



Iäkkäät kasvattamassa yhteisiä ja yksityisiä voimavaroja

Päivi Topo¹ & Jyrki Jyrkämä²

¹*Ikäinstituutti*

²*Jyväskylän yliopisto*

Pidentynyt elinikä ja terveiden elinvuosien lisääntyminen ovat saaneet aikaan ilmiön, jossa ollaan iän puolesta oikeutettuja eläkkeeseen mutta edelleen varsin työkykyisiä. Tässä kirjoituksessa iäkkäillä viittaamme ikävuosiin eläkeiän saavuttamisen jälkeen. Tarkastelemme sitä, miten iäkkäät käyttävät voimavaraisuuttaan muiden ihmisten tai yhteiskunnan hyväksi kasvattamalla hyvinvointia. Lopussa pohdimme, millaisilla motivaatioilla ja reunaehdoilla iäkkäiden voimavarana olemisen toteutuu ja miltä sen tulevaisuus näyttää.

Voimavarana olemista voidaan tarkastella Erik Allardtin (1976) hyvinvointiteoriaa soveltaen. Siinä hyvinvoinnin ulottuvuuksista *having* viittaa aineellisiin asioihin, kuten tuloihin ja omaisuuteen sekä yhteisiin resursseihin, kuten julkisiin palveluihin. *Loving* puolestaan viittaa sosiaalisiin suhteisiin perheessä, työssä tai muissa yhteisöissä ja *being* itsensä kehittämiseen, käytössä oleviin resursseihin vaikuttaa yhteiskunnallisesti sekä vapaa-ajan toimintaan. Voimavarana olemisessa toimitaan jonkun muun henkilön tai tahon resurssien vahvistamiseksi ja hyvinvoinnin kasvattamiseksi. Samalla omat voimavarat voivat uusiutua ja monipuolistua.

Voimavaraisuudella viittaamme käytössä oleviin materiaalsiin ja aineettomiin resursseihin sekä toimijuuteen eli siihen, millaisia kykyjä, taitoja ja osaamisia sekä pyrkimyksiä, mahdollisuuksia ja pakkoja niiden käyttämiseen eri tilanteissa olevilla ihmisillä ja ihmisryhmillä on (Jyrkämä 2008). Läheisille, tuntemattomille tai yhteiskunnalle laajemmin voimavarana olemisellä tarkoitamme aineellisena ja aineettomana tukena olemista. Aineellinen on taloudellisia panoksia, materiaalista apua ja fyysiseen asuinympäristön ylläpitoon tai kohentamiseen liittyviä panoksia sekä fyysistä auttamista. Aineetonta tukemista on moni vapaaehtois- ja vertais-toiminnan muoto, kuten digi-opastus sekä elämäkokemuksen ja kulttuuriperinnön välittäminen muille ja henkinen tuki läheisille. Usein aineellinen ja aineeton toiminta limittyvät toisiinsa.

Iäkkäiden voimavaraisuus kohdentuu elämän yksityiselle alueelle, kuten perhe- tai ystäväpiiriin, sekä julkiselle alueelle, kuten liikunta-, lastensuojelu- tai eläkejärjestöjen toimintaan tai ansiotyöhön. Toisinaan ollaan julkisen ja yksityisen rajamailla kuten vapaaehtoistoiminnassa lastensuojelussa tai saattohoitokodeissa.

Iäkkäät materiaalsen hyvinvoinnin tuottajina ja turvaajina

Jos kansaneläkkeen ikäraja ryhdyttäisiin nyt pohtimaan samoilla kriteereillä kuin se tehtiin vuonna 1939, se asettuisi huomattavasti korkeampaan ikään. Tilastokeskuksen mukaan elokuussa 2020 iältään 65–74-vuotiaista 91 000 kävi työssä. Sitä vanhempien työssäkäynnistä ei ole tilastotietoa, mutta tiedämme, että esimerkiksi moni taiteilija tai tutkija jatkaa työtään elämänsä loppuun asti.

Toisaalta ikä ei edelleenkään vaikuta olevan meriitti työelämässä, sillä puolet 60–64-vuotiaista työttömistä (12,5 prosenttia kaikista työttömistä vuonna 2019) oli pitkäaikaistyöttömiä, ja tilanne oli lähes sama kaikilla koulutusasteilla. Työelämää vaivaa ikäsyrjintä, mikä laskee yhteiskunnan tuottavuutta.

