

Osallisuuden ydin

kumpuaa osallistumisesta ja kuulumisen tunteesta

➤ Eläkeikäisten osallisuus on nousututkimuksen ja politiikan keskeiseksi teemaksi, mutta mitä ovat osallisuuden konkreettiset ilmentymät ikäihmisten omassa elämässä? Esimerkiksi kansalaisaktivismi, kuten vaikkapa uudenlaisen yhteisöllisen rakennusprojektin toteuttaminen tai paikallisen puistoalueen kunnostaminen kaupunginosan veto-aulaksi, liitetään edelleen harvemmin ikäihmisiin.

Ikä ei kuitenkaan ole este tällaiselle toiminnalle. Esimerkiksi Arabianrannan Loppukirin yhteisöasuminen ja Kallion Karhupuiston elvyttämishankkeeseen osallistuneet puistokummit ovat esimerkkejä aktiivikansalaisuudesta eläkeikäillä.

Aktiivisuudesta osallisuuteen

Aktiivinen ikäänntyminen on WHO:n lanseeraaman ohjelman myötä kulu- nut jo yli 10 vuotta ikäänntymisen alan toimijoiden käytössä. Siitä huolimatta vaikuttavan kansalaistoiminnan tuki ja mahdollisuudet ovat Suomessa vielä jääneet vaatimattomiksi. Nyt siihen on ajankohtaista tarttua.

Ikäihmisten osallisuus on nostettu tärkeäksi teemaksi Laatusuosituksessa hyvän ikäänntymisen ja palvelujen turvaamiseksi (STM 2013) ja Laissa ikäänntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista eli ns. Vanhuspalvelulaissa (980/2012). Laatusuosituksessa osallisuuden kuvataan olevan monitasoista, niin kokemuksellista kuulumisen tunnetta kuin konkreettisia osallistumisen mahdollisuuksia.

Vanhuspalvelulla pyritään vahvistamaan iäkkäiden henkilöiden osallisuutta palveluiden suunnittelussa ja päätöksenteossa erityisesti vanhusneuvostojen avulla. Lisäksi jokaisella iäkkäällä henkilöllä tulisi olla lain mukaan mahdolli-



Kuva: Ossi Gustafsson

Tutkija Suvi Fried, Ikäinstituutti.

suus osallistua omien palveluiden suunnitteluun ja valintaan.

Konkreettinen osallistuminen yhteiskuntaelämään on paljon muutakin kuin osallistumista omien palvelujen suunnitteluun ja valintaan. Eläkeikäisten osallisuus muotoutuu kaiken kaikkiaan pääosin muiden elämäalueiden kuin palvelujen käytön kautta. Asuinympäristö on ikäihmisen osallisuuden kannalta avainasemassa niin konkreettisten vaikuttamismahdollisuuksien kuin kokemuksellisuuden näkökulmasta. *Osallisuus on toimintaa ja vaikuttamista.*

Loppukirin rakennushankkeessa eläkeikäisten ihmisten yhdistys ryhtyi toimeen ja rakennutti yhteisön toiveiden mukaisen asuinyhteisön. Kallion Karhupuiston kohdalla alueen eläkeikäiset asukkaat lähtivät toimimaan yhteistyössä lähipoliisin ja kaupungin viherosaston kanssa kohentaakseen epäviihtyisäksi muuttunutta puistoaluetta.

Hanke tuotti tulosta ja puistoalueesta tuli arvostettu viheralue. Vapaaehtoistyö puiston ylläpitämiseksi on

houkutellettu puoleensa vuosi vuodelta uusia toimijoita, enimmäkseen alueen eläkeikäisiä asukkaita. Puistokummina toimiminen on vahvistanut asukkaiden paikallisidentiteettiä ja tuottanut osallisuuden kokemuksia oman asuinalueen lähiyhteisöön.

Yhteisen asuintalon rakennuttaminen ja puistokummina toimiminen ovat esimerkkejä *osallisuudesta aktiivisen yhteisöllisen toiminnan ja tekemisen kautta.*

Osallistumisesta ei välttämättä synny osallisuuden kokemuksia

Tavallisin tulkinta osallisuudesta ja sen tukemisesta viittaa erilaisiin tilaisuuksiin, tapahtumiin ja ryhmiin osallistumisen mahdollisuuksiin. Osallistuminen onkin tärkeä väylä osallisuuteen, mutta se ei aina riitä. Osallisuuden kokemukset syntyvät paitsi osallistumisesta, myös *hyväksytyksi tulemisesta ja kuulumisen tunteesta.* Osallistumista voi ajatella vaikkapa ensimmäisenä askeleena kohti osallisuutta, ja toinen askel on sitten se, että osallistuminen todella tuottaa osallistujalle myönteisiä joukkoon kuulumisen tunteita.

Tämän vuoksi onkin aina ajankohtaista pohtia ikäihmisille suunnattua toimintaa ja arvioida kriittisesti sen sisältöjä. Onko asuinalueen tai palvelutalon asukkaat ja heidän toiveensa huomioitu riittävän monipuolisesti? Jääkö joku ulkopuoliseksi? Olisiko tarpeen perustaa uudenlaisia ryhmiä tai muokata osallistumisen mahdollisuuksia laajemman kävijäkunnan toiveiden mukaiseksi? Vanhuus muuttuu ajassa siinä missä muutkin elämäkulun vaiheet ja tuo muutos vaikuttaa myös osallisuuden kokemusten muotoutumiseen.

