousta esiin. Ennen opinnäytetyön toteuttamisen aloittamista päätimme, että säilytämme ja käsittelemme opinnäytetyön materiaaleja luottamuksellisesti. Olemme esimerkiksi säilyttäneet pilvipalveluissa ainoastaan sellaisia materiaaleja, jotka tulevat olemaan julkisia ja joista ei tule esiin mitään tietoja vastaajien henkilöllisyydestä. Suostumuslomakkeita ja vastauslomakkeita on säilytetty koko opinnäytetyön tekemisen ajan samassa paikassa ja olemme tehneet opinnäytetyötä ainoastaan suljetuissa tiloissa. Opinnäytetyön valmistuttua kerätyt aineistot tuhottiin lopullisesti ja sähköpostitse toimitetut vastaukset poistettiin. Sähköiseen materiaalien siirtelyyn olemme käyttäneet ainoastaan koulun Outlook-sähköpostia. Koemme Outlookin käyttämisen turvallisemmaksi ja vastaajienkin kannalta luotettavammaksi kuin esimerkiksi Googlen sähköpostin käyttämisen.

Opinnäytetyössä käytetty vastauslomake vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Lomakkeen kysymykset eivät saa johdattele vastaajaa. Tästä syystä päädyimme käyttämään kysymysmuotoa ”kuvaile arkea”. Näin oletamme ainoastaan, että jokaisella yksilöllä on arki, mutta emme määrittele sitä, mistä hänen arkensa koostuu.

Testasimme lomaketta ennen aineistonkeruun aloittamista. Halusimme testamalla varmistaa, että vastaaja saa saatekirjeestä riittävästi tietoa osallistuakseen tutkimukseen, kokee suostumuslomakkeen luotettavaksi ja ymmärtää vastauslomakkeen selkeästi. Halusimme saada tietoa myös siitä, tulemmeko saamaan vastauslomakkeiden kautta sellaista tietoa, joka on opinnäytetyömme kannalta olennaista. Testaamisen myötä suostumuslomaketta tarkennettiin siten, että siinä korostui vastaajan anonymiteetti ja tietosuojasta sekä aineistojen tuhoaminen tutkimuksen valmistuttua. Saatekirjeestä korjasimme yhden kirjoitusvirheen. Vastauslomakkeessa kysymysmuoto muutettiin alkuperäisestä ”kuvaile arkipäivää” muotoon ”kuvaile arkea”. Testivastaajien palautteen perusteella ymmärsimme, että arkipäivän kuvailu antaa suppeammat mahdollisuudet kuvailla arkea, kuin arjen kuvailu. Kysymysmuodon muuttaminen ei vaikuttanut opinnäytetyön tavoitteeseen vaan vastasi paremmin sitä, mitä todellisuudessa halusimme aineistolta kysyä.

Aineistonkeruutilaisuuksien jälkeen opinnäytetyöstä puuttui kahdeksan vastaajaa. Osallistumismahdollisuutta laajennettiin riittävän suuren vastaajamäärän saavuttamiseksi siten, että vastaajille annettiin mahdollisuus osallistua opinnäytetyöhön sähköpostilla tai postitse. Erilaiset vastausmahdollisuudet eivät vaikuta tutkimuksen luotettavuuteen. Opinnäytetyöhön osallistuminen vaatii vastaajalta ainoastaan kiinnostusta opinnäytetyön aiheesta kohtaan ja tämän vaatimuksen uskotaan täytyneen myös alkuperäisten aineistonkeruutilaisuuksien jälkeen vastanneiden kohdalla. Aineistonkeruutilaisuuksien jälkeen ilmoittautuneisiin vastaajiin oltiin henkilökohtaisesti yhteydessä sähköpostitse tai puhelimitse, mikä vahvistaa edelleen opinnäytetyön luotettavuutta.

Opinnäytetyön luotettavuuteen vaikuttaa se, että onko kerätyn aineiston määrä riittävä. Riittävä aineiston määrä kuvastaa tutkimuksen luotettavuutta. Kerätystä

aineistosta huomasimme aineiston kylläntymisen. Aineiston kylläntymisen myötä totesimme, että kaksi vastaajaa kustakin sukupolvesta on riittävä määrä vastaajia. Aineistoa analysoidessa tuli esiin, että saman sukupolven vastaukset olivat samantyyppisiä, mutta eri sukupolvien vastaukset olivat keskenään jokseenkin erilaisia.

Tutkimuksen aineistonkeruu ja aineiston analysointivaiheessa luotettavuuden merkitys on suuri. Vastaaja voi vastauksessaan käyttää kielikuvia, joita analyysoija ei ymmärrä, vastaaja voi käyttää sarkasmia, jota ei kykene kirjoitetusta tekstistä havaitsemaan tai vastaajan käsialasta ei saa välttämättä selvää. Keräämäsämme aineistossa emme kohdanneet näitä haasteita. Aineisto oli selkolukuista ja saimme kaikkien vastaajien käsialoista selvää. Aineiston analysointivaiheessa työn läpinäkyvyys ja se, että tehdyt valinnat perustellaan, on erityisen tärkeää (Aaltio & Puusa 2011, 157). Tästä syystä opinnäytetyön liitteissä on esimerkki aineiston analysoinnin prosessista (liite 6).

Tutkimusta lukiessa lukijalle tulee selvitä se prosessi, mitä kautta johtopäätöksiin on päädytty. Tehtyjen tulkintojen tulee olla selvästi havaittavissa. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että tutkijan tekemien johtopäätösten tulee olla osuvia, ja että lukija pystyy seuraamaan tutkimuksesta tutkijan päättelyä ja hänen on mahdollista halutessaan arvioida sitä kriittisesti. (Aaltio & Puusa 2011, 154.) Helpoimme johtopäätösten tekemistä ja paransimme prosessin läpinäkyvyyttä toteuttamalla aineiston analysoinnin prosessin kaaviossa, josta on selkeästi nähtävillä alkuperäisilmausten tiivistämisprosessi pääluokkaan.

