

Kuolemaan valmistautuminen toimijuutena vanhuudessa

Jari Pirhonen, Marja Jylhä & Ilkka Pietilä



Abstrakti

Vanhuus ei rakennu ainoastaan eletyn elämän pohjalle, vaan yhtä lailla lähestyvä kuolema määrittää vanhuutta omanlaisenaan elämänvaiheena. Kuolemaan suhtautumista vanhuudessa on tutkittu paljon ja kuolemaan asennoitumisessa on havaittu olevan tiettyjä perusmalleja, kuten kuoleman kieltäminen tai sen hyväksyminen. Tässä artikkelissa eläkeikäisten ihmisten kuolemaan valmistautumista tutkitaan toimijuuden viitekehyksestä käsin. Analysoimme tutkimusaineistona olleet vanhuuseläkkeellä olevien ihmisten haastattelut (n=36) laadullisen sisällönanalyysin menetelmin. Havaitimme aineistossa sekä käytännöllistä että psyykkistä kuolematoimijuutta: kuolemaan valmistauduttiin niin konkreettisin toimin kuin ottamalla omaa kuolemaa haltuun. Kuoleman haltuun ottaminen tapahtui ajattelemalla sitä sekä tunnettyöskentelyn avulla. Lisäksi tavoitimme eutanasiakeskustelun ympärille rakentuvaa poliittista kuolematoimijuutta. Empiirisen tutkimuksemme perusteella esitämme, että kuolema ei ole vain jotakin väistämätöntä, vaan kuoleman läheisyys tarjoaa myös mahdollisuuksia vahvistaa omaa toimijuuttaan monella tasolla.

ASIASANAT: kuolema, kuolemaan valmistautuminen, toimijuus, vanhuus

Johdanto

Psykoanalytikko Pirkko Siltala (2013, 139) on todennut, että ”ihmisen elämä on kulkemista kuoleman suunnassa”. Kuolema ei ole ainoastaan fysiologinen ja biologinen tapahtuma. Se voidaan nähdä myös sosiaalisena prosessina (Brannelly 2011; Králová 2015; Pirhonen ym. 2021), joka muuttuu ajassa ja paikassa (Pajari, Miettinen & Kanerva 2019; Reagan 2017). Psykologisesti kuolemaa voidaan lähestyä vaikkapa elämän rajojen käsittämisen ja niiden määrittämisen kautta (Hakola, Kivistö & Mäkinen 2014). Vaikka ihminen

tiedostaakin kuolevaisuutensa jo lapsuudessa, voidaan hyvin ajatella, että vanhetessa kuoleman asteittainen lähestyminen tekee sen konkreettisemmaksi. Eläkkeelle jäämisen aikoihin voi jo olla varma, että vuosia on enemmän takana kuin edessäpäin.

Ikäryhmittäin tarkasteltuna vanhemmat ihmiset näyttävät pelkäävän kuolemaa nuorempia vanhemmän (Chopik 2016; De Raedt & Van Der Speeten 2008; Russac ym. 2007; Wong, Reker & Gesser 1994). Syiksi tähän on esitetty ainakin vanhem-

pien korkeampaa sairastavuutta ja yksinäisyyttä, kokemusta taakkana olemisesta, yhteiskunnallisen aseman heikentymistä, roolien vähenemistä vanhuudessa ja näköalattomuutta (Fleming ym. 2016; Wong, Reker & Gesser 1994). Kuolema saattaisi siten alkaa joissain tilanteissa näyttää elämää houkuttelevammalta vaihtoehdolta vanhuudessa, sillä kuolemaan suhtautumiseen vaikuttaa erityisesti ihmisen oma arvio elämän mielekkyydestä (Wong, Reker & Gesser 1994). Lisäksi voidaan ajatella, että normatiivisen elämäntilanteen kannalta kuolema ikään kuin kuuluu vanhuuteen. Tämä näkyy muun muassa siinä, että nuoren ihmisen kuolema koetaan usein väärytenä.

Toisaalta Erik H. Eriksonin tunnetun teorian mukaan ihmisen vanhuuteen liittyvä kehitystehtävä on eletyn elämän hyväksyminen ja kuolemaan valmistautuminen. Kehitystehtävän onnistuminen johtaa viisauteen, epäonnistuminen taas kuolemanpelkoon ja ahdistukseen menneisyydestä. (Erikson 1994; Erikson, Erikson & Kivnick 1989; Yount 2008.) Myös gerotranssendenssiteorian mukaan vanhuuteen kuuluu usein tietty metatason muutos maailmaan ja elämään suhtautumisessa. Kehityssuunta käy silloin maailmallisesta transsendenttiin, materiaalisesta henkiseen ja käytännöllisestä pohdiskelevaan. Aikuisuuden omavoimaisuus saattaa vaihtua kokemukseen ihmisen ja itsen ylittävistä ilmiöistä. (Tornstam 1989; 2011.) Kuolemakaan ei tällaisen kehityksen tuloksena pelota yhtä paljon kuin nuorempana.

Tultiinpa kuoleman äärelle vanhuudessa sitten negatiivisten (Fleming ym. 2016; Wong, Reker & Gesser 1994) tai positiivisten (Erikson, Erikson & Kivnick 1989; Tornstam 1989; 2011; Yount 2008) kokemusten kautta, voidaan hyvällä syyllä olettaa, että lähestyvä kuolema virittää vanhoissa ihmisissä monenlaista valmistautumista. Vanhojen ihmisten kuolemaan asennoitumista on tutkittu paljonkin. Asennoitumisessa on eroteltu erilaisia

tyyppisiä, kuten pelkoa, välttelyä ja hyväksyntää (Ardelt 2008; Brudek & Sekowski 2019; Wong, Reker & Gesser 1994). Kuolemaan liittyviä negatiivisia tuntemuksia on eritelty siitä lähtien, kun Herman Feifel esitteli kuolemanahdistuksen (*death anxiety*) käsitteen 1950-luvulla (Barnett, Anderson & Marsden 2018; Feifel 1955; Tomer 1994). Kuolemaan asennoitumisen tutkimuksesta valtaosa on tehty erilaisilla mittareilla, kuten *Death Attitude Profile-Revised DAP-R* (esim. Wong, Reker & Gesser 1994) tai *Scale of Death Anxiety SDA* (esim. Cai ym. 2017). Suhdetta kuolemaan tutkitaan asennoitumisena, mutta hämmästyttävää kyllä, vanhojen ihmisten kuolemaan valmistautuminen toimintana on jäänyt tutkimuksen ulkopuolelle.

Kuolemaan asennoitumisesta kuolemaan liittyvään toimijuuteen

Toimijuus on alun perin sosiologiassa kehitetty käsite (Elder & Johnson 2003; Giddens 1984; Ritzer 2000), jota nykyisin käytetään ja tutkitaan monilla tieteenaloilla, sosiaaligerontologia mukaan lukien (Gilleard & Higgs 2010; Jyrkämä 2008). Toimijuuskäsitteen muotoutumiseen on vaikuttanut erityisesti Anthony Giddens (1984), joka kuvasi toimijuuden toimijan ja rakenteiden – erityisesti sosiaalisen ja yhteiskunnallisen toimintaympäristön – välisenä vuorovaikutuksena. Samalla kun rakenteet luovat toimijalle mahdollistavat ja rajoittavat puitteet ja vaikuttavat hänen toimijuuteensa, toimija myös muokkaa toiminnallaan ympäröiviä rakenteita. Elämäntilanteesta toimijuutta voidaan ajatella Elderin ja Johnsonin (2003) tavoin siten, että ihmiset rakentavat elämäntilanteensa omilla valinnoillaan ja teoillaan, joita määrittävät kulloisenkin ympäristön ja elämäntilanteen määrittelemät mahdollisuudet ja rajoitteet. Yksilön ja rakenteiden välistä suhdetta painottaneen toimijuuskäsityksen mukaan toimijuus on sitä, että ihminen tekee resurssiensa mukaisesti itselleen merkityksellisiä valintoja oman tilanteensa asettamissa puitteissa ja muuttaa samalla tilannettaan.

