

Kirjallisuutta

Löytyykö voimavaroja?

Riitta Auvinen & Eva Hirsjärvi & Maarit Kumpulainen & Asser Stenbäck & Maija-Liisa Vauhkonen: Vanhenemisen voimavarat. Kirjayhtymä. Arvi A. Karisto Oy:n kirjapaino. Hämeenlinna 1982.

Jostain syystä ihmisen vanhenemiseen ja ikääntymiseen liittyvät asiat näyttävät olevan tällä hetkellä ns. ”pinnalla”. Yksi selitys tälle on epäilemättä se, että vanhusten lukumäärä on jatkuvasti kasvamassa eliniän pidentyessä. Heidän suhteellinen määränsä väestöstä kasvaa myös alhaisesta syntyvyydestä johtuen.

Riitta Auvinen esittää edellä mainittujen syiden lisäksi perusteluna myös sen, että tietomme ihmisen terveyden ylläpitämisestä ja ikääntymisprosessista alkavat olla sellaisia, että niitä voidaan käyttää ihmisen keskimääräisen eliniän nostamiseen. Sekä uusi terveysajattelu että vanhusten kasvava väestöosuus korostavat hänen mukaansa oikein muotoillun vanhuspolitiikan merkitystä. Kun alkaa itse olla keski-ikässä, niin on taipuvainen ajattelemaan samalla tavoin. Toivottavasti tämä uusi vanhuspolitiikka, jonka tavoitteena nähdäkseni on turvata myös vanhuksille ihmisarvoinen elämä, tuottaa tuloksia. — No tietysti, tätä politiikkaa täytyy ajaa jo

yleisinhimillisistä syistäkin johtuen, eikä vain varmistellakseen itselleen täysipainoista vanhuutta. Asia on todella tärkeä, sillä toistaiseksi yhteiskunnan vähäosaiset ovat edelleen vanhoinkin vähäosaisia. Heidän asemansa muuttaminen ei tietysti ole helppo tehtävä, sillä jokainenhan meistä kantaa mukanaan oman elämänhistoriansa, joka jo sellaisenaan vaikuttaa myös vanhuuteen. Kysymys on kuitenkin myös harjoitettavasta yhteiskuntapolitiikasta.

Kirjan alussa on esitetty 33 erilaista vanhuuteen liittyvää väittämää, joiden avulla jokainen voi testata omaa vanhuustietouttaan. ”Oikeat” vastaukset löytyvät nimittäin

kirjan lopusta. Joidenkin kysymysten kohdalta jää tosin hieman epäilemään vastauksen totuudenmukaisuutta, mutta ilmeisesti näillä kysymyksillä onkin haluttu lähinnä herättää lukijan mielenkiinto kirjaa kohtaan. Tässä suhteessa ne toimivatkin melko hyvin.

Riitta Auvinen tarkastelee omassa osuudessaan vanhenemisen ja yhteiskunnan suhteita varsin realistisesti. Hän tuo esiin eräitä vanhuuteen liittyviä stereotyyppioita ja osoittaa ne ainakin osittain virheelliseksi. Mukana on myös eräitä väestörakenteeseen ja kuolleisuuteen liittyviä perustilastoja, jotka kuuluvat asiaan niin ilmeisesti, ettei niitä ole voitu ohittaa, vaikka ne eivät tuokaa sanottavaa lisävalaistusta vanhuuden ongelmaan.

Mielenkiintoista sensijaan on hänen toteamuksensa, että tiede ei ole vielä saavuttanut tasoa, jolla olisi kiistatta mahdollista erotella vanhenemisprosessissa ne muutokset, jotka todella ovat ikääntymisen tulosta niistä muutoksista, jotka selittää kulttuuriympäristö, henkilökohtainen elämäntyyli tai muut ihmisen ulkopuoliset tekijät. Kirjan tästä osasta jää kaipaamaan yhteiskuntakriittistä tarkastelua siitä, mitä erilaiset elämäntapokemukset ja -kohtalot vaikuttavat vanhuuteen psyykkisenä kokemuksena ja yhteiskunnallisena todellisuutena. Tällaista ainesta olisi käsittääkseni ollut helposti saatavissa mm. meilläkin suoritetuista elämäntapatutkimuksista. Tällaisiin kysymyksiin kyllä viitataan, mutta konkreettisia esimerkkejä tai tutkimustuloksia ei esitetä.

