

Mari Metsävainio

SATEENKAARISENIOREIDEN YKSINÄISYYS

Kysely yli 50-vuotiaille sukupuoli- ja
seksuaalivähemmistöön kuuluville

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Geronomikoulutus

2023



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Geronomi (AMK)
Tekijä/Tekijät	Mari Metsävainio
Työn nimi	Sateenkaarisenioreiden yksinäisyys - Kysely yli 50-vuotiaille sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluville
Toimeksiantaja	Seta ry
Vuosi	2023
Sivut	62 sivua, liitteitä 10 sivua
Työn ohjaaja	Merja Nurmi

TIIVISTELMÄ

Ikääntyvien sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen edustajien eli sateenkaari-senioreiden kokemaan yksinäisyyteen ei ole kotimaisissa tutkimuksissa kiinnitetty huomiota, vaikka kansainvälisten tutkimusten mukaan he ovat muuta ikääntyvää väestöä alttiimpia yksinäisyyden kokemuksille. Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia yli 50-vuotiaiden sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluvien henkilöiden kokemaa yksinäisyyttä, yksinäisyydelle altistavia tekijöitä sekä sitä, miten yksinäisyyttä voitaisiin lievittää.

Opinnäytetyö oli kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus ja tutkimusaineisto kerättiin Webropol -verkkokyselylomakkeella. Kyselylomake sisälsi sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä. Kyselyyn saatiin 49 analysoitavaa vastausta ja ne analysoitiin Webropol -kysely- ja raportointityökalun perusraportin avulla.

Tulosten mukaan vastaajat kokivat sekä emotionaalista että sosiaalista yksinäisyyttä. Kyselyn tulokset osoittivat, että sateenkaari-seniorit kokivat kroonista yksinäisyyttä (melko usein, jatkuvasti) ja myös yksinäisyyden lisääntyminen vanhetessa huolestutti vastaajia. Tutkimuksen mukaan keskeisin krooniselle yksinäisyydelle altistavista tekijöistä oli yksin asuminen. Myös koronapandemia oli lisännyt yksinäisyyttä huomattavasti. Vastaajien iällä ei ollut merkittävää vaikutusta kroonisen yksinäisyyden kokemuksiin, mutta pääkaupunkiseudulla asuvat kokivat muissa Suomen suurissa kaupungeissa asuvia vähemmän kroonista yksinäisyyttä.

Sateenkaari-seniorit kokivat, että heidän omat keinonsa yksinäisyyden lievittämiseen olivat varsin riittäviä. Vastaajat eivät osallistuneet aktiivisesti sateenkaari-ihmisille suunnattuun toimintaan, mutta kokivat esimerkiksi sateenkaari-ihmisille suunnattujen vertaistukiryhmien lievittävän yksinäisyyttä. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Seta ry. Ammatillinen sateenkaari-seniorityö päättyi Seta ry:ssä loppuvuodesta 2021, mutta kyselyn avulla saatua materiaalia voidaan edelleen käyttää toiminnan kehittämisessä ja koulutusmateriaaleissa.

Asiasanat: seniori, seksuaalivähemmistöt, sukupuolivähemmistöt, yksinäisyys

Degree title	Bachelor of Health Care
Author (authors)	Mari Metsävainio
Thesis title	Loneliness among LGBTQ+ elders – A survey of gender minorities and sexual minorities over the age of 50
Commissioned by	Seta
Time	2023
Pages	62 pages, 10 pages of appendices
Supervisor	Merja Nurmi

ABSTRACT

The loneliness experienced by the representatives of older gender and sexual minorities has not been considered in domestic studies, although international studies show that they are more susceptible to the experiences of loneliness than other ageing populations. The objective of this thesis was to study the loneliness experienced by persons aged over 50 who belong to a gender and sexual minority, the factors predisposing them to loneliness and how loneliness could be alleviated.

The thesis was a quantitative study, and the research material was collected using the Webropol web questionnaire. The questionnaire contained both closed and open questions and the responses to the questionnaire were analysed in the framework of the basic report of the Webropol -survey and reporting tool.

According to the results, the respondents experienced both emotional and social loneliness. The results of the survey showed that the respondents experienced chronic loneliness (rather often, constantly) and an increase in loneliness as they grew older worried the respondents. The study showed that living alone was the most important factor that could lead to chronic loneliness. In addition, Covid-19 pandemic had greatly increased loneliness. The age of respondents had no significant impact on the experiences of chronic loneliness, while those living in the capital region experienced less chronic loneliness than those living in other large cities in Finland.

LGBTQ+ elders felt that their own means of alleviating loneliness were quite sufficient. Respondents did not actively participate in activities aimed at LGBTQ+ elders, but felt, for example, that peer support groups aimed at LGBTQ+ people may alleviate loneliness. The thesis was commissioned by Seta. Professional work among LGBTQ+ elders ended at the end of 2021, but the material obtained through the survey can still be used in the development of operations and training materials.

Keywords: elder, LGBTQ+, loneliness

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	HISTORIA JA KÄSITTEET	7
2.1	Lyhyt katsaus sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen historiasta nykypäivään	7
2.2	Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus	9
2.2.1	Sukupuolen moninaisuus	9
2.2.2	Seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus	11
2.2.3	Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöistä käytettävät käsitteet	12
3	IKÄÄNTYVÄN SUKUPUOLI- JA SEKSUAALIVÄHEMMISTÖÖN KUULUVAN KOHTAAMISTA HAASTEISTA	13
3.1	Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudesta ikääntyessä	14
3.2	Yksinäisyys	15
3.3	Aikaisempi tutkimus	17
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	20
4.1	Toimeksiantaja Seta ry	20
4.2	Tutkimuskysymykset	21
4.3	Tutkimuksen toteuttaminen	22
4.4	Tutkimusmenetelmä	23
5	TUTKIMUSTULOKSET	24
5.1	Vastaajien taustatiedot	24
5.1.1	Sukupuoli	25
5.1.2	Sukupuoli- ja/tai seksuaalivähemmistöön kuuluminen	25
5.1.3	Ikä	26
5.1.4	Siviilisääty	27
5.1.5	Talouden vuosittaiset veronalaiset tulot	28
5.1.6	Talouteen kuuluvien henkilöiden lukumäärä	29
5.1.7	Koulutus	30
5.1.8	Asuinpaikka	30
5.2	Yksinäisyys	30
5.2.1	Yksinäisyyden kokeminen	30
5.2.2	Vanhuus ja yksinäisyys	31
5.3	Yksinäisyyden lievittäminen	32
5.3.1	Sosiaaliset suhteet	32
5.3.2	Vastaajien keinot yksinäisyyden lievittämiseen	36
5.3.3	Sateenkaarisenioreiden yksinäisyyden lievittäminen	37
5.4	Vastaajien taustatietojen vaikutuksesta kroonisen yksinäisyyden kokemiseen	38
6	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	41
6.1	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	43

6.2	Jatkotutkimusehdotukset	44
LÄHTEET	46

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Kyselylomake

1 JOHDANTO

Suomessa ikääntyvän väestön yksinäisyydestä on erityisesti viime vuosina puhuttu paljon ja ihmisen ikääntyessä myös yksinäisyyden kokemuksille altistavien tekijöiden, kuten omaan sosiaaliseen verkostoon kuuluvien ihmisten ikääntyminen, toimintakyvyn heikkeneminen ja ystävien kuolemat, on tutkimuksissa todettu lisääntyneen (Routasalo & Pitkälä 2005, 24). Ikääntyvien sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen edustajien eli sateenkaarisenioreiden kokemaan yksinäisyyteen ei kuitenkaan ole kotimaisissa tutkimuksissa kiinnitetty huomiota, vaikka kansainvälisten tutkimusten mukaan he ovat muuta ikääntyvää väestöä alttiimpia yksinäisyyden kokemuksille: sateenkaariseniorit ovat muuhun väestöön verrattuna kaksi kertaa useammin sinkkuja, lapsettomia, asuvat yksin ja heillä on pienemmät sosiaaliset verkostot. (esim. SAGE 2010, 2; 2017; Choi & Meyer 2016, 0.)

Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt ovat pitkään olleet näkymätön ryhmä, sillä heidät on historian saatossa leimattu niin rikollisiksi kuin sairaisiksi (Seta ry 2023; Valtonen & Hakola 2016, 26). Näkymättömyys on ilmeistä myös tutkimuskentällä, joka oli yksi syy aihevalinnalle. Toinen syy aihevalinnalle oli se, että väestön ikääntyessä sateenkaarisenioreiden määrä kasvaa. Vanhustyön näkökulmasta on hyvä huomioida myös se, että ikääntyneisiin kuuluu niin seksuaaliselta suuntautumiseltaan, sukupuoleltaan kuin sukupuolen ilmaisultaankin moninaisia henkilöitä. Lehtonen (2007, 54) muistuttaa, että ikääntyneiden seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuuden huomioiminen sosiaali- ja terveyspalveluissa on myös yksi henkilön hyvinvointia lisäävistä tekijöistä. Laajemmin ajateltuna sateenkaarisenioreiden kohtaamien haasteiden, kuten yksinäisyyden, huomioiminen parantaa heidän näkyvyyttään myös sosiaali- ja terveyspalveluissa.

Opinnäytetyö käsittelee yli 50-vuotiaiden ikääntyvien sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien yksinäisyyttä, sille altistavia tekijöitä sekä sitä, miten yksinäisyyttä voitaisiin lievittää. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Seta ry, joka toteutti ammatillista sateenkaariseniorityötä vuoden 2021 loppuun saakka.

2 HISTORIA JA KÄSITTEET

Tässä luvussa kuvataan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen historiaa Suomessa sekä selvennetään tutkimuksessa käytettäviä käsitteitä.

2.1 Lyhyt katsaus sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen historiasta nykypäivään

Jotta voitaisiin ymmärtää sitä todellisuutta, jossa ikääntyvät sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat elävät, on tarpeen tarkastella sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen historiaa suomalaisessa yhteiskunnassa. Tässä luvussa käsiteltävien asioiden ja tapahtumien kuvaamisella ei kuitenkaan pyritä täydellisyyteen, vaan siinä kuvataan juuri tämän tutkimuksen näkökulmasta olennaisia tapahtumia. Olennaista on muun muassa ymmärtää se, miten yhteiskunnan rakenteet, lainsäädäntö ja sairausluokitukset ovat vaikuttaneet sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen elämään ja miten nämä tapahtumat voivat yhä edelleenkin tämän ryhmän elämässä näkyä.

Ikääntyviä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluvia on usein luonnehdittu näkymättömäksi ja hiljaiseksi ryhmäksi. Tähän näkemykseen on useita syitä: muun muassa yhteiskunnan kielteinen asenne heitä kohtaan sekä rikolliseksi ja sairaiksi leimaaminen. Suomen rikoslain mukaan homoseksuaaliset teot luokiteltiin rikollisiksi vuoteen 1971 saakka, ja homoseksuaalisiin tekoihin kehottaminen oli rikos vielä vuoteen 1999 saakka. Homoseksuaalisuus luokiteltiin myös sairaudeksi vuoteen 1981 saakka. (Seta ry; Valtonen & Hakola 2016, 16.) Näillä toimilla yhteiskunta ikään kuin viestitti sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöille, etteivät he saisi näkyä yhteiskunnassa, eivätkä he saisi olla sellaisia kuin he ovat. Tämän seurauksena moni päätyi ns. elämään kaapissa ja piilottamaan sukupuoli-identiteettinsä, sukupuolen ilmaisunsa sekä seksuaalisen suuntautumisensa. Tällöin kaapissa eläminen toimi useille ihmisille suojautumiskeinona syrjintää ja kaltoinkohtelua vastaan. Kaapilla tarkoitetaan sitä, että henkilö salaa oman seksuaalisen suuntautumisensa tai sukupuoli-identiteettinsä. Kaapista ulos tulemisella tarkoitetaan puolestaan seksuaalista suuntautumisesta ja sukupuoli-identiteetistä kertomista avoimesti. (Valtonen & Hakola 2016, 16.)

Koska homoseksuaalisiin tekoihin kehottaminen oli kuitenkin rikos vielä vuoteen 1999 saakka, asiallista tietoa seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuolen moninaisuudesta ei ole aina ollut vaivatta saatavilla. Sen sijaan lehdistö uutisoi esimerkiksi homoudesta varsin sensaatiohakuisesti ja muun muassa lääketieteellinen suhtautuminen homouteen oli varsin häiriökeskeistä. (Valtonen & Hakola 2016, 16.)

2000-luvulle tultaessa sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien oikeudet kasvoivat. Vuonna 2002 Laki rekisteröidystä parisuhteesta astui voimaan. Vuonna 2003 astui voimaan Laki transseksuaalin sukupuolen vahvistamisesta eli nk. translaki. Vuonna 2011 transvestisuus poistettiin sairausluokituksesta Suomessa ja vuonna 2014 astui voimaan Laki yhdenvertaisuudesta eli yhdenvertaisuuslaki, joka sisälsi syrjinnän kiellon ja velvoitti viranomaisia yhdenvertaisuuden edistämiseen seksuaalisen suuntautumisen perusteella. Tasa-arvolain (laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta) uudistus tuli voimaan vuoden 2015 alussa. Tasa-arvolain uudistuksessa sukupuoleen liittyvää syrjintäkieltoa laajennettiin koskemaan myös sukupuoli-identiteettiä tai sukupuoleen perustuvaa syrjintää. Tasa-arvoinen avioliittolaki (Laki avioliittolain muuttamisesta) tuli voimaan vuonna 2017. Yksi kuluvan vuoden merkittävä tapahtuma on nk. translain (Sukupuolen vahvistamista säätelevä laki) astuminen voimaan 3.4.2023. (Seta ry 2023.)

Yhteiskunnassa vallitsevat käsitykset siitä, miten asioiden kuuluisi olla, vaikuttavat edelleen käsityksiin myös ikääntyneiden seksuaalisuudesta, seksuaalisesta suuntautumisesta, sukupuoli-identiteetistä ja sukupuolen ilmaisusta. (Valtonen & Hakola 2016, 18-19). Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat törmäävät usein heteronormatiivisuuteen ja sukupuolinormeihin. Heteronormatiivisuus tarkoittaa sitä, että heteroutta pidetään kaikkia muita seksuaalisia suuntautumisia luonnollisempana, normaalimpana ja toivotumpana. Sukupuolinormilla tarkoitetaan vahvaa käsitystä siitä, että sukupuolet ovat jaettavissa vain kahteen, binääriseen sukupuoleen (mies tai nainen), jolloin kaikki ihmiset ovat jompaa kumpaa sukupuolta, eikä kukaan voi olla mitään siltä väliltä. Sukupuolinormi voi sisältää myös käsityksen siitä, että ihmisen tulee käyttäytyä sukupuolelleen oletettavalla, tyypillisellä tavalla. (Valtonen & Hakola 2016, 18-19; Tasa-arvosanasto.)

Myöskään sateenkaarisenioreiden yksinäisyydestä puhuttaessa ei siis voida sivuuttaa niitä tosiasioita ja asenteita, joita historian saatossa on pidetty yllä niin kulttuurisesti, poliittisesti kuin sosiaalisestikin (Fredriksen-Goldsen & Muraco 2010, 373). Kaikilla edellä kuvatuilla asioilla voi siis edelleen olla merkittäviä vaikutuksia myös ikääntyvien sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien kokemaan yksinäisyyteen (Seta ry 2023; Alzheimer's Assosiation, 4–6).

2.2 Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus

2.2.1 Sukupuolen moninaisuus

Länsimaisessa yhteiskunnassa sukupuoli liitetään edelleen vahvasti ihmisen biologiaan. Tämän käsityksen mukaan yksilön sukupuoli voidaan määritellä henkilön ulkoisista sukuelimistä, piirteistä, geneettisistä tai hormonaalisista ominaisuuksista. Käsitys sukupuolesta on kuitenkin ylläesitettyä laajempi kokonaisuus, sillä se on myös ihmisen oma kokemus itsestään. (Valtonen & Hakola 2016, 8-9.) Yksilön sukupuoli määritellään joukoksi erilaisia geneettisiä, kehityksellisiä, hormonaalisia, fysiologisia, psykologisia, sosiaalisia ja kulttuurisia ominaisuuksia, jotka muodostavat yhdessä jatkumon. Sukupuolen moninaisuus viittaa siihen, että yksilön sukupuoli on moninaisempi ilmiö kuin se, että sukupuoli jaettaisiin vain kahteen, toisilleen vastakkaiseen ja selvästi toisistaan erotettavaan sukupuoleen. Sukupuoli ei siis tällöin rajoitu pelkästään mieheen ja naiseen, vaan henkilö voi olla molempia samanaikaisesti, jotakin siltä väliltä tai sitten jotakin aivan muuta. Joillakin ihmisillä ei puolestaan ole sukupuolta lainkaan. Yksilön sukupuolen fyysinen ja psyykkinen kehitys sekä sukupuolen kokeminen voivat vaihdella päivittäin tai koko ihmisen elämän ajan. (Seta ry 2023.)

Sukupuolen moninaisuudesta puhuttaessa tulee myös huomioida se, että jokaisen ihmisen kokemus omasta sukupuolestaan on yksilöllinen (Seta ry 2023). Yksilötasolla sukupuolen moninaisuudesta voidaan puhua monin eri tavoin, toisaalta jokaisen yksilön sukupuoli on ainutlaatuisista ja yksilöllisistä piirteistä koostuva ja moninainen. Toisaalta sukupuolen moninaisuudella voidaan tarkoittaa jotakin ominaisuutta, jonka ajatellaan olevan sukupuolivähemmistöille tyypillinen. (Seta ry 2023; THL 2022.)