”Giddensiläinen” näkemys toimijuudesta yksilön ja rakenteiden välisenä suoraviivaisena vuorovaikutuksena on sittemmin kyseenalaistettu. Kriittikin mukaan intentionaalisen yksilötoimijuuden käsite ei riitä hahmottamaan toiminnan moninaisia muotoja ja tilanteisiin liittyviä sidonnaisuuksia (Bourdieu 1990; Emirbayer & Mische 1998; Honkasalo, Ketokivi & Leppo 2014). Toimijuuden kenttä on laajentunut ja sinne on muodostunut useita alakäsitteitä avaamaan ilmiön luonnetta eri näkökulmista. Erityisen mielenkiintoisia kuolemaan valmistautumista ajatellen ovat ne tulkinat, jotka kyseenalaistavat aktiivisen toiminnan toimijuuden edellytyksenä (Honkasalo 2009; 2015; Katz 2000; Naraian 2013; Pirhonen & Pietilä 2018). Suomessa aktiivisen toiminnan keskeistä roolia toimijuuden muodostumisessa on haastanut erityisesti Marja-Liisa Honkasalo. Tutkimuksissaan hän on osoittanut, kuinka esimerkiksi kärsimistä, sietämistä, odottamista ja jäämistä voidaan myös pitää toimijuutena. Hän onkin puhunut pienestä ja hämärästä toimijuudesta. (Honkasalo 2009; 2015; Honkasalo, Ketokivi & Leppo 2014.) Ihmisen sisäisten tilojen muutoksiin johtavat kognitiiviset, emotionaaliset ja keholliset prosessit voidaan Honkasalon muotoilemassa merkityksessä myös käsittää toimijuudeksi. Toimijuus voi siten määritelmällisesti olla sekä alkuperäisen sosiologisen näkemyksen mukaista yksilön ja ympäristön välistä vuorovaikutusta että mielen sisäistä liikettä. Honkasaloa (2009; 2015) tulkiten toimijuus ei edellytä ulospäin näkyvää ”toimintaosiota”, kuten myös heikkokuntoisten vanhojen ihmisten toimijuutta hoivakodeissa tutkineet ovat painottaneet (Diamond 1992; Katz 2000; Pirhonen & Pietilä 2018).

Emotionaalinen toimijuus on samalla tavoin näkymätöntä toimijuutta kuin Honkasalon (2009; 2015) kuvaama pieni tai hämärä toimijuus. Naraian (2013) pitää emotionaalista toimijuutta tietynlaisena rajanvetomekanismina – tunteidemme ohjaamina teemme ja poistamme rajoja

itseämme ja muun maailman väliltä, esimerkiksi samastumme asioihin ja ihmisiin tai torjumme niitä. Emootioiden synty ei ehkä ole vielä toimijuutta, mutta niiden muutokset ovat. Naraianin (mt.) näkemystä kuolemaan soveltaen voi ajatella, että esimerkiksi kuolemanpelon muuttuminen hyväksynnäksi ihmisen tunneprosessien kautta ilmentää emotionaalista toimijuutta. Samoin voi olettaa, että ihmiset vetävät tunteidensa ohjaamina rajaa itsensä ja kuoleman välille tai poistavat sitä toteuttaen emotionaalista toimijuuttaan. Tietoisuus omasta kuolemasta ja kuolemanpelko on nähty nimenomaan ihmislaajalle tyypillisenä ominaisuutena (Helenius 2019), ja uskontojen onkin katsottu syntyneen ihmisten tarpeesta järjestäytyä puolustautumaan yhdessä kuolemaa vastaan (Koski & Moilanen 2019). Siksi kuolemaan liittyvässä toimijuudessa on vahva kulttuurinen ja sosiaalinen ulottuvuus, ja uskonto on ollut kuolevaisuuden emotionaalisen työstämisen luonnollinen alue. Vaikka kuoleman kohtaaminen ja esimerkiksi sururituaalit ovatkin viime vuosikymmeninä yksityistyneet ja maallistuneet, etenkin vanhoissa ikäpolvissa on edelleen yleistä liittää uskonto vahvasti osaksi kuolevaisuuden käsittelyä (Spännäri 2018).

Uskonnollisesta toimijuudesta voidaan tulkintamme mukaan puhua silloin, kun ihminen kuolemaa lähestyessään tulkitsee oman uskontonsa kuolemakäsitystä ja oppia kuoleman jälkeisestä. Uskonnollinen toimijuus määritellään yleensä ihmisen ja uskonnon dogmien välisenä vuorovaikutuksena sosiologisessa mielessä, ja esimerkiksi naisten mahdollisuus muokata toiminnallaan oman uskontonsa opinkappaleita on vilkkaasti tutkittu uskonnollisen toimijuuden alue (Utriainen & Salmesvuori 2014; Vuola 2012). Hengellinen toimijuus voisi kuitenkin käsitteenä selittää paremmin ihmisen kuolemaansa liittämän uskonnollisen aineksen työstämistä. Toimijuus ei silloin ole uskonnon määrittelyä, vaan pikemminkin uskomista. Kristinuskon ja kuole-

man kontekstissa hengellisen toimijuuden voisi määritellä luodun, langenneen ja lunastetun ihmisen hengellisenä työskentelynä Jumalaansa kohti. Koska kaikilla ihmisillä ei ole uskontoa tai suhdetta jumaliin, puhumme tässä tutkimuksessa henkisestä toimijuudesta hengellisen rinnalla silloin, kun lähestyvään kuolemaan liittyvää tilintekoa tehdäänkin eletyn elämän ja toisten ihmisten kanssa jumalan tai muiden uskontoon kuuluvien asioiden sijaan.

Tässä artikkelissa tarkastelemme eläkeikäisten suomalaisten kuolemaan valmistautumista toimijuusteoreettisen viitekehyksen kautta. Ymmärrämme toimijuuden laajasti sekä alkuperäisessä ”giddensiläisessä” mielessä että uudempien tulkintojen valossa, eli näemme toimijuuden rakentuvan niin yksilön ja ympäristön vuorovaikutuksessa kuin mielen sisäisissä prosesseissa. Kuoleman lähestyessä ihmiset eivät ainoastaan ”asennoidu” siihen, vaan myös aktiivisesti työstävät ajatuksiaan ja tunteitaan sekä tekevät konkreettisia suunnitelmia ja tekoja, eli valmistautuvat kuolemaansa. Tutkimuskysymyksemme on, millaisin keinoin eläkeikäiset ihmiset valmistautuvat omaan kuolemaansa, ja millaisena heidän toimijuutensa suhteessa kuolemaan näyttäytyy tässä valmistautumisessa.

Vastaamme tutkimuskysymykseemme haastatteluaineiston pohjalta. Seuraavaksi kuvaamme tutkimusaineiston ja avaamme analyysimme tarkasteltavaksi. Aineisto ja menetelmät -osion lopussa tiivistämme keskeiset analyysikategoriat taulukoksi. Tulokset-osiossa esittelemme tutkimuksemme keskeiset löydökset analyysikategorioitamme hyödyntäen. Aineiston haastatteluotteet tukevat tätä analyysiä. Lopuksi pohdimme, miten tutkimuksen tulokset suhtautuvat aiempaan toimijuustutkimukseen ja mitä uutta kuolemaan valmistautumisen tutkiminen toimijuusviitekehyksessä voi kertoa vanhuudesta omaleimaisena elämänvaiheenaan.

Aineisto ja menetelmät

Toteutimme tutkimuksen osana *Vanheneminen ja sosiaalinen hyvinvointi (SoWell)* -tutkimushanketta. *SoWell*-hanke tarkastelee eläkeikäisten ihmisten hyvinvointia heidän omista näkemyksistään käsin. Tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa hyvinvointiin suurimmin vaikuttavista asioista ja samalla löytää keinoja vanhojen ihmisten hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Tutkimushanke keskittyy kotona asuvien vanhojen ihmisten hyvinvoinnin tutkimiseen ja edistämiseen. Hankkeelle on myönnetty Tampereen alueen ihmistieteiden eettisen toimikunnan puoltava lausunto ja aineistonkeruussa on noudatettu tarkasti Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) ohjeita hyvästä tieteellisestä käytännöstä.

Tutkimuksessa käytimme *SoWell*-hankkeessa vuodenvaihteessa 2018–2019 Tampereen seudulla kerättyä haastatteluaineistoa. Haastatteluihin osallistui yhteensä 36 henkilöä, joista naisia oli 21 ja miehiä 15. Tutkimusjoukon ikävaihtelu oli 63–94 vuotta ja keskimääräinen ikä 78. Haastatteluihin etsittiin eri tahojen kautta mukaan hyvin erityyppisiä ihmisiä, jotta tutkittavien elämäntilanteisiin ja toimintakykyyn saatiin tarvittavaa vaihtelua. Haastateltavia rekrytoitiin kunnan ikäihmisille suuntaamien palvelupisteiden, vanhustyötä tekevien järjestöjen, paikallisen vanhusneuvoston ja yhden yksityisen hoivayrityksen kautta. Pyysimme näitä tahoja kutakin etsimään tietyn määrän eläkeikäisiä ihmisiä hyvinvointitutkimukseen.

