



Haluaisin kuunnella sinua

Sateenkaarinäkyvyyttä vanhuspalveluihin
podcast-muotoisilla haastatteluilla

Virve Raittinen

OPINNÄYTETYÖ
Marraskuu 2023

Sosionomin tutkinto-ohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosionomin tutkinto-ohjelma

RAITTINEN, VIRVE:

Haluaisin kuunnella sinua

Sateenkaarinäkyvyyttä vanhuspalveluihin podcast-muotoisilla haastatteluilla

Opinnäytetyö 49 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Marraskuu 2023

Sateenkaariseniorit eli seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat ikäihmiset ovat vanhuspalveluissa usein näkymättömiin jäävä ryhmä. Jotta kaikille ikääntyneille pystytään tarjoamaan laadukkaita ja yhdenvertaisia palveluita, on tartuttava myös näkymättömyyden haasteeseen. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus oli etsiä ratkaisua sateenkaarisenioreiden näkymättömyyden ongelmaan.

Opinnäytetyö perustui ajatukselle, että sateenkaarisenioreita koskevan faktatiedon lisäksi tarvitaan erilaisten ihmisten ja heidän todellisuksiensa empaattista ymmärtämistä. Eräs väylä tähän on toisen ihmisen tarinan kuuleminen. Podcast tarjoaa ajasta ja paikasta riippumattoman, kustannustehokkaan tavan kertoa ja kuunnella tarinoita. Opinnäytetyön tutkimustehtävä oli kehittää podcast-muotoisiin, elämäntarinallisiin teemahaastatteluihin perustuvaa sateenkaarisenioreiden näkyväksi tekemisen menetelmää. Tavoitteena oli yhdessä sateenkaarisenioreiden kanssa tuottaa julkaistavaksi podcast, jota voidaan hyödyntää esimerkiksi vanhuspalveluiden opiskelijoiden ja ammattilaisten koulutuksissa.

Opinnäytetyön tuotoksena julkaistiin neliosainen podcast Spotify-palvelussa osoitteessa <https://open.spotify.com/show/235Ya3zF7yqIKpUisc9S4x>. Podcastissa sateenkaariseniorit kertovat elämästään, kokemuksistaan ja vanhenemiseen liittyvistä ajatuksistaan.

Podcastin vaikuttavuutta arvioitiin vanhuspalveluiden ammattilaisista ja sellaisiksi opiskelevista kootulle testiryhmälle suunnatulla verkkokyselyllä. Tulosten perusteella podcastin kuunteleminen lisäsi ymmärrystä sateenkaarisenioreista, erityisesti jos kuuntelijalla ei ollut omakohtaista kokemusta sateenkaarisenioreista asiakkaina tai jos hän kuunteli podcastia useamman jakson. Podcastia kuunnellut testiryhmä arvioi podcastin käyttökelpoiseksi menetelmäksi sateenkaarisenioreiden näkyväksi tekemisessä. Testiryhmän palautteessa sateenkaarteeman käsittelyä pidettiin tarpeellisena niin hoitohenkilökunnan kuin ikäihmistenkkin parissa, ja podcast nähtiin hyvänä keinona levittää tietoa. Seuraava vaihe on podcastin markkinoiminen vanhuspalvelualan työpaikoille ja oppilaitoksille sekä alan ammattilaisten motivoiminen tarinoiden kuunteluun.

Asiasanat: sateenkaariseniorit, LHBTQIA+, näkymättömyys, podcast, elämäkerralliset teemahaastattelut

ABSTRACT

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

RAITTINEN, VIRVE:

I Would Like to Listen to You

Increasing Visibility of Older LHBTQIA+ People in Elderly Services with Podcast Interviews

Bachelor's thesis 49 pages, appendices 2 pages
November 2023

Older LGBTIQIA+ people have been recognised to be at risk of being invisible in the elderly services. To provide high-quality and equal services to all senior citizens, various ways to respond to the challenge of invisibility should be found. The purpose of this study was to seek tools to increase the visibility of sexual and gender minorities in the elderly services. The underlying idea was that in addition to the facts about LGBTIQIA+ people, we also need emphatic understanding of different people and their realities. One way to improve such understanding is to listen to the life stories of LGBTIQIA+ seniors.

The approach of the study was practise based. The aim was to produce a podcast, which can be used as a material in the training of the students and professionals of the elderly services. The content of the podcast was produced together with older LGBTIQIA+ people and it was based on theme interviews about their life stories. Podcast with four episodes was published in Spotify (<https://open.spotify.com/show/235Ya3zF7yqIKpUisc9S4x>).

The effectiveness of the podcast was tested with a group of students and professionals of the elderly services. The results of the questionnaires showed that listening to the podcast increases understanding about older LGBTIQIA+ people, especially if one listens several episodes or one does not have previous experience with LGBTIQIA+ customers.

Key words: older LGBTIQIA+ people, invisibility, podcast, life stories

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	TUTKIMUSASETELMA	7
	2.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävä.....	7
	2.2 Tutkimusmenetelmät.....	8
	2.3 Osallistujat	10
3	IKÄIHMISTEN MONINAISUUS SATEENKAAREN ALLA	12
	3.1 Käsitteiden runsaus ja itsemäärittelyoikeus	12
	3.2 Seksuaalinen suuntautuminen	14
	3.3 Sukupuolivähemmistöt, sukupuoli-identiteetti ja sukupuolen ilmaisu	15
	3.4 Perhe- ja läheissuhteet	17
	3.5 Sateenkaariseniorit	18
4	NÄKYMÄTTÖMYYDEN ONGELMA	21
	4.1 Sateenkaarisenioreiden näkymättömyys vanhuspalveluissa.....	21
	4.2 Milloin ja miksi tulla näkyväksi?	22
	4.3 Näkymättömyyden syitä.....	23
	4.4 Toimenpiteitä näkymättömyyden ratkaisemiseksi.....	25
5	TOIMINNALLINEN OSUUS: PODCASTIN TOTEUTTAMINEN	28
	5.1 Podcastin ääriviivat.....	28
	5.2 Kohti haastatteluja	29
	5.3 Haastateltavien etsiminen.....	30
	5.4 Haastatteluiden tekeminen	31
	5.5 Editointi ja julkaisu	32
	5.6 Eettisyys.....	34
6	VAIKUTUSTEN ARVIOINTI.....	35
	6.1 Kysely	35
	6.2 Tulokset	36
	6.3 Johtopäätökset.....	40
7	POHDINTA	42
	LÄHTEET	44
	LIITTEET.....	48
	Liite 1. Aikajana	48
	Liite 2. Kyselylomakkeen kysymykset testiryhmälle	49

1 JOHDANTO

Väestö ikääntyy ja sitä myöten myös sateenkaarisenioreiden määrä Suomessa kasvaa. Sateenkaariseniorit eli seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvat ikäihmiset ovat kuitenkin sote-palveluissa usein näkymättömiin jäävä ryhmä. Tällä hetkellä ja lähitulevaisuudessa vanhuuttaan elävät sateenkaariseniorit ovat olleet nuoria aikana, jolloin esimerkiksi homoseksuaalisuutta pidettiin rikollisena ja sairautena. Tämän seurauksena he ovat saattaneet joutua kohdelluiksi huonosti identiteettinsä vuoksi tai kenties salaamaan sen kokonaan. Ikääntyessään sateenkaariseniorit ovat vaarassa kohdata uudelleen suoraa tai epäsuoraa syrjintää. Epäsuora syrjintä voi ilmetä esimerkiksi tahattomasti loukkaavina kommentteina, vaikenemisena tai näkymättömäksi tekemisenä. Lainsäädäntömme tulisi suojata yksilöitä syrjinnältä, ja sosiaalialan ammattilaisten velvollisuus on edistää yhdenvertaisuuden toteutumista sosiaalipalveluiden käytännöissä.

Tasa-arvoinen kohtelu palveluissa ei kuitenkaan tarkoita kaikkien kohtelemista samalla tavalla, vaan ihmisten erilaisten tarpeiden huomioon ottamista. Jotta kaikille ikääntyneille pystytään tarjoamaan laadukkaita ja yhdenvertaisia palveluita, on tartuttava myös näkymättömyyden haasteeseen. Tutkimuksen mukaan lähes kolmasosa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvista on jättänyt sote-palveluita käyttämättä mahdollisen epäasiallisen kohtelun vuoksi (Jalava 2013, 35). Sosiaalialan ammattilaisten tulisi olla valmiita kohtamaan ikäihmisten seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuus ja tarvittaessa puuttumaan epäasialliseen kohteluun.

Näkymättömyyden ongelmaa ratkottaessa tarvitaan sateenkaarisenioreita koskevan faktatiedon lisäksi erilaisten ihmisten ja heidän todellisuksiensa empaattista ymmärtämistä. Eräs väylä tähän on kuunnella heidän tarinansa. Kuunnellesamme toisen ihmisen tarinaa pääsemme lähemmäs hänen todellisuuttaan ja kokemusmaailmaansa. Kuunteleminen tarjoaa myös mahdollisuuden tarkastella omia olettamuksiaan ja ennakkoluulojaan. Ymmärryksemme lisääntyessä olemme valmiimpia ottamaan huomioon ihmiset kokonaisuuksina, erilaisine taustoineen, tarpeineen ja ominaisuuksineen.

Miten sitten kuunnella tarinoita asiakkailta, jotka eivät ole edes näkyvissä? Lähtökohtana voivat toimia muiden vähemmistöihin kuuluvien ihmisten elämäntarinat, joiden kuuleminen kenties edesauttaa luomaan ilmapiirin omalla työpaikalla niin turvalliseksi, että siinä on tilaa moninaisuuden tulla näkyväksi. Podcast tarjoaa ajasta ja paikasta riippumattoman tavan kertoa ja kuunnella tarinoita. Se on nykypäivänä etenkin nuorten keskuudessa suosittu media, jonka kuuntelemisella tavoitellaan niin viihtymistä kuin uuden oppimistakin. Etsin toiminnallisessa opin- näytetyössäni ratkaisua sateenkaarisenioreiden näkymättömyyden ongelmaan podcastien suunnalta ja kysyn, millaisin edellytyksin podcast soveltuu sateenkaarisenioreiden näkyvyyden lisäämisen menetelmäksi.

2 TUTKIMUSASETELMA

2.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimustehtävä

Opinnäytetyöni tarkoitus on etsiä ratkaisua sateenkaarisenioreiden näkymättömyyden ongelmaan vanhuspalveluissa. Näkyvyyden parantamiseksi tarvitaan erilaisia keinoja lisätä tietoa ja ymmärrystä seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien ikääntyneiden todellisuudesta. Jotta tietoisuus vähemmistöistä tavoittaisi ikääntyneiden palvelut mahdollisimman laajasti, tarvitaan menetelmää, joka on paitsi edullinen myös suhteellisen helposti toteutettavissa, saavutettavissa ja käytettävissä. Opinnäytetyössäni tutkin podcast-muotoisten, elämäntarinallisten teemahaastattelujen soveltuvuutta tällaiseksi menetelmäksi.

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen näkyvyyttä pitkäaikaishoidon ympäristössä tutkinut Paul Willis (2017) painottaa ikäihmisten palveluissa toimivien ammattilaisten vastuuta sateenkaarisenioreiden näkyvyyden lisäämisessä. Jos ammattilaiset eivät ole valmistautuneita puuttumaan esimerkiksi syrjivään kommentointiin ja puolustamaan niitä, joihin se vaikuttaa, elämänsä aikaisemmissa vaiheissa syrjintää kokeneet ovat vaarassa joutua samojen kokemusten äärelle vanhuudessaan. Willis nostaa erääksi hedelmälliseksi näkyvyyden lisäämisen keinoksi dialogisen ja tarinallisen lähestymistavan: toisen ihmisen tarinan kuuleminen lisää ymmärrystä häntä kohtaan ja kasvattaa tilaa olla erilainen. Hyvänä lähtökohtana voi toimia myös palveluiden ulkopuolisen ihmisen kertoma elämäntarina. (Willis 2017, 116–117.) Vanhuspalveluissa ulkopuolisena oman tarinansa kertojana voisivat toimia esimerkiksi Setan kouluttamat kokemusasiantuntijat. Heitä on kuitenkin rajallinen määrä, joten lisäksi tarvitaan keinoja jakaa tarinoita ajasta ja paikasta riippumatta. Tavoitteena opinnäytetyölleni on yhdessä sateenkaarisenioreiden kanssa tuottaa julkaistavaksi podcast, jota voidaan hyödyntää esimerkiksi vanhuspalveluiden opiskelijoiden ja ammattilaisten koulutuksissa.

Tutkimusote opinnäytetyössäni on toimintatutkimuksellinen, mikä tarkoittaa sitä, että työ sisältää muutokseen tähtäävän intervention ja sen kokeilemisen käytännössä (Kananen 2014, 28). Toimintatutkimuksessa olennaista on hakea käytän-

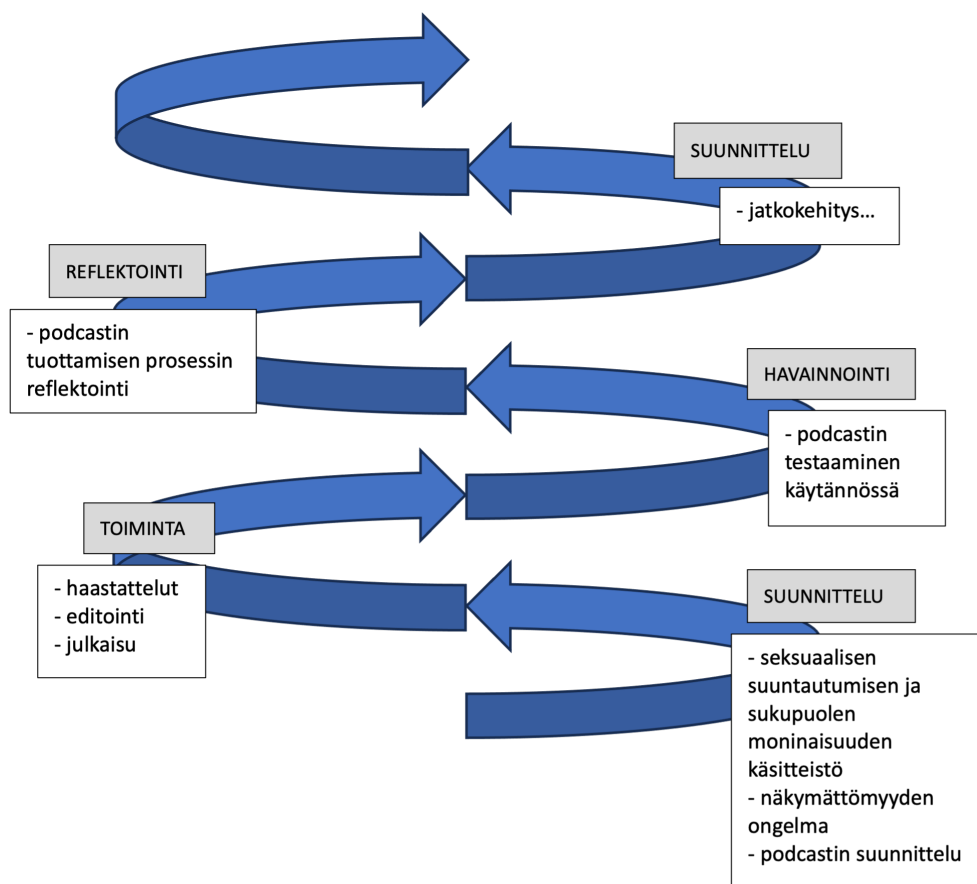
töön sovellettavaa ja hyödynnettävää tietoa käytänteiden kehittämiseksi. Perinteisessä tutkimuksessa asetettavan tutkimusongelman sijaan toiminnallisessa opinnäytetyössä keskiössä onkin tutkimustehtävä. (Heikkinen 2018.) Opinnäytetyöni tutkimustehtävä on kehittää podcast-muotoisiin, elämäntarinallisiin teema-haastatteluihin perustuvaa sateenkaarisenioreiden näkyväksi tekemisen menetelmää. Tutkimustehtävää tarkentavat seuraavat tutkimuskysymykset: Millainen prosessi on podcast-muotoisten haastattelujen tuottaminen? Miten podcast-muotoiset elämänkerralliset teema-haastattelut soveltuvat käyttäjien kokemuksen perusteella sateenkaarisenioreiden näkyvyyden lisäämisen menetelmäksi?

