

Minna Pietilä (tutkija, PhD) & Marja Saarenheimo (tutkija, FT) @vtkl.fi

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus STEA:n rahoittamassa ja Vanhustyön keskusliiton koordinoimassa **Eloisa ikä -ohjelmassa** (2012–17) yhdistettiin 31 järjestön voimat hanketoimintaan ikääntyneiden ihmisten hyvän arjen puolesta. Hankkeita toteutettiin ympäri Suomea erilaisin teemoin ja niihin osallistui monenlaisia ikääntyneitä ihmisiä erilaisissa elämäntilanteissa. Ohjelman **tutkimuksessa** tarkasteltiin, mitä kehittämishankkeisiin osallistuminen merkitsi ikääntyneiden ihmisten arjelle, osallisuuden ja toimijuuden kokemuksille sekä psykososiaaliselle hyvinvoinnille. Tutkimuksen pääasiallisia aineistoja olivat määrällinen kysely (N=529, iän mediaani 72v.) ja laadullinen haastattelu (N=92, ikäjakauma 60–92v.).

Eloisa ikä
-tutkimuksen tuloksia:

Mitä ikäihmisten
osallisuudelle
tapahtui?

PÄÄTULOS: Eloisa ikä -tutkimuksen mukaan järjestötoiminta edistää ikääntyneiden ihmisten **osallisuutta**, kun se on sopusoinnussa heidän arvostustensa ja persoonallisten ominaisuuksiensa kanssa.

Ikääntyneitä ihmisiä motivoi järjestöjen toimintaan:

- tahto tehdä asioita, joilla on **merkitystä** sekä itselle että yhteisölle
- halu käyttää elämän aikana karttunutta **osaamista ja kokemuksia** omaksi ja toisten hyödyksi
- tarve mielekkäinä koettuihin sosiaalisiin kontakteihin ja **vuorovaikutukseen**
- pyrkimys rytmittää arkea

Ikäihmisten osallisuutta ylläpitävän ja lisäävän toiminnan kehittämisessä keskeistä:

- Toiminnan suunnittelun johtotähdeksi ikääntyneiden ihmisten moninaisuus: yksi toimintamalli ei sovi kaikille
- Ulospäin suuntautuneet, toimeliaat ihmiset on helppo saada mukaan, mutta osallisuuden areenoita tulee rakentaa myös niille, joille ryhmässä oleminen ei ole luontevaa tai jotka arastelevat sosiaalisia vuorovaikutustilanteita
- Ikääntyneiden ihmisten osaamisen hyödyntäminen ja kehittäminen ovat sekä voimakkaita osallistumisen motiiveita että vastarintaa stereotyyppisille vanhuuskäsityksille
- Toiminnan jatkuvuudesta huolehtiminen on tärkeää erityisesti vaikeissa elämäntilanteissa oleville ihmisille

Vapaaehtoistoiminta houkuttelee etupäässä jo ennestään aktiivisia ja ulospäin suuntautuneita ikäihmisiä – toimintaa on tarpeen monipuolistaa

Vapaaehtoiset ikäihmiset muodostavat järjestöissä tärkeän resurssin, jota ilman toimintaa olisi vaikea toteuttaa. Vapaaehtoiseksi lähdetään monista syistä. Halu ja mahdollisuus auttaa muita ja edistää jotain yhteistä hyvää koetaan usein osaksi omien arvojen mukaista elämää. Samalla arki saa lisää rytmiä ja merkitystä. Epäitsekäät ja oman elämän mielekkyyteen liittyvät motiivit mahtuvat mainiosti olemaan rinta rinnan.

- Vapaaehtoisten rekrytoinnissa on tärkeää tunnistaa sekä ihmisten epäitsekäät että omaan hyvinvointiin ja elämän mielekkyyteen liittyvät motiivit
- Ihmiset kokevat luontevimmaksi sellaiset vapaaehtoistoiminnan muodot, jotka vastaavat heidän henkilökohtaisia ominaisuuksiaan
- Erityisesti vaikeissa tilanteissa olevien ikäihmisten tukeminen vapaaehtoisten avulla edellyttää toiminnalle hyvää ylärakennetta, joka mahdollistaa vapaaehtoisten koordinoinnin, koulutuksen ja jatkuvan ohjauksen sekä heidän jaksamisensa vahvistamisen
- On tärkeää tunnistaa vapaaehtoistyön rajat ja ammattimaisen tuen välttämättömyys esimerkiksi mielenterveysongelmista kärsivien ikäihmisten auttamisessa

Tutkimuksen osallistajat ja tekeminen tässä raportoitujen tulosten osalta

Tulokset perustuvat Eloisa ikä -tutkimuksen laadulliseen haastatteluaineistoon sekä aiemman tutkimuksen tuloksiin. Yksilö- ja ryhmähaastatteluja tehtiin 92:n Eloisa ikä -ohjelman hankkeisiin osallistuneen 60–92-vuotiaan ihmisen kanssa ympäri Suomen vuosina 2014–15.

Lisätietoa: Pietilä M & Saarenheimo M. *Ilmeikäs arki. Tutkimus ikääntyneistä ihmisistä järjestöjen kehittämistoiminnassa*. Vanhustyön keskusliitto 2017. (eloisaika.fi; ilmestyy 30.10.17)