Luotettavuuden näkökulmasta opinnäytetyön raportti on lukijan ainoa väline luotettavuuden arviointiin. Tästä syystä olemme painottaneet raportin tekemisen osuutta opinnäytetyön tekemiseen käytetyssä kokonaisajassa. Olemme täydentäneet raporttia koko työskentelyn ajan ja pyrkineet tekemään raportista lukijajähtävällisen. Olemme raportoidessamme kiinnittäneet huomiota läpinäkyvyyteen ja siihen, että lukijalle välittyy raportin kautta työssä toteutettu luotettavuus ja eettisyys. Raporttia on arvioitu kriittisesti mahdollisimman objektiivisesta näkökulmasta. Raportin luotettavuutta lisää oikeinkirjoitus, raportin ohjeellisen ulkoasun noudattaminen ja raportin helppolukuisuus.

Opinnäytetyötä tehtäessä eettisyys oli läsnä koko prosessin ajan. Tutkimusetiikka on metodologinen seikka, joka tulee esiin kaikissa niissä valinnoissa, joita opinnäytetyön aikana tehdään. Opinnäytetyön eettisyydessä on kyse arvosidonaisuudesta ja eettisestä pohdinnasta. Opinnäytetyön eettisyys tulee esiin kaikissa niissä valinnoissa, joita tehdään aina opinnäytetyön aiheen valinnasta lopullisiin johtopäätöksiin saakka. (Tuomi ym. 2002, 125.) Eettisyys on ollut opinnäytetyöprosessin ajan tapa suhtautua opinnäytetyön tekemiseen. Kaikissa tekemissämme valinnoissa ja päätöksissä eettisyys on ollut läsnä. Eettinen suhtautuminen opinnäytetyön tekemiseen on tullut esiin kaikissa niissä lukuisissa keskusteluissa, joita olemme käyneet opinnäytetyötä tehtäessä. Eettisyys on ollut opinnäytetyössämme näkökulmana aiheen valinnasta aina raportoinnin loppuun saattamiseen asti ja toiminut siten työskentelymme punaisena lankana.

Olemme suhtautuneet koko opinnäytetyöprosessin (liite 9) ajan tekemäämme työhön kriittisen arvioivasti. Työskentelyllemme on ollut tyypillistä suhtautua omiin valintoihin ja päätöksiin kyseenalaistavasti. Olemme jatkuvasti pyrkineet siihen, että pystymme selittämään ja perustelemaan opinnäytetyössämme tehdyt valinnat. Emme ole missään vaiheessa tyytyneet tekemään ratkaisuja helpoimman vaihtoehdon kautta, vaan olemme nähneet opinnäytetyöprosessin oppimisen paikkana myös arvioinnin suhteen. Arviointia olemme pyytäneet myös ohjaajaltamme sekä toimeksiantajamme edustajalta. Lisäksi olemme osallistuneet opinnäytetyöpiireihin, joissa olemme saaneet moniammatillisia näkemyksiä muiden alojen opettajilta sekä opiskelijoilta.

10.3 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyön tekeminen on ollut ammatillisen kasvun näkökulmasta vaikuttavin prosessi koko koulutuksemme aikana. Prosessin aikana olemme huomanneet, että opinnäytetyötä tehtäessä pystymme käyttämään hyödyksi kaikkea sitä tietoa, jonka olemme aikaisemmin koulutuksen aikana oppineet. Ammatillista kasvua on tukenut myös se, että opinnäytetyöprosessin aikana olemme ymmärtäneet henkilökohtaisten kokemuksiemme sekä kaiken koulutuksessa ja sen ulkopuolella oppimamme vaikutuksen siihen, millaisiksi sosionomeiksi valmistumme.

Opinnäytetyöprosessin aikana olemme tutustuneet laajasti aihetta koskevaan kirjallisuuteen. Tämä on syventänyt työmme aiheeseen liittyvää tietoperustaa. Tietoperustaan tutustumisen myötä kriittinen ajattelu lähdekirjallisuutta kohtaan on vahvistunut. Olemme oppineet löytämään lähdekirjallisuudesta ajankohtaiset tietolähteet ja näkemään sen, miten yhteiskunnan tilanne on kulloinkin vaikuttanut tuotettuun tietoon ja esimerkiksi siihen, kuinka ikääntymisestä eri aikakausien kirjallisuudessa käsitellään. Tietoperustaa luodessamme huomasimme, että täysin opinnäytetyömme aihetta vastaavaa kirjallisuutta tai teoriaa ei ole. Tämän myötä opimme rajaamaan olemassa olevaa tietoa niin, että poimimme työmme kannalta oleellisen tiedon sen sijaan, että olisimme käsitelleet tai tutustuneet kaikkeen ikääntymiseen liittyvään tietoon. Ikääntymistä lähestytään kirjallisuudessa useimmiten gerontologian näkökulmasta. Tietoisesti olemme kuitenkin jättäneet gerontologian pääosin tarkastelun ulkopuolelle ja keskittyneet opinnäytetyössä ikääntymiseen sosiaalialan näkökulmasta.

Vaikuttava ammatillinen kasvu on tapahtunut tutkimuksellisen työtteen syventämisessä. Opinnäytetyön tekeminen oli molempien ensimmäinen kerta tehdä ja toteuttaa tutkimusta. Opinnäytetyömme on pienimuotoinen tutkimus ja sen tekeminen on avannut meille tutkimuksen tekemisen prosessia. Prosessin ymmärtämisen tueksi tutustuimme prosessikirjallisuuteen, jonka kautta pystyimme huomaamaan prosessiin kuuluvia vaiheita tietoperustaan tutustumisesta raportin viimeistelyyn saakka. Olemme kokeneet opinnäytetyöprosessimme kokonaisprosessina, joka on koostunut useista pienemmistä osaprosesseista, esimerkiksi aineiston keräämisestä ja sen analysoinnista.