2.2 Tutkimusmenetelmät

Toiminnallisella opinnäytetyöllä pyritään etsimään ratkaisua määrättyyn ongelmaan käytännön toteutuksella (Vilka & Airaksinen, 9, 27). Toiminnallinen opinnäytetyö ja sen rinnakkaistermi tutkimuksellinen kehittämistoiminta ovat erityisesti ammattikorkeakoulujen käytössä olevia käsitteitä, joilla kuvataan toimintatutkimuksellista lähestymistapaa. Toimintatutkimuksessa kysymys onkin, ei niinkään varsinaisesta tutkimusmenetelmästä, vaan pikemminkin juuri lähestymistavasta, joka pitää sisällään niin tutkimusta kuin käytännön kehittämistyötäkin. Yleisesti tutkimuksessa kysytään, miten asiat ovat. Toimintatutkimus jatkaa tästä kysymällä, miten niiden tulisi olla, miten siihen päästään ja mitä tietoa asioiden kehittämisen tueksi tarvitaan. (Heikkinen 2018.) Toisin sanoen toimintatutkimuksessa yritetään paitsi kuvata myös muuttaa vallitsevia käytäntöjä (Kuula n.d).

Päädyin toiminnalliseen opinnäytetyöhön, koska sateenkaarisenioreiden näkyvämmämyys on jo lukuisissa tutkimuksissa todennettu ongelma, johon tulisi pystyä vastaamaan lähitulevaisuudessa mahdollisimman kattavasti erilaisia keinoja käyttäen. Toiminnallisen opinnäytetyön valitsin myös, koska haluan kehittää sosionomikoulutuksessa opiskeltuja taitoja teorian ja käytännön vuoropuhelusta. Sosionomin kompetensseissa puhutaan tutkimuksellisesta kehittämis- ja innovaatio-osaamisesta ja siitä, että sosionomi kykenee ennakoivaan ja innovatiiviseen ongelmanratkaisuun sosiaalialan kehittämisessä (Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit n.d). Mielestäni toiminnallinen opinnäytetyö on oivallinen tapa harjoitella kyseistä kompetenssia.

Toimintatutkimukseen kuuluu prosessimaisuus, jossa toistuvat spiraalimaisesti suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin ja reflektoinnin vaiheet. Käytännössä vaiheet lomittuvat toisiinsa, mutta spiraaliksi tai sykliksi kuvattu malli ohjaa ajatusta siitä, miten toimintatutkimus etenee. (Kananen 2014, 13–14; Heikkinen 2018.) Opinnäytetyössäni prosessin (kuvio 1) suunnitteluvaiheeseen kuuluu seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuuden käsitteistöön sekä näkymättömyyden ongelmaan tutustuminen kirjallisuuskatsauksen muodossa. Suunnittelu sisältää myös podcastin suunnittelua ja sen konkreettiseen tekemiseen tarvittavien tietojen ja taitojen kartuttamista. Toimintatutkimuksessa muutokseen tähtäävää väliintuloa kutsutaan muutosinterventioksi (Heikkinen 2018). Opinnäytetyössäni muutosinterventio eli toiminnallisen osuuden tuotos on julkisesti kuunneltavissa oleva podcast. Havainnoinnin ja reflektoinnin vaiheissa puolestaan testaan menetelmän toimivuutta käytännössä vanhusalan ammattilaisista ja opiskelijoista kootulla testikäyttäjäryhmällä ja raportoin podcastin tuottamisen prosessista.



KUVIO 1. Opinnäytetyön prosessi Hannu L.T. Heikkisen (2018) toimintatutkimuksen spiraalia mukailien.

Toimintatutkimuksella ei ole omia tiedonkeruu- ja analyysimenetelmiä, ja se voi sisältää menetelmiä sekä laadullisesta että määrällisestä tutkimuksesta (Kananen 2014, 27.) Opinnäytetyössäni olen päätenyt kutsumaan podcast-haastatteluiden toteuttamisen tapaa elämäntarinalliseksi teemahaastatteluksi. Tämä siitä syystä, että yhtäältä keskusteluiden tarkoituksena on kuulla tarinoita sateenkaarivähemmistöihin kuuluvien ihmisten elämän vaiheista ja toisaalta käsitellä tiettyjä vähemmistöön kuulumiseen ja vanhenemiseen liittyviä teemoja. Empatiaan perehtyneet tutkijat ovat esittäneet, että toisten ihmisten kertomusten paneutunut kuunteleminen on reitti erilaisten yksilöiden ja heidän todellisuksiensa empaattiseen ymmärtämiseen (Aaltola & Keto 2018, 38). Elämäntarinoita ei siis ole tässä työssä tarkoitus analysoida elämäkertatutkimuksen tapaan, vaan niiden funktio on tarjota vanhuspalveluiden ammattilaisille mahdollisuus moninaisuuden empaattiseen ymmärtämiseen sekä omien asenteiden ja ennakkoluulojen tarkistamiseen.

Muutosintervention eli podcastin vaikutusten arviontiin käytetään opinnäytetyössäni kvantitatiivista käyttäjäkyselyä, jonka avulla kartoitetaan käyttäjien koke-musta siitä, miten podcastit toimivat moninaisuuden näkyväksi tekemisen menetelmänä. Kyselyn avulla on tarkoitus selvittää, kokevatko käyttäjät podcastin kuuntelemisen lisäävän heidän tietoisuuttaan sateenkaarisenioreista ja miten käyttökelpoisena he pitävät podcast-muotoista menetelmää esimerkiksi osana opintoja tai työpaikan koulutusta. Kysely toteutetaan sähköisellä kyselylomakkeella.

2.3 Osallistujat

Toimintatutkimukselle tyypillistä on, että siihen osallistuvat sekä tutkija itse että ne, joita ongelma koskee (Kananen 2014, 11, 14). Tuotan podcastien sisällön yhdessä haastattelemieni sateenkaarisenioreiden kanssa. Keskusteluihin valikoituneiden ihmisten toivon jakavan elämäntarinaansa ja pohtivan kanssani, miten näkymättömyyteen johtavia ennakkoluuloja ja oletuksia voitaisiin vähentää. Näin ollen podcast mahdollistaa osallistujilleen vaikuttamisen ja toimijuuden ongelmallisen tilanteen muuttamiseksi. Oman tarinan kertominen voi myös tarjota ihmiselle kokemuksen nähdäksi tulemisesta ja oman kokemuksen arvokkuudesta.

Haastateltavien etsiminen julkiseen podcastiin suoraan vanhushpalveluiden asiakkaista olisi paitsi lupakäytäntöjen vuoksi haastavaa, myös eettisesti ongelmallista muun muassa mahdollisten muistisairauksien vuoksi. Etsinkin osallistujia podcastiin erilaisten sateenkaariyhdistysten seniori-ikään ehtineistä ja sitä lähestyvistä jäsenistä.

Opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden tuloksena syntyvän tuotteen eli podcastin ensisijaiseksi käyttäjäryhmäksi ajattelen vanhushpalveluissa työskentelevät ammattilaiset ja sellaisiksi opiskelevat. Heille podcast mahdollistaa tutustumisen seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuuteen sateenkaari-senioreiden tarinoita kuuntelemalla (Valtonen & Hakola 2014, 42). Podcastin testaamiseksi käytännössä kokoan ryhmän testikäyttäjiä ikääntyvien hoidon ja kuntoutuksen osaamisalan lähihoitajaopiskelijoista sekä ikääntyneiden asumisyksikön työntekijöistä.

Muita mahdollisia käyttäjäryhmiä podcastille voisivat olla esimerkiksi vanhushpalveluiden muut asiakkaat sekä sateenkaarisenioreiksi tai tuleviksi sellaisiksi itsensä identifioivat. Sateenkaariseniorit ovat huolissaan paitsi työntekijöiden myös muiden palvelunkäyttäjien suhtautumisesta itseensä (Törmä, Huotari, Tuokkola & Pitkänen 2014, 179). Kuuntelemalla podcastia esimerkiksi palvelukodin yhteisessä toimintahetkessä tai jakamalla sisältöä vaikkapa kuvapuhelinten kautta kotihoidon asiakkaille olisi mahdollista lisätä tietoisuutta moninaisuudesta myös ikäihmisille itselleen. Muille sateenkaarisenioreille podcast voisi puolestaan toimia vertaistukena ja peilinä oman elämäntilanteen pohdinnassa. Podcastin markkinointi erilaisille käyttäjäryhmille rajautuu kuitenkin opinnäytetyön ulkopuolelle, sillä se olisi oman projektinsa aihe.

3 IKÄIHMISTEN MONINAISUUS SATEENKAAREN ALLA

3.1 Käsitteiden runsaus ja itsemäärittelyoikeus

Seksuaalisuuden, sukupuolen ja suhteiden moninaisuutta kuvailevat käsitteet ovat lisääntyneet ja monipuolistuneet 2010-luvulta saakka. Queer-tutkija Tuula Juvonen (2020a) on analysoinut seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuutta kartoittavan verkkokyselyn tuloksia, joissa ihmiset luonnehtivat pelkästään sukupuoltaan 16 eri tavalla ja oman seksuaalisuuden kuvaamiseenkin löytyi 22 erilaista termiä. Nimitysten runsautta voidaan pitää positiivisena asiana, sillä yhdessä viime aikojen vilkkaan vähemmistöjä koskevan julkaisen keskustelun kanssa se on omiaan vähentämään vähemmistöihin liittyvän nimeämättömyyden ja näkymättömyyden ongelmia. Mahdollisuus nimetä itsensä oikealla tavalla on vastakohta väärinolettamiselle ja ohittamiselle, joita normeja haastavat ihmiset usein kohtaavat, ja se on myös merkityksellistä identiteetille ja toimijuuden tunteen syntymiselle. (Juvonen 2020a, 2, 5, 8.) Oikean nimen löytäminen omalle kokemukselle voikin tarkoittaa ihmiselle suuren taakan putoamista hartioilta, etenkin jos ei ole kokenut aikaisemmin mahtuvansa käytössä olevien käsitteiden alle tai on tullut vasten tahtoaan nimetyksi toisten taholta.

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjä kuvaavaan kirjainlyhenteeseen on vuosien saatossa liitetty kirjain toisensa perään ja lopuksi vielä +-merkki kuvaamaan kaikkea sitä moninaisuutta, joka ei sisälly kirjainyhdistelmään. Kirjainlyhenteestä on olemassa erilaisia versioita, joista kattavin tällä hetkellä lienee LHBTQIA+. Yksinkertaistaen voisi sanoa, että seksuaalivähemmistöillä viitataan ei-heteroseksuaaleina itseään pitäviin ihmisiin, joita tässä kirjainlyhenteessä edustavat kirjaimet L (lesbo), H (homo, englanninkielisessä lyhenteessä G=gay), B (biseksuaali) ja A (aseksuaali). Sukupuolivähemmistöillä puolestaan tarkoitetaan yleisesti ihmisiä, jotka eivät koe syntymässä määriteltä sukupuolta omakseen eli eivät määrity cismiehiksi tai -naisiksi. Kirjainlyhenteessä sukupuolivähemmistöjä kuvaavat kirjaimet T (trans, sisältää transsukupuoliset, transvestiitit ja muunsukupuoliset) ja I (intersukupuoliset). Lisäksi lyhenteestä löytyy kirjain Q (queer, viittaa identiteettiin, jossa ihminen ei halua määritellä seksuaalista suuntautumistaan tai suku-

puoltaan; Q voi tarkoittaa myös questioning ja viitata ihmiseen, joka pohtii sukupuoli-identiteettiään tai seksuaalista suuntautumistaan). (Sateenkaarisanasto 2021; LGBT 2022.)

Kuten edellä kuvatusta käy ilmi, seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuuden kirjoa kuvaamaan pyrkivä käsitteistö on jatkuvassa ja laajenevassa muutoksessa. Etenkin nuoret hahmottavat olemisensa tapaa yhä monimutkaisemmillä luokitteluilla (Juvonen 2020a, 2). Nykyhetkellä seniori-ikänsä elävien ihmisten nuoruudessa käytettävissä olleet sanat olivat huomattavasti niukemmassa. Onko siis monimutkainen käsitteistö ylipäätään relevantti ikäihmisiä tutkittaessa? Mielestäni peruskäsitteiden tunteminen on olennaista, sillä sen avulla voi hahmottaa moninaisuutta ilmiönä ja laajentaa ymmärrystään siitä, miten monin eri tavoin ihminen voi kokea oman seksuaalisuutensa ja sukupuolensa. Vaikka itse käsitteet olisivat vasta hiljattain käyttöön tulleita, niiden kuvaamat ilmiöt ovat olleet olemassa aina. On myös mahdollista, että ihminen vasta varttuneemmalla iällä löytää kielellisen ilmaisun kokemukselleen ja tätä kautta joku osa identiteetistä piirtyy tarkemmin näkyviin henkilölle itselleenkin (ks. esim. Parmala 2020).

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöistä käytettävien käsitteiden lähtökohta on, että nimeäminen lähtee henkilöstä itsestään. Ihmiselle kuuluu itsemäärittelyoikeus, eikä hänen identiteettiään tule olettaa eikä määrittelyä tehdä hänen puolestaan. Itsemäärittelyoikeuteen kuuluu myös oikeus olla määrittelemättä itseään. (Karvinen & Venesmäki 2019, 12.) Tuula Juvonen (2020a) on haastatteluja tutkiessaan havainnut itseä osuvasti kuvaavien termien löytämisen lisäävän itsemäärrystä, helpottavan yhteisöjen löytämistä ja auttavan oman tilanteen kommunikoinnista muille. Juvosen mukaan ”termit tarjoavat muille mahdollisuuden tunnistaa käyttäjänsä tavalla, jonka ihmiset itse kokevat omakseen”. (Juvonen 2020a, 15, 19.) Ihmisen itsestään käyttämät käsitteet ovat siis eräs keino tulla näkyväksi muille itse haluamallaan tavalla. Sote-palveluissa arvokkaan kohtaamisen lähtökohtana voikin pitää sitä, että asiakastilanteissa käytettävät käsitteet ovat asiakkaan itsensä valitsemia.

3.2 Seksuaalinen suuntautuminen

Seksuaalisella suuntautumisella tarkoitetaan sitä, mihin seksuaalisuus kohdistuu sukupuolen mukaan eli keneen ihminen tuntee romanttista ja/tai seksuaalista vetovoimaa (Sateenkaarisanasto 2021). Kuten psykoterapeutti Jussi Nissinen (2011, 14–15) toteaa, ilmiönä seksuaalinen suuntautuminen on niin monitasoinen, että sen tavoittaminen kokonaisuudessaan käsitteiden avulla on haastavaa. Tyypillisimmin käytetään jaottelua seuraaviin eroa tekeviin käsitteisiin: kiinnostus kohdistuu samaan sukupuoleen (homoseksuaalisuus, naisista käytetään myös käsitettä lesbo), eri sukupuoleen (heteroseksuaalisuus), kahteen sukupuoleen (biseksuaalisuus) tai ihmisiin sukupuolesta riippumatta (panseksuaalisuus). Aseksuaalisuudella viitataan henkilöön, joka tuntee vähän tai ei ollenkaan seksuaalista vetovoimaa. (Sateenkaarisanasto 2021.)