Valtaosa haastateltavista asui Tampereella, mutta mukaan etsittiin myös kuusi pienemmällä paikkakunnilla asuvaa ihmistä. Haastatelluista enemmistö (24) asui yksin. Heistä 13 asui palvelukeskuksessa sijaitsevassa asunnossa (10) tai palvelukeskuksen yhteydessä olevassa tavallisessa vuokra-asunnossa (3). Puolison tai muun kumppanin kanssa asui 12 haastateltavaa. Haastateltavien toimintakyky oli vaihteleva, mutta useimmilla se oli suhteellisen hyvä. Koska tarkoituksemme oli tutkia kuinka ja

millaisen toiminnan kautta ihmiset valmistautuvat kuolemaan silloin, kun se ei ole odotettavissa ilman välittömässä lähitulevaisuudessa, aihetta kannatti lähestyä juuri toimintakykyisten eläkeikäisten näkökulmasta. Palvelukeskuksen asukkaat tarvitsivat eniten apua arjessaan, kun taas toiset haastateltavista olivat fyysiseltä toimintakyvyltään erinomaisessa kunnossa. Kognitiivisesti heikentyneitä ihmisiä ei haastateltu, sillä muistisairaus oli poissulkukriteeri tutkimukseen osallistumiselle. Muistisairaiden toimijuuteen keskitytään ensimmäisen kirjoittajan Jari Pirhosen käynnissä olevassa *Sosiaalisen kuoleman kynnyksellä* -tutkimushankkeessa (Helsingin yliopisto).

Teimme haastattelut teemahaastatteluinä tutkittavien kotona. Nauhoitimme kaikki haastattelut ja niiden pituudet vaihtelivat välillä 38–151 minuuttia. Litteroimme haastattelunauhoitukset, ja tekstiaineistoa kertyi yhteensä 1554 sivua. Haastattelujen teemoja olivat erilaiset hyvinvoinnin osatekijät vanhuudessa. Lähdimme liikkeelle selvittämällä, mitä haastateltavat ymmärsivät hyvinvoinnilla, jonka jälkeen siirryimme puhumaan vanhenemisen vaikutuksesta koettuun hyvinvointiin. Muita teemoja olivat toisten ihmisten, asuinympäristön, palvelujen ja digitalisaation vaikutus hyvinvointiin sekä ikäihmisten yhteiskunnallinen asema. Yksi teemoista oli kuolema. Päätimme kuitenkin haastattelut positiivisesti puhumalla asioista, jotka tutkittavat kokivat kaikkein hienoimmiksi omassa silloisessa elämässään. Tässä tutkimusartikkelissa keskitymme haastateltavien kuolemaan liittyvään puheeseen. Kysyimme haastateltavilta, minkä ikäiseksi ihmisen on heidän mielestään hyvä elää, ovatko he ajatelleet omaa kuolemaansa ja valmistautuneet siihen jollakin tavalla, sekä onko heillä näkemystä mahdollisesta kuoleman jälkeisestä elämästä.

Analysoimme aineiston laadullisen sisällön-analyysin keinoin teemoittelemalla (Eskola & Suoranta 1998; Tuomi & Sarajärvi 2017). Analy-

siämme ohjasi havainto, että aiemassa tutkimuksessa kuolemaan valmistautumista on lähestytty enemmän kuolemaan suhtautumisen, ei niinkään konkreettisen toiminnan näkökulmasta. Tarkoituksenamme oli siten tavoittaa kuolemaan liittyvän valmistautumisen variaatiota ja avata, minkälaisesta toiminnasta ilmiössä on kyse. Pyrimme siten laajaan kuvaan kuolemaan liittyvästä toimijuudesta, vaikkakin valitun lähestymistavan heikkous voi olla se, ettei erillisten toimintojen analyysissä voida päästä kovinkaan syvälle.

Analyysin aluksi kopioimme aineistosta uuteen tiedostoon kohdat, joissa haastateltavat puhuivat kuolemaan liittyvistä asioista. Tällä tavoin haastateltavien näkemykset ja kokemukset pysyivät analyysin keskiössä. 1554 sivun tekstimassasta jäi tällöin analysoitavaksi 77 sivua kuolemaan liittyvää aineistoa. Seuraavassa vaiheessa eristimme tästä pienemmästä aineistosta kohdat, joissa haastateltavat puhuivat nimenomaan omaan kuolemaansa liittyvistä asioista. Toisin sanoen seuraavaan tiedostoon poimimme kohdat, joissa haastateltavat puhuivat omaan kuolemaansa liittyvistä ajatuksista, tekemistään järjestelyistä tai kuolemaan liittyvistä uskonnollisista ja vakuumuksellisista näkemyksistään. Tässä lopullisessa analyysiaineistossa oli 39 sivua tekstiä.

Seuraavaksi kategorisoimme aineisto-otteita sen perusteella, millaisesta omaan kuolemaan liittyvästä toimijuudesta niissä voisi olla kyse. Yhdeksi selkeäksi kategoriaksi muodostui *käytännöllinen kuolematoimijuus*, kun haastateltavat kertoivat vaikkapa tekemistään testamenteista ja hoitotahdoista tai hautapaikan varaamisesta. Myös omaan kuoleman liittyvistä järjestelyistä puhuminen läheisten kanssa katsottiin käytännölliseksi toimijuudeksi, vaikka osin siinä voi olla kyse myös omien kuolemaan liittyvien ajatusten ja tunteiden työstämisestä. Muulle kuin yllä mainitulle käytännölliselle, ulospäin näkyvälle kuolemaan valmistautumiselle muodostimme yläkategorian *psykykinen*

TAULUKKO 1. Lopulliset analyysikategoriat

KÄYTÄNNÖLLINEN KUOLEMATOIMIJUUS	PSYYKKINEN KUOLEMATOIMIJUUS	POLIITTINEN KUOLEMATOIMIJUUS
Testamentin tekeminen	Kuoleman ajattelevinen	Eutanasian kannattaminen
Hoitotahdon tekeminen	Päätös olla ajattelematta kuolemaa	
Elvytyskieltopäätöksen tekeminen	Kuolemaan liittyvien tunteiden työstäminen	
Kuolemasta puhuminen	Tilinteko elämän, toisten ihmisten tai jumalan kanssa	
Hautapaikan varaaminen		
Arkkurahan säästäminen		

kuolematoimijuus. Se pitää sisällään oman kuoleman ajattelun, siihen liittyvän tunnetyöskentelyn sekä tilinteon elämän, toisten ihmisten tai jumalan kanssa. Käytämme jatkossa näistä pääkategorioista tekstin luettavuuden parantamiseksi termejä käytännöllinen ja psyykinen kuolematoimijuus.

Käytännöllisen ja psyykkisen kuolematoimijuuden kategorioihin taipumattomaksi aineistoksi jäivät puheet eutanasiasta vaihtoehtona hitaalle kuolemiselle. Jos eutanasia olisi todellisuudessa käytettävissä oleva vaihtoehto, sen toteuttaminen voitaisiin katsoa äärimmäiseksi käytännölliseksi kuolematoimijuudeksi, mutta nykytilanteessa puheet eutanasiasta on nähtävä pikemminkin kannanottona. Kukaan eutanasian esiin ottaneista ei ollut tilanteessa, jossa se olisi ollut omassa elämässä ajankohtainen asia, joten he pikemminkin ilmaisivat poliittisen näkemyksensä. Siksi sijoitimme eutanasian taulukossa 1 (yllä) omanlaiseseen kuolemaan liittyväksi toimijuudeksi ja nimesimme sen *poliittiseksi kuolematoimijuudeksi*.

Avaamme seuraavassa, aineiston analyysiin perustuvassa luvussa niitä tapoja, joilla haastateltavat puhuvat kuolemaan liittyvistä kysymyksistä. Luemme aineistoa toimijuuden näkökulmasta. Sanaa toimijuus käyttämällä sidomme haastateltut suoraan yleisempään teoreettiseen keskusteluun tavoista, joilla ihmiset toteuttavat itseään

kulloisessakin tilanteessaan. Valaisemme tuloksia aineistosta nostetuilla haastateluotteilla. Olemme muuttaneet haastateltavien nimet heidän anonymiteettinsä turvaamiseksi. Numero haastateltavan nimen perässä viittaa hänen ikäänsä.

Kuolematoimijuus vanhuudessa

Jotkut haastateltavista eivät omien sanojensa mukaan olleet valmistautuneet omaan kuolemaansa millään tavoin. Heidän mielestään kuoleman pohittamiseen ei kannattanut käyttää aikaansa – se kuitenkin tulee sitten kun tulee. He ajattelivat Erkin, 68, tavoin, ettei kuolemaansa voi kuitenkaan itse vaikuttaa. Heikin, 73, ainoa ajatus kuolemasta oli se, että jokainen kuolee ja ”se on siinä”. Leena, 76, ilmaisi asian hyvin tamperelaisella tavalla sanoen, että ”kun ei siitä tiedä mitään missä se tulee ja näin niin turha siitä on kauheesti etukäteen tehdä numero”. Toki tällainen toimimattomuuskin on edellyttänyt aluksi toimijuutta ainakin ajatuksen tasolla – jossakin vaiheessa on järkeily, että kuolema on asia, johon ei kannata omaa aikaansa ja energiaansa etukäteen käyttää. Valtaosa haastateltavista oli kuitenkin valmistautunut tulevaan kuolemaansa jollakin tavalla. Kuolemaa oli ajateltu, siitä oli puhuttu läheisten kanssa, hautajaisia oli suunniteltu ja oli tehty myös konkreettisia toimia kuoleman varalta. Seuraavaksi käymme läpi tarkemmin,

millaista kuolemaan liittyvää toimijuutta tutkimusaineistomme sisälsi. Aloitamme kuolemaan liittyvän toimijuuden käynnistymisestä vanhuudessa, jonka jälkeen tutkimme erikseen käytännöllistä, psykologista ja poliittista kuolematoimijuutta.