Opinnäytetyö on ollut meille työparina ennen kaikkea yhteinen prosessi. Ammatillisen kasvun näkökulmasta olemme tiedostaneet, millaisia olemme työpareina niin vahvuuksinemme kuin heikkouksinemme. Opinnäytetyöprosessin myötä olemme oppineet tukemaan työparia ja oppineet motivoitumaan ja motivoimaan työparityöskentelyn vaatimalla tavalla. Työparina työskentely on vaatinut meiltä omien mielipiteidemme ja näkökulmiemme perusteellista avaamista ja perustelua. Esimerkiksi raporttia olemme työstäneet siten, että molempien mielipide tulee kuuluviin. Tärkeää on ollut myös se, että pystymme molemmat vahvistamaan

raporttimme ja koko opinnäytetyön sisällön. Työparina työskentely sujui meiltä ongelmitta, sillä aikaisemmin yhdessä suoritettujen harjoitteluiden ja kurssitehtävien myötä toistemme toimintatavat olivat tuttuja. Koemme, että pidempiaikainen prosessityöskentely työparin kanssa antaa valmiuksia tulevaisuuden työelämää varten.

Ammatillisen kasvun mahdollistumisen näkökulmasta on ollut tärkeää, että koko opinnäytetyöprosessin ajan olemme kokeneet opinnäytetyömme aiheen tärkeäksi. Tämän vuoksi emme ole halunneet valita opinnäytetyötä tehtäessä helpoimpia ratkaisuja, vaan olemme valintatilanteissa päätyneet sellaisiin ratkaisuihin, jotka vastaavat parhaiten opinnäytetyömme tavoitteeseen. Tämä on ollut vaativa, mutta opettavainen tapa toteuttaa opinnäytetyötä. Työn tekemisen myötä syventynyt ajattelutapa ja erilaisten valintojen vaikutusten huomaaminen ja mahdollisten seurausten ennakointi on lisännyt ammatillista kasvua. Opinnäytetyöprosessin myötä olemme oppineet erottamaan aikaisempaa paremmin ja selkeämmin oman tulkintamme faktatiedosta. Koemme, että tämän oppiminen ja sisäistäminen on erityisen tärkeää eettistä sosiaalialan asiakastyötä tehtäessä.

Ammatillisen kasvun kannalta tärkeä kokemus oli tehdä yhteistyötä ulkopuolisen toimeksiantajan kanssa. Prosessin aikana opimme neuvottelutaitoja toimeksiantajan edustajan kanssa käydyissä palavereissa, sekä ratkaisemaan ongelmia siten, että löytää kaikkia osapuolia tyydyttävän ratkaisun. Toimeksiantajan mukana oleminen opetti epäitsekästä suhtautumista omaan työhön. Opimme ajattelemaan työtä toimeksiantajan tavoitteiden ja työn hyödyntämisen näkökulmasta. Yhteistyössä oleminen toimeksiantajan kanssa auttoi konkretisoimaan omaa asemaa pienimuotoisen tutkimuksen tekijänä. Suurin osa aikaisemmista kokemuksista eri toimeksiantajien kanssa on perustunut toimintaamme ohjaajina. Tässä toimeksiantajasuhteessa olimme suoraan tekemisissä toimeksiantajan kanssa, ilman asiakaskontaktia.

Opinnäytetyöprosessissamme sosiaalialan eettiset periaatteet ovat olleet vahvasti läsnä. Opinnäytetyöprosessi on vaatinut sosiaalialan periaatteisiin syventymistä ja sitoutumista. Ammatillisen kasvun kannalta sosiaalialan eettisten peri-

aatteiden omaksuminen on keskeinen vaatimus työelämään siirtymiselle. Opin- näytetyöprosessi on laajentanut kuvaamme sosiaalialan mahdollisesta työken- tästä. Prosessin myötä olemme oppineet, että sosionomilla on yhteiskunnallisen vaikuttamisen ohella hyvät valmiudet tiedon tuottamiseen.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi on ollut ammatillista kasvua huomattavasti vahvistava. Prosessin myötä olemme huomanneet ammatillisessa kasvussa tapahtuneita muutoksia koko koulutuksen ajalta. Tämän myötä olemme huomanneet saaneemme koulutuksesta paljon, ja alamme olla valmiita siirtymään työelämään. Oman ammatillisen kasvun huomaaminen opinnäytetyöprosessin myötä ja saadut kokemukset koulutuksen ajalta ovat tuoneet ylpeyttä ja arvostusta omaa ammattia kohtaan.

10.4 Jatkotutkimus- ja kehittämisideat

Jatkokehitysmahdollisuutena näemme tutkimuksen toistettavuuden. Esimerkiksi kymmenen vuoden päästä samantyyppisesti toteutettu tutkimus mahdollistaisi erilaisissa yhteiskunnallisissa tilanteissa saatujen tulosten vertailun. Opinnäytetyömme aihe on sidoksissa yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen tilanteeseen, eli niihin arvoihin ja käsityksiin, jotka yhteiskunnassa sillä hetkellä vallitsevat ja joiden aikana yksilö on elämänsä elänyt. Jatkotutkimuksena voitaisiin tutkia sosi- aali- ja terveysalan työntekijän näkemyksiä ikääntymisen käsitteisiin. Alan työn- tekijöiden näkemyksien tutkiminen mahdollistaisi asiakkaiden ja työntekijöiden näkemyksien vertailun keskenään. Tämän tyyppisen tutkimuksen tekeminen ri- kastuttaisi asiakastyötä ja se olisi yhteiskunnallisesti merkittävä. Tutkimus voisi selkeyttää työntekijöiden näkemyksiä ikääntymisen käsitteistä. Tutkimuksen te- kemisen kautta alan työntekijöiden näkemyksiä käsitteistä pystyttäisiin kokoa- maan yhteen ja yhtenäistämään.

Jatkotutkimuksessa voitaisiin valita tarkasteluun yksi sukupolvi, jonka näkemystä ikääntymisen käsitteisiin tutkittaisiin. Näin saataisiin tietoa siitä, kuinka paljon vaihtelua sukupolven sisällä voi olla – vai onko ollenkaan. Saatua tutkimustietoa voitaisiin hyödyntää siten, että sen avulla sosiaali- ja terveysalan työntekijöille

voitaisiin selventää, kuinka suuria näkemuseroja suunnilleen saman ikäisillä, samaan sukupolveen kuuluvilla asiakkailla voi olla.

