

Kun ajattelet omaa vanhuuttasi, miltä se tuntuu?

2.10.2023

Vanhustenviikkoa vietetään 1. – 8.10.2023. Sen kantavana teemana on Vanhustyön keskusliiton organisoiman kansanliikkeen mukaisesti ”Tehdään iästä numero”. Kansanliikkeen tarkoitus on vahvistaa myönteisiä ikäasenteita yhteiskunnassa ja tehdä Suomesta pala kerrallaan ikääntymisen mallimaa.

Vanhustyön keskusliitto selvitti hiljattain suomalaisten asenteita vanhuutta ja vanhenemista kohtaan kansalaiskyselyllä, johon vastasi 2 055 iältään 16–97-vuotiasta henkilöä (Vaarama 2022, s. 13). Vastaajia pyydettiin ajattelemaan omaan vanhuuttaan tämän kirjoituksen otsikon mukaisesti ja miettimään, miten turvalliselta tai pelottavalta se tuntuu. Kaksi viidestä piti vanhuuttaan melko tai erittäin turvallisena ja kolmasosa oli sitä mieltä, ettei vanhuus tunnu sen enempää turvalliselta kuin pelottavaltakaan. Vajaa kolmasosa kuitenkin pelkäsi vanhuuttaan. Kaikkein vanhimmat, yli 85-vuotiaat, tunsivat vanhuutensa turvallisimmaksi ja myös nuorimmat alle 26-vuotiaat ajattelivat sen useammin turvalliseksi kuin turvattomaksi. Eniten pelkäsivät 26–35-vuotiaat, joista miltei 40 prosenttia vastasi, että oma vanhuus tuntuu melko pelottavalta tai erittäin pelottavalta. Vastaajista erityisesti iäkkäämmät ja naiset olivat sitä mieltä, että yhteiskunnassa vanhuuteen suhtaudutaan kielteisesti ja iäkkäät ihmiset tulevat huonosti kuulluksi yhteiskunnassamme. Noin puolet (47 %) kaikista vastaajista oli myös sitä mieltä, että Suomessa syrjitään iäkkäitä ihmisiä. Poliitikkoja pidettiin suurimpana syrjivänä tahona, sillä heidän jatkuvat puheensa vanhuksista kestävyysvajeena koettiin loukkaaviksi. Syrjivien listalla korkealla olivat myös sosiaali- ja terveyspalvelut sekä työelämä, mutta ikääntyneempien vastaajien mielestä myös tiedotusvälineet (mts. 44-71).

Kyselyn tulokset herättävät kysymyksiä: miksi vanheneminen ja vanhuus herättää pelkoa jo nuorella iällä, vaikka omakohtaista kokemusta vanhuudesta elämänvaiheena ei vielä ole? Miksi vanhemmat ihmiset kokevat, etteivät tule kuulluksi yhteiskunnassa ja että he ovat ikään kuin näkymättömiä, voidaan puhua jopa

sosiaalisesta kuolemasta (Pirhonen ym., 2021, s. 6). Suomessa vanhuspalvelujen rahoitus on riittämätöntä vastaamaan hoivaa tarvitsevien ikääntyneiden ihmisten palvelutarpeisiin (Kröger ym. 2019, s. 131). On haastavaa toteuttaa hyvää hoivaa resurssien ollessa liian pienet, mistä seuraa vanhustyöntekijöille eettistä kuormitusta, eikä ala enää vedä puoleensa (Korkiakangas ym. 2021, s. 3). On selvää, että julkisen keskustelun ja uutisten kautta kovin negatiivisesti värittynyt kuva vanhuudesta vaikuttaa ajatteluumme. Vanhenemiseen ja vanhuuteen suhtaudutaan varsin kielteisesti. Vanhustyöhön suunnatun taloudellisen panostuksen lisäksi tarvitaan laajaa asennemuutosta yhteiskunnan kaikilla tasoilla politiikan huipulta, median luomiin mielikuviin ja tavallisiin kansalaisiin. Se, miten ajattelemme ja puhumme vanhuudesta ja iäkkäistä ihmisistä, vaikuttaa myös siihen, miten toimimme ja millaisia mielikuvia luomme.

Sanoilla on merkitystä vanhuuteen liittyvien mielikuvien kannalta. Paljon käytetään käsitettä ”ikääntyvä väestö”, joka esitetään yleensä negatiivisena asiana, yhteiskunnan turmioon vievänä taloudellisena kestävyysvajeena. Kyseinen käsite luo virheellisiä oletuksia väestön tilasta, sillä käsityksemme ikääntymisestä on vanhentunut. Tiedämme, että ihmisten elinikä on pidentynyt, mutta ajattelemme elämän jatkuvan vain lopusta ja että eliniän piteneminen johtaa vain vanhuuden pitenemiseen. Uusin tutkimustieto kuitenkin osoittaa, että vanhuus on siirtynyt myöhempään ikään ja samalla keski-ikä on pidentynyt (Rantanen & Koivunen 2022, s. 17). Ikääntyneen väestön sijasta voisimme käyttää käsitettä ”pitkäikäinen väestö” (Rantanen 2023). Näin ajattelu laajenisi, sillä voimme kohdistaa yhteiskunnallisen keskustelun koskemaan tasavertaisesti kaikkia elämänvaiheita eikä vain esimerkiksi viimeisten elinvuosien kasvanutta hoivatarvetta.

