



TAMPEREEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

# **MICHIGANILAISTEN AJATUKSIA VANHUU- DESTA**

Photo voice -menetelmällä tehty pilottitutkimus

Sini Rantamäki

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2017  
Sosiaalialan koulutusohjelma



## TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma

RANTAMÄKI, SINI:

Michiganilaisten ajatuksia omasta vanhuudesta  
Photo voice –menetelmällä tehty pilottitutkimus

Opinnäytetyö 45 sivua, joista liitteitä 7 sivua  
Toukokuu 2017

---

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, mitä 65-vuotiaat ajattelevat elämästään 84-vuotiaina. Tavoite oli löytää erilaisia toiveita, pelkoja ja huolia, joita ikääntymiseen liittyy, ja toisaalta erilaisia ratkaisuja huoliin sekä keinoja toiveiden toteuttamiseen. Opinnäytetyö toimii myös pilottitutkimuksena Koivulan ja Woodwardin vertailevaan tutkimukseen ikääntyneiden palveluista USAssa ja Suomessa. Tutkimuksen aineisto kerättiin Yhdysvalloissa Michiganin osavaltiossa, East-Lansingin kaupungissa.

Opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen muodostaa vanhuuskäsityksen, Yhdysvalloissa ikääntymiseen liittyvien palveluiden sekä tulevaisuustutkimukseen liittyvä teoria. Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, jonka tutkimusaineisto kerättiin photo voice -menetelmää hyödyntäen.

Tutkimukseen osallistui kuusi vapaaehtoista, jotka tapasivat ryhmänä neljä kertaa. Kahdella tapaamiskerralla osallistujille annettiin kysymys, johon he vastasivat kuvalla ja narratiivilla. Tapaamisissa jokainen esitteli kuvansa ja ryhmä äänesti kolme kuvaa, joista keskusteltiin enemmän. Keskustelujen tiivistelmät ja kaikki kuvat löytyvät osoitteesta: <http://wheniam84project.weebly.com>

Osallistujien keskusteluista nousi esiin kaksi pääteemaa: ikääntymisen suunnittelu ja siihen valmistautuminen tarkoittaen esimerkiksi asumisen suunnittelua. Toisena pääteemana on Possible Selves –mahdolliset minät, joka tarkoittaa ihmisen ajatuksia, toiveita ja pelkoja tulevasta minästään. Pääteemojen alta löytyy erilaisia keskusteluissa esiin nousseita toiveita, pelkoja ja huolia vanhenemiseen liittyen, kuten terveenä pysymisen toive tai oman vanhenemisen hyväksyminen.

Pilottitutkimuksessa kävi ilmi, että tutkimuksen voisi tehdä suuremmalla otannalla ja useammalla tapaamiskerralla. Myös osallistujat olivat sitä mieltä, että tapaamisia olisi hyvä olla enemmän, jotta heillä olisi enemmän aikaa orientoitua. Menetelmä antaa mahdollisuuden pohtia omaa tulevaisuutta yhdessä vertaisten kanssa. Esimerkiksi ryhmään tutustuminen ja photo voice -menetelmän ymmärtäminen vie aikaa.

---

Asiasanat: ikääntyminen, photo-voice, tulevaisuustutkimus

## **ABSTRACT**

Tampereen ammattikorkeakoulu  
Tampere University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services

RANTAMÄKI, SINI:  
Michiganian's thoughts about Old Age  
Pilot Research by the Photovoice – Method

Bachelor's thesis 45 pages, appendices 7 pages  
May 2017

---

The aim of the project was to learn what kind of wishes and concerns about life people aged 64 have about life in their 80s. The aim was also to find different hopes and concerns about aging and to find solutions to these concerns and ways to make hopes come true. This thesis is a pilot research for Koivula's and Woodward's comparative research about services for aging people in USA and Finland. The material was collected in the United States of America in Michigan State in the city of East-Lansing.

Theoretical frameworks in the thesis include different ways to define aging, aging in the United States and theory of future research. This thesis is a qualitative research and the material was collected by using a method called photovoice.

Participants of this study consisted of six volunteers who participated in a photovoice project and they met four times. During meetings one and two the participants were given a question in which they answered by using photos and narratives. In meetings two and three participants shared the photos and stories and the group voted for three photos which they discussed more. Summaries of the discussion and all photos can be found from: <http://wheniam84project.weebly.com>

There were two major themes which came up in the discussions: preparing and planning for aging and possible selves, which means the hopes and fears about one's future self. In addition to major themes, there were different topics, such as wish to stay healthy and a willingness to accept aging.

It was discovered in the pilot research that there could be broader sampling and more meetings. Participants thought that it would be good to have more meetings so that they would have more time to orientate themselves. The method gives an opportunity to think about the future and share the project with others. More time for orientation could make it easier for the group to get to know each other and photovoice better before starting. These findings could be taken into account in "When I am 84" research.

---

Key words: aging, photo-voice, future research

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	6
2.1	Vanhuuskäsitys .....	6
2.2	Ikäihmisen palvelut Yhdysvalloissa .....	9
2.2.1	The Older Americans Act .....	10
2.2.2	Medicare ja Medicaid.....	11
2.3	Tulevaisuustutkimus .....	12
2.4	Ikääntyminen ja tulevaisuus.....	14
3	TUTKIMUSMENETELMÄT .....	17
3.1	Luovat menetelmät .....	17
3.2	Photo voice -menetelmä.....	18
4	TUTKIMUSPROSESSI .....	20
4.1	Pilottitutkimus.....	20
4.2	Photo voice-projekti.....	20
4.2.1	Ensimmäinen tapaaminen .....	22
4.2.2	Toinen ja kolmas tapaaminen.....	22
4.2.3	Neljäs tapaaminen ja näyttely .....	24
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	26
5.1	Ikääntymisen suunnittelu ja siihen valmistautuminen .....	26
5.2	Possible selves – mahdolliset minät.....	27
5.3	Tulosten yhteenveto .....	29
6	POHDINTA.....	32
6.1	Johtopäätökset.....	32
6.2	Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus .....	33
6.3	Kehittämisideoita ja pilottitutkimuksen arviointia .....	34
	LÄHTEET.....	36
	LIITTEET .....	39
	Liite 1. Flyer .....	39
	Liite 2. Ohjelmat tapaamisiin .....	40
	Liite 3. Lupa kuviin ja nauhoitukseen .....	41
	Liite 4. Lupa kuvattavalta.....	42
	Liite 5 Reflektio- lomake .....	43
	Liite 6 Internetsivu .....	45

## 1 JOHDANTO

Ikäihmisten määrä kasvaa Yhdysvalloissa ja yhtenä tekijänä voidaan pitää suurten ikäluokkien ikääntymistä. Suuriin ikäluokkiin (baby boom generation) kuuluvat ovat syntyneet vuosina 1946–1964, mikä tarkoittaa, että ensimmäiset ovat täyttäneet 65 vuonna 2011. (Niles-Yokum & Wagner 2011, 3.) On arvioitu, että vuonna 2060 65-vuotiaiden ja sitä vanhempien määrä Yhdysvalloissa on yli 98 miljoonaa eli melkein kaksinkertainen määrä vuoden 2015 46 miljoonaan verrattuna. Vuoteen 2050 mennessä suurten ikäluokkien edustajat ovat yli 85-vuotiaita. (Mather, Jacobsen & Pollard, 2015.) Suurten ikäluokkien siirtyminen ikäihmisten joukkoon on siis ajankohtainen ilmiö, ja se toimii yhtenä lähtökohtana myös opinnäytetyössä. Opinnäytetyöhön osallistui noin 65-vuotiaita eli osallistujat kuuluivat suuriin ikäluokkiin.

Yhteiskuntarakenteen muutoksen lisäksi vanhuuskäsitykset ja tulevaisuustutkimus ovat tärkeä osa opinnäytetyön teoreettista viitekehystä. Opinnäytetyössä keskitytään lähinnä Yhdysvaltoihin, koska tutkimuksen aineisto on kerätty siellä. Yhdysvaltoja verrataan Suomeen esimerkiksi ikäihmisten palveluihin liittyen.

Opinnäytetyö sai alkunsa tarpeesta tehdä pilottitutkimus siitä, millaisena noin 65-vuotiaat näkevät elämänsä 84-vuotiaina. Opinnäytetyön aineiston kerääminen tehtiin Yhdysvalloissa lokakuusta 2016 lähtien tammikuuhun 2017 asti, jolloin olin Michiganin osavaltiossa East-Lansingissa vaihto-opiskelijana. Opinnäytetyö tehtiin photo voice -menetelmää hyödyntäen, ja siihen osallistui kuusi vapaaehtoista. Tutkimus piti sisällään neljä ryhmätapaamista, joista kahteen oli kysymys, johon osallistujat vastasivat kuvien ja narratiivien muodossa. Sekä kuvat että narratiivit esiteltiin ryhmätapaamisessa ja kummallakin kerralla äänestettiin kolme kuvaa, joista keskusteltiin enemmän. Kaikki kuvat ja osa tarinoista on nähtävillä internetsivulla, joka toimii projektin näyttelynä.

## 2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

### 2.1 Vanhuuskäsitys

Opinnäytetyön tarkoitus oli selvittää, millaisia ajatuksia osallistujilla on 84-vuotiaan elämästä, toisin sanoen työssä myös kartoitettiin osallistujien vanhuuskäsitystä ja siksi termiä onkin mielekästä tutkia tarkemmin. Vanhuuskäsitys koostuu erilaisista tavoista määritellä vanhuutta sekä erilaisista mielikuvista ja odotuksista, joita vanhuus herättää. Vanhenemisen määrittely on kuitenkin vaikeaa, sillä vallalla on erilaisia näkemyksiä, kuten biologinen tai psykologinen tapa selittää ikää ja vanhenemistä. Usein vanhenemistä tarkastellaan kronologisen iän ja vanhuuskäsityksen kautta, jossa lähtökohta on siis yksilön ikä. (Timonen 2008, 7–8.) Vanhenemisemme alkaa syntymästä, ja eletty elämä eri vaiheineen on osa vanhuutta ja ikäihmisen identiteettiä. Jos vanhuus määritellään alkamaan tietyssä iässä, syntyy mielikuva, että ikäihmiseksi muututaan yhdessä yössä. Samalla kieläytytään näkemästä vanhuutta osana elämän jatkumoa. (Stuart-Hamilton 2011, 2–3.)

Stuart-Hamiltonin (2011, 2) mukaan eri gerontologit näkevät vanhuuden alkavan eri aikaan, mutta eräänlaisena kompromissina voidaan pitää 60:tä ikävuotta. Ortmanin, Velkoffin ja Hoganin tekemässä raportissa (2014, 1–16) puolestaan 65-vuotiaat ja sitä vanhemmat kuuluvat ikääntyneeseen väestöön ja 85-vuotiaat ja sitä vanhemmat kaikkein vanhimpaan. Myös Suomessa ikääntyneeseen väestöön kuuluu Vanhuspalvelulain mukaan 65-vuotiaat ja sitä vanhemmat (Vanhuspalvelulaki 2012; Kansaneläkelaitos 2013). Näiden lähteiden valossa opinnäytetyöhön osallistuneet ovat joko osittain tai kokonaan ikääntyneeseen väestöön kuuluvia, ja tutkimuksessa selvitettiin, millaista elämä on kaikkein vanhimpaan väestöön liittymisen kynnyksellä.

Elinajanodote on kronologiseen vanhuskäsitykseen liittyvä mittari, sillä se ennustaa elinikää ja luo pohjan sille, mitä ikää pidetään vanhana. Barnettin ja Riversin (2016, 1) mukaan 2000-luku on lisännyt eliniänodotetta lähes 20 vuodella, sillä 1900-luvulla syntyneen viisivuotiaan eliniänodote oli 55 vuotta, kun taas 2006 vastaava luku oli 73,3. Esimerkiksi pandemioiden, ilmaston lämpenemisen tai antibioottien pettämisenkin uhalla rikkaiden maiden eliniänodote on kasvanut vakaasti 2,5 vuotta per vuosikymmen ja kasvun odotetaan jatkuvan.

Edellä vanhenemista on siis määritelty kronologisen iän kautta, muita näkökulmia vanhenemisen määrittelyyn tarjoaa myös biologinen ikä, psykologinen ikä ja sosiokulttuurinen ikä. Biologisella iällä tarkoitetaan kehon ja sen eri osien toimintaa, esimerkkinä hengityselimistön toiminta. Ihmiset vanhenevat eri tahdissa, jota määrittää ulkoiset ja sisäiset tekijät. (Timonen 2008, 8.) Biologinen ikä on mahdollista selvittää kehonkoostumusmittauksella, joka kertoo kuinka hyvin ja terveellisesti henkilö vanhenee ja arvioi tämän kyvyn tehdä fyysisiä asioita. Kehon ikä saattaa olla eri kuin kronologinen ikä. Mikäli esimerkiksi kehon ikä on kronologista ikää vanhempi, asiaan voi vaikuttaa suunnittelemalla, kuinka nuorentaa kehoa. (Says 2014.) Myös Timosen (2008, 8) mukaan ihminen, jolla on mahdollisuus pitää kehostaan huolta esimerkiksi hyvällä ravinnolla ja liikunnalla, on todennäköisemmin pitkäikäisempi kuin ihminen, jolla tällaista mahdollisuutta ei ole ollut.

