



➤ Läsnaoloa, auttamista, pihanhoitoa ja asukastoimintaa – ikääntyvien asukkaiden kokemuksia naapuruston voimavarana toimimisesta

Hanna Varjakoski¹, Elisa Tiilikainen², Sanna Laulainen³, Hannu Ruonavaara¹

¹Turun yliopisto, Sosiaalitieteiden laitos

²Itä-Suomen yliopisto, Yhteiskuntatieteiden laitos

³Itä-Suomen yliopisto, Sosiaali- ja terveysjohtamisen laitos

Ikääntyvien naapurisuhteita koskeva tutkimus on keskittynyt pääosin siihen, millaista tukea naapurustot tarjoavat ikääntyville asukkailleen. Tässä tutkimuksessa tarkastelemme ikääntyvien omia näkemyksiä ja kokemuksia siitä, miten he toimivat oman naapurustonsa hyväksi. Kysymme, millä tavoin ikääntyneet vuokrataloasukkaat toimivat naapurustonsa voimavarana ja millaisia reunaehtoja ja haasteita naapuruston voimavarana toimimiseen liittyy. Tutkimusaineisto koostuu kahdesta suurehkon kaupungin vuokrataloissa asuvien 65–73-vuotiaiden henkilöiden laadullisista haastatteluista (N=28). Aineisto on analysoitu käyttäen teemattista sisälönanalyysiä. Tulosten mukaan ikääntyvien asukkaiden voimavarainen toiminta rakentuu seuraavien toimintojen ympärille: 1) *läsnäolo ja näkyminen naapurustossa*, 2) *naapureiden auttaminen ja tukeminen*, 3) *fyysisestä asuinympäristöstä huolehtiminen* sekä 4) *asukasaktiivitoiminta*. Voimavaraisen toiminnan mahdollistumiseen vaikuttivat monet kulttuuriset, yksilölliset sekä fyysiseen ja sosiaaliseen asuinympäristöön liittyvät tekijät. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää ikääntyvien asukkaiden voimavaraisen toiminnan ylläpitämisessä ja tukemisessa yhteiskunnan eri sektoreilla.

Johdanto

Naapurisuhteiden tiedetään olevan merkityksellisiä ja toimivan tärkeinä hyvinvoinnin lähteinä erityisesti vanhuuden elämänvaiheessa. Monelle ikääntyneelle naapurit muodostavat merkittävän sosiaalisen verkoston ja tarjoavat niin sosiaalista kuin instrumentaalista tukea

jokapäiväisessä elämässä (ks. Varjakoski 2021). Tässä tutkimuksessa tarkastelemme ikääntyvien kaupunkiasukkaiden naapurustoon ja naapurisuhteisiin liittyviä näkemyksiä ja kokemuksia voimavaranäkökulmasta. Voimavarana olemisella viittaamme toimintaan, joka vahvistaa muiden tai muun kuin ihmisen itsensä resursseja ja hyvinvointia (Topo & Jyrkämä

2020). Tutkimuksen tavoitteena on tuoda esille ikääntyvien roolia epävirallisen tuen ja avun antajina naapureille sekä laajemmin ikääntyvien toimintaa naapurustonsa hyväksi. Tästä toiminnasta hyötyvät kaikenikäiset asukkaat. Tarkastelumme pohjautuu kaupungin vuokratiloissa asuvien kuusi- ja seitsemänkymmentävuotiaiden asukkaiden haastatteluihin.

On ennustettu, että vuonna 2030 jo runsas neljännes suomalaisista on yli 65-vuotiaita, ja vuoteen 2060 mennessä heidän osuutensa kasvaa lähes 30 prosenttiin (SVT 2019). Eliniän pitenemisen ja huoltosuhteen heikkenemisen on nähty merkitsevän taloudellisia ja hyvinvointipalveluiden järjestämiseen liittyviä haasteita. Toisaalta jo pitkään on puhuttu niin sanotusta kolmannesta iästä eli eläkeiän alkupään ja varsinaisen vanhuuden väliin sijoittuvasta aktiivisesta ja toimintakykyisestä elämänvaiheesta, joka on pyhitetty omille harrastuksille ja esimerkiksi lastenlasten kanssa puuhastelulle (Karisto 2004). Vanhenemiseen ja vanhuuden elämänvaiheeseen liittyvä muutos onkin monin tavoin kaksijakoinen: terveiden ja toimintakykyisten elinvuosien määrä lisääntyy, mutta myös kotona asuvien ikäihmisten tuen tarve kasvaa, kun yhä useampi elää yli 90-vuotiaaksi tutussa elinympäristössään.

Ikääntyneitä ja vanhempia ihmisiä on usein tapana tarkastella yksipuolisesti tukea tarvitsevana ja saavana osapuolena (Vidovicová 2018; ks. myös Pani-Harreman ym. 2021). Monilla ikäihmisillä on kuitenkin mahdollisuuksia ja halukkuutta osallistua naapurustonsa toimintaan ja yhteisöllisyyden rakentamiseen (ks. esim. Gallagher 2012; Hand ym. 2020). Esimerkiksi naapurustossaan yhteisvastuullisesti ja proaktiivisesti toimivien joukossa ikääntyneiden asukkaiden osuus on Suomessa jo nyt verrattain suuri suhteessa nuorempiin ikäryhmiin (Kouvo & Haverinen 2017). Mahdollisia hyvinvointi-hyötyjä tuottavien naapuruussuhteiden (esim. Völker ym. 2007) kannalta ikääntyvä väestö voidaan siis nähdä paitsi läheis- ja naapuriavun saajana myös sen antajana. Ikäihmisten rooli

aktiivisina ja sukupolvirajoja ylittävän vastavuoroisen tuen tarjoajina esimerkiksi ruuhka- vuosiin eläville lapsiperheille on kuitenkin jäänyt julkisessa keskustelussa ja tutkimuksissa vähälle huomiolle.

Tämän tutkimuksen kontekstina toimivat kaupungin vuokratiloyhtiöt, joissa asuvia ikääntyviä koskeva tutkimus on edelleen vähäistä. Kyselytutkimusten pohjalta tiedetään, että vuokratiloissa naapureiden välinen yhteydenpito ja asukasaktiivisuus on muihin asumismuotoihin verrattuna vähäisempää. Vuokra-asukkaiden on kuitenkin todettu toivovan yhteistä toimintaa, ja he haluaisivat tuntea naapureitaan paremmin. (Hirvonen 2013; myös Strandell 2017). Vuokratilojen suuri asukasvaihtuvuus on usein mainittu syyksi naapurustokontaktien vähäisyyteen. Toisaalta Junnilaisen (2019, luku 5) kahta ”ongelmalähiönä” pidettyä vuokratilaluetta koskevassa etnografisessa tutkimuksessa havaittiin, että tällaisilla alueilla jaetusta huono-osaisuudesta nousee omanlaistaan yhteisöllisyyttä ja naapuriapua. Vaikka haastateltavamme eivät välttämättä olekaan stigmatisoituneimpien alueiden asukkaita, ovat heidän asuma-alueensa jo kunnallisten vuokratilojen asukasvalintakriteerien takia pienituloisia. Voimavaranäkökulmasta onkin erityisen kiinnostavaa tarkastella ikääntyvien asukkaiden roolia asuinympäristössä, jossa naapurisuhteiden ei voi olettaa olevan kovin tiiviitä eikä niiden tiivistymiseen olisi ihmisten elinolosuhteisiin pohjautuvia syitä. Lisäksi tilastojen mukaan viimeisen vuosikymmenen aikana vuokralla asuminen on jatkuvasti lisääntynyt (SVT 2020), mikä tekee vuokratilonaapuruteen liittyvästä tutkimuksesta entistä ajankohtaisempaa. Tarkemmat tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Millä tavoin ikääntyneet vuokratilasukkaat kokevat toimivansa voimavarana naapurustossaan?
2. Millaisia reunaehdot ja haasteita he kokevat naapuruston voimavarana toimimisessa?

Ikääntyminen naapurustossa

Aikaisempi tutkimus on osoittanut, että naapureilla on varsin vakiintunut asema yksilöiden henkilökohtaisissa verkostoissa (Guest & Wierzbicki 1999; Hirvonen 2013). Kaupunkiympäristössä naapurit ovat usein väistämätön osa omaa elinympäristöä ja arkea: naapurit jakavat saman asuintalon ja rapun, ja heitä kohdataan sekä suunnitellusti että suunnittelematta. Pelkkä vieri vieressä asuminen ja fyysinen läheisyys ei kuitenkaan kerro, millaisena naapurisuhteet koetaan ja millainen merkitys naapurisuhteilla on yksilöiden tai yhteisöjen hyvinvoinnille (vrt. Ruonavaara 2021). Naapurisuhteita onkin usein tutkittu esimerkiksi yhteisöllisyyden (esim. Krok 2008) tai naapurisovun ja -konfliktien (esim. Haverinen & Kouvo 2011) näkökulmasta. Ikääntyviä koskevassa tutkimuksessa on keskitytty erityisesti siihen, millainen asuinympäristö ja siihen kuuluvat naapurisuhteet tukevat hyvinvointia ja arjessa pärjäämistä.

Naapurisuhteiden tiedetään olevan merkityksellisiä ja tärkeitä erityisesti eläkkeelle jääneille. Yli 65-vuotiailla on nuoria ikäluokkia enemmän ystäviä ja tärkeitä ihmisiä naapurustossa, ja he myös juttelevat useammin ja useampien naapureiden kanssa asuinalueellaan (Hirvonen 2013; ks. myös Strandell 2017). Joillekin ikääntyneille naapurit ja lähellä asuvat ystävät ovat arjen keskeisin yhteisö, jonka kanssa ollaan päivittäin ja eniten tekemisissä (Jolanki ym. 2017). On myös havaittu, että naapureiden merkitys ikääntyvän väestön hyvinvoinnin kannalta on paikoin jopa kasvanut (Möllenhorst ym. 2009) ja että naapurit tuovat iloa, turvaa ja apua arjen askareisiin sekä lieventävät yksinäisyyttä (Kariniemi ym. 2020; Tiilikainen ym. 2021).

Sytä siihen, että naapurisuhteet ovat erityisen merkityksellisiä ikääntyneille, on löydetty vanhempien ihmisten asumishistoriasta, ajankäytöstä ja iän myötä kaventuvasta elinpiiristä. Esimerkiksi naapurisuhteiden syventymistä ystävyysuhteiksi edesauttaa se, että vanhem-

mat ihmiset ovat usein asuneet tiettyssä paikassa pidempään, eivätkä naapurisuhteet siksi näyttäyty pelkästään instrumentaalisina tai pinnallisina yhteyksinä toisiin ihmisiin (Wenger 1990). Iän myötä ihmiset viettävät myös enenevässä määrin aikaa omassa naapurustossaan (Seppänen 2001; Hirvonen 2013). Gerontologian alan tutkimuksissa puhutaankin usein *ageing in place* -ajattelusta, joka tarkoittaa ikääntymistä ihmiselle tutussa ympäristössä. Kyse ei ole ainoastaan fyysisen paikan tuttuudesta vaan myös siitä, että pitkään samassa paikassa asuneelle on kehittynyt tietoisuus alueen erilaisista resursseista ja naapureista, joita pystyy tarvittaessa hyödyntämään (Vilkkö 2005; Smith 2009).