Kuolemaan liittyvän toimijuuden käynnistyminen vanhuudessa

Iän karttuminen oli usein havahduttanut haastateltavat pohtimaan omaa kuolemaa. Pentti, 66, esitti tyypillisen esimerkin oman iän kirvoittamasta kuolemapohdinnasta kertoessaan, että ”kyllähän sen nyt tässä huomaa niinku kaiken aikaa että, että laskee niinku sitä niin päin että mä oon eläny jo näin hirveen pitkään että ei, enää ei voi olla niinkun ainakaan yhtä paljon ikä-, taikka näitä elinpäiviä”.

Oman kuoleman ajattelevien saattoi käynnistyä myös toisten ihmisten, etenkin läheisten, kuoleman kautta. Riitta, 88, oli alkanut ajatella miehensä kuoleman jälkeen, että ei täällä kukaan ole ikuinen, vaan kaikkien on lähdettävä. Anna, 76, puki asian kuvaavasti sanoiksi todetessaan, että ”viimeinen läheinen nyt oli sitten mies ja tietysti vanhoja sukulaisia ja muitakin, että niitä tässä iässä enemmän niitä taitaa olla hautajaisia kun muita juhliä”. Itse asiassa Annakin päätyy Pentin tavoin ajattelemaan omaa ikäänsä, vaikka se tapahtuikin toisten ihmisten kuolemien kautta – vanhana on enemmän hautajaisia kuin muita juhliä.

Käytännöllinen kuolematoimijuus

Kuolemaan oli käytännössä valmistauduttu monin tavoin. Alli, 80, harmitteli, kuinka vaikeaa pienestä eläkkeestä on säästää arkkurahoja, mutta yritti siitä huolimatta. Anna, 76, kertoi toisesta yleisestä valmistautumiskeinosta eli hautapaikan varaamisesta.

TUTKIJA: Mm, no jotkut ihmiset myös tykkää sillai etukäteen varautua oman kuoleman varalle.

ANNA: Nii.

TUTKIJA: Vaikka suunnitella jotakin niin onko teillä jotain semmosia, että oisit jotenki varautunu siihen?

ANNA: No mulla on paikka Kalevankankaalla siellä miehen vieressä.

TUTKIJA: Nii just.

ANNA: Tyttäret tietää miten se tapahtuu samalla tavalla niin tota.

TUTKIJA: Joo.

ANNA: Haluan tuhkauksen niin niin, niin sekin on niinkun, [naurahtaa] on vähän hullua sanoa tietysti että suunniteltu.

Paikalla Kalevankankaalla Anna tarkoittaa hautapaikkaa miehensä vieressä. Arkkurahojen ja hautapaikan varaamisen lisäksi monet olivat tehneet testamentin tai hoitotahdon tai molemmat. Kuolemaan liittyviä asioita oli – ainakin osin – käyty läpi läheisten ihmisten kanssa. Annakin oli kertonut tyttärilleen tuhkaustoiveestaan. Läheisten kanssa omasta kuolemasta keskustelemista voi pitää käytännöllisenä kuolematoimijuutena ainakin siltä osin, kun kyse on kuolemaan liittyvien järjestelyjen suunnittelusta. Osin kyse voi olla myös psykologisesta kuolematoimijuudesta eli oman kuoleman ottamisesta ajatuksellisesti ja tunnetasolla haltuun puhumalla siitä.

Kuolemaan valmistautuminen ei ole kevyt ajattelun ja puhumisen aihe. Vaikeista aiheista on toisinaan helpompi puhua huumorin avulla (esim. Old 2012). Seuraavassa otteessa Kari, 75, kuvaa omaa kuolemaan valmistautumistaan.

TUTKIJA: Sitte ois tota niin, muutama sana kuolemasta tässä. Vähän tämmönen ankeampi aihepiiri, mut oleksä siihen niinku valmistautunu mitenkään konkreettisesti, esimerkiks testamentin?

KARI: En. Ei ku ei mul oo mitään mitä testamentata.

TUTKIJA: Entäs hoitotahtoa?

KARI: No, se on että, jos mä joutun hoitoon ni mua ei sitte myrkytetä eikä, elvytetä että..

TUTKIJA: Joo, aivan.

KARI: Ku sehän on aivan turhaa, pitkittää ihmisen, ku se kumminki on edessä.

TUTKIJA: Joo. Eli tota, et ole katellu hautapaikkaa tai..

KARI: En.

TUTKIJA ..arkkurahoja jemmaanu tai..?

KARI: Mä oon sanonu nuoremmalle pojalle ja rouvalle, että minut poltetaan ja mennään Näsijärven rantaan ja heitetään vastatuuleen, tuhkat.

Kari ei ollut tehnyt tarpeettomana pitämäänsä testamenttia, mutta oli ilmaissut hoitotahdossaan toiveen luonnollisen kuoleman sallimisesta. Yleisimmin ihminen on silloin tehnyt elvyttämättä jättämisspäätöksen (DNR-päätös, *do not resuscitate*, josta käytetään myös nimeä AND eli *allow natural death*). Yleisimmin puhutaan pelkästä elvytyskiellosta, mikä tarkoittaa, että sydämen pysähdyttyä elvytystä ei aloiteta. Elvytyskiellon voi kirjauttaa potilastietojärjestelmään itse tai elvytystä vaativassa tilanteessa hoitava lääkäri voi jättää elvyttämättä kokonaisarvionsa perusteella. Maailmanlaajuisen koronaviruspandemian parhailaan vallitessa Suomessa on puhuttu julkisuudessa paljonkin vanhojen ihmisten hoitotahtojen päivityksistä, joita lääkärit ovat tehneet jopa puhelimitse kotona asuvien vanhojen ihmisten kanssa. Kari oli kuitenkin laittanut hoitotahtoonsa muutakin kuin elvytyskiellon. ”Mua ei sitte myrkytetä” tarkoittanee myös lääkehoidosta luopumista elämän viime metreillä. Elämän loppuvaiheen hoidosta etukäteen määrääminen voidaan nähdä vahvana käytännöllisenä kuolematoimijuutena. Humoristisesti elämästään haastattelussa puhunut Kari teki ironisen irtioton käskiessään läheisiään heittämään tuhkinsa vastatuuleen, jolloin nämä saisivat hänen tuhkinsa silmilleen. Ehkä ajatuksessa on myös kuoleman rajan takaa kurtuttavan toimijuuden siemen?

Vaikka monet haastateltavat olivat Karin tavoin tehneet hoitolinjauksia elämänsä loppua ajatellen ja osa toivoi myös eutanasian olevan mahdollis-

ta, kukaan ei kuitenkaan tuonut itsemurhaa esiin ratkaisuna vanhuuden vaikeuksiin. Itsemurhan voisi nähdä äärimmäisenä käytännöllisenä kuolematoimijuutena. Oikeastaan vain yksi haastateltava, Auvo 84, mainitsi itsemurhan ja hänkin vain rajatessaan sen pois vaihtoehtona. Auvon sanoin:

ei sitä silti parane narua virittää eikä mittään muutaakaan lääkettä ja kossua ottaa yhtä aikaa. Kyllähän täältä pois pääsee. Eihän siinä mittään ole. Mutta olis se jännä oottaa semmonen luonnollinen [kuolema].

Auvo on kenties jossakin vaiheessa punninnut erilaisia kuoleamisen vaihtoehtoja ja päätenyt luonnollisen kuoleman odotteluun. Sen kokeminen tuntuu hänestä etukäteen ajatellen jopa jännittävältä ajatukselta. Se, että itsemurhasta ei puhuttu vaihtoehtona, ei välttämättä tarkoita, että sitä ei olisi ajateltu. Vaikka itsemurhia tapahtuu Suomessa verrattain paljon, niistä ei kuitenkaan mielellään puhuta (Miettinen 2019). Tilastokeskuksen mukaan yli 65-vuotiaat tekivät 203 itsemurhaa Suomessa vuonna 2018 itsemurhien kokonaismäärän ollessa 810 (Tilastokeskus).

Lopuksi käytännöllisestä kuolematoimijuudesta kertoo Pentti, 66, joka oli pohtinut kenties kaikkein konkreettisinta kuolemaan valmistautumisen keinoa:

Jotenkin elää vielä niinkun tässä ajassa ja aattelee että ei ei.. kaikkee, kaikkee sitä ny on miettiny. Poika on puuseppä että, pyytäsinkö mä häntä tekee mulle vai pyytäsinkö et hän opettas mut tekeen, itselleni arkun. Mutta katotaan nyt sitte. Ei oo vielä..