Asser Stenbäck kirjoittaa vanhenemisestä tapahtumana, tehtävänä. Hän käsittelee artikkelissaan monia vanhuuteen liittyviä tärkeitä kysymyksiä, mm. persoonallisuutta, fyysistä terveyttä, mielen-terveyttä, älykkyyden hoitoa, tunne-elämän hoitoa, itsekäsitystä, sosiaalisia suhteita. Jotkut jaksoista tulevat kir-

jassa myöhemmin tarkemman käsittelyn kohteeksi, joten niiden käsittely tässä yhteydessä hyvin yleisellä tasolla ei palvele kovin hyvin kirjan kokonaisuutta. Kaikesta sanotaan vähän jotakin, mutta mistään ei kovin paljon. Saat- taan olla, että aihe on ollut liian laaja. Yksi seikka, joka ilmeisesti olisi parhaiten liittynyt tähän kokonaisuuteen ja jota olisi kyllä pitänyt käsitellä kirjassa hiukan perusteellimmin on kuolema. Stenbäck'n artikkelissa aihetta sivutaan parin sivun verran ja Eva Hirsjärven artikkelissa asiaa käsitellään suunnilleen yhtä lyhyesti ja suppeasta näkökulmasta, nimittäin kuoleman biologista mekanismia. Jos vanhuuden alkupistettä ei pystytäkään tarkasti määrittelemään, niin sen loppumisajankohta sensijaan voidaan määritellä melko tarkasti (vaikka tästäkin esiintyy kyllä erilaisia tulkintoja). Kyllä kuolema olisi toki ansainnut hieman enemmän huomiota, vaikka se meneekin eräällä tavalla vanhenemisen ulkopuolelle. Kuitenkin ainakin osa vanhuudesta on nimenomaan luopumista ja valmistautumista kuolemaan. Ei sen käsitteilyä voida nähdäkseni sivuuttaa ihmisen vanhenemisestä puhuttaessa. Mm. kysymys siitä, miten me ja vanhukset haluamme kuolla, on eräs varsin keskeinen inhimillinen kysymys. Kyllä näistäkin asioista pitäisi voida puhua etukäteen, eikä vasta siten, kun jo olemme kykenemättömiä ottamaan asiaan kantaa.

Aikuiskasvatuksellisesti mielenkiintoisin luku ja samalla antoisin on epäilemättä Maarit Kumpulaisen artikkeli "Persoonallisuus, älykkyys ja vanheneminen". Siinä käydään läpi ulkomaisten tutkimusten valossa persoonallisuuden ja älykkyyden kehitystä ja oppimisessa aikuisiässä tapahtuvia muutoksia. Hiukan kasvatuspsykologiaa lukeneelle jakso ei tuo varsinaisesti esille uutta, mutta se

on selkeästi kirjoitettu ja sisältää alan keskeisimmät tutkimustulokset. Vain joidenkin viimeaikaisten kehityopsykologisten kokoomateoksien antia jää kaipaamaan. Kokonaisvaikutelma aikuis-ten oppimisesta muodostuu kuitenkin artikkelin perusteella hieman liian "ankeaksi". Tämä johtuu siitä, että lähde- materiaalina on käytetty enimmäkseen aikuisten älyk- kyuden mittaamisesta saatuja tutkimuksia, joita kirjoittajakin tosin kritikoit. Näissä tutkimuksissa on yleensä ensijai- sesti selvitetty aikuisten "opinnollista" oppimista, ei niinkään aikuisten yleistä ke- hityskykyä. On muistettava, että kaikki aikuisten opiskelu ei tähtää uusien asiakkonai- suuksien ulkooppimiseen, vaan aikaisemman tieto- ja taitoaineksen edelleenkehittä- miseen ja jäsentämiseen läh- tien kunkin henkilön omista edellytyksistä. Tällöin hyvin- kin erilaiset "oppimissuori- tukset" voivat antaa eri hen- kilölle tyydytystä ja positiivisia oppimiskokemuksia. Nä- mä persoonallisuuden kehit- tymisen voimavarat on kui- tenkin jätetty kokonaan käsit- telemättä.

Eva Hirsjärven artikkeli antaa lukijalle perustietoa vanhenemisestä biologisena prosessina. Näiden asioiden pitäisi kiinnostaa ainakin sellaisia aikuiskasvattajia, jotka toimivat ikääntyneiden henki- löiden opintopiirien ohjaajina tai vetäjinä. Oikeastaan kai- killa aikuiskasvattajilla tulisi olla ainakin tämän verran tie- toa vanhenemisen fysiologi- sesta puolesta.