Lähellä olevat naapurit tarjoavat ikäihmisille sekä seuraa että apua: arjen askareissa autetaan puolin ja toisin, mutta naapureiden kanssa vietetään aikaa myös kahvitellen, jutustellen ja ulkoillen (Tuominen & Pirhonen 2019). Erityisen merkittävänä naapurisuhteet ovat näyttäytyneet koronapandemian aikana, jolloin yhteydenpito kauempana asuviin läheisiin ja tuttaviiin on ollut rajoitetumpaa. Koronaaikana naapurit ovat tarjonneet sekä konkreettista apua esimerkiksi tekemällä kauppaostoksia että tärkeinä pidettyjä kasvokkaisia kohtauksia muiden ihmisten kanssa (Tiilikainen ym. 2021). Tutkimusten mukaan naapureiden merkitys vahvistuukin tilanteissa, joissa perheenjäsenet ja sukulaiset asuvat kaukana tai heitä ei ole (Deindl & Brandt 2017). Sama koskee satunnaisia tuen tarpeita ja hätätilanteita, joissa korostuu naapureiden fyysinen läheisyys ja avun nopea saatavuus. (Nocon & Pearson 2000; Varjakoski 2021.)

Ennen korona-aikaa toteutettujen tutkimusten mukaan ikääntyneet ovat eniten tekemisissä samanikäisten naapureiden kanssa. Kontaktit nuorempien naapureiden kanssa voivat jäädä vähäisiksi nopean asukasvaihtuvuuden, erilaisen päivärhythmin ja nuorten kiireisen elämäntyylin vuoksi (Wenger 1990). Sama on havaittu myös monisukupolvisessa yhteisöasumisessa (Eronen 2019). Useissa tutkimuksissa

on kuitenkin havaittu, että vanhemmat ihmiset toivovat enemmän kohtaamisia nuorempien naapureiden kanssa ja ovat avoimia suhteiden muodostamiselle eri-ikäisten ihmisten kanssa (ks. Varjakoski 2021). Tulevaisuudessa eri-ikäisten muodostamista naapuriverkostoista ja -suhteista tulee todennäköisemmin nykyistä tärkeämpiä, sillä alhaisen syntyvyyden ja lisääntyneen muuttoliikkeen takia sukulaiset ja perheenjäsenet asuvat entistä kauempana toisistaan (esim. Rotkirch & Berg 2020).

Ikääntyvät voimavarana

Voimavaranäkökulma edustaa myönteistä lähestymistapaa ikääntymiseen. Ikääntymistä tarkastellaan mahdollisuuksien ja myönteisten vaikutusten kautta, unohtamatta kuitenkaan vanhenemiseen liittyviä nurjia puolia (Koskinen 2005, 194). Kotimaisessa tutkimuksessa on aiemminkin tarkasteltu ikääntymistä ja vanhuutta voimavaran lähteenä (esim. Heikkinen & Marin 2002; Kautto 2004; Suomi & Hakonen 2008) sekä ikääntyneiden omia kokemuksia vahvuuksistaan ja voimavaroistaan esimerkiksi kotihoidon ja palveluasumisen kontekstissa (Pirhonen & Pietilä 2018; Kariniemi ym. 2020). Tiiviin yleissilmäyksen aiheeseen tarjoaa Topon ja Jyrkämän (2020) katsaus iäkkäiden voimavaruudesta perhe- ja ystäväpiirissä sekä julkisella sektorilla vertais- ja vapaaehtoistoiminnan muodossa.

Ikääntyvien voimavaruustutkimuksessa ollaan kiinnostuneita siitä, miten ikääntyvät aktiivisina toimijoina voivat tukea ja vahvistaa toisten voimavaroja sekä materiaalisesti että aineettomasti (Topo & Jyrkämä 2020). Tällä näkökulmalla on yhteys toimijuuteen sekä ikääntyneiden moninaisiin mahdollisuuksiin vaikuttaa, osallistua ja toimia erilaisissa yhteisöissä muiden voimavaroja vahvistaen (Jyrkämä 2008). Tätä positiivista, aktiivisuutta korostavaa näkökulmaa on myös kritisoitu. Jaottelu passiivisiin ja aktiivisiin toimijoihin ei tunnista ikääntyvien heterogeenisuutta (esim.

Koskinen 2005) eikä moninaisia tapoja olla ja toimia yhteisössä ja yhteisön jäsenten hyväksi. Se ei huomioi riittävästi myöskään sitä, miten voimavaraisuus, edellytykset toimia toisten hyväksi sekä halu olla toisille hyödyksi jakautuvat ikääntyneiden kesken (Topo & Jyrkämä 2020, 326). Ikääntyneiden toimijuuden ilmenemisen monimuotoisuutta onkin tutkimuksissa pyritty tuomaan esiin (ks. esim. Wiles & Jayasinha 2013; Pirhonen & Pietilä 2018; Hand ym. 2020). Lisäksi on tärkeää huomioida voimavarana toimimista ja toimijuutta määrittäviä ja rakentavia tekijöitä (iän lisäksi esimerkiksi asuinympäristö, kulttuuriset taustat ja sukupuolittuneet käytänteet), joista Jyrkämä (2008, 193–194) puhuu toimijuuden rakenteellisina koordinaatteina. Ikääntyvien voimavaraisuutta tutkittaessa nämä tekijät, kuten naapurusto fyysisenä ja sosiaalisena tilana sekä ikään ja eri sukupolviin liitetyt odotukset ja perinteet, osaltaan määrittävät, mahdollistavat ja myös rajoittavat voimavarana toimimista.

Kaikkiaan meidän aikamme ikääntyneille on tarjolla huomattavasti enemmän mahdollisuuksia ja moninaisempia sosiaalisia rooleja kuin aikaisemmilla sukupolvilla on ollut. Myönteinen suhtautuminen ikääntyneisiin ja heidän roolinsa näkeminen yhteiskunnassa voimavarana on sopusoinnussa ikäystävällisen ja aktiivista ikääntymistä painottavan yhteiskunnallisen keskustelun kanssa. Viime aikoina on tutkittu eläkeläisten aktiivista roolia esimerkiksi vapaaehtoistyössä (mm. Narushima 2005; Äyräväinen ym. 2019), ikääntyneiden keskeistä roolia kriisitilanteissa, kuten luonnonkatastrofeihin varautumisessa (Howard ym. 2017), ja suurten ikäluokkien antamaa käytännön apua lähipiirissä (esim. Hämäläinen ym. 2021). Ei ole kuitenkaan vielä riittävästi tutkittu sitä, millä tavoin ikääntyvät voivat toimia voimavarana muille ja toimia proaktiivisesti yhteisössään tai ympäristössään (ks. Wiles & Jayasinha 2013; Hand ym. 2020).

Ikääntyneiden toimijuutta korostavat näkökulmat nostavat keskiöön voimavarojen käytön merkityksen yksilölle itselleen unohtamat-

ta sen merkitystä muille toimijoille ja yhteisöille. Ikääntyneiden resurssien suuntaamista yhteiskuntaa hyödyttävällä tavalla saatetaan kuitenkin perustella kustannusten vähentämisyillä, jolloin voimavarapuhe kuulostaa helposti ekonomistiselta ja instrumentaaliselta (Kautto 2004). Yhteiskunnallisessa keskustelussa esiintyvää voimavarapuhetta onkin toisinaan kritisoitu muun muassa sen sisältämästä tuottavuusodotuksesta sekä epämääräisyydestä. Järvelän ja Rosenqvistin (2007) mukaan voimavarapuhunta on usein jäänyt pelkäksi poliittiseksi retoriikaksi, ja useinkaan ei kerrota, mitä voimavaroilla itse asiassa tarkoitetaan tai miten niitä voitaisiin konkreettisesti hyödyntää yhteiskunnassa. Laadullisella tutkimuksella on tässä tärkeä rooli, sillä sen avulla voimme syventää ymmärrystämme voimavaraisesta toiminnasta eri konteksteissa. Lisäksi on tärkeää kuunnella ikääntyvien omia näkemyksiä ja kokemuksia voimavarana toimimisesta, jotta voimavarapuhunnalla olisi myös realistista pohjaa eivätkä siinä painottuisi vain yhteiskunnan suunnalta tulevat odotukset ja toiveet. Tähän tarpeeseen tutkimuksemme osaltaan vastaa.

Aineisto ja menetelmät

Keräsimme tutkimusaineiston loppusyksyn 2020 ja alkukevään 2021 välisenä aikana haastattelemalla kahdessa suurehkoissa kaupungissa asuvia suomenkielisiä kaupungin vuokraloyhtiön asukkaita, jotka olivat täyttäneet 65 vuotta. Haastateltavat tulivat kahdestakymmenestä eri kaupunginosasta näissä kahdessa kaupungissa.

Osallistujat

Tutkimusaineisto koostuu 28 yksilöhaastattelusta (23 naista ja 5 miestä). Haastateltavista 18 asui yksin, 6 avo- tai aviopuolison kanssa, kolme aikuisen lapsen kanssa ja yksi vanhemman sisaruksensa kanssa. Haastateltavien asumishistoriat nykyisissä asuintaloissa vaihtelivat viikosta jopa neljäänkymmeneen vuoteen.

Asuintalojen koot ja tyypit vaihtelivat monikerroksisista kerrostaloista kuuden asunnon pienkerrostaloon sekä 1930-luvulla rakennetuista puurivitaloista uudehkoon senioritaloon. Toisissa taloyhtiöissä oli aktiivisia asukastoimikuntia, yhteisiä tapahtumia sekä asukkaille tarkoitettuja yhteisiä tiloja ja kohtaamispaikkoja, toisissa ei mitään edellä mainituista. Osassa tutkituista vuokraloista naapurit olivat monen ikäisiä ja tulivat eri etnisistä taustoista, toisissa taloyhtiössä ei esimerkiksi lapsiperheitä asunut lainkaan ja asukaskunta oli etnisesti homogeenistä.