Jatkotutkimuksia voisi toteuttaa myös samoilla tutkimuksen tavoitteella, tarkoituksella ja tutkimuskysymyksellä. Aineistoa voisi kerätä joko strukturoidun tai puolistrukturoidun lomakkeen avulla tai erilaisista keskusteluryhmistä. Ryhmiä voisi olla joko useita tai yksi. Jos ryhmiä olisi useita, voisi kullakin sukupolvella olla oma keskusteluryhmänsä. Toinen vaihtoehto on, että jokaisen eri sukupolven edustaja tai edustajat keskustelevat samassa ryhmässä. Jatkotutkimus voitaisiin toteuttaa myös niin, että näkemyksiä käsitteistä ei vertailtaisi eri sukupolvien kesken, vaan tutkittaisiin ainoastaan sitä, millaisia erilaisia näkemyksiä kustakin ikääntymisen käsitteestä on.

Jatkokehittämissideana erityisesti toimeksiantajalle ehdotamme, että opinnäytetyön keskeiset tulokset kootaan esimerkiksi posteriksi. Posterin voisivat toteuttaa Voimalassa toimivat opiskelijat tutustuessaan ikääntymisen käsitteistöön opinnäytetyömme avulla. Toteutetut posterit voitaisiin asettaa Voimalan yleisiin tiloihin, jotta opiskelijoilla on matala kynnys tutustua niihin ja alkaa pohtia omia näkemyksiä ikääntymisen käsitteistä ja niiden vaikutuksista asiakastyöhön.

Lähteet

- Aaltio I. & Puusa A. 2011. Laadullisen tutkimuksen luotettavuus. (toim.). Teoksessa Puusa A. & Juuti P. 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Hansaprint: Johtamistaidon opisto. 153–166.
- Alasuutari P. 1994. Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.
- Alestalo M. 2007. Rakennemuutokset ja sukupolvet. Yhteiskuntapolitiikka 72 (2007):2. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101070/072alestalo.pdf?sequence=1>. 21.3.2016.
- Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Erikson, E. H. 1978. Identity and the Life Cycle. New York: W. W. Norton & Company.
- Hakonen, S. 2008. Ikäideat ikäkäytäntöjen työkaluiksi. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.). Kuluerästä voimavaraksi - sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Juva: WS Bookwell Oy. 33–52.
- Heikkinen, E. 2002. Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 13–33.
- Heikkinen, R-L. 2008. Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa Heikkinen E. & Rantanen T. (toim.). Gerontologia. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 213–222.
- Helin, S. 2002. Palvelujärjestelmä iäkkään ihmisen voimavarojen tukijana. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 35–67.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 2005. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Jokinen, E. 2005. Aikuisten arki. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Jyrkämä, J. 2001 Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Sankari, A. & Jyrkämä J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologia. Tampere: Vastapaino. 267–323.
- Jyrkämä, J. 2007. Toimijuus ja toimijatilanteet – aineksia ikääntymisen arjen tutkimiseen. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: PS-Kustannus. 195–217.
- Jyväskylän yliopisto. 2015a. Narratiivinen analyysi. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineiston-analyysimetimetmat/narratiivinen-analyysi>. 19.2.2016.
- Järvensivu A. & Syrjä S. 2014. Sukupolvialtoteoria ja suomalaisen työelämän sukupolvet. Teoksessa Järvensivu A., Nikkanen R. & Syrjä S. (toim.). Työelämän sukupolvet ja muutoksessa pärjäämisen strategiat. Tampere: Tampere University Press. 41–59.
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012.
- Lindqvist, M. 2002. Vanheneminen, etiikka ja elämänarvot. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 233–261.
- Löytönen, T. 2016. Narratiivinen tutkimusote. <http://www.xip.fi/tutkija/0402.htm>. 19.2.2016

- Marin, M. 2001. Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Sankari, A & Jyrkämä, J. (toim.). Lapsuudesta vanhuuteen - iän sosiologiaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 17–48.
- Marin, M. 2002. Yhteiskunta ja hyvä vanheneminen: lähestymistapoja hyvän vanhenemisen yhteiskunnallisiin ehtoihin. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 89–117.
- Maununaho, S. 2012. MUISTETTU JA KOETTU VANHUUS. Aineistolähtöinen analyysi vanhuuden käsitteestä ja sen muutoksesta. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.
- Puusa A. 2011. Laadullisen aineiston analyysi. (toim.). Teoksessa Puusa A. & Juuti P. 2011. Menetelmäviidakon raivaajat. Perusteita laadullisen tutkimuslähestymistavan valintaan. Hansaprint: Johtamistaidon opisto. 114–125.
- Rautava, M. 2015. "Unelmani on kuolla saappaat jalassa." Fenomenografinen analyysi eläkeläisten ikääntymiseen liittyvistä käsitteistä. Pro gradu -tutkielma. Tampereen yliopisto.
- Ruoppila, I. 2002. Psyykkisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 119–150.
- Saaranen-Kauppinen A. & Puusniekka A. 2016. Narratiiviset tarkastelutavat. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_6_4.html. 19.2.2016.
- Saarenheimo, A., Pietilä, M., Maununaho, S., Tiihonen, A. & Pohjolainen, P. 2014. Ikäpolvien taju - Elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Saarenheimo, M. 2014. Mitä vanhuudelle on tapahtunut? <http://eloisaika-fibin.directo.fi/@Bin/894c6bf54de1db35afecaa05135a4304/1474875578/application/pdf/115277/Mit%C3%A4%20vanhuudelle%20on%20tapahtunut.pdf>. 26.9.2016
- Suomi, A. & Hakonen, S. 2008. Senioriteetin tulevaisuuden kuvia. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.). Kuluerästä voimavaraksi - sosio-kulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Juva: WS Bookwell Oy. 243–244.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- WHO. 2015. WORLD RAPORT ON AGEIND AND HEALTH http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/1/9789240694811_eng.pdf?ua=1. 5.2.2016
- Voimaelämää. 2016. <http://www.karelia.fi/blogit/voimaelamaa/2016/04/>. 20.7.2016
- Ylikarjula, S. 2011. Vanheneminen kielletty? Elämäkokemuksen puolustus. Helsinki: Kirjapaja.