Biologiseen ikään ja ikäkäsitykseen vaikuttavat siis erilaiset kehossa tapahtuvat muutokset. Esimerkiksi 40-vuotiaat, jotka tarvitsevat lukulaseja joutuvat kohtaamaan ikääntymisen tuomat fyysiset ja toiminnalliset muutokset. (Dyer & Ostwald 2011, 87.) Kuten Timonen (2008, 8) ja Says (2014), myös Dyer ja Ostwald (2011, 88) ovat sitä mieltä, että kehon vanhenemiseen voi vaikuttaa esimerkiksi elämäntavalla ja ympäristöllä, mutta Dyerin ja Oswaldin (2011, 88) mukaan 75-vuotiaana jokaisesta tulee sanan varsinaisessa merkityksessä vanha.

Psykologinen ikä puolestaan viittaa muistiin, älykkyyteen, tunteisiin ja motivaatioon; ihminen, joka ei usko olevansa sopiva tai pystyvä aktiviteetteihin vaikuttaa usein paljon vanhemmalta kuin ihminen, joka on sekä kronologisesti että biologisesti saman ikäinen mutta joka ei usko iän olevan haitta. (Timonen 2008, 8.) Stuart-Hamiltonin (12, 2011) mukaan hyvän vanhuuden avaintekijä on nähdä vanhenemisessä ja ehtoopuolen elämässä (later life) positiivisia asioita. Mikäli vanheneminen nähdään negatiivisena ja ikävänä, on riskinä jäädä loukkuun näihin ikäviin ajatuksiin. Jos verrataan Timosen ja Stuart-Hamiltonin näkemyksiä, ne ovat melko samanlaisia ja niiden mukaan ihmisen psykologinen ikä on todennäköisesti kronologista ja biologista ikää vanhempi, jos hän ei hyväksy omaa ikääntymistään.

Sosiokulttuurinen ikä tarkoittaa yhteiskunnan asettamia odotuksia ikäihmisille. Ihmisten omista kehoon, ikään ja mahdollisuuksiin liittyvistä ajatuksista huolimatta yhteiskunta voi asettaa erilaisia rajoituksia sille, kuinka yksilö pääsee toteuttamaan ajatuksiaan. Yhteiskunnissa yleensä on jokin käsitys ikään sopivista asioista ja rooleista, kuten bingon

pelaaminen ja isovanhempana oleminen. Toisaalta nämä yhteiskunnan erilaiset odotukset ja asenteet vaikuttavat myös yksilöön ja hänen näkemyksiinsä iästä. (Timonen 2008, 2.)

Yhteiskunta luo siis erilaisia normeja ja odotuksia, joihin ikäihmisten tulisi pystyä vastaamaan. Monissa yhteiskunnissa ikäihmisten odotetaan luopuvan myös valtavirran aktiviteeteista, mikä asettaa vaikeaan asemaan ne ikäihmiset, jotka haluavat toimia normeja vastaan. (Timonen 2008, 153.) Koska sosiokulttuurinen ikäkäsitys on vahvasti sidoksissa yhteiskuntaan, se myös muuttuu yhteiskunnan muuttuessa. Holsteinen, Parks ja Waymackin mukaan (2011, 5) mukaan nykyään esimerkiksi arvostetaan ikäihmisten itsemääräämisoikeutta, sillä tiedot ovat luottamuksellisia, ikäihmisille kerrotaan totuus heidän asioistaan ja heitä pidetään tärkeinä päätöksentekijöinä suhteessa omaan elämäänsä. Itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen on tärkeä lähtökohta ikäkäsityksessä Yhdysvalloissa ja yksilöllä nähdään olevan oikeus päättää, kuinka elämänsä elää. Itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan paljon myös terveydenhuollossa. Koska vanhetessa tulemme haavoittuvaisemmiksi ja jopa toisista riippuvaisemmiksi, itsemääräämisoikeuden tärkeys korostuu. (2011, 11–12.) Kuten Timonen (2008, 153) kirjoitti, ikäihmiset, jotka eivät halua toimia yhteiskunnan normien mukaan, saattavat joutua vaikeaan asemaan. Kuitenkin ikäihmisten itsemääräämisoikeutta halutaan kunnioittaa (Holstein ym. 2011, 23), joten heillä on vapaus olla välittämättä muiden mielipiteistä.

Tapasin erään sosiaalialan työntekijän ollessani Yhdysvalloissa, ja hän kertoi asiakkaasta, jolla ei ollut enää edellytyksiä itsenäiseen asumiseen mutta joka ehdottomasti kieltäytyi muuttamasta kotoaan. Itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen asetti työntekijän ikävään asemaan, sillä asiakas olisi tarvinnut enemmän tukea, mutta enempää palveluita ei pystytty kotiin toimittamaan. Asia ei kuitenkaan ollut vain asiakkaan ja työntekijän välinen, sillä yhteisö puuttui siihen. Työntekijään otettiin yhteyttä ja häntä paheksuttiin siitä, että asiakasta ei toimitettu asumaan muualle. Lopputulema oli, että asiakkaan itsemääräämisoikeutta kunnioitettiin, minkä vuoksi yhteisön oli totuttava ajatukseen, että asiakas sai asua kotona kuolemaansa saakka. Tämä on mielestäni hyvä esimerkki siitä, kuinka yhteisön ja yksilön vanhuuskäsitykset eivät aina kohtaa, ja kuten Holstein ym. (2011, 23) mainitsi, yksilöllä on vapaus olla välittämättä yhteisöstä.

Myös Suomessa itsemääräämisoikeus on tärkeä termi ja osa ikäkäsitystä. Termin tärkeys tulee esiin esimerkiksi lainsäädännössä ja laatuvaatimuksissa. Sosiaalihuollossa on ensi-



sijaisesti otettava huomioon asiakkaan toivomukset ja mielipide sekä kunnioitettava itsemääräämisoikeutta. Asiakkaalla on oikeus osallistua ja vaikuttaa palveluidensa suunnitteluun ja toteuttamiseen sama koskee myös muita asiakkaan sosiaalihoitoon toimenpiteitä. Asiakasta koskeva asia on käsiteltävä ja ratkaistava ensisijaisesti asiakkaan edun mukaisesti. Myös asiakkaan kuulemisesta ennen päätöksentekoa on säädetty Hallintolaissa (30.12.2003/1361). Asiakkaan tahdosta riippumattomasta hoidosta säädetään erikseen. (Sosiaalihoitolaki 2000.)

Ikäihmisten itsemääräämisoikeus ei ole ainoa vanhuuskäsitystä kuvastava arvo, joka nykyään on esillä yhteiskunnassa. Muita tärkeitä arvoja ovat esimerkiksi ihmisarvo, oikeudenmukaisuus, integriteetti eli ihmiselämän koskemattomuus ja ikäihmisen elämän kunnioittaminen. Vanhuuskäsitykseen kuuluu siis olennaisesti sen määrittelemisen, mitä oikeuksia ikäihmisillä koetaan olevan. Ihmisarvon koetaan olevan tärkein arvo, sillä jokainen ihminen on tärkeä esimerkiksi uskonnollisista tai ikään liittyvistä tekijöistä huolimatta. Myös oikeudenmukaisuus on tärkeä osa yhteiskuntamme arvopohjaa, ja sen tehtävä on turvata ihmisoikeuksien ohella myös se, että jokaista ihmistä kohdellaan oikeudenmukaisesti. (Eloranta & Punkanen 2008, 34–35.) Vanhuuskäsitystä voidaan yllä esitettyjen tietojen valossa pitää muuttuvana käsitteenä, jota määrittävät muun muassa vallalla olevat arvot, tiede sekä sosiokulttuuriset ja yhteiskunnalliset tekijät.

## **2.2 Ikäihmisen palvelut Yhdysvalloissa**

Hyvinvointipalveluilla Yhdysvalloissa viitataan usein liittovaltion rahoittamiin ohjelmiin, kuten työttömien avustamiseen tai Medicaid-vakuutuksen tarjoamiseen. Vaikka liittovaltion rahoittamat palvelut alkoivat 1930-luvun aikaan, on erilaisia palveluita ollut olemassa jo kauemmin, esimerkiksi vuonna 1920 Civil Service Retirement Act:n säädös, joka loi eläköitymissysteemin useimmille valtionjohdon työntekijöille. (Welfare Info 2017; The Aging Network 2011, xvii). Vuodesta 1996 lähtien palvelut ovat olleet osavaltioiden hallinnoimia ja siksi erilaisia osavaltiosta riippuen, mutta niitä valvovat erilaiset hallituksen virastot kuten Yhdysvaltain terveys- ja sosiaaliministeriö (the Department of Health and Human Services (HHS)). (Welfare Info 2017.)

Vuonna 1965 kongressi hyväksyi kolme lakia, joiden avulla linjautui valtion tapa lähestyä ikäihmisiä: Medicare, Medicaid ja Ikäihmisten liike (the Older Americans Act eli OAA). Medicare:n tarkoitus on varmistaa, että ikäihmiset saavat tarvittavan terveydenhuollon,

minkä lisäksi myös Medicaid tarjoaa sairaskuutuksia, alun perin vähävaraisille suunnatusti. OAA on suuressa vastuussa ikäihmisten palveluiden kehittämisessä ja nykyään myös ikäihmisten yhteisöihin perustuvissa asumispalveluissa. (Niles-Yokum & Wagner 2011, 11.)

On yleistä, että ikäihmiset ovat hyvin itsenäisiä Yhdysvalloissa eivätkä siis tarvitse palveluita. Mikäli apua tarvitaan, käännetään useimmiten perheen tai ystävien puoleen. Ohjaus- ja neuvontapalvelut toimivat linkkinä palveluista tiedottamisessa asiakkaille. (Niles-Yokum & Wagner 2011, 29.) Esimerkiksi eri vakuutuksien valinta on tärkeä asia, sillä vakuutusehdot ovat erilaisia ja niiden valintaan on olemassa erilaisia neuvonta ja ohjauspalveluita.

Yhdysvaltojen voidaan sanoa edustavan angloamerikkalaista hyvinvointivaltiomallia, kun taas Suomi edustaa pohjoismaista hyvinvointivaltiomallia. Pohjoismaiselle mallille on tyypillistä korkea verotus, jolla mahdollistetaan laaja julkistalous esimerkiksi terveydenhuolto ja koulutus. Angloamerikkalaisen mallin mukaan puolestaan verotus ei ole niin korkea, mutta yksilöllä on suurempi vastuu omasta hyvinvoinnistaan ja esimerkiksi terveydenhuolto on pitkälti vakuutuksen piiriin kuuluva palvelu. (Vartiainen 2014, 2.)

Hyvinvointivaltiomallin erot tarkoittavat siis eroja myös ikäihmisten palveluissa sekä palvelujärjestelmässä. Kuitenkin sekä Yhdysvalloissa että Suomessa ikäihmisten palveluista on säädetty laissa, ja lain toteutumista valvotaan molemmissa maissa valtion toimesta. Suomessa ikäihmisten sosiaali- ja terveystalouden palveluiden järjestäminen on kunnan vastuulla ja aluehallintavirastot valvovat kuntien toimintaa. Aluehallintavirastoja puolestaan ohjaa valtakunnallinen ohjaus ja valvontaviranomainen, Valvira. Valviran tarkoitus on pitää huoli siitä että palvelut ovat koko maassa yhdenmukaisia. (Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä ja vastuut 2017.)

### **2.2.1 The Older Americans Act**

Ikäihmisten liikkeen tarkoitus on tukea ikäihmisten itsenäisyyttä ja yhteisöön kuulumista erilaisten palveluiden avulla, ikäihmisiä kunnioittavalla tavalla. Tästä syystä palveluja tuotetaan sekä kotiin että yhteisöihin. Palveluja ovat muun muassa meals-on-wheels -palvelu ja muut ravinnon saantiin liittyvät palvelut, kotiin tuotetut, lakiin tai liikkumiseen

liittyvät palvelut sekä ikäihmisiin kohdistuvan väkivallan ehkäisemiseen kohdennetut palvelut. Näiden palveluiden lisäksi OAA:n palvelut auttavat ikäihmisiä välttämään sairaalahoitoon tai vanhainkotiin joutumisen ja tällä tavoin myös säästämään osavaltioiden ja liittovaltion varoja. (National Committee to Preserve Social Security & Medicare 2016.)