Seksuaalinen suuntautuminen on myös olennainen osa ihmisen identiteettiä. Jussi Nissisen (2011) mukaan identiteetti koostuu kahdesta tasosta, persoonallisesta identiteetistä ja sosiaalisesta identiteetistä. Persoonallinen identiteetti muodostuu mm. omaan sukupuoleen, seksuaaliseen kiinnostukseen, mieltymyksiin ja tarpeisiin liittyvästä kokemuksesta ja ymmärryksestä. Sosiaalinen identiteetti puolestaan kuvaa sitä, mihin ryhmiin ihminen kokee ominaisuuksiensa perusteella kuuluvansa. Seksuaalivähemmistöillä molempien identiteettien rakentamista ovat voineet vaikeuttaa kielteiset asenteet ja omaksi koettujen ryhmien sosiaalinen näkymättömyys. (Nissinen 2011, 14–15.)

Puhuttaessa seksuaalisesta suuntautumisesta saatetaan unohtaa sen liittyvän vahvasti sekä persoonalliseen että sosiaaliseen identiteettiin ja sitä kautta ihmisen elämään kokonaisuudessaan. Vähemmistöjä seksuaalisoidaan eli ajatellaan seksuaalisen suuntautumisen liittyvän pelkästään seksiin ja seksikäyttäytymiseen, mikä tekee seksuaalisesta suuntautumisesta liian intiimiä puheeksi otettavaksi. Tämä voi näkyä vaikeutena puhua aivan arkisista asioista, kuten omasta elämäntarinasta tai ihmissuhteista. (Valtonen & Hakola 2014, 26.) Voidaan myös virheellisesti olettaa, että seksuaalisella suuntautumisella ei ole ikäihmisille enää merkitystä, vaikka seksuaalinen suuntautuminen säilyy osana ihmisen identiteettiä läpi elämänkaaren (Törmä ym. 2014, 178–179). Heteroseksuaalisuus on seksuaalinen suuntautuminen siinä missä homoseksuaalisuuskin, ja yhdenvertaista

kohtelua on suhtautua arvostavasti ihmisen persoonalliseen ja sosiaaliseen identiteettiin riippumatta hänen seksuaalisesta suuntautumisestaan.

Kuten vanhuspalveluille suunnatussa Haluaisin pystyä kertomaan -oppaassa todetaan, seksuaalinen suuntautuminen ei ole valinta eikä sitä voi tai ole edes tarvetta muuttaa. Sen sijaan kokemus seksuaalisesta suuntautumisesta voi muuttua itsestään ja vaihdella elämän varrella, ja voi myös olla, että oma seksuaalinen suuntautuminen kirkastuu vasta vanhemmalla iällä. (Valtonen & Hakola 2014, 9.)

3.3 Sukupuolivähemmistöt, sukupuoli-identiteetti ja sukupuolen ilmaisu

Käsitys sukupuolesta on kiistanalainen ja myös toisinaan vahvoja tunnereaktioita herättävä asia. Kuten Sukupuolena ihminen -kirjan (2018) kirjoittajat muotoilevat, yhteiskunnassamme on vakiintunut binäärinen sukupuolikäsitys, jonka mukaan ihmiset jaotellaan anatomisten ominaisuuksiensa mukaan miehiin ja naisiin. Cis-sukupuolisten eli ihmisten, joiden käsitys sukupuolestaan vastaa heille syntymässä määritettyä sukupuolta, lisäksi on kuitenkin ihmisiä, jotka eivät ole cissukupuolisia tai joiden sukupuoli ei asetu lainkaan binääriin sukupuolijaotteluun. Kirjoittajien mukaan sukupuolen voi nykytietämyksen valossa ajatella olevan erilaisista geneettisistä, anatomisista, hormonaalisista, psykologisista, sosiaalisista ja kulttuurisista ominaisuuksista koostuva jatkumo. (Ristkari, Suni & Tyni 2018, 22–23, 29.) Jussi Nissinen (2011, 25) jatkaa samansuuntaista ajatusta niin, että nämä ominaisuudet voivat edustaa maskuliinista, feminiinistä, sekä että tai jotakin siltä väliltä. Sukupuoli voidaan näin ollen nähdä huomattavasti binääristä ja anatomiaan perustuvaa jaottelua monimuotoisempana ja rikkaampana.

Ihmiset, jotka eivät ole cissukupuolisia, kokevat sukupuoliristiriitaa: kokemus sukupuolesta eli sukupuoli-identiteetti ei vastaa sitä, mikä hänelle on syntymässä määritetty. Sukupuoliristiriidan aiheuttamaa pahaa oloa kutsutaan sukupuolidysforiaksi, ja se voi olla kehollista (kehon sukupuolitetut piirteet ahdistavat) tai sosiaalista (väärän sukupuolen edustajana kohdatuksi tuleminen ahdistaa). (Ristkari ym. 2018, 30–31; Sateenkaarisanasto 2021.) Siinä missä sukupuoli-identiteetti kertoo omasta sukupuolen kokemuksesta miehenä, naisena, ei kumpana-

kaan tai siltä väliltä, sukupuolen ilmaisu puolestaan tarkoittaa toimintaa tai käyttäytymistä, jolla ilmaisemme muille omaa sukupuoltamme. Ilmaisemme sukupuolta joko tiedostaen tai tiedostamattamme esimerkiksi vaatetuksellamme, eleillemme ja puhetyylillämme. (Sateenkaarisanasto 2021.)

Jokainen kokee sukupuolensa edellä kuvatulla jatkumolla omalla tavallaan ja näiden tapojen monimuotoisuuden tavoittaminen käsitteillä on haastavaa. Sukupuolivähemmistöistä puhuttaessa viitataan yleisesti ihmisiin, joiden kokemus sukupuolesta ei vastaa syntymässä määritettyä tai heidän sukupuolen kokemuksensa tai ilmaisunsa eivät vastaa normatiivista käsitystä sukupuolesta (Sateenkaarisanasto 2021). Olennaista tässä samoin kuin seksuaalisessa suuntautumisessakin on ihmisen oikeus määritellä itsensä ja tulla kohdatuksi omaksi kokemassaan sukupuolella, ilman oletuksia ja väärinsukupuolittamista (Ristkari ym. 2018, 60–62).

Sukupuolivähemmistöihin kuuluvat muun muassa transsukupuoliset, transvestiitit, intersukupuoliset, muunsukupuoliset ja sukupuolettomat. Tiivistetysti määriteltynä transsukupuolisen sukupuoli on jokin muu kuin hänelle syntymässä määritetty. Transsukupuolinen saattaa hakeutua sukupuolta korjaaviin hoitoihin, joilla kehoa korjataan vastaamaan koettua sukupuolta, tai hakea juridisen sukupuolen vahvistamista eli sukupuolimerkinnän muuttamista väestörekisterissä. Transvestiitti sen sijaan on pääosin tyytyväinen syntymässä määritettyyn sukupuoleen, mutta hänellä on tarve ilmaista myös toista binääristä sukupuolta esimerkiksi pukeutumalla. Intersukupuolisuudesta puolestaan puhutaan, kun ihminen ei ole keuhollisilta ominaisuuksiltaan yksiselitteisesti mies- tai naistyyppinen. Muunsukupuolinen voi olla sekä mies että nainen, jotain siltä väliltä tai kokonaan tämän binäärisen jaon ulkopuolelta – tämä kattokäsite pitää sisällään useita sukupuolen kokemisen tapoja. Sukpuolettomalla ihmisellä ei ole sukupuoli-identiteettiä tai hänen sukupuoli-identiteettinsä on nimenomaan sukupuoleton. (Ristkari ym. 2018, 23–24; Sateenkaarisanasto 2021.)

Tapamme ymmärtää sukupuolta ja puhua siitä erilaisin käsittein on sidoksissa aikakauteemme ja kulttuuriimme, ja esimerkiksi transsukupuolisuuden käsite on tullut länsimaissa laajempaan käyttöön vasta 1990-luvulla (Ristkari ym. 2018,

26). Tällä hetkellä ja lähitulevaisuudessa vanhuuttaan elävillä sukupuolivähemmistöihin kuuluvilla ihmisillä ei välttämättä ole ollut käytössään sanoja, joilla kuvata itseään ja kokemustaan sukupuolesta, minkä vuoksi he ovat jääneet näkyttömiin sekä itseltään että muilta. Tilannetta ei ole ainakaan helpottanut se, että sukupuolen moninaisuus on aikaisemmin yhdistetty tiiviisti homoseksuaalisuuteen ja edelleenkin sukupuoli saattaa sekoittua seksuaalisuuden kanssa: Suomessa puhuttiinkin pitkään transsukupuolisuuden sijaan *transseksuaalisuudesta*. Vaikka sukupuoli ja seksuaalisuus ovatkin liitoksissa toisiinsa, ne ovat lähtökohtaisesti kaksi eri asiaa. (Suhonen 2007, 55–59.) Sukupuolivähemmistöön kuuluva ihminen voi kuulua myös seksuaalivähemmistöön tai aivan yhtä hyvin olla kuulumatta.

3.4 Perhe- ja läheissuhteet

Jos historian saatossa näkymättömyyden katveeseen ovat jääneet sateenkaariihmiset, niin piilossa ovat pysyneet myös heidän perheensä ja läheiset ihmissuhteensa. Vaikka sateenkaari-ihmisillä on toki aina ollut perhe- ja läheissuhteita, yhteiskunnalliseen tietoisuuteen sateenkaarevat perhesuhteet ovat tulleet aikaisintaan 1960-luvulta eteenpäin ja lainsäädännön tunnustamiksi ne ovat päätyneet vasta vuonna 2002 rekisteröidyn parisuhteen mahdollistavan lain myötä (Moring 2020, 117–118). 2000- ja 2010-lukujen niin kutsutun sateenkaarifamiliallisen käänteen myötä sateenkaariperheet ovat tulleet lainsäädännössä tasa-arvoisiksi heteroperheisiin nähden, mikä on mahdollistanut vähemmistöillekin perhekeskeisen elämäntavan. Kolikon käänttöpuolena tästä on seurannut parisuhteenormin ja lapsiperhemallin vahvistuminen: voidaan kysyä, hyväksytäänkö ei-heteroseksuaaliset suhteet vain, jos ne istuvat heteroseksuaaliseen muottiin parisuhteesta ja perheestä. Mikäli julkisessa keskustelussa ylläpidetään normatiivista käsitystä monogaamisesta parisuhteesta ja lapsien hankkimisesta ainoana oikeana valintana, jäävät sateenkaariväen moninaiset tavat järjestää perhe- ja läheissuhteensa näkemättä ja tunnustamatta. (Aarnio ym. 2020, 16; Alasuutari 2020, 168.)

Ystävyyssuhteilla on ollut aina ollut suuri merkitys vähemmistöjen elämässä. Tällä hetkellä ja lähitulevaisuudessa vanhuuttaan elävät sateenkaariihmiset ovat

kokeneet ajan, jolloin homoseksuaalisuutta pidettiin sekä rikoksena että sairautena. Moni on voinut tästä syystä tulla myös lapsuudenperheensä hylkäämäksi tullessaan ”ulos kaapista”. Ilman dramaattisia hylkäämiskokemuksiakin lesbo- ja homoyhteisöt ovat saattaneet muodostua alkuperäistä perhettä tärkeämmäksi, ja onkin puhuttu ”valituista perheistä”, joilla tarkoitetaan perheen kaltaista, ystävästä, kumppaneista, entisistä kumppaneista ja näiden lapsista koostuvaa lähisuhdeverkostoa. (Aarnio ym. 2020, 15; Alasuutari 2020, 170.) Perheen määritelmä laajenee näin koskemaan ystävyyttä, joka voi tarjota emotionaalista ja käytännöllistä tukea ja sisältää myös arkielämän jakamista, täydentäen tai korvaten verisukulaisuuteen perustuvia perhesuhteita. (Alasuutari 2020, 169–170.)

Sateenkaari-ihmisten ja etenkin naisten välisille suhteille on yleistä, että entisistä kumppaneista tulee perheenjäseniksi luettavia ystäviä (Alasuutari 2020, 175). Ystävyys voi kantaa vanhuuteen ja kuolemaan saakka ja olla merkittävä voimavara ihmiselle (Juvonen 2020b, 194–196). Sateenkaariperheiden yleistymisestä huolimatta arvioidaan, että huomattava osa sateenkaariväestöstä on lapsettomia ja elää ilman kumppania (Hawthorne, Camic & Rimes 2018; Kolehmainen & Lahti 2020, 104). Ihmisen ikääntyessä ja hoivan ja huolenpidon tarpeen lisääntyessä ystävästä koostuva tukiverkko voikin muodostua ensiarvoisen tärkeäksi. Sateenkaarisenioreiden näkökulmasta on olennaista, että perhe- ja läheissuhteiden moninaisuus huomioidaan vanhuspalveluissa ja ihmisen perheenä pidetään hänen itsensä nimeämiä henkilöitä, olettamatta ja arvottamatta.

3.5 Sateenkaariseniorit

Sateenkaariseniori-käsitteen voi yksinkertaisimmillaan määritellä Setan sateenkaarisanastoa mukaillen ikäihmiseksi, joka kuuluu seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön (Sateenkaarisanasto 2021). Ikäihmiselle, ikääntyvälle, vanhukselle tai seniorille ei ole olemassa vakiintunutta määritelmää tai ikärajaa. Lainsäädännöllisesti ikääntyneeseen väestöön lasketaan vanhuseläkkeeseen oikeutetut ihmiset eli yleisimmin yli 65-vuotiaat, kun taas esimerkiksi Sateenkaariseniorit-yhdistys toivottaa jäsenikseen tervetulleeksi yli 50-vuotiaat ihmiset (Laki ikääntyneen väestön... 980/2012; Sateenkaariseniorit näkymättömästä näkyväksi 2022). Kuten edellisissä luvuissa ilmeni, seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön

kuuluminen puolestaan riippuu siitä, miten ihminen haluaa itsensä määritellä. Viitataan sateenkaarisenioreilla väljästi ihmisiin, jotka mieltävät kyseisen käsitteen omaa identiteettiään kuvaavaksi.

Millainen joukko sitten on sateenkaariseniorit? Sateenkaarisenioreiden määrästä Suomessa sen enempää kuin muuallakaan ei ole virallista tietoa. Tilastokeskuksen asiantuntijan Miina Keski-Petäjän (2019) mukaan tilastoitu, virallinen tieto ei kata sukupuolivähemmistöjä, sillä väestötietojärjestelmässä sukupuolitiieto on binäärinen (mies/nainen). Seksuaalivähemmistöt puolestaan näkyvät tilastoissa ainoastaan silloin, kun henkilöt ovat solmineet avioliiton, eli tilastojen ulkopuolelle jäävät avoparit ja yksin eläjät. (Keski-Petäjä 2019.) Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvien kartoittamista kyselytutkimuksin vaikeuttavat sekä kielteisistä asenteista johtuva salaaminen että yksiselitteisten määrittelykriteereiden puuttuminen (Törmä ym. 2014, 178). Toisin sanoen ihmiset eivät joko uskalla kertoa kuuluvansa vähemmistöön tai vähemmistöjä ei määritellä riittävän täsmällisesti ja kattavasti sellaisin termein, jotka ihmiset kokisivat omikseen. Seksuaalivähemmistöihin on löyhästi arvoitu kuuluvan 2–10 % väestöstä (Törmä ym. 2014, 178). Sukupuolivähemmistöihin kuuluvien määrästä tiedetään, että transsukupuolisten ja muunsukupuolisten määrä on moninkertaistunut 2000-luvulla, joskin samalla myös tutkimuksiin ja hoitoihin hakeutuneiden ikärakenne on nuorentunut (Hallituksen esitys HE 189/2022). Joka tapauksessa sateenkaarisenioreiden osuus Suomen yli 1,2 miljoonasta yli 65-vuotiaasta on varovaisestikin arvioiden useita tuhansia.