Toimeksiantosopimus



OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTOSOPIMUS

Toimeksiantaja	
Organisaation nimi:	Karelia-ammattikorkeakoulu, oppimis- ja palveluympäristö Voimala
Toimeksiantajan edustaja:	Kaisa Juvonen
Osoite:	Tikkarinne 9, 80200 Joensuu
Puhelinnumero:	
Sähköposti:	

Opiskelijan/opiskelijoiden tiedot	
Koulutusohjelma:	Sosiaali-ala
Opiskelijanumero(t) ja nimi(et):	Martta Laakso [REDACTED] Heini Leinonen [REDACTED]
Puhelinnumero:	Martta Laakso: [REDACTED] Heini Leinonen: [REDACTED]
Sähköposti:	

Toimeksiannon kuvaus	
Aihe	Eri sukupolvien näkemykset käsitteisiin ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus.
Toteutusmuoto	Tutkimuksellinen opinnäytetyö. Laadullinen tutkimus, jossa aineistona kirjallisia vastauksia eri sukupolvien edustajilta.
Aikataulu	Aineistonkeruu toteutetaan touko-kesäkuussa 2016. Opinnäytetyö valmistuu marraskuussa 2016.

Toimeksiantajan sitoumukset

Toimeksiantaja sitoutuu tukemaan opinnäytetyön tekijöitä tutkimusprosessin ajan. Opinnäytetyön tekijät saavat käyttää toimeksiantajan tiloja, minkä lisäksi toimeksiantaja vastaa mahdollisista tutkimukseen liittyvistä kopiointi-, tulostus- ja postituskuluista.

Opiskelijan sitoumukset

Opiskelijat sitoutuvat toteuttamaan opinnäytetyötään opinnäytetyön ohjeiden mukaisesti. Työssä he sitoutuvat eettisten ja luottamuksellisten periaatteiden noudattamiseen. Opiskelijat sitoutuvat sovittuun aikatauluun. Opiskelijat sitoutuvat yhteistyön tekemiseen toimeksiantajansa kanssa. Ennen aineiston hankintaa opiskelijat sitoutuvat hakemaan tarvittavat tutkimusluvut. Opinnäytetyön valmistuttua toimeksiantajalla on oikeus hyödyntää opinnäytetyötä organisaatiossaan.

Opinnäytetyön ohjaus Karelia-amk:ssa

Ohjaaja(t): Heli Rinnekallio

Opinnäytetyön julkisuus

Opinnäytetyö on julkinen asiakirja ja se voidaan julkaista Theseus-verkkokirjastossa.

Allekirjoitukset

Päiväys 12.5.2016	Opiskelijan allekirjoitus ja nimenselvennys [Handwritten signatures] Martta Laakso Heini Leinonen
Päiväys 6.5.2016	Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus ja nimenselvennys [Handwritten signature] KAISA JUONEN
Päiväys 9.5.2016	Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus ja nimenselvennys [Handwritten signature] Heli Rinnekallio

Aineistonkeruutilaisuuden mainos



Kiinnostavatko Sinua ikääntymiseen liittyvät kysymykset? Kuka on ikääntynyt, kuka ikäihminen, kuka seniori tai vanhus? Älä jää pohtimaan asiaa yksin:

TULE MUKAAN OPINNÄYTETYÖHÖMME!

Olemme sosionomiopiskelijat Heini ja Martta Karelia-ammattikorkeakoulusta. Meitä on jo pitkään pohdittanut ikääntymiseen liittyvät käsitteet.

Olemme päättäneet lähteä tutkimaan asiaa opinnäytetyömme kautta yhteistyössä Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimalan kanssa. Meitä kiinnostaa kuulla eri-ikäisten ajatuksia ikääntyneen, ikäihmisen, seniorin ja vanhuksen arjesta.



Vastaajien tehtävänä on kuvailla kirjallisesti ikääntyneen, ikäihmisen, seniorin ja vanhuksen arkea. Käsittelemme saamiamme vastauksia luottamuksellisesti ja tuhoamme kerätyt aineistot asiallisesti. Vastaajan henkilöllisyys pysyy salassa ja tutkimukseen osallistumisen voi halutessaan keskeyttää koska tahansa.

Kun vastaat kysymyksiin rehellisesti, vastaat oikein. Et voi siis vastata väärin! Saatujen vastausten avulla voidaan kehittää sosiaali- ja terveysalan asiakastyötä ja asiakastyytyväisyyttä. Osallistuminen kestää korkeintaan kaksi tuntia. Voit poistua tilaisuudesta heti vastattuasi.

NÄIN PÄÄSET MUKAAN!

1. Ilmoittaudu mukaan Webropolin kautta, osoitteessa <https://www.webropol.fi/surveys.com/S/3A2EAE8D71D879A8.par> tai soittamalla Voimala-koordinattori Kaisa Juvoselle numeroon 050-.....
2. Saavu Karelia-ammattikorkeakoulun Tikkarinteen kampukselle E-taloon (Tikkariinne 9, 80200 Joensuu) toisena seuraavista ajankohdista:

keskiviikkona 8.6.2016 kello 12.00 TAI
torstaina 16.6.2016 kello 17.00

Ystävällisin terveisin
 Martta Laakso & Heini Leinonen

Saatekirje



SAATEKIRJE

Olemme kaksi kolmannen vuoden sosiaalialan opiskelijaa Karelia-ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyönämme pienimuotoista tutkimusta ikääntymisen eri käsitteisiin liittyen yhteistyössä Karelia-ammattikorkeakoulun oppimis- ja palveluympäristö Voimalan kanssa. Opinnäytetyömme tutkimustehtävä on tarkastella eri-ikäisten näkemyksiä käsitteisiin ikääntynyt, ikäihminen, seniori ja vanhus. Opinnäytetyön tarkoituksena ei ole saada vastausta siihen, mitä käsitettä tulisi käyttää. Opinnäytetyömme valmistuu lokakuussa 2016 ja vuoden loppuun mennessä se on luettavissa osoitteessa www.theseus.fi.