Pentin ajatuksessa kiteytyy monien haastateltavien suhtautuminen omaan kuolemaan. Vanhetessa asia väkisinkin hiipii mieleen ja jollakin tavalla sen kanssa pitäisi tulla sinuiksi. Penttiä mietityttää kuolemaan valmistautuminen oman arkun tekemisen kautta. Oman arkun tekeminen

voisi olla hänelle konkreettiseen toimintaan sidottu henkinen ja kenties jopa meditatiivinen projekti. Toistaiseksi esteenä on ollut se, että arkuun tekoon tarvittaisiin pojan apua, ja ilmeisesti pojan mahdollinen reaktio isän erikoiseen pyyntöön arveluttaa etukäteen. ”Mutta katotaan nyt sitte.”

Psyykkinen kuolematoimijuus

Käytännöllisen valmistautumisen lisäksi kuolemaa käsiteltiin ajattelun, tunteiden ja henkisyys- tai hengellisyys- kautta. Lähestyvä kuolema oli jo hiipinyt ajatuksiin, mikä saattoi johtaa kuolemanpelkoon tai asian hyväksymiseen tai niiden vaihteluun. Elämän käännyttyä ehtopuolelle tilintekoa käytiin niin eletyn elämän kuin jumalankin suuntaan. Nimesimme tällaisen ulospäin näkymättömän valmistautumisen psyykkiseksi kuolematoimijuudeksi tehdäksemme eroa edellä kuvattuun käytännölliseen kuolematoimijuuteen. Psyykkinen kuolematoimijuus muodostui kuoleman ajattelusta, kuolemaan liittyvästä tunnettyöskentelystä ja tilinteosta eletyn elämän suhteen.

Kuoleman ajattelu

Useimmat haastateltavista kertoivat ajatelleensa omaa kuolemaansa. Tiina, 93, sanoi ajatelleensa kuolemaa monta kertaa ja lisäsi, että ”se tietysti vähän pelottaakin, että kun ei tiedä, mitä sitten tapahtuu”. Reijo, 66, kertoi ajattelevansa kuolemaa lähes päivittäin. Monet sanoivat pitävänsä kuolemaa luonnollisena osana vanhuutta. Osa haastateltavista kertoikin olevansa ikään kuin ”kuoleman veteraaneja”. Esimerkiksi Alli, 80, totesi saattaneensa hautaan jo niin monta vanhusta, että kuolema oli hänelle normaalia. Monilla oli myös omakohtaista kokemusta kuoleman porteilla käymisestä. Joku oli ollut puolitoista kuukautta tajuttomana sairaalassa, toinen oli pyörtnyt kotonaan ja herännyt ensiavussa, kolmas oli ollut kotonaan kolme tuntia tajuttomana. Tällaiset kokemukset eivät saaneet haastateltavia pelkäämään kuolemaa, vaan pikemminkin ajattele-

maan, että tässäkin harjoitus tekee mestarin – oli jo melkein kuoltu, eikä se ollutkaan kauheaa. Kuoleman ajattelu saattoi helpottaa myös puhtaasti ikääntymisen myötä, niin kuin Eevalla, 82.

TUTKIJA: ..oletko sitä [kuolemaa] jotenkin, jollakin tavalla miettinyt jo?

EEVA: On se sillä lailla että se on niinku, kuoleminen yleensä on helpot- niinku et kuoleminen ajattelu on mun mielestäni helpompaa nyt koska se on niinku, sen jo kokee itekin että se tulee kohta, niin.. [naurahtaa]

TUTKIJA: Joo.

EEVA: Niin. Että, että siihen niinku.. myöntyy hiljalleen, joo..

TUTKIJA: Joo.

EEVA: Et se on ihan eri kun nuorena, ajattelee kuolemista. [naurahtaa]

Jos Eevan sanoin kuolemaan myöntyy hiljalleen, se voi lakata pelottamasta. Ainoa, 79, mukaan ”sil-lon kun vanha ja sairas kuolee niin, ei se mikään surun aika oo”. Myös Auvo, 84, oli selvästi ottanut lähestyvää kuolemaa ajatuksellisesti haltuun.

AUVO: Toi kuolemajuttuhan sehän on semmonen kaksosanen. On semmonen itsesuojeluvaisto jossa ihminen pelekää kuolemaa. Jos joku tulee kirveen kanssa tai lumivyöry tulee niin koettaa juosta alta pois tai hypää auton eestä jalakakäytävällä.

TUTKIJA: Joo.

AUVO: Mutta sitte on se semmonen lähestyvän kuoleman pelko. Se on ensin semmonen että, jos-sain vaiheessa puistattaa, hyi [naurahtaa] hyi helevetti. Kaikki jää et ei, ei, ei. Mutta mä oon kesyttäny sitä ajatusta ja mää luulisin että sitten kun se nyt tulee nii, se on paremmin ystävä ku vihollinen.

TUTKIJA: Jaaha.

AUVO: Se on, tämä on veks sitte. Emminä siihen usko mitä on puhuttu että on, hiilivalakeita ja, kamalaa. Minä uskoisin että se on vähän niin ku nukkus pommiin, jonaki aamuna.

Auvo näyttää selkeästi valmistautuneen kuolemaansa ajattelemalla sitä etukäteen. Hän jakaa kuoleman mielenkiintoisella tavalla kahdenlaiseksi ilmiöksi. Ennenaikainen, väkivaltainen kuolema on luonnon ja siksi kaikki elävät oliot pyrkivät sitä luontonsa mukaisesti välttämään. Vanhan ihmisen luo pikkuhiljaa tuleva kuolema on sekin aluksi pelottava, mutta siihen on aikaa valmistautua. Näin siitä voi jopa lopulta tulla ystävää. Auvon kuolemaan suhtautumista varmasti helpotti myös hänen näkemyksensä kuoleman jälkeisestä ajasta – edessä ei ole hiilivalkeita tai muuta kamalaa, vaan ikuinen uni.

Kuolematunteet

Reijo, 66, oli ajatellut paljon omaa kuolemaansa. Ajattelu oli johtanut pelkoon ja ahdistukseen, joista hän oli puhunutkin terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Ote Reijon haastattelusta kuvaa hänen vaikeuttaan suhtautua omaan kuolemaansa.

REIJO: Ja sitte toisaalta ajattelee niinkin, että se hän on helpotuski.

TUTKIJA: Siis kuolema.

REIJO: Jos ja kun, niin.

TUTKIJA: Juu.

REIJO: Vaikka sitä ei niinku hyväksy, mutta sitte loppuviimeks.

TUTKIJA: Joo.

REIJO: Mutta sitten tullaanki siihen, että minä en ole ikinä enää täällä.

TUTKIJA: Juu.

REIJO: Mikhä mä oon pysähtynyt nyt viimeksi.

TUTKIJA: Kyllä, joo. Se voi olla niinku se pahin ajatus siinä, että ei ole enää mitään.

REIJO: Joo, se on, se on mulle niinku kaikkein raskain ajatus.

Aiemmin haastattelussa yksin asuva Reijo kertoi olevansa huolissaan siitä, saisiko vanhempana riittävästi apua pärjätäkseen. Hän pelkäsi kuoleman lisäksi siis myös varsinaista vanhuutta. Tällaisiin pelkoihin nähden kuolema voisi toisaalta

olla helpotuskin, mutta ”sitten tullaanki siihen, että minä en ole ikinä enää täällä”. Kuoleman työstäminen tunnetasolla aiheutti Reijolle yhtäältä pelkoa ja eksistentiaalista ahdistusta eli kärsimystä, toisaalta siihen liittyi myös helpotusta. Kuten edellä todettiin, Naraian (2013) näkee emotionaalisen toimijuuden eräänlaisena rajanvetomekanismina, jonka avulla samaistumme asioihin tai teemme niihin eroa. Haastatteluotteessa Reijo määrittelee tunnetasolla suhdetta omaan kuolemaansa. Toisaalta Marja-Liisa Honkasaloa (2009; 2015) tulkiten hänen kärsimisensä asian vuoksi voidaan jo itsessään nähdä toimijuutena.

Tilinteko

Oman kuoleman työstämiseen saattoi liittyä myös käsitys siitä, mitä on kuoleman jälkeen. Matti, 78, otti uskonnollisuutensa esiin kieltämällä olevansa ”himouskovainen”.

TUTKIJA: No seuraavaks on vähän semmonen synkempi aihe kun kuolema ni ootko jollakin tavalla miettiny kuolemaa?

MATTI: Paljon mutta se on mä oon sen kans kyllä aika rauhassa.

TUTKIJA: Okei.

MATTI: Vaikken oo mikään, sanotaan himouskovainen.

TUTKIJA: Joo, mutta mietittyä on tullu.

MATTI: Juu, kyllä on tullu et se on, fakta mikä lähestyy, jotain varmaa elämässä on ja se on tää kuolema.