Haastateltavat olivat iältään 65–73-vuotiaita; keski-ikä oli 69 vuotta. Heidän voidaankin kuvata edustavan niin sanottua myöhäiskeskikää tai “kolmatta ikää”, joten tutkimus kohdentuu vastikään työelämästä pois siirtyneisiin ja pääosin aktiivista eläkeläiselämää viettäviin asukkaisiin. Haastateltavien rekrytointivaiheessa emme määrittäneet ennakoon yläikärajaa, vaan tutkimukseen kutsuttiin mukaan kaiken ikäisiä 65 vuotta täyttäneitä tutkimusalueiden vuokraloyhtiössä asuvia. Siihen, ettei tutkimukseen osallistunut yli 73-vuotiaita, on osaltaan vaikuttanut rekrytointitapa: käytimme pääasiallisena välineenä sähköistä kyselylomaketta ja/tai sähköpostia. Näin ollen rekrytointin ulkopuolelle ovat jääneet ne, joilla ei ole mahdollisuuksia tai halua käyttää sähköisiä yhteydenpitovälineitä.

Vuokraloyhtiöiden asukasrekisteriä koskevan tietosuojapolitiikan takia toteutimme haastateltavien rekrytointin eri menetelmin tutkimuskaupungeissa. Ensimmäisessä kaupungissa lähetimme asukkaille keväällä 2020 naapurisuhteita kartoittavan sähköisen kyselylomakkeen, jossa kysyttiin halukkuutta osallistua seurantatutkimukseen. 65 vuotta täyttäneistä vastaajista 43 vastasi myöntävästi ja ilmoitti yhteystietonsa. Lähetimme näille henkilöille ensin tekstiviestillä lyhyen tiedotteen, jossa kerroimme tutkimushankkeesta ja haastattelusta. Tämän jälkeen haastatteluista vastaava tutkija, artikkelin ensimmäinen kirjoittaja, soitti tekstiviestin saaneille sopiakseen

mahdollisesta haastatteluajasta. Vastanneista 43 henkilöstä 19 ilmoitti halukkuutensa osallistua haastatteluihin.

Toisessa kaupungissa rekrytoimme haastateltavat jakamalla haastattelupyyntöä kaupungin vuokratyöyhtiön asukasaktiivien sähköpostituslistoille. Tämä menetelmä yhdistettynä lumipallomenetelmään tuotti yhdeksän yhteydenottoa. Yhtä lukuun ottamatta kaikki toisen kaupungin haastateltavat kuuluivat taloyhtiönsä asukastoimikuntaan tai olivat jossain vaiheessa olleet aktiivisesti mukana sen toiminnassa. Asukastoimikuntajäsenyyden takia haastateltavat olivat myös keskivertoa aktiivisempia toimijoita omassa asuintalossaan. Ensimmäisen kaupungin haastateltavista vastaavasti kahdeksan mainitsi haastatteluissa osallisuudesta taloyhtiön asukastoimikunnassa. Koko aineistossa tämä tarkoittaa, että yli puolella haastateltavista oli asukasaktiivitaustaa. Haastateltavien ei siten voida katsoa edustavan ikäisiään ”keskivertoasukkaita”, vaan he ovat valikoitunut kohderyhmä myös voimavaraisen toiminnan näkökulmasta. Laadulliselle tutkimusperinteelle ominaisesti emme ole pyrkineet yleistämään tuloksia koskemaan laajemmin kuusi- ja seitsemänkymmentävuotiaita asukkaita.

Haastattelut

Koronapandemiasta johtuen teimme haastattelut puhelimitse yksilöhaastatteluina teema-haastattelun periaatteita soveltaen. Haastattelurunko rakentui seuraavien viiden teeman ympärille: päivittäinen arki, asuinympäristö, naapurisuhteet, naapuriapu ja naapurusto voimavarana. Vaikka tärkeimmät kysymykset ja mahdolliset varakysymykset oli hahmoteltu etukäteen, pyrimme antamaan haastateltaville mahdollisimman paljon tilaa puhua käsiteltävistä teemoista. Tavoitteena oli vastavuoroinen kuuntelu, ja pyrimme tarttumaan myös haastateltavien tarjoamiin aiheisiin (ks. Ikonen 2017) haastateltavien käsittelemässä järjestyksessä. Haastattelun lopuksi haastateltavilla oli mahdollisuus tuoda esille asioita ja ajatuksia, joita

haastattelu ja käsiteltävät aiheet olivat mahdollisesti herättäneet.

Haastattelut kestivät 31 minuutista 82 minuuttiin, ja ne nauhoitettiin. Äänitallenteet litteroi litterointipalveluja tarjoava yritys. Litteroitua tekstiä haastattelutallenteista kertyi yhteensä 621 sivua (fonttikoko 12, riviväli 1,5). Näinkin laaja ja sisällöllisesti monipuolinen aineisto tarjosi tutkimuskysymyksiin vastaamiselle hyvät lähtökohdat.

Aineiston analyysi

Aineiston analyysimenetelmänä käytimme teemaattista sisällönanalyysiä (Braun & Clarke 2012; 2021) teoriaohjaavasti, erityisesti Topon ja Jyrkämän (2020) voimavaranäkökulmaan nojaten. Päävastuu aineiston analyysistä oli ensimmäisellä kirjoittajalla, mutta kaikissa analyysiprosessin vaiheissa luimme ja tulkitsimme aineisto-otteita yhdessä tutkimustehtävään ja aikaisempaan kirjallisuuteen peilaten.

Analyysin aluksi luimme litteroidun haastatteluaineiston läpi useampaan kertaan. Tämän jälkeen etsimme aineistosta tutkimuksen kannalta relevantteja sisältöjä sekä poimimme ja koodasimme aineisto-otteet (yksittäisiä kappaleita ja lauseita), jotka aikaisempaan tutkimuskirjallisuuteen nojaten liittyivät voimavaraisen toimintaan ja voimavarana olemiseen. Analyysin toisessa vaiheessa pelkistimme koodit ja niitä koskevat aineisto-otteet tiiviimpään muotoon ja ryhmittelimme ne kolmen aineistosta löytyvän alustavan teeman alle: naapureiden auttaminen ja tukeminen, fyysiseen asuin- ympäristöön kohdistuva toiminta sekä naapuruston yhteiseen hyvään tähtäävä toiminta. Fyysistä asuin- ympäristöstä käsittelevistä toimita otimme mukaan vain lausumat, jotka kohdistuivat haastateltavan asuintaloon, pihapiiriin ja naapurustoon.

Aineiston uudelleen lukemisen ja koosteen tekemisen yhteydessä huomimme kiinnittyi koodeihin, joita ei voinut suoraan sijoittaa mihinkään hahmotelluista pääteemoista. Näitä olivat esimerkiksi naapureiden kanssa

yhdessä tekeminen, pihapiirissä oleskelu ja naapureiden huomioiminen eri tavoin. Aineiston ja koosteiden uudelleen luennan pohjalta muodostimme analyysin lopullisena tuloksena neljä teemakokonaisuutta, joiden sisältöjä tarkastelemme lähemmin seuraavassa tulososiossa. Tulososion lopuksi tuomme esille myös voimavaraisen toiminnan reunaehtoja ja haasteita – ja vastaamme näin toiseen tutkimuskysymykseen. Haastateltavien nimet ja muut tunnistetiedot on tekstissä muutettu yksityisyyden suojaamiseksi.

Analyysin perusteella muodostui siis neljä teemakokonaisuutta, joissa vanhempien ihmisten voimavarainen toiminta naapuruston ja sen asukkaiden hyväksi tulee esille: 1) *läsnäolo ja näkyminen naapurustossa*, 2) *naapureiden auttaminen ja tukeminen*, 3) *fyysisestä asuinympäristöstä huolehtiminen* sekä 4) *asukasaktiivitoiminta*. Kolme jälkimmäistä tapaa – naapureiden auttaminen ja tukeminen, fyysisestä asuinympäristöstä huolehtiminen ja asukasaktiivitoiminta – ovat konkreettisempia ja helposti tunnistettavia voimavaraisuuden muotoja, joissa ikääntyvät toimivat naapureiden ja yhteisön hyväksi tai hyvinvoinnin lisäämiseksi. Läsnäolo ja näkyminen naapurustossa puolestaan voidaan nähdä esimerkkinä passiivisemmasta voimavarana toimimisesta, joka kuitenkin tukee hyvän psyykkisen ja sosiaalisen ilmapiirin sekä asuinympäristön rakentumista naapurustossa.

Läsnäolo ja näkyminen naapurustossa

Naapureiden kanssa ulkona jutteleminen, yhteisiin tapahtumiin ja talkoisiin osallistuminen sekä penkeillä istuskelu ja pihapiirissä liikkuminen olivat tavallisimmat aineistossa esille tulleet läsnäolon muodot. Edellä mainitun kaltaista paikallaoloa naapurustossa ei välttämättä tule heti ajatelleeksi voimavarana, sillä voimavarana olemisessa tarkastellaan tavallisesti sitä, miten joku *toimii* jonkun muun henkilön tai yhteisön resurssien vahvistamiseksi ja hyvinvoinnin kasvattamiseksi. Sanana ”toimia”

johdatteleekin helposti tarkastelemaan voimavaraisuutta vain aktiivisena toimintana konkreettisten tekojen muodossa (vrt. Honkasalo 2013). Analyysi kuitenkin osoitti, että haastateltavat kokivat vanhempien ihmisten pelkän läsnäolon ja näkyminen naapurustossa luovan mahdollisuuksia naapureiden väliselle sosiaaliseen kanssakäymiselle ja huolenpidolle, lisäävän turvallisuuden tunnetta sekä tuottavan myönteistä ilmapiiriä asuintalossa (ks. myös Hand ym. 2020). Kaikkien edellä mainittujen voi ajatella tukevan eri-ikäisten asukkaiden sosiaalista hyvinvointia.

Useimmat haastateltavista kertoivat viettävänsä päivänsä pääasiallisesti kotona ja asuinalueellaan, mikä tukee aikaisempia tutkimustuloksia (esim. Hirvonen 2013). Kesäaikaan vanhempien asukkaiden läsnäolo naapurustossa on näkyvintä, koska pihalla vietetään enemmän aikaa. Pihapiiriin lisäksi asuintalon lähellä olevilla ulkoilureiteillä ja -poluilla liikuttiin jopa päivittäin ja kauppa-asiat hoidettiin pitkälti omalla asuinalueella. Haastatteluajankohtana kotona ja lähiympäristössä vietetty aika oli monilla lisääntynyt entisestään, koska useimmat harrastukset ja kyläily olivat koronan vuoksi jääneet tauolle. Elämän keskittymistä kotiin ja sen lähipiiriin kuvaili osuvasti eräs naishaastateltava: *tässä ollaan niinku talonmiehiä, että aina ollaan paikalla*.