Tämä joukko ei suinkaan ole yhtenäinen, vaan siihen kuuluvista jokaisella on oma yksilöllinen tarinansa ja kokemuksensa, joita värittävät niin oman elinajan historialliset tapahtumat kuin yhteiskunnallinen ilmapiirikin. Ikääntymistä ja seksuaalisuutta tutkinut sosiaalitutkija Paul Willis (2017) on tähdentänyt, että iäkkäiden LGB-ihmisten elämäkokemukset eivät ole samanlaisia, vaan vaihtelevat eri sukupolvien välillä. Sukupolvikokemuksiksi ovat muodostuneet esimerkiksi varttuminen sodan aikana, nuoruus ennen homoseksuaalisuuden dekriminisoitua sekä pride-liikkeen nousun kokeminen 60–70-luvuilla. (Willis 2017, 11.)

Suomessa esimerkiksi ennen 1960-lukua syntyneet ovat eläneet nuoruutensa aikana, jolloin homoseksuaalisuus on ollut rikos, sillä se poistettiin rikoslaista vasta

vuonna 1971. Toinen merkittävä virstanpylväs historiassa on ollut vuosi 1981, jolloin homoseksuaalisuus poistettiin sairausluokituksesta. Translakkia puolestaan saatiin odottaa vuoteen 2003 asti. (Suomen sateenkaarihistorian aikajana n.d.) Muutokset lainsäädännössä ovat merkittäviä tapahtumia yhdenvertaisuuden tiellä, vaikka ne eivät välittömästi takaakaan muutoksia yhteiskunnallisessa ilmapöyrissä, ihmisten arjessa ja sosiaalisessa tilassa. Liitteenä 1 on kuvio, jonka aikajanelle on poimittu tällä hetkellä ja lähitulevaisuudessa vanhuuttaan elävien sateenkaari-ihmistien elämän varrelta joitakin lainsäädännöllisiä ja historiallisia tapahtumia, jotka ovat raamittaneet heidän elämäänsä ja osaltaan vaikuttaneet mahdollisuuteen tulla näkyväksi itselleen ja muille.

4 NÄKYMÄTTÖMYYDEN ONGELMA

4.1 Sateenkaarisenioreiden näkymättömyys vanhuspalveluissa

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen näkymättömyyden tematiikkaan liittyvät sellaiset käsitteet kuin kaapissa oleminen, normatiivisuus sekä hetero-, sukupuoli- ja suhdeoletukset. Kaappia käytetään vertauskuvana oman identiteetin salaamiselle ja piilottamiselle ja sillä viitataan myös syrjintään, kieltämiseen, vaientamiseen ja näkymättömäksi tekemiseen, jota heteronormatiivinen kulttuuri harjoittaa (Pakkanen 2007, 15). Normeilla ja normatiivisuudella viitataan ajattelutapaan, jossa jokin nähdään muita luonnollisempana ja parempana vaihtoehtona, ”normaalina”, esimerkkinä tästä hetero- ja cismormatiivisuus. Hetero-, sukupuoli- ja suhdeoletukset puolestaan tarkoittavat kulttuuriamme sävyttävää ajattelumallia, jonka mukaan oletetaan automaattisesti ihmisen olevan hetero ja cismies/-nainen tai lähisuhteiden perustuvan miehen ja naisen väliseen monogaamiseen parisuhteeseen. (Sateenkaarisanasto 2021.) Normatiivinen, oletuksiin perustuva ajattelu ajaa normien ulkopuolelle asettuvat ihmiset näkymättömiin, ”kaappiin”.

Suomessa sateenkaarisenioreiden näkymättömyyttä on tutkittu vasta vähän, mutta kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu näkymättömyyden tarkoittavan vanhuspalveluissa esimerkiksi sitä, että vähemmistöihin kuuluvien asiakkaiden olemassaolon mahdollisuudesta ei olla lainkaan tietoisia, vaan oletetaan automaattisesti kaikkien olevan heteroja ja cismiehiä tai -naisia. Toisaalta, vaikka asiakaina olisikin sateenkaari-ihmisiä, ajatus on, että kaikkia asiakkaita kohdellaan samalla tavalla, mikä tarkoittaa käytännössä heidän kohtaamistaan hetero- ja sukupuoli-oletuksesta käsin. (Törmä ym. 2014, 177; Willis 2017, 113; Simpson, Almack & Walthery 2018.) Saini Valtonen (2014) on sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen kohtaamista laitoshoidossa käsittelevässä pro graduksessaan tutkinut hoitajien valmiuksia kohdata moninaisuutta. Myös hän havaitsee hoitajien korostavan kaikkien asiakkaiden saamaa samanlaista hoitoa riippumatta sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta. Tällöin ihmiset eivät kuitenkaan tule välttämättä nähdyiksi ja kohdatuiksi omana itsenään, yksilöllisine elämänsähistorioineen ja tarpeineen. Jos ihmisiä kohdellaan samoin riippumatta yksilöllisistä tarpeista,

uhkaavat identiteetiltään ja elämänsähistorialtaan normeista poikkeavat jäädä näkymättömäksi. (Valtonen 2014, 66.)

4.2 Milloin ja miksi tulla näkyväksi?

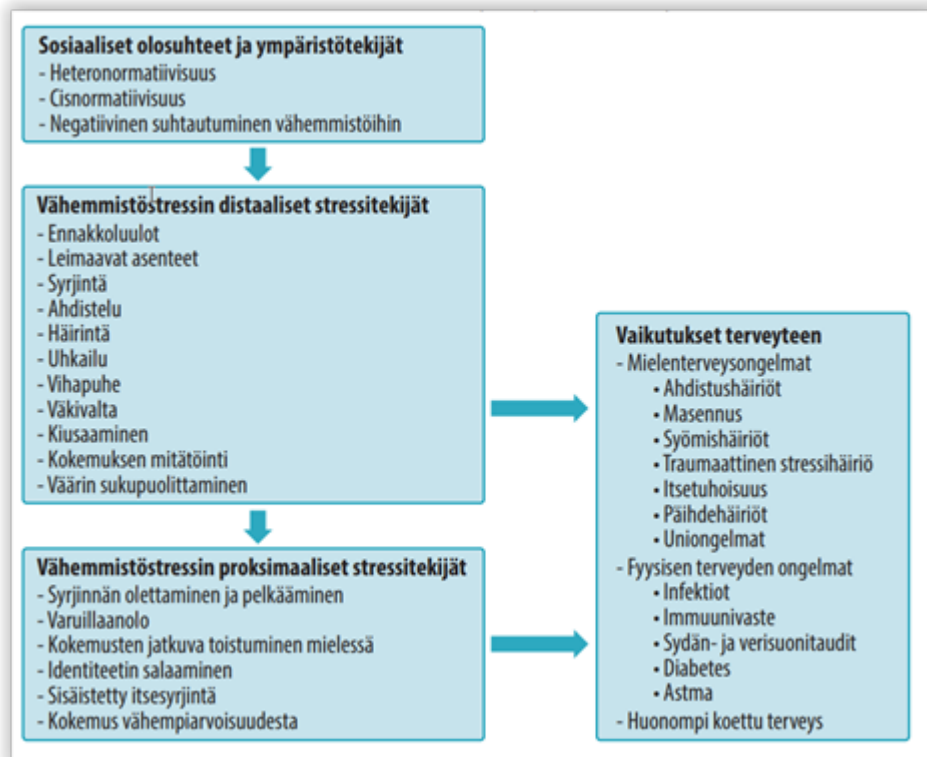
Tällä hetkellä vanhuuttaan lähestyvät ja elävät sateenkaari-ihmiset ovat eläneet nuoruutensa sekä rikollisiksi että sairaksi leimattuina, joten ei ihme, että he joutuvat pohtimaan, milloin ja kenelle on turvallista tulla näkyväksi. Paul Willis (2017, 112) summaa ikääntyneiden LHB-ihmisten näkymättömyyttä koskevaa kansainvälistä tutkimusta, joka paljastaa omaan tulevaisuuteen ja vanhenemiseen liittyviä huolenaiheita: onko turvallista ”tulla ulos” henkilökunnalle ja muille asukkaille, kohteleeko henkilökunta ennakkoluuloisesti, joudunko sosiaalisesti eristyksiin, joudunko piilottelemaan tiettyjä asioita elämästäni? Kuten Jussi Nissinen (2011, 22) toteaa, ulostulo on vähemmistöihin kuuluville jatkuva prosessi, ja he joutuvat aina uudestaan ratkaisemaan, kuinka tarpeellista ja turvallista on lähteä rikkomaan kulloisenkin ympäristön olettamuksia. Näin ollen riippumatta siitä, miten näkyvästi omana itsenään seniori-ikään ehtinyt sateenkaari-ihminen on elämänsä elänyt, hän joutuu kohtaamaan kysymyksen avoimuudesta jälleen astuessaan vanhuspalvelujen piiriin.

Miksi sitten asiakkaan kuulumisen seksuaali- tai sukupuolivähemmistöön pitäisi näkyä vanhuspalveluissa? On totta, että toisinaan näkyvyydellä ei olekaan merkitystä – tietyissä tilanteissa hoito tai palvelu on samanlaista riippumatta sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta. Näkymättömyyden haittapuolena on kuitenkin esimerkiksi haluttomuus hakeutua palvelujen piiriin, mikäli ihmisellä on epäily, ettei tule nähdäksi ja kohdatuksi arvokkaasti sellaisena kuin on (Törmä ym. 2014, 190). Suomessa tehdyn tutkimuksen mukaan lähes kolmasosa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin kuuluvista on jättänyt sote-palveluita käyttämättä mahdollisen epäasiallisen kohtelun vuoksi (Jalava 2013, 35). Kuitenkin kansainvälinen tutkimus osoittaa, että vähemmistöillä tuen tarve ikääntyessä voi olla jopa suurempi kuin väestössä yleisesti. Vähemmistöihin kuuluvat asuvat muita todennäköisemmin yksin ja ovat lapsettomia, jolloin tukea tarjoava sosiaalinen verkosto voi olla pieni. Syrjintäkokemusten vuoksi heillä on myös suurempi riski esimerkiksi mielenterveyden haasteisiin ja päihteiden ongelmakäyttöön.

(Törmä ym. 2014, 178; Hawthorne ym. 2018.) Näkymättömyyden verhon hälventäminen onkin edellytys sille, että vanhuspalveluissa pystytään vastaamaan tuen tarpeeseen ja tarjoamaan oikea-aikaista ja yksilölliset tarpeet huomioivaa tukea.

4.3 Näkymättömyyden syitä

Erään ikkunan näkymättömyyden syihin tarjoaa teoria vähemmistöstressistä, jota Onni Jaskari ja Anna Keski-Rahkonen (2021) kuvaavat ylimääräiseksi krooniseksi stressiksi, jolle seksuaali- ja sukupuolivähemmistöt altistuvat. Kyseessä on Ilan H. Mayerin alun perin kehittämä, laajalti käytössä oleva teoria, jolla selitetään terveyseroja sateenkaari-ihmisten ja muun väestön välillä. Teorian mukaan vähemmistöstressi muodostuu vaiheista, joita Jaskari ja Keski-Rahkonen ovat avanneet kuviossa 3. Vähemmistöstressin taustalla vaikuttavat sosiaaliset ja rakenteelliset tekijät, kuten hetero- ja cisnormatiivisuus sekä negatiivinen suhtautuminen vähemmistöihin. Distaalisiksi kutsutut stressitekijät ovat henkilöstä riippumattomia, objektiivisesti stressiä aiheuttavia asenteita tai tekoja. Proksimaaliset stressitekijät puolestaan riippuvat edellisistä, mutta sisältävät myös henkilön oman kokemuksen. Viimeinen vaihe vähemmistöstressin prosessissa on sisäistetty itsesyrjintä. (Jaskari & Keski-Rahkonen 2021, 1782.)



KUVIO 3. Mayerin vähemmistöstressin malliin perustuvat vähemmistöstressin muodostumisen vaiheet (Jaskari & Keski-Rahkonen 2021, 1783).

Syitä sateenkaarisenioreiden näkymättömyydelle vanhuspalveluissa voi etsiä niin palvelun tarjoajista kuin sen käyttäjistäkin, ja syiden takana vaikuttaa yhteiskuntamme sosiaalinen ilmasto normeineen. Palvelun tarjoajiin liittyvät syyt sijoittuvat vähemmistöstressimallissa distaalisten stressitekijöiden alueelle. Palveluja tarjoavien yksiköiden rakenteet ja toimintatavat yhtä hyvin kuin yksittäiset työntekijätkin saattavat, tahattomastikin, toistaa ennakkoluuloja, leimaavia asenteita ja syrjiviä käytäntöjä. Palveluissa vähemmistön edustaja voi tulla väärin sukupuolitetuksi tai hänen kokemuksensa mitätöidyksi. Esimerkkeinä edellisistä voisi mainita vaikkapa vanhuspalveluiden tulohaastattelujen lomakkeet, joissa ainoat tarjolla olevat sukupulivaihtoehdot ovat mies ja nainen tai keskustelut, joissa puolison oletetaan automaattisesti olevan vastakkaista sukupuolta (Törmä ym. 2014, 185–186). Distaaliset stressitekijät muodostavat esteen turvalliselle nähdäksi tulemiselle.

Palvelujen käyttäjiin liittyviä syitä puolestaan voi kuvata vähemmistöstressimallin proksimaalisten stressitekijöiden avulla. Kun ihminen itse tai joku hänen kans-

saan samaan ryhmään identifioituva kohtaa ennakkoluuloista, leimaavaa tai syrjivää käyttäytymistä, hän alkaa olettaa ja pelätä kohtaavansa sitä jatkossakin. Tämä voi johtaa jatkuvaan varuillaanoloon ja oman identiteetin häpeämiseen ja salaamiseen, jolloin ihmisestä tulee muille näkymätön. Pahimmillaan ihminen sisäistää syrjinnän ja alkaa pitää itseään huonompana kuin muut. Huonon kohtelun pelossa saatetaan esimerkiksi jättää nimeämättä lähimmäksi omaiseksi oma kumppani, jonka kanssa on elänyt 40 vuotta tai sinnitellä kotona muistisairaana puolison kanssa ja jättää kokonaan hakeutumatta palveluihin (Törmä ym. 2014, 186, 190). Proksimaaliset stressitekijät paitsi vaikuttavat terveyteen heikentävästi myös piilottavat ihmisen identiteetin näkymättömiin muilta.

4.4 Toimenpiteitä näkymättömyyden ratkaisemiseksi

Mitä Suomessa on tähän mennessä tehty ikääntyneiden sateenkaari-ihmisten näkyvyyden lisäämiseksi ja aseman parantamiseksi? Merkittävin toimija sateenkaarisenioreiden hyväksi on ollut seksuaalista tasavertaisuutta edistävä Seta ry. Sen toimesta käynnistettiin vuonna 2012 Yhdenvertainen vanhuus I -projekti, joka jatkui vuoteen 2014 ja jota seurasi Yhdenvertainen vanhuus II -hanke vuosina 2015 – 2016 (Tammisalo 2017, 1). Näiden hankkeiden jatkeena alkoi vuonna 2017 Setan seniorityö, joka päättyi vuonna 2021 STEAn rahoituksen loppumisen vuoksi. Setan seniorityön päättyttyä sateenkaarisenioreiden äänitorveksi perustettiin yhdistys Sateenkaariseniorit ry., joka jatkaa Setassa aloitettua vertaistointia ja pyrkii vaikuttamaan ammattilaisiin ja päättäjiin yhdenvertaisten palveluiden saavuttamiseksi. (Kirje päättäjille n.d.; Tietoa sateenkaarisenioreille n.d.)