Työelämän aikana hankitut taidot ovat usein käytössä silloin, kun esimerkiksi autetaan perheenjäseniä, ja sukupuolittuneet työmarkkinat heijastuvat myös omien aikuisten lasten ja heidän lastensa tukemiseen. Michille tukeminen on useammin remonttipuuta tai muuta teknisiin taitoihin nojaavaa ja naisille puolestaan lastenhoitoapua. Vuonna 2012 oli käytännöllistä apua aikuisille lapsille antanut yli puolet ja taloudellista apua hiukan alle puolet 62–67-vuotiaista. Saman kyselyn mukaan omille vanhemmilleen oli 62–67-vuotiaista peräti 70 prosenttia antanut käytännöllistä apua, mutta taloudellista apua hyvin harva. (Danielsbacka, Hämäläinen & Tanskanen 2020.)

Iäkkäiden ostovoima on kasvanut, ja tulee kasvamaan lähivuosina; Tilastokeskuksen mukaan 70–84-vuotiaiden kulut ovat selvästi vähäisemmät kuin nuoremmilla aikuisilla suhteutettuna tuloihin. Kun vähitellen yksi neljäsosa väestöstä on yli 65-vuotiaita, tulee heidän merkityksensä kuluttajina kasvamaan entisestään.

Valtion, kuntien ja seurakuntien keräämissä veroissa on mukana iäkkäiden maksamat tulo-, omaisuus- ja kulutusverot. Veroa kertyy myös

heiltä peritystä omaisuudesta. Vuonna 2019 perintö- ja lahjaveroa maksettiin kaikkiaan 748 miljoonaa euroa. Perinnöt ja rahalahjat nuoremmille sukupolville muodostavat huomattavan tulo- ja omaisuusvirran. Lisäksi tiedot vuodelta 2012 kertovat, että 62–67-vuotiaista yli puolet oli lahjoittanut rahaa vapaaehtoisjärjestöjen keräyksiin.

Iäkkäät läheistensä auttajina ja hoitajina – yksityisen elämäneläkkeen tukeminen kasvattaa myös julkisia voimavaroja

Kansantalouden tilinpidossa jaetaan väestö kahtia 'tuottaviin' 18–64-vuotiaisiin ja 'muihin', kun tarkastellaan niin sanottua huoltosuhdetta. Tämä tarkastelutapa jättää näkyvistä iäkkäiden ihmisten panoksen yhteiskuntaan eikä sille ole vakiintuneita arviointimalleja. Omaishoito ja ylipäätään läheisistä huolehtiminen on tästä hyvä esimerkki. Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan yli puolet (58 %) omaishoidon sopimuksen tehneistä omaishoitajista oli yli 65-vuotiaita vuonna 2017. Heitä oli tuoloin vajaa 27 000, ja heidän määränsä kasvaa vuosittain. Omaishoitajana toimimisessa ei ole yläikärajaa: on liki 90-vuotiaita, jotka ovat päivitteisessä hoitovastuussa läheisestään, ja jotka ovat tehneet siitä sopimuksen kunnan kanssa.

Eri-ikäisten antaman omaishoidon ja epävirallisen avun kokonaisarvoksi on Kelassa arvioitu 2 miljardia euroa vuosittain. Tästä avusta ainakin puolet on yli 65-vuotiaiden antamaa. Omaishoidon rahallinen korvaus ja tukipalvelut eivät vastaa heidän tekemänsä työn yhteiskunnallista arvoa, eikä sen arviointiin ole vakiintuneita menetelmiä.

Iäkkäiden omaishoitajuuteen päädytään tavallisimmin puolisoitten kesken. Omaishoitajuus on usein kokopäiväistä, ympäri vuorokauden tehtävää työtä. Tältä osin kunnissa arvioidaan eri-ikäisten vanhojen ihmisten olevan erittäin työkykyisiä omaishoitajuuden tehtäviin. Läheisensä hoidosta huolehtivat myös monet iäkkäät, joilta on heidän oman heikon tervey-

dentilansa vuoksi evätty omaishoidon tuki tai he eivät ole sitä hakeneetkaan.

Isovanhempien panoksen lastenlastensa hoitamisen rahalliseksi arvoksi on esitetty 540 miljoonaa euroa vuosittain, mutta arviointi on vaikeaa. Väestöliiton mukaan noin 70 prosenttia isovanhemmista hoitaa lapsenlapsiaan. Lastenlasten elämässä mukana oleminen näyttääsi tukevan myös isovanhempien hyvinvointia.