Ajanvietto omassa pihapiirissä mahdollisti naapureiden välisiä kohtaamisia, mikä johti usein spontaaneihin juttutuokioihin ja edesauttoi naapureihin tutustumista. Eräs haastateltava kertoi esimerkiksi asuintalon viereisestä *äijäpuistosta*, minne yksinasuvia ikämiehiä kokoontui kesäisin viettämään aikaa yhdessä. Vastaavanlainen sosiaalinen paikka oli *mummonpenkki* tai *mummonkeinu*, jonne talon iäkäämmät naiset kokoontuivat juttelemaan, kahvittelemaan ja seuraamaan pihalla liikkuja. Istuskelu pihapenkeillä tai talon tupakkapaikalla mahdollisti samalla tutuista naapureista huolehtimisen ”pitämällä heitä silmällä”:

Jos ei oo pariin päivään jotakin näkyne niin kyllä ruppeevat sitten että no minnekäs se nyt on hävinny, tiiäksä onko se jossakin. Tällel pietään vähän sitten silmällä... että kun on kuitenkin paljon on just yksinäisiä ihmisiä nimenomaan yksinasuvia, niin siinäkin mielessä niin on ihan hyvää vähän olla nohevana että kattoo että ei oo tosissaan mittään pahhaa tapahtunu. (Anneli, asuu sisarensa kanssa)

Jotkut haastateltavat kokivat, että jo pelkkä heidän läsnäolonsa rauhoittaa ja luo turvallisuuden tuntua asuintaloon, minkä nähtiin hyödyttävän kaikenikäisiä asukkaita:

Huomaa just et lapset tottuu siihen et on, tavallaan isovanhempi siin samas pihapiiris. Ne tottuu siihen. Ehkä sekin tuo heihin semmosta turvallisuut ku asuu joku tammönen, vanhempi siin samas pihapiiris kans. (Seija, asuu puolisonsa kanssa)

Ku mä olen tammönen et mä touhuun tossa noin [pihalla] ja juttelen, niin se luo hyvää henkeä ja ehkä turvallisuuttakin ja simmost. (Matti, asuu yksin)

Vaikka nuorempien naapureiden kanssa ei välttämättä oltu tekemisissä tervehtimisestä enempää, haastateltavat kokivat läsnäolonsa naapurustossa tärkeänä ja näkivät läsnäolon edesauttavan eri-ikäisten välistä ymmärrystä ja sopuisaa asumista:

Se on ihan rikkaus että mä tykkään että on eri...[ikäisiä] ja sitten ehkä ne tulee ne nuoremmatkin suvaitsevaisemmaks ja tomloseks kun ne huomaa että nykyajan vanhukset ei ole enää semmosia vanhuksia. (Kaija, asuu puolisonsa kanssa)

Minun mielestä kaikkien ihmisten, vanhusten niinkun nuortenkin on nähtävä vanhempia ihmisiä ja vanhusten nähtävä nuorten ihmisten elämää, että ei saa supistua se elämä siihen oman navan ympärille. ...Kun sitten ol-

laan kaikki [yhdessä] niin opitaan olemaan, ymmärtämään toisiamme. (Kaarina, asuu yksin)

Vuokra-asumiseen liitetään tavallisesti omistusasumista alhaisempi yhteisöllisyyden tunne, mikä johtuu osittain vuokratulojen suuresta asukasvaihtuvuudesta (Hirvonen 2013, 36). Naapureiden vilkas vaihtuminen mainittiin haastatteluissakin yhdeksi merkittäväksi syyksi siihen, että naapureita ei juurikaan tunneta. Haastattelut kuitenkin viittaavat siihen, että ikääntyneillä voi myönteisen vuorovaikutuksen ansiosta olla merkityksellinen rooli mehen ja asukkaiden kuulumisen tunteen rakentamisessa.

Uusien asukkaiden toivottaminen tervetulleeksi taloon, pyrkimys tervehtiä kaikkia talon asukkaita ja naapurin huomioiminen esimerkiksi viemällä leipomisia olivat osa myönteistä vuorovaikutusta. Tervehdittäessä silmiin katsomista pidettiin tärkeänä, minkä voi katsoa tuottavan kanssa-asukkaille kokemuksen nähdystä tulemisesta. Tervehtimisellä ja silmiin katsomisella haastateltavat tunnistivat muut asukkaat *meidän talon* asukkaiksi, vaikka syvempää yhteenkuuluvuudentunnetta asukkaiden kesken ei välttämättä olisikaan (vrt. Henning & Lieberg 1996). Haastateltavat olivat myös valmiita juttelemaan naapureiden kanssa aina tilaisuuden tullen, ja useimmat suhtautuivat myönteisesti muun ikäisiin ja eri etnisistä taustoista tuleviin naapureihin. Esimerkiksi Anneli kertoi juttelevansa pihalla *vähän jokkaisen kanssa jottain*. Annelin asuintalon yhteydessä oli myös päiväkotia ja naapurit edustivat seitsemää eri kansallisuutta, mitä hän kommentoi näin:

Se on minusta rikkautta, että on erilaisia ihmisiä ja on sitten tosiaan elämää eli on lapsia ja tälle... et se on vaan että ite kukkiin tietysti on kuka haluaa olla mitenkun omassa kuplassaan, mutta kyllä me kaikki ollaan sovittu tänne. (Anneli, asuu sisarensa kanssa)

Hyvät naapurisuhteet voivat olla merkittävä voimavara, joka antaa voimia, tuo iloa ja luo turvallisuuden tunnetta. Hyvät naapurisuhteet voivat täten lisätä henkistä ja sosiaalista hyvinvointia sekä yksilö- että yhteisötasolla. Matti, joka liikkui paljon talon pihapiirissä ja oli tekemisissä useiden naapureiden kanssa, kuvaili naapureiden merkitystä itselleen seuraavasti:

Ni kuin tärkeet on ja kuin hienoo se on tämmöses, taloalueel pysähtyy ja saa jutella jonkun kans, ni sit on ihan eri ihminen ku menee taas kottiin. Se antaa voimaa, voimaannuttaa se ku saa olla sosiaaliset tekemises jonkun kans, kenen kans juttelee. (Matti, asuu yksin)

Naapureiden auttaminen ja tukeminen

Suurin osa haastatelluista kertoi auttaneensa naapuria, mikä tukee aikaisempia tutkimustuloksia ikääntyvistä aktiivisimpina naapuriavun antajina (ks. Hirvonen 2013). Ikääntyvien antama naapuriapu onkin yksi keskeinen voimavaraisuuden muoto. Vuokrataloasumisen kontekstissa siitä löytyy kuitenkin verrattain vähän laadullisin menetelmin tuotettua tietoa.

Haastateltavista enemmistö oli fyysisesti siinä kunnossa, etteivät he itse tarvineet apua arkiaskareiden hoidossa. Muutamalla haastateltavalla oli liikkumiseen ja terveyteen liittyviä hankaluuksia, mutta hekin autoivat muita omien resurssien ja mahdollisuuksien mukaan. Yleisin naapuriavun muoto oli auttaminen pienemmissä, satunnaisissa avuntarpeissa. Moni kertoi esimerkiksi tarjonneensa naapurilleen kyytiapua kauppaan tai lääkäriin, avustaneensa pyykkituvalla tai hoitaneensa naapurin lemmikkieläintä. Kertomuksissa tuli esille myös tilanteita, joissa naapurin avulla oli keskeinen merkitys autettavan kotona pärjäämiselle ja hyvinvoinnille. Eräs haastateltava kertoi esimerkiksi asuintalonsa vanhemmista naisista koostuvasta ”tukiringistä”. Siihen kuuluvat huolehtivat toinen toisistaan sekä muista apua tarvitsevista naapureista:

Tässä on yks semmonen nuori mies joka, me ollaan vähän pidetty häntä sillä lailla siipiemme suojissa, että järjestetään hänelle aina vaatteita ja, sit on tämmönen viiskymppinen mies joka sairastu ja, hän ei osaa siitä omasta hygieniastaan pitää huolta. Että mä auttelen häntä noissa kaikissa Kelan asioissa ja sit joku tekee hänelle ruokaa ja, sitten tosiaan sille käyn ton ruokakassin hakemassa ja, sitten me pakotetaan hänet pois sitten, että me saadaan siivotua. (Tuulikki, asuu yksin)

Kuvauksesta käy ilmi, että naapurista huolehtiminen oli monitasoista ja autettavan arjenhallinnalle merkittävää. Kaarina puolestaan kertoi entisestä naapuristaan, jonka avustaminen alkoi satunnaisesta kyyditysavusta ja kehittyi ajan myötä säännölliseksi auttamiseksi. Kaarina teki autettavan luona lopulta kaikki kotityöt: pesi pyykkiä, siivosi, laittoi ruokaa ja kävi kaupassa. Haastateltava koki tilanteen raskaana, mutta koki vaikeana olla auttamatta yksinasuvaa naapuriaan, jolla ei ollut muuta tukiverkostoa. Naapurisuhteisiin on aina liittynyt normatiivinen velvoite naapuriapuun, mutta moderneissa yhteiskunnissa sen voi katsoa rajoittuvan apuun, jota on helppo ja vaivaton antaa (ks. Ruonavaara 2021). Kaarinan antama apu ylitti selvästi tämän, eikä siihen näyttänyt liittyvän naapuriavulta yleensä odotettua vastavuoroisuutta (esim. Junnilainen 2019).

Naapureiden merkitys näyttäisi vahvistuvan tilanteissa, joissa lapset ja sukulaiset asuvat kaukana tai heitä ei ole. Myös kansainvälinen tutkimus on antanut viitteitä siitä, että etenkin lapsettomille ikäihmisille naapurit voivat olla merkittävä tuen lähde (ks. esim. Barker 2002; Deindl & Brandt 2017). Kaarinan ja Tuulikin kumppaneineen antaman avun ja tuen määrä oli keskimääräistä mittavampaa ja osoittaa, että joissakin tapauksissa naapurit voivat muodostaa tärkeän epävirallisen tukiverkoston yksilölle, joka ei muista lähteistä saa riittävästi tukea arjessa pärjäämiseen. Moni haastateltavista kuitenkin suhtautui varauksellisesti ajatukseen naapurin säännöllisestä avustamisesta.

Säännölliseen naapuriapuun ei välttämättä haluttu sitoutua, koska se koettiin *orjuuttavana*, kuten eräs naishaastateltava asian ilmaisi.

Haastateltavat toivoivat naapureiden välisen tukemisen ja kanssakäymisen tapahtuvan luontaisesti ja vapaaehtoisuuteen pohjautuen. Toisinaan auttamismahdollisuuksia syntyi suunnittelematta. Sinikka kertoi, että hänellä oli tapana istua pihapenkillä talon vanhemman väen kanssa. Eräänä päivänä hätäntynyt naapuri tuli tiedustelemaan, voisiko penkkiseurue katsoa hetken hänen lastaan. Tästä alkoi muutaman kesän kestänyt tapa, jossa talon äidit toisinaan toivat lapsiaan penkkiseurueen hoidettavaksi. Sinikan mukaan järjestely oli kaikille antoisa: lapset ja ”mummelit” pääsivät nauttimaan toistensa seurasta ja lasten äidit saivat tarvitsemansa hengähdystauon.