Yhdenvertainen vanhuus -projektien ja Setan vanhustyön aikaansaannoksia ovat mm. Haluaisin pystyä kertomaan -julkaisu (Valtonen & Hakola 2014) sekä samanniminen video (Yhdenvertainen vanhuus: haluaisin pystyä kertomaan 2014). Näiden tavoitteena on lisätä tietoa sukupuolen ja seksuaalisen suuntautumisen moninaisuudesta sekä edistää yhdenvertaisen vanhuuden toteutumista. Molemmat julkaisut ovat edelleen vapaasti käytettävissä Setan sivuilla. Lisäksi Setassa koulutettiin vapaaehtoisia, jotka kävivät pitämässä ikääntyneisiin hlbt-ihmisiin liittyviä Sateenkaariseniori-tietoiskuja vanhustalveluiden ammattilaisille, asiakkaille

ja alaa opiskeleville (Sateenkaariseniori-tietoiskuissa hlbt-ikäihmiset tutuiksi 2015).

Setan seniorityössä kehitettiin myös sosiaali- ja terveysalan organisaatioille suunnattu sateenkaarisertifiointi, jonka tarkoituksena on antaa henkilöstölle koulutusta moninaisuuden huomioivissa palveluissa ja sitä kautta edistää niin palveluiden käyttäjien kuin henkilöstönkin hyvinvointia ja yhdenvertaisuutta. Sateenkaarisertifikaatteja on myönnetty tähän mennessä kolme: vuonna 2019 Helsingin kaupungin Kampin ja Kinaporin palvelukeskuksille ja vuonna 2021 Helsingin kaupungin Seniori-infolle. Seta ilmoittaa sivuillaan, että seniorityön rahoituksen päätymisen vuoksi uusia sertifiointiprosesseja ei voida tällä hetkellä käynnistää. (Seta myönsi sateenkaarisertifikaatin Helsingin kaupungin Seniori-infolle 2021). Ajatus koulutuksen avulla luodusta, sateenkaarisenioreille turvallisesta tilasta vanhuspalveluissa on erinomainen, mutta toteutus näyttää toistaiseksi etenevän hitaasti ja varsin pääkaupunkikeskeisesti.

Sateenkaarisertifiointin lisäksi Seta tarjoaa sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuuteen liittyvää koulutusta sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Setan sivuilta käy kuitenkin ilmi, että koulutuskalenteri on täynnä eikä koulutusta tällä hetkellä pystytä tarjoamaan, joten sateenkaariseniorikoulutusta etsivän on toistaiseksi turvauduttava Setan sivuilta löytyvään peruskoulutukseen maksullisen tallenteen muodossa. (Sosiaali- ja terveysala n.d.) Koulutusta on saatavana ammattilaisten lisäksi myös kokemusasiantuntijoiden taholta, sillä sateenkaariseniorit toimivat ainakin sateenkaarisertifiointikoulutuksissa kokemuskouluttajina (Seta myönsi sateenkaarisertifikaatin Helsingin kaupungin Seniori-infolle 2021). En kuitenkaan ole löytänyt tietoa, missä mittakaavassa kokemusasiantuntijoita olisi saatavana ja kuinka paljon heidän asiantuntemustaan on hyödynnetty.

Sateenkaarisenioreiden näkyvyyttä ja asemaa on pyritty kohentamaan myös erilaisten oppaiden, esitteiden ja toimenpide-ehdotusten muodossa. Edellä mainittujen Haluaisin pystyä kertomaan -julkaisujen lisäksi Setan sivuilta löytyy esite nimeltä 8 vinkkiä sateenkaariosaamisen vahvistamiseen ikääntyneille suunnatuissa palveluissa (2017). Se samoin kuin Haluaisin pystyä kertomaan -opas sisältävät konkreettisia keinoja moninaisuuden kohtaamiseen vanhuspalveluissa.

Sateenkaariseniorit on otettu huomioon myös viranomaisille ja eri alojen ammattilaisille suunnatussa oppaassa Tilaa moniaisuudelle! Opas seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen yhdenvertaisuuden edistämiseen, joka on julkaistu vuonna 2019 osana oikeusministeriön koordinoimaa hanketta. Opas sisältää käytännön toimenpide-ehdotuksia seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen syrjimättömyyden ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi. (Karvinen, M. & Venesmäki, E. 2019.)

Paljon on siis tehty ja saatu aikaiseksi sateenkaarevien ikäihmisten näkyvyyden lisäämiseksi ja yhdenvertaisuuden edistämiseksi niinä kymmenenä vuotena, kun aihe on Suomessa ollut näkyvämmän esillä. Edellä kuvatuilla toimilla on haluttu helpottaa arjen kohtaamisia ja tuoda yhdenvertaisuus lainsäädännön tasolta käytännön tilanteisiin. Toiminnallinen opinnäytetyöni jakaa nämä samat pyrkimykset ja näin ollen asettuu yhdenvertaisen ja moninaisuutta kunnioittavan vanhuuden mahdollistamiseen tähtäävien toimenpiteiden viitekehukseen.

5 TOIMINNALLINEN OSUUS: PODCASTIN TOTEUTTAMINEN

5.1 Podcastin ääriiviivat

Pohtiessani menetelmää sateenkaarisenioreiden näkyvyyden lisäämiseksi vanhushpalveluissa päädyin podcasteihin eli verkossa julkaistuihin äänitallenteisiin oman kokemusteni perusteella. Olin todennut podcastit hyväksi tavaksi saada tietoa ja kuulla erilaisten ihmisten näkemyksiä asioista, vieläpä kätevästi esimerkiksi kotitöiden lomassa tai siirtyessäni paikasta toiseen. En ole kokemuksineni yksin, sillä RadioMedian tutkimus vuodelta 2020 kertoo podcastien kasvattaneen suosiotaan, ja yli puolet tutkimukseen vastanneista oli kuunnellut podcasteja viimeisen puolen vuoden aikana. Mitä nuoremasta vastaajasta on kyse, sitä paremmin podcast mediana tunnetaan. Podcasteja kuunnellaan eniten kotitöitä tehtäessä ja matkustettaessa. Suurin motiivi podcastin kuunteluun on viihtyminen, mutta 49 % vastanneista kertoi kuuntelevansa podcastia, koska haluaa oppia jotain uutta. (Podcast, podcast n.d.) Podcast näyttäytyikin sopivana ratkaisuna etsiessäni helposti käytettävää, maantieteestä tai ajasta riippumatonta tapaa kertoa ja jakaa tarinoita.

Valmistautumiseni podcastin tekemiseen lähti liikkeelle nollasta, mutta onneksi netistä löytyy lukuisia ohjeita ja vinkkejä podcastin aloittamiseen. Suomen Podcastmedian vastaavan tuottaja Joonas Haaran (2021) koulutusvideolta Ensimmäinen minuutti ratkaisee! keräsin itselleni listan suuntaviivoista podcastille:

- Podcastissa on käytävä nopeasti asiaan, sillä ensimmäinen minuutti ratkaisee, jatketaanko kuuntelua.
- Heti alussa tulisi olla tiivistelmä siitä, mistä podcastissa ja jaksossa on kyse. Tekijänoikeussuojattua musiikkia ei podcastissa voi käyttää ilman oikeuksia.
- Hyvä pituus jaksoille on noin 30 minuuttia. Jaksojen keskimääräinen kuuntelu-aika on noin 20 minuuttia.
- tarinat toimivat hyvin podcastissa.
- Podcast tulisi käsikirjoittaa vähintään otsikkotasolla.
- Äänitysympäristöksi sopii hiljainen, kaiuton tila. (Haarla 2021.)

Sisällölliseksi tavoitteeksi asetin podcastille sen, että haastateltavat jakavat henkilökohtaisia kokemuksiaan, ajatuksiaan ja tunteitaan. Keskiössä tulisivat siis olemaan tarinat, joita haastateltavat kertovat ja minä kuuntelen. Podcastin ja samalla koko opinnäytetyöni nimeksi valitsin ”Haluaisin kuunnella sinua”, joka on eräänlainen vastaus Setan seniorityön Yhdenvertainen vanhuus -hankkeessa kuullulle toiveelle ”Haluaisin pystyä kertomaan”.

5.2 Kohti haastatteluja

Vaikka kyseessä ei ollutkaan tutkimushaastattelu aineiston keräämisen merkityksessä, orientoiduin haastatteluiden tekemiseen Matti Hyvärisen, Pirjo Nikanderin ja Johanna Ruusuvuoren toimittaman Tutkimushaastattelun käsikirjan (2017) avulla, sillä ajattelin elämäntarinallisten teemahaastatteluiden olevan lähempänä tutkimushaastattelua kuin esimerkiksi journalistista haastattelua. Erityisesti kirjan kertomushaastatteluja käsittelevä osuus ohjasi suhtautumaan haastatteluun vuorovaikutuksena ja kuuntelemisena, ei niinkään valmiin kysymyspatteriston tykitämisenä haastateltavalle. Kertomushaastattelun painopiste onkin kysymysten esittämisen sijaan kuuntelemisessa, toistamisessa ja empaattisessa vahvistamisessa. (Hyvärinen 2017a, 12–13; Hyvärinen 2017b, 181–182.) Kertomushaastattelun periaatteet ovat itse asiassa jossain määrin yhteneväisiä sosiaalialalla käytetyn motivoivan haastattelun perustaitojen kanssa, ja nähdäkseni ne sopivat hyvin myös podcast-haastatteluideni ohjenuoraksi. Valitsin haastatteluiden sävyä ohjaamaan seuraavat periaatteet:

- avoimet kysymykset ja hiljaisuuden sietäminen, kiireettömyys
- heijastava kuuntelu eli haastateltavan ajatusten ja tuntemusten empaattinen peilaaminen
- haastateltavan kertoman tiivistäminen sen varmistamiseksi, että olen ymmärtänyt oikein (Koski-Jännes 2008, 50–53; Hyvärinen 2017b, 183).

Asetin haastatteluiden tavoitteeksi sen, että haastateltava saa mahdollisimman vapaasti kertoa itsestään, elämästään ja juuri hänelle merkityksellisistä asioista teemaan liittyen (Hyvärinen 2017a, 22; Hyvärinen 2017b, 179). Tätä silmällä pitäen pyrin pitämään kysymykset avoimina ja arvelin haastattelujen täsmällisen

sisällön muotoutuvan haastattelutilanteissa. Halusin kuitenkin haastatteluihin yhtenäisen rungon, joka toimii podcastin käsikirjoituksena ja samalla pitää fokuksen käsillä olevassa aihepiirissä. Tämä runko koostui neljästä teemasta ja niihin liittyvistä, kertomaan ohjaavista kysymyksistä. Kaikille haastatteluille yhteisiksi teemoiksi valikoituivat

- 1) varhaiset elämänvaiheet ja yhteiskunnallinen ilmapiiri
- 2) oman seksuaali- ja/tai sukupuoli-identiteetin löytyminen ja läheisten suhtautuminen siihen
- 3) ikääntymiseen liittyvät toiveet, tarpeet ja pelot sateenkaarinäkökulmasta
- 4) läheissuhteet ja yksinäisyys.

5.3 Haastateltavien etsiminen

Haastateltavien etsiminen tapahtui työelämäkumppanieni eli ikääntyvien sateenkaari-ihmisten järjestöjen kautta. Alun perin lähestyin sähköpostilla kolmea järjestöä, joista kahdesta vastattiin. Esittelin opinnäytetyöideani Sateenkaari-seniorit ry:n sekä Turun seudun mummolaakso ry:n sosiaalisessa mediassa ja sain näiden järjestöjen kautta rekrytoitua lopulta yhteensä viisi haastateltavaa. Yksi haastatteluista peruuntui sairastumisen ja aikatauluongelmien vuoksi, joten haastattelujen lopulliseksi määräksi jäi neljä. Aluksi haastateltavien löytäminen tuntui vaikealta, mutta kun haastatteluissa oli päästy alkuun, käynnistyi ns. lumi-palloefekti, eli haastateltavien kautta löytyi lopulta uusia haastateltavia enemmän kuin haastatteluja oli mahdollista aikataulun puitteissa toteuttaa. Koska podcastin oli tarkoitus ilmentää seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuutta, pyrin myös löytämään keskenään erilaisia haastateltavia.

Ennen haastatteluista sopimista kävin haastateltavien kanssa puhelinkeskustelun, jossa kuulostelimme puolin ja toisin mahdollisuuksia haastatteluun. Kävin läpi jo tässä vaiheessa tietosuojaan liittyviä seikkoja, kuten haastattelun päätyminen julkiseksi podcastiksi ja haastateltavan mahdollisuuden esiintyä peitenimellä ja muunnellulla äänellä. Toimitin haastateltaville myös tutkimustiedotteen, tietosuojailmoituksen ja suostumuslomakkeen sähköpostilla ennen varsinaista haastattelua varmistaakseni, että heille on selvää, mihin he ovat ryhtymässä (Hyvärinen 2017a, 32).

5.4 Haastatteluiden tekeminen

Podcast osoittautui suhteellisen helposti haltuun otettavaksi menetelmäksi, eikä se ei vaadi isoja taloudellisia satsauksia. Kuka tahansa voi äänittää podcastin vaikkapa puhelimellaan, joten siinä mielessä se on myös demokraattinen tapa jakaa tietoa. Tavoittelin podcastissa riittävän hyvää äänenlaatua, joka ei muodostuisi esteeksi podcastin kuuntelemiselle kuulokkeilla, joilla ihmiset usein podcasteja kuuntelevat. En kuitenkaan halunnut tehdä podcastia varten suuria hankintoja, joten äänittäminen tapahtui lainaksi saadulla Zoom H4n -tallentimella, johon liitin edullisesti hankkimani Boya BY-M1DM -tuplanappimikrofonin. Tuplanappimikrofoni sopii erityisesti haastattelun nauhoittamiseen, sillä mikrofonin saa kiinnitettyä kummankin puhujan kaulukseen lähelle suuta, jolloin molempien ääni tallentuu yhtä läheltä. Zoom-tallennin puolestaan on pienikokoisena erittäin kätevä mukana kuljetettavaksi haastattelupaikkaan, ja se tallentaa äänen korkealaatuisena. Koin tallentimen helppokäyttöiseksi, vaikkakin onnistuin eräässä haastattelutilanteessa epähuomiossa poistamaan juuri tallennetun pätkän haastattelua tyhjentäessäni täyttynyttä muistikorttia. Yleisesti pyrin olemaan tarkka esimerkiksi siitä, että sekä tallentimessa että mikrofonissa on tuoreet paristot ja tallentimen muistikortilla tarpeeksi tilaa.

Haastatteluista osa tehtiin kirjastojen varattavissa työtiloissa ja osa haastateltavien kotona, ilman ulkopuolisten ihmisten läsnäoloa (Hyvärinen 2017a, 33). Tilan valinnassa pyrin kiinnittämään huomiota niiden hiljaisuuteen ja kaiuttomuuteen, mutta tosiasiasa en pystynyt niihin juuri vaikuttamaan (Haarla 2021). Haastattelutilanteet kestivät kahdesta kolmeen tuntiin, toki sisältäen myös jutustelua nauhoituksen ulkopuolella. Haastatteluiden aluksi kertasin tietosuojaan liittyvät seikat ja keskustelimme haastattelutilanteen käytännöistä, kuten tauoista (Hyvärinen 2017a, 39).

Tavoittelin haastattelutilanteissa vapaamuotoista tunnelmaa, jossa haastateltava voi kertoa tarinansa haluamallaan tavalla ja niiltä osin, kuin tuntee sopivaksi. Oma roolini tilanteessa ei ollut asiantuntijan tai toimittajan vaan kuuntelijan: samanlainen keskustelu voitaisiin käydä esimerkiksi kiinnostuneen työntekijän ja asiakkaan välillä vanhuspalveluissa. Koin keskustelut äärimmäisen mielenkiintoisiksi

ja olin positiivisesti yllättynyt siitä, miten avoimesti ja tarkkanäköisesti haastateltavat elämästään kertoivat.