Tutkimukseen osallistuminen on luottamuksellista. Tutkimuksemme kannalta merkityksellistä on ainoastaan vastaajan syntymävuosi. Emme käsittele vastaajien nimiä, henkilötietoja tai muita tietoja niin, että vastaajan henkilöllisyys voitaisiin tunnistaa. Opinnäytetyön valmistuttua hävitämme keräämämme vastaukset asianmukaisesti. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja voit halutessasi keskeyttää osallistumisesi tutkimukseen missä vaiheessa tahansa.

Vastaamalla kyselyymme annat arvokasta ja hyödynnettävää tietoa niin sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille kuin alan ammattilaisillekin. Antamiesi vastausten avulla voidaan kehittää sosiaali- ja terveysalan asiakastyötä ja asiakastyytyvyyttä.

Osallistuminen kestää korkeintaan kaksi (2) tuntia. Pyydämme sinua vastaamaan kaikkiin antamiimme neljään kysymykseen. **Voit poistua tilaisuudesta heti vastattuasi.** Toivomme, että vastaat rehellisesti ja avoimesti. Muistathan, että oikeita ja vääriä vastauksia ei ole. Kaikki vastaukset ovat yhtä tärkeitä.

Kiitos arvokkaista vastauksistasi ja opinnäytetyömme mahdollistamisesta!

Ystävällisin terveisin
Martta Laakso & Heini Leinonen
Karelia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

Suostumuslomake

**SUOSTUMUSLOMAKE**

Minä _____ annan tämän suostumuslomakkeen allekirjoittamalla Martta Laaksolle ja Heini Leinoselle luvan käyttää antamiani vastauksia opinnäytetyössään.

Olen lukenut suostumuslomakkeen saatekirjeen ja olen tietoinen oikeuksistani ja velvollisuuksistani tutkimukseen osallistumisen suhteen.

Opinnäytetyön valmistuttua kerätyt aineistot tuhotaan asianmukaisesti. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, ja voit halutessasi keskeyttää osallistumisesi tutkimukseen missä vaiheessa tahansa.

Paikka: _____

Aika: _____

Allekirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____

Vastauslomake

**VASTAUSLOMAKE**

Syntymävuotesi: _____

Kuvaile ikääntyneen arkea

Kuvaile ikäihmisen arkea

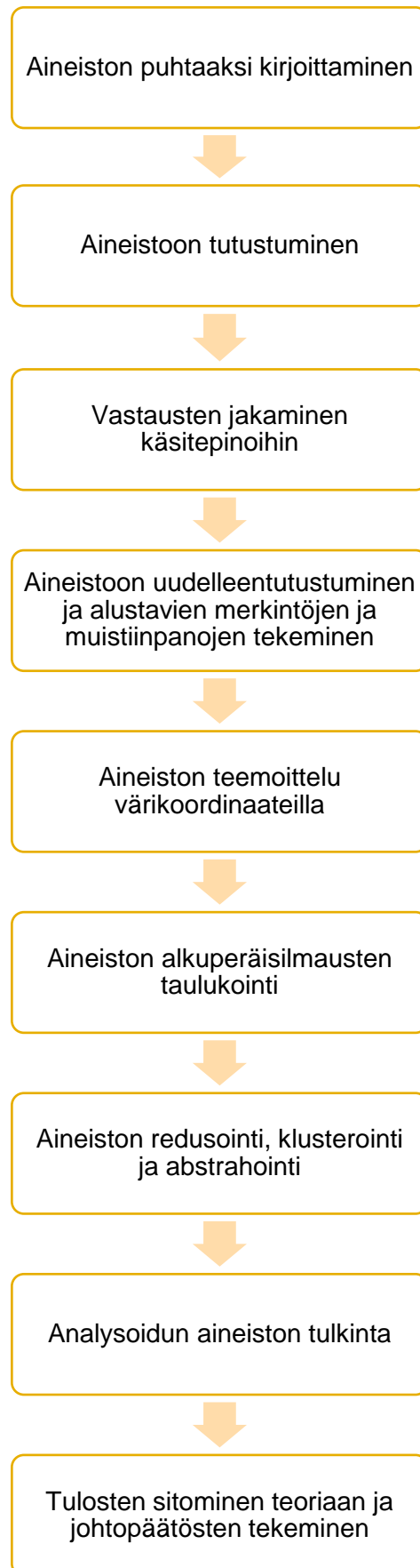


Kuvaile seniorin arkea

Kuvaile vanhuksen arkea

Kiitos vastauksistasi!

Aineiston analysoinnin prosessikaavio



SUKUPOLVI	ALKUPERÄISILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA	KAIKKIA LUOKKIA YHDISTÄVÄ LUOKKA
Sota-ajan sukupolvi (1921—1944)	"Ruuan tekoa"	Tekee ruokaa	Hoitaa itsenäisesti kotitaloutaan	Arki sujuu itsenäisesti	Arki	Näkemyks ikääntyneestä
	"Ruohonleikkuuta"	Leikkaa ruohot				
	"Siivousta"	Siivoaa				
	"Lumitöiden tekoa talvella"	Hoitaa lumityöt				
	"Kaupassa käyntiä"	Käy kaupassa				
	"Yleistä asiointia kaupungilla. Apteekki, pankki yms."	Asioi kaupungilla	Ei ole sidottuna muiden ihmisten aikatauluihin	Voi itse määrittää arjen aikataulun		
	"Oivaltaa kuitenkin, ettei ole kiinni aikatauluissa, jos ei huvita tehdä jotain tänään, työn voi siirtää tuonnemmaksi."	Ei ole kiinni aikatauluissa				
	"Ei ota tarkkoja 'urakoita', jotka pitää tehdä sääntillisen suunnitelman mukaan."					
	"Lenkillä käyntiä ulkoilua"	Lenkkeilyä ja ulkoilua	Liikkuu	Pitää huolta fyysisestä kunnostaan	Fyysinen toimintakyky	
"Tulee kaikenlaisia odottamattomia 'krempejä'."	Odottamattomia fyysisiä vaivoja	Levon tarve kasvaa fyysisten vaivojen vuoksi	Fyysinen toimintakyky heikentynyt			
"Alkaa tarvita enemmän lepotaukoja."	Tarvitsee aikaisempaa enemmän lepoa					