Isovanhemmaksi tullaan keskimäärin 56-vuotiaana, ja moni kokee myös isoisovanhemmuden. Yleisemmäksi tulevat myös viiden sukupolven perhekunnat. Olisikin tärkeää tutkia sitä, miten eliniän piteneminen vaikuttaa eri sukupolvien auttamis- ja hoitovastuisiin.

Iäkkäiden vertaistoiminta täydentää julkisia tukipalveluita

Iäkkäiden panokset perheen ulkopuolisessa vertais- ja vapaaehtoistoiminnassa ovat mitattavia. Kansalaisareenan mukaan 40 prosenttia 65–79-vuotiaista oli tehnyt vapaaehtoistyötä, ja se oli kaikkein aktiivisimmin vapaaehtoistoiminnassa mukana oleva ikäryhmä. Vuonna 2012 62–67-vuotiaista viidesosa oli tehnyt vapaaehtoistyötä.

Vertaistoimintaa organisoivat sivistys-, liikunta-, sosiaali- ja terveysalan järjestöt, ja siihen ohjataan myös sosiaali- ja terveyspalveluita. Valtaosa suurimpien kansanterveys- ja potilasjärjestöjen jäsenistä on yli 70-vuotiaita. Ilman heidän panostaan eivät järjestöt toimisi ja monen pitkäaikaissairaana ja omaishoitajan tilanne heikkenisi.

Iäkkäiden vertaisten vetämät harrastusryhmät toimivat usein kansalais- ja työväenopistoissa, ja koulutettu vertaisohjaaja saa pienen palkkion tehtävästään. Joissakin opistoissa pidetään kiinni 67 vuoden yläikärajasta, jonka jälkeen ei enää voi toimia opiston ryhmän tunti-ohjaajana riippumatta ohjaajan kyvystä suorittaa tehtävästään. Esimerkiksi senioritanssinojaa paljolti yli 67-vuotiaiden ohjaajien työpanoksiin ja ikäraja vaikeuttaa toimintaa.

Ikäinstituutin iäkkäiden liikuntaryhmien ohjaajille tehdyn kyselyn mukaan vertaisohjaajat olivat keskimäärin 70-vuotiaita ja vanhimmat 83-vuotiaita. Ikäinstituutin kouluttajaverkoston kautta koulutautuu vuosittain 700–950 vertaisohjaajaa vetämään liikunta- ja ulkoiluryhmiä erityisesti niille iäkkäille, joiden toimintakyky on vaarassa heikentyä.

Vanhojen ihmisten digitaalista syrjäytymistä ehkäisevät järjestöt, jotka toimivat iäkkäiden vertaisneuvojien varassa. Vanhustyön keskusliiton sivuille yli 300 yhdistystä on ilmoittanut antavansa digiopastusta iäkkäille, opastuspaikoja on 470.

Uusien vertaistoiminnan muotojen syntyminen kuvastaa monipuolista voimavaroisuutta. Esimerkiksi vuokrataloyhtiöissä iäkkäät asukkaat ovat koulutautuneet vapaaehtoisiksi vetämään iäkkäiden asukkaiden keskinäistä *Kotikulmilla*-toimintaa. Eläkevalmentajiksi puolestaan ovat koulutautuneet henkilöt, joilla on eläkkeellä olosta kokemusta, jota he haluavat antaa juuri eläkkeelle jääneiden hyvinvoinnin tueksi. Vertais- tai kansatutkijuus on uusi vertaistoiminnan muoto, joka kuvastaa iäkkäiden koulutustason nousua. Vertaistutkijuudessa voidaan ylittää tutkijan ja tutkittavan ikäero, ja tällä lähestymistavalla on arvoa erityisesti silloin, kun tavoitellaan yhteiskunnalliseen päätöksentekoon tai toiminnan kehittämiseen sovellettavaa tietoa (Hoppania, Vilkkio, Topo 2019; Koskiahio & Saarinen 2019).

Vapaaehtoistoimintaa kaiken ikäisten hyväksi

Monissa suurissa valtakunnallisissa järjestöissä iäkkäiden vapaaehtoisten panos on merkittävä kaikenikäisten tukemisessa. Kouluvaarit ja -mummit sekä pienperheiden tukena toimivat varavaarit ja -mummit ovat tästä esimerkkejä. Sosiaali- ja terveysalan järjestöissä, kuten mielenterveys- ja päihdejärjestöissä, vapaaehtoiset toimivat usein ammattilaisten rinnalla eri rooleissa. Vanhuspalveluissa iäkkäät vapaaeh-

toiset auttavat ulkoilussa ja virkistystoiminnassa. Sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköissä on iäkkäitä saattajina ja opastajina.