Pyysin haastateltavilta jälkikäteen palautetta kokemuksestaan. Palautteen mukaan podcastin tekeminen oli hauska, uusi ja hieno kokemus, mutta myös tunteikas ja osin haastavakin. Eräs osallistuja kuvasi, että itsestänsä julkisesti kertominen on tavallaan ”kaapista ulostuloa kerta toisensa jälkeen”. Aihetta pidettiin tärkeänä, mikä motivoi osallistumaan, vaikka asioista puhuminen ei ole pelkästään helppoa ja mukavaa. Haastattelun antamisen takana oli ajatus yhteisestä edusta ja paremmasta tulevaisuudesta. Palautteessa nostettiin esille luottamuksen tunne ja se, kuinka tärkeää on, että haastattelija tuntee aihepiirin ja on siitä aidon kiinnostunut. Haastattelun empaattinen, dialoginen ja kuunteleva sävy helpotti osin vaiettujenkin asioiden esiin nostamista, ja palautteen mukaan haastateltava sai itsekin uusia näkökulmia ja ymmärrystä aiheeseen. Elämäntarinan jakamisen on sanottu olevan merkityksellistä niin haastateltavalle, haastattelijalle kuin tarinan vastaanottajillekin, ja haastateltavien palaute yhdessä oman kokemukseni kanssa vahvistaa kaksi ensimmäistä näistä (Estola, Uitto & Syrjälä 2017, 157).

Palautteessa ilahdutti, että podcastin tekeminen oli osallistujille voittopuolisesti positiivinen kokemus. Palaute myös vahvisti käsitystäni siitä, miten rohkeaa on antaa henkilökohtaisia aiheita käsittelevä haastattelu ja tulla ikään kuin näkyväksi muiden puolesta. Osittain kivuliaistakin asioista keskusteleminen saattaa nostaa pintaan yllättäviä muistoja, tunteita ja ajatuksia. Vasta jälkikäteen huomasin, että olisi ollut syytä varmistaa esimerkiksi seuraavana päivänä soittamalla haastateltavilta, onko mielen päälle jäänyt asioita, joita olisi hyvä vielä purkaa.

5.5 Editointi ja julkaisu

Haastatteluiden jälkeen siirsin nauhoitukset tietokoneelle editointia varten. Editointivaiheessa nauhoituksesta poistettiin ylimääräiset kohdat leikkaamalla. Pyrin editoinnissa podcastille yleisesti suositeltuun puolen tunnin mittaan, mutta koska toisaalta myös halusin säilyttää kiireettömän tunnelman, kunnioittaa ihmisten kerroksen rytmiä ja sisällyttää jaksoihin haastateltavien merkityksellisiksi kokemia

asioita, en tässä aivan onnistunut. Jaksojen lopulliset pituudet ovat kahdestakymmenestäseitsemästä viiteenkymmeneenviiteen minuuttiin. Leikkauksessa haastattelut lyhenivät karkeasti arvioituna vähintään puoleen alkuperäisestä. Editointiin kulunut aika yllätti, sillä varsinkin aluksi, kun editointiohjelma ei ollut vielä tuttu, se oli hidasta.

Podcastin tavoitteena ei ollut niinkään levittää faktatietoa, vaan jakaa elämäntarinoita ja keskustella käsillä olevista teemoista, joten en editointivaiheessa myöskään lisännyt podcastiin tietoisukuja tai muuta toimituksellista sisältöä. Lisäsin ainoastaan jaksojen alkuun erikseen nauhoittamani tiivistelmät podcastista ja kyseisen jakson sisällöstä sekä loppuun kiitokset. Introa ja outroa varten latasin pixabay.com-sivustolta tekijänoikeusvapaan pätkän musiikkia, jonka liitin jaksojen alkuun ja loppuun.

Podcastien editointiin on käytettävissä sekä ilmaisia että maksullisia ohjelmia. Suosituin niistä lienee ilmaiseksi ladattava Audacity. Audacityn ympärillä on kuitenkin liikkunut huhuja siitä, että se kerää tietoa käyttäjistään ja heidän nauhoitteistaan. Vaikka nämä huhut on pyritty kumoamaan (Steen 2023), en halunnut ottaa riskiä, että sensitiivistä materiaalia sisältävät haastattelut päätyisivät väärään paikkaan. Valitsin siis editointiin Reaper-nimisen ohjelman, joka on maksullinen, mutta jota voi käyttää ilmaiseksi arviointijakson ajan. Ohjelma osoittautui monipuoliseksi ja alkuun ehkä hieman hankalaksi käyttää, mutta netistä löytyvien ohjevideoiden avulla ohjelman käyttö pikkuhiljaa sujuvoitui. Leikkaamisen jälkeen nauhoitteita käsiteltiin vielä Reaperin korjaimilla, joilla tasattiin äänten voimakkuuksia ja korostettiin tiettyjä äänentaajuuksia.

Editoinnin jälkeen toimitin jaksot tarkistettavaksi haastateltaville. Heillä oli mahdollisuus pyytää korjauksia ja poistoja ennen podcastin julkaisua, mutta kukaan haastateltavista ei halunnut omaan jaksoonsa muutoksia.

Valmiit jaksot julkaisin Spotify-palvelussa osoitteessa <https://open.spotify.com/show/235Ya3zF7yqIKpUisc9S4x>. Julkaisua varten podcastille tarvittiin kansikuva sekä muutaman lauseen kuvaus podcastin sisällöstä. Kuvan tekemiseen käytin ilmaista GIMP-ohjelmaa. Kirjoitin myös jokaiselle yksittäiselle jaksolle lyhyehkön kuvauksen. Podcastin julkaiseminen Spotifyssa oli yksinkertaista ja

helppoa. Julkaiseminen on myös täysin ilmaista, joten tässäkään kohtaa prosessia podcastista ei koitunut kustannuksia.

5.6 Eettisyys

Opinnäytetyön eettisyyteen oli syytä kiinnittää erityistä huomiota, sillä sen tuloksena oli tarkoitus syntyä podcastina verkossa julkaistavaa materiaalia, joka on kaikkien kuultavissa. Haastatteluissa myös käsiteltiin ihmisten yksityiselämän piiriin kuuluvia asioita ja erityisiin henkilötietoryhmiin kuuluvia tietoja, kuten henkilön sukupuolta ja seksuaalista suuntautumista. Jo haastateltavia etsiessäni kuvasin haastattelujen tarkoituksen mahdollisimman tarkoin, ja ennen haastattelujen sopimista tein yksityiskohtaisen selväksi, miten haastattelua käytetään. Haastattelu perustui vapaaehtoisuuteen ja haastateltavalla oli mahdollisuus keskeyttää haastattelu tai kieltää sen julkaiseminen vielä haastattelun jälkeenkin. Haastateltavat saivat tallenteet kuultavakseen ennen niiden julkaisua. Podcastin julkaisemisen jälkeen siihen ei ollut mahdollista enää vaikuttaa.

Haastateltavien anonymiteetistä huolehdin siten, että haastateltavien henkilöllisyys on ainoastaan opinnäytetyön tekijän tiedossa. Haastattelussa oli mahdollista esiintyä pelkällä etunimellä ja myös muunnetulla nimellä henkilön niin toivossa. Haastateltavan ääni tarjouduttiin tarvittaessa muuntamaan tunnistamattomaksi.

Hyvän tutkimuskäytännön mukaisesti pyysin lupaa tutkimukselle tahoilta, joiden jäseniä, opiskelijoita tai työntekijöitä etsin tutkimukseeni. Lisäksi pyysin tutkimukseen osallistuvilta erikseen suostumuksen tutkimukseen ja podcastin julkaisuun sekä tiedotin heitä tutkimuksesta ja tietosuojasta.

6 VAIKUTUSTEN ARVIOINTI

6.1 Kysely

Toimintatutkimuksen prosessiin kuuluu muutosintervention vaikutusten arviointi. Vaikuttavuuden arviointimalliksi valittiin tässä opinnäytetyössä intervention jälkeen tapahtuva mittaus kyselylomakkeella podcastin kohderyhmälle. Kuten Jorma Kananen (2015) toteaa, vaikutukset ja vaikuttavuus voivat olla laaja-alaisia ja aikaviiveellisiä, joten niiden mittaaminen ei välttämättä ole helppoa. Vaikutusten arviointi pelkästään intervention jälkeen tapahtuvalla mittauksella ei myöskään ole luotettavuudeltaan yhtä vahva kuin ennen ja jälkeen interventiota tapahtuva mittaus. (Kananen 2015, 61–62.). Arvioin sen kuitenkin riittäväksi mitattaessa podcastin vaikutusta kuuntelijan ymmärrykseen sateenkaarisenioreista sekä kartoitettaessa mielipiteitä podcastin käyttökelpoisuudesta näkyvyyden lisäämisen menetelmäksi.

Podcastin ensisijaiseen kohderyhmään kuuluvat vanhuspalveluiden ammattilaiset ja sellaisiksi opiskelevat, joten pyysin podcastia testaamaan lähihoitajaopiskelijoita Pirkanmaalla sijaitsevan toisen asteen oppilaitoksen ikääntyvien hoidon ja kuntoutuksen osaamisalalta sekä työntekijöitä hyvinvointialueen ikääntyneiden asumisyksiköstä. Testiryhmään tuli yhteensä seitsemäntoista jäsentä. Lähestyin testiryhmää sähköpostilla, jossa pyysin osallistujia kuuntelemaan yhden tai useamman jakson podcastia ja vastaamaan anonymisti sähköisellä kyselylomakkeella esitettyihin kysymyksiin. Toiveeni oli, että opiskelijat saisivat podcastin kuuntelemisen ”kotiläksyksi” ja kertoisivat kokemuksiaan podcastista ajasta ja paikasta riippumattomana näkyvyyden lisäämisen menetelmänä.

Kyselylomakkeen taustakysymyksillä selvitettiin vastaajien ikä, kuinka monta jaksoa podcastia kukin oli kuunnellut sekä se, oliko vastaajalla kokemusta sateenkaarisenioreista asiakkaana. Strukturoitujen kysymysten lisäksi lomakkeella oli mahdollisuus perustella vastauksiaan avoimeen tekstikenttään sekä antaa loppuksi vapaamuotoista palautetta ja kehittämis ehdotuksia. Lomakkeen kysymykset löytyvät liitteestä 2.

Kyselylomakkeen kysymysten tarkoituksena oli etsiä vastausta seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Kokivatko vastaajat sateenkaarisenioreita koskevan ymmärryksensä lisääntyneen podcastin kuuntelun myötä?
- Kuinka monella vastaajista on ollut seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön kuuluvia asiakkaita ja vaikuttiko se ymmärrykseen sateenkaari-senioreista?
- Kuinka monen mielestä vastaavanlainen podcast voisi toimia näkyvyyden lisäämisen menetelmänä?
- Kuinka moni voisi ajatella kuuntelevansa jatkossa vastaavanlaisia podcasteja?
- Vaikuttiko kuuntelijan ikä halukkuuteen kuunnella vastaavanlaisia podcasteja?
- Vaikuttiko kuuntelijan asema opiskelijana/ammattilaisena halukkuuteen kuunnella vastaavanlaisia podcasteja?

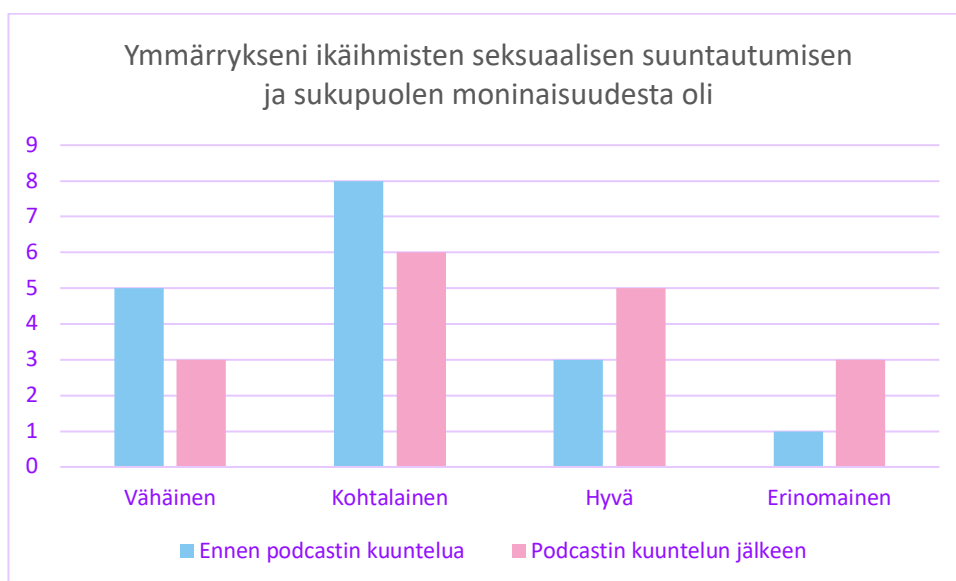
6.2 Tulokset

Kyselylomakkeen täytti yhteensä seitsemäntoista vanhuspalvelualan työntekijää ja opiskelijaa. Opiskelijat eivät olleet saaneet podcastin kuuntelua läksyksi, vaan he olivat kuunnelleet yhdessä tunnilla yhden jakson. Osittain tämän takia seitsemästätoista vastaajasta valtaosa eli viisitoista oli kuunnellut ainoastaan yhden jakson ja yksi oli jättänyt senkin kesken. Kaksi vastaajaa oli kuunnellut kaikki neljä jaksoa. Vastaajista alle 30-vuotiaita oli 71 % ja yli 30-vuotiaita 29 %.

Seitsemästätoista vastaajasta kahdella oli ollut seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön kuuluvia asiakkaita. Viisi vastasi, että he eivät tiedä, onko heillä ollut vähemmistöihin kuuluvia asiakkaita. Kymmenen vastaajan mukaan heillä ei ole ollut sateenkaariväkeä asiakkaana. Lukemaa selittää osittain opiskelijoiden suuri osuus vastaajista: heillä ei välttämättä ole ollut vielä minkäänlaisia asiakaskontakteja. Toisaalta merkille pantavaa on, että myös vanhustyön ammattilaisten joukosta löytyi vastaus, jonka mukaan asiakkaana ei ole ollut sateenkaariväkeä. Sa-

teenkaarevuushan ei näy ihmisestä päälle päin, joten asiakastyötä tekevä ammattilainen ei voi tietää, kuuluuko joku hänen asiakkaistaan vähemmistöön, jos asiakas itse ei ole sitä halukas kertomaan.

Kyselylomakkeen täyttäjiä pyydettiin arvioimaan omaa ymmärrystään sateenkaarisenioreista ennen ja jälkeen podcastin kuuntelun asteikolla olematon-vähäinen-kohtalainen-hyvä-erinomainen. Ilahduttavaa on, että kukaan ei pitänyt omaa tietämystään olemattomana. Ennen podcastin kuuntelua 76 % vastaajista piti ymmärrystään sateenkaarisenioreista vähäisenä tai kohtalaisena ja 24 % hyvänä tai erinomaisena. Podcastin kuuntelun jälkeen vähäisenä tai kohtalaisena ymmärrystään piti enää 53 %, kun taas hyväksi tai erinomaiseksi ymmärryksensä koki 47 %. Näin ollen tässä otannassa ymmärryksen ikäihmisten seksuaalisuuden suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuudesta koettiin kasvavan podcastin kuuntelun myötä, vaikka valtaosa vastaajista kuunteli ainoastaan yhden jakson (kuvio 4). Ne vastaajat, joilla oli ollut sateenkaariväkeä asiakkaana, pitivät ymmärrystään sateenkaarisenioreista hyvänä tai erinomaisena jo ennen podcastin kuuntelua, joten vähäisestä ja kohtalaisesta nousu hyvään tai erinomaiseen tapahtui niille vastaajille, joilla ei ollut kokemusta sateenkaariasiakkaista. Molemmat vastaajat, jotka olivat kuunnelleet kaikki neljä jaksoa, kokivat sateenkaaritietämyksensä kasvaneen.