Sukupuoli-identiteetti puolestaan liittyy henkilön omaan sisäiseen ymmärrykseensä sukupuolestaan tai sukupuolettomuudestaan (Seta ry 2023; Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus). Myös sukupuolen ilmaisu kuuluu sukupuolen moninaisuuteen. Sillä tarkoitetaan kaikkea yksilön toimintaa ja käyttäytymistä, joiden avulla hän ilmaisee sekä itselleen että muille olevansa mies, nainen tai jotakin muuta. (Seta ry 2023.)

Sukupuolen moninaisuuteen kuuluvat sekä sukupuolivähemmistöt että sukupuolienemmistöt. Sukupuolienemmistöön kuuluvat cis-ihmiset, jotka ilmaisevat syntymässä määritellyä sukupuoltaan ja ne, jotka määrittävät omaksi sukupuolekseen syntymässä määritellyn sukupuolen (Seta ry 2023).

Sukupuolivähemmistöön kuuluva henkilö ei koe syntymässä määritellyä sukupuolta omakseen tai henkilön sukupuoli, sen ilmaisu ja kokemus eivät joiltain osin tai kokonaan vastaa normatiivista käsitystä sukupuolesta. (Seta ry 2023; Sukupuolen osaamiskeskus.) Sukupuolivähemmistöön kuuluvat transihmiset, sukupuolettomat ja intersukupuoliset. Transihmisiin voivat kuulua sukupuolettomat, transsukupuoliset, transvestiitit ja muunsukupuoliset. (Seta ry 2023.)

Yleistermiä transihminen käsittää henkilöt, joiden sukupuoli tai sukupuolen ilmaisu eroaa syntymähetkellä määritellystä sukupuolesta (THL 2023). Transihmisiin sisältyvät transsukupuoliset, muunsukupuoliset ja toisinaan myös transvestiitit. Transsukupuolisella viitataan henkilöön, jonka syntymässä määritelly sukupuoli ei vastaa hänen sukupuoltaan. Muunsukupuolinen tai transgender viittaa henkilöön, joka ei koe binäärisukupuolen eli miehen tai naisen kuvaavan hänen sukupuoltaan. Tällöin henkilö voi kokea olevansa jotakin näiden kahden väliltä tai sitten aivan jotakin muuta. Toisaalta joku voi kokea, ettei hänellä ole sukupuolta lainkaan. Transvestiitillä tarkoitetaan henkilöä, joka voi olla pääsääntöisesti tyytyväinen syntymähetkellä määritettyyn sukupuoleen, mutta hänellä voi olla tarve ilmentää toista sukupuolta esimerkiksi pukeutulla tai meikkaamalla (Trasek ry 2023.)

Intersukupuolisuudella viitataan ihmisiin, joiden sukupuolitettuja fyysisiä ominaisuuksia heidän kehoissaan ei voida määritellä nais- tai miestyyppillisiksi. Tällöin puhutaan esimerkiksi sukuelimistä tai kromosomeista. Intersukupuolisuus ei ole aina tarkkaan diagnosoitua. (Tasa-arvosanasto 2023.)

Suomessa nk. translaki säätelee juridisen sukupuolen muuttamista. Sukupuolella on juridinen määre, ja Suomessa yksilön sukupuoli voidaan määritellä juridisesti joko mieheksi tai naiseksi eli kolmatta juridista sukupuolivaihtoehtoa ei toistaiseksi ole säädetty. Joissain maissa sukupuolia on kuitenkin määritetty useampia. (Seta ry 2021; Seta 2023.) Sukupuolen vahvistamista säätelevän lain (nk. translaki) uudistamisesta tehtiin kansalaisaloite keväällä 2021, sillä hallitusohjelmaan kirjattua translain uudistusta pidettiin puutteellisena. Tuohon uudistukseen on kirjattu omaan selvitykseen perustuvan juridisen sukupuolen vahvistamisen olevan mahdollista vain täysi-ikäisille. Tästä syystä kansalaisaloitteessa esitettiin sukupuolen vahvistamisen mahdollistamista omalla ilmoituksella myös vähintään 15-vuotiaille nuorille. (Yle 2021.)

Ihmisoikeuksia valvovien komiteoiden ja Euroopan ihmisoikeustuomioistuimen mukaan vanha translaki loukkasi ihmisoikeuksia. Myös YK:n piirissä Suomi on saanut useilta mailta suosituksen translain uudistamiseen. (Amnesty International 2023.) Uusi translaki hyväksyttiin eduskunnassa 1.2.2023 ja se astuu voimaan 3.4.2023. Lain mukaan henkilön juridinen sukupuoli voidaan vahvistaa kuuluvaksi toiseen sukupuoleen Digi- ja väestötietovirastossa (DVV) kerran vuodessa, mikäli henkilö on täysi-ikäinen Suomen kansalainen tai Suomessa asuva henkilö. Lisäksi henkilön tulee tehdä kirjallinen selvitys siitä, että hän kokee kuuluvansa vahvistettavaan sukupuoleen. (Seta ry 2021; 2023.)

Tarkkaa arviota sukupuolivähemmistöön kuuluvista henkilöistä ei ole, mutta esimerkiksi vuoden 2019 kouluterveyskyselyssä 3 % nuorista kertoi kuuluvansa sukupuolivähemmistöön (Jokela ym. 2020, 12). Intersukupuolisia arvioidaan olevan Suomessa noin 1,7 % (Oikarinen 2019, 26).

2.2.2 Seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus

Tässä luvussa toki kuvataan seksuaalista suuntautumista, mutta se ei pyri olemaan täydellinen kuvaus seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudesta, sillä ihmisen seksuaalinen suuntautuminen on aina itsemäärittelykysymys ja perinteisten määritelmien rinnalle syntyy jatkuvasti uusia määritelmiä (Seta ry 2023). Seksuaalisessa suuntautumisessa kyse on siitä, keneen ihminen tuntee vetoa emotionaalisesti ja/tai eroottisesti (Terveyskirjasto 2018). Seksuaali-

nen suuntautuminen määritellään usein sekä oman että toisen henkilön sukupuolen avulla. Seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudella viitataan koko suuntautumisten kirjoon. Mikäli ihminen tuntee vetoa eri sukupuoleen kuin mitä itse on, sitä kutsutaan heteroudeksi ja mikäli hän tuntee vetoa oman sukupuolensa edustajaan, tällöin puhutaan homoudesta. Yleensä homolla tarkoitetaan miehistä kiinnostunutta miestä, lesbolla puolestaan naisista kiinnostunutta naista. Toisaalta homo-sana on sukupuolesta riippumaton ja myös naisista kiinnostunut nainen voi määritellä itsensä homoksi. (Seta ry 2023; Valtonen & Hakola 2016, 8-9.)

Biseksuaalit voivat tuntea vetoa sekä miehiin että naisiin tai he voivat kokea, ettei kohteen sukupuolella ole merkitystä. Osittain biseksuaalisuuden kanssa päällekkäin menevä termi on panseksuaalisuus. Panseksuaali eli panseksuaalinen ihminen tuntee emotionaalista tai eroottista vetoa kaikkia sukupuolia kohtaan eli kohteen sukupuolella ei ole merkitystä. (Seta ry 2023; Valtonen & Hakola 2016, 8-9.) Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat voivat käyttää itsestään myös sanaa ”queer”. Tällöin sillä tarkoitetaan henkilöä, joka ikään kuin pakenee määritelmiä, ja kokee perinteisen sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen määrittelyn olevan liian rajoittavaa. Lyhenteellä ”Q” voidaan viitata englannin kielenunaan ”*questioning*”. Tällöin sillä voidaan tarkoittaa sekä henkilön oman seksuaalisen suuntautumisen etsimistä että ihmisen suhtautumista koko seksuaalisen suuntautumisen määrittelyn mielekkyyteen. (Seta ry 2023.) Esimerkiksi vuoden 2019 kouluterveyskyselyyn vastanneista nuorista 9 % ilmoitti kuuluvansa seksuaalivähemmistöön (Jokela ym. 2020, 12).

2.2.3 Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöistä käytettävät käsitteet

Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvuutta saatetaan usein kuvata erilaisilla kirjainlyhenteillä. Seksuaalivähemmistöistä saatetaan usein käyttää lyhennettä HLB eli homot, lesbot ja biseksuaalit (Seta ry 2023). Kirjainlyhenteet LHBTIQ tai HLBTIQ tarkoittavat kokoavaa kirjainlyhennettä ryhmistä lesbot, homot, biseksuaalit, transihmiset, intersukupuoliset ja queerit. Kirjainlyhenteestä on olemassa eri versioita sen mukaan, mihin ryhmiin ko. kirjainlyhenteellä halutaan kulloinkin viitata. Yllä mainitun kirjainlyhenteen loppuun voidaan myös lisätä eri kirjaimia kuvaamaan jotakin tiettyä ryhmää tai vaikkapa

plusmerkki tarkoittamaan laajempaa listaa. Kirjainlyhenteitä käytetään yleisesti kuvattaessa ryhmiä, jotka poikkeavat normista seksuaaliselta suuntautumiseltaan, sukupuolen ilmaisultaan ja sukupuoli-identiteetiltään. (Tasa-arvosanasto; Valtonen & Hakola 2016, 5.)

Myös tutkimuskirjallisuudessa sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista käytetään usein erilaisia kirjainyhdistelmiä, kuten suomenkielistä kirjainyhdistelmää HLBT (engl. LGBT = Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender). Tähän joukkoon katsotaan kuuluvaksi lesbot, homoseksuaalit, biseksuaalit ja transsukupuoliset henkilöt. (esim. Choi & Meyer 2016, 0; SAGE 2010, 6.) Edellä kuvattuja käsitteitä käytettäessä on kuitenkin syytä ottaa huomioon se, ettei niiden käytöllä voida kuvata koko kirjoa eli ne eivät kosketa kaikkia samalla tavalla.

Sateenkaari-etuliitteellä kuvataan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvia henkilöitä ja perheitä. Kun tässä yhteydessä puhutaan ikääntyvistä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista henkilöistä, heistä käytetään termiä sateenkaariseniorit. Tätä termiä on käytetty vakiintuneesti esimerkiksi Seta ry:n Yhdenvertainen vanhuus ja Yhdenvertainen vanhuus II-projekteissa. (Tammisalo 2017, 3.)

Tässä opinnäytetyössä sateenkaariseniorilla tarkoitetaan sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön kuuluvaa yli 50-vuotiasta henkilöä ja jatkossa tässä opinnäytetyössä puhutaan sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista ikääntyvistä sateenkaarisenioreina. Kansainväliseen tutkimuskirjallisuuteen viitattaessa voidaan selvyyden vuoksi merkitä tutkimuksissa käytetty kirjainyhdistelmä sulkuihin selventämään sitä, mitä ryhmää ko. tutkimuksessa on kulloinkin tutkittu.

3 IKÄÄNTYVÄN SUKUPUOLI- JA SEKSUAALIVÄHEMMISTÖÖN KUULUVAN KOHTAAMISTA HAASTEISTA

Tässä luvussa käsitellään sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuuden merkitystä ikääntyessä, yksinäisyyttä ja luodaan katsaus aikaisempaan tutkimukseen.

3.1 Sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudesta ikääntyessä

Tässä luvussa kuvataan lyhyesti sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuuden vaikutuksia yksilön ikääntyessä. Ensinnäkin yksilön seksuaalisuudella on keskeinen rooli koko ihmisen elämänkaareissa. Yksilön seksuaalisuudesta puhuttaessa on virheellistä ajatella, että seksuaalisuudella viitattaisiin aina seksiin tai sukupuoliyhteyteen, vaan sen ymmärtäminen laajempaan käsitteeseen on erittäin tärkeää (Rautasalo 2008, 18). Vaikka seksuaalisuus on varsin laaja käsite, siihen kuuluvat ainakin seksuaalinen suuntautuminen, erotiikka, mielihyvä, intiimit suhteet, lisääntyminen, sukupuoli, sukupuoli-identiteetti sekä sukupuoliroolit. Seksuaalisuus ei ole yksilön valintaa, vaan se kuuluu erottamattomana osana ihmisen inhimilliseen elämään sekä terveyteen ja mielen hyvinvointiin. (Mieli ry 2021; THL 2020.)

Yksilön seksuaalisuuteen vaikuttavat niin biologiset, psykologiset kuin sosiaalisetkin tekijät. Myös taloudellinen tilanne, vallitseva poliittinen ilmapiiri, ympäröivä kulttuuri ja historia sekä uskonto ja lait vaikuttavat osaltaan yksilön seksuaalisuuteen. (WHO 2010.) Edellä kuvatuilla seikoilla on ollut huomattavia vaikutuksia erityisesti sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien elämään, sillä kuten aiemmin on todettu, ympäröivä yhteiskunta, asenteet ja kulttuuri ovat vaikuttaneet merkittävästi siihen, miten ja missä määrin vaikkapa seksuaalista suuntautumista tai sukupuolta on voinut ilmaista tai tuoda esiin.

Yksilön ikääntyessä seksuaalisuudesta uhkaa tulla tabu, jota ohjaavat virheeliset käsitykset ja monenlaiset ennakkoluulot. Suhtautuminen ikääntyvien seksuaalisuuteen on säilynyt edelleen varsin kielteisenä, eikä siitä ole juurikaan saatavilla tutkittua tietoa. Yksilön seksuaalinen suuntautuminen ei kuitenkaan poistu tai menetä merkitystään ihmisen ikääntyessä. (Kivelä 2012, 71.)

Seksuaalivähemmistöjen ja heteroseksuaalien sairastavuudessa on eroja. Fredriksen-Goldsenin ym. (2013) mukaan homoseksuaalien ja lesbojen kohdalla masennus on heteroseksuaaleja yleisempää ja myös itsemurhariski on suurempi. Heteroseksuaaleihin verrattuna alkoholinkäyttö ja tupakointi on yleis-

sempää seksuaalivähemmistöjen keskuudessa. Transsukupuolisten ikääntyneiden läpikäymillä hormonihoidoilla voi olla pitkäaikaisia seurauksia. Yksilön ikääntyessä hormonihoitot lisäävät lääkekuormaa ja riskiä lääkkeiden haitallisille yhteisvaikutuksille (Choi & Meyer 2016, 1; Irni & Wickman 2013, 27-28.) Siihen, liittyykö sairastavuus henkilön kokemaan yksinäisyyteen, eivät nämä tutkimukset ota kantaa.

Vanhuspalvelujen näkökulmasta erityisen huolestuttavaa on se, ettei sateenkaarisenioreiden olemassaoloa sosiaali- ja terveyspalvelujen asiakkaina edelleenkaan tunnusteta tai tunnisteta. Sateenkaariseniorit itse puolestaan kokevat tulevansa syrjityiksi käyttäessään sosiaali- ja terveyspalveluja. Tämä selviää myös Sisäministeriön teettämästä selvityksestä *Ikäihmisten moninaisuus näkyväksi* (2014, 198). Tutkimuksista selviää, että ikääntyvät sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvat välttelevät hoitoon hakeutumista epäasiallisen kohtelun ja syrjinnän pelossa (Choi & Meyer 2016, 1; Valtonen & Hakola 2016, 6). Toisaalta tunnelin päässä näkyy valoa, sillä Euroopan perusoikeusviraston (FRA) vuonna 2019 tekemästä kyselytutkimuksesta käy ilmi, että asenteet sukupuolen moninaisuutta kohtaan olivat muuttuneet myönteisemmiksi viimeisen viiden vuoden aikana (FRA 2020).

3.2 Yksinäisyys

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan yksinäisyyden kokemusta yli 50-vuotiaiden sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluvien näkökulmasta. Koska osa kyselyyn vastaajista todellakin on työikäisiä, on selvää, ettei tässä opinnäytetyössä voida tarkastella pelkästään yli 65-vuotiaiden kokemaa yksinäisyyttä vaan kenttä on tässä mielessä huomattavan paljon laajempi. Seuraavaksi kuvataan yksinäisyyden ilmiötä sekä sitä, millaisena ilmiönä se tässä tutkimuksessa näyttäytyy.

Yksinäisyydelle ei ole olemassa vain yhtä, yksiselitteistä määritelmää vaan sen nähdään olevan vahvasti yksilön subjektiivinen kokemus (Mielenterveystalo). Vaikka yksinäisyys on yksilön sisäinen kokemus, siihen voivat vaikuttaa myös monet ulkoiset tekijät, kuten sosiaalisten suhteiden puute (Moisio & Rämö 2007, 392). On myös hyvä muistaa, ettei yksinäisyys aina ole kielteistä

tai aiheuta yksinäisyyden kokijassa kielteisiä tunteita, vaan yksinäisyys voi perustua myös yksilön omaan valintaan. Kuitenkin yksinäisyyden kokemusten on kiistatta todettu olevan eräs yksilön syrjäytymiseen ja terveydentilaan vaikuttavista keskeisistä tekijöistä (Moisio & Rämö 2007, 392; SAGE 2010, 6). Koettu yksinäisyys liitetään usein henkilön kokemukseen omasta, kokonaisvaltaisesta terveydestään. Esimerkiksi tanskalaistutkimuksen mukaan yksinäiseksi itsensä kokevilla todettiin olevan jopa kaksinkertainen riski sairastua sydänsairauksiin, yksinäisyys heikensi elämänlaatua sekä altisti ahdistukselle ja masennukselle (Science Daily 2012). Routasalo & Pitkälä (2005) perään kuuluttavat yksinäisyys -käsitteen selventämistä suomen kielessä, sillä yhdellä sanalla, *yksinäisyydellä*, kuvataan sekä myönteistä että kielteistä yksinäisyyttä. Esimerkiksi englannin kielessä yksinäisyyttä ja sen eri vivahteita voidaan kuvata useilla eri ilmaisuilla, kuten *solitude* tai *loneliness*.