Mielenterveys- ja päihdejärjestöjen kyselyssä tutkittiin 187 mielenterveys- ja/tai päihdealan järjestöä, niissä viidennes vapaaehtoisista oli yli 65-vuotiaita vuonna 2016. Monille vapaaehtoistoiminta edusti elämäntapaa, kansalaisvelvollisuutta tai kutsumusta, kuten yksi vastaaja kuvasi.

Täytän näin eläkeläisenä kansalaisvelvollisuuttani, saan mielekästä tekemistä ja merkitystä elämään. Opin uutta ja kohtaan monia hyviä ihmisiä. Voin vaikuttaa ja osallistua yhteiskunnallisesti. (N, eläkkeellä) (Rissanen & Jurvansuu 2018).

Järjestötoiminnasta on olemassa arvio, jonka mukaan yhden euron investointi järjestöihin tuottaa kuuden euron arvosta toimintaa ja hyvinvointia. Tämä kertoo vapaaehtoistoiminnan tuloksellisuudesta. Vapaaehtoinen antaa aikansa ja osaamisensa järjestöjen käyttöön ja maksaa siitä koituvia kuluja.

Elämäkokemuksen ja kulttuuriperinnön välittäminen on yksityinen ja julkinen voimavara

Elämäkokemuksen välittäminen näkyy esimerkiksi tilanteissa, joissa tarvitaan emotionaalista tukea perheen sisällä, muiden läheisten kesken tai vapaaehtoistoiminnassa. Tästä on hyvin vähän tutkimusta, ja sen yhteiskunnallista ja taloudellista merkitystä on vaikeaa tai jopa mahdotonta arvioida.

Kulttuuriperinnön välittäminen nuoremmille on iäkkäiden ainutlaatuinen voimavara samoin kuin kansallis- ja paikallishistorian tuntemus, jota hyödynnetään elämäkerroissa ja historiikeissa. Näiden rinnalla on eri tieteen- ja kulttuurialojen julkaisuja, joissa iäkkäät taiteilijat ja tieteilijät puntaroivat alansa kehitystä ja omaa rooliaan.

Oma lukunsa on iäkkäiden poliittisten luottamushenkilöiden panos. Presidentti on 72-vuotias, kansanedustajista 16 prosenttia on 61–74-vuotiaita ja viime kunnallisvaaleissa läpi menneistä ehdokkaista vajaa 14 prosenttia oli yli 65-vuotiaita. Lisäksi yli 65-vuotiaat hoitavat suurta kirjoa muita luottamustehtäviä. Tavallisesti valtakunnallisiin selvitystehtäviin kutsutaan yli 65-vuotiaita, arvostetun työuran tehneitä henkilöitä.

Iäkkäiden panos on suuri kaikilla hyvinvoinnin ulottuvuuksilla

Edellä on esitelty esimerkinomaisesti iäkkäiden panoksia, jotka tuottavat hyvinvointia kanssaihmisille tai kasvattavat yhteiskunnallista hyvää. Voimavaraisuus ei ole jakautunut tasaisesti iäkkäiden kesken vaan osalla on toisia enemmän mistä jakaa. Voimavaraisuus sinänsä ei kerro suuremmasta halusta sen jakamiseen, vaan hyödyksi olemisen motivaatio on monimuotoinen. Auttamisen halua on selitetty sosiaalisilla ja kulttuurisilla tekijöillä sekä evoluutiolla (Pynnönen 2017; Danielsbacka ym. 2020).

Allardtin hyvinvointiteorian näkökulmasta voi todeta iäkkäiden toiminnan vahvistavan aineellista hyvinvointia läheisille ja tuntemattomille sekä laajemmin koko yhteiskuntaan. Samoin vahvistuvat sosiaaliset suhteet ja yhteisöllisyys. Iäkkäät myös uudistavat tällaista toimintaa. Lisäksi se avaa heille mahdollisuuksia käyttää ja kehittää kykyjään, kokea yhteenkuuluvuutta ja vahvistaa identiteettiään.