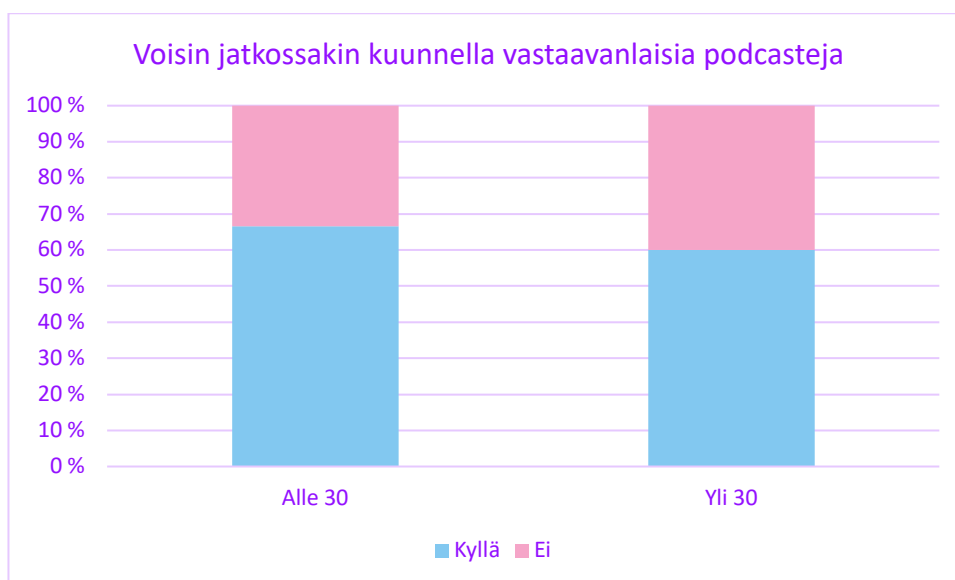


KUVIO 4. Testiryhmän ymmärrys sateenkaarisenioreista ennen podcastin kuuntelua ja sen jälkeen.

Seitsemästätoista vastaajasta yhtä lukuun ottamatta kaikki arvioivat vastaavanlaisen podcastin voivan lisätä tietoisuutta sateenkaarisenioreista tai muista mahdollisesti näkymättömiin jäävistä ryhmistä ja toimia näin näkyvyyden lisäämisen menetelmänä. Ainoan kielteisen kannan ottanut vastaaja ei ollut kuunnellut podcastia yhtään kokonaista jaksoa, joten hänen arvionsa vastaavanlaisten podcastien toimivuudesta ei perustunut tämän podcastin tuntemukseen.

Edellisestä vastauksesta huolimatta vastaavanlaisia podcasteja arvioi voivansa jatkossa kuunnella ainoastaan yksitoista vastaajaa. Loput kuusi, jotka eivät olleet halukkaita kuuntelemaan jatkossa vastaavanlaisia podcasteja, eivät valitettavasti juurikaan perustelleet vastaustaan. Ainoastaan yksi kielteisesti vastanneista oli jättänyt sanallisen perustelun, jonka mukaan hän ei saanut podcastin myötä uutta tietoa aiheesta. Toisaalta hän myös arvioi, että mikäli aikaisempaa tietoa asiasta ei ole, tämä voi olla hyvä kanava tutustua siihen.

Ennako-oletukseni oli, että alle 30-vuotiaat olisivat halukkaampia kuuntelemaan jatkossakin vastaavanlaisia podcasteja kuin yli 30-vuotiaat, sillä podcastien tunnettuus on suurinta tuossa ikäryhmässä ja he myös kuuntelevat podcasteja eniten (Podcast, podcast n.d.). Tässä otoksessa iällä ei kuitenkaan näyttänyt olevan suurta vaikutusta halukkuuteen kuunnella podcasteja, vaan molemmista ikäryhmistä miltei yhtä monta prosenttia vastasi voivansa jatkossakin kuunnella (kuvio 5). Hieman yllättäen jo ammattilaisina toimivat vastaajat (75 %) olivat halukkaampia kuuntelemaan jatkossakin podcasteja kuin opiskelijat (62 %). Kenties asiakastyössä toimiessaan ammattilaiset ovat tunnistaneet tarpeen lisätä tietoisuutta mahdollisesti näkymättömiin jäävistä ryhmistä, tai he kokivat podcastin helpoksi tavaksi hankkia tietoa kuuntelemalla esimerkiksi kotimatalla.



KUVIO 5. Testiryhmäläisten halukkuus kuunnella vastaavanlaisia podcasteja ikäryhmittäin.

Kyselylomakkeella pyydettiin testiryhmältä myös perusteluja strukturoituihin kysymyksiin sekä vapaamuotoista palautetta. Vastauksista välittyi, että sateenkaareman käsittelyä pidettiin tarpeellisena niin hoitohenkilökunnan kuin itse ikäihmistenkkin parissa. Vastaajien mielestä aihetta ei käsitellä riittävästi oppilaitoksissa ja työelämässä, vaikka olisi olennaisen tärkeää, että hoitohenkilökunta osaisi reagoida esimerkiksi hoitokotikiusaamiseen. Sateenkaaritietoisuutta tulisi vastaajien mielestä lisätä myös ikääntyneiden keskuudessa, sillä heillä saattaa olla vanhakantaisia käsityksiä ja ennakkoluuloja mahdollisia sateenkaarevia huonenaapureita kohtaan.

Podcastia pidettiin vastauksissa hyvänä keinona levittää tietoa koko työyhteisölle, jotta sateenkaariasioiden puolesta puhuminen ei jäisi yksittäisille työntekijöille. Vastaajien mielestä podcast oli selkeä ja sitä oli helppo kuunnella – sateenkaariväen tarinoita olisi voinut kuunnella vaikka lisääkin. Tarinat oli kerrottu mielenkiintoisesti, ja podcastin koettiin antaneen työkaluja turvallisen tilan luomiseen. Podcast-muotoisilla haastatteluilla nähtiin olevan lisäarvoa perinteisiin tiedon välittämisen menetelmiin nähden, kuten eräs vastaajista kiteytti:

”Podcast on miellyttävä tapa omaksua uutta tietoa. Se on myös helposti lähestyttävä tietolähde. Myös ikäihmisille keskusteluohjelma toimii hyvin, sillä oman kokemukseni mukaan kuunnelmat ja radio-ohjelmat ovat suosittua ajanvietettä. Podcastia pidetään luotettavana

tietolähteenä. Myös hoitohenkilökunnalle podcast tuo sateenkaarisenioreita lähemmäs ja todellisemmaksi, kuin esimerkiksi lehtijuttujen ja tiedotteiden lukeminen. Ihmisen oman äänen kuuleminen luo tarinan todeksi.”

6.3 Johtopäätökset

Tutkin opinnäytetyössäni podcast-muotoisten haastatteluiden soveltuvuutta sateenkaarisenioreiden näkyvyyden lisäämisen menetelmäksi. Seitsemäntoista hengen otos vanhustyön ammattilaisten ja sellaisiksi opiskelevien kohderyhmästä on melko pieni, ja kyselylomakkeelle vastaamaan ovat osittain voineet valikoitua jo valmiiksi aiheesta kiinnostuneet, joten otoksen mielipiteet eivät sellaisenaan ole yleistettävissä koskemaan koko kohderyhmää, vaan ne ovat suuntaa antavia. Suunnitelmistani poiketen en myöskään saanut kerättyä kattavasti tietoa podcastin toimivuudesta ajasta ja paikasta riippumattomana menetelmänä, sillä opiskelijat kuuntelivat podcastia luokkahuoneessa yhdessä.

Tulosten perusteella podcastilla on edellytyksiä toimia näkyvyyden lisäämisen menetelmänä, sillä kaikki vähintään yhden jakson podcastia kuunnelleet arvioivat sen voivan lisätä tietoisuutta mahdollisesti näkymättömiin jäävistä ryhmistä. Hie man ristiriitaisesti yhtä moni vastaaja ei kuitenkaan arvellut kuuntelevansa jatkossa vastaavanlaisia podcasteja. Selvittämättä jää, johtuuko kielteinen suhtautuminen siitä, että vastaajat eivät koe tarvitsevansa tietoa näkymättömiin jäävistä ryhmistä, siitä, että he eivät halua sitä vai siitä, että podcast ei ole juuri heille sopiva menetelmä tiedon hankkimiseen.

Tulosten valossa ikäihmisten seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuuden ymmärtämistä edesauttaa useamman podcast-jakson kuunteleminen, sillä enemmän jaksoja kuunnelleet kokivat oman ymmärryksensä kasvaneen useammin kuin he, jotka kuuntelivat vähemmän jaksoja. Tämä tavallaan sisältyy jo moninaisuuden käsitteeseenkin: moninaisuutta tunteakseen on tutustuttava aiheeseen monelta eri suunnalta. Näyttäisi myös siltä, että varsinkin ne, joilla ei ole omakohtaista kokemusta sateenkaarisenioreista asiakkaina, hyötyvät podcastin kuuntelusta: heidän ryhmässään tietämys moninaisuudesta oli vähäistä tai kohdalaista, ja osa koki sen podcastin kuuntelun myötä kasvavan jopa hyväksi tai

erinomaiseksi. Ehkä podcastin on näin ollen mahdollista tasoittaa tietä ensimmäiselle kohtaamiselle sateenkaariasiakkaan kanssa.

7 POHDINTA

Toiminnallisen opinnäytetyöni tutkimustehtävä on ollut kehittää podcast-muotoisiin, elämäntarinallisiin teemahaastatteluihin perustuvaa sateenkaarisenioreiden näkyväksi tekemisen menetelmää. Menetelmän taustalla on ajatus tarinallisesta lähestymistavasta: toisen ihmisen tarinan kuuleminen lisää ymmärrystä häntä kohtaan ja kasvattaa tilaa olla erilainen. Kuten podcastissa elämästään kertoneet sateenkaariseniorit pohtivat, ihmisillä on usein taipumus tuntea pelkoa ja ennakkoluuloja sellaista kohtaan, mikä on heille vierasta, tai yksinkertaisesti ohittaa oman kokemusmaailmansa ulkopuolelle jäävät vaihtoehdot. Silloin ei välttämättä pelkkä faktojen kertominen riitä. Ihmisen oman äänen kuuleminen tuo tarinan todeksi, niin kuin totesi podcastia kuunnellut vanhuspalvelujen ammattilainen, ja tämä puolestaan luo mahdollisuuksia erilaisten ihmisten ja heidän todellisuksiensa empaattiselle ymmärtämiselle.

Tarkasteltaessa näkymättömyyden problematiikkaa vähemmistöstressin teorian kautta katse ohjautuu ensisijaisesti distaalisiin stressitekijöihin, jotka estävät turvallisen nähdäksi tulemisen. Podcast näkyväksi tekemisen menetelmänä pyrkii vaikuttamaan niin palveluita tarjoavien yksiköiden työntekijöihin kuin palveluita käyttäviin, enemmistöön kuuluviin ikäihmisiinkin, jotta he eivät tulisi, edes tahattomasti, toistaneeksi ennakkoluuloja, leimaavia asenteita ja syrjiviä käytäntöjä, jotka ilmentävät yhteiskunnassamme vaikuttavaa heteronormatiivisuutta, cismormatiivisuutta ja negatiivista suhtautumista vähemmistöihin. Toisaalta podcastilla voisi ajatella olevan mahdollisuus vaikuttaa myös proksimaalisiin stressitekijöihin eli vähemmistöihin kuuluvan ihmisen omaan kokemukseen. Samaan ryhmään identifioituvan elämäntarina voi parhaassa tapauksessa purkaa häpeää ja huononmuuden tunnetta viestittäessään, että ihmiset eivät ole yksin kokemustensa kanssa. Kenties myös kunnioittava kohtaaminen voi alkaa tuntua mahdolliselta, mikäli podcastin avulla pystytään välittämään kokemus sellaisesta.

Podcast on opinnäytetyöstä saadun kokemuksen valossa varsin ketterä ja demokraattinen menetelmä tiedon ja tarinoiden välittämiseen. Podcastin nauhoittaminen, editointi ja julkaiseminen eivät vaadi suuria taloudellisia satsauksia eivätkä edellytä ammattilaisuutta. Podcastille annetaan anteeksi tietty kotikutoisuus, eikä

sen odotetaan yltävän laadultaan esimerkiksi radio-ohjelmien tasolle. Myös podcastien kuunteleminen onnistuu älypuhelimilla ja tietokoneilla, jotka monilla on jo lähtökohtaisesti käytössään, joten kuulijaltakaan ei vaadita ylimääräistä panostusta.

Haluaisin kuunnella sinua -podcastia kuunnelleen testiryhmän palautteessa pidettiin sateenkaariteeman käsittelyä tarpeellisenä niin hoitohenkilökunnan kuin ikäihmistenkin parissa. Jatkokehityksen pohdinnoiksi jää, miten podcast saataisiin kuunteluun hoitajien oppilaitoksissa ja ikäihmisten asumispalveluissa. Ja tärkeimpänä: miten motivoitaisiin podcastin kuuntelemiseen heidät, jotka siitä eniten hyötyisivät eli heidät, joilla ei vielä ole omakohtaista kokemusta sateenkaari-senioreista? Toimintatutkimusta podcastin parissa voisi jatkaa tutkimalla menetelmän soveltuvuutta yleisemmin sosiaalialalla ja perehtymällä esimerkiksi siihen, miten podcasteja voisi käyttää erilaisten asiakasryhmien äänen kuuluville saamiseen. Podcastin vaikuttavuuden tarkempi tutkimus puolestaan saattaisi tuottaa uusia kehitysideoita podcasteihin sekä perusteluja menetelmän käytölle.

Tietyn teeman ympärille rakentuvan podcastin kulmakiviksi osoittautuivat opin- näytetyössä riittävä pohjatyö aihepiirin parissa sekä sopivien ihmisten löytyminen sisältöä tuottamaan. Käytettäessä podcastia näkyväksi tekemisen menetelmänä olennaisinta on löytää rohkeita ihmisiä avaamaan omaa elämäänsä ja jakamaan tarinansa. Heidän kuuntelemisensa voi osaltaan olla luomassa turvallista tilaa seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuudelle tulla näkyväksi vanhuspalvelu- jen arjen kohtaamisissa.

LÄHTEET

Aaltola, E. & Keto, S. 2018. Empatia. Myötäelämisen tiede. Helsinki: Into Kustannus Oy.

Aarnio, K., Lahti, A., Kerppola, J. & Moring, A. 2020. Johdanto: Moninaisia perheitä ja läheisiä sateenkaaren alla. Teoksessa Aarnio, K., Lahti, A., Kerppola, J. & Moring, A. (toim.) Perhe- ja läheissuhteet sateenkaaren alla. Helsinki: Gaudeamus, 9–27.

Alasuutari, V. 2020. Queer-ystävyyden perheenä ja tukiverkostona. Teoksessa Aarnio, K., Lahti, A., Kerppola, J. & Moring, A. (toim.) Perhe- ja läheissuhteet sateenkaaren alla. Helsinki: Gaudeamus, 168–182.

Estola, E., Uitto, M. & Syrjälä, M. 2017. Elämäkertahaastattelu. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvaara, J. (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 153–173.