Matilla kuoleman lähestyminen ei johtanut pelkoon, vaan hän oli ”sen kans kyllä aika rauhassa”. Vaikka hän kiisti olevansa mikään ”himouskovainen”, voidaan tämä kuitenkin tulkita uskonnollisuuden ilmaukseksi, ja toisaalla haastattelussa hän sanoikin lukevansa Raamattua. Toiset kertoivat Mattia selkeäsanaisemmin tehneensä tilit selviksi jumalansa kanssa, ja siksi suhtautuvansa kuolemaan pelkäämättä. Esimerkiksi Veikko, 68, kertoi, että hänellä asiat olivat Jumalan kanssa kunnossa ja synnit annettu anteeksi, joten sen

puolesta ”vaikka tästä lähtis suoraan Herran luokse”. Tällaista kuolemaan liittyvää tilintekoa voidaan pitää hengellisenä toimijuutena (kts. Utriainen & Salmesvuori 2014; Vuola 2012). Hengellisessä toimijuudessa ihminen määrittelee uskoaan esimerkiksi suhteessa institutionaalisten uskontojen opinkappaleisiin, Veikon tapauksessa kristinuskon pelastuskäsitykseen.

Kuolemaan liittyvään tilintekoon ei välttämättä liittynyt jumalaa tai uskontoa, jolloin kuolema-toimijuus on pikemminkin henkistä kuin hengellistä. Tilit saatettiin tehdä selväksi myös toisten ihmisten kanssa ja pohdittiin, oliko toisia tullut loukatuksi elämän aikana. Elämän saatettiin katsoa jatkuvan kuoleman jälkeen myös ilman uskovaksi julistautumista, kuten Pirkko, 63 kertoi.

PIRKKO: Että mulle välillä tulee sem-, välillä tulee semmonen ajatus että kun mä kuolen niin mä palaan kotiin, et mikä se sitten onkaan niin..

TUTKIJA: Joo. Eli sä ajattelet että on joku ihmistä isompi voima, maailmassa?

PIRKKO: Mm [miettii 5 s]. Niin niin ihmistä, tai sanotaan että meidän ihmisten yhteinen iso voima tai meidän ihmisistä koostuva yhteinen iso voima tai energia tai mikä se onkaan..

TUTKIJA: Joo.

PIRKKO: ..johon me ikään kun, palataan.

Pirkko uskoi toimijuutensa jatkuvan vielä kuoleman jälkeenkin ainakin jonkinlaisen kotiinpaluun muodossa. Jotkut uskoivat elämän olevan ikuista kiertoa, toiset näkivät luonnossa itsessään ihmisen ylittäviä elementtejä. Myös elämän jatkumisesta lasten kautta ja toisten ihmisten ajatuksissa puhuttiin.

Poliittinen kuolematoimijuus

Suhtauduttiinpa kuolemaan ilmiönä miten vain, oli hyvin yleistä, että ihmiset aluksi esittivät toiveen nopeasta tai rauhallisesta kuolemasta. Senja,

88, toivoi, että ”nukahtas sillain yhtäkkiä että, ei tarttis kitua kovin kauaa”. Elinan, 85, sanoin ”kun vaan lähtis äkkiä. Miun velimies nukku vessaan”. Laajemminkin ajateltiin juuri näin – kesken arkisten toimien kuolemista pidettiin pitkää kuolemissen prosessia parempana vaihtoehtona. Rauhallisen kuoleman toiveesta hyvä esimerkki on Annan, 76, selonteko:

jos sais lähteä samalla lailla kun mun mieheni lähti niin se, siin ei olis niinku, ei minkäänlaista semmosta, pelkoa tai, ei ollu vaan semmonen niinku kiitollisuus siitä että aika on tullu täyteen, että on niin paljon saanu kokea jo ja, nähdä että tota, ku sen tietää et se on kuitenkin väistämätöntä.

Ajatus elämän täyttymisestä on kuoleamisen ajatusta lempeämpi. Siihen voi liittyä myös kiitollisuutta pitkästä eletystä elämästä. Elämän täyttymisen kuoleman metaforana on vanhaa perua, sillä Raamatussa todetaan esimerkiksi Aabrahamin ja Jobin kuolleen *vanhana ja elämästä kylänsä saaneena* (1 Moos. 28:5; Job. 42:17).

Pitkä kuoleman prosessi, tai yllä Senjan sanoin kituminen, pelotti haastateltavia siinä määrin, että useampi haastateltava otti oma-aloitteisesti eutanasian puheeksi. Eutanasia nähtiin keinoksi välttää kärsimystä elämän loppuvaiheessa. Ote Riitan, 88, haastattelusta on kuvaava.

TUTKIJA: Oletteko jollakin tavalla miettiny kuolemaa?

RIITTA: Kyllä, kyllä, kyllä, kyllä, monta kertaa kyllä, kyllä, kyllä olen.

TUTKIJA: Entäs, oletteko miettinyt sitä sillä tavalla että olisitte jotenkin varautunut sen varalle?

RIITTA: Joo, joo, olen toivonu semmosta lähtöä että tota, nykyisin kun katsoo vanhuksia, jotka on jossain tuolla sairaalan sängyssä ja sillai, niin nyt melkein mennään eutanasiaan kuule...

TUTKIJA: Joo.

RIITTA: ..joo, minä olen sitä mieltä että miksei sitä

sallita, otetaan esimerkki et, otetaan vaikka minus-ta esimerkki että minä elän 99-vuotiaaksi taikka 100-vuotiaaksi, niin tuota, minä makaan tuolla jossain sängyn päällä taikka sairaalassa, kenelläkään ei oo mulle aikaa, hoitajilla on aina kiire ja sillä tavalla niin, silloin minä ajattelin näin että miksen minä pääse pois. Että mulla on ollu hyvä elämä ja sillä tavalla niin silloin minä toivoin pääseväni..

Riitan puheen voi tulkita siten, että hän ei pelkää ainoastaan pitkää kuoleman prosessia, vaan itse asiassa pitkää heikentyneen toimintakyvyn aikaa iän karttuessa. Riitta puhuu tilanteesta, jossa hänen oma toimijuutensa on hävinnyt – hän makaa sängyllä sairaalassa eikä kukaan enää välitä hänestä. Tiettyssä mielessä häntä voidaan sellaisessa tilanteessa pitää sosiaalisesti kuolleenä, jos hänen olemassaolollaan ei oikeastaan enää ole henkilökohtaista merkitystä toisille ihmisille (ks. Brannelly 2011; Králová 2015; Pirhonen ym. 2021). Teija, 73, kertoi nähneensä vanhojen ihmisten hoitopaikoissa niin suurta kurjuutta, että valitsisi mieluummin eutanasian kuin sellaisen elämän. Eila, 80, sanoi kannattavansa eutanasiaa, koska piti sietämättömänä ajatusta toisten avun varaan joutumisesta. Olavi, 68, oli allekirjoittanutkin kansalaisaloitteen eutanasian sallimisesta.

Johtopäätökset

Haastatteluaineistomme kerättiin osana yleisempää eläkeikäisten ihmisten hyvinvointiin liittyvää tutkimusta. Kuolemaan liittyvä keskusteluttaminen oli siten osa hyvinvoinnin tutkimisen kokonaisuutta. Aineisto koostuu erityyppisten palveluntuottajien ja organisaatioiden kautta rekrytoituista vastaajista. Monipuolisuudesta huolimatta vastaajien rekrytointitapa merkitsee sitä, että aineistosta esiin nostetut havainnot eivät ole suoraan yleistettävissä. Siitäkin huolimatta tutkimustulokset ovat kiinnostavia ja ajattelutapoja avaavia. Aineistomme perusteella voi sanoa, että ikääntyvät ihmiset valmistautuivat kuolemaansa moninaisin tavoin. Käy-

tännöllistä kuolematoimijuutta ovat testamentin, hoitotahdon ja elvytyskieltopäätöksen tekeminen, arkkurahan säästäminen, hautapaikan varaaminen ja hautajaisten suunnittelu sekä omasta tulevasta kuolemasta puhuminen. Toimijuusteoreettisesti ajatellen ihmiset näin konkreettisesti kuolemaansa valmistautuessaan tekevät omien resurssiensa mukaisesti itselleen merkityksellisiä valintoja tilanteensa asettamissa puitteissa. Tätä voidaan pitää perinteisenä, ”giddensiläisenä” toimijuuskäsityksenä (Elder & Johnson 2003; Giddens 1984; Ritzer 2000). Käytännöllisen kuolematoimijuuden yleisyys tutkimusaineistossa osoittaa selvästi, että kuolemaan valmistautuminen vanhuudessa on muutakin kuin asennoitumiskysymys (vrt. Ardelt 2008; Brudek & Sekowski 2019; Wong, Reker & Gesser 1994).

