

Vahvistetaan ikääntyvien ääntä

Julkisuudessa ikääntymisestä ja vanhoista ihmisistä puhutaan usein terveys- tai talousongelmana.

Professori Marja Jylhä haluaa ikääntyvät mukaan vaikuttamaan omaan elämäänsä.

Useimmille meistä on tärkeää elää tyydyttävää elämää, osallistua yhteisiin asioihin ja ylläpitää toimivia suhteita toisiin ihmisiin ja maailmaan. Nämä kaikki ovat osa sosiaalista hyvinvointia.

Gerontologian professori **Marja Jylhä** Tampereen yliopistosta on huomannut, että ikääntyvien asioista puhutaan usein ulkopuolelta. Ikääntyvät ovat *heitä* tai *niitä*, joille joku muu tekee jotakin tai jonka asioista muut päättävät.

Tämä havainto on yksi syistä, joiden takia Jylhä on kiinnostunut ikääntyvien sosiaalisesta hyvinvoinnista ja siitä, miten sitä voisi parantaa.

- On tosi tärkeää luoda foorumeita, joissa ihmisten oma ääni tulee esille. Moni on huomannut, että eläkkeelle jäämisen jälkeen häntä aletaan kohdella vähän niin kuin hän ei olisi ihan niin täysjärkinen kuin aikaisemmin. Ilmiö on tuttu myös politiikan ja talouselämän huipuille, Jylhä kertoo.

Tämä on professori Marja Jylhän mukaan ”hirveää haaskuuta”. Hän uskoo, että ihmisillä on paljon omaa järkeä vielä eläkkeelle jäädessään. He voisivat itse luoda parempia olosuhteita hyvälle vanhuudelle.

Professori Jylhän ja dosentti Outi Jolankin tutkimushankkeen tarkoituksena on etsiä keinoja, joiden avulla voidaan parantaa ikääntyvän väestön sosiaalista hyvinvointia. Tutkimus aloitetaan keväällä 2018 Päivikki ja Sakari Sohlbergin Säätiön myöntämän 80 000 euron apurahan avulla.

Ikääntyneitä vähätellään

Ikääntyviä ja vanhoja ihmisiä on Suomessa koko ajan enemmän.

Tutkijat ovat huomanneet, että monenlaiset asiat vaikuttavat siihen, että ikääntyvien sosiaalinen hyvinvointi ei ole niin hyvä kuin se voisi olla. Ei ole tavatonta, että ikäihmisten hyvinvoinnin tarpeellisuutta ja kykyä osallistua maailman menoon vähätellään.

- Siksi meidän hanke on tosi tärkeä.

Tutkimushankkeessa tutkijat lähtevät liikkeelle toisin kuin yleensä. He eivät itse määrittele, mitä sosiaalinen hyvinvointi on ja miten sen pitäisi näkyä arjessa, vaan he kysyvät asiaa ikääntyviltä itseltään. Sen jälkeen tutkijat kartoittavat, mitkä asiat vaikuttavat siihen ja miten se näkyy arjessa.

Monissa pienissä hankkeissa ja projekteissa halutaan parantaa ikääntyvien hyvinvointia. Tutkijat haluavat päästä mukaan näihin projekteihin ja seurata niiden vaikuttavuutta. Näin voidaan löytää oikeasti toimivia malleja ja käytäntöjä, joilla voidaan nostaa ikääntyvien ääntä esille.

- Tässä tutkimuksessa käytännön merkitys ja tieteellinen tieto ovat kietoutuneena toisiinsa, Jylhä kertoo.

Maailma harmaantuu myös Suomen rajojen ulkopuolella. Aktiivinen vanheneminen kiinnostaa tutkijoita ympäri maailmaa. Se ei tarkoita fyysistä aktiivisuutta vaan sitä, pystyykö ikääntynyt tekemään itselleen tärkeitä asioita, vaikuttamaan elämäänsä ja olemaan yhteiskunnassa yhtä tärkeä kuin nuoremmat.

Professori Marja Jylhän mielestä ikääntymistä pitäisi ajatella nykyistä eriytyneemmin. Jos ikääntyviksi ajatellaan kaikki yli 60-vuotiaat, heillä on keskenään yli 40 vuoden ikähaarukka. Heistä ei voi oikein puhua yhtenä joukkona samanlaisia ihmisiä.

Kaikkien ikääntyvien asiat ovat Jylhälle kuitenkin yhtä tärkeitä.

- Haluaisin, että ikääntyvät ihmiset olisivat tärkeämpiä ja vahvempia osallistujia tässä yhteiskunnassa – ja että iäkkäiden ihmisten elämä olisi parempaa.

Lisätiedot

Professori Marja Jylhä, 040 5889 100, marja.jylha@uta.fi