Haarla, J. 2021. Ensimmäinen minuutti ratkaisee! Podcast-koulutus 3.2.2021. YouTube-video. Katsottu 13.3.2023. <https://youtu.be/quk5AIJmNck>

Hallituksen esitys HE 189/2022 vp. Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi sukupuolen vahvistamisesta ja siihen liittyviksi laeiksi. Viitattu 9.12.2022. https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/HallituksenEsitys/Sivut/HE_189+2022.aspx

Hawthorne, O., Camic, P. M. & Rimes, K. A. 2018. Understanding the structure, experiences and challenges of social support for older lesbian, gay and bisexual people: a systematic review. *Ageing and Society*, 40(2), 282–305. Viitattu 3.1.2023. <https://doi.org/10.1017/S0144686X18000910>

Heikkinen, H. L. T. 2018. Toimintatutkimus: kun käytäntö ja tutkimus kohtaavat. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. 5., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus. Vaatii käyttöoikeuden. <https://www.elibrary.com/reader/9789524515160>

Hyvärinen, M. 2017a. Haastattelun maailma. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvaara, J. (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 11–46.

Hyvärinen, M. 2017b. Kertomushaastattelu. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvaara, J. (toim.) Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 174–192.

8 vinkkiä sateenkaariosaamisen vahvistamiseen ikääntyneille suunnatuissa palveluissa. 2017. Seta ry. Esite. Viitattu 7.11.2022. <https://setary.sharepoint.com/Setafitiedostoalue/Forms/AllItems.aspx?id=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaat%2Desitteet%2Ddokumentit%2FVinkkit%5Fesite2018%2Epdf&parent=%2FSetafitiedostoalue%2FOppaat%2Desitteet%2Ddokumentit&p=true&ga=1>

Jalava, J. 2013. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöjen toiveet ja tarpeet yhdenvertaiseen vanhuuteen. Vanhustyön koulutusohjelma. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/63843/Jalava_Jenni.pdf?sequence=1

Jaskari, O. & Keski-Rahkonen, A. 2021. Vähemmistöstressi uhkana seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen terveydelle. *Duodecim* 2021;137:1781-8. <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo16384.pdf>

Juvonen, T. 2020a. Nimeämisen mahti. Sukupuolta ja seksuaalisuutta kuvaavien termien suhteisuudesta. *SQS – Suomen Queer-Tutkimuksen Seuran Lehti*, 13(1–2), 1–22. Viitattu 9.12.2022. <https://doi.org/10.23980/sqs.89126>

Juvonen, T. 2020b. Entiset naiskumppanit ystävinä. Teoksessa Aarnio, K., Lahti, A., Kerppola, J. & Moring, A. (toim.) *Perhe- ja läheissuhteet sateenkaaren alla*. Helsinki: Gaudeamus, 183–197.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona. Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 185. Jyväskylä.

Kananen, J. 2015. Kehittämistutkimuksen kirjoittamisen käytännön opas. Miten kirjoitan kehittämistutkimuksen vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 212. Jyväskylä.

Karvinen, M. & Venesmäki, E. 2019. Tilaa moniaisuudelle! Opas seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen yhdenvertaisuuden edistämiseen. <https://yhdenvertaisuus.fi/documents/5232670/14323821/HLBTI-opas+viranomaisille/9175485d-682f-5b16-674e-4fe407024ade/HLBTI-opas+viranomaisille.pdf>

Keski-Petäjä, M. 2019. Tilastoja naisista, miehistä ja heteropareista? – Miksi moninaisuus jää virallisissa tilastoissa usein piiloon. Tilastokeskus. Verkkosivu. Viitattu 8.12.2022. <https://www.stat.fi/tietotrendit/blogit/2019/tilastoja-naisista-miehistä-ja-heteropareista-miksi-moninaisuus-jaa-virallisissa-tilastoissa-usein-piiloon/>

Kirje päättäjille. n.d. Sateenkaariseniorit ry. Verkkosivu. Viitattu 4.11.2022. <https://sateenkaariseniorit.yhdistysavain.fi/kirje-paatajille/>

Koski-Jännes, A. 2008. Motivoivan haastattelun periaatteet ja menetelmät. Teoksessa Koski-Jännes, A., Riittinen, L. & Saarnio, P. (toim.) *Kohti muutosta. Motivointimenetelmiä päihde- ja käyttäytymisongelmiin*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 41–64.

Kuula, A. n.d. Toimintatutkimus. Luku 5.4. kokonaisuudesta Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 2.11.2022. https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L5_4.html

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvetaista 28.12.2012/980. Viitattu 8.12.2022. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

LBGT. 2022. Wikipedia-artikkeli. Viitattu 11.11.2022. <https://en.wikipedia.org/wiki/LGBT>

Moring, A. 2020. Sateenkaarevat perhe- ja läheissuhteet lainsäädännössä. Teoksessa Aarnio, K., Lahti, A., Kerppola, J. & Moring, A. (toim.) Perhe- ja läheissuhteet sateenkaaren alla. Helsinki: Gaudeamus, 115–131.

Nissinen, J. 2011. Luottamuksen rakentuminen moninaisuutta kunnioittaen. Teoksessa Tuovinen, L., Stålström, O., Nissinen, J. & Hentilä, J. (toim.) Saanko olla totta? Sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuus. Helsinki: Gaudeamus, 11–32.

Pakkanen, J. 2007. Kaappi. Teoksessa Mustola, K. & Pakkanen, J. (toim.) Sateenkaari-Suomi. Seksuu- ja sukupuolivähemmistöjen historiaa. Helsinki: Like, 15–16.

Parmala, J. 2020. Muunsukupuolinen Kuisma Heikkilä, 64: "Vaikeinta oli kertoa lapsille". ET-lehti 24.1.2020. Viitattu 11.11.2022. <https://www.etlehti.fi/artikkeli/i ihmiset/muunsukupuolinen-kuisma-heikkila-64-vaikeinta-oli-kertoa-lapsille>

Podcast, podcast. Tutkimus podcastien kuuntelusta helmikuussa 2020. n.d. RadioMedia. Viitattu 18.7.2023. <https://radiomedia.fi/wp-content/uploads/2021/06/podcastutkimus-2020.pdf>

Sateenkaarisanasto. 2021. Seta ry. Verkkosivu. Viitattu 11.11.2022. <https://seta.fi/sateenkaaritieto/sateenkaarisanasto/>

Sateenkaarisenioreti-tietoiskuissa hlbt-ikäihmiset tutuiksi. 2015. Seta Ry. Verkkosivu. Viitattu 4.11.2022. <https://seta.fi/2015/09/03/sateenkaarisenioreti-tietoiskuissa-hlbt-ikaihmiset-tutuiksi/>

Sateenkaarisenioretit näkymättömästä näkyväksi. 2022. Sateenkaarisenioretit ry. Verkkosivu. Viitattu 13.12.2022. <https://sateenkaarisenioretit.yhdistysavain.fi/ajankohtaista/vanhusty-lehti-5-2022-ilmestymispa/>

Seta myönsi sateenkaarisertifikaatin Helsingin kaupungin Seniori-infolle. 2021. Seta ry. Verkkosivu. Viitattu 4.11.2022. <https://seta.fi/2021/05/20/seta-myonsi-sateenkaarisertifikaatin-helsingin-kaupungin-senioreti-infolle/>

Simpson, P., Almack, K. & Walthery, P. 2018. 'We treat them all the same': The attitudes, knowledge and practices of staff concerning old/er lesbian, gay, bisexual and trans residents in care homes. Ageing and Society, 38(5), 869–899. Viitattu 3.1.2023. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1600132X>

Sosiaalialan ammattikorkeakoulutuksen kompetenssit. n.d. Suomen ammattikorkeakoulujen sosiaalialan koulutuksen verkosto. Viitattu 14.7.2023. <https://www.sosiaalialanamkverkosto.fi/wp-content/uploads/2023/04/SOSIAALIALAN-AMMATTIKORKEAKOULUTUKSEN-KOMPETENSSIT-2023.pdf>

Steen, A. 2023. Is Audacity Safe or is it Spyware? Primesound. Verkkosivu. Viitattu 28.9.2023. <https://primesound.org/audacity-safe/>

Sosiaali- ja terveysala. n.d. Seta ry. Verkkosivu. Viitattu 4.11.2022.
<https://seta.fi/palvelut/asiantuntija-ja-koulutuspalvelut/sosiaali-ja-terveysala/>

Suhonen, M. 2007. Transsukupuolisuuden näkymätön historia. Teoksessa Mustola, K. & Pakkanen, J. (toim.) Sateenkaari-Suomi. Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen historiaa. Helsinki: Like, 53–65.

Suomen sateenkaarihistorian aikajana. n.d. Sateenkaarihistorian ystävät. Verkkosivu. Viitattu 9.12.2022. <https://sateenkaarihistoria.fi/aikajana/>

Tammisalo, N. 2017. Sateenkaarevaa hoivaa ikäihmisille. Sateenkaariseniortietoisuutta hoiva-ammattilaisten toimintaa kehittämässä. AMK-opinnäytetyö. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/128418/Tammisalo_Nonna.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Tietoa sateenkaarisenioreille. n.d. Seta Ry. Verkkosivu. Viitattu 4.11.2022. <https://seniorit.seta.fi/tietoa-sateenkaarisenioreille/>

Törmä, S., Huotari, K., Tuokkola, K. & Pitkänen, S. 2014. Ikäihmisten moninaisuus näkyväksi. Selvitys vähemmistöihin kuuluvien ikääntyneiden henkilöiden kokemasta syrjinnästä sosiaali- ja terveyspalveluissa. Sisäministeriön julkaisu 4/2014. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/78988/ik%C3%A4ihmisten%20moninaisuus%20n%C3%A4kyv%C3%A4ksi.pdf>

Valtonen, S. 2014. Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöihin kuuluvien vanhusten kohtaaminen laitoshoidossa – hoitajien näkökulma. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Pro gradu -tutkielma. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/136071/Valtonen_sosiologia.pdf?sequence=2

Valtonen, S. & Hakola, S.-M. 2014. Haluaisin pystyä kertomaan. Sateenkaari-seniorit ikääntyneille suunnattujen palvelujen asiakkaina. Helsinki: Otava.

Vilka, A. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

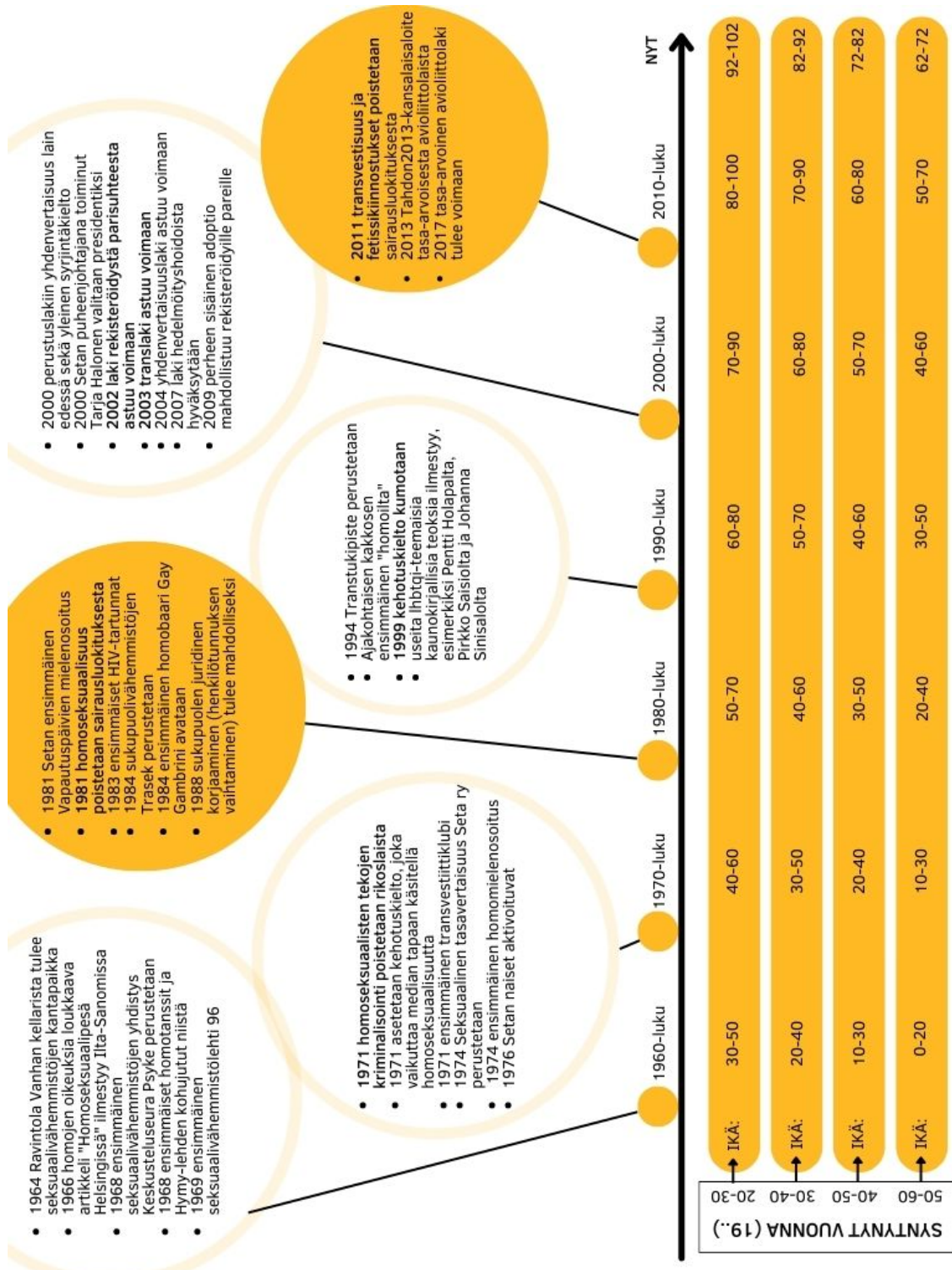
Willis, P. 2017. Queer, visible, present: the visibility of older LGB adults in long-term care environments. Housing, care and support. Vol. 20 No. 3 2017. Viitattu 8.12.2022. Vaatii käyttöoikeuden. <https://www-emerald-com.libproxy.tuni.fi/in-sight/content/doi/10.1108/HCS-04-2017-0007/full/pdf>

Yhdenvertainen vanhuus: haluaisin pystyä kertomaan. 2014. Seta ry. Youtube-video. Katsottu 7.11.2022. <https://www.youtube.com/watch?v=yV2cB9FMXoA>

LIITTEET

Liite 1. Aikajana

KUVIO 2. 1900-luvun eri vuosikymmenillä syntyneiden ikääntyminen sijoitettuna sateenkaarihistorian aikajanalle (aikajanan tiedot Suomen sateenkaarihistorian aikajana n.d.; kuvio tekijän).



Liite 2. Kyselylomakkeen kysymykset testiryhmälle

1. Ikä? (Alle 30/Yli 30)
2. Kuuntelin podcastia
 - a. Vähemmän kuin yhden kokonaisen jakson
 - b. Yhden jakson
 - c. Kaksi jaksoa
 - d. Kolme jaksoa
 - e. Neljä jaksoa
3. Minulla on ollut seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön kuuluvia asiakkaita (Kyllä/Ei/En tiedä)
4. Ymmärrykseni ikäihmisten seksuaalisen suuntautumisen ja sukupuolen moninaisuudesta oli
 - a. Ennen podcastin kuuntelua: Olematon/Vähäinen/Kohtalainen/Hyvä/Erinomainen
 - b. Podcastin kuuntelun jälkeen: Olematon/Vähäinen/Kohtalainen/Hyvä/Erinomainen
5. Vastaavanlainen podcast voisi mielestäni lisätä tietoisuutta sateenkaari-senioreista tai muista mahdollisesti näkymättömiin jäävistä ryhmistä (Kyllä/Ei + Perustele halutessasi)
6. Voisin jatkossakin kuunnella vastaavanlaisia podcasteja (Kyllä/Ei + Perustele halutessasi)
7. Vapaa kommentti/kehittämisehdotus