Usein haastateltavat hyödynsivät naapuriavussa työelämässä karttunutta tietotaitoaan. He kokivat omaavansa paljon kokemusta, viisautta ja kädentaitoja, joita voisi hyödyntää voimavarana. Millä tavoin tämä käytännössä tapahtuisi, oli kuitenkin haasteellisempi kysymys. Omien elämäntilanteiden ”tuputtamiseen” muille suhtauduttiin epäillen – neuvoja ja apua annettiin mieluiten vain pyydettyä. Useiden haastateltavien puheista kuului kuitenkin läpi tietynlainen herkkyys toisten avuntarpeille, joiden tunnistamisessa auttoi iän myötä kertynyt elämäkokemus. Kuten eräs naishaastateltava totesi, vanhemmat ihmiset osaavat tarkastella asioita laajemmasta näkökulmasta sekä tunnistaa elämään ja eri ikäkausiin liittyviä haasteita. Tämä voi olla merkittävä voimavara ikääntyneelle itselleen mutta myös nuoremmille naapureille. Jälkimmäisestä antoi viitteitä keskustelu, jossa haastateltava kertoi grilli- ja tupakka-paikalla kokoontuvasta pienestä asukasjoukosta, *grilliryhmästä*. Irjasta oli asuintalon ja grilliryhmän vanhimpana tullut nuoremmille eräänlainen äitihahmo, joka kuunteli, kannusti ja tuki muita ryhmäläisiä:

Tiitkö ku minä oon just aatellu sitä että ku minua jo sanottiin talon mammaks ja on

nämä muutamat jotka, minusta tuntuu että minä oon heille jo tavallaan semmonen jonkunlainen, turva, tukihenkilö. Että hirveen avoimesti on kertoneet niita entisiä historiaa, sairauksia ja tämmöstä jottain. (Irja, asuu yksin)

Fyysisestä asuin ympäristöstä huolehtiminen: piha ja yhteiset tilat

Kolmas voimavaraisuuden muoto oli haastateltavien tekemä työ fyysisen asuin ympäristön parantamiseksi. Haastateltavat kertoivat ottaneensa paljon vastuuta asuintalon pihapiirin hoitamisesta ja muokkaamisesta asukkaiden tarpeita ja toiveita vastaaviksi. Fyysisestä asuin ympäristöstä huolehtimiseen sisältyi myös talon huoltotarpeiden ilmoittaminen isännöitsijälle sekä mahdollisten yhteisten tilojen, kuten kerhotilan, valvonta.

Yhteisten tilojen viihtyvyyden ja käytettävyyden kohentamiseksi oltiin valmiita näkemään vaivaa, mikäli vuokrataloyhtiö ja isännöitsijä antoivat siihen mahdollisuuden. Pihaa muokattiin oma-aloitteisesti viihtyisämmäksi esimerkiksi hankkimalla kukkia, marjapensaita, hedelmäpuita ja hyötykasveja. Eräs naishaastateltava kertoi istuttaneensa asuintalonsa pihalle runsaasti kukkia ja tehneensä asuintalon viereen pienen oleskelualueen talon asukkaille. Haastateltavan työ pihapiirin kohentamiseksi oli huomattavaa ja keräsi kiitosta muidenkin kuin talon asukkaiden parissa:

Mä olen ollu kaubean aktiivinen ihminen et mulla on hirvoittävästi ollu kaikenlaisia touhuja, tekoja täällä pihalla ja mettässä ja muuta. Et on tullu niinku pari palkintookin kun on ollu kaupungin talojen yhteiset kesäpihakilpailut niin, mä olen pari kertaa sit ollu kolmen parhaan joukossa. (Paula, asuu yksin)

Toinen yhteistä pihapiiriä ympärivuotisesti hoitanut haastateltava oli Matti. Hän kolasi lumia, haravoi lehtiä, leikkasi pensaita ja huo-

lehti kukkaistutuksista. Hänen ansiostaan taloyhtiön pihalle hankittiin vastikään myös keinu, minkä hän toivoi lisäävän asukkaiden keskinäistä kanssakäymistä. Matti koki pihapiiriin panostamisen tärkeänä, sillä se lisäsi asumisviihtyvyyttä ja tuotti iloa kaikille asukkaille:

Et mä haluan olla hyvä ihmisille ja auttaa ja tehdä ja vaikuttaa siihen omaan kotipiiriin, tai pihapiiriin, ja antaa vaikutteita siihen kokonaisuuteen. ... Toikin just toi piha-alue, määkin oon laittanu semmosen kukkapenkin, ja sit mä tein kaks kukkalaatikkoa, mihin mä laitoin kukkasia. Ihan tohon julkisesti, etten mä mittään oman oven eteen laittanu. Sillai et on kaikil iloo. ... Et kaikki saa nauttii siit. (Matti, asuu yksin)

Haastateltavien tekemä työ pihapiirin kohentamiseksi oli merkityksellistä kahdestakin syystä. Ensinnäkin kodin ulkotilat vaikuttavat asumismukavuuteen ja vehreä piha lisää tutustusti asukkaiden hyvinvointia: puutarhamaiset ympäristöt kohentavat mielialaa, liennyttävät stressiä ja vaikuttavat koettuun terveyteen (Rappe 2019). Hyvin hoidettu puutarhamainen piha kutsuu myös viettämään aikaa ulkona ja hyödyttää etenkin asukkaita, joilla on liikkumiseen liittyviä haasteita. Toisekseen pihan käytettävyyden ja viihtyvyyden parantaminen luo mahdollisuuksia tutustua uusiin naapureihin ja rakentaa yhteisöllisyyttä yhdessä tekemisen, kuten pihatalkoiden, kautta. Istumaryhmien ja keinujen hankkimistakin tuntuivat motivoivan ennen kaikkea toiveet lisääntyvästä sosiaalisesta kanssakäymisestä naapureiden kanssa.

Asukasaktiivitoiminta

Neljäs voimavaraisuuden muoto oli asukasaktiivitoiminta eli järjestäytynyt toiminta yhteisön hyväksi. Tämä tapahtui yleisimmin asukas- tai talotoimikuntajäsenyyden kautta. Toimikunta hoiti taloyhtiön yhteisiä asioita, välitti asukkaiden toiveita vuokranantajalle

sekä järjesti yhteisiä tapahtumia, kuten pihatalkoita ja -juhlia. Asukasaktiivitoimintaan on tässä laskettu kuuluvaksi myös haastateltavien omalla asuinalueella tapahtunut vapaaehtoistyö hyväntekeväisyysjärjestöissä sekä työskentely asukastuvalla.

Aineiston kertomusten perusteella asukas-toimikuntien toimintaan ja yhteisiin tapahtumiin osallistuivat aktiivisimmin juuri vanhemmat ihmiset. Haastateltavista yli puolet mainitsi olevansa (tai olleensa) itse mukana asukastai talotoimikunnassa. Etenkin vanhemmat naisasukkaat tuntuivat pitkälti vastaavan toimikuntien pyörittämisestä ja aktiviteettien järjestämisestä. Anneli, joka toimi talotoimikuntansa puheenjohtaja, kertoi heidän järjestävän vuosittain seitsemän eri tapahtumaa ja pitävän kerran viikossa *naisteniltaa*. Myös Tuulikin talossa pelkäästään naisista koostuva asukastoimikunta oli erittäin aktiivinen. Kaksi kertaa vuodessa järjestettävien pihatalkoiden lisäksi taloyhtiössä vietettiin muun muassa joulujuhlia ja kokoonnuttiin kerran viikossa tekemään käsitöitä. Naisporukan ansioista talon pihakin oli muokattu uuteen uskoon monenlaisin istutuksin.

Asukastoimikunnan lisäksi Tuulikki osallistui viikoittain vapaaehtoistyöhön ja oli mukana naapurustossa järjestettävissä hyväntekeväisyystapahtumissa: Tuulikki kertoi naapuruston hyväksi tehdyn työn antavan hänelle valtavasti iloa. Vapaaehtoistyön kautta hän oli tutustunut asuinalueen asukkaisiin, mikä tasapainotti hieman levottomaksi koettua asuinympäristöä: *Mä tunnen näitä tän ympyrän asukkaita niin paljon, henkilökohtaisesti, niin mulla on ehkä vähän helpompaa kuin jollain muulla.*

Vapaaehtoistyö ei rajoittunut ainoastaan hyväntekeväisyyteen. Kirsti kertoi olevansa yksi kuudesta naisesta, jotka pitivät talkoovoimin kahdesti viikossa paikallista asukastupaa auki. Kirsti vertasi asukastupaa olohuoneeksi: siellä tavattiin naapuruston muita asukkaita, kahviteltiin, luettiin lehtiä, jaettiin leipää sekä järjestettiin myyjäisiä ja muita asukastapahtumia. Asukastuvalla saattoi parhaimpina päivinä

käydä jopa 70 vierailijaa, ja kävijämäärien perusteella se olikin tärkeä tutustumis- ja kohtaamispaikka naapuruston asukkailla. Ilman haastateltavan ja muiden vapaaehtoistyöntekijöiden työpanosta tuvan aukioloajat ja toiminta olisivat olleet huomattavasti suppeampia.

Halu vaikuttaa omaan asuinympäristöön asukastoimikunnan kautta tuli esille useassa haastattelussa. Asukkaiden viihtyvyydestä ja toiveiden toteuttamisesta sekä yhteisten tilojen käytettävyydestä haluttiin huolehtia, kuten Lauri ja Sinikka kertovat:

Noilla käyttövaroillahan me on, mitä vuokranantajalta aina saahaan, otettu sinne kerhohuoneelle ne kuntosalilaitteet ja nyrkkeilysäkit. ... Ja on meillä tässä pihallaki semmonen pik-kunen kenttä, sai vuokranantajan tekemään tuohon kerhohuoneen etteen että siinä pystyy petankia, sulukapalloo ja mölökökyä ja tuomosia asukkaat pelailemaan siinä viihtyvyyden vuoks. (Lauri, asuu puolisonsa kanssa)

Kyllä se on ollu niinku jokaiselle suurta riemua kun talotoimikunnan esitykset on menny läpitate, saatu pyykkitupaan kuivaaja, kuivausrumpu, ja ollaan saatu pihalle keinun ja hiekkalaitikon lisäksi niin liukumäki ja muuta tämmöst, ja sitten se grilli. (Sinikka, asuu yksin)

Toisissa taloyhtiöissä asukastoiminta oli hyvinkin aktiivista, toisissa taas toiminta oli hiipunut esimerkiksi toimikuntalaisten välisten erimielisyyksien tai osallistujien vähäisyyden vuoksi. Terttu, jolla oli pitkä asukasaktiivihistoria, kertoi asukastoiminnan vähentyneen selvästi viime aikoina:

Kyl meillä, alkuun oli paljonki [yhteisiä tapahtumia]. Mut sit kun on ihmiset vanhentuneet, ja muuttaneet pois. Ja sit justinsa ku on tullu näit maahanmuuttajii nii valitettavasti mä en oo saanu heit mukaan. Ainakaa meidän yhtiössä. Se porukka on tavallisen paljon pienentyny. Ja sen mukaan et toimintaki on pienentyny. (Terttu, asuu yksin)

Vuonna 2020 kohdattu koronapandemia oli veittänyt jo ennestään pienentyneen toimikunnan suunnitelmat, kuten kahvitteulitaisuuden järjestämisen talon asukkailla. Terttu ei kuitenkaan aikonut luovuttaa vaan totesi, että *täytyy nyt vaan odottaa vähän parempia aikoja.*

Voimavaraisen toiminnan reunaehdoja ja haasteita

Vaikka monet haastateltavat kertoivat tekevänsä niin pieniä kuin isojakin tekoja naapureiden ja asuinympäristön hyväksi, eivät he välttämättä tiedostaneet toimivansa voimavaraisesti. Ajatus voimavarana olemisesta herätti joissakin vaihtelevia tuntemuksia, kuten keskustelu Mirjan kanssa osoittaa:

V: Itse asiassa ajatus on ällöttävä.