Toiminta muiden hyvinvoinnin lisäämiseksi vaatii kyvykkyyksiä ja osaamisia sekä halua toimia muiden hyväksi. Välillä muiden hyväksi on toimittava, vaikka siihen ei olisi itsellä halua tai riittäviä voimavaroja. Näin on esimerkiksi silloin, kun läheisen suuri avun tarve syntyy yllättäen tai jatkuu pitkään. Tällaisia pakkoja syntyy myös siksi, että palveluiden saaminen ei onnistu tai ne eivät vastaa tarpeita. Toimijuus ja siihen yhteydessä olevat rakenteet kietoutu-

vat ja konkretisoituvat iäkkäiden voimavarana toimimisessa ja olemisessa.

Tämä kirjoitus perustuu tilasto- ja tutkimustietoon sekä kansalaisjärjestöjen seurantatietoihin. Aihealueesta tiedetään vähän varsinkin yli 85-vuotiaiden osalta. Tätä puutetta on korjattava, sillä eliniän piteneminen vaatii parempaa ymmärrystä kaikkein iäkkäimpien panoksesta yhteiskunnassa.

Iäkkäät kohtaavat toiminnalleen myös rajoitteita, jotka ovat usein vanhentuneita jäänneitä ajalta, jolloin elinikä oli lyhyempi ja terveiden elinvuosien määrä pienempi. Iäkkäiden työnhakijoiden vaikeudet työllistyä ja työn teon estäminen jonkin määritellyn ikävuoden jälkeen ovat tästä esimerkkejä.

Monessa politiikkaohjelmassa esitetään ajatus iäkkäistä voimavaroina. Jotta tämä voi toteutua, tarvitsevat eri tilanteissa olevat iäkkäät mahdollisuudet ylläpitää ja kehittää omia voimavarojaan. Usein tämä toteutuu, kun toimitaan muiden hyväksi esimerkiksi järjestöissä. Terveys tai toimintakyky lähes aina heikkenee, kun ihminen elää vanhaksi, mutta se ei itsessään ole este voimavaraisuudelle ja sen kehittämiselle.

Suosituksat päättäjille

- Tarvitaan lisää mahdollisuuksia työnteon eläkeiän jälkeen.
- On kehitettävä malleja arvioimaan iäkkäiden tuottamien panosten taloudellisia ja yhteiskunnallisia vaikutuksia.
- Tarvitaan tutkimusta ylisukupolvisista suhteista ja niiden merkityksestä hyvinvoinnille.
- Iäkkäiden panokset järjestöissä ovat erittäin suuret ja järjestöjen toimintaedellytykset kannattaa turvata jatkossakin.

- Digitaitoja sekä terveyttä ja hyvinvointia edistävien järjestöjen riittävällä resurssoinnilla vahvistetaan iäkkäiden voimavaraisuutta.

Yhteydenotto:

Päivi Topo, dosentti, johtaja
Ikäinstituutti
paivi.topo@ikainstituutti.fi



Kirjallisuus

- Allardt, E. (1976). *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia*. Juva: WSOY.
- Danielsbacka, M., Hämäläinen, H. & Tanskanen, A. O. (toim.) (2020). *Suomalainen auttaminen. Tukiverkostot suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Hoppania, H-K., Vilkkö, A. & Topo, P. (2019). Elämänote-tutkimus on käynnistynyt: mukana iäkkäitä kansatutkijoita. *Gerontologia*, 33 (2), 86–91.
- Jyrkämä, J. (2008). Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. *Gerontologia*, 22 (4), 190–203.
- Koskiahö, B. & Saarinen, E. (toim.) (2019). *Ihan pihalla? Vanhat ihmiset digitaalisen maailman myllyryksessä: neuvonnan, ohjauksen ja asioiden ajamisen järjestäminen*. Helsinki: SOSTE.
- Pynnönen, K. (2017). *Social engagement, mood, and mortality in old age*. Studies in Sport, Physical Education and Health 259. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Rissanen, P. & Jurvansuu, S. (2018). ”Haaveistani tehdä hyvää en ole luopunut”. *Vapaaehtoistoimintaan liittyvät merkitykset mielenterveys- ja päihdejärjestöissä*. Tietopuu: Tutkimussarja 2/2018. Helsinki: A-klinikkasäätiö.

Lukuvinkkejä

- Ikäinstituutti. Saatavilla osoitteessa: www.ikainstituutti.fi.
- Seniorsurf. Saatavilla osoitteessa: www.seniorsurf.fi.