OAA saa rahoitusta osavaltioiden virastoilta ja erilaisilta organisaatioilta, ja myös lahjoituksilla tuetaan OAA:ta. Vaikka palvelut on suunnattu yleensä 60-vuotiaille ja sitä vanhemmille, myös muut heikossa sosiaalisessa tai taloudellisessa tilanteessa olevat saavat tukea. Yleensä palveluiden saamiseksi ei vaadita rahallista omavastuuta, mutta tiukan taloustilanteen takia OAA:n palveluita on vaikeampi saada tai niihin voi joutua jonottamaan. (National Committee to Preserve Social Security & Medicare 2016.)

Suomessa OAA:n kaltaisia tehtäviä hoitavat kunnat ja Kansaneläkelaitos, ja palveluiden järjestämisen vastuu on kunnalla. Palveluita ovat esimerkiksi terveystyöpalvelut, kotipalvelu ja omaishoidon tuki. Myös Suomessa on tarjolla tukea omaisille, ja esimerkiksi omaishoidon tuki sekä vapaapäivät omaisen hoidosta on mahdollista saada kunnalta. (Palvelut ja etuudet iäkkäille 2017.) Kansaneläkelaitos puolestaan vastaa esimerkiksi asumisen tuista ja kansaneläkkeestä.

### **2.2.2 Medicare ja Medicaid**

Medicare ja Medicaid ovat Yhdysvalloissa käytettyjä sairastakuutuksia. Medicare on liittovaltion sairastakuutus 65-vuotiaille ja vanhemmille sekä nuoremmille, joilla on esimerkiksi kehitysvamma. Medicare korttia voi hakea esimerkiksi internetissä ja sieltä voi myös selvittää, onko oikeutettu Medicare:en. Medicare-ohjelmia on erilaisia, ja siihen, minkälaiseen ohjelmaan on oikeutettu, on erilaisia vaatimuksia, kuten esimerkiksi se, onko jo sosiaalihuollon asiakas. (Medicare 2017.) Medicare kattaa tietynlaisia palveluita, jotka on jaettu sairaalavakuutukseen, lääkevakuutukseen, etuohjelmaan ja reseptilääkkeet kattavaan vakuutukseen. Medicare A (sairaalavakuutus) kattaa potilaan sairaalassa olon, hoidon ja joitakin kotona toteutettavia terveydenhoitokustannuksia. Medicare B (lääkevakuutus) kattaa joitakin lääkärikäyntejä, hoitoa kotiin sekä lääkekuluja ja ennaltaehkäiseviä palveluita. Medicaid C (etuohjelma) puolestaan on yleensä yksityisen yhtiön tarjoama vakuutus, jonka sopimus kattaa sekä A että B Medicare:n ja muita mahdollisia

terveyteen liittyviä kustannuksia. Medicare D (reseptilääkkeitä varten) puolestaan kuuluu yleensä johonkin yllä mainituista lisänä. (Medicare Gov 2017.)

Medicaid on sekä liittovaltion että osavaltioiden sairausvakuutus, joka auttaa terveystalvelujen tuottamisissa kustannuksissa henkilöitä, joilla on rajallinen toimeentulo. Medicaid myös kattaa sellaisia palveluita, joita Medicare ei kata, kuten vanhainkotipalveluita. Koska Medicaid on myös osavaltioiden rahoittama vakuutus, se on erilainen eri osavaltioissa. Joustavuutta kuitenkin löytyy, jos henkilö ei ole oikeutettu korvauksiin omassa osavaltiossaan, hän voi tilapäisesti saada apua toisen osavaltion ohjelmasta, jos hänen katsotaan sitä tarpeeksi tarvitsevan. (Medicare Gov 2017.)

On myös mahdollista olla oikeutettu sekä Medicare:en että Medicaid:in. Jos henkilöllä on oikeus molempiin, hänen terveydenhoitokuluistaan suurin osa on luultavasti katettu vakuutuksilla. (Medicare Gov 2017.)

Suomessa kunnat, valtion tukemina, kattavat suuren osan yksilöiden terveydenhuollon kuluista (Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä ja vastuut 2017) ja esimerkiksi lääkemenkuluista tulee Kansaneläkelaitokselta (2017) korvausta 50 euron omavastuun tultua täyteen. Mikäli esimerkiksi ikäihmisen eläke on niin pieni, että hän on oikeutettu toimeentulotukeen, voi olla mahdollista, että Kela antaa täydentävän toimeentulotuen ohella maksusitoumuksen myös lääkkeisiin, jolloin omavastuuta ei ole. (Lääkekorvaukset 2017.)

### **2.3 Tulevaisuustutkimus**

Opinnäytetyössä selvitettiin osallistujien ajatuksia tulevaisuudesta photo voice -menetelmän avulla, ja näin ollen tulevaisuuden tutkiminen on yksi työn oleellinen teoreettinen lähtökohta. Tulevaisuuden tutkimus on poikkitieteellinen tieteenala, joka kuvaa, selittää ja ymmärtää yhteiskunnallisia ilmiöitä ja niihin liittyviä muutos- ja kehitysprosesseja. Tulevaisuuden tutkimisessa kyse on yhteiskunnan kehittymisen tulevaisuuden tarkastelusta ja vaihtoehtoisten tulevaisuuksien toteutumisen todennäköisyyden ja toivottavuuden arvioinnista erilaisia menetelmiä hyödyntäen. (Topi -tulevaisuuden tutkimuksen oppimateriaali 2017.) Opinnäytetyössä tehty tulevaisuuden tutkiminen perustuu osallistujien nä-

kemyksiin omasta tulevaisuudestaan. Vaikka opinnäytetyössä tutkitaan osallistujien tulevaisuusodotuksia, siitä ei voida vetää yhteiskunnalliselle tasolle ulottuvia johtopäätöksiä, sillä näyte oli pieni.

Tulevaisuustutkimuksella, kuten muillakin tieteenaloilla, on erilaisia lähestymistapoja, mutta tässä työssä tarkastellaan lähemmin vain muutamaa opinnäytetyön kannalta oleellista teoriaa. Anita Rubin esittelee Topi Tulevaisuuden tutkimuksen oppimateriaalisivulla erilaisia tulevaisuuden tutkimisen lähtökohtia, joista opinnäytetyössä tarkastellaan lähemmin analyyttistä lähtökohtaa ja skenaarioparadigmaa (Lähestymistavat 2017).

Analyysisessä tulevaisuustutkimuksessa selvitetään mahdollisia, todennäköisiä, toivottavia ja pelottavia vaihtoehtoisia tulevaisuuksia. Tutkimuksessa tavoitteena on löytää työkaluja näiden vaihtoehtoisten tulevaisuuksien muokkaamiseksi ja oman toiminnan ohjaamiseksi. (Lähestymistavat 2017). Tämä tulevaisuuden tutkimisen lähtökohta on kiinnostava opinnäytetyön kannalta, sillä työssä nimenomaan kartoitettiin osallistujien vaihtoehtoisia tulevaisuuksia. Tavoitteena oli löytää erilaisia toiveita ja pelkoja tulevaisuudesta ja samalla löytää erilaisia keinoja vaikuttaa omaan vanhuuteen. Osallistujilla oli erilaisia toiveita ja pelkoja vanhenemiseen liittyen, ja he myös löysivät keinoja tulevaisuuteen vaikuttamiseksi, kuten esimerkiksi halu pysyä terveenä ja nyt tehtävien ruoka- ja liikuntatottumuksien vaikutus tulevaan terveydentilaan.

Opinnäytetyö on toteutettu hyödyntäen analyyttistä tulevaisuuden tutkimista, mutta toisena lähtökohtana voidaan pitää skenaarioparadigmaa ja sen sovellutuksia. Rubinin (Lähestymistavat 2017) mukaan Mannermaa pitää skenaarioparadigman lähtökohtana sitä, että tulevaisuudesta ei voida saada varmaa tietoa. Tulevaisuus hahmotetaan erilaisien vaihtoehtojen mukaan, mitä voidaan tarkastella erilaisten skenaariomenetelmien mukaan. Skenaariomenetelmistä eniten opinnäytetyötä koskettava on osallistavat skenaariomenetelmät. Rubin (Skenaariomenetelmä työkaluna 2017.) kertoo tulevaisuusverstaasta, joka on osallistavan skenaariomenetelmän esimerkki. Rubinin mukaan Jungk ja Müllert kehittivät tulevaisuusverstaat 1987. Tulevaisuusvertastyöskentelyssä on paljon samaa kuin opinnäytetyössä käytetyssä photo voice -projektissa, ja täten projektin voidaan nähdä hyödyntävän osallistavaa skenaariomenetelmää. Lisäksi skenaarioparadigmalle ominaiseen tapaan projekti lähti liikkeelle oletuksesta, että tulevaisuus on epävarmaa. Yhden osallistujan sanoin: ” Voi olla että tarvitsen sitä [rollaattoria] voi olla että en.”

Rubin (Tulevaisuusverstaas 2017) kertoo Jungkin ja Müllertin verstaaiden tarkoituksina olleen kansalaisten aktivoiminen päätöksentekoon ja löytämään omaa tulevaisuutta koskevat toiveet, pelot ja odotukset. Verstaasiin koottiin joukko samasta asiasta kiinnostuneita ihmisiä, jotka keskustelivat ja jakoivat mielipiteitä ongelmasta tai asiasta. Myös opinnäytetyön tapaamiset toteutuivat hyvin samalla tavalla ja samoin tavoittein, kuten photo voice -menetelmälle on ominaista. Photo voice -menetelmästä tarkemmin seuraavassa kappaleessa.

Tulevaisuustutkimuksen lähestymistavoista opinnäytetyössä käytetään siis analyyttistä lähestymistapaa, ja toisaalta siinä on yhteisiä piirteitä myös skenaarioparadigmasta. Vaikka opinnäytetyön näyte oli pieni ja tuloksia ei voida verrata yhteiskunnalliselle tai edes yhteisölliselle tasolle, siinä kuitenkin selvisi yksilöiden ajatuksia ikääntymisestä, ja projekti sai heidät mahdollisesti ohjaamaan ja suuntamaan toimintaansa niin, että tulevaisuudesta tulisi mahdollisimman hyvä. Jotkut ajatukset esiintyivät myös kaikilla osallistujilla, ja keskusteluun osallistui jokainen paikalla ollut. Näin ollen yksilöt pääsivät tarjoamaan vaihtoehtoisia tulevaisuuskäsityksiä toisilleen, ja mahdollisesti tämä auttoi löytämään uusia vaihtoehtoisia tulevaisuuksia. Toisaalta projekti synnytti myös kysymyksiä, joihin tapaamisissa ei löydetty vastauksia, tai vastaavasti muut osallistujat pystyivät tarjoamaan ratkaisuehdotuksia toisilleen.

## **2.4 Ikääntyminen ja tulevaisuus**

Opinnäytetyöhön osallistuneet kuuluvat suuriin ikäluokkiin, ja täten opinnäytetyössä painotetaan nimenomaan suurten ikäluokkien ikääntymistä ja sen tuomia yhteiskunnallisia ja tulevaisuuteen vaikuttavia asioita. Koska opinnäytetyön aineisto on kerätty USA:ssa, heidän yhteiskuntansa näkökulmaa korostetaan. Eliniänodotteen kasvaessa myös ikääntyneiden osuus väestöstä kasvaa. 65-vuotiaiden ja vanhempien osuus USA:n väestöstä on 15 % ja vastaavan luvun oletetaan nousevan lähes 24 % vuoteen 2060 mennessä (Jacobsen, Mather & Pollard 2, 2015).

Ikääntyneiden määrän kasvu luo ja on luonut yhteiskunnalle erilaisia haasteita ja mahdollisuuksia. Suuret ikäluokat ovat kouluttautuneet aiempia ikäluokkia enemmän ja olleet pidempään työelämässä. Koulutus ja työvuodet yleensä takaavat paremman toimeentulon, mutta toisaalta suuret ikäluokat ovat myös saaneet vähemmän lapsia ja eronneet

enemmän kuin aiemmat sukupolvet. Nämä tekijät saattavat tarkoittaa sitä, että heillä on huonompi taloudellinen tilanne ja vähemmän sosiaalista ja epävirallista tukea kuin aiemmillä sukupolvilla. (Jacobsen, Mather & Pollard 2, 2015.)