Suomessa etenkin Honkasalon (2009; 2015) esiin nostama ulospäin näkymätön pieni tai hämärä toimijuus sai sekin sijansa aineistossa, kun ihmiset ottivat kuolemaa haltuun ajattelun, tunteiden ja henkisyyden/hengellisyyden kautta. Havaitsemamme psyykkinen kuolematoimijuus oli kuitenkin sekin aktiivista, eikä siten suoraan vertaudu Honkasalon pieneen tai hämärään toimijuuteen, joka on luonteeltaan pikemminkin staattista (esimerkiksi kärsiminen, sietäminen, odottaminen, jääminen). Psyykkinen kuolematoimijuus näyttäytyi aineistossamme oman tulevan kuoleman aktiivisena työstämisenä ajatuksin, tuntein ja eletystä elämästä tiliä tehden. Esimerkiksi haastattelemamme Auvon sisäinen työskentely, jonka ansiosta lähestyvä kuolema muuttui pelottavasta jopa jännäksi asiaksi, tukee Naraiainin (2013) näkemystä emotionaaliseen toimijuudesta rajanvetomekanismina. Sisäisen työskentelynsä avulla Auvo hyväksyi lähestyvän kuolemansa. Uskonnolliseen toimijuuteen (Utriainen & Salmesvuori 2014; Vuola 2012) viittaavat aineistossa ainakin oman uskonnon tutkiminen (Raamatun luku), uskonkappaleiden tulkitseminen (kuoleman jälkeen ei hiilivalkeita) ja aktiivinen tilinteko jumalan kanssa.

Haastatteluissa ei kysytty ihmisten eutanasiakäsityksistä, koska emme halunneet antaa haastateltaville sellaista käsitystä, että tutkijoiden mukaan vanhuus ja eutanasia kuuluisivat jotenkin yhteen. Monet ottivat kuitenkin itse eutanasian esiin parempana vaihtoehtona pitkälle kärsimykselle elämän lopussa. Eutanasian valitsemisen voisi tulkita äärimmäisen vahvaksi käytännölliseksi kuolematoimijuudeksi, mutta sen mahdollisuuden puuttuessa Suomesta eutanasian kannattaminen näyttäytyy aineistossa pikemminkin poliittisena kuolematoimijuuksena. Tulkitsemme eutanasia-aloitteen allekirjoittamisen jo selkeästi poliittiseksi kuolematoimijuudeksi. Eutanasia-ajatukset eivät välttämättä edes koskeneet itseä, vaan liittyivät näkemykseen, että vanhojen ihmisten pitää päästä ajoissa pois, jotta he eivät joutuisi huonosti kohdelluiksi ja riittämättömästi hoideutuiksi. Haastateltavat siis kommentoivat eutanasiaa yleisemmällä tasolla ja ottivat kantaa vanhustenhuollon huonona pidettyyn tilanteeseen ("hoitajilla on aina kiire") ja eutanasiakeskusteluun ("miksei sitä sallita"). Vahvaa eutanasian esiin tuomista saattaakin osaltaan selittää myös se, että pääosa haastatteluista tehtiin alkuvuonna 2019 monien hoivakotien huonon tilanteen nousua näkyvästi otsikoihin.

Voidaan ajatella, että joidenkin haastateltavien positiivinen asenne eutanasiaa kohtaan johtui osittain siitä, että he eivät itse olleet tilanteessa, jossa asia olisi ajankohtainen. Vanhat ihmiset sopeutuvat huomattavaankin toimintakyvyn ja toimijuuden heikentymiseen, jolloin elämä voi tuntua elämisen arvoiselta tilanteissa, jotka vielä aiemmin olisivat voineet näyttäytyä sietämättömiltä (Freund & Baltes 1998; Pirhonen & Pietilä 2018). Eutanasiapuheet kertonevat myös suomalaisen hyvinvointivaltion heikentymisestä – ihmiset eivät enää luota saavansa vanhana tarvitsemaansa hoitoa.

Olemme viitanneet termeillä käytännöllinen, psyykkinen ja poliittinen kuolematoimijuus nii-

hin moninaisiin tapoihin, joilla haastateltavat valmistautuvat kuolemaan. Olemme käyttäneet termiä kuolematoimijuus tutkimuksen työkäsitteenä, mutta jatkossa sitä voisi kehittää myös teoreettisena käsitteenä. Termin käsitteellisen jatkokehittelyn pohjaksi toteamme kuolemaan liittyvän toimijuuden olevan tämän tutkimuksen perusteella omaan kuolemaan valmistautumista sellaisin käytännöllisin, psyykkisin ja poliittisin keinoin, jotka kullakin ovat hyödynnettävissä. Tällainen toimijuus on sekä ihmisen toimimista kuolemaan liittyvissä yhteiskunnallisissa rakenteissa (esimerkiksi poliittiset, juridiset ja kirkolliset käytännöt) että mielen sisäistä liikettä tulevaan kuolemaan valmistautumiseksi.

Vanhuus sujuu erilaisissa merkeissä riippuen siitä, miten oma tuleva kuolema on otettu haltuun. Haastattelemamme Auvo oli päättänyt ajatella, että vanhan ihmisen luo tuleva kuolema saattaa olla pikemminkin ystävä kuin vihollinen ja luonnollinen kuolema jopa jännittävä kokemus. Reijoa kuolema pelotti, ja erityisesti ahdisti ajatus kaiken raukeamisesta kuoleman tullessa. Aiemmassa tutkimuskirjallisuudessa kuolemaan valmistautumisen tarkastelu on, hämmästyttävää kyllä, pitkälti jäänyt tälle tasolle, eli kuolemaan asennoitumisen tutkimiseksi (Ardelt 2008; Barnett, Anderson & Marsden 2018; Brudek & Sekowski 2019) ja usein vielä valmiita mittareita käyttäen (Cai ym. 2017; Wong, Reker & Gesser 1994). Laadullinen tutkimuksemme on pyrkinyt avaamaan ajattelutapoja, joissa vanhuuden ja kuoleman suhdetta rakennetaan. Olemme analysoineet yleisemmästä, eläkeläisten hyvinvointia kartoittavasta haastatteluaineistosta kokonaisuutta, jossa keskustellaan omasta kuolemasta ja siihen valmistautumisesta. Sen, että kaikki haastateltavat keskustelivat kuolemaan liittyvistä ajatuksistaan melko avoimesti ja olivat usein pohtineet kuolemaansa omien tunteiden käsittelyyn johtaneella tavalla, voi ajatella kertovan yleisemmästä asian haltuunotosta. Nähdäksem-

me tämänkaltaisella psykologisellä kuolematoimijuu-
della voisi olla tärkeä rooli hyvinvointitekijänä
vanhuudessa.

Vanhojen ihmisten kuolemasuhdetta kannattaa
tutkia asennoitumisen lisäksi myös toimijuuden
viitekehityksessä, jolloin avautuu uusia näkökul-
mia kuoleman asemaan vanhuuden määrittäjänä.
Kuolema ei ole vain jotakin väistämätöntä, vaan
kuoleman läheisyys tarjoaa vanhalle ihmiselle
myös mahdollisuuksia vahvistaa toimijuuttaan
monella tasolla. Kuolema ei ole elämälle vieras
asia, vaan todellakin psykoanalyttikko Pirkko
Siltalan (2013, 139) sanoin, ”elämä on kulkemista
kuoleman suunnassa”. Vanhuus elämänvaiheena
vain kirkastaa tämän tosiasian.

Kiitokset

Haluamme kiittää kaikkia haastatteluihin osallis-
tuneita ihmisiä panoksestaan uuden tutkimus-
tiedon tuottamisessa. Kiitämme myös Päivikki
ja Sakari Sohlbergin säätiotä, Koneen Säätiotä ja
Suomen Akatemiaa (päättösnumero 341519) tutki-
muksen rahoittamisesta.

