



## Kanssatutkijat selvittämässä osallisuuden saloja

lääkkeitä tutkivat yleensä aina nuoremmat, eri sukupolvea edustavat ihmiset. Tämä voi olla tulosten kannalta merkittävää erityisesti haastattelututkimuksissa, joissa sosiaalisella vuorovaikutuksella on keskeinen rooli. Elämänote-tutkimuksessa iäkkäät kanssatutkijat haastattelevat iäkkäitä. Tutkimuksella selvittämme, miten kotona asumista ja osallisuutta voidaan parhaiten tukea.

Elämänote-ohjelma on vuonna 2018 alkanut STEA:n rahoittama iäkkäiden ihmisten elämänhallinnan tukemiseen tähtäävä avustusohjelma, joka jatkuu vuoden 2021 loppuun saakka. Ohjelmassa järjestöjen vetämät 20 hanketta kehittävät ja levittävät toimintamalleja, joilla tuetaan kotona asuvia iäkkäitä. Tavoitteena on löytää mukaan erityisesti haasteellisessa elämäntilanteessa olevia sekä sellaisia henkilöitä, joita järjestötoiminta ei ole aiemmin tavoittanut. Useimpien Elämänote-hankkeiden toiminta on hyvinvointia edistävää

matalan kynnyksen ryhmätoimintaa. Muutamissa hankkeissa kehitetään tai levitetään yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja arjenhallintaa edistäviä toimintamalleja ja levitetään tietoa esimerkiksi kaltoinkohtelun estämisestä.

Ohjelmaa koordinoivat Ikäinstituutti ja Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto Valli ry. Osana ohjelman onnistumisen arviointia tehdään laadullinen seurantatutkimus, joka toteutetaan haastattelemalla Elämänote-hankkeisiin osallistuvia iäkkäitä. Haastatteluilta selvitetään, mikä tukee kotona asu-

mista ja osallisuutta, ja mikä vaikutus hankkeiden toimintaan osallistumisella on. Lisäksi saamme tietoa iäkkäiden ihmisten osallisuuteen liittämistä näkemyksistä, kokemuksista ja toiveista. Kehitämme samalla uutta, osallistavaa kansatutkimuksen mallia, jossa iäkkäät haastattelevat toisia iäkkäitä.

### Osallisuus on yhteyttä hyvinvoinnin lähteisiin

Osallisuuden vahvistaminen on keskeinen ikääntymispoliittinen tavoite. Mutta mitä osallisuus oikein on? Tutkimustieto osallisuudesta on moninaista ja käsitteelle on useita määritelmiä. Osallisuuden ytimessä on kokemus siitä, että on merkityksellinen osa yhteisöä. Osallinen ihminen kokee tulevansa kuulluksi ja pääsee vaikuttamaan elämänsä kulkuun ja yhteisiin asioihin. Hänellä on riittävät aineelliset resurssit ja tärkeitä ihmissuhteita. Hän pystyy toimimaan ja tuntee itsensä nähdyksi, arvostetuksi ja tarpeelliseksi. Osallisuudessa on siis kyse yhteydestä erilaisiin hyvinvoinnin lähteisiin. Elämänote-ohjelmassa osallisuus hahmo-

tetaan nelikentän kautta (ks. kuva 1).

Aiemmassa tutkimuksessa osallisuudesta ja ikääntyneistä on selvitetty esimerkiksi terveyden, hyvinvoinnin, ja asuinympäristöjen yhteyttä osallisuuteen. Tutkimuksia, joissa iäkkäitä ihmisiä on mukana kansatutkijoina, on vielä harvassa. Kansainvälisesti osallistavia menetelmiä on kuitenkin viime vuosina kehitetty joitakin. Niiden vahvuuksina pidetään rikkaamman aineiston saamista ja potentiaalia tavoittaa ryhmiä, joita kuullaan harvoin. Lisäksi erilaiset kansatutkimuksen ja yhteistuotannon mallit lisäävät sellaista vuorovaikutusta ja oppimista, joka on erityisen tärkeää syrjivien käytäntöjen haastamisessa ja esimerkiksi ikäystävällisten ympäristöjen kehittämisessä. Haasteina esiin on nostettu esimerkiksi eri osapuolten väliset valtasuhteet.