Suuret ikäluokat koettelevat sosiaalipalveluita, sillä ikääntyneiden määrän kasvaessa ja esimerkiksi epävirallisen tuen saamisen vähetessä palveluita tarvitaan enemmän. Ikäihmisten toimeentulo Yhdysvalloissa koostuu sosiaaliturvasta, etuuksista, eläkkeestä ja säästöistä sekä osa- tai kokoaikatyöstä. 1960-luvun alusta alkaen sosiaaliturva on tarjonnut noin 1/3 65-vuotiaiden ja vanhempien toimeentulosta ja eläkkeet puolestaan 1990-luvulta lähtien olleet noin 18 % ikäihmisten toimeentulosta. Toisin sanoen Yhdysvalloissa sosiaaliturva ja eläkkeet kattavat keskimäärin 51 % ikäihmisten toimeentulosta ja 49 % tulee jostain muualta. (Jacobsen, Mather & Pollard 8, 2015.)

Vaikka Yhdysvalloissa eläke ei kata koko ikäihmisten toimeentuloa, nykyinenkin eläkesysteemi tulee luultavasti aiheuttamaan ongelmia, kun suuret ikäluokat ikääntyvät ja elävät pidempään kuin aiemmat sukupolvet. Tulevaisuudessa olisikin tärkeää, että yksilöt säästäisivät enemmän vanhuutta varten etenkin, kun vanhuudessa voi tulla erilaisia yllättäviä kuluja, joihin eläke ei riitä. (Baily & Kirkegaard 2009, 449–450.)

Taloudellisen näkökulman lisäksi voidaan miettiä esimerkiksi tietoyhteiskuntaan liittyviä tulevaisuuden skenaarioita sekä yhteisöllistä näkökulmaa. Tulevaisuudessa siis tarvitaan enemmän palveluja ikäihmisille, kun väestö ikääntyy. Yksi vastaus palvelutarpeiden lisääntymiseen ovat erilaiset internetin kautta tapahtuvat lomakkeiden täytöt ja yhteydenotot. Haasteena etenkin nykyään on tietoyhteiskunnan tuoreus, koska ikäihmiset eivät välttämättä osaa käyttää esimerkiksi tietokonetta saati sähköisiä palveluita. Toisaalta esimerkiksi opettamalla on mahdollista, että sähköisten palveluiden käyttömäärä kasvaisi. Lisäksi ikäihmiset kehittyvät yhteiskunnan mukana, ja mikäli sähköisten palveluiden käyttöön opetellaan ja kannustetaan, se ei välttämättä ole tulevaisuudessa niin hankalaa. Sähköiset palvelut mahdollistavat esimerkiksi nopeamman asiakirjojen kulkemisen. (Eloranta & Punkanen 2008, 186–187.) Toisaalta mikäli palvelut muuttuvat sähköisemmiksi, on mahdollista, että ikäihmisillä, kuten muillakin asiakasryhmillä, vähenee kontakti palvelutyötä tekevään ihmiseen, mikä mahdollisesti vähentää asiakkaiden sosiaalista kanssakäymistä. (Eloranta & Punkanen 2008, 107).

Yhteisöllisyys voi olla yksi ikäihmisen sosiaalista elämää edistävä tekijä, joka voisi olla tukena, mikäli esimerkiksi palvelut sähköistyvät enemmän ja sosiaaliset kontaktit esimerkiksi erilaisissa palveluissa vähenisivät. Yhteisöllisyydellä viitataan ihmisten väliseen vuorovaikutukseen ja toimintaan. Yhteisössä voidaan kiinnittää huomiota ihmisten väliseen kommunikaatioon, valtasuhteisiin, johtamiseen, tiedonkulkuun ja ongelmien ratkaisutapoihin. Näin yhteisöstä voi saada sosiaalisten suhteiden lisäksi vaikka apua erilaisiin ongelmiin esimerkiksi, jos puhelin ei toimi ja toinen yhteisön jäsen auttaa ottamaan yhteyttä tahoon, joka voisi auttaa. (Eloranta & Punkala 2008, 189–190.) Yhteisöllisyys nousi vahvasti esiin myös opinnäytetyöprosessissa, ja se tuntui olevan osallistujille erittäin tärkeä asia.



### 3 TUTKIMUSMENETELMÄT

#### 3.1 Luovat menetelmät

*”Luovuus on toimintaa, joka muuttaa uudet ja mielikuvitukselliset ideat todeksi”*

*Unknown writer*

*Creativity at Work*

Luovia menetelmiä on erilaisia, kuten esimerkiksi musiikin, draaman tai valokuvauksen keinoihin perustuvia menetelmiä. Luova ilmaisu eri muodoissaan on itsensä toteuttamisen väline, ja täten sen lähtökohtana on oletamus siitä, että jokainen kykenee ilmaisemaan itseään. Luovat menetelmät -termin käyttö yleistyi draaman menetelmissä, joissa alettiin korostamaan työskentelyprosessia valmiin työn sijaan. Työskentelyprosessissa tärkeinä tekijöinä voidaan nähdä prosessin aikaiset kokemukset, sekä niiden merkitykset ja vaikutukset itseymmärrykseen ja oppimiseen. (Jussila & Lundahl 2011, 15–16.) Luovat menetelmät tarjoavat mahdollisuuksia eheytymiseen, voimaantumiseen, vuorovaikutuksen ja joustavuuden kehittymiseen sekä jännityksen purkautumiseen. Ne myös auttavat purkamaan luovuuden esteitä, ja täten luovuus vapautuu oman kehityksen, oppimisen, oivalluksen tai toipumisen voimavaraksi. (Laine 2012, 23–24.)

Vaikka luovien menetelmien taustalla on taidemuoto, esimerkiksi valokuvaus, niiden tavoite ei ole taiteellinen. (Jussila ym 2011, 16). Esimerkiksi opinnäytetyöprosessissa korostettiin sitä, että osallistujien ei tarvitse ottaa kauniita kuvia, sillä merkitys on siinä, mitä kuva merkitsee ja symboloi. Vaikka luovissa menetelmissä projektin aikaisella toiminnalla on suuri vaikutus, myös erilaiset näyttelyt tuotoksista ovat tärkeitä, sillä ne voivat voimaannuttaa osallistujia, sekä lisätä esimerkiksi itsevarmuutta. (Jussila ym 2011, 16.) Esimerkiksi opinnäytetyöprosessista on tehty internetsivu, joka toimii näyttelynä osallistujien kuville. Koska jokaisesta kuvasta ei saatu tarinaa internettiin, on muutamista koottu blogiteksti, jonka tarkoitus oli tuoda esiin myös projektin sanallista puolta.

Luovia menetelmiä voidaan käyttää myös tutkimisessa, ja myös tutkimuksessa luovat menetelmät ovat nimenomaan välineitä, eikä tavoitteena ole taiteellisuus. Tutkimisessa voidaan käyttää erilaisia luovia menetelmiä tai niiden yhdistelmiä, kuten photo voice -menetelmässä, jossa yhdistyy kuvat ja tarinat, narratiivit. Tällaiset yhdistellyt tutkimus-

menetelmät ovat olleet suosiossa jo 1980-luvun lopusta lähtien. Luovat menetelmät sopivat hyvin esimerkiksi tunteiden tutkimiseen, sillä tunteet ovat yhteydessä luovuuteen. Esimerkiksi surun ja ilon on huomattu lisäävän luovuutta. (Kara 2015, 24–26.)

### 3.2 Photo voice -menetelmä

Photo voice -termiä on käytetty 1990-luvun puolivälistä asti, ja termi liitetään usein Caroline Wangiin, joka on tuohon aikaan tehnyt aiheesta tutkimusta Kiinassa. Toisaalta voidaan myös sanoa, että photo voice -menetelmää on ollut olemassa valokuvauksen keksimisestä asti, sillä photo voice:lle ominaista on kuva, jolla on sosiaalinen tavoite. Esimerkiksi vuodelta 1880 peräisin olevat lapsityövoimaa vastustavat posterit ovat olleet photo voice:a, sillä kuviin on liittynyt yhteiskunnallinen ongelma, johon on haettu ratkaisua valokuvan tuoman viestin avulla. (Emme 2012.)

Teknologian kehittyminen on helpottanut sekä valokuvaamista, että kuvien massatuotantoa täten valokuvien käyttäminen sekä journalismin että sosiaalitieteiden tutkimuksissa on kasvanut. 1960-luvulla valokuvaan liittyviä lähestymistapoja alettiin tunnustaa akateemisissa piireissä. (Emme 2012.)

Photo voice on osallistava, kuvia hyödyntävä tutkimusmenetelmä. (Emme 2012). Photo voice rohkaisee osallistujia miettimään ja tuomaan esille esimerkiksi yhteisön heikkouksia, huolenaiheita ja vahvuuksia. (Kehitysvammaisten Tukiliitto 2007, 7). Photo voice -projekti voi johtaa kuvien narratiivien luomiseen ja ryhmässä keskusteluun tai kuvista tehtyihin näyttelyihin, jotka palvelevat projektin tavoitteita (Emme 2012). Yhteinen keskustelu luo myös hyvän pohjan vertaistuelle. (Kehitysvammaisten Tukiliitto 2007, 7). Photo voice:n osallistava luonne näkyy siinä, että kamera on osallistujien kädessä, eivätkä osallistajat ole vain tutkimuskohteita. Kamera antaa osallistujille äänen kertoa kokemuksestaan ja näkemyksistään ottamiensa kuvien avulla. (Barndt 2014.)

Yleensä photo voice -projektit koostuvat kolmesta vaiheesta: valmistelu, tuottaminen ja käyttö. Valmisteluvaiheeseen kuuluu osallistujien valinta ja photo voice-konseptista keskusteleminen, sisältäen menetelmän käytön, eettiset näkökulmat, lupa-asiakirjat ennen kameran käytön opettamista osallistujille. Tuottamisvaiheessa osallistajat ottavat kuvia

sovitun aikataulun ja tutkimuksen aiheiden mukaisesti. Tuottamisvaiheessa myös painotetaan osallistujien ääntä, jutellaan kuvista ja tulkitaan niitä. Osallistujia voidaan pyytää valitsemaan ottamistaan kuvista muutama, jotka kuvastavat parhaiten heidän kokemuksiinsa ja esimerkiksi ongelmaa tai toivetta, jota kuva edustaa. Käyttövaiheessa valitaan kuvien jakamisen muoto yhteisölle ja esimerkiksi päätösten tekijöille. Toisaalta jos kuvien jakamisesta on päätetty jo alussa, ne voivat palvella paremmin päätösten tekijöihin vaikuttamista. (Brandt 2014.)

Photo voice:a on kritisoitu tokenistiseksi, eli turhaa toivoa antavaksi ja poliittisten ongelmien kannalta naiiviksi menetelmäksi. Lisäksi photo voice:n tuloksia ja onnistumista on vaikea mitata, etenkin kun projektin tavoitteet voivat olla erilaisia, kuten osallistujia voimaannuttavia tai yhteiskunnallisesti vaikuttavia. On myös olemassa kysymyksiä siitä, kuinka paljon tutkija johdattelee osallistujia omilla ennustuksillaan ja oletuksillaan. (Brandt 2014.) Lisäksi, jos esimerkiksi kuvien jakamisesta ja päätösten tekijöihin vaikuttamista suunnitellaan ennalta, se voi vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin, joka alentaa tutkimuksen luotettavuutta.

## 4 TUTKIMUSPROSESSI

### 4.1 Pilottitutkimus

Opinnäytetyön tarkoitus on olla pilottitutkimus Koivulan ja Woodwardin vertailevaan tutkimukseen ikääntyneiden palveluista USA:ssa ja Suomessa. Tutkimukseen liittyy vertaileva media-analyysi, eläytymismenetelmätarinoiden kerääminen tulevaisuuskuvista sekä photo voice -menetelmän hyödyntäminen. (Koivula & Woodward 2016). Opinnäytetyöllä kartoitettiin photo voice -menetelmän käyttämisen toimivuutta tulevaisuustutkimuksessa. Tavoite ja tutkimuskysymys oli selvittää, mitä noin 65-vuotiaat ajattelevat elämästään kun he ovat 84-vuotiaita. Tavoitteena oli löytää erilaisia toiveita, unelmia, pelkoja tai uhkakuvia, joita osallistujat liittivät vanhenemiseen. Tavoitteena oli myös tarjota osallistujille aika pysähtyä miettimään omaa vanhenemista ja kiinnittämään huomiota siihen, palveleeko nykyinen elämä toivetta tulevasta.