Onnistuneiden osallistumisen kokemusten eli osallisuuden toteutumisessa avainasemassa ovat myös erilaiset palveluntuottajat. Vastaako palvelutalon

ja palvelukeskuksen toiminta mahdollisimman monien asiakkaiden toiveita ja odotuksia?

Holmannet paikat ovat arkisia kohtaamisen paikkoja

Osallistuminen tarkoittaa myös mukana oloa oman asuinalueen arkisessa elämässä. Päivittäisten tuttavuuksien verkostossa on asuinalueen paikkojen näkökulmasta kyse myös niin sanotusta *kolmansista paikoista*. Kolmannet paikat ovat rutiinien myötä syntyviä ohikiitävän kohtaamisen paikkoja bussissa, kaupan kassalla, kirjastossa ja kävelylenkin varrella.

Monista ostoskeskuksista on viime vuosina muotoutunut vilkkaita ja merkityksellisiä ikäihmisten kohtaamisen paikkoja, joihin kokoontutaan vaihtamaan kuulumisia kävelylenkin ja päivittäisostosten lomassa. Vapaamuotoisten kohtaamisten lisäksi ostoskeskuksissa on kokeiltu aivan uudenlaisia osallistumisen mahdollisuuksia, kuten seniortanssia keskusaukiolla tai ostoskeskuksen kävelryhmää.

Voisiko asuinalueen palvelukeskus toimia tällaisena kohtaamisen paikkana? Varmasti voisi, mutta kysymys pitääkin asettaa hieman toisin päin: mitä olisi tehtävä, jotta palvelukeskuksesta muotoutuisi vilkas matalan kynnyksen kohtaamisen paikka?

Osallisuuden kokemusten yksilöllisyydet

Osallisuudessa on lopultakin kyse myös yksilön sisäisestä kokemuksesta, joka liittyy *paikkaan tai ihmisryhmään kuulumisen tunteeseen*. Tämä *osallisuuden eksistentiaalinen ulottuvuus* liittyy muun muassa ihmisen minäkuvaan ja elämäntarinaa. Kuulumisen tunne omaan asuinalueeseen voi riippua myös tulevaisuuden näkymistä eli siitä, että voi halutessaan jatkaa asumista tutulla alueella, vaikka oma päivittäinen toimintakyky muuttuisi.

Ikäinstituutin Vanhuuden Mieli-hankkeessa kerätystä aineistosta eräs haastateltava kuvasi omaa tilannettaan suhteessa asumiseen niin, että *"tuleva elämä on turvattu"*. Hän oli asunut samalla alueella jo vuosikymmeniä ja muuttanut 10 vuotta sitten itsenäisen

asumisen asuntoon alueelle rakennetun palvelutalon yhteyteen. Tieto lähellä olevista palvelutalon palveluista tuotti turvallisuuden tunteen oman asumisjärjestelyn tulevaisuudesta.

Lopuksi

Ikäihmisten osallisuuden tukeminen on mahdollista monin tavoin. Oleellisia ovat esimerkiksi vaikuttamisen mahdollisuudet, sopivat ja kohtuuhintaiset tapaamisen paikat ja asuinympäristön ominaisuudet, kuten kulkureittien esteettömyys ja liikenneyhteydet. Kuulumisen tunteen ja hyvin yksilöllisen eksistentiaalisen osallisuuden kokemuksen tukeminen korostuvat, kun elinpiiri pienenee ja lähiympäristön merkitys korostuu.

Ikäihmisten osallisuutta voi tukea asuinympäristön näkökulmasta monilla tasoilla. Ensinnäkin monilla ikäihmisillä on osaamista ja innostuneisuutta vaikuttaa palvelujen suunnitteluun jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Vaikkapa jo silloin, kun asuinalueelle suunnitellaan uutta palveluasumisen yksikköä. Oleellista on myös osallisuuden kokemusten yksilöllisyyden tunnistaminen. Jokainen vanha ihminen säätelee yksinoloa ja osallistumista omalla tavallaan. Ammatilainen voi tukea yksilöllisiä valintoja ja auttaa löytämään uusia ratkaisuja kuulumisen tunteen ja yhteisön osallisuuden kokemusten vahvistumiseksi.

Suvi Fried, sh, TtM, HM
tutkija Vanhuuden Mieli -projektissa
Ikäinstituutti



LINCTUS



Helpompaa arkea apuvälineiden avulla.

TERVEYSTARVIKKEIDEN ERIKOISMYYMÄLÄ

Linctus Oy, Parolantie 72, 13130 Hämeenlinna
p. (03) 6125 355, info@linctus.fi

- **Apuvälineet liikkumiseen**
Kävelykepit, kyynärsauvat ja rollaattorit
- **Hygienia ja virtsankarkailu**
Alushousut, vaipat, vuoteen ja tuolin suojat
- **Arjen apuvälineet**
Suihkutuolit, WC-korottajat, tarttumapihdit jne.

Klikkaa nettikauppaan www.linctus.fi