Osaksi mielikuvat vanhuudesta perustuvat viime vuosisadan puolivälin paikkeilla luotuihin teorioihin, joissa vanhuudesta puhutaan sosiaalisista suhteista irtautumisen sekä heikentyvän terveyden ja toimintakyvyn kautta. On ollut tapana puhua elämänkaaresta, jossa kehityksen huippu saavutetaan aikuisuudessa ja ikääntyessä käyrä on laskeva. Elämänkaarimielikuva johtaa ikäsyrjintään jo keski-iän jälkeen, koska ihminen nähdään heikkenevänä. Uusimman tiedon varassa tämä ei pidä paikkaansa, sillä esimerkiksi ihmisen psykologinen kehitys jatkuu läpi elämän. Siksi olisikin sopivampaa puhua elinikäisestä kehittymisestä (Pulkkinen, 2023). Käsityksiä, teorioita ja käsitteitä pitäisi siis päivittää.

Vanhustyön keskusliitto kysyi myös millä termillä ihmiset haluavat tulla kutsutuksi yli 65-vuotiaana ja mitä mieltä he ovat käytössä olevista termeistä. Kannatusta saivat erityisesti sanat seniori, ikäihminen, iäkäs ihminen ja eläkeläinen (Lankinen 2023). Suurin osa vastaajista koki, että käytetyillä sanoilla ja termeillä on merkitystä, sillä niillä luodaan mielikuvaa ja ne ovat arvolatautuneita. On tarpeen miettiä asiayhteyttä, jossa sanaa käytetään sekä tiedustella henkilöltä itseltään, millä termillä hän toivoo itseään kutsuttavan. Esimerkiksi vanhus-sanaa ei kannata karttaa, mutta on syytä harkita, mihin tilanteisiin se sopii. Kansainvälisissä tieteellisissä julkaisuissa kehotetaan välttelemään sanaa ”elderly” stereotyyppisenä ja syrjivänä. Sen sijaan suositaan sanoja ”older persons, older people, older adults, older individuals, persons XX years and older” (Harvey A. Friedman Center for Aging, 2022). Vanhat ovat tietynikäisiä, esimerkiksi yli 80-vuotiaita ihmisiä, ja vanhukset apua tarvitsevia vanhoja. Kaikki vanhat ihmiset eivät ole vanhuksia. Kaikkien ikääntyneiden ihmisten näkeminen yhtenäisenä, haavoittuvaisena tai hauraana ryhmänä, on ongelmallista, koska se entisestään ruokkii ennakkoluuloja, kielteisiä asenteita ja syrjintää. Samoin tekevät median välittämät kuvat vanhuudesta ryppyisten käsien, rollaattorien ja töpöttelevien tohveleiden kautta. Ikääntyneet ihmiset tulisi kuvata yksilöinä, realistisesti ja arvostavasti (Rantanen & Koivunen 2022, s. 22). Muutosta kohti myönteisempiä ikäasenteita todella tarvitaan.

Lopuksi jaan sanapilven vanhuudesta Ikääntymisen asiantuntija yamk-opiskelijoiden kuvaamana opintojen ensimmäisenä päivänä. Siitä heijastuu se moninaisuus, jota vanhuuteen liitämme. Olen iloinen, että sanapilvessä näkyy myönteinen suhtautuminen vanhuuteen ja sen pitäminen elämän luonnollisena ja normaalina osana. Hyvää Vanhustenviikkoa!



Katri Turunen
Ikääntymisen asiantuntija, yliopettaja
Seinäjoen ammattikorkeakoulu

Lähteet:

Harvey A. Friedman Center for Aging. Age-inclusive language: Are you using it in your writing and everyday speech? 2022. https://publichealth.wustl.edu/age-inclusive-language-are-you-using-it-in-your-writing-and-everyday-speech/

Pulkkinen, L. Kehityspsykologinen näkökulma. Teoksessa Pulkkinen, L, Ahonen, T, Ruoppila, I (toim.) (2023.) Ihmisen psykologinen kehitys. PS-kustannus.

Korkiakangas E., Koivisto, T., Olin, N., Laitinen, J. (2022). Vanhustyössä työskentelevien hoitajien ja esihenkilöiden näkemyksiä vanhustyön vetovoimaisuutta edistävistä tekijöistä. Tutkiva Hoitotyö 20(1), 3–11

Kröger, T., van Aerschot, L.& Puthenparambil, JM. (2019). Ikääntyneiden hoivaköyhyys. *Yhteiskuntapolitiikka* 84, 2, 124–134

Lankinen, M. Vanhuutta kuvaavilla termeillä luodaan mielikuvaa ja arvostusta. https://www.vanheneminen.fi/vanhuutta-kuvaavilla-termeilla-luodaan-mielikuvaa-ja-arvostusta.

Pirhonen, J., Seppänen, M., Pietilä, I., Tuominen, K., Jylhä, M. (2021). Vanhuus ja sosiaalinen kuolema. Sosiaalisen kuoleman käsite vanhojen ihmisten haastattelupuheessa. *Yhteiskuntapolitiikka* 86, 1.

Rantanen, T. (2023). Gerontologia auttaa näkemän elämän selvemmin. Professoriblogi.

https://blogi.professoriliitto.fi/taina-rantanen/

Rantanen, T. & Koivunen, K. (2022). Vanhenemisen tutkiminen. Teoksessa Rantanen, T., Kokko, K., Sipilä, S. & Viljanen, A. (toim.) Gerontologia. Duodecim.

Vaarama, M. (2022). Toiveena tavallinen, hyvä elämä. Suomalaisten mielikuvat ja kokemukset vanhuudesta. Raportti. Vanhustyön keskusliitto: Jansson, A., Lankinen, M. & Lausvaara, A (toim.).

YLE. (2019). Vanhustenhoito. Huippututkija: miljardi euroa lisää vuodessa nostaisi Suomen vanhushuollon pohjoismaiselle keskitasolle. https://yle.fi/a/3-10618988