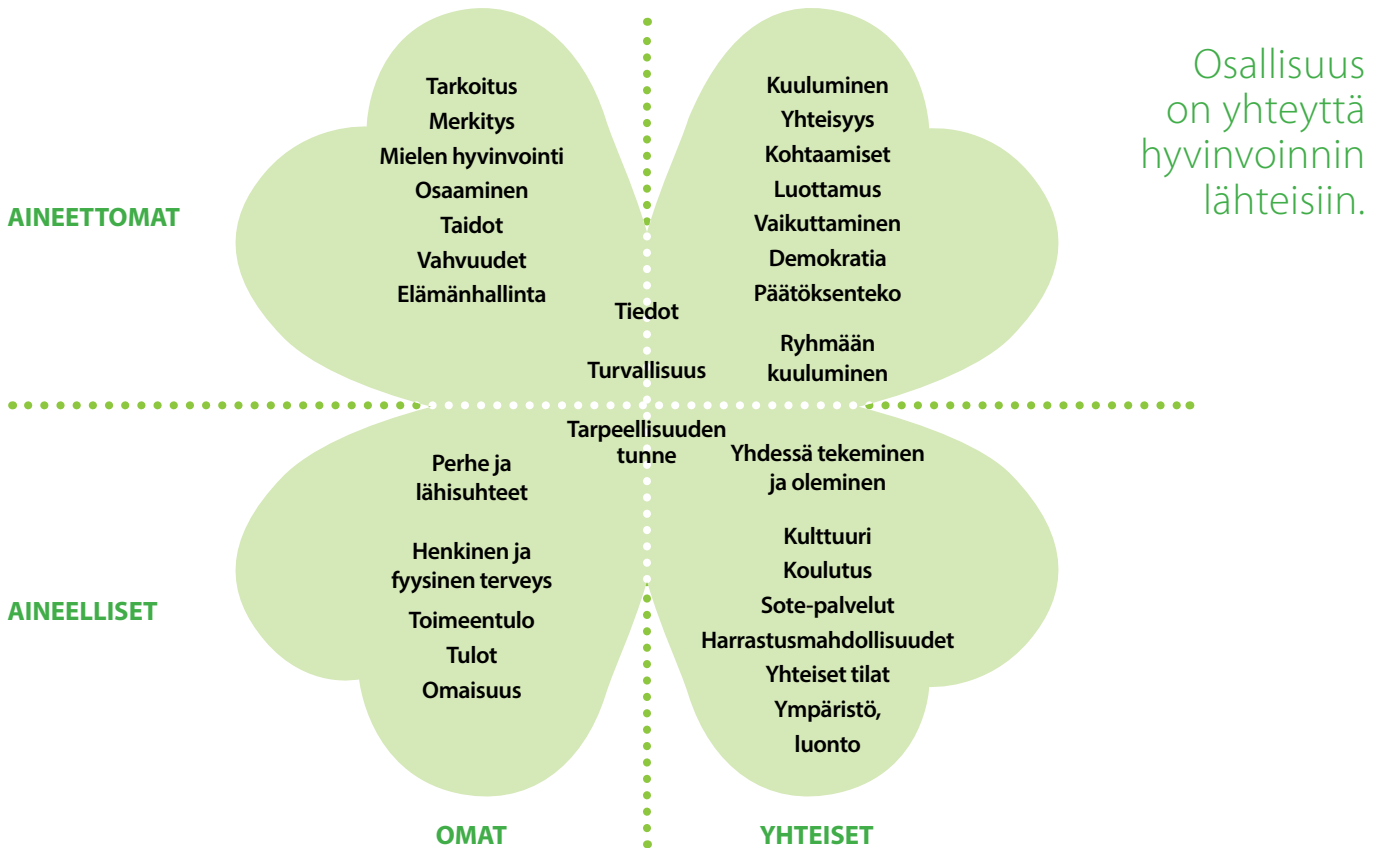
► [Kirjallisuuskatsaus iäkkäiden osallisuudesta](#)

► [Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa, THL](#)

### Kolme laadullista haastattelua

Kuvan 1 nelikenttä kuvaa Elämänote-tutkimuksen taustalla olevaa moniulotteista ymmärrystä osallisuudesta. Olemme myös hyödyntäneet Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksessa kehitettyä osallisuusmittaria luodessamme laadullisen seuranta-haastattelun teemoja ja kysymyksiä. Haastattelun metodi on keskustelevalta, ja se nojaa teemahaastattelun ja kerronnallisen haastattelun perinteisiin.

Ensimmäisessä haastattelussa on viisi teemaa: arki ja ”hankkeeseen” osallistuminen; elämän tärkeät asiat; kotiseutu ja kodin merkitykset, mukaan lukien naapurusto; pärjääminen ja hankaluudet sekä elämäntaidot ja vahvuudet. Näiden alla on esimerkiksi kysymyksiä, mutta haastattelijalla on vapaus kysyä teemoista itselle parhaiten sopivalla tavalla tai muokata kysymyksiä omaan suuhun sopivaksi. Toisessa haastattelussa teemoina ovat eletty elämä ja elämäntunne; osallistuminen ja vaikutusmahdollisuudet ja tulevaisuuden toiveet omalle elämälle. Haastattelun lopuksi kysytään, millä haastattelu on tuntunut ja haluaako



Kuva 1. Osallisuus Elämänote-ohjelmassa.

haastateltava tuoda esiin vielä asioita, joita pitää tärkeänä. Kolmannessa seuranta-haastattelussa näihin teemoihin palataan.