Eri sukupolvien näkemykset ikääntymisen käsitteistä

SUKU-POLVI	IKÄÄNTYNYT	IKÄIHMINEN	SENIORI	VANHUS
Sota-ajan sukupolvi (1921—1944)	Selviää arjesta itsenäisesti. Määrittää itse arjen aikataulun. Pitää huolta heikentyneestä fyysisestä toimintakyvystä.	Itsenäinen arki. Positiivinen elämänasenne. Kokee osallisuutta. Kiinnittää huomiota terveyteen. Hyvä fyysinen toimintakyky.	Satunnainen avuntarve arjessa. Aktiivinen arki: harrastuksia ja muita menoja. Veritautien antaminen ja saaminen tärkeää (sosiaaliset suhteet). Pitää huolta fyysisestä toimintakyvystään.	Hoitaa arjen askareet itsenäisesti, satunnainen avuntarve. Kiitollinen ja sopeutuva elämänasenne. Fyysinen toimintakyky heikko.
Nousukauden suuret ikäluokat (1945—1954)	Yksilöllinen arki: vapaa arki-rytmi ja harrastuksia. Ikääntyminen aiheuttaa muutoksia arjessa, ”nuoruusaika” päättyy. Sukulaiset tärkeitä. Pitää huolta heikentyneestä fyysisestä toimintakyvystä. Yli 50-vuotias.	Sujuva arki: rutiineja, ei vastatoinkäymisiä. Positiivinen elämänasenne, mutta ikääntymisen muutokset voivat heikentää. Eläköitynyt. Sosiaaliset suhteet (perhe ja ystävät) tärkeitä. Ikääntymisen muutokset yksilöllisiä. 60- tai 70-vuotias.	Itsenäinen ja monipuolinen eläkeläisen arki. Myönteinen ja realistinen elämänasenne. Ymmärtää, että on aika toteuttaa unelmiaan. Mahdollisuus omien mielitekojen toteuttamiseen. Sosiaalisten suhteiden merkitys suuri. Entiset työkaiverit tärkeitä.	Avuntarve arjessa suuri, ulkopuolisia avustajia (hoitajia/edunvalvoja). Itsestä huolehtiminen aikaisemmissa elämänvaiheissa palkitaan. Elämä keskittyy luopumiseen. Yli 80-vuotias.
Öljykriisin sukupolvi (1955—1964)	Monipuolinen arki: työelämän rytmi, kodinhoito ja harrastukset. Seuraa medioita. Parisuhteessa. Huolehtii vanhemmistaan, lapsistaan ja lastenlapsistaan (sosiaaliset suhteet). Pitää huolta fyysisestä toimintakyvystään, jossa pieniä heikentymiä. Oman iän ja identiteetin pohdinta. Yli 40—50-vuotias.	Itsenäinen eläköitymisen myötä muodostunut arki. Paljon erityyppisiä harrastuksia (liikunta, kulttuuri, yhdistystoiminta). Leski tai parisuhteessa. Yksin elävät mahdollisesti eristäytyneitä. Sosiaaliset suhteet koostuvat suvusta. Pitää huolta fyysisestä toimintakyvystä. Noin 70-vuotias.	Avuntarve arjessa (ostopalvelut). Asuu ja hoitaa kotiaskareet itsenäisesti. Ajankohtaiset asiat kiinnostavat. Monipuoliset harrastukset (liikunta, seura- ja yhdistystoiminta, vapaaehtoistoiminta). Tapaa tuttuja, tekemisissä lasten ja lastenlasten kanssa (sosiaaliset suhteet). Ylläpitää hyvää fyysistä toimintakykyä, noudattaa ohjeistuksia. Noin 80-vuotias.	Tarvitsee ulkopuolista apua arjessa. Paljon kotona. Kokonaisvaltaisesti heikentynyt toimintakyky, tarvitsee apuvälineitä. Positiivinen elämänasenne. Seuraa ajankohtaisia asioita lehdistä ja TV:stä. Ulkoilee päivittäin. Leski, sosiaaliset suhteet koostuvat lapsista ja lastenlapsista. Yli 89-vuotias.

<p>Hyvinvoinnin sukupolvi (1965—1972)</p>	<p>Itsenäinen arki. Uudet rutiinit. Positiivinen elämänsenne. Suhteet omiin lapsiin tärkeitä. Perusterve, satunnaiset kivut ja sairaudet.</p>	<p>Pieni avuntarve arjessa. Ajoittainen kaupunkiasuminen helpottaa arkea. Ikääntyminen näkyy muutoksina arjessa. Terveysten säilyttäminen ensiarvoista. Kokee menneen työelämän tärkeäksi. Puoliso kuollut. Sosiaaliset suhteet lasten ja lastenlasten kanssa. Heikentynyt fyysinen toimintakyky, pitää jonkin verran huolta.</p>	<p>Hyvä arjenhallinta. On itsenäinen, mutta huolestunut tulevaisuudestaan ja itsenäisyyden säilyttämisestä. Mieleiset harrastukset osa arkea. Sosiaaliset suhteet koostuvat ystävistä ja omista lapsista perheeseen. Heikentynyt fyysinen toimintakyky. Fyysiset rajoitteet haittaavat liikkumista.</p>	<p>Runsa avuntarve arjessa. Pieni arjen toimintaympäristö. Ei asu itsenäisesti. Rutiinomainen arki. Luonne määrää elämänsenteen: positiivinen tai keskittyy elämän päättymiseen. Muistelee paljon. Sosiaaliset suhteet pohjautuvat omien lasten huoleen ”vanhuksesta”.</p>
<p>Lamasukupolvi (1973—1979)</p>	<p>Itsenäinen arki. Positiivinen elämänsenne. Perhe tärkeä. Pitää huolta terveydestään.</p>	<p>Itsenäinen eläköitymisen myötä muotoutunut arki. Rento ja positiivinen elämänsenne. Kokee lastensa kasvatuksen tärkeäksi. Monipuolisia harrastuksia ja liikuntaa. Antaa ja saa sosiaalista tukea perheeltään. Fyysinen toimintakyky hyvä.</p>	<p>Ulkopuolisen avun tarve (palvelutalo, lounaspalvelu). Aktiivinen ja kiireetön arki. Sosiaaliset suhteet tärkeitä. Heikentynyt fyysinen toimintakyky. Tarvitsee liikkumisen apuvälineitä. Terveysongelmat lisääntyneet.</p>	<p>Ei pärjää arjessa itsenäisesti. Asuu palvelutalossa. Rauhallinen arki. Elämä rauhoittunut. Osallistuu satunnaisesti virke-toimintaan. Katsoo paljon TV:tä. Sosiaaliset suhteet koostuvat oman suvun nuoremista sukupolvista. Fyysinen toimintakyky heikentynyt, tarvitsee apuvälineitä.</p>