Ilmiönä yksinäisyyttä on tutkittu jo vuosikymmenten ajan eri tieteenaloilla ja monenlaisista teoreettisista lähtökohdista. Yksinäisyyden ilmiötä lähestyttäessä on usein viitattu sosiologi Robert Weissin tekemään jaotteluun emotionaaliseen ja sosiaalisesta yksinäisyydestä. Weissin mukaan emotionaalinen yksinäisyys aiheutuu läheisen kiintymyssuhteen tai intiimin kiintymyksen kohteen, kuten puolison tai lapsen menettämisestä tai puuttumisesta. Käytännössä emotionaaliseen yksinäisyyteen voivat vaikuttaa vaikkapa leskeksi jääminen, yksin asuminen tai alentunut toimintakyky. Tällöin yksilö voi kokea yksinäisyyttä myös ihmisten keskellä, perhe- ja/tai ystävyssuhteissa. Sosiaalisen yksinäisyyden ajatellaan puolestaan johtuvan sosiaalisten kontaktien ja sosiaalisen vuorovaikutuksen vähyydestä, niiden täydellisestä puuttumisesta tai yhteyden tunteen puuttumisesta. (Tiilikainen 2016, 15; HelsinkiMissio 2023; Mielenterveystalo 2023.) Yksilön ikääntyessä koettu yksinäisyys voidaan puolestaan emotionaalisen ja sosiaalisen yksinäisyyden lisäksi jakaa myös fyysiseen yksinäisyyteen, jolla tarkoitetaan kosketuksen, seksuaalisuuden ja läheisyyden puuttumista (Mielenterveystalo 2023).

Yleinen käsitys on, että yksinäisyyden kokemukset lisääntyvät yksilön ikääntyessä. Yksinäisyyden kokemuksen tai ikääntymisen välillä ei kuitenkaan ole osoitettu olevan yksiselitteistä yhteyttä, vaikka yli 75-vuotiaat kokevat itsensä yksinäisemmiksi kuin nuoremmat ja toisaalta yksinäisyyden ilmaantuvuus ta-

saantuu 90 ikävuoden jälkeen. Suomessa 36-39 % ikääntyneistä kokee yksinäisyyttä ainakin toisinaan. Yksilön ikääntyessä yksinäisyyden kokemukselle altistavat tekijät usein kuitenkin lisääntyvät: yksilön sosiaaliseen verkostoon kuuluvat ihmiset ikääntyvät, toimintakyky heikkenee ja ystävät kuolevat. (Routasalo & Pitkälä 2005, 24.) Tilastokeskuksen vuoden 2018 elinolotilastosta puolestaan selviää, että 75 vuotta täyttäneet ja yksin asuvat kokivat eniten yksinäisyyden tunteita (Tilastokeskus 2019).

3.3 Aikaisempi tutkimus

Tutkimuskirjallisuuden etsiminen osoittautui yllättävän haasteelliseksi, eikä kotimaisia tutkimuksia sateenkaarisenioreiden kokemasta yksinäisyydestä löytynyt lopulta lainkaan. Tässä yhteydessä on kuitenkin syytä mainita Euroopan perusoikeusvirasto (FRA), joka on toteuttanut useita sateenkaari-ihmisille suunnattuja kyselytutkimuksia, jotka sisältävät tämän tutkimuksen näkökulmasta mielenkiintoista tietoa muun muassa suomalaisten yli 55-vuotiaiden sateenkaarisenioreiden talouden koosta, siviilisäädystä ja parisuhdetilanteesta. Ammattikorkeakoulutasoisissa opinnäytetöissä ikääntyneiden seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien asemaa on käsitelty lähinnä vanhuspalvelujen käyttäjien ja yhdenvertaisen vanhuuden näkökulmasta, mutta näissä yksinäisyyden temaa ei ole tuotu esiin (vrt. Jalava 2013; Hellsten & Pörsti 2020; Tammisalo 2017).

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys nojaa pääasiassa saatavilla olevaan yhdysvaltalaiseen tutkimukseen. Yhtenä syynä kotimaisen tutkimusaineiston puuttumiselle voidaan pitää sitä, ettei sateenkaarevasta väestöstä juurikaan toistaiseksi kerätä virallista tilastotietoa. Julkisilla varoilla rahoitetuissa kyselytutkimuksissa ja koko väestöä koskevassa tiedonkeruussa korostetaan usein kahta sukupuolta ja heteronormatiivisuutta. Sukupuolen moninaisuus ei siis tilastotiedoissa näy, sillä suomalaisessa väestötietojärjestelmässä sukupuoli määritellään edelleen binäärisesti, eli henkilön sukupuoli on joko mies tai nainen. Myöskään henkilön seksuaalisuutta ei tilastoida, joten esimerkiksi seksuaalivähemmistöön kuuluvien henkilöiden lukumäärää ei voida tarkkaan arvioida. Lisäksi EU:n tietosuoja-asetus rajoittaa erityisten henkilötietoryhmien tallentamista. (Tilastokeskus 2013; 2019.)

Virallisista tietolähteistä saataisiin laajempi ja totuudenmukaisempi kuva, mikäli käytössä olisi myös kolmas juridinen sukupuoli kuten Australiassa, Kanadassa ja Saksassa. Iso-Britanniassa vuoden 2021 väestölaskentaan sisällytettiin yli 16-vuotiaille vapaaehtoiset kysymykset seksuaalisesta suuntautumisesta ja trans-taustasta (Oikeusministeriö 2021). Vaikka sateenkaarisenioreiden määrä lisääntyy kasvavalla vauhdilla, he pysyvät varsin näkymättömänä ryhmänä, jotka ovat myös vanhuuden tutkimuskentällä varsin aliedustettuja (Fredriksen-Goldsen & Kim 2017, 1). Toisaalta sateenkaarisenioreiden yksinäisyyteen on alettu kiinnittää entistä enemmän huomiota siksi, että heidän oikeutensa ja tarpeensa on alettu tiedostaa yhteiskunnallisesti paremmin (Hughes 2015, 1).

Kansainvälisissä tutkimuksissa yli 50-vuotiaiden sateenkaarisenioreiden kokema yksinäisyyttä on lähestytty muun muassa yksinäisyydelle altistavien tekijöiden näkökulmasta. Tutkimuksissa on todettu, että yksinäisyys on ylipäättään yksi ikääntyvien terveyttä uhkaava tekijä (esim. Fredriksen-Goldsen & Kim 2016, 1). Muuhun ikääntyvään väestöön verrattuna sateenkaarisenioreilla on pienemmät sosiaaliset verkostot, joihin he voivat tukeutua ikääntyessään. He ikääntyvät muita useammin ilman kumppania, asuvat useammin yksin ja he ovat useammin lapsettomia. (SAGE 2010, 48.)

Laajassa, yli 2000 vastaajasta koostuneessa yhdysvaltalais tutkimuksessa (Fredriksen-Goldsen ym. 2011, 1) osoitettiin, että jopa 53 % ikääntyneistä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista kertoi olevansa yksinäisiä.

Tutkimusten mukaan sateenkaarisenioreiden kokeman yksinäisyyden riskitekijöinä voidaan nähdä yksin asuminen, sinkkuna eläminen sekä pienet sosiaaliset verkostot. Australialaistutkimus yli 50-vuotiaiden sateenkaarisenioreiden yksinäisyyden kokemuksista ja sosiaalisesta tuesta osoitti, että he olivat muuta väestöä yksinäisempiä ja yksinäisyyden kokemus oli yhteydessä muun muassa yksin asumiseen ja elämiseen ilman kumppania. (Hughes 2015, 1; Fish & Weis 2019, 1.) Toisaalta vastaajat raportoivat, että ongelmien ilmaantumisessa heillä oli kuitenkin mahdollisuus tukeutua sekä biologisen perheensä että ystäviensä apuun. Eniten yksinäisyyttä kokeneet halusivat osallistua muita vastaajia enemmän erilaisiin sosiaalisiin aktiviteetteihin muiden sateenkaari-ihmisten kanssa. (Hughes 2015, 1.)

Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen kokemaa yksinäisyyttä on tutkimuksissa verrattu usein heteroseksuaalisiin ikätovereihin. Esimerkiksi Fokkema & Kuyper (2009) sekä Gorczynski & Fasoli (2021) osoittivat tutkimuksissaan, että ikääntyneet LGB-henkilöt olivat merkittävästi heteroseksuaalisia ikätovereitaan yksinäisempiä. Lisäksi he olivat useimmiten kokeneet avioeron, heillä ei ollut lapsia tai heillä oli vähemmän kontakteja lapsiinsa. Yhteydenpito myös muihin perheenjäseniin oli harvinaisempaa. Lisäksi erityisesti lesbot ja homoseksuaalit ilmaisivat huolensa siitä, että vanhetessaan heistä tulee yksinäisiä tai he eivät saa tukea muilta ihmisiltä. Myös Hughes (2015) raportoi tutkimuksessaan samansuuntaisia tuloksia: lesbot ja homoseksuaalit ilmaisivat huolensa siitä, ettei heillä ole vanhetessaan ketään, joka tarjoaisi heille henkistä tukea.

Myös yhdysvaltalais tutkimuksessa (Fredriksen-Goldsen ym. 2013) ja Kanadassa tehdyissä väestötutkimuksissa kävi ilmi, että sateenkaariseniorit asuivat muita useammin yksin (Fredriksen-Goldsen ym. 2013; Wallace ym. 2011). Yksin asuminen oli yhteydessä sosiaaliseen eristäytyneisyyteen, mikä oli edelleen yhteydessä muun muassa huonoon fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen (vrt. Fredriksen-Goldsen ym. 2013).

Sateenkaarisenioreiden kokeman yksinäisyyden lievittämiseen on myös tutkimuksissa tarjottu erilaisia vaihtoehtoja. Esimerkiksi Fish & Weis (2019, 1) muistuttavat, että laajemmat ja vahvemmat sosiaaliset verkostot ja se, että henkilö todella kokee kuuluvansa osaksi jotakin yhteisöä, lievittävät yksinäisyyttä.

Fredriksen-Goldsen & Kim (2016, 1) osoittivat tutkimuksessaan, että sateenkaarisenioreiden yksinäisyyttä voitiin lievittää asumisjärjestelyjen avulla. Heidän tutkimuksensa mukaan sateenkaarisenioreista (LGB) yli puolet 56 % asui yksin, 37 % asui kumppanin tai puolison kanssa ja lähes 8 % kertoi asuvansa jonkun toisen kanssa, joka ei ollut kumppani tai puoliso. Yksin asuvilla oli pienemmät sosiaaliset verkostot verrattuna heihin, jotka asuivat kumppanin tai puolison kanssa. On kuitenkin mielenkiintoista huomata, ettei pelkästään kenen tahansa toisen henkilön kanssa asuminen (ellei kyseessä ollut kumppani tai puoliso) suojannut yksinäisyyden kokemuksilta, vaan päinvastoin. Myös

Grossman ym. (2000) kykenivät osoittamaan tutkimuksessaan saman tuloksen.

Grossman ym. (2000, 175) havaitsivat tutkimuksessaan, että mitä tyytyväisempiä sateenkaariseniorit (LGB) olivat saamaansa sosiaaliseen tukeen, sitä myönteisemmin se vaikutti heidän kokemuksiinsa yksinäisyydestä eli he tunsivat itsensä vähemmän yksinäisiksi.

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) tekemissä sateenkaari-senioreille suunnatuissa kyselyissä kävi ilmi, että he ovat kaksi kertaa useammin sinkkuja ja asuvat yksin ja kärsivät valtaväestöä useammin köyhyydestä, kodittomuudesta ja heikosta terveydestä (esim. SAGE 2010, 48; 2017). Flattin ym. (2021, 4) mukaan sateenkaariseniorit asuvat useammin yksin kuin heteroseksuaalit, ovat sinkkuja ja lapsettomia.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa esitellään ensin opinnäytetyön toimeksiantaja sekä tarkastellaan opinnäytetyön tutkimusprosessin etenemistä tutkimuskysymysten ja tutkimusmenetelmän kuvaamisen avulla.

4.1 Toimeksiantaja Seta ry

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Seta ry, joka on toiminut vuodesta 1974 lähtien johtavana sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuuden asiantuntijana. Yhdistyksen toimintaan on kuulunut asiallisen tiedon ja koulutuksen tarjoaminen. Seta ry toimi myös ainoana kohdennettua ammatillista sateenkaariseniorityötä tarjoavana tahona Suomessa (Seta ry 2023). Seta on toteuttanut sateenkaarisenioritoimintaa vuodesta 2012 lähtien, mutta tämä työ päättyi syksyllä 2021 STEA:n (Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus) lopetettua sateenkaarisenioritoiminnan rahoittamisen. Käytännössä tämä tarkoitti sateenkaarisenioreiden vertaistoiminnan, senioripalveluiden sateenkaarisertifiointin ja syventävien ammatillisten koulutusten päättymistä. Seta ry tarjoaa kuitenkin edelleen seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuuteen liittyviä koulutuksia ikääntyvien palveluihin. (Seta ry 2023.)

Seta ry:n ammatillisen sateenkaarisenioritoiminnan päättyessä järjestö teki selvitystyötä sateenkaarisenioreiden vertaistoiminnan jatkamiselle (Seta ry 2023) ja kesäkuussa 2021 perustettiin Sateenkaariseniorit ry, jonka tavoitteena on seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ikääntyneiden oikeuksien, osallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen. Yhdistyksen tarkoituksena on jatkaa Setan käynnistämien sateenkaarisenioreille suunnattujen vertaisryhmien toimintaa lähi- ja etäryhmien muodossa. Työn toinen painopiste on vaikuttamistyössä ja sateenkaarisenioreihin liittyvän tiedon lisäämisessä ikääntyville suunnatuissa palveluissa. (Seta ry 2023; Sateenkaariseniorit ry 2023.)

4.2 Tutkimuskysymykset

Kuten aikaisemmin on jo todettu luvussa 3.3, kansallista tutkimusta sateenkaarisenioreiden kokemasta yksinäisyydestä ei ole. Kansainvälisissä tutkimuksissa on kuitenkin osoitettu, että sateenkaariseniorit ovat valtaväestöä yksinäisempiä ja sateenkaarisenioreiden kokeman yksinäisyyden taustalla vaikuttaa muuta väestöä enemmän altistavia tekijöitä (esim. SAGE 2010, 2; 2017; Choi & Meyer 2016, 0). Tämä opinnäytetyö vastaa omalta osaltaan kotimaisen tutkimuksen tarpeeseen ja toivottavasti se tarjoaa suuntaviivoja ilmiön lähempään tarkasteluun myös kotimaisessa tutkimuskentässä. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, kokevatko yli 50-vuotiaat sateenkaariseniorit olevansa yksinäisiä, millaiset tekijät altistavat heidät yksinäisyyden kokemuksille ja, millaisilla keinoilla sateenkaarisenioreiden kokemaa yksinäisyyttä voitaisiin lievittää. Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset voidaan siis tiivistää kolmeen seuraavaan kysymykseen:

1. Kokevatko sateenkaariseniorit olevansa yksinäisiä?
2. Mitkä tekijät altistavat sateenkaarisenioreiden kokemalle yksinäisyydelle?
3. Miten/millaisilla keinoilla sateenkaarisenioreiden kokemaa yksinäisyyttä voitaisiin lievittää?

4.3 Tutkimuksen toteuttaminen

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmä on kvantitatiivinen eli määrällinen. Tutkimus toteutettiin verkkokyselylomakkeella kesä-elokuussa 2021. Vastausaika oli tarkoituksella määriteltä varsin pitkäksi, jotta kyselyä olisi mahdollista pitää loma-ajoista huolimatta säännöllisesti esillä Seta ry:n uutiskirjeessä, sosiaalisessa mediassa ja sen jäsenjärjestöissä. Tutkimusaiheen tietynlainen herkkyys ja keväällä 2021 edelleen riehunut koronapandemia vaikuttivat myös osaltaan siihen, että tutkimusmetodiksi valittiin nimenomaan verkossa oleva kyselylomake. Kyselylomakkeen avulla haluttiin myös varmistaa se, että vastauksia saataisiin mahdollisimman suuri määrä. Myös kansainvälisissä tutkimuksissa on käytetty paljon kyselytutkimuksia, kun on haluttu tutkia sateenkaarisenioreiden yksinäisyyttä (esim. SAGE:n vuosina 2010, 2014, 2018 ja 2020 toteuttamat kyselytutkimukset ja Fokkema & Kuyper 2009).

Kyselylomake tehtiin Webropol -kysely- ja raportointityökalun avulla, joka on Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun (Xamk) opiskelijoiden käytössä. Webropol –ohjelman käyttöön päädyttiin sen helppokäyttöisyyden ja sen tarjoamien reaaliaikaisten raporttien vuoksi. Paperista kyselylomaketta ei käytetty sen taloudellisten kustannusten vuoksi, vaikka se olisikin voinut tavoittaa sellaisia vastaajia, jotka eivät syystä tai toisesta pääse vastaamaan verkossa olevaan kyselyyn.

Kyselylomakkeen työstäminen aloitettiin yhteistyössä Seta ry:n senioriasiantuntija Suvi Kehälinnan kanssa keväällä 2021, jolloin kävimme sähköposti- ja puhelinkeskusteluja kyselyn sisällöstä, muotoilusta ja mittaristosta. Kyselylomakkeen otsikoksi valittiin lopulta Sateenkaari-ihmisten yksinäisyys. Valinta tehtiin siitä syystä, ettei kyselyn otsikko ohjaisi liikaa henkilöiden halukkuutta vastata kyselyyn. Mikäli kyselyn otsikkona olisi ollut ”Sateenkaarisenioreiden yksinäisyys”, se olisi voinut antaa harhaanjohtavan mielikuvan siitä, että kyselyyn vastaaminen olisi sallittua vain yli 65-vuotiaille. Esimerkiksi lainsäädännössä ikääntyneellä henkilöllä tarkoitetaan yli 65-vuotiaasta henkilöä eli vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa henkilöä (Terveyskylä 2023). Tämän kyselyn kohderyhmänä olivat kuitenkin yli 50-vuotiaat sateenkaari-ihmiset ja tämä kerrottiin kyselylomakkeen saatekirjeessä.