Kirjallisuus

- ARDELT, MONIKA. 2008. "Wisdom, Religiosity, Purpose in Life, and Attitudes Toward Death." *International Journal of Existential Positive Psychology* 2:1. <http://journal.existentialpsychology.org/index.php/ExPsy/article/view/113/228> (Luettu 07.02.2020.)
- BARNETT, MICHAEL D., ELLEN A. ANDERSON & ARTHUR D. MARSDEN. 2018. "Is Death Anxiety More Closely Linked with Optimism or Pessimism Among Older Adults?" *Archives of Gerontology and Geriatrics* 77, 169–173.
- BOURDIEU, PIERRE. 1990. *The Logic of Practice*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- BRANNELLY, TULA. 2011. "Sustaining Citizenship: People with Dementia and the Phenomenon of Social Death." *Nursing Ethics* 18:5, 662–671.
- BRUDEK, PAVEL & MARCIN SEKOWSKI. 2019. "Wisdom as the Mediator in the Relationships Between Religious Meaning System and Attitude Toward Death Among Older Adults." *Death Studies* 44:12, 747–758.
- CAI, WEI, YUNG-LUNG TANG, SONG WU & HONG LI. 2017. "Scale of Death Anxiety (SDA): Development and Validation." *Frontiers in Psychology* 8:848. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.00858/full> (Luettu 15.03.2020.)
- CHOPIK, WILLIAM J. 2016. "Death Across the Lifespan: Age Differences in Death-related Thoughts and Anxiety." *Death Studies* 41:2, 69–77.
- DE RAEDT, RUDI & NELE VAN DER SPEETEN. 2008. "Discrepancies Between Direct and Indirect Measures of Death Anxiety Disappear in Old Age." *Depression & Anxiety* 25:8, 11–17.
- DIAMOND, TIMOTHY. 1992. *Making Gray Gold: Narratives of Nursing Home Care*. Chicago: University of Chicago Press.
- ELDER, GLEN H. & MONICA KIRKPATRICK JOHNSON. 2003. "The Life Course and Aging: Challenges, Lessons, and New Directions." Teoksessa *Invitation to the Life Course: Towards New Understandings of Later Life*, toim. Richard Settersten Jr. Amityville, NY: Baywood Publishing Company, 49–81.
- EMIRBAYER, MUSTAFA & ANN MISCHÉ. 1998. "What is Agency?" *American Journal of Sociology* 103:4, 962–1023.
- ERIKSON, ERIK H. 1994. *Identity and the Life Cycle*. Reissued. New York: W. W. Norton & Company.
- ERIKSON, ERIK H., JOAN M. ERIKSON & HELEN Q. KIVNICK. 1989. *Vital Involvement in Old Age. The Experience of Old Age in Our Time*. New York: W. W. Norton & Company.
- ESKOLA, JARI & JUHA SUORANTA. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- FEIFEL, HERMAN. 1955. "Attitudes of mentally ill patients toward death." *Journal of Nervous and Mental Disease* 122, 375–380.
- FLEMING, JANE, MORAG FARQUHAR, CAROL BRAYNE & STEPHEN BARCLAY. 2016. "Death and the Oldest Old: Attitudes and Preferences for End-of-life Care – Qualitative Research Within a Population-based Cohort Study." *PlosOne Open Access*. <https://journals.plos.org/plosone/article/file?id=10.1371/journal.pone.0150686&type=printable> (Luettu 01.04.2020.)
- FREUND, ALEXANDRA M. & PAUL B. BALTES. 1998. "Selection, Optimization, and Compensation as Strategies of Life Management: Correlations with Subjective Indicators of Successful Aging." *Psychology and Aging* 13:4, 531–543.
- GIDDENS, ANTHONY. 1984. *The constitution of society*. Cambridge: Polity Press.
- GILLEARD, CHRIS & PAUL HIGGS. 2010. "Aging Without Agency: Theorizing the Fourth Age." *Aging & Mental Health* 14:2, 121–128.
- HAKOLA, OUTI, SARI KIVISTÖ & VIRPI MÄKINEN. 2014. *Kuoleman kulttuurit Suomessa*. Helsinki: Gaudeamus.
- HELENIUS, VISA. 2019. "Lucretiuksen kuolemanpelkoa koskeva näkemys ja nykyaika." *Thanatos* 8:2, 8–38.
- HONKASALO, MARJA-LIISA. 2015. "If the Mother of God Does Not Listen: Women's Contested Agency and the Lived Meaning of the Orthodox Religion in North Karelia." *Journal of American Folklore* 128:507, 65–92.

- HONKASALO, MARJA-LIISA. 2009. "Grips and Ties: Agency, Uncertainty, and the Problem of Suffering in North Karelia." *Medical Anthropology Quarterly. International Journal for the Analysis of Health* 23:1, 51-69.
- HONKASALO, MARJA-LIISA, KAISA KETOKIVI & ANNA LEPPÖ. 2014. "Moniselitteinen ja hämärä toimijuus." *Sosiologia* 51:4, 365-372.
- JYRKÄMÄ, JYRKI. 2008. "Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehysteeksi." *Gerontologia* 22:4, 190-203.
- KATZ, STEPHEN. 2000. "Busy Bodies: Activity, Ageing, and the Management of Everyday Life." *Journal of Aging Studies* 14:2, 135-152.
- KOSKI, KAARINA & ULLA MOILANEN. 2019. "Kuolema ja tuonpuoleinen." Teoksessa *Suomalaisen kuoleman historia*, toim. Ilona Pajari, Jussi Jalonen, Riikka Miettinen & Kirsi Kanerva. Tallinna: Gaudeamus, 61-98.
- KRÁLOVÁ, JANA. 2015. "What is social death?" *Contemporary Social Science* 10:3, 235-248.
- MIETTINEN, RIIKKA. 2019. "Itsemurha varhaismodernilta ajalta nykypäivään." Teoksessa *Suomalaisen kuoleman historia*, toim. Ilona Pajari, Jussi Jalonen, Riikka Miettinen & Kirsi Kanerva. Tallinna: Gaudeamus, 183-207.
- NARAIAN, SRIKALA. 2013. "Love's Labor Lost: Emotional Agency in a School Worker's Story of Family Advocacy." *International Journal of Qualitative Studies in Education* 28:1, 92-111.
- OLD, NATASHA. 2012. "Survival of the funniest – using therapeutic humor in nursing." *Nursing New Zealand* 18:8, 17-19.
- PAJARI, ILONA, RIIKKA MIETTINEN & KIRSI KANERVA. 2019. "Kuoleman historian ääriviivoja." Teoksessa *Suomalaisen kuoleman historia*, toim. Ilona Pajari, Jussi Jalonen, Riikka Miettinen & Kirsi Kanerva. Tallinna: Gaudeamus, 7-25.
- PIRHONEN, JARI & ILKKA PIETILÄ. 2018. "Active and Non-active Agents: Residents' Agency in Assisted Living." *Ageing and Society* 38:1, 19-36.
- PIRHONEN, JARI, MARJAANA SEPPÄNEN, ILKKA PIETILÄ, KATARIINA TUOMINEN & MARJA JYLHÄ. 2021. "Vanhuus ja sosiaalinen kuolema – Sosiaalisen kuoleman käsitteistö vanhojen ihmisten haastattelupuheessa." *Yhteiskuntapolitiikka* 86:1, 5-15.
- REAGAN, ROMANY. 2017. "'Thoughts on Mourning' Audio Walk Exploring Mourning Heritage and Death Positivity in a Victorian Garden Cemetery." *Thanatos* 6:2, 50-82.
- RITZER, GEORGE. 2000. *Sociological Theory*. Singapore: McGraw-Hill Companies House.
- RUSSAC, R. J., COLLEEN GATLIFF, MIMI REECE & DIAHANN SPOTTSWOOD. 2007. "Death Anxiety Across the Adult Years: An Examination of Age and Gender Effects." *Death Studies* 31:6, 549-561.
- SILTALA, PIIRKKO. 2013. *Vanhuus. Elämä haluaa tulla elettyksi*. Helsinki: Kirjapaja.
- SPÄNNÄRI, JENNI. 2018. "Uskonto ja ikääntyminen." Teoksessa *Uskontososiologia*, toim. Kimmo Ketola, Tuomas Martikainen & Teemu Taita. Turku: Eetos, 153-164.
- TILASTOKESKUS. *Itsemurhat iän ja sukupuolen mukaan 1921-2018*. [verkkojulkaisu]. https://pxnet2.stat.fi/PXweb/pxweb/fi/StatFin/StatFin__ter_ksyyt/statfin_ksyyt_pxt_1by.px/table/tableViewLayout/ (Luettu 17.4.2020.)
- TOMER, ADRIAN. 1994. "Death Anxiety in Adult Life – Theoretical Perspectives." Teoksessa *Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*, toim. Robert A. Neimeyer. Washington: Taylor & Francis, 3-28.
- TORNSTAM, LARS. 2011. "Maturing into gerotranscendence." *The Journal of Transpersonal Psychology* 43:2, 166-180.
- TORNSTAM, LARS. 1989. "Gero-transcendence; A Meta-theoretical Reformulation of the Disengagement Theory." *Aging Clinical and Experimental Research* 1:1, 55-63.
- TUOMI, JOUNI & ANNELI SARAJÄRVI. 2017. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- UTRIAINEN, TERHI & PÄIVI SALMESVUORI. 2014. *Finnish Women Making Religion. Between Ancestors and Angels*. New York: Palgrave Macmillan.
- WONG, PAUL P. T., GARY T. REKER & GINA GESSER. 1994. "Death Attitude Profile-revised: A Multidimensional Measure of Attitudes Toward Death." Teoksessa *Death Anxiety Handbook: Research, Instrumentation, and Application*, toim. Robert A. Neimeyer. Washington: Taylor & Francis, 121-148.
- VUOLA, ELINA. 2012. "Feministinen uskonnontutkimus." Teoksessa *Käsikirja sukupuoleen*, toim. Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi & Tuula Juvonen. Tampere: Vastapaino, 170-182.
- YOUNT, WILLIAM R. 2008. "Transcendence and Aging: The Secular Insights of Erikson and Maslow." *Journal of Religion, Spirituality & Aging* 21:1-2, 73-87.