### ► [THL:n osallisuusmittari](#)

#### **Tutkimusmenetelmän rakentaminen**

Tutkimuksen pilotti tehtiin tammi-kuussa 2019 pääkaupunkiseudulla. Testasimme käytäntöjä, kuten kutsujen toimivuutta, tiedonkerääjien eli haastattelijoiden perehdytystä ja haastatteluteemojen ja kysymysten soveltuvuutta sekä haastatteluprosessin sujumista. Kevään ja syksyn myötä tutkimus on laajennettu koko maahan.

Tiedonkerääjät eli haastattelijat rekrytoitiin pilottivaiheessa joko Elämänote-hanketyöntekijöiden avulla tai paikallisten eläkejärjestöjen kautta. Tiedonkerääjille laadittiin sivun mittainen kutsukirje. Perehdytyksessä esiteltiin Elämänote-ohjelma ja tutkimuksen tavoitteet, käytiin läpi haastattelijan rooli ja tehtävät, opastus haastattelemiseen, suostumuslomakkeet ja haastattelun teemat. Lisäksi opeteltiin äänittimen käyttö. Haastattelujen jälkeen kokoonnuttiiin jakamaan kokemuksia.

Elämänote-hankkeiden työntekijät pyytävät haastateltavia mukaan tutkimukseen esittämällä kutsun ryhmässä tai henkilökohtaisesti. Myös haastateltavia varten on kirjallinen sivun mittainen kutsu, jossa kerrotaan lyhyesti tutkimuksesta. Kukin tiedonkerääjä haastattelee yhtä haastateltavaa kolme kertaa.

#### **Kanssatutkimuksesta uusi vapaaehtoisuuden muoto**

Tutkimuksen tavoitteena on saada jokaisesta hankkeesta 1–2 haastateltavaa sekä vastaava määrä haastattelijoita. Yhtä haastateltavaa haastatellaan ensin kaksi kertaa lyhyen ajan sisällä. Kolmas, seuranta-haastattelu tehdään vajaan vuoden kuluttua ensimmäisistä haastatteluista.

Tutkimuksessa on muotoutumassa uudenlainen vapaaehtoisuuden muoto, joka motivoi usein jo ennestään aktiivisia ikäihmisiä hyvin mukaan toimintaan. He oppivat uusia asioita sekä haastattelemisen käytännöistä että osallisuudesta. Samalla luomme mallin siitä, miten tämänkaltaisen tutkimusorganisoidaan, mitkä sen vaatimat resurssit ja eri osapuolten sitoumukset ja käytännön järjestelyt ovat.

Osallisuudesta saatava kokemusperäinen tutkimustieto tulee Elämänote-tutkimuksen myötä vahvistumaan. Lisäksi järjestöissä tehtävän hanketyön merkitys saadaan aiempaa paremmin esiin. Sisällöllisiä tuloksia saadaan vuodesta 2020 alkaen.

#### **Tiedonkeruun prosessi**

Perehdytys  
tiedonkerääjille

Haastattelu 1

Reflektio & perehdytys  
toiseen haastatteluun

Haastattelu 2  
(noin 2 viikon sisällä)

Reflektio puhelimitse

Perehdytys kolmanteen  
haastatteluun

Haastattelu 3  
(10 kuukauden päästä)

Reflektio puhelimitse

*Kaavio 1. Tiedonkeruun prosessi.*



*Kuva 2. Kanssatutkijat perehdytymässä eettisiin tutkimuskäytäntöihin.*



### Huomioi ja edistä näitä

- Osallisuus ja hyvinvointi kulkevat käsi kädessä.
- Kysy, kuuntele ja keskustele aina heidän kanssaan, joita toimintasi koskee.
- Ota kohderyhmä mukaan toiminnan suunnitteluun.
- Tee yhteistyötä kunnassa järjestöjen kanssa, tarjoa tiloja, tue kuljetuksissa.

## Lisätietoa osallisuudesta

### Elämänote-hankkeet

<https://www.ikainstituutti.fi/elamanote-hankkeet/>

### Elämänote-tutkimus

Hoppania H-K, Vilkko A & Topo P (2019) Elämänote-tutkimus on käynnistynyt: mukana iäkkäitä kanssatutkijoita. Gerontologia 33(2), 86-91. <https://journal.fi/gerontologia/article/view/82441>

Hanna-Kaisa Hoppania, tutkija, Elämänote-ohjelma  
etunimi.sukunimi@ikainstituutti.fi  
puhelin: 040 662 7435



### Tilaa TiiTu sähköpostiisi

[https://www.ikainstituutti.fi/uutiskirjeet](https://www.ikainstituutti.fi/ uutiskirjeet)



## Ikäinstituutti

Jämsänkatu 2, 00520 Helsinki  
puh. 09-6122 160  
s-posti: info@ikainstituutti.fi  
ikainstituutti.fi



@ikainstituutti