Maija-Liisa Vauhkonen on kirjoittanut kirjaan lyhyen jakson mielen-terveyden häiri- öistä vanhuudessa. Siinä an- netaan perustietoa tavallisim- mista vanhuksilla esiintyvistä mielen-terveyden häiriöistä, mutta kovin selkeää kuvaa sii- tä, miten yleisiä tällaiset häi- riöt ovat vanhuksilla suhteessa muuhun väestöön, ei syn- ny.

Kirjan lopuksi Riitta Auvinen

luo vielä lyhyen katsauksen vanhenemisen tulevaisuuden näkymiin, tosin lähinnä vain gerentologisesta näkökulmasta. Hän toteaa, että gerentologiien peruspyrkimyksenä ei ole niinkään ihmisen eliniän nostaminen, vaan paremmin elämän lisääminen käytävissä oleviin vuosiin. Tämä ajatus on tietysti kannatettava. On kuitenkin todettava, että toistaiseksi gerentologinen tutkimus on ilmeisesti työskennellyt liiaksi yksin ja liian kapeasta näkökulmasta vanhuutta tarkastellen. Olisi ilmeisesti aika lähentää yhteiskuntatieteellistä ja gerentologista tutkimusta keskenään, koska yhteiskunnalliset kokemukset näyttävät vaikuttavan fysiologisten seikkojen ja muutosten ohella huomattavasti ihmisen vanhenemisprosessiin. Esim. kirjan lopussa olevista kahdeksasta pitkän iän edellytyksestä vain pari kolme on sellaisia, joita voidaan tutkia gerentologian perinteisin keinoin. Kaikki muut tekijät liittyvät enemmän tai vähemmän niihin yhteiskunnallisiin olosuhteisiin, joissa ihmiset joutuvat elämään ja joihin vaikuttaminen on mahdollista ainoastaan yhteiskuntapoliittisin keinoin.

Kun laskee kirjan kädestään ja miettii uudelleen kirjan nimeä ”Vanhenemisen voimavarat”, niin joutuu toteamaan, että kirja kertoo suhteellisen vähän näistä voimavaroista ja se vastaa vain osittain kirjan takakannessa esitettyihin kysymyksiin. Eräät kysymykset jäävät kokonaan käsittelemättä tai niitä käsitellään vain pintapuolisesti. Kirjalta olisi toivonut toisaalta syvällisempää filosofista otetta, toisaalta konkreettisempaa asian käsittelyä. Esim. kysymystä vanhusten konkreettisista kehitysmahdollisuuksista ei puhuta lainkaan. Kirjassa tosin esitellään tutkimustietoja, jotka kertovat jotain niistä edellytyksistä, joita inhimillisellä kehityksellä vanhuudessa on, mutta siinä ei tuoda lainkaan

esiin vanhuuteen epäilemättä liittyviä monia positiivisia seikkoja. Kirjan tekijöitä on ilmeisesti vielä itseäänkin vaivannut — niinkuin meitä useimpia — vanhakantainen käsitys vanhuudesta kokoaajan vähenevien mahdollisuuksien ajanjaksona. Näin siitä huolimatta, että tekijät selvästi pyrkivät tästä yksipuolisesta näkemyksestään irti.

Yksi seikka, joka kirjassa hieman ihmetyttää, on suomalaisen vanhuustutkimuksen näkymättömyys. Onko todella niin, ettei meillä ole tehty tällaista tutkimusta lainkaan? Vai eivätkö kirjoittajat ole jostain syystä katsoneet tehtyjä tutkimuksia (kirjoituksia) sen arvoiseksi, että niihin olisi kannattanut viitata? Vaikka vanhuustutkimus on meillä vielä ”lapsenkengissä”, vai pitäisikö sanoa ”aamutohveleissa”, niin olisi tämä ensikylvökin kannattanut tuoda kirjassa esiin.

Kaikesta edelläsanotusta huolimatta pidän kirjaa tervetulleena lisänä tästä tärkeästä aiheesta. Se on selkeästi kirjoitettu ja se sisältää paljon kaikille tarpeellista perustietoa vanhenemisesta. Se soveltuu hyvin vaikkapa yliopistolliseksi oppikirjaksi johdatteluun opiskelijoita vanhuuden problematiikkaan. Myös aikuiskasvattajille kirja voi suositella samoin kuin kaikille niille keski-ikäisille, jotka ovat kiinnostuneita omasta tulevaisuudestaan.

Jukka Tuomisto