<p>Y-sukupolvi (1980—1990)</p>	<p>Turvallinen ja rutiininomainen arki. Eläköitymässä. Positiivinen suhtautuminen ikääntymiseen. Harrastukset tärkeitä. Heikentynyt fyysinen toimintakyky asettaa rajoituksia ja vaatii sopeutumista.</p>	<p>Itsenäinen eläköitymisen myötä muotoutunut arki. Paljon elämäkokemusta, tiedostaa kuoleman lähestymisen. Harrastukset osa arkea. Yhdistystoiminta tai seurakuntien aktiviteetit (sosiaaliset suhteet). Heikentynyt fyysinen toimintakyky. Vanhempi kuin ”ikäntynyt”.</p>	<p>Tarvitsee apua ja apuvälineitä arjessaan. Joutunut sopeutumaan ikääntymisen tuomiin muutoksiin. Paljon elämäkokemusta. Harrastukset osa arkea. Sosiaaliset suhteet tärkeitä. Vanhempi kuin ”ikäntynyt” tai ”ikäihminen”.</p>	<p>Runsas avuntarve arjessa. Itsenäinen selviytyminen haastavaa. Käyttää paljon palveluita. Sairaudet hallitsevat arkea. Joutuu sopeutumaan uuteen vapaa-ajan viettotapaan. Arvostaa elämän pieniä iloja. Luopuu harrastuksistaan. Uusien asioiden opettelu haasteellista. Leski, tai kumppani huonokuntoinen. Sosiaaliset suhteet koostuvat sukulaislapsista. Huomattavasti heikentynyt fyysinen toimintakyky rajoittaa päivittäistä selviytymistä. Elää elämänsä viimeisiä vuosia.</p>
<p>Z-sukupolvi (1991—)</p>	<p>Itsenäinen toiminnallinen arki. Ei kiinnostusta ajankohtaisiin asioihin. Mahdollisesti työelämässä. Sosiaaliset suhteet saman ikäisten kanssa, vertaistuki. Ylittänyt keski-ään.</p>	<p>Satunnainen avuntarve ja eläköitymisen myötä uudelleenmuotoutunut arki. Ei ole kiinnostunut ajankohtaisista asioista. Kokenut elämänsä mielekkääksi, kaipaa menneisyyttä. Toiminnallinen arki. Sosiaaliset suhteet saman ikäisten kanssa (vertaistuki). Vanhempi kuin ”ikäntynyt”.</p>	<p>Ei tarvitse apua arjessaan. Monipuolinen ja toiminnallinen arki. Asuu kaupungissa. Positiivinen elämänsänsä. Haluaa oppia käyttämään uutta teknologiaa. Fyysinen toimintakyky hyvä. Ylittänyt eläkeiän.</p>	<p>Tarvitsee arjessa apua ja apuvälineitä. Asuu hoitolaitoksessa, palvelutalossa tai tuetusti kotona. Lamaantunut arki. Arjessa ei sisältöä, sairaudet ja väsymys haittaavat arkea. Elämänsänsä sulkeutunut, ei koe ajankohtaisten asioiden vaikuttavan elämäänsä. Ei sosiaalisia suhteita, elämä yksinäistä. Viimeinen ikääntymistä kuvaava termi.</p>

OPINNÄYTETYÖPROSESSI

SYYSKUU 2015

Idea opinnäytetyön aiheesta

LOKAKUU — JOULUKUU 2015

SiunSote-opinnäytetyöpajaan osallistuminen
Ideapaperin palautus
Tutkimuskirjallisuuteen tutustuminen

TAMMIKUU — MAALISKUU 2016

Suunnitelman tekeminen ja palautus
Viitekehykseen perehtyminen
Toimeksiantajan etsiminen

HUHTIKUU 2016

Opinnäytetyön tarkoituksen, tavoitteen ja tutkimuskysymyksen muotoilu
Suunnitelman hyväksyminen
Toimeksiantosopimusten kirjoittaminen toimeksiantajan kanssa

TOUKOKUU 2016

Opinnäytetyön etenemisestä sopiminen toimeksiantajan kanssa
Saatekirjeen, kysymyslomakkeen, suostumuslomakkeen, mainoksen ja
Webropol-kyselytyökalun suunnittelu ja toteutus
Tutkimuksen kohderyhmän päättäminen yhdessä toimeksiantajan kanssa
Aineistonkeruutilaisuuksien suunnittelu ja markkinointi

KESÄKUU 2016

Aineistonkeruutilaisuuksien järjestäminen
Puuttuvien vastaajien etsiminen

HEINÄKUU 2016

Puuttuvien vastausten kerääminen
Aineiston analysointi
Tulosten kirjoittaminen
Viitekehyksen tarkentaminen
Puuttuvan teorian etsiminen
Raportin työstäminen

ELOKUU 2016

Viitekehyksen ja aikaisempien tutkimusten täydentäminen raporttiin
Raportin menetelmäosuuden työstäminen
Tulosten tulkinta
Raportin rakenteen työstäminen

SYYSKUU — LOKAKUU 2016

Opinnäytetyön viimeistely ja palautus tarkistukseen
Opinnäytetyön valmistuminen

MARRASKUU 2016

Opinnäytetyön esittäminen seminaarissa