Kyselylomakkeen kysymykset muotoiltiin ajankohtaisen kansainvälisen tutkimuksen pohjalta ja kyselylomakkeen sisältämällä kysymyksillä (liite 2) pyrittiin hankkimaan vastauksia edellä esitettyihin tutkimuskysymyksiin (4.2.). Tiedote kyselylomakkeesta ja suora linkki kyselyyn ilmestyi Seta ry:n jäsenjärjestöille suunnatussa uutiskirjeessä kesäkuussa 2021 ja Seta ry:n seniorityön asiantuntija jakoi kyselyyn johtavaa linkkiä Seta ry:n sähköpostilistoilla oleville. Tämän lisäksi kyselylomakkeen saateteksti ja linkki julkaistiin Seta ry:n Sateenkaarisenioreiden omilla Facebook-sivuilla. Elokuussa 2021 kyselystä lähetettiin vielä muistutus Seta ry:n sähköpostilistojen kautta, se julkaistiin vielä kertaalleen Seta ry:n Sateenkaarisenioreiden Facebook-sivuilla ja itse lähetin vielä henkilökohtaisen muistutuksen kyselyn olemassaolosta jäsenjärjestöjen toiminnanjohtajille, jolloin heillä oli mahdollisuus jakaa kyselyyn johtavaa linkkiä eteenpäin. Itse julkaisin kyselyyn johtavan linkin vielä Mummolaakso -Facebook -ryhmässä. Kyselylomakkeen alkuun liitettiin kyselyn luonnetta kuvaava Saatekirje (liite 1.) Saatekirjeestä muokattiin myös hieman tiiviimpi versio mm. Seta ry:n uutiskirjettä ja sosiaalista mediaa varten.

Yksi kyselylomakkeen käyttöön liittyvistä haitoista voi olla se, että sen avulla vastausprosentti ei välttämättä nouse kovin korkeaksi. Toisaalta, mikäli kyselylomake lähetetään organisaation, kuten tässä tapauksessa Seta ry:n välityksellä, vastausprosentti voi muodostua tavanomaista korkeammaksi (Hirsjärvi ym. 2013, 196). Verkkokyselyyn saatiin 49 analysoitavaa vastausta.

Opinnäytetyöhön liittyvä sopimus tehtiin Seta ry:n kanssa toukokuun 2021 alussa. Erillistä tutkimuslupaa Seta ry ei kyselylomakkeeseen johtavan linkin toimittamisesta jäsenilleen vaatinut, joten sitä ei ole toimeksiantajan kanssa tästä syystä tehty. Opiskelijan tietoon tai käyttöön ei päätenyt vastaajien henkilökohtaisia tietoja, eikä yksittäisiä vastaajia ollut myöskään mahdollista tunnistaa heidän antamiensa vastausten perusteella.

4.4 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusmenetelmä tässä opinnäytetyössä oli kvantitatiivinen eli määrällinen. Kvantitatiivisen tutkimuksen käyttö sosiaali- ja yhteiskuntatieteissä on varsin yleistä. Sen juuret ovat luonnontieteissä, joten monet tutkimukselliset menetellytavat ovat näillä tieteenaloilla samankaltaisia (Hirsjärvi ym. 2013, 139.)

Opinnäytetyön aineisto kerättiin verkossa olleen kyselylomakkeen avulla. Kaiken kaikkiaan kyselylomake (liite 2) sisälsi 19 kysymystä, joista strukturoituja eli suljettuja kysymyksiä oli kaksitoista ja avoimia kysymyksiä oli seitsemän. Kyselylomakkeen (liite 2) kysymykset sisälsivät siis avoimia kysymyksiä, joissa esitetään vain kysymys ja vastausta varten jätetään tyhjä tila, monivalintakysymyksiä, joihin tutkija on laatinut jo valmiit vastausvaihtoehdot ja vastaaja valitsee valmiin vastausvaihtoehdon sekä 5-portaiseen Likert-asteikkoon perustuvia kysymyksiä, joissa vastaaja valitsee sen, miten voimakkaasti hän on samaa tai eri mieltä esitettyjen väittämien kanssa. (Hirsjärvi ym. 2013, 197-200.)

Kyselylomakkeen avulla saadun aineiston analysoiminen ja raportointi on vaivatonta ja kustannustehokasta erilaisten ohjelmien avulla. Toisaalta näiden tulosten tulkinta voi osoittautua ongelmalliseksi (Hirsjärvi ym. 2013, 195). Strukturoituihin kysymyksiin saadut vastaukset analysoitiin Webropol -ohjelman perusraportin avulla. Avoimia kysymyksiä ei ole yhtä lukuun ottamatta analysoitu tätä opinnäytetyötä varten. Opinnäytetyötä varten on siis analysoitu vain ne kysymykset, jotka vastaavat tutkimuskysymyksiin.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Koska kyselylomake sisälsi sekä suljettuja että avoimia kysymyksiä, tutkimustuloksissa on tarkasteltu vain niitä kysymyksiä, joiden avulla voidaan vastata aiheesta esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Avoimiin kysymyksiin liittyvät vastaukset jäävät Seta ry:lle mahdollista jatkokäyttöä varten. Tutkimustuloksia tarkasteltaessa on käytetty Webropol -kysely- ja raportointityökalua. Tutkimustuloksiin perehdyttäessä kyselylomakkeella saadut vastaukset on jaettu seuraaviin kokonaisuuksiin: vastaajien taustatiedot, yksinäisyyden kokeminen sekä yksinäisyyden lievittäminen. Lopuksi tarkasteltiin vielä tiettyjen taustatietojen vaikutusta henkilön kokemaan yksinäisyyteen.

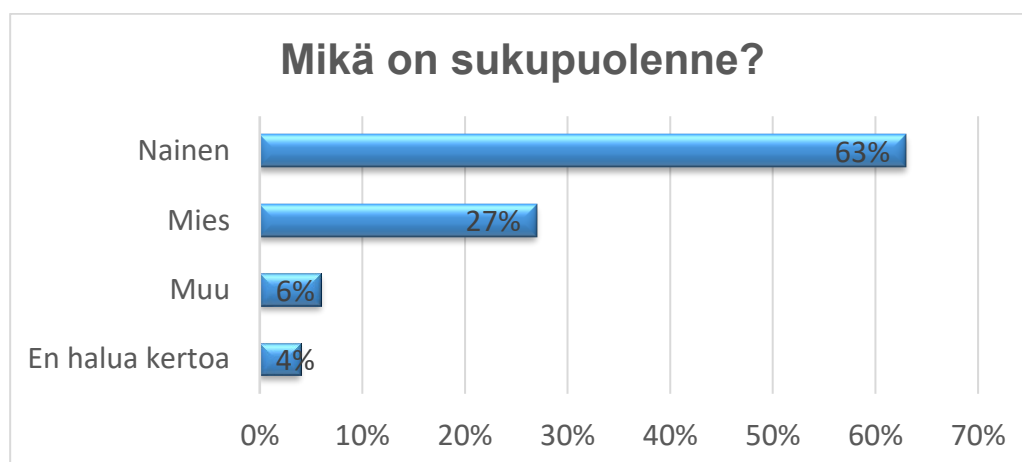
5.1 Vastaajien taustatiedot

Vastaajien taustatietoja (esim. ikä, talouden vuosittaiset veronalaiset tulot ja taloudessa asuvien henkilöiden lukumäärä) kysyttiin kyselylomakkeen alussa

varsin laajasti, sillä niillä on, kuten aikaisemmin on jo todettu, merkittävä vaikutus sateenkaarisenioreiden kokemaan yksinäisyyteen.

5.1.1 Sukupuoli

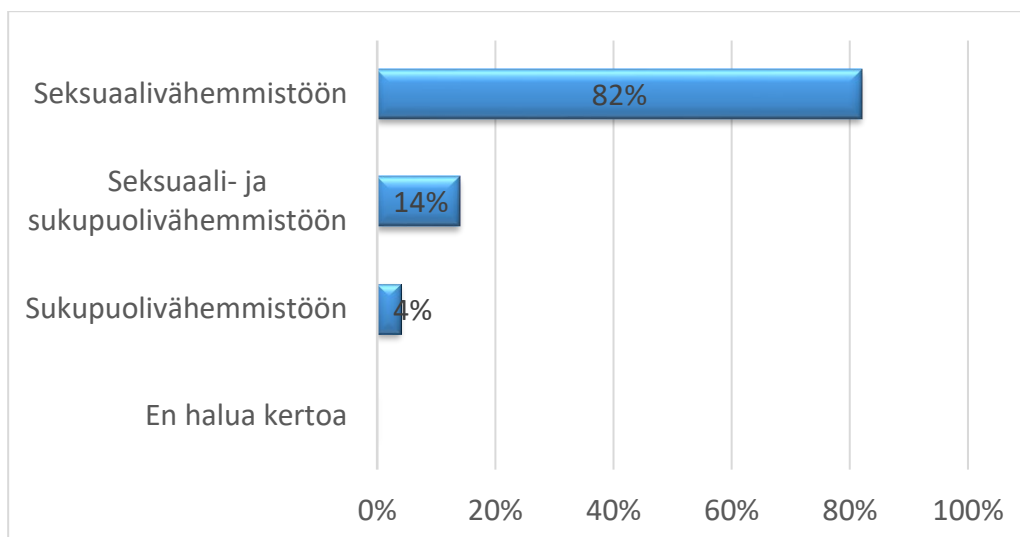
Vastaajista yli puolet 63 % (n=31) oli naisia, miehiä oli lähes joka kolmas 27 % (n=13). Vastausvaihtoehdon ”muu” raportoi 6 % (n=3) vastaajista. Puolestaan 4 % (n=2) vastaajista ei halunnut kertoa sukupuoltaan syystä tai toisesta (Kuva 1).



Kuva 1. Vastaajien sukupuoli.

5.1.2 Sukupuoli- ja/tai seksuaalivähemmistöön kuuluminen

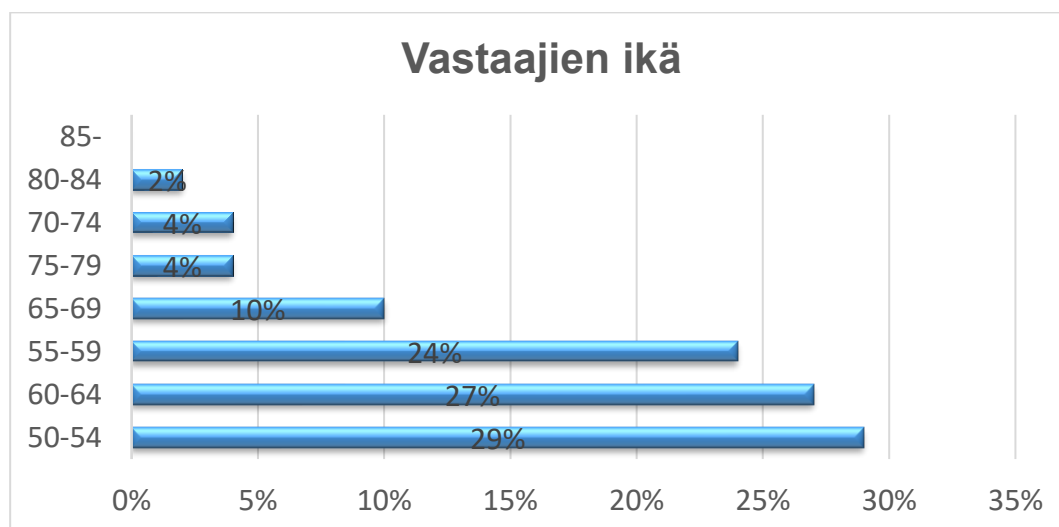
Sukupuolen lisäksi vastaajilta kysyttiin myös sitä, kuuluivatko he sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön tai molempiin. Enemmistö vastaajista 82 % (n=40) raportoi kuuluvansa seksuaalivähemmistöön ja 4 % (n=2) sukupuolivähemmistöön. Jopa 14 % (n=7) vastaajista kertoi kuuluvansa sekä sukupuoli- että seksuaalivähemmistöön (Kuva 2.)



Kuva 2. Vastaajien kuuluminen sukupuoli- ja/tai seksuaalivähemmistöihin.

5.1.3 Ikä

Kyselytutkimuksen alaikäraja oli 50 vuotta. Kyselyyn vastaajat olivat 50-84-vuotiaita. Vastaajista 29 % (n=14) oli iältään 50-54-vuotiaita. Toiseksi suurin ryhmä olivat 60-64-vuotiaat, heitä oli 27 % (n=13) vastanneista. Kolmanneksi suurimman ryhmän muodostivat 55-59-vuotiaat, sillä heidän osuutensa oli 24 % (n=12). Yli 65-vuotiaiden vastaajien osuus oli 20 % (n=10), yli 85-vuotiaita kyselyyn vastaajia ei puolestaan ollut lainkaan (Kuva 3.)

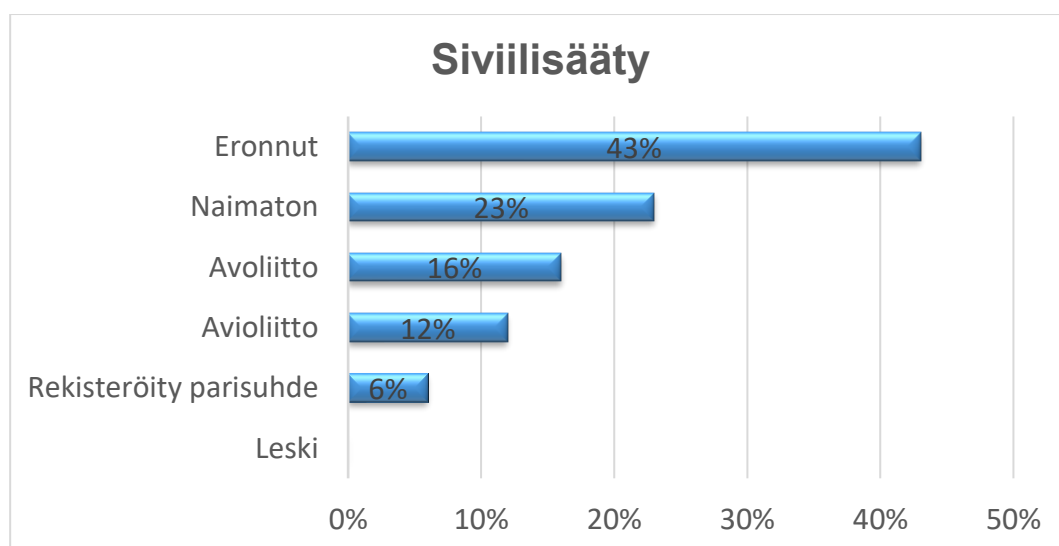


Kuva 3. Vastaajien ikä.

Suurin osa verkkokyselyyn vastanneista oli siis työikäisiä tai lähellä eläkeikää olevia henkilöitä. Tällöin herää kysymys siitä, olisiko paperisella kyselylomakkeella tavoitettu suurempi joukko esimerkiksi yli 65-vuotiaita.

5.1.4 Siviilisääty

Kyselyyn vastanneista jopa 43 % (n=21) kertoi olevansa eronnut. Toiseksi suurimman ryhmän muodostivat naimattomat henkilöt 23 % (n=11). Kolmanneksi suurin ryhmä olivat avoliitossa elävät, heitä oli kyselyn mukaan 16 % (n=8). (Kuva 4.) Vastausvaihtoehtoa *parisuhteessa* eläminen ei ollut tässä kyselyssä mahdollista valita, joten sitä, elävätkö vastaajat tällä hetkellä parisuhteessa tai onko heillä kumppania tai rakkaussuhdetta, ei voida tämän tutkimuksen perusteella osoittaa.

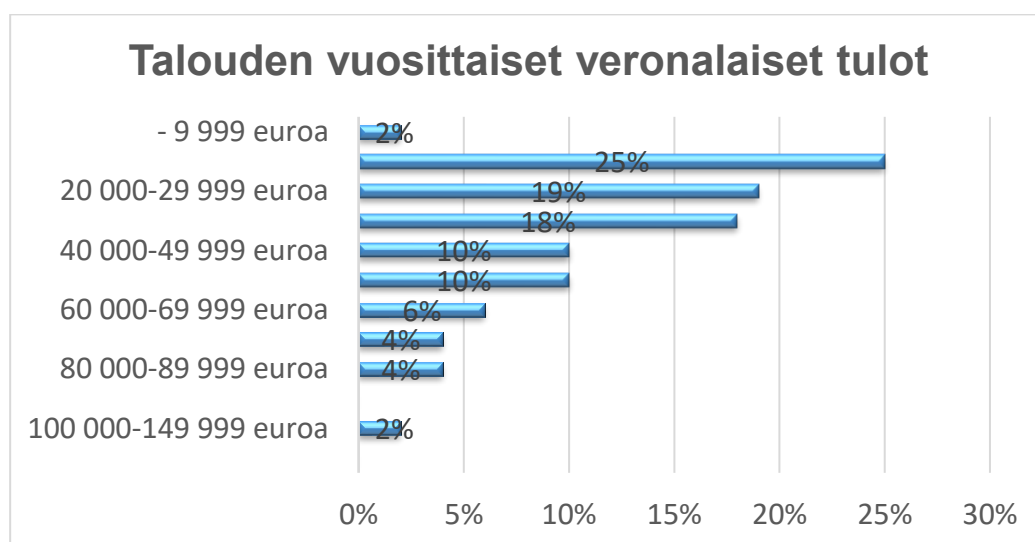


Kuva 4. Vastaajien siviilisääty.