K: Onko?

V: On. En todellakaan halua toimia minään voimavarana. Itse asiassa mä oon tehny sitä koko ajan, mä en oo huomannu vaan sitä.

K: Jaa, okei.

V: Et täs on ristiriitanen tää tunne.

K: Jaa.

V: Mutta siin on heti tää, pelko että nyt tunkeudutaan mun yksityisalueelle. Mun ohjelmointiini, ja muuhun. Että olla voimavarana. Ihmiset laittaa oman pihansa kauniiks. Hoitaa kukkaistutuksia, huolehtii sillä tavalla yhteisestä visuaalisesta ulkoasusta. Se on hyvä. Ja sitte pitää pyykkitupaa siistinä. Ja, no katsoo naapurin perään vähäsen. Se on tapahtunu niin luonnollisesti että, kukin voimiensa mukaan. Se tapahtuu niin ku luonnollisesti, luontaisesti ilman että kukaan ryhtyy voimavaraksi.

Voimavaraisen toiminnan nähtiin toteutuvan parhaiten, kun se perustui vapaaehtoisuuteen ja tapahtui luontevana osana naapurisuhteita. Kuten yksi haastateltava ytimekkäästi ilmaisi: *Ei väkisin voi mitään rakentaa.* Mahdollisuuksia voimavarana olemiseen muille punnittiin myös

suhteessa omaan elämäntilanteeseen, käytettävissä oleviin resursseihin ja jaksamiseen. Moni kaipasi hektisen työelämän jälkeen enemmän omaa aikaa ja itselle elämistä, mikä hillitsi intoa toimia tukena ja apuna muille. Lisäksi harastukset tai omaisten ja mahdollisten lastenlasten hoitaminen saattoivat viedä runsaasti aikaa ja voimia. Yksi haastateltavista, joka oli aikaisemmin antanut hoiva-apua sekä naapurille että omaisilleen, kertoi nykyisin vetävänsä tarkemmin rajaa siihen, ketä ryhtyy auttamaan: toisten auttamisen ei viime kädessä haluttu tapahtuvan oman elämän ja jaksamisen kustannuksella. Muutamalla haastateltavalla myös terveysongelmat tai heikentynyt liikkumiskyky vähensivät kiinnostusta ja mahdollisuuksia osallistua naapuruston yhteisiin toimintoihin.

Haastateltavat auttoivat eniten naapureita, jotka olivat vuosien varrella tulleet tutuiksi ja joihin oli muodostunut jossain määrin luottamuksellinen suhde. Keskeisenä esteenä naapureiden välisen tukiverkoston muodostumiselle haastateltavat näkivät sen, ettei naapureita juurikaan tunneta. Tähän vaikuttivat monet asiat, kuten asukkaiden suuri vaihtuvuus, haastateltavan muutto uudelle asuinalueelle, taloyhtiön rauhattomuus sekä asuinalueeseen liitetyt kielteiset mielikuvat. Naapurin ovikelloa ei välttämättä uskallettu soittaa, jos ei tiedetty, millainen vastaanotto tulisi olemaan. Liisa, joka ei juurikaan ollut tekemisissä naapureidensa kanssa, kuvaili tilannetta näin:

Kun me muutettiin tähän, tämä oli aika rauhatonta seutua ja silloin tuli semmonen olo että ei halunnu erityisesti tutustua. Tosin nyt on rauhattunu paljon vuosien myötä, mutta silti on jääny nämä naapuruussuhteet semmoiseksi että pihalla jutellaan, ja ihan asiallista on muuten mutta ne kyläilyt on vähissä... Tässä on niitä asukasyhdistysjuttuja joskus ollu esillä, mutta mä en usko että näistä asukkaista kertyis semmosta... Niin ku sanoin nii täällä ollaan niin erillään ja omissa oloissaan. (Liisa, asuu puolison kanssa)

Haluttomuutta tutustua naapureihin ja osallistua yhteisiin toimintoihin saatettiin selittää yksilöllisillä tekijöillä, kuten luonnekysymyksenä. Liisan kommentti yllä antaa kuitenkin viitteitä naapurustoon liitettyjen mielikuvien ja sosiaalisen osallistumisen välisistä mahdollisista vaikutussuhteista (ks. myös Buffel ym. 2013). Kielteissävytteiset mielikuvat asuinalueesta voivat siis estää naapureihin tutustumista ja voimavaraista toimintaa.

Haastateltavat kokivat myös yhteisten tapahtumien ja sopivien tapaamispaikkojen puuttumisen häiritsevän naapureihin tutustumista. Liisan taloyhtiön pihalla ei ollut edes penkkiä, jossa kesäisin istua ja tavata naapureita. Pihatalkoot ja vastaavat nähtiin hyvänä keinona tutustua naapureihin ja osallistua yhteiseen toimintaan, mutta asukkaiden saaminen mukaan oli usein hankalaa. Jotkut arvelivat haluttomuuden toimia proaktiivisesti omassa asuinpiirissä kumpuavan siitä, että vuokrataloihin liitetään ajatus helposta asumisesta: huoltomiehen tai isännöitsijän kuuluu huolehtia asuintalon tiloista ja asioista, ei asukkaiden.

Toisaalta pyrkimykset edistää yhteisiä asioita ja naapurisuhteita saattoivat tukahtua taloyhtiön hallintoportaaseen. Eräs haastateltava kertoi asukastoimikunnan halusta aloittaa käytäntö, jossa jokainen uusi asukas toivotetaan henkilökohtaisesti tervetulleeksi taloon. Aloite kaatui kuitenkin isännöitsijän vastustukseen. Toinen haastateltava sanoi, että *ois ihan hirveettä*, jos taloyhtiö ei antaisi asukkaille mahdollisuutta vaikuttaa oman asuintalon asioihin tai muokata pihapiiriä halutun laiseksi. Toisin kuin Luhtakallion ja Mustrannan (2017) tutkimassa vuokratalolähiössä haastateltavamme eivät kokeneet, että yhtiö ei olisi heitä kuunnellut tai ymmärtänyt. Haastateltavien kokemuksissa tuli kuitenkin esiin taloyhtiön rooli asukkaiden voimavaraisen toiminnan mahdollistajana tai estäjänä.

Rakennettuun asuin ympäristöön, taloyhtiöön ja ihmisten yksilöllisiin piirteisiin liittyvien tekijöiden lisäksi voimavaraista toimintaa ja naapureiden kohtaamista hankaloittivat tie-

tyt kulttuuriset tekijät. Esimerkiksi kolme haastateltavaa kertoi, että vanhempiin ihmisiin suhtauduttiin kielteisesti. Heidän mukaansa vanhempia ihmisiä ei esimerkiksi kuunneltu, heidän elämäkokemukstaan ei arvostettu eikä heidän osaamistaan tunnustettu. Haastateltavien kertomukset heijastelevat laajempaa ikääntymiseen liittyvää kulttuurista ajattelutapaa, jossa vanhenevaa ihmistä ei nähdä yhteiskunnalle arvokkaana (Marin 2000, 41). Eräs haastateltava jopa arveli nuorempien asukkaiden välttelevän asukastoimikunnan toimintaan osallistumista, koska toimikunta koostui nimenomaan iäkkäämmistä jäsenistä.

Muutama haastateltava pohti mahdollisuutta tarjota ruuhkavuotia eläville lapsiperheille lastenhoitoapua. He pitivät naapuruston varummunna tai -pappana toimimista hyvänä ajatuksena, mutta kokivat käytännön toteutuksen hankalana, jos asuintalossa ei ollut lapsiperheitä tai jos naapurisuhteet olivat etäiset. Myös kokemus muuttuneesta kasvatuskulttuurista loi epävarmuutta eri-ikäisten väliseen kanssakäymiseen. Eräs haastateltava mainitsi, että nykyisen ”vapaa kasvatuksen” takia lapsia ei saanut enää komentaa kuten haastateltavien omassa lapsuudessaan sai, mikä synnytti pelkoa mahdollisista konflikteista ja väärinkäsityksistä.

Viimeisenä voimavaraisen toiminnan kulttuurisena esteenä tuli esiin ”suomalainen ajattelutapa”. Tällä haastateltavat viittasivat koettuun vaikeuteen lähestyä toista ihmistä, haluttomuuteen puuttua muiden asioihin sekä yksin pärjäämisen eetokseen, jotka estivät sekä pyytämästä että antamasta apua.

Yhteenvetoa ja pohdintaa

Niin kotimainen kuin kansainvälinen ikääntyvien asumista koskeva tutkimus on suurelta osin kohdistunut fyysisen ympäristön, koetun paikan ja yhteisöllisyyden merkitykseen ikääntymisprosessissa. Handin ja kumppaneiden (2020) mukaan ikääntymistä ja asumista koskevissa tutkimuksissa tarkastellaan harvemmin

sitä, millä tavoin vanhemmat ihmiset vaikuttavat toiminnallaan asuinympäristöönsä niin, että se vastaa paremmin asukkaiden yksilöllisiä ja kollektiivisia tarpeita. Tutkimuksemme toi uutta tietoa aiheesta: tarkastelimme ikääntyvien voimavaraista toimintaa naapuruston ja sen asukkaiden hyväksi suomalaisessa vuokratilokontekstissa. Laadullista aineistoa hyödynnäessä analyysissa tuli esille neljä tapaa, joilla haastateltavat kokivat toimivansa voimavarana naapurustossaan: läsnäolo ja näkyminen naapurustossa, naapureiden auttaminen ja tukeminen, fyysisestä asuinympäristöstä huolehtiminen sekä asukasaktiivitoiminta. Kolme jälkimmäistä on analyttisessä mielessä eroteltu omiksi voimavaraisen toiminnan muodoiksi, mutta käytännössä ne ovat usein päällekkäisiä ja toisiinsa kietoutuneita.