Opinnäytetyöprojekti toteutettiin Yhdysvalloissa, Michiganin East-Lansingissa loka-kuusta 2016 tammikuuhun 2017. Tehtävänä oli toteuttaa photo voice -menetelmälle ominainen tutkimusprojekti, jossa muodostettiin ryhmä, joka tapasi muutamia kertoja. Ensimmäiseksi koottiin ryhmä halukkaista lähettämällä sähköpostikutsuja sopivalle kohdejoukolle, eli noin 65-vuotiaille ihmisille (liite 1). Osallistujien etsiminen aloitettiin loka-kuussa 2016, hakuaika päättyi ensimmäiseen tapaamiseen mennessä eli 9.11.2016. Halukkaita osallistujia ilmoittautui kuusi henkilöä, joka oli sopiva määrä aikataulun ja opinnäytetyön laajuuden kannalta. Osallistujia siis löytyi sopiva määrä, mutta heidän löytämisensä edellytti Facebook mainoksia ja suurta apua ohjaajaltani, joka lähetti sähköposteja ja etsi ihmisiä, jotka voisivat myös löytää osallistujia.

### 4.2 Photo voice-projekti

Photo voice-menetelmän mukaisesti opinnäytetyöprojekti koostui ryhmäkerroista ja teemoista, joihin vastattiin kuvilla. Tutkimuskysymys, eli mitä noin 65-vuotiaat ajattelevat elämästään, kun he ovat 84-vuotiaita, toimi pohjana teemojen suunnittelussa. Koska projektiin oli varattu tietty aika, ehdimme pitämään neljä tapaamiskertaa. Tapaamiskertoja varten suunniteltiin runko, joka toimi ohjelmana. Kolmeen ensimmäiseen tapaamiseen oli PowerPoint –esitys, josta päivän ohjelma löytyi (liite 2). Neljännellä kerralla kävimme läpi aiempia tapaamisia.

## TAULUKKO 1. Tapaamiset

Ensimmäinen tapaaminen 9.11.2016	Tapaamisessa tutustuttiin, käytiin läpi projektia: tutkimusmenetelmää ja valokuvaamista sekä kerättiin luvat. Osallistujat saivat ensimmäisen kysymyksen. Tapaaminen kesti noin kaksi tuntia.
Toinen tapaaminen 16.11.2016	Tapaamisessa osallistujat esittelivät kuvansa PowerPointistä. Kaikista kuvista äänestettiin kolme, joista keskusteltiin enemmän. Osallistujat saivat uuden kysymyksen. Tapaaminen kesti noin kaksi tuntia.
Kolmas tapaaminen 1.12.2016	Tapaamisessa osallistujat esittelivät kuvansa PowerPointistä. Kaikista kuvista äänestettiin kolme, joista keskusteltiin enemmän. Tapaaminen kesti noin kaksi tuntia.
Neljäs tapaaminen 8.12.2016	Osallistujat saivat litteroitua tekstiä ensimmäisestä ja toisesta tapaamisesta. He pohtivat ryhmissä tärkeimpiä teemoja, asioita joita he halusivat saada internet sivulle. Tapaaminen kesti noin kaksi tuntia.

#### **4.2.1 Ensimmäinen tapaaminen**

Suunnittelin tapaamiset yhdessä professori Woodwardin kanssa ja hän auttoi minua myös litteroinnissa. Opinnäytetyö projektissa käytettyihin lupalomakkeisiin ja reflektiolomakkeeseen sain pohjan yliopistosta (Cummings & Shamrova 2016). Ensimmäistä kertaa varten oli luotu erilaisia lomakkeita, joiden avulla saatiin tarvittavat luvat projektin toteutumiseen. Lupaa kysyttiin osallistujien ottamien kuvien käyttöön ja tapaamisten nauhoittamiseen (liite 3), joista lupaa kuvattavilta siltä varalta, että osallistujat ottavat kuvia toisista ihmisistä (liite 4). Tapaamiset nauhoitettiin, jotta osallistujien keskusteluista saisi aineistoa ja toisaalta, jotta tarinoista, narratiiveista, olisi materiaalia. Nauhoitukset litteroitiin myöhemmin, jotta niiden käyttäminen olisi helpompaa. Nauhojen ja osallistujien reflektion tueksi käytettiin myös reflektiolomaketta (liite 5).

Ensimmäisellä kerralla käytimme ryhmän kanssa hetken esittelyihin ja ryhmän sääntöjen laatimiseen. PowerPoint:n avulla kävimme yhdessä ryhmän kanssa läpi projektiin liittyviä asioita, ja kerroin esimerkiksi photo voice:sta ja valokuvaamisesta osallistujille, kuitenkin niin, ettei esimerkiksi kuvaamisesta puhuminen ohjaisi kenenkään projektia. Ensimmäisellä kerralla osallistujat saivat myös kysymyksen seuraavaa kertaa varten. Tarkoitus oli, että jokainen osallistuja valitsee kaksi kuvaa, jotka vastaavat kysymykseen heidän mielestään parhaiten. Kysymys oli: mitä tulee mieleesi, kun ajattelet vanheneamista? (What comes to your mind when you think about aging?)

#### **4.2.2 Toinen ja kolmas tapaaminen**

Toisella tapaamiskerralla osallistujat esittelivät kuvansa ja kaikista kuvista äänestettiin kolme, joista keskusteltiin enemmän, sillä aika ei riittänyt jokaisesta kuvasta keskustelemaan. Keskustelua varten oli laadittu muutamia apukysymyksiä: miksi äänestit tätä kuvaa? Mikä tässä kuvassa kiinnostaa sinua? Onko sinulla samanlainen tai erilainen kokemus? Apukysymyksille ei ollut juurikaan tarvetta, sillä keskustelu eteni luonnostaan. Alla olevat kuvat ovat ne kolme, joista osallistujat keskustelivat enemmän.



KUVA 1. Autumn by a Pond

Tämä kuva oli ryhmän suosikki. Kuvassa on useita ikääntymiseen liittyviä symboleita, kuten rollaattori ja ranta-viiva joka jatkuu mutkan taa. Mitä tulevaisuudessa tapahtuu, mitä mutkan takaa löytyy?



KUVA 2. Coquette

Kuvassa tehdään päätöstä siitä, ostetaanko tuote vai ei. Kuvaaja tarkoitti kuvan symboliksi, hän mietti millaisia päätöksiä ikääntymiseen liittyen tulee tehdä.



KUVA 3. Family Dinner

Perhe on kuvaajalle tärkeä ja hän kokee perheen olevan siunaus. Hän toivoo että perhe pysyy yhdessä kun hän vanhenee ja että heillä olisi mahdollisuus olla yhdessä perheen kanssa.

Toisella kerralla osallistujille annettiin jälleen kysymys, johon oli tarkoitus valita kaksi ottamaansa kuvaa vastaukseksi. Kysymys oli: mikä on tärkeää minulle, kun olen 84? (What is important to me when I am 84?)

Kolmas tapaaminen sujui pitkälti samaan tapaan kuin edeltäjänsä, mutta silloin ei enää annettu uutta kysymystä. Alla kaksi kuvaa, joista keskusteltiin enemmän, kolmatta ei haluttu julkaista vaan se jäi ryhmän tietoon.



KUVA 4. The Workshop

Työpaja on kuvaajalle tärkeä, hän tekee siellä muun muassa leluja lastenlapsille. Lelut on tehty kestäväksi sukupolvelta toiselle. Osa työkaluista on perintöä kuvaajan isältä. Kuvaan liittyy ajatus perinnön saamisesta ja sen antamisesta.



KUVA 5. Remaining True to Myself

Kuva kertoo sukupolvista ja asioista, jotka symboloivat ikääntymistä. Kuvaajan sukupolvesta on hiljattain tullut perheen vanhimpia ja osa ikääntymistä symboloivista esineistä on peräisin kuvaajan vanhemmilta.

#### 4.2.3 Neljäs tapaaminen ja näyttely

Neljättä tapaamista varten oli tulostettu litteroituja tekstejä, joista osallistujat saivat lukea ja joista he saivat merkitä, jakaa ja keskustella itselleen tärkeistä kohdista. Myös neljäs tapaaminen nauhoitettiin, jotta keskustelu saataisiin talteen.

Neljättä kertaa varten oli myös valmisteltu internetsivun runko. Sovimme jo ensimmäisellä kerralla, että kuvista tulisi internetiin näyttely, johon osallistujien kuvat voitaisiin laittaa. Internetsivu tehtiin niin paljon yhdessä kuin mahdollista. Neljännellä kerralla osal-



listujat saivat kertoa, mitä asioita heidän mielestään olisi tärkeää saada internetiin ja vastaavasti, mitä he eivät halunneet siellä jakaa. Internetsivu hyväksyttiin osallistujilla ennen sen julkistamista.

## 5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 5.1 Ikääntymisen suunnittelu ja siihen valmistautuminen

Osallistujat olivat yksimielisiä siitä, että omaa ikääntymistä täytyy suunnitella ja siihen on varauduttava. Ikääntymisen suunnittelun ja valmistautumisen keinoiksi ja alateemoiksi nähtiin ikääntymisen hyväksyminen, identiteetin muuttuminen, tukiverkosto ja asuminen.

Ikääntymisen hyväksyminen tuli esiin toistuvasti, ja siihen liittyi erilaisia näkökulmia. Osallistujat olivat sitä mieltä, että ikääntyessä on hyväksyttävä erilaisia muutoksia, ja osaa askarruttikin muutokset kehossa ja toisia toimintakyvyssä. ”Kun mietin, mitä haluan olla kun olen 85 tai 84, haluan olla juuri sellainen kun olen nyt. Haluan olla tällainen aina. En halua verenpainemittaria, en halua rollaattoria.” Kuitenkin osallistujista vähemmistöä pelotti ikääntymisen tuomat omaan ulkonäköön vaikuttavat tekijät, mutta kaikki tuntuivat ajattelevan, että tulevat muutokset ulkonäössä on hyväksyttävä ennemmin tai myöhemmin. ”Olen terve ja tiedän olevani erittäin onnekas. Tiedän että tulvaisuudessa toimintakykyni laskee, niin siinä käy, joten tämä [kuva] on tapani sanoa, että kohtaan sen.” Muutama osallistuja toi esiin sen, että valmistautuessa ikääntymiseen on myös hyväksyttävä jonkin asteinen epä tietoisuus. Eräs osallistuja oli kuvannut rollaattoria ja kuvasta kertoessaan totesi: ”[Kuvassa] on tunnelma, että en ehkä koskaan tarvitse sitä, en tarvitse sitä nyt.” Hyväksymiseen liittyen tuotiin myös esiin oman kuoleman hyväksyminen. Kuten eräs osallistuja kommentoi: ”On vaikeaa, kun muuttolinnut jatkavat muuttamistaan silloinkin, kun me emme ole täällä.”

Muutama osallistuja toi esiin myös identiteettiin liittyviä asioita, kuten kehon ja olemuksen muuttumisen. ”Minulle kamppailu, yksi ikääntymiseen liittyvistä kamppailuista, on rumaksi tuleminen ja pikkuhiljaa muulle maailmalle näkymättömäksi muuttuminen.” Toisaalta myös elämän sisältöön liittyi kysymyksiä: ”Mitä tehdä kun ei voikaan tehdä sitä, mitä tekee nyt?”. Osallistujat olivat myös yksimielisiä siitä, että heidän on karsittava tulevaisuudessa esimerkiksi harrastuksiaan, jotka ovat tärkeä osa heitä. Jokainen osallistuja toi esiin jonkin rakkaan asian, joka liittyi myös identiteettiin ja jonka suhteen he uskoivat joutuvansa tekemään jonkinlaisia muutoksia ikääntyessään. Eräs osallistuja piti kovin tärkeänä pajaansa ja oli jo suunnitellut, kuinka voi jatkaa esimerkiksi veistämistä

harrastuksena, jos joutuu jonain päivänä luopumaan pajasta. ”Joten ostin erityisen veistämiseen tarkoitetun veitsen - - koska vaikka olisin rajoitetussa tilassa - - voin silti luoda. Voisin olla aktiivinen pienessäkin tilassa”

Osallistujat myös pohtivat omia tukiverkostojaan ja sitä, kuinka esimerkiksi perhettä voisi valmistaa tulevaan vanhenemiseen tai kuinka voisi hoitaa asiansa niin, että perheen ei tarvitsisi tehdä päätöksiä osallistujan puolesta esimerkiksi terveydellisistä asioista. ”En halua jättää lapsiani tai läheisiäni arvaamaan.” Tämä kommentti on peräisin osallistujalta, joka oli tehnyt kirjallisen hoitotahdon tulevaisuuden varalle. Eräs osallistuja mietti paljon sitä, kuinka ikääntymisestä voisi keskustella puolison ja lasten kanssa. ”Kun tuon sen esiin puolisololleni [ikäntymisen] hän sanoo että se on kulman takana - - älä huoli siitä nyt. Toisaalta myös yhteisö tuotiin useaan kertaan esiin tukea antavana asiana, ja muutamalla osallistujalla olikin esimerkki, kuinka yhteisö oli tukenut heitä vaikealla hetkellä. Vaikka sekä perhe että yhteisö nähtiin tukea antavina tekijöinä, jokainen osallistuja koki niiden välillä myös pienen ristiriidan: mitä jos pitää valita yhteisö tai perhe? Erään osallistujan läheinen ”valitsi kylänsä perheen edelle”.

Asumisesta ja etenkin asumismuodoista keskusteltiin paljon, ja esimerkiksi lasten luo muuttaminen tuntui olevan suurimmalle osalle luontainen vaihtoehto. ”Eri sukupolvien yhdessä asuminen vetoaa minuun.” Vain yksi osallistuja oli sitä mieltä, että ei haluaisi asumaan lastensa luo. ”Jos joku haluaa asua lastensa luona - - minä en ja he ovat ok sen [asian] kanssa.” Toisaalta suurin osa osallistujista näki uhkakuvana sen, että lapset asuvat kaukana, ja yhteydet yhteisöön katkeavat mikäli he muuttavat lastensa luo. Eräs osallistuja sanoikin: ”Kun koko elämäsi on yhdessä huoneessa, huone voi olla tyttäresi kodissa, mutta niin kauan kun elämäsi on kaupungissa, ei ole mahdollista muuttaa 80- tai 90-vuotiaana ja saada kavereita.”

## 5.2 Possible selves – mahdolliset minät

Possible selves (mahdolliset minät) on psykologiassakin käytetty termi, jolla tarkoitetaan esimerkiksi ideaalia minää, ihmistä, joksi haluaa tulla. Toisaalta mahdollinen minä voi olla myös pelko siitä, millaiseksi saattaa tulla. (Psychology Glossary 2017.) Mahdolliset minät on toisen suuren teeman nimitys, joka kattaa alleen seuraavat alateemat: elämässä rakkaat asiat (life domains), fyysiset tekijät, sosiaaliset tekijät, perintö ja itsenäisyys.

Elämässä rakkaat asiat kattaa erilaisia yksilöllisesti koettuja tärkeitä asioita, kuten urheilun, lemmikit, matkailun ja oppimiseen pyrkivän elämäntyylin. Nämä esimerkit nousivat esiin ryhmässä, ja niihin liittyi sekä toiveita että pelkoja. Esimerkiksi eräälle osallistujalle laulaminen ja pianon soittaminen olivat tärkeitä harrastuksia: ”Kotonani ei oikein voi olla pianoa [tulevaisuudessa]. - - Laulan niin kauan kuin minulta tulee ääntä.” Hän kuitenkin uskoi että rakkaita harrastuksia ei voi välttämättä harrastaa samalla tavalla vanhempana tai ainakin joku harrastamisessa tulee muuttumaan. Tämä teema on yhteydessä myös ikääntymiseen valmistautumisen identiteettiteeman kanssa. Rakkaat asiat olivat ryhmäkeskustelussa läsnä myös siinä keskustelussa, jossa pohdittiin oman identiteetin muuttamista.

Fyysisiä tekijöitä olivat liikkumiskyky, sekä aktiivisena että terveenä pysyminen. Osallistujat kokivat tämänhetkisten päätösten vaikuttavan tulevaan fyysiseen kuntoon, ja heistä jokainen toivoi pysyvänsä mahdollisimman terveenä. Yksi osallistuja toi esiin esimerkiksi liikkumiskyvyn tärkeyden omatoimisuuden ja itsenäisen asumisen vuoksi. Toisaalta moni osallistuja kertoi myös siitä, että jokin sairaus voi olla tulossa, ja näin ollen sairauksien nähtiin olevan mahdollisia. Vaikka esimerkiksi fyysisen toimintakyvyn laskemista pidettiin ryhmässä varmana, usko oman toiminnan vaikutuksista terveyteen oli korkea. ”Haluan olla fyysisesti aktiivinen ja haluan olla sosiaalinen kymmenen, kahdenkymmenen vuoden päästä. Jotta voisin tehdä siitä mahdollista, tänään tekemieni ruokaan liittyvien valintojen on oltava terveellisiä.”

Sosiaalisissa tekijöissä esiin nousi perhe, yhteisö ja ystävät. Perheen merkitys oli monelle osallistujalle kovin tärkeä, toisille selvästi tärkeämpi kuin esimerkiksi suhde yhteisöön. Keskustelua oli myös siitä, kuinka toisille yhteisö voi olla perhettä merkittävämpi sosiaalinen tekijä. Ystävien merkitys oli myös osallistujille tärkeä ja yleinen mielipide oli, että vanhana on vaikeaa saada uusia ystäviä ja täten nykyisten merkitys korostui. ”Siihen ikään päästessä on vaikea saada ystäviä.” Ryhmässä oli myös keskustelua siitä, että vanhetessa menettää enemmän sosiaalisia suhteita, kun aiemmin esimerkiksi sisarusten tai ystävien nukkuessa pois.

Ryhmän keskusteluissa esiin nousi myös perinnön jättäminen, niin aineellinen kuin aineetonkin. Tähän teemaan liittyi myös tarve olla tarvittu, esimerkkinä esineiden korjaa-

misen taito saattoi olla tärkeässä roolissa muiden auttamisen näkökulmasta. Tällaisia taitoja voi jättää perinnöksi, mutta toisaalta perinnöllä tarkoitettiin taitojen opettamisen lisäksi myös erilaisia elämänviisauksia ja perheen perinteiden siirtämistä toisille sukupolville. Eräs osallistuja kertoi, kuinka hänen sukupolvestaan on tullut nyt suvun vanhin, ja siihen liittyi jonkinlainen vastuu, joka aikanaan siirtyy seuraavalle sukupolvelle. Myös aineellisesta perinnöstä oli hiukan keskustelua ryhmässä, ja esimerkiksi yhdellä osallistujalla on työpaja, jossa on joitakin perintönä saatuja työkaluja. Toiveena oli, että ainakin tavarat jäävät perinnöksi osallistujan jälkikasvulle. Suurimmassa osassa perintöön liittyvässä keskustelussa oli vahvasti läsnä ylisukupolvisuus ja tarve jatkaa jotakin, esimerkiksi perinnettä tai tapaa. ”Ja se oli jotain joka sitoi meidät kaikki häneen [isään]. Tiedätekö? Kaikista kolmesta pojasta tuli vähintään insinöörejä. Myös isoisämme olisi ollut insinööri, joten se oli jotain, jota meillä oli.”

Itsenäisyys oli yksi tärkeä teema, joka nousi esiin. Eniten itsenäisyyteen liittyvästä keskustelusta esiin nousi pelko siitä, että on taakka muille ja halu kyetä esimerkiksi liikkumaan omatoimisesti. ”Minulle on tärkeää, että 20 vuoden päästä, kun olen 83, olen yhä tarpeeksi liikkumiskykyinen.” Kukaan osallistujista ei halunnut olla taakka muille, esimerkiksi perheelle, yhteisölle tai yhteiskunnalle, ja taakaksi tulemisen mahdollisuus oli surullinen ja pelottava osallistujien mielestä. ”Mitä voimme vaatia perheeltämme, kun ikäännymme?” ”- - Minä en halua että huolenpidostani tulee taakka perheelleni.” Taakaksi tulemisen ehkäisemiseksi osallistajat näkivät ikääntymiseen valmistautumisen ja sen suunnittelun.

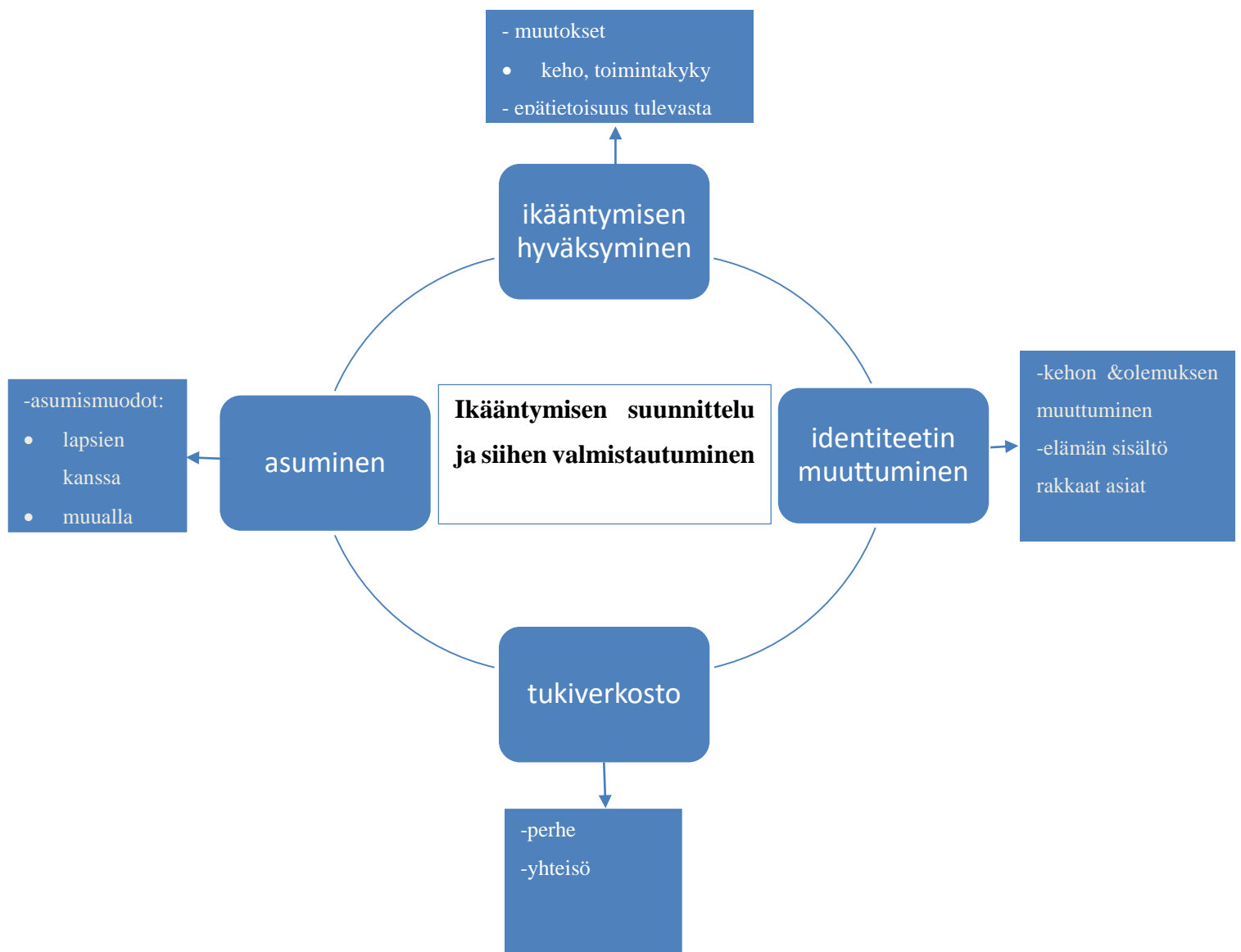
### 5.3 Tulosten yhteenveto

Ryhmä oli monessa asiassa hyvin yksimielinen ja heillä oli hyvin samankaltaisia ajatuksia. Tapaamisissa sovittiin, että annetusta kysymyksestä ei keskustella ennen seuraavaa tapaamista, ja kysymykset olivat mahdollisimman laajoja ja avoimia. Toisistaan tietämättä osallistujat olivat tapaamisten välillä miettineet melko samanlaisia asioita kuin muut ryhmäläiset. Vaikka esimerkiksi rakkaat asiat elämässä -teemaan jokaisella kuului erilaisia asioita, esimerkiksi huoli rakkaasta asiasta luopumisesta oli yhtäläinen.

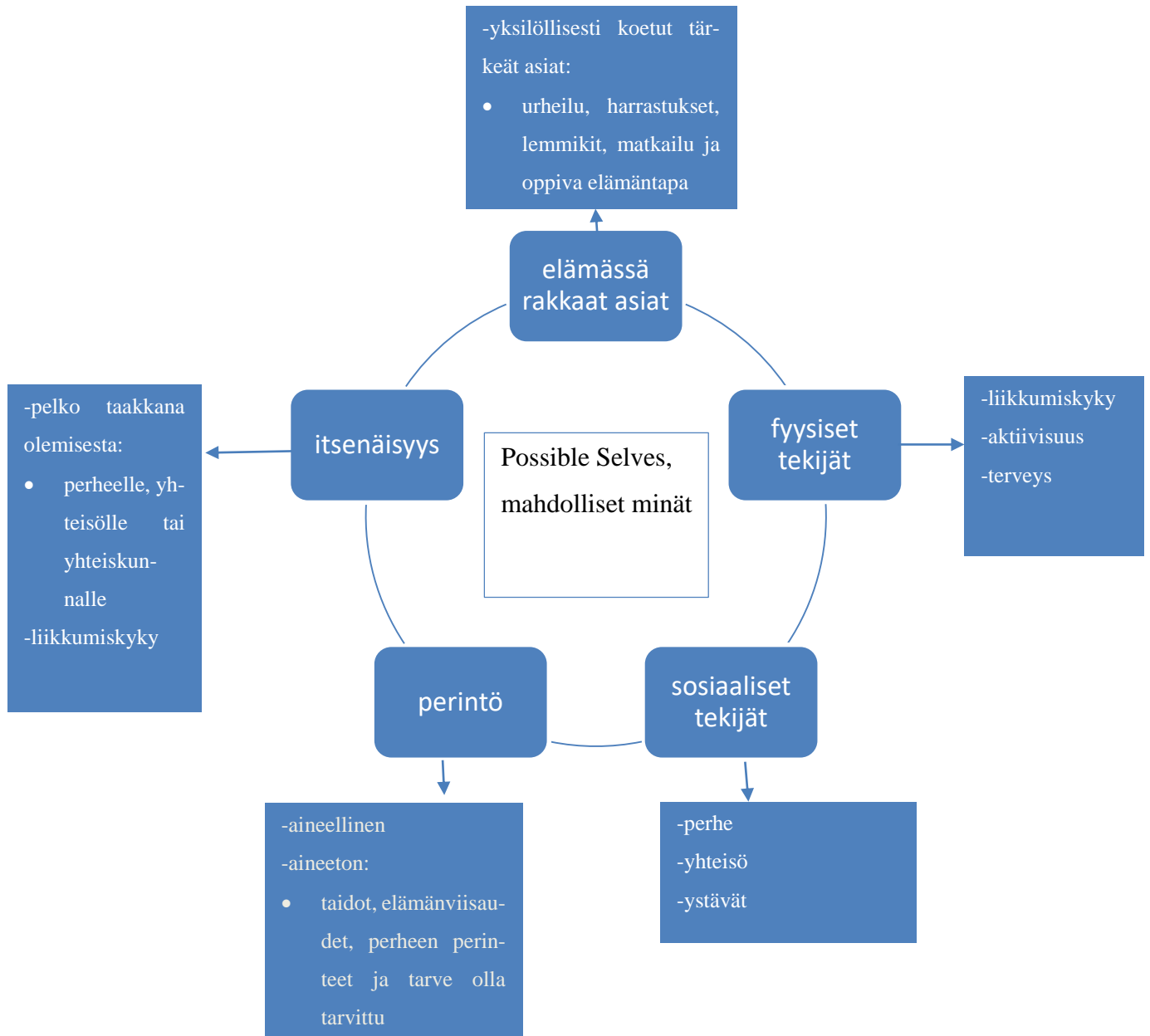
Isoille teemoille oli aikalailla yhteistä se, että ikääntymiseen liittyy erilaisia toiveita, unelmia ja pelkoja, ja toisaalta isot teemat liittyivät jossain määrin toisiinsa. Ikääntymisen

suunnittelu ja siihen valmistautuminen -teema tarjoaa vaikutusmahdollisuuksien suunnittelua mahdolliset minät -teeman löydöille. Esimerkiksi eräs osallistuja kertoi halustaan olla terve ja kuinka oli päätyntä tekemään itselleen kirjallista suunnitelmaa siitä, miten hän voi jo nyt asioihin vaikuttaa.

TAULUKKO 2. Ikääntymisen suunnittelu ja siihen valmistautuminen



TAULUKKO 3. Possible Selves –mahdolliset minät



## 6 POHDINTA

### 6.1 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tarkoitus pilottitutkimuksena oli kartoittaa, kuinka photo voice-menetelmä soveltuu ryhmän tulevaisuuteen liittyvien ajatusten kartoittamiseen. Tarkoitus oli myös selvittää, millaisia unelmia, toiveita ja pelkoja noin 65-vuotiailla on elämästään 84-vuotiaana. Osallistujat löysivät erilaisia pelkoja ja toiveita vanhenemiseen liittyen, ja keskustelussa nousi esiin myös se, että erilaisia ratkaisuja ja vaihtoehtoja oli jo mietitty. Yksi opinnäytetyön tavoitteista olikin saada osallistujat keksimään erilaisia ratkaisuja mahdollisesti löytyviin pelkoihin ja huoliin. Toisaalta tavoite oli myös löytää unelmia ja toiveita tukevia asioita.

Osallistujat löysivät pääosin rakkaisiin asioihin, fyysisiin ja sosiaalisiin tekijöihin, perinnön jättämiseen ja itsenäisyyteen liittyviä toiveita, huolia ja pelkoja. Näihin löytöihin heillä oli paljon erilaisia ennaltaehkäiseviä keinoja ja suunnitelmia, kuten kirjallinen suunnitelma oman terveyden tukemisesta ja säilyttämisestä. Photo voice-menetelmään liittyvä vertaistuen ja näkökulmien saaminen tuli myös tapaamisissa esiin, sillä osallistujat miettivät yhdessä esimerkiksi, millaisia asumisvaihtoehtoja heillä on tulevaisuudessa, ja jakoivat esimerkiksi kokemuksia siitä, miten ottaa ikääntymiseen liittyvät asiat puheeksi läheisten kanssa.

Ihmisen elämässä on joka elämänvaihetta kohden erilaisia kehitystehtäviä. Ikääntyvän kehitystehtäviä ovat 1) väheneviin voimiin ja terveyden heikkenemiseen sopeutuminen 2) eläkeläisyyteen ja pienenevään toimeentuloon sopeutuminen 3) puolison kuolemaan sopeutuminen 4) sosiaalisen aktiivisuuden ylläpitäminen 4) tyydyttävien elämänolojen luominen sekä 5) omaan ikäryhmään liittyminen. (Eloranta & Punkkanen 2008, 30.) Mielienkiintoista on, että vaikka ryhmän kanssa ei keskusteltu kehitystehtävistä, niistä jokainen nousi esiin ryhmäkeskusteluissa. Osallistujat eivät välttämättä olleet vielä sopeutuneet esimerkiksi terveyden heikkenemiseen tulevaisuudessa, mutta he keskustelivat asiasta ja olivat tietoisia siitä, että terveydentilan heikkenemiseen on sopeuduttava ennemmin tai myöhemmin. Toisin sanoen he myös valmistautuivat hyväksymään ikääntymiseen liittyviä asioita, joita ei voi muuttaa. Eräs osallistuja sanoikin, että hän haluaa kokea esimerkiksi ulkonäköön liittyvän kriisin mieluummin jo etukäteen, ja hän haluaa valmistautua, jotta viihtyisi kehossaan silloinkin, kun se on ruma.



## 6.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyön tekemiseen liittyi erilaisia eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyviä teki-jöitä, jotka huomioitiin niin, että tutkimus olisi luotettavuuden ja eettisyyden kannalta kestävä. Luotettavuuteen ja eettisyyteen ehkä eniten vaikuttava tekijä oli se, että aineisto kerättiin Yhdysvalloissa ja kuitenkin opinnäytetyö esimerkiksi kirjoitettiin suomeksi, eikä englanniksi. Ennen tutkimuksen aloittamista suoritin Michigan State University:n vaatiman Human Research Protectio -kurssin ja opinnäytetyöhön haettiin tutkimuslupa. Täten pääsin tutustumaan paikalliseen tutkimuskulttuuriin ja vahvistamaan opinnäyte-työn eettisyyttä.

Yksi opinnäytetyön haasteista oli kieli, sillä aineiston kerääminen tehtiin englanniksi, sa-moin litterointi. Osallistujat puhuivat englantia, ja kuitenkin työ kirjoitettiin suomeksi. Jotta kielen kanssa tulisi mahdollisimman vähän väärinymmärryksiä tai muita tutkimuk-seen vaikuttavia virheitä, englantia äidinkielenään puhuva Yhdysvalloissa projektia oh-jannut professori korjasi litterointini ja näin niistä tuli luotettavammat.

Erilaiset termit, kuten tutkimuksessa esiin nousseet teemat, ovat käännetty englannista, ja tämä aiheutti jonkin verran haasteita. Kuten Nikander (2010, 438) kirjoittaa, tutkimuk- sessa voi tarjota lukijalle mahdollisuuden kääntää sanoja myös itse, ja tästä syystä opin- näytetyössä on käytetty paljon alkuperäisiä sanoja esimerkiksi sulkeissa, sillä englanti on hyvin yleinen kieli, ja lukija saattaa ymmärtää alkuperäisen sanan paremmin kuin suo- menkielisen, sillä käännöksessä on saattanut tapahtua jonkinlaisia sävymuutoksia.

Vaikka vieras kieli voidaan nähdä luotettavuuteen negatiivisesti vaikuttavana tekijänä, on opinnäytetyössä kuitenkin muutama kielelliseen haasteeseen positiivisesti vaikuttava te- kijä. Toteutin aineiston keräämisen itse ja ohjasin jokaisen tapaamisen itse, joten näin ollen minulla oli esimerkiksi mahdollisuus kysyä osallistujia selittämään, mitä he kom- menteilla tarkoittavat. Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, että tapaamiset on nauhoitettu ja litteroitu sekä litteroinnit tarkistettu. Pietilän (2010, 415) mukaan aineiston kerääminen ja tarkentavien kysymysten esittämisen mahdollisuus ovat eduksi tutkimusta tehdessä. Lisäksi tutkijan ollessa mukana aineiston keräämisessä mieleen jää erilaisia esimerkiksi non-verbaalisia viestejä tilanteista, jotka auttavat ymmärtämään kontekstia paremmin (Pietilä 2010, 415).

Aineiston keräämiseen ja ryhmätapaamisiin liittyi paljon eettisiä seikkoja, esimerkiksi erilaiset luvat sekä kuvaajilta että kuvattavilta. Toisaalta myös kerätyn aineiston, kuten litteroitujen tekstien säilyttäminen on yksi eettisyyteen liittyvä tekijä. Aineisto on tallennettu pilvipalveluun, jonne vain opinnäytetyön tekijällä ja professori Woodwardilla on pääsy. Myös lupa aineiston jakamiseen Koivulan ja Woodwardin tulevassa tutkimuksessa oli tärkeä asia kysyä osallistujilta.

Lisäksi osallistujien kanssa keskusteltiin valokuvaamisesta ja siihen liittyvistä eettisistä seikoista. Esimerkiksi siitä, että jonkin kuvaamisen ollessa laissa sallittua, opinnäytetyössä noudatetaan kuitenkin hyviä käytöstapoja. Esimerkiksi Yhdysvalloissa on luvalista kuvata toista ihmistä julkisella paikalla, mutta opinnäytetyöprosessissa jokaiselta tunnistettavissa olevalta henkilöltä tuli kysyä kirjallinen lupa. Jos kirjallista lupaa ei ollut mahdollista saada, tuli kuvan olla sellainen, ettei siitä tunnista kuvattua.

Osallistujat eivät pääse valmista opinnäytetyötä lukemaan, koska se on kirjoitettu suomeksi, mutta projektista on myös tehty internetsivut, jotka osallistujat ovat hyväksyneet ennen sen julkaisua. Internetsivulla on tiivistelmiä keskusteluista, ja osallistujat pääsivät myös tekemään analyysiä siitä, mitkä seikat heistä ovat tärkeimpiä teemoja projektissa. Nämä teemat löytyvät internetsivulta, ja näin osallistujat pääsevät katsomaan tutkimuksen tuloksia, jotka ovat samat sekä opinnäytetyössä että internetissä.

Koska osallistujat ovat Yhdysvalloista, on hyvin epätodennäköistä että ketään voisi työstä tunnistaa, mutta siitä huolimatta työssä on kiinnitetty huomiota osallistujien turvaamiseksi. Otetuista kuvista on näyttely internetissä, koska osa osallistujista kuvasi jotain henkilökohtaista, on mahdollista, että kuvan netistä nähtyään joku voisi kuvassa olevan henkilön tai esineen tunnistaa. Tähän eettiseen pulmaan vastauksena internetsivu on hyväksytetty osallistujilla ennen sen julkaisua, ja toisaalta ennen kuvien laittamista internetiin on kirjalliset luvat tarkastettu.

### **6.3 Kehittämisideoita ja pilottitutkimuksen arviointia**

Opinnäytetyön näyte oli melko pieni, joten seuraavaan tutkimukseen osallistujien määrä voisi olla suurempi. Opinnäytetyössä näytteessä oli kolme naista ja kolme miestä, eli mo-

lempia sukupuolia edusti sama määrä ihmisiä. Toisaalta kaikki osallistujat olivat korkeasti kouluttautuneita, joten näyte saattoi olla melko homogeeninen. Toisaalta yleinen keskustelu ja kaikkien äänien kuuluminen isommassa ryhmässä voisi olla haasteellista, joten suuremman otannan voisi toteuttaa niin, että ryhmiä olisi useampi.