Esimerkiksi Euroopan perusoikeusviraston (FRA) vuoden 2019 raportin mukaan suomalaisista sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvista vastaajista 41 % kertoi olevansa sinkkuja/naimattomia, rekisteröidyssä parisuhteessa tai naimisissa samaa sukupuolta olevan partnerin kanssa oli noin joka kolmas 31 % ja eronneita oli 17 % vastaajista (FRA 2020). Tutkimusten mukaan ilman kumppania eläminen vaikuttaa henkilön kokemaan yksinäisyyteen (esim. Hughes 2015).

5.1.5 Talouden vuosittaiset veronalaiset tulot

Kyselyyn vastanneista 25 % (n=12) kertoi taloutensa vuosittaisiksi veronalaisiksi tuloiksi 10 000-19 999 euroa. Toiseksi suurin ryhmä 19 % (n=9) olivat 20 000-29 000 vuosittaisiksi tuloikseen ilmoittavat. Lähes yhtä suuri ryhmä 18 % (n=9) olivat ne, jotka ilmoittivat tuloikseen 30 000-39 000 euroa. Vuosittaisiksi veronalaisiksi tuloikseen alle 9 999 euroa raportoi 2 % (n=1) vastaajista (Kuva 5.) Vertailun vuoksi todettakoon, että suomalaisten vuosittaisten veronalaisten tulojen mediaani oli vuonna 2021 26 236 euroa eli siihen nähden noin viidesosa vastaajista olivat varsin keskituloisia (Verohallinto).

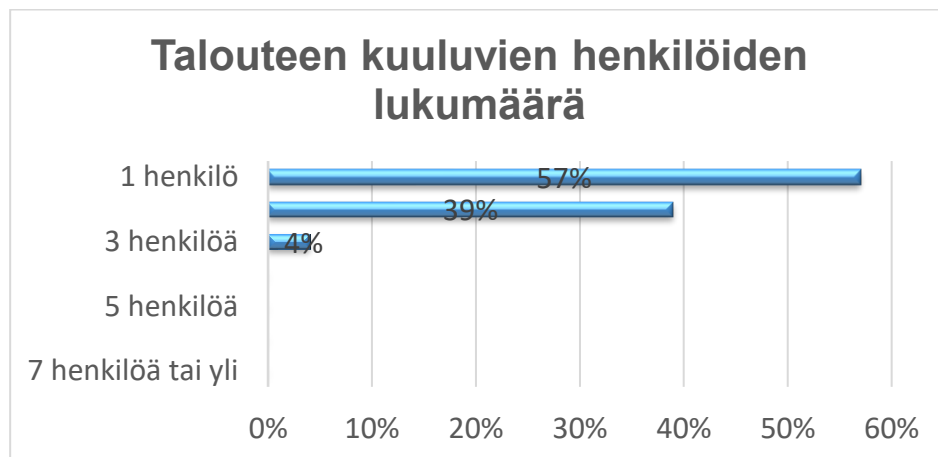


Kuva 5. Vastaajien vuosittaiset veronalaiset tulot.

On kuitenkin hyvä muistaa, että kaikki vastanneet eivät todennäköisesti ikänsä puolesta olleet enää työelämässä, vaikka suurin osa kyselyyn vastaajista oli- kin työikäisiä. Toinen huomioitava seikka on se, että kyselylomakkeessa kysyttiin koko talouden vuosittaisia veronalaisia tuloja. Yleisesti kansainvälisellä tasolla voidaan sanoa, että ikääntyvillä sateenkaari-ihmisillä on osoitettu olevan valtaväestöön verrattuna pienemmät tulot ja vähemmän taloudellisia resursseja käytettävissään (SAGE 2018). Lehtonen (2019) arvioi, että sukupuoli-vähemmistöjen heikompi taloudellinen asema muuhun väestöön verrattuna voi selittyä sillä, että tutkimusten mukaan heidän on arvioitu olevan useammin työttömiä sekä kohtaavan ongelmia niin työelämässä kuin työllistymisessä.

5.1.6 Talouteen kuuluvien henkilöiden lukumäärä

Kyselyyn vastanneista yli puolet 57 % (n=28) asui yksin eli talouteen kuului vain yksi henkilö. Kahden hengen talouksia oli puolestaan 39 % (n=19) ja 4 % (n=2) kolmen hengen talouksia. Yli neljän hengen talouksissa ei asunut vastaajista kukaan (Kuva 6.)



Kuva 6. Talouteen kuuluvien henkilöiden lukumäärä

Vuonna 2019 yksin asuvien määrä yleistyi edelleen yli 65-vuotiaiden keskuudessa. Valtaväestön kohdalla suurin osa iäkkäistä yksinasuvista oli naisia ja yleisintä yksin asuminen oli yli 75-vuotiaiden ikäryhmässä. Kaikista asunnokunnista yksin asuvien osuus oli noin 45 % (Tilastokeskus 2019.) Tässä kohdalla on kuitenkin hyvä muistaa, että tilastossa on virallista tietoa vaon binäärisesti eli ainoastaan miehistä ja naisista.

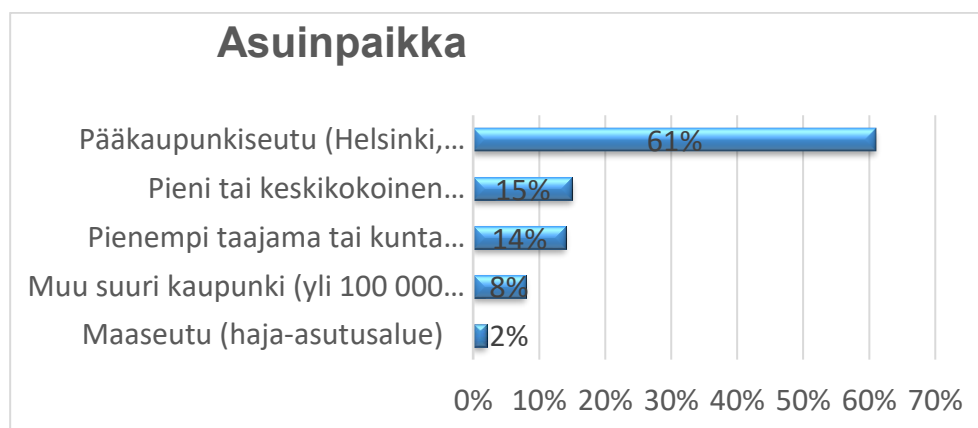
Vuonna 2019 Euroopan unionin perusoikeusviraston (FRA) teettämän kyselyn mukaan jopa 72 % suomalaisista yli 55-vuotiaista sateenkaarisenioreista asui yksin (Seta ry 2021; FRA 2020). Yksin asuvien sateenkaarisenioreiden osuus on varsin korkea, sillä valtaväestöstä yli 75-vuotiaista yksin asuvia on 75 % (Tilastokeskus 2019; Choi & Meyer 2016, 1). Kahden henkilön talouksia oli FRA:n mukaan 27 % ja kolmen tai neljän hengen talouksissa asui vain pieni osa, noin 1 % kaikista vastaajista (FRA 2020). SAGE:n (2014, 9) tekemän kyselyn mukaan kolmasosa 34 % yhdysvaltalaisista sateenkaarisenioreista kertoi asuvansa yksin.

5.1.7 Koulutus

Yli puolet vastaajista 60 % (n=29) kertoi olevansa korkeakoulutettuja. Kansakoulu tai kansalaiskoulutausta oli vain 4 %:lla (n=2) vastaajista. Kukaan vastaajista ei ilmoittanut ainoaksi koulutukseksi keski- tai peruskoulua.

5.1.8 Asuinpaikka

Suurin osa vastaajista 61 % (n= 30) asui pääkaupunkiseudulla (Helsinki, Espoo, Vantaa ja Kauniainen). Pienessä tai keskikokoisessa kaupungissa tai kunnassa asui 15 % (n=7) vastaajista, 14 % (n=) vastanneista ilmoitti asuvansa alle 20 000 asukkaan taajamassa tai kunnassa. Pääkaupunkiseudun lisäksi muissa suurissa kaupungeissa asui vain 8 % (n= 4) vastanneista. Haja-asutusalueella asui vain 2 % (n=1) vastaajista (Kuva 7.)



Kuva 7. Vastaajien asuinpaikka.

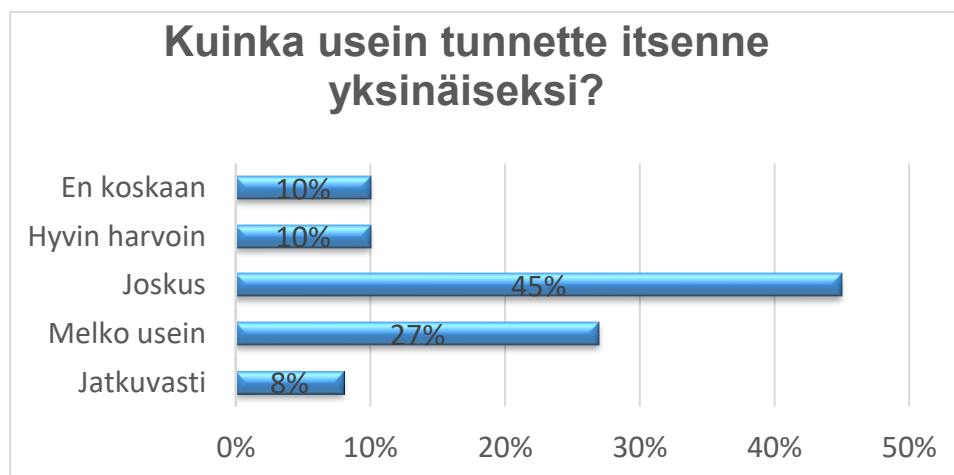
ELO 1994- ja HYPÄ 2006-kyselyiden mukaan valtaväestön keskuudessa asuinpaikalla ei ole juurikaan havaittu olevan merkittävää vaikutusta siihen, kuinka yleistä koettu yksinäisyys on (Moisio & Rämö 2007, 395).

5.2 Yksinäisyys

5.2.1 Yksinäisyyden kokeminen

Yksinäisyyden kokemusta kysyttiin vastaajilta suoraan. Yksinäisyyden teemaa ja sen eri ulottuvuuksia oli avattu vastaajille verkkokyselyn saatekirjeessä (liite

1). Lähes puolet 45 % (n=22) vastaajista tunsivat olonsa joskus yksinäiseksi, lähes joka kolmas 27 % (n=13) vastaajista kertoi tuntevansa itsensä yksinäiseksi melko usein. Vastaajista 10 % (n=5) koki yksinäisyyttä hyvin harvoin, vastaajista 10 % (n=5) puolestaan koki, ettei tuntenut itseään lainkaan yksinäiseksi. Jatkuva yksinäisyyden kokemuksesta raportoi 8 % (n=4) vastaajista. (Kuva 8).

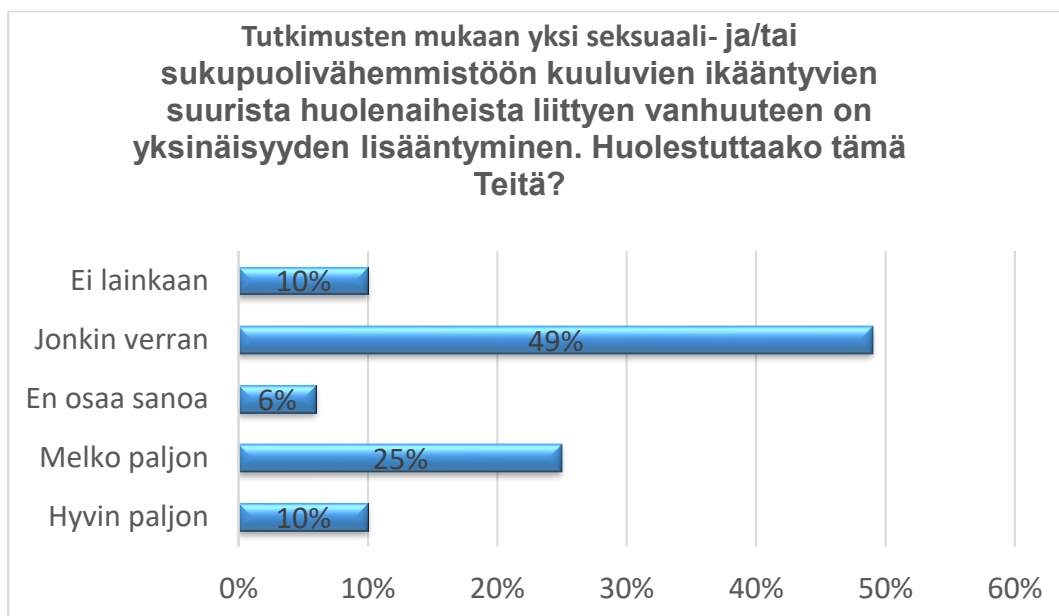


Kuva 8. Vastaajien kokema yksinäisyys.

Ns. kroonisella yksinäisyydellä tarkoitetaan tilaa, jossa henkilö kokee itsensä yksinäiseksi jatkuvasti tai ainakin melko usein. Tämän kyselyn perusteella voidaan sanoa, että jopa 35 % (n=17) vastaajista koki kroonista yksinäisyyttä. Esimerkiksi Fredriksen-Goldsen ym. (2011) toteuttamassa tutkimuksessa 53 % vastanneista kertoi kokevansa itsensä yksinäiseksi.

5.2.2 Vanhuus ja yksinäisyys

Lähes puolet 49 % (n=24) tähän kyselyyn vastanneista kertoi olevansa jonkin verran huolestunut siitä, että vanhetessa heidän yksinäisyytensä lisääntyy. Jopa neljäsosaa vastaajista 25 % (n=12) asia huolestutti melko paljon. Vastaajista 10 % (n=5) yksinäisyyden lisääntyminen heidän vanhetessaan huolestutti hyvin paljon. On huomionarvoista, että toisessa ääripäässä vastaajista 10 % (n=5) ei ollut lainkaan huolestunut yksinäisyyden lisääntymisestä vanhetessa (Kuva 9).



Kuva 9. Vastaajien huoli yksinäisyyden lisääntymisestä vanhetessa.

Yhdysvaltaistutkimuksen mukaan eristäytyminen ja yksinäisyyden pelko ovat seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöihin kuuluvien iäkkäiden kohdalla yksi merkittävimmistä huolenaiheista. Sama tutkimus osoitti myös, että lähes 60 % ikääntyneistä kertoi kärsivänsä yhteyden puuttumisesta muiden ihmisten kanssa ja yli puolet kertoi olevansa eristäytynyt muista ihmisistä (Fredriksen-Goldsen ym. 2011, Choi & Meyer 2016, 6). Myös Alzheimer's Assosiationin ikääntyville sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluville tehdystä kyselystä kävi ilmi, että vastaajista 32 % ilmaisi pelkonsa siitä, että yksinäisyys lisääntymisestä vanhetessa (Alzheimer's Assosiation 8).

5.3 Yksinäisyyden lievittäminen

5.3.1 Sosiaaliset suhteet

Vastaajilta kysyttiin heidän sosiaalisista suhteistaan erilaisten väittämien muodossa. Seuraavassa esitellään nämä väittämät ja niihin saadut vastaukset.

Väittämä: Tunnen kuuluvani osaksi jotakin yhteisöä

Vastaajista 20 % oli väittämän kanssa täysin samaa mieltä, 45 % vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että he kuuluvat osaksi jotakin yhteisöä.

Vastaajista kuitenkin 22 % arvioi olevansa väittämän kanssa jokseenkin eri mieltä ja vain 6,1 % kertoi olevansa täysin eri mieltä.

Choi & Meyer (2016, 0) muistuttavat, että tutkimusten mukaan sateenkaari-seniorit tukeutuvat muuta väestöä useammin nk. itsevalittuun perheeseen, kuten ystäviin, sateenkaariryhmiin tai uskonnollisiin ryhmiin hoitoa ja tukea tarvittaessaan. Tutkimusten mukaan tämä voi johtua siitä, että sateenkaarisenioreiden sosiaaliset verkostot ovat muuta väestöä pienempiä (SAGE 2020, 1).

Väittämä: Tunnen yhteenkuuluvuutta muiden ihmisten kanssa

Jokseenkin samaa mieltä oli 39 % vastaajista, jokseenkin eri mieltä oli 31 %. Täysin samaa mieltä väittämän kanssa oli 12 % ja täysin eri mieltä oli 8 % vastaajista. Jopa 10 % vastaajista raportoi, ettei osannut kertoa kantaansa.

Väittämä: Minulla on useita ystäviä

Väittämään saadut vastaukset olivat jokseenkin tasaisia jokaisessa vastausvaihtoehdossa. Jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa oli 29 % ja jokseenkin eri mieltä väittämän kanssa oli 27 %. Täysin eri mieltä oli 20 % ja täysin samaa mieltä 20 %.

Väittämä: Pidän yhteyttä minulle läheisiin ihmisiin

Suurin osa vastaajista 65 % oli jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa, 18 % oli jokseenkin eri mieltä. Täysin samaa mieltä oli 14 % ja täysin eri mieltä oli vain 2 % vastaajista.

Väittämä: Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden kanssa voin puhua henkilökohtaisista asioistani

Jokseenkin samaa mieltä oli 35 % vastaajista, jokseenkin eri mieltä oli puolestaan 33 % vastaajista. Jopa 23 % vastaajista oli kuitenkin täysin samaa mieltä siitä. Täysin eri mieltä oli 6 %.

Väittämä: Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden apuun voin turvautua ongelmatilanteissa

29 % vastaajista oli väitteen kanssa täysin samaa mieltä, jokseenkin samaa mieltä oli myös 29 % ja jokseenkin eri mieltä oli 29 % vastaajista. Täysin eri mieltä oli vain 4 % vastaajista. Jopa 10 % vastanneista ei osannut kertoa kansaansa väittämään.