Läsnäolo ja näkyminen naapurustossa voi vaikuttaa arkielämään, itsestään selvältä ja passiivisemmalla voimavarana toimimisen muodolta, mutta se on tärkeä esimerkki siitä, miten moninaisilla tavoilla ikääntyvät rakentavat yhteisyyttä (ks. myös Hand ym. 2020). Haastateltavat kokivat, että heidän läsnäolonsa naapurustossa luo turvallisuuden tunnetta ja lisää eri-ikäisten ihmisten välistä ymmärrystä. Vaikka läheisiä naapurisuhteita ei eri-ikäisten asukkaiden välille muotoutuisikaan, sukupolvien välisten kohtaamisten on muissa tutkimuksissa nähty tukevan paikallaan ikääntymistä (Bigonnesse 2017, 80) sekä liennyttävän mahdollisia kielteisiä asenteita toisen ikäisiä ihmisiä kohtaan (Öberg 2007, 29). Tutkimuksemme mukaan vanhemmilla asukkailla oli merkityksellinen rooli hyvän ilmapiirin ja kuuluvuudentunteen rakentamisessa, minkä voi ajatella tukevan kaikenikäisten asukkaiden psykososiaalista hyvinvointia.

Toiseksi tutkimuksemme osoitti ikääntyvien voivan olla merkittävä avun ja tuen lähde naapureille, vaikka pitkäaikaiseen ja säännölliseen naapuriapuun ei välttämättä halutakaan sitoutua. Naapureille annettu tuki oli joissakin tapauksissa laajamittaista ja sisälsi jopa hoivaa, mikä on poikkeuksellista tavallisesti ”ystävälliseen etäisyyteen” pohjautuvissa naapurisuht-

teissa (Kouvo & Haverinen 2017; Ruonavaara 2021). Normatiivinen velvoite auttaa naapurua voi aineiston esimerkin tavoin laajentua velvoitteeksi toimia puuttuvana turvaverkkona ja ammattilaisen avun korvaajana, jolloin auttamisesta voi muodostua rasite ja taakka (naapurisuuden taakasta, ks. myös Blokland 2003). Naapurivassu hyödynnettiin usein työelämässä opittua tietotaitoa ja kertynyttä elämäkokemusta, mistä aikaisemman tutkimuksen valossa tiedetään edelleen melko vähän (ks. Topo & Jyrkämä 2020, 326). Vanhempien ikäryhmien naapureille antama epävirallinen apu ja tuki ovat osa sitä arkista auttamista ja voimavaraista toimintaa, jonka laajuutta ja yhteiskunnallista merkittävyyttä ei osata aina tunnistaa, koska se jää virallisten tilastojen ulkopuolelle (Tanskanen ym. 2020,16).

Kolmas keskeinen voimavaruisuuden muoto oli fyysisestä asuinympäristöstä huolehtiminen. Haastateltavat huolehtivat erityisesti asuintalonsa kukkaistutuksista ja pihapiirin yleisestä viihtyisyydestä. Esteettisen arvon lisäksi pihaan panostamisen nähtiin edesauttavan naapurikohtaamisia ja lisäävän asumisviihtyvyyttä, minkä voi katsoa tuottavan hyvinvointietuja kaikenikäisille. Asuinympäristön muokkaaminen asukkaiden tarpeita ja toiveita vastaaviksi oli osa myös viimeistä voimavaraisten toiminnan muotoa eli järjestäytynyttä toimintaa naapuruston hyväksi asukas- tai talotoimikuntajäsenyyden, vapaaehtoistyön tai hyväntekeväisyyden muodossa (ks. myös Hand ym. 2020). Aikaisempi tutkimus on jo antanut viitteitä iäkkäämpien ihmisten huomattavasta roolista vapaaehtoistyössä sekä paikallisella että valtakunnallisella tasolla (ks. Topo & Jyrkämä 2020). Tuloksemme vahvistavat saman naapurustokontekstissa: eläkkeellä olevien asukkaiden aktiivisuus talotoimikunnissa, talkoissa ja asukastuvilla on aineiston valossa merkittävää ja joissakin tapauksissa jopa ratkaisevaa toiminnan jatkumisen ja laajuuden kannalta.

Tutkimuksemme valossa ainakin seuraavat tekijät vaikuttavat voimavaraisten toiminnan mahdollistumiseen: kulttuuriset tekijät (kuten

yhteiskunnalliset asenteet vanhempia ihmisiä kohtaan ja käsitykset naapurisuhteista); yksilölliset tekijät (kuten käytettävissä olevat resurssit, luonne, terveys); fyysiseen asuinympäristöön (kuten rakennetun ympäristön ikäystävällisyys, naapureiden kohtaamispaikat, asuinalueeseen liitetyt mielikuvat) ja sosiaaliseen asuinympäristöön liittyvät tekijät (kuten asuintalon ikärakenne, naapurisuhteiden laatu, yhteinen toiminta), jotka myös Koskinen (2004; 2005) on nostanut esiin keskeisinä vanhuuden voimavaruisuutta rakentavina tekijöinä. Tutkimuksemme ilmeni myös taloyhtiön rooli asukkaiden voimavaraisten toiminnan mahdollistajana tai estäjänä: on tärkeää antaa ikääntyville mahdollisuuksia vaikuttaa omaan asuinympäristöönsä liittyvään päätöksentekoon ja tätä kautta tukea heidän toimijuuttaan. Lisäksi asumispolitiikkaa suunniteltaessa tulisi kuunnella myös vanhempien ihmisten kokemuksia ja näkemyksiä, jotta saadaan tietoa siitä, millaisia merkityksiä erilaisilla asumisratkaisuilla on ihmisten arjelle ja hyvinvoinnille. Kaikilla yhteiskunnan sektoreilla on tärkeää ylläpitää ja tukea ikääntyvien mahdollisuuksia toimia voimavarana omissa yhteisöissään.

Ajatus vanhempien ikäryhmien ”valjastamisesta” yhteisön voimavaraksi voi herättää myös kritiikkiä ja ristiriitaisia tunteita, kuten tutkimuksemmeikin toi esille. Voimavaraisten toimintaan kannustava puhe saattaa eettisesti olla ongelmallista, etenkin, jos toisten ja yhteisön hyväksi toimiminen aletaan nähdä velvoitteena, normatiivisena odotuksena tai kriteerinä hyvälle kansalaisuudelle vanhemmalla iällä (ks. Martinson & Halpern 2011). Yhteiskunnan suunnalta tuleva paine osallistua eläkkeelle jäämisen jälkeen esimerkiksi vapaaehtoistyöhön ja tätä kautta kontribuoida yhteisön hyväksi voi kuormittaa etenkin ikääntyneitä naisia, jotka usein jo tekevät runsaasti palkatonta työtä perheen ja kodin piirissä (Calasanti & Repetti 2018). Lisäksi se, minkä toinen voi ymmärtää huolenpidoksi, kuten naapureiden ”silmälläpito” pihalla istuskeltaessa, voi toisen silmissä olla tungettelevaa ja ei-toivottua vallankäyttöä.

Laadulliseen tutkimusperinteeseen nojaten emme ole tutkimuksessa pyrkineet tulosten yleistettävyyteen. Tutkimuksemme on kohdistunut pieneen osaan tietyn ikäisistä kaupungin vuokratiloissa asuvista asukkaista. Myös heidän rekrytoinnissaan on tapahtunut valikoitumista, joka vaikuttaa osaltaan tuloksiin. Esimerkiksi kaikkein vanhimpia ikäryhmiä tutkimuksemme ei tavoittanut, mihin oli mahdollisesti syynä internetin kautta tapahtunut rekrytointi. Valtaosa haastateltavista oli naisia, joten miesten kokemukset ovat tutkimuksesamme jääneet väistämättä vähemmälle huomiolle. Heidän roolinsa naapurustossa näyttäytyisi todennäköisesti toisenlaisena kuin samaan ikäpolveen kuuluvien naisten, joille vastuu hoi- vasta on perinteisesti kasautunut.

Noin puolella haastateltavistamme oli asukastoimintataustaa, joten tutkimukseen osallistuneet ovat todennäköisesti olleet muita ikäsi- ään keskimääräistä enemmän mukana naapurustonsa toiminnassa. Jatkossa olisi tärkeää tutkia myös nyt haastateltuja vanhempia ihmisiä sekä sellaisten ikääntyvien asukkaiden kokemuksia, jotka ovat jääneet eri tavoin syrjään voimavaraisesta toiminnasta. Heidän tavoittamiseen tarvitaan niin sanottuja perinteisempiä ja osin jalkautuviakin rekrytointiväyliä sähköisten kyselyiden sijaan. Lisäksi olisi kiinnostavaa tutkia nuorempien asukkaiden näkemyksiä ja kokemuksia vanhemmista asukkaista naapuruston voimavarana. Tutkimuksemme perustui ikääntyvien omiin kertomuksiin voimavaraisesta toiminnasta. Näin saatua kuvaa voitaisiin täydentää etnografisemmalla otteella, jossa haastattelujen ohella havainnoitaisiin ikääntyneiden toimintaa naapurustossa. Tämän tutkimuksen puitteissa ja pandemian oloissa siihen ei ollut mahdollisuuksia.