Opinnäytetyöprojektissa ryhmätapaamisia oli vain neljä aineiston keräämisen tiukan aikataulun vuoksi, joten projektiin saatiin vain kaksi kysymystä. Uutta tutkimusta varten voisi olla hyödyllistä varata aikaa useammalle tapaamiskerralle niin, että myös kysymyksiä ja täten erilaisia teemoja saataisiin esille enemmän. Myös osallistujat kokivat, että tapaamisia olisi voinut olla enemmän, koska projektiin orientoituminenkin vie aikaa.

Aineiston keräämisen tapahtuessa ulkomailla on tutkijalla mahdollisesti edessään erilaisia ja uusia haasteita kuin kotimaassa aineistoa kerätessä. Tapaamisia ohjatessa ja niitä suunnitellessa oli hyötyä siitä, että minulla oli paikallinen ohjaaja. Ohjaajan kautta esimerkiksi osallistujien rekrytointi, tapaamisten järjestäminen ja niiden ohjaaminen sai tukea. Minulla oli esimerkiksi mahdollisuus miettiä ohjaajani kanssa sitä, millä tavalla suomalainen kulttuuri eroaa yhdysvaltalaisesta ja näin valmistautua ohjaamisen tarpeisiin. Esimerkiksi huomasin, että ryhmä oli melko puhelias ja minun tuli pitää huoli siitä, että kaikki saavat äänensä kuuluviin sen sijaan, että minun olisi pitänyt esittää useita lisäksymyksiä keskustelun virittämiseksi. Erilaisten kulttuurien välillä tehtävä tutkimus tarjoaa varmasti haasteiden lisäksi rikkautta, kun tutkijan ote voi olla toisenlainen kuin paikallisen. Joka tapauksessa kohdemaan kulttuuriin tutustuminen ja paikallisen kollegan tai ohjaajan tuki vaikuttaa oleelliselta tutkimuksen kannalta.

## LÄHTEET

- Baily, M. & Kirkegaard, J. 2009. US Pension Reform. Lessons from Other Countries. Peterson Institute for International Economics. Washington: Peter G. Peterson Institute for International Economics.
- Barndt, D. 2014. Photovoice. London: SAGE Publications Ltd.
- Barnett, R. & Rivers, C. 2016. The Age of Longevity. Remaining Tomorrow for Our New Long Lives. Maryland: Rowan & Littlefield.
- Cummings, C. & Shamrova, D. Haastattelu. 10/2016.
- Hogan, H. & Ortman, J. & Velkoff, V. 2014. An Aging Nation: The Older Population in the United States. Population Estimates and Projections. Current Population Reports. U.S. Department of Commerce. Luettu 2.11.2016 <https://www.census.gov/prod/2014pubs/p25-1140.pdf>
- Holstein, M. & Parks, J. & Waymack, M. 2011. Ethics, Aging, and Society. The Critical Turn. New York: Springer Publishing Company LLC.
- Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Keuruu: Otavan Kirjapaino.
- Emme, M. 2012. Photonovella and Photovoice. Thousand Oaks: SAGE Publications Inc
- Jacobsen, L. & Mather, M. & Pollard, K. Population Bulletin. 2015. Aging in the United States. <http://www.prb.org/pdf16/aging-us-population-bulletin.pdf>
- Jussila, P. & Lundahl, R. 2011. Lysti-hankkeen lähtökohdat. Teoksessa Jussila, P. (toim.) Luovaa lystiä, luovat menetelmät osana hoitotyötä. Jyväskylä: Jyväskylän Ammattikorkeakoulu.
- Kansaneläkelaitos. 2013. Vanhuuseläke. Luettu 2.11.2016. [http://www.kela.fi/elakeikalahestyy\\_vanhuuselake](http://www.kela.fi/elakeikalahestyy_vanhuuselake)
- Kansaneläkelaitos. Eläkkeelle jäävän pikaopas. Luettu 5.11.2016. <http://www.kela.fi/elakelaiset>
- Kansaneläkelaitos. Lääkekorvaukset. Luettu 3.1.2017. <http://www.kela.fi/laakkeet>
- Koivula, U-M. & Woodward, A. 2016. Research plan for When I am 84. Future scenarios of elder care in 2036 – comparative study from Finland and USA.
- Kurzweil, R. & Grossman, T. 2010. Bridges to Life. Teoksessa Fahy, G. & West, M. & Coles, S. & Harris, S. (ed.) The Future of Aging. Pathways to Human Life Extension. New York: Springer.
- Laine, P. 2012. Luovuutta työhön. Taidelähtöiset menetelmät työhyvinvoinnin ja työnohjauksen välineinä. EU: Unipress.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 28.12.2012/980.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista. 22.9.2000/812. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>

Medicare.gov. What's Medicare. Luettu 2.1.2017. <https://www.medicare.gov/sign-up-change-plans/decide-how-to-get-medicare/whats-medicare/what-is-medicare.html>  
Medicare.gov. Signing up for Part A & Part B. Luettu 2.1.2017. <https://www.medicare.gov/people-like-me/new-to-medicare/getting-started-with-medicare.html>

Medicare.gov. Medicaid. Luettu 2.1.2017. <https://www.medicare.gov/your-medicare-costs/help-paying-costs/medicaid/medicaid.html>

National Committee to Preserve Social Security & Medicare. 2016. Older Americans Act. 4.2016. Luettu 10.11.2016. <http://www.ncpssm.org/PublicPolicy/OlderAmericans/Documents/ArticleID/1171/Older-Americans-Act>

Nikander, P. 2010. Laadullisten aineistojen litterointi, kääntäminen ja validiteetti. Teoksessa Hyvärinen & Nikander & Ruusuvuori. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Niles-Yokum, K. & Wagner, D. 2011. 7. painos. The Aging Networks. A Guide to Programs and Services. New York: Springer Publishing Company.

Pietilä, J. 2010. Vieraskielisten haastattelujen analyysi ja raportointi. Teoksessa Hyvärinen & Nikander & Ruusuvuori. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Psychology Glossary. Luettu 6.3.2017. Possible selves. <https://www.alleydog.com/glossary/definition.php?term=Possible%20Selves>

Rubin, A. Topi- Tulevaisuuden tutkimuksen oppimateriaali. Lähestymistavat. Luettu 22.2.2017. Tulevaisuuden tutkimiskeskus. Turun Kauppakorkeakoulu. Turun Yliopisto. <https://tulevaisuus.fi/perusteet/tulevaisuudentutkimus-tiedonala/lahestymistavat/>

Rubin, A. Topi- Tulevaisuuden tutkimisen oppimateriaali. Tulevaisuusverstaas. Luettu 22.2.2017 Tulevaisuuden tutkimiskeskus. Turun Kauppakorkeakoulu. Turun Yliopisto. <https://tulevaisuus.fi/metodit/skenaariotyoskentelyn-sovelluksia/osallistavat-menetelmat/tulevaisuusverstaas/>

Says, S. 2014. 'Body age' tells true tale of your health. The News Press. Luettu 5.11.2016. <http://ezproxy.msu.edu.proxy1.cl.msu.edu/login?url=http://search.proquest.com.proxy1.cl.msu.edu/docview/1614366704?accountid=12598>

Sosiaali- ja terveysministeriö. Iäkkäiden palvelut. Luettu 20.1.2017. <http://stm.fi/iakkaiden-palvelut>

Sosiaali- ja terveysministeriö. Palvelut ja etuudet iäkkäille. Luettu 20.1.2017. <http://stm.fi/ikaantyneiden-palvelut>

Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveydenhuollon järjestelmä ja vastuut. Luettu 3.1.2017. <http://stm.fi/sotepalvelut/jarjestelma-vastuut>

Timonen, V. 2008 Ageing Societies: A Comparative Introduction. Berkshire: Open University Press.

Vartiainen, J. 2014. Hyvinvointivaltio ja markkinatalous.  
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116223/vartiainen.pdf>

Welfare Info. 2016. Eligibility Requirements for State Welfare Program. Luettu 6.11.2016. <http://www.welfareinfo.org/>

Welfare Info. 2016. The History of Welfare. Luettu 6.11.2016. <http://www.welfareinfo.org/>

Wright, D. 2014. Optimal Aging for Older Adults: Promoting Health and Addressing Dementias Including Alzheimer's Disease. U.S. Department of Health and Human Services. [https://www.cdc.gov/nchs/ppt/hp2020/hp2020\\_oa\\_dia\\_progress\\_review\\_presentation.pdf](https://www.cdc.gov/nchs/ppt/hp2020/hp2020_oa_dia_progress_review_presentation.pdf)

**LIITTEET**

## Liite 1. Flyer

**Are you in your 60's?**

Have you ever thought about what kind of life you will have when you are 84?

Do you like to take pictures?

Great! Here is an opportunity to think about your future!

I am a bachelor student of Social Work doing my thesis here with faculty at Michigan State University. The thesis is a pilot project to inform development of a cross-national study called "When I am 84".

The study is all about finding out what kind of life people in their 60's think they will have when they are 84 years old.

I am looking for twelve people to join me in this project. If you choose to participate, you will take photographs related to specific themes around aging.

We will meet four times as a group during December and January.

**Are you interested or do you have questions?**

Please contact me Sini Rantamäki via email [rantamae@msu.edu](mailto:rantamae@msu.edu) or Dr. Amanda Toler Woodward at [awoodwar@msu.edu](mailto:awoodwar@msu.edu).

## Liite 2. Ohjelmat tapaamisiin

### First meeting: The structure of the day (9<sup>th</sup> November)

- Introduction 6PM->
- What is this all about? 6.20PM->
- Signing in to participate 6.50PM->
- Photographing and cameras 7.10PM->
- About next meeting 7.30PM->

### Second meeting (16<sup>th</sup> November)

- How process continues?
- Sharing photos
- Voting
- Discussion
- About next week
- Action

### Third meeting (1<sup>st</sup> December)

- Sharing photos
- Voting
- Discussion
- About next week



## Liite 3. Lupa kuviin ja nauhoitukseen

**Photograph Release Form**

I, \_\_\_\_\_, give the *When I'm 84 Research Project* permission to my photographs as part of the project. I agree that *When I'm 84 Research Project* has complete ownership of such pictures, etc., including the entire copyright, and may use them for any purpose consistent with the goals of the project. These uses include but are not limited to a virtual exhibit (website), conference presentations and posters, and other academic articles and presentations. I acknowledge that I will not receive any compensation for the use of such pictures.

I have read and understood this consent and release.

***I give my consent*** to the *When I'm 84 Research Project* to use photographs taken by me as part of my participation in the project.

\_\_\_\_\_  
signature

\_\_\_\_\_  
date

## Liite 4. Lupa kuvattavalta

**Photograph Release Form**

I, \_\_\_\_\_, give the *When I'm 84 Research Project* permission to use photographs of me taken as part of the project. I agree that *When I'm 84 Research Project* has complete ownership of such pictures, etc., including the entire copyright, and may use them for any purpose consistent with the goals of the project. These uses include but are not limited to a virtual exhibit (website), conference presentations and posters, and other academic articles and presentations. I acknowledge that I will not receive any compensation for the use of such pictures.

I have read and understood this consent and release.

***I give my consent*** to the *When I'm 84 Research Project* to use photographs taken of me as part of the project.

\_\_\_\_\_  
signature

\_\_\_\_\_  
date

Liite 5 Reflektio- lomake

## **Photovoice Project**

### **Photo Reflection Form**

Participant Name:	Participants pseudonym#:
Brief description of photo:	
I want to share this photo because...	
What's the real story this photo tells? What is important for people to understand about this photo?	

What does this photo tell others about when I am 84?

## Liite 6 Internetsivu

This website is an exhibit from a pilot project conducted by Sini Rantamäki for her Bachelor's thesis at the Tampere University of Applied Sciences School of Social Services in Tampere Finland. The aim of the project was to learn about the wishes and concerns people in their 60's have about life in their 80s.

Six (6) volunteers participated in a Photovoice project. Photovoice is a participatory research methodology which can be used for example to need assessment and like in this project to learn about wishes and concerns. More about Photovoice you can find for example from here <http://designresearchtechniques.com/casestudies/photovoice/>.

For *When I'm 84*, the participants met four (4) times in November and December 2016. In the first meeting we discussed the project and participants were asked to consider the question "What comes to my mind when I think about aging?" through photography and written narrative. The photos and narratives were shared in the next meeting during which the participants voted for three (3) photos they thought best depicted the themes discussed. The next week participants considered the question: "What is important to me when I am 84?" They shared photos and narratives and voted for three (3) additional photos. In the final meeting, participants provided input on the development of this virtual exhibit.

This exhibit focuses on the six (6) photographs chosen by the participants with a blog post for each of those photos that depicts the nature of the conversation.

<http://wheniam84project.weebly.com>