Yhdysvaltalaistutkimuksessa 67 % vastanneista kertoi, että heillä on joku, jonka apuun he voivat turvautua esim. sairastuessaan ja 82 % kertoi, että heillä on joku, jonka puoleen he voivat kääntyä henkilökohtaisissa asioissa/ongelmissa (Choi & Meyer 2016, 21.) Toisaalta useiden muiden tutkimusten mukaan merkittävä osa sateenkaarisenioreista (10-25 %) ei osannut nimetä sellaista henkilöä, jonka apuun he voisivat tarvittaessa turvautua. Toisaalta heidän on todettu muodostavan ns. itsevalitun perheen, johon kuuluu biologisten sukulaisten sijaan tai sen lisäksi ystäviä, joiden apuun he voivat myös tarvittaessa turvautua. Raportin mukaan sateenkaariseniorit turvautuvat muuta väestöä harvemmin biologisten sukulaisten apuun (SAGE 2010, 41-56).

Väittämä: Ajan viettäminen yksin on oma valintani

Jopa 41 % kyselyyn vastanneista oli jokseenkin eri mieltä siitä, että ajan viettäminen yksin on heidän oma valintansa. 27 % vastaajista oli väittämän kanssa jokseenkin samaa mieltä. Täysin eri mieltä oli 16 % vastanneista ja täysin samaa mieltä oli 8 %.

Väittämä: Koen oloni eristäytyneeksi muista ihmisistä

Jopa 43 % vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että he kokivat olevansa eristäytyneistä muista ihmisistä. Täysin samaa mieltä väitteen kanssa oli 8 %. Vastaajista 22 % oli jokseenkin eri mieltä väittämän kanssa ja 20 % oli väittämän kanssa täysin eri mieltä.

Sateenkaarisenioreilla on erityinen riski jäädä sosiaalisesti eristäytyneiksi, sillä he voivat olla vieraantuneita biologisesta perheestään (SAGE 2010, 59). Sosiaaliset kontaktit ovat merkittävässä roolissa myös henkilön ikääntyessä, sillä

ne vaikuttavat henkilön onnellisuuteen, terveyteen ja jopa elinikään. Sateenkaariseniorit ovat muita ryhmiä haavoittuvaisempia sosiaaliselle eristäytymiselle, sillä heillä on vähemmän sosiaalisia kontakteja ja he asuvat usein yksin. SAGE:n raportista selviää, että jopa lähes 60 % vastanneista kertoi kärsivänsä seuran puutteesta ja yli 50 % kertoi tuntevansa itsensä eristetyksi muista ihmisistä (SAGE 2018, 3).

Väittämä: Tunnen jääväni muiden ulkopuolelle

Jopa 39 % vastaajista kertoi olevansa väittämän kanssa jokseenkin samaa mieltä. Täysin eri mieltä väittämän kanssa oli 24 % vastanneista. Täysin samaa mieltä oli 10 % ja jokseenkin eri mieltä oli 12 %. Jopa 14 % vastaajista ei osannut sanoa kantaansa.

Väittämä: Kaapista ulos tuleminen on lisännyt yksinäisyyttäni

Yli puolet 51 % vastaajista oli täysin eri mieltä väittämän kanssa, täysin samaa mieltä oli 14 %. Jokseenkin eri mieltä oli 14 % ja vain 4 % vastaajista oli väittämän kanssa jokseenkin samaa mieltä. Jopa 16 % vastaajista ei osannut kertoa kantaansa väittämään.

FRA:n raportin (2019) mukaan suomalaisista yli 55-vuotiaista LGBTI-henkilöistä lähes neljännes (24 %) kertoi, etteivät he eläneet avoimesti sateenkaari-seniorin elämää. Avoimesti kertoi puolestaan elävän kolmasosa vastaajista (30 %) (FRA 2020.)

Väittämä: Koronapandemia on lisännyt yksinäisyyttäni

Vastaajia pyydettiin arvioimaan väitettä siitä, että koronapandemia on lisännyt heidän yksinäisyyttään. Jopa 41 % vastaajista kertoi olevansa täysin samaa mieltä siitä, että koronapandemia oli lisännyt heidän yksinäisyyttään ja neljäsosa vastaajista 25 % kertoi olevan väittämän kanssa jokseenkin samaa mieltä. Vastaajista 14 % oli puolestaan täysin eri mieltä ja 16 % jokseenkin eri mieltä väittämän kanssa. Vastaajista 4 % ei osannut sanoa mielipidettään väittämään.

Kysely tehtiin kesällä 2021, jolloin koronapandemia rajoitti edelleen kasvokkain aiemmin tapahtuneita kokoontumisia. Yksi vuosien 2020-21 aikana ikään-tyneiden yksinäisyyttä lisännyt tekijä oli maailmanlaajuinen koronapandemia. Suomen Punaisen Ristin (SPR) teettämän kyselyn mukaan lähes joka kolmas suomalainen kärsi yksinäisyydestä, kun aikaisemmin yksinäisiä oli joka viides. Koronapandemian aikana yksinäisyys lisääntyi eniten yli 65-vuotiailla, yksinäsuvilla, työelämän ulkopuolella olevilla ja pienituloisimmilla (SPR 2023.)

Tässä tutkimuksessa ei kysytty vastaajilta, mistä yksinäisyyden lisääntyminen koronapandemian vuoksi johtuu. Yhdysvalloissa tehdyn selvityksen mukaan sateenkaarisenioreiden yksinäisyys koronapandemian aikana voi johtua sosiaalisten kontaktien välttelemisen pakosta, karanteenisäädöksistä ja siitä, ettei heillä ole ketään, kenen puoleen kääntyä heidän tarvitessaan apua. Myös sateenkaarisenioreita tukevien organisaatioiden talouden horjumisen vaikuttaa sateenkaarisenioreiden yksinäisyyden lisääntymiseen, sillä tällöin heillä ei ole välttämättä ketään, joka toimittaisi heille esim. ruokaa ja lääkkeitä (SAGE 2020, 3.)

5.3.2 Vastaajien keinot yksinäisyyden lievittämiseen

Väittämä: *Minulla on riittävästi keinoja yksinäisyyden lievittämiseen*

Lähes jopa puolet 49 % vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että heillä on riittävästi keinoja yksinäisyyden lievittämiseen. Täysin samaa mieltä väittämän kanssa oli 10 % vastaajista. Vastaajista neljäsosa 25 % oli puolestaan jokseenkin eri mieltä siitä, etteivät heidän keinonsa yksinäisyyden lievittämiseksi olleet riittäviä. Täysin eri mieltä väittämän kanssa oli 8 %. Jopa 8 % vastaajista ei osannut sanoa kantaansa väittämään. Tällöin voi kysyä, oliko kysymys muotoiltu epäselvästi tai eikö vastaaja tunnistanut itsessään niitä keinoja, joilla yksinäisyyttä voitaisiin lievittää.

Väittämä *Halutessani löydän seuraa*

Kyselyyn vastanneista 27 % oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että he löytävät seuraa halutessaan. Täysin sama osuus eli 27 % oli väittämän kanssa jokseenkin eri mieltä. Täysin samaa mieltä väittämän kanssa oli 12 % ja täysin

eri mieltä 14 %. Merkittävän suuri osuus 20 % vastaajista ei kuitenkaan osannut sanoa, löytäisivätkö he seuraa niin halutessaan.

Väittämä Osallistun aktiivisesti sateenkaari-ihmisille suunnattuihin ryhmiin ja/tai tilaisuuksiin

Väittämän kanssa jokseenkin eri mieltä oli 33 % vastaajista, täysin eri mieltä oli 29 %. Jokseenkin samaa mieltä oli 20 % ja täysin samaa mieltä oli 14 %.

Fredriksen-Goldsen ym. (2011) tekemän kyselytutkimuksen mukaan sateenkaariseniorit kaipaavat enemmän vertaistukiryhmiä. FRA:n vuonna 2019 tekemän kyselyn mukaan 8 % yli 55-vuotiaista suomalaisista LGBTI-henkilöistä kertoi osallistuvansa aktiivisesti sateenkaari-ihmisille (LGBTI-henkilöille) suunnattuun toimintaan, jopa 70 % kertoi kuitenkin, etteivät he osallistu ko. toimintaan (FRA 2020).

Väittämä Koen, että osallistuminen sateenkaari-ihmisille suunnattuihin ryhmiin tai tilaisuuksiin saattaisi lievittää yksinäisyyttä

Jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa oli jopa 37 % vastaajista, ja 20 % oli väittämän kanssa täysin samaa mieltä. Huomionarvoista on, että jopa 24 % vastaajista ei osannut kertoa kantaansa väittämään. Jokseenkin eri mieltä väittämän kanssa oli 10 % ja täysin eri mieltä oli 8 % vastanneista.

Routasalo ym. (2009) osoitti tutkimuksessaan, että yksinäisyyttä on usein pyritty lievittämään kannustamalla ihmisiä osallistumaan sosiaalisiin aktiviteetteihin.

5.3.3 Sateenkaarisenioreiden yksinäisyyden lievittäminen

Vastaajilta kysyttiin, millaisilla keinoilla sateenkaarisenioreiden yksinäisyyttä voitaisiin lievittää. Seuraavassa esitellään vastauksissa esiin nousseita keskeisimpiä teemoja. Saaduista vastauksista kävi ilmi, että keinot yksinäisyyden lievittämiseen voivat olla hyvin moninaisia. Yhteiskunnallisella tasolla vastaajat toivoivat lainsäädännön ja yleisen asenneilmapiirin muuttuvan nykyistä salli-

vammaksi. Kuten aiemmin on todettu, esimerkiksi Suomessa aikaisempi lain-säädäntö sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin liittyen, voi lisätä henkilön yksinäisyyden kokemuksia.

Suurin osa vastaajista kaipasi yhteyttä vertaisten kesken. Seta ry:n järjestämän senioritoiminnan lisäksi vastaajat kaipasivat vertaistoimintaa julkisella puolella. Vastaajat toivoivat ryhmätapaamisia, teemailtoja sekä kasvotusten että verkossa. Lisäksi vastaajat kaipasivat tapaamispaikkoja ja omia tiloja sateenkaari-ihmisille. Iäkkäiden, yli 65-vuotiaiden kohdalla tavoitteellisten ja sosiaalisia verkostoja lisäävien ryhmätoimintojen onkin todettu lievittävän yksinäisyyttä (Pitkälä & Routasalo 2012).

Kasvotusten toteutuvia tapaamisia toivottiin myös kattavasti koko Suomen alueelle pelkän pääkaupunkiseudun sijaan. Etä- ja lähitapaamisten lisäksi esiin nousivat myös sateenkaarihenkilöille tarkoitettujen Facebook- ja Whatsapp-ryhmien perustamisen merkitys.

Yksinäisyyden lievittämiskeinoiksi voidaan yleisellä tasolla nähdä sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen, sateenkaari-ihmisille suunnattuihin ryhmiin ja/tai tilaisuuksiin osallistuminen. On kuitenkin hyvä muistaa se, että sukupuoli- tai seksuaalivähemmistöön kuuluvien joukko on hyvin moninainen, jolloin tarpeet eri ihmisten välillä voivat vaihdella hyvinkin paljon.

5.4 Vastaajien taustatietojen vaikutuksesta kroonisen yksinäisyyden kokemiseen

Seuraavaksi tarkastellaan tiettyjen taustatekijöiden vaikutuksia henkilön kokemaan yksinäisyyteen. Tässä vertailussa käytetään seuraavia luokkia tarkasteltaessa vastaajien koettua yksinäisyyttä:

Luokka 1: ei koskaan, hyvin harvoin

Luokka 2: joskus

Luokka 3: melko usein, jatkuvasti

Ikä

17 kyselyyn vastaajaa kertoi kokevansa kroonista yksinäisyyttä (melko usein tai jatkuvasti). 50-64-vuotiaista vastaajista 36 % tunsi itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. 43 % raportoi tuntevansa itsensä joskus yksinäiseksi. Tästä ikäryhmästä 20 % puolestaan raportoi, että tunsi itsensä harvoin yksinäiseksi tai ei koskaan.

Yli 65-vuotiaista vastaajista 30 % tunsi itsensä melko usein tai jatkuvasti yksinäiseksi, 50 % joskus ja 20 % tunsi itsensä yksinäiseksi harvoin tai ei koskaan. Tämän tutkimuksen perusteella iällä ei näyttäisi olevan merkittävää vaikutusta henkilön kokemaan yksinäisyyteen.

Vuosittaiset tulot

Alle 20 000 euroa talouden vuosittaisiksi veronalaisiksi tuloiksi ilmoittaneista melko usein tai jatkuvasti itsensä yksinäiseksi tunsi 31 %. Vastaajista, jotka ilmoittivat talouden vuosittaisiksi veronalaisiksi tuloiksi 20-29 999 euroa, jopa 67 % raportoivat tuntevansa itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Huomionarvoista on myös se, ettei yksikään tämän tuloluokan vastaajista kuukaan ei tuntenut itseään yksinäiseksi harvoin tai ei koskaan. 50 -59 999 euroa tuloikseen ilmoittaneista vastaajista jopa 40 % tunsi itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Näyttäisi siis siltä, että ns. kroonista yksinäisyyttä esiintyy enemmän keskituloisten keskuudessa.

Talouden koko

Yksin asuvista vastaajista yli puolet eli 54 % ilmoitti tuntevansa itsensä kroonisesti (melko usein tai jatkuvasti) yksinäiseksi. Kahden tai useamman hengen talouksissa asuvista vain 10 % kertoi kokevansa kroonista yksinäisyyttä.

Asuinpaikka

Pääkaupunkiseudulla asuvista vastaajista jopa 32 % kertoi potevansa kroonista yksinäisyyttä ja muissa isoissa kaupungeissa vastaava luku oli 40 %. Näyttäisi siis siltä, pääkaupunkiseudulla asuvat sateenkaariseniorit kokevat

vähemmän yksinäisyyttä kuin muualla Suomessa, isoissa kaupungeissa asuvat.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, kokevatko yli 50-vuotiaat sateenkaariseniorit olevansa yksinäisiä, millaiset mahdolliset tekijät altistavat heidät yksinäisyyden kokemuksille sekä, millaisilla keinoilla sateenkaarisenioreiden kokemaa yksinäisyyttä voitaisiin lievittää. Tutkimus oli merkityksellinen, sillä sen avulla saatiin tietoa aikaisemmin varsin näkymättömän ryhmän, ikääntyvien yli 50-vuotiaiden sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien eli sateenkaarisenioreiden yksinäisyydestä.

Verkkokyselyyn saatiin 49 analysoitavaa vastausta. Kuten useista sateenkaarisenioreiden yksinäisyyttä selvittäneistä kansainvälisistä tutkimuksista on käynyt ilmi, tässäkin tutkimuksessa suurin osa (82 %) kyselyyn vastaajista kuului seksuaalivähemmistöihin. Sukupuolivähemmistöön kuului vain 4 %, mutta molempiin vähemmistöihin kuului jopa 14 % kyselyyn vastanneista. Tässä tutkimuksessa saatuja tuloksia ei kuitenkaan voida yleistää koskemaan kaikkia ikääntyviä sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöön kuuluvia. Useimmissa kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että erityisesti sukupuolivähemmistöihin kuuluvia henkilöitä on haastavaa saada vastaamaan kyselyihin ja tämän tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen kuuluneet tutkimukset tarkastelivatkin usein pelkästään seksuaalivähemmistöjä.

Suurin osa kyselyyn vastanneista (63 %) identifioi itsensä naiseksi, lähes joka kolmas mieheksi ja vaihtoehdon ”muu” valitsi 6 % vastaajista. Kyselyn alaikärajan ollessa 50 vuotta, suurin osa vastaajista oli iän perusteella joko työikäisiä ja juuri työuransa päätösvaiheessa olevia. Mikäli kyselyyn olisi voinut vastata myös paperisella kyselylomakkeella, kyselyyn olisi voinut löytyä enemmän esimerkiksi yli 65-vuotiaita vastaajia. On siis hyvä muistaa, että verkkokyselyn ulkopuolelle jäävät ne potentiaaliset vastaajat, jotka eivät syystä tai toisesta käytä internetiä. On syytä pohtia myös sitä, kuka ylipäättään vastaa kyselyihin: ihmiset, jotka jo seuraavat Seta ry:n tai jäsenjärjestöjen kanavia tai ovat muuten mukana niiden toiminnassa. Kyselyllä ei siis tavoiteta kokonaan sateenkaarevan toiminnan ulkopuolella olevia tai esimerkiksi ympärivuorokautisen hoivan piirissä olevia.

Vastaajista 43 % oli eronnut, ja 23 % raportoi olevansa sinkkuja/naimattomia. Avoliitossa eli 16 % ja avioliitossa 12 % vastaajista. Vain 6 % vastaajista kertoi elävänsä rekisteröidyssä parisuhteessa. Jopa 60 % vastanneista oli korkeakoulutettuja ja yli 60 % vastanneista kertoi asuvansa pääkaupunkiseudulla. Tässä tutkimuksessa vastausvaihtoehtoa *"parisuhteessa eläminen"* ei ollut mahdollista valita, joten tutkimuksella ei voitu osoittaa sitä, että vastaajalla voi kaikesta huolimatta kuitenkin olla merkittävä suhde tai suhteita ilman, että he asuvat yhdessä kenenkään kanssa.

Huomattava osuus vastaajista 35 % raportoi kroonisesta yksinäisyydestä (*melko usein tai jatkuvasti*). Jopa 45 % kertoi kokevansa itsensä yksinäiseksi *joskus*. Myös yksinäisyyden lisääntyminen vanhetessa huolestutti jonkin verran lähes puolta vastaajista, joka neljättä vastaajista melko paljon ja hyvin paljon 10 % vastaajista. Yksinäisyyttä tarkastelevien tutkimusten vertaaminen toisiinsa on haastavaa, sillä yksinäisyys on käsitteenä moniulotteinen ja epä-määräinen (Routasalo & Pitkälä 2005, 19).

Tulokset osoittavat, että vastausten perusteella vastaajat kokivat sekä sosiaalista että emotionaalista yksinäisyyttä. Sosiaalisten suhteiden osalta esiintyi hajontaa: toisaalta vastaajat kokivat kuuluvansa johonkin yhteisöön tai ryhmään ja he kokivat yhteenkuuluvuutta myös toisten ihmisten kanssa. Vastaajat kertoivat pitävänsä yhteyttä heille läheisiin ihmisiin, mutta vastauksissa esiintyi hajontaa erityisesti seuraavien väittämien kohdalla: *"Minulla on useita ystäviä"*, *"Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden kanssa voin puhua henkilökohtaisista asioistani"* ja *"Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden apuun voin turvautua ongelmatilanteissa"*. Vastaajat kokivat myös olevansa muista ihmisistä eristäytyneitä tai kokevansa olonsa ulkopuoliseksi. Sen sijaan kaapista ulos tuleminen oli lievittänyt vastaajien yksinäisyyttä, kun taas koronapandemia oli vaikuttanut huomattavalla osalla yksinäisyyden lisääntymiseen.

Vastaajilta kysyttiin myös, miten yksinäisyyttä voitaisiin lievittää. Kyselyn tuloksista selvisi, että suuri osa vastaajista koki omat keinonsa yksinäisyyden lievittämiseksi riittävinä. Toisaalta hajontaa esiintyi väittämän *"Halutessani löydän seuraa"* kohdalla. Tulokset osoittivat, etteivät vastaajat osallistuneet aktiivisesti sateenkaari-ihmisille suunnattuun toimintaan, mutta olivat kuitenkin sitä mieltä, että sateenkaari-ihmisille suunnattuun toimintaan osallistuminen voisi yleisellä

tasolla lievittää yksinäisyyttä. Onkin mielenkiintoista, että avoimissa vastauksissa esiintyi varsin runsaasti toiveita juuri sateenkaari-ihmisille suunnatusta ryhmämuotoisesta toiminnasta ja vertaistuesta. Opinnäytetyön toimeksiantajan näkökulmasta sateenkaarisenioreille suunnatussa toiminnassa tulisi järjestää entistä enemmän konkreettisia paikkoja, joissa sateenkaariseniorit voisivat tavata toisiaan. Tämänkaltaisiin tarpeisiin voitaisiin toki toimeksiantajan lisäksi vastata muuallakin, kuten vaikkapa alkuvuodesta aloittaneilla hyvinvointialueilla.

Tutkimus osoitti, että ikä ei vaikuttanut merkittävästi yksinäisyyden lisääntymiseen. Sen sijaan talouden vuosittaisilla veronalaisilla tuloilla ja yksinäisyydellä oli yhteys: keskituloiset kokivat itsensä muita tuloluokkia useammin kroonisesti yksinäisiksi. Yksin asuvat kokivat itsensä merkittävästi yksinäisemmiksi kahden tai useamman hengen talouksiin verrattuna. Asuinpaikan ja yksinäisyyden suhdetta tarkasteltaessa voidaan sanoa, että pääkaupunkiseudulla asuvat sateenkaariseniorit kokivat vähemmän kroonista yksinäisyyttä kuin muissa Suomen suurissa kaupungeissa asuvat.

Vaikka tämän opinnäytetyön data on kerätty vastaajilta jo kesällä 2021, se on edelleen relevanttia. Esimerkiksi Iso-Britanniassa kansalaisten yksinäisyyttä on tutkittu tasaisesti eri vuosikymmenillä, mutta mitään merkittäviä muutoksia näissä tutkimuksissa ei kuitenkaan ole havaittu (vrt. Fokkema & Kuyper 2009). Jotta tutkittavasta ilmiöstä eli yksinäisyyden kokemuksista olisi saatu vieläkin kattavampi kuva, tuloksissa olisi voinut käsitellä myös avoimin kysymyksiin saatuja vastauksia. Tämän tutkimuksen laajuuden puitteissa se ei kuitenkaan ollut mahdollista.

6.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tieteellinen tutkimus perustuu hyvään tieteelliseen käytäntöön, johon kuuluvat tutkimustyön rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tuloksia tallennettaessa, esittäessä sekä tutkimuksia ja tutkimustuloksia arvioitaessa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Verkossa olevaan kyselylomakkeen saatekirjeessä kerrottiin kyselyn vapaaehtoisuudesta ja siitä, miten tutkimuksen anonymiteetti säilytetään koko tutkimusprosessin ajan. Koska kyselyyn vastattiin ainoastaan julkisen verkkolinkin kautta, vastaajien henkilökohtaisia tietoja tai vastaajia yksilöiviä tietoja ei välitynyt tutkijalle missään tutkimuksen vaiheessa. Toimeksiantaja Seta ry:n edustaja välitti kyselyyn johtavaa verkkolinkkiä Seta ry:n postituslistojen, uutiskirjeen ja sosiaalisen median kautta. Tutkija puolestaan lähetti linkin Facebookin suljettuun Mummolaakso -ryhmään ja Seta ry:n jäsenjärjestöjen toiminnanjohtajille sähköpostitse. Näin ollen itse tutkija ei missään vaiheessa lähettänyt linkkiä suoraan kyselyyn vastaajille.

Tutkimuksen aineisto kerättiin, analysoitiin ja raportoitiin Webropol -kysely- ja raportointityökalun avulla. Koska tutkija ei missään vaiheessa käsitellyt vastaajien henkilökohtaisia tietoja, toimeksiantaja ei vaatinut erillistä tutkimuslupaa eikä sitä Seta ry:n toimiessa rekisterinpitäjänä tarvittu.

Kyselyyn vastaajien määrää ei voitu etukäteen tietää, joten tutkimustulosten yleistettävyyden ja luotettavuus riippuu pitkälti vastausten määrästä. Kyselylomakkeen käyttöön liittyy myös riski siitä, että vastaajat tulkitsevat samoja kysymyksiä eri tavoin kuin miten tutkija on ne alun perin tarkoittanut (Hirsjärvi ym. 2013, 231.)

Verkkokyselyyn vastaaminen perustui osallistujien vapaaehtoisuuteen. Kyselylomake avautui vastaajille siihen suoraan johtavan linkin kautta, eikä sähköinen kyselylomake sisällä mitään sellaisia tietoja, joista yksittäiset vastaajat olisi mahdollista tunnistaa. Kyselyn tulokset jäävät Seta ry:n käyttöön tutkimuksen jälkeen, jotta niiden pohjalta voidaan edelleen kehittää sateenkaari-senioreille suunnattua toimintaa ja materiaaleja. Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseus -kokotekstitietokannassa.

6.2 Jatkotutkimusehdotukset

Kuten on aiemmin todettu, kotimaista tutkimusta sateenkaarisenioreiden kokemasta yksinäisyydestä ja siihen liittyvistä muista haasteista ei ole. Tässä tutkimuksessa kaikki seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt on ikään kuin niputettu saman sateenvarjon alle jonkinlaisen kokonaiskuvan hahmottamiseksi. Jat-

kossa olisi hyvä tutkia sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjä erikseen sekä sitten, että myös näiden ryhmien sisällä olevat alaryhmät tulisivat myös huomioituiksi. Esimerkiksi kansainvälisissä tutkimuksissa on osoitettu, että ikääntyvät biseksuaaliset miehet ja naiset olivat homoseksuaaleja yksinäisempiä (esim. Fredriksen-Goldsen ym. 2011).

Tutkimusten mukaan myös vähemmistöstressillä on nähty olevan vaikutuksia sateenkaarisenioreiden yksinäisyyden kokemuksiin. Vähemmistöstressillä tarkoitetaan epäasiallisen kohtelun ja syrjinnän pelkoa (esim. Valtonen & Hakala 2014, 28). Vähemmistöstressin vaikutuksia ei kuitenkaan ollut mahdollista tarkastella opinnäytetyön puitteissa, vaan se olisi kokonaan oman tutkimuksen aihe.

LÄHTEET

Alzheimer's Association s.a. LGBT and dementia. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.alz.org/media/documents/lgbt-dementia-issues-brief.pdf> [viitattu 11.2.2023]

Amnesty International s.a. Transihmisten oikeudet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.amnesty.fi/mita-amnesty-tekee/transihmisten-oikeudet/> [viitattu 3.3.2023]

Choi, S. K. & Meyer, I. H. 2016. LGBT Aging : A review of research findings, needs and policy implications. PDF-dokumentti. Saatavissa : <https://www.lgbtagingcenter.org/resources/pdfs/LGBT-Aging-A-Review.pdf> [viitattu 20.2.2023]

Eduskunta 2023. Translain uudistaminen. WWW-dokumentti. Saatavissa : https://www.eduskunta.fi/FI/naineduskuntatoimii/kirjasto/aineistot/kotimainen_oikeus/LATI/Sivut/translain-uudistaminen.aspx [viitattu 4.3.2023]

Euroopan Unionin perusoikeusvirasto (FRA) 2020. LGBTI Data Explorer. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://fra.europa.eu/en/data-and-maps/2020/lgbti-survey-data-explorer> [viitattu 28.1.2023]

Fish, J. & Weis, C. 2019. All the lonely people, where do they belong ? An interpretive synthesis of loneliness and social support in older lesbian, gay and bisexual communities. PDF-dokumentti. Saatavissa : https://www.researchgate.net/publication/335483798_All_the_lonely_people_where_do_they_all_belong_An_interpretive_synthesis_of_loneliness_and_social_support_in_older_lesbian_gay_and_bisexual_communities [viitattu 18.2.2023]

Flatt, J. D. & Cicero, E. C. & Kittle, K. R. & Brennan-Ing, M. 2022. Recommendations for Advancing Research with Sexual and Gender Minority Older Adults. *Journals of Gerontology: Psychological Sciences*. Vol. 77, No. 1, 1–9. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/77/1/1/6314322?login=false> [viitattu 11.2.2023]

Fokkema, T. & Kuyper, L. 2009. The Relation Between Social Embeddedness and Loneliness among Older Lesbian, Gay, and Bisexual Adults in the Netherlands. *Archive Sexual Behaviour*. 38:264-275. PDF-dokumentti. [viitattu 13.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K. I. & Muraco, A. 2010. Aging and Sexual Orientation: A 25-Year Review of the Literature. *Research on Aging* 32(3). P. 372-413. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3789531/pdf/nihms504299.pdf> [viitattu 14.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K. I. & Kim, H.-J. & Emlet, C. Muraco, A. & Erosheva, E. A., & Hoy-Ellis, C. P. & Goldsen, J. & Petry, H. 2011. The aging and health report. Disparities and resilience among lesbian, gay, bisexual, and transgender older adults. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.lgbtagingcenter.org/resources/pdfs/LGBT%20Aging%20and%20Health%20Report_final.pdf [viitattu 14.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K. I. & Kim, H-J. & Barkan, S. & Muraco, A. & Hoy-Ellis, C. P. 2013. Health disparities among lesbian, gay, and bisexual older adults: Results from a population-based study. *American Journal of public health*. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3770805/> [viitattu 10.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K. I. & Kim, H-J., 2016 Living arrangement and loneliness among lesbian, gay and bisexual older adults. PDF-dokumentti. [viitattu 10.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K. I. & Kim, H-J. 2017. The Science of Conducting Research with LGBT Older Adults – An Introduction to Aging with Pride: National Health, Aging, and Sexuality/Gender Study (NHAS). *The Gerontologist*, Vol. 57. P. 1-14. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5241759/> [viitattu 10.2.2023]

Fredriksen-Goldsen, K., Emlet, C., Kim, H., Muraco, A., Erosheva, E., Goldsen, J. & Hoy-Ellis, C. 2013. The physical and mental health of lesbian, gay male, and bisexual (LGB) older adults: The role of key health indicators and risk and protective factors. *Gerontologist Vsk.* 53 (4): 664–675. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/> [viitattu 3.3.2023]

Gorczynski, P. & Fasoli, F. 2021. Loneliness in sexual minority and heterosexual individuals: a comparative meta-analysis. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/19359705.2021.1957742> [viitattu 18.2.2023]

Grossman, A., D'Augelli, A., & Hershberger, S. 2000. Social support networks of lesbian, gay, and bisexual adults 60 years of age and older. *Journal of Gerontology*, 55B, P171–P179. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/55/3/P171/607095?login=false> [viitattu 3.3.2023]

Heikkilä, T. 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Edita Publishing Oy. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf> [viitattu 30.1.2023]

Hellsten, O. & Pörsti, J. 2020. Sateenkaariseniorit ovat tervetulleita tänne! Sateenkaarisertifiointikoulutuksen merkitys palvelukeskuksen henkilökunnan ammatilliseen osaamiseen. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/335981/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6%2027.4.pdf?sequence=2&isAllowed=y> [viitattu 30.1.2023]

Helsingin Sanomat 9.2.2021. SPR:n tutkimus: Lähes joka kolmas suomalainen kärsii yksinäisyydestä – Vastaa HS:n kyselyyn korona-ajan yksinäisyydestä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000007791667.html> [viitattu 30.1.2023]

HelsinkiMissio 2023. Yksinäisyysfoorumi. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.helsinkimissio.fi/yksinaisyysfoorumi/> [viitattu 1.3.2023]

Hirsjärvi, S. & Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hostetler, A. J. 2004. Old, gay and alone? The ecology of well-being among middle-aged and older single gay men. Teoksessa: Herdt, G. & de Vries, B. (toim.) Gay and lesbian aging: Research and future directions. New York: Springer. P. 143-176.

Hughes, M. 2015. Loneliness and Social Support among Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender and Intersex People aged 50 and over. PDF-dokumentti. [viitattu 11.2.2023]

Irni, S. & Wickman, J. 2013. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt, vanheneminen ja palveluntarpeet. 3. korjattu painos. Seta-julkaisuja 20. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.dropbox.com/s/fbnmpmj3vl0jfd/YVV_setajulkaisu_2013.pdf [7.2.2023].

Jalava, J. 2013. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen toiveet ja tarpeet yhdenvertaiseen vanhuuteen. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/63843/Jalava_Jenni.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 30.1.2023]

Jokela, S. & Luopa, P. & Hyvärinen, A. & Ruuska, T. & Martelin, T. & Klemetti, R. 2020. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien nuorten hyvinvointi. Kouluterveyskyselyn tuloksia 2019. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140742/URN_ISBN_978-952-343-580-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 3.3.2023]

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2017. Tutkimus hoitotieteessä. 3.–5. painos. E-Kirja. Helsinki: Sanoma Pro Oy. Saatavissa: <https://kaakkuri.finna.fi/Record/kaakkuri.225541> [viitattu 22.4.2021]

Kivelä, S.-L. 2012. Hyviä vuosia arvokas ja turvallinen ikääntyminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Kotimaa.

Laki avioliittolain muuttamisesta 20.2.2015/156.

Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 30.12.2014/1329.

Laki rekisteröidystä parisuhteesta 9.11.2001/950.

Laki transseksuaalin sukupuolen vahvistamisesta 563/2002.

Laki transseksuaalin sukupuolen vahvistamisesta 28.6.2022/563.

Laki yhdenvertaisuudesta eli yhdenvertaisuuslaki 1325/2014.

Lehtonen, J. 2019. Kun kaksijakoinen sukupuoli- ajattelu murtuu – sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus tasa-arvobarometrissa, julkaisussa Mia Teräsaho & Johanna Närvi (toim.) Näkökulmia suku- puolten tasa-arvoon – analyysseja tasa-arvobarometrasta 2017, Terveysten ja hyvinvoinnin laitos

(THL). Raportti 6/2019: Helsinki. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137765/URN_ISBN_978-952-343-314-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 4.3.2023]

Mielenterveystalo s.a. Yksinäisyys ja ikääntyminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/yksinaisyys-ja-ikaantyminen> [viitattu 11.2.2023]

Moisio, P. & Rämö, T. 2007. Koettu yksinäisyys demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden mukaan Suomessa vuosina 1994 ja 2006. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100808/074moisio.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 10.2.2023]

Oikarinen, T. 2019. Ei tietoa eikä vaihtoehtoja; Selvitys intersukupuolisten ihmisten oikeuksista ja kokemuksista. Oikeusministeriön julkaisuja, Selvityksiä ja ohjeita 2019:3. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161410/OMSO_3_2019_Ei_tietoa_eika_vaihtoehtoja_.pdf [viitattu 3.3.2023]

Oikeusministeriö 2021. Tutkimustietoa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen tilanteesta Suomessa. Policy Brief 5, Syrjintä Suomessa 2021. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://yhdenvertaisuus.fi/documents/5232670/5376058/OM_policy_brief_5_web.pdf/aced140e-d940-b37b-a4ce-ad59cf92be1b/OM_policy_brief_5_web.pdf?t=1661178046022 [viitattu 15.2.2023]

Pitkälä, K. & Routasalo, P. 2012. Ryhmästä apua vanhusten yksinäisyyteen. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 128(12):1215-6 WWW-dokumentti. Saatavissa : <https://www.duodecimlehti.fi/duo10334>. [14.2.2023]

Routasalo P. & Airaksinen M. & Mäntyranta T. & Pitkälä K. 2009. Potilaan omahoidon tukeminen - mistä on kyse? Duodecim 125: 2351 - 9. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo98401.pdf> [viitattu 14.2.2023]

Routasalo, P. & Pitkälä, K. 2005. Ikääntyvän henkilön yksinäisyys – haaste hoitotyölle. Teoksessa Eija Noppari ja Paula Koistinen (toim.) Laatus vanhuustyöhön. Helsinki: Tammi. S. 19–31.

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2010. Improving The Lives Of LGBT Older Adults, Movement Advancement Project and SAGE. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.lgbtmap.org/file/improving-the-lives-of-lgbt-older-adults.pdf> [viitattu 14.2.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2014. Out & Visible: The Experiences of Lesbian, Gay, Bisexual and Transgender Older Adults, Ages 45–75. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sageusa.org/wp-content/uploads/2018/05/sageusa-out-visible-lgbt-market-research-full-report.pdf> [viitattu 3.3.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2017. Understanding Issues Facing LGBT Older Adults, Movement Advancement Project & SAGE. PDF-dokumentti. [viitattu 14.2.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2018. The Facts on LGBT Aging. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sageusa.org/wp-content/uploads/2018/05/sageusa-the-facts-on-lgbt-aging.pdf> [viitattu 21.2.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2018. Combating loneliness amongst older LGBT people: a case study of the Sage project in Leeds. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.ageuk.org.uk/contentassets/5b846d8ddf2540a39d2b0a025738e2ae/rb_feb2018_180208_careconnect_ageuk_loneliness_research_article_lgbt.pdf [viitattu 13.2.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2018. The facts on LGBT aging. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sageusa.org/wp-content/uploads/2018/05/sageusa-the-facts-on-lgbt-aging.pdf> [viitattu 4.2.2023]

Services & Advocacy for LGBTQ+ Elders (SAGE) 2020. LGBT Older People & Covid-19. Addressing Higher Risk, Social Isolation, and Discrimination. PDF-dokumentti. Saatavissa: [viitattu 12.2.2023]

Sateenkaariseniorit ry. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sateenkaari-seniorit.yhdistysavain.fi/yhdistys/> [viitattu 14.2.2023]

Science daily 2018. Loneliness is bad for the heart. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sciencedaily.com/releases/2018/06/180609124652.htm> [viitattu 10.2.2023]

Seta ry 2023. Sateenkaarihistoria Suomessa. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/ihmisoikeudet/sateenkaarihistoria-suomessa/> [viitattu 3.3.2023]

Seta ry 2023. Sateenkaariseniorien oma yhdistys perustettiin. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/2021/06/23/sateenkaariseniorien-oma-yhdistys-perustettiin/> [viitattu 11.2.2023]

Seta ry 2023. Seksuaalinen suuntautuminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/sateenkaaritieto/seksuaalinen-suuntautuminen/> [viitattu 23.2.2023]

Seta ry 2023. Setan kannanotto STEA:n avustusehdotuksesta. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/2021/01/20/setan-kannanotto-stean-avustusehdotuksesta/> [viitattu 30.1.2023]

Seta ry 2023. Sateenkaarianasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarianasto/> [viitattu 30.1.2023]

Seta ry 2023. Ammatillinen seniorityö Setassa päättyy syksyllä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/2021/03/23/ammatillinen-seniorityo-setassa-paatty-syksylla/> [viitattu 31.1.2023]

Seta ry 2023. Sukupuolen moninaisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sukupuolen-moninaisuus/> [viitattu 11.2.2023]

Seta ry 2023. Sukupuolen juridinen vahvistaminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://seta.fi/ihmisoikeudet/tasa-arvo-ja-yhdenvertaisuus/translaki/> [viitattu 4.2.2023]

Steed, L., Boldy, D., Grenade, L. and Iredell, H. 2007. The demographics of loneliness among older people in Perth, Western Australia. *Australasian Journal on Ageing*, 26, 2, 81–6. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1741-6612.2007.00221.x> [viitattu 11.2.2023]

Sukupuolen moninaisuuden osaamiskeskus s.a. Sukupuolen moninaisuuden sanasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://sukupuolenosaamiskeskus.fi/sukupuoli/sukupuolen-moninaisuus/sukupuolen-moninaisuuden-sanasto/> [viitattu 11.2.2023]

Sukupuolen vahvistamista säätelevä laki (translaki) 248/2023.

Suomen Punainen Risti (SPR) 2023. Joka 3. suomalainen on yksinäinen – näin voit auttaa. WWW-dokumentti: <https://www.punainenristi.fi/uutiset/2021/joka-3.-suomalainen-on-yksinainen--nain-voit-auttaa/> [viitattu 5.2.2023]

Tammisalo, N. 2017. Sateenkaarevaa hoivaa ikäihmisille. Sateenkaariseniortietoisku hoiva-ammattilaisten toimintatapoja kehittämässä. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/128418/Tammisalo_Nonna.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 11.2.2023]

Terveyskirjasto 2018. Seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/oos00003> [viitattu 22.2.2023]

Terveyskylä 2023. Ikääntynyt, iäkäs vai vanha? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskyla.fi/ikatalo/ik%C3%A4%C3%A4ntyneelle/ik%C3%A4-ja-arki/ik%C3%A4%C3%A4ntynyt-i%C3%A4k%C3%A4s-vai-vanha> [viitattu 28.2.2023]

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2022. Sukupuolen moninaisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli/sukupuolen-moninaisuus> [viitattu 30.1.2023]

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Tasa-arvosanasto 2022. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/sukupuoli/tasa-arvosanasto> [viitattu 19.2.2023]

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) 2020. Seksuaalisuuden ja sukupuolen sanasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/seksuaalisuus-puheeksi/seksuaalisuuden-ja-sukupuolen-sanasto> [4.3.2023]

Tiilikainen, E. 2016. Yksinäisyys ja elämäntietä. Laadullinen seurantatutkimus ikääntyvien yksinäisyydestä. Väitöskirja. PDF-dokumentti. Saatavissa:

file:///Users/marimetsavainio/Downloads/yksinaisyys_ja_elamankulku_ET-HESIS_korjattu%20(1).pdf [viitattu 30.1.2023]

Tilastokeskus 2019. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.stat.fi/til/asas/2019/asas_2019_2020-05-20_fi.pdf [viitattu 11.2.2023]

Tilastokeskus 2013. Sateenkaariperheet tuovat väriä tilastoihin. Päivitetty 23.9.2013. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-09-23_001.html?s=0 [Viitattu 5.2.2023]

Trasek ry s.a. Käsitteitä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://trasek.fi/perustietoa/kasitteita/> [viitattu 2.3.2023]

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf [viitattu 28.01.2023]

Tutkimustietoa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen tilanteesta Suomessa 2021. PDF-dokumentti. Saatavissa: [viitattu 10.2.2023]

Törmä, S. & Huotari, K. & Tuokkola, K. & Pitkänen, S. 2014. Ikäihmisten moninaisuus näkyväksi. Selvitys vähemmistöihin kuuluvien ikääntyneiden henkilöiden kokemasta syrjinnästä sosiaali- ja terveyspalveluissa. Sisäministeriön julkaisu 14/2014. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/78988/lk%c3%a4ihmisten%20moninaisuus%20n%c3%a4kyv%c3%a4ksi.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 21.2.2023]

Valtonen, S. & Hakola, S. M. 2016. Haluaisin pystyä kertomaan. Sateenkaari-seniorit ikääntyneille suunnattujen palvelujen asiakkaina. PDF-dokumentti. Saatavissa: file:///Users/marimetsavainio/Downloads/Haluaisin_pystya_kertomaan_nettipdf.pdf [viitattu 10.2.2023]

Verohallinto 2021. Henkilöasiakkaiden tulot, vähennykset ja verot vuonna 2021. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://vero.fi/tietoa-verohallinnosta/tilastot/henkiloasiakkaiden_tuloverotilastoj/verovuosi-2021/henkiloasiakkaiden_tulot-vahennykset-ja-verot-verovuonna-2021/ [viitattu 1.3.2023]

Wallace, S. P. & Cochran, S. D. & Duraco, E. M. & Ford, C. L. 2011. The Health of Aging Lesbian, Gay and Bisexual Adults in California. Policy Brief UCLA Cent Health Policy Res. 2011 Mar; (0): 1–8. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21548402/> [viitattu 13.2.2023]

WHO 2010. Developing sexual health programmes. A framework for action. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/70501/WHO_RHR_HRP_10.22_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 3.3.2023]

Yle 7.4.2021. Kansalaisaloite translain uudistamisesta keräsi 50 000 kannattajaa vauhdilla – ”Emme osanneet edes unelmoida, että saavuttaisimme tämän määrän näin nopeasti”, aloitteentekijä iloitsee. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://yle.fi/uutiset/3-11873108> [viitattu 30.1.2023]

Saatekirje

Liite 1/1

Sateenkaari-ihmisten yksinäisyys

Arvoisa kyselyyn vastaaja,

Tämän kyselyn avulla kerätään tietoa yli 50-vuotiaiden sateenkaari-ihmisten kokemasta yksinäisyydestä, yksinäisyydelle altistavista tekijöistä sekä yksinäisyyden lievittämisestä. Yksinäisyys nähdään usein yksilön henkilökohtaisena kokemuksena, joka voi luonteeltaan olla hetkellistä, ohimenevää tai pitkäkestoisista. Yksinäisyys jaetaan usein sosiaaliseen ja emotionaaliseen yksinäisyyteen. Sosiaalinen yksinäisyys tarkoittaa tärkeiden ihmissuhteiden ja verkostojen vähäisyyttä tai niiden puuttumista. Emotionaalisessa yksinäisyydessä ihmissuhteiden laatu on määrää tärkeämpää. Yhteenkuuluvuuden ja merkityksellisyyden tunne ihmissuhteissa on tärkeää, jolloin ihminen voi kokea yksinäisyyttä myös ollessaan ihmisten keskellä.

Kyselyn avulla saadaan arvokasta tietoa tulevaisuuden vanhustyön asiantuntijoille sukupuoli- ja/tai seksuaalivähemmistöihin kuuluvien yksinäisyydestä, siihen johtavien tekijöiden tunnistamisesta sekä yksinäisyyden lievittämisestä. Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan käyttää myös Seta ry:n vaikuttamistyössä ja koulutuksissa. Kyselyn toteuttaminen on geronomiopiskelija (vanhustyö) Mari Metsävainion opinnäytetyö.

Kyselyyn osallistuminen on tärkeää

Kuulutte tämän tutkimuksen kohderyhmään, mikäli olette yli 50-vuotias ja määrittelette itsenne kuuluvaksi johonkin seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön. Kyselylomakkeeseen vastataan nimettömänä, eikä yksittäisiä henkilöitä voida tunnistaa annettujen vastausten perusteella ja kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

Vastaattehan kyselyyn 31.8.2021 mennessä. Kyselyyn vastaaminen kestää noin 20–25 minuuttia. Vastaattehan kysymyksiin valitsemalla Teille sopivin

vaihtoehto tai avoimissa kysymyksissä kirjoitattehan vastauksen sille varattuun tilaan.

Lämmin kiitos vastauksestanne!

Lisätietoja:

Mari Metsävainio, geronomiopiskelija

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu (Xamk)

bmame@edu.xamk.fi

P. + 358451273137

Taustatiedot**1. Mikä on sukupuolenne? (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) ***

- ☐ Mies
- ☐ Nainen
- ☐ Muu
- ☐ En halua kertoa

2. Kuulutteko johonkin seuraavista (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ Sukupuolivähemmistöön
- ☐ Seksuaalivähemmistöön
- ☐ Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön
- ☐ En halua kertoa

3. Kuulutteko sukupuolivähemmistöön? Jos kuulutte, mikä sukupuoli-identiteettinne on? Voitte kirjoittaa vastauksenne sille varattuun tilaan. *

4. Kuulutteko seksuaalivähemmistöön? Jos kuulutte, mikä seksuaalinen suuntautumisenne on? Voitte kirjoittaa vastauksenne sille varattuun tilaan. *

5. Ikä vuosina (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ 50-54
- ☐ 55-59
- ☐ 60-64
- ☐ 65-69
- ☐ 70-74
- ☐ 75-79
- ☐ 80-84
- ☐ 85-

6. Siviilisääty (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ Avioliitto
- ☐ Avioliitto
- ☐ Rekisteröity parisuhde
- ☐ Leski
- ☐ Naimaton
- ☐ Eronnut

7. Mitkä ovat taloutenne vuosittaiset veronalaiset tulot? (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ - 9 999 euroa
- ☐ 10 000-19 999 euroa
- ☐ 20 000-29 999 euroa
- ☐ 30 000-39 999 euroa
- ☐ 40 000-49 999 euroa
- ☐ 50 000-59 999 euroa
- ☐ 60 000-69 999 euroa
- ☐ 70 000-79 999 euroa
- ☐ 80 000-89 999 euroa
- ☐ 90 000-99 999 euroa
- ☐ 100 000-149 999 euroa
- ☐ 150 000-

8. Montako henkilöä talouteenne kuuluu? *

Kotitaloudella tarkoitetaan kaikkia niitä henkilöitä, jotka asuvat ja ruokailevat yhdessä tai, jotka muuten käyttävät yhdessä tulojaan (Tilastokeskus).

- ☐ 1 henkilö
- ☐ 2 henkilöä
- ☐ 3 henkilöä
- ☐ 4 henkilöä
- ☐ 5 henkilöä
- ☐ 6 henkilöä
- ☐ 7 henkilöä tai yli

9. Mikä on korkein suorittamanne koulutusaste? (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ Kansakoulu/kansalaiskoulu
- ☐ Keskikoulu/peruskoulu
- ☐ Lukio tai ylioppilas
- ☐ Alempi keskiasteen ammattitutkinto (esim. ammatti- tai kauppakoulu)
- ☐ Ylempi keskiasteen ammattitutkinto (esim. sairaanhoito- tai kauppaopisto)
- ☐ Korkeakoulu, alempi korkeakoulututkinto (esim. kandidaatin tutkinto, AMK-tutkinto)
- ☐ Korkeakoulu, ylempi korkeakoulututkinto (esim. maisteri, diplomi-insinööri, ylempi AMK-tutkinto)
- ☐ Tutkijakoulutus (lisensiaatti tai tohtori)

10. Mikä on asuinpaikkanne? (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ Pääkaupunkiseutu (Helsinki, Espoo, Vantaa, Kauniainen)
- ☐ Muu suuri kaupunki (yli 100 000 asukasta, esim. Turku, Tampere, Lahti, Jyväskylä, Kuopio, Oulu)
- ☐ Pieni tai keskikokoinen kaupunki tai kunta (20 000-100 000 asukasta)
- ☐ Pienempi taajama tai kunta (alle 20 000 asukasta)
- ☐ Maaseutu (haja-asutusalue)

YKSINÄISYYS JA SOSIAALISET SUHTEET

11. Kuinka usein tunnette itsenne yksinäiseksi? (Valitkaa vain yksi vaihtoehto) *

- ☐ En koskaan
- ☐ Hyvin harvoin
- ☐ Joskus
- ☐ Melko usein
- ☐ Jatkuvasti

12. Kuvailkaa, miltä yksinäisyys Teistä tuntuu. Voitte kirjoittaa vastauksenne sille varattuun tilaan. *

13. Onko yhteiskunnan aikaisempi lainsäädäntö (kts. lisätiedot alla) vaikuttanut yksinäisyyden kokemukseenne? Voitte kirjoittaa vastauksen sille varattuun tilaan.

Suomen rikoslain mukaan homoseksuaaliset teot luokiteltiin rikollisiksi vuoteen 1971 saakka, ja homoseksuaalisiin tekoihin kehottaminen oli rikos vuoteen 1999 saakka. Tämän lisäksi homoseksuaalisuus luokiteltiin sairaudeksi vuoteen 1981 asti ja myös transvestisuus luokiteltiin sairaudeksi vielä vuoteen 2011 asti. Lähde: Seta ry.

14. Tutkimusten mukaan yksi seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön kuuluvien ikääntyvien suurista huolenaiheista liittyen vanhuuteen on yksinäisyyden

lisääntyminen. Huolestuttaako tämä Teitä? *

- ☐ Ei lainkaan
- ☐ Jonkin verran
- ☐ En osaa sanoa
- ☐ Melko paljon
- ☐ Hyvin paljon

15. Valitkaa kustakin kysymyksestä sopivin vastausvaihtoehto *

	1 Täysin eri mieltä	2 Jokseenkin eri mieltä	3 En osaa sanoa	4 Jokseenkin samaa mieltä	5 Täysin samaa mieltä
Tunnen kuuluvani osaksi jotakin ryhmää tai yhteisöä (perhe, ystäväpiiri, harrastusryhmä)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnen yhteenkuuluvuutta muiden ihmisten kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on useita ystäviä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pidän yhteyttä minulle läheisiin ihmisiin (esim. perhe, sukulaiset, ystävät)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden kanssa voin puhua henkilökohtaisista asioistani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on ympärilläni ihmisiä, joiden apuun voin turvautua ongelmatilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ajan viettäminen yksin on oma valintani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen oloni eristäytyneeksi muista ihmisistä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnen jääväni muiden ulkopuolelle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaapista ulos tuleminen on lisännyt yksinäisyyttäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koronapandemia on lisännyt yksinäisyyttäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

YKSINÄISYYDEN LIEVITTÄMINEN

16. Valitkaa kustakin kysymyksestä sopivin vastausvaihtoehto. *

	1 Täysin eri mieltä	2 Jokseenkin eri mieltä	3 En osaa sanoa	4 Jokseenkin samaa mieltä	5 Täysin samaa mieltä
Minulla on riittävästi keinoja yksinäisyyden lievittämiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Halutessani löydän seuraa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Osallistun aktiivisesti sateenkaari-ihmisille suunnattuihin ryhmiin ja/tai tilaisuuksiin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koen, että osallistuminen sateenkaari-ihmisille suunnattuihin ryhmiin tai tilaisuuksiin saattaisi lievittää yksinäisyyttä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

17. Jos olette osallistuneet seksuaali- ja sukupuolivähemmistöille suunnattuun omaan toimintaan, onko niihin osallistuminen lievittänyt yksinäisyyttänne?

18. Millaisilla keinoilla sateenkaari-ihmisten yksinäisyyttä voitaisiin lievittää? *

19. Oletteko jättäneet menemättä esim. harrastusryhmiin tai muihin ryhmiin, tilaisuuksiin syrjinnän pelon tai ulkopuolisuuden tunteen takia, vaikka osallistuminen olisi saattanut lievittää yksinäisyyden kokemustanne? Voitte kirjoittaa vastauksen sille varattuun tilaan.