Yhteydenotto:

Hanna Varjakoski, FM, projektitutkija
Turun yliopisto, Sosiaalitieteiden laitos
hanvarz@utu.fi



Kirjallisuus

- Barker JC. Neighbors, friends, and other nonkin caregivers of community-living dependent elders. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 2002;57(3):158–67. <https://doi.org/10.1093/geronb/57.3.S158>
- Bigonnesse C. The role of the socio-physical environment on aging in place for older adults in cohousing and naturally occurring retirement communities. Doctoral thesis, Department of Gerontology, Faculty of Arts & Social Sciences, Simon Fraser University, 2017.
- Blokland T. *Urban bonds*. Cambridge: Polity Press, 2003.
- Braun V, Clarke V. Thematic analysis. In: Cooper H, Camic PM, Long DL, Panter AT, Rindskopf D, Sher KJ, eds. *APA handbook of research methods in psychology*, Vol. 2. Research designs: quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological. American Psychological Association, 2012:57–71.
- Braun V, Clarke V. Conceptual and design thinking for thematic analysis. *Qual Psychol* 2021. <https://doi.org/10.1037/qup0000196>
- Buffel T, De Donder L, Phillipson C, Dury S, De Witte N, Verté D. Social participation among older adults living in medium-sized cities in Belgium: the role of neighbourhood perceptions. *Health Promot Int* 2013;29(4):655–68. <https://doi.org/10.1093/heapro/dat009>
- Calasanti T, Repetti M. Swiss retirees as “active agers”: a critical look at this new social role. *Popul Ageing* 2018;11(1):23–41. <https://doi.org/10.1007/s12062-017-9212-4>
- Deindl C, Brandt M. Support networks of childless older people: informal and formal support in Europe. *Ageing Soc* 2017;37:1543–67. <https://doi.org/10.1017/S0144686X16000416>
- Eronen AK. Hiljaista turvallisuutta? Tutkielma sukupolvien välisestä vuorovaikutuksesta Sukupolvienkorttelissa. Sosiologian pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto, Valtiotieteellinen tiedekunta, 2019.
- Gallagher C. Connectedness in the lives of older people in Ireland. *Ir J Sociol* 2012;20(1):84–102. <https://doi.org/10.7227%2FIJS.20.1.5>
- Guest A, Wierzbicki S. Social ties at the neighborhood level: two decades of GSS evidence. *Urban Aff Rev* 1999;35(1):92–111. <https://doi.org/10.1177%2F10780879922184301>

- Hand C, Laliberte Rudman D, Huot S, Pack R, Gililand J. Enacting agency: exploring how older adults shape their neighbourhoods. *Ageing Soc* 2020;40(3):565–83. <https://doi.org/10.1017/S0144686X18001150>
- Haverinen R, Kouvo A. Milloin naapurin asiat kuuluvat sinulle? Naapurihäiriöihin puuttuminen ja niihin mukautuminen. *Yhdyskuntasuunnittelu* 2011;49(2):8–27.
- Heikkinen E, Marin M, toim. Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi, 2002.
- Henning C, Lieberg M. Strong ties or weak ties? Neighbourhood networks in a new perspective. *Scand Hous Plan Res* 1996;13(1):3–26. <https://doi.org/10.1080/02815739608730394>
- Hirvonen J. Suomalaisen naapurisuuden piirteitä asukaskyselyn valossa. Aalto-yliopiston julkaisusarja Tiede + teknologia 4/2013. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-60-5093-5>
- Honkasalo ML. Katveessa – pieni toimijuus kriittisenä avauksena toiminnan teoriaan. *Tiede & Edistys* 2013;38(1):42–61.
- Howard A, Blakemore T, Bevis M. Older people as assets in disaster preparedness, response and recovery: lessons from regional Australia. *Ageing Soc* 2017;37(3):517–36. <http://dx.doi.org/10.1017/S0144686X15001270>
- Hämäläinen H, Danielsbacka M, Häggglund AE, Rotkirch A, Tanskanen AO. Sukupolvien suhteet: ikääntyminen ja vuorovaikutuksen muutokset suurten ikäluokkien ja lasten elämäkultuussa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D64/2021. Internet: https://www.vaestoliitto.fi/uploads/2021/05/3b4c2265-sukupolvien-suh-teet-netti_final.pdf (viitattu 12.12.2021).
- Ikonen HM. Puhelinhaastattelu. Teoksessa: Hyvärinen M, Nikander P, Ruusuvaara J, toim. Tutkimushaastattelun käsikirja. Tampere: Vastapaino, 2017: luku 12.
- Jolanki O, Leinonen E, Rajaniemi J, Rappe E, Räsänen T, Teittinen O, Topo P. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys ja tutkimustoimikunnan julkaisusarja 47/2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-415-3>
- Junnilainen L. Lähiökylä: tutkimus yhteisöllisyydestä ja eriarvoisuudesta Tampere: Vastapaino, 2019.
- Jyrkämä J. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä: hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehikseksi. *Gerontologia* 2008;22(4):190–203.
- Järvelä P, Rosenqvist O. Ikääntyvien kulttuuritoiminta maaseutukuntien voimavarana. Jyväskylän yliopisto, Kokkolan yliopistokeskus Chydenius, 2007. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-2946-6>
- Kariniemi K, Siira H, Kyngäs H, Kaakinen P. ”Vanhakin on ihminen”: ikääntyneiden kokemuksia vahvuuksistaan, voimavaroistaan ja kotihoidosta. *Gerontologia* 2020;34(1):24–41. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.80436>
- Karisto A. Kolmas ikä: uusi näkökulma väestön vanhenemiseen. Teoksessa: Kautto M, toim. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004:91–103.
- Kautto M. Ikääntyneet resurssina, ikääntyminen voimavarana. Teoksessa: Kautto M, toim. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004:7–23.
- Koskinen S. Ikääntyneiden voimavarat. Teoksessa: Kautto M, toim. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004:24–90.
- Koskinen S. Ikääntymisen voimavarat gerontologisen sosiaalityön taustalla. *Gerontologia* 2005;19(4):193–9.
- Kouvo A, Haverinen R. Dealing with disturbances: interventions and adaptation in Finnish neighbourhoods. *Urban Stud* 2017;54(16):3755–71. <https://doi.org/10.1177%2F0042098016684732>
- Krok S. Kerrostalonaapurusto yhteisöllisyyden kokemuksena. Teoksessa: Roivainen I, Nylund M, Korkiamäki R, Raitakari S, toim. Yhteisöt ja sosiaalityö: kansalaisen vai asiakkaan asialla? Jyväskylä: PS-kustannus, 2008:193–207.
- Luhtakallio E, Mustranta M. Demokratia suomalaisessa lähiössä. Helsinki: Into, 2017.
- Marin M. Vanhusten sosiaalinen ja kulttuurinen pääoma hyvän vanhenemisen ehtona. *Gerontologia* 2000;14(1):37–42.
- Martinson M, Halpern J. Ethical implications of the promotion of elder volunteerism: critical perspective. *J Aging Stud* 2011;25(4):427–35. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2011.04.003>
- Möllenhorst G, Völker B, Schütjens V. Neighbour relations in the Netherlands? A decade of evidence. *Tijdschr Econ Soc Geogr* 2009;100(4):549–58. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-9663.2009.00588.x>
- Narushima M. ’Payback time’: community volunteering among older adults as a transformative

- mechanism. *Aging Soc* 2005;25(4):567–84. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/S0144686X05003661>
- Nocon A, Pearson M. The roles of friends and neighbors in providing support for older people. *Ageing Soc*. 2000;20(3):341–67. <https://doi.org/10.1017/S0144686X99007771>
- Pani-Harremán KE, Bours GJ, Zander I, Kempen GI, van Duren JM. Definitions, key themes and aspects of ‘ageing in place’: a scoping review. *Ageing Soc* 2021;41(9):2026–59. <https://doi.org/10.1017/S0144686X20000094>
- Pirhonen J, Pietilä I. Active and non-active agents: residents’ agency in assisted living. *Ageing Soc* 2018;38(1):19–36. <https://doi.org/10.1017/S0144686X1600074X>
- Rappe E. Viherympäristöt ja puutarhat terveyden ja hyvinvoinnin edistäjinä. Teoksessa: Ylilauri M, Yli-Viikari A, toim. Kohti luonnollista hyvinvointia: näkökulmia luontoperusteisen toiminnan kehittämiseen. Vaasan yliopisto, Levón-Instituutin julkaisu 143, 2019:37–51.
- Rotkirch A, Berg V. Ystävät. Teoksessa: Danielsbacka M, Hämäläinen H, Tanskanen AO, toim. Suomalainen auttaminen: tukiverkostot suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä. Helsinki: Gaudeamus, 2020:167–81.
- Ruonavaara H. The anatomy of neighbour relations. *Sociological Research Online* 2021. <https://doi.org/10.1177/13607804211012708>
- Seppänen M. Liipolan onni: asuinalueen sosiaalinen erilaistuminen ja merkitys asukkaille. Helsinki: Palmenia-kustannus, 2001.
- Smith AE. Ageing in urban neighbourhoods: place attachment and social exclusion. Bristol: Policy, 2009.
- Strandell A. Asukasbarometri 2016: kysely kaupunkimaisista asuinympäristöistä. Helsinki: Suomen ympäristökeskus SYKE, 2017.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestöennuste. Helsinki: Tilastokeskus, 2019. Internet: http://www.stat.fi/til/vaenn/2019/vaenn_2019-09-30_tie_001_fi.html (viitattu 11.12.2021).
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Asunnot ja asuinolot. Yleiskatsaus 2020. Helsinki: Tilastokeskus, 2020. Internet: http://www.stat.fi/til/asas/2020/01/asas_2020_01_2021-10-14_tie_002_fi.html (viitattu 15.8.2022).
- Suomi A, Hakonen S, toim. Kuluerästä voimavaraksi: sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-Kustannus, 2008.
- Tanskanen AO, Hämäläinen H, Danielsbacka M. Johdanto: auttaminen ja vuorovaikutus sukupolvien ketjuissa. Teoksessa: Danielsbacka M, Hämäläinen H, Tanskanen AO, toim. Suomalainen auttaminen: tukiverkostot suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä. Helsinki: Gaudeamus, 2020:15–30.
- Tiilikainen E, Lisko I, Kekkonen E, Solomon A, Ngandu T, Kivipelto M, Kulmala J. Everyday life meaningfulness for the community-dwelling oldest old during the COVID-19 pandemic. *Front Psychol* 2021;12:e716428. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.716428>
- Topo P, Jyrkämä J. Iäkäätkä kasvattamassa yhteisiä ja yksityisiä voimavaroja. *Gerontologia* 2020;34(4):323–7.
- Tuominen K, Pirhonen J. ”Who would take a 90 year old?” Communitydwelling nonagenarians’ perceptions of social relationships. *Int J Ageing Later Life* 2019;13(1):111–37. <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.18387>
- Varjakoski H. Ikääntyneiden naapurisuhteista ja verkostoista. *Gerontologia* 2021;35(2):193–203. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.98638>
- Vidovicová L. New roles for older people. *J Popul Ageing* 2018; 11(1):1–6. <https://doi.org/10.1007/s12062-017-9217-z>
- Vilkko A. Paikoillaan vanhenemisen politiikkaa. *Gerontologia* 2005;19(2):55–6.
- Völker B, Flap H, Lindenberg S. When are neighbourhoods communities? Community in Dutch neighbourhoods. *Eur Sociol Rev* 2007;23(1):99–114.
- Wenger GC. The special role of friends and neighbours. *J Aging Stud* 1990;4(2):149–69. [https://doi.org/10.1016/0890-4065\(90\)90012-W](https://doi.org/10.1016/0890-4065(90)90012-W)
- Wiles JL, Jayasinha R. Care for place: the contributions older people make to their communities. *J Aging Stud* 2013;27(2):93–101. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2012.12.001>
- Äyräväinen I, Piirainen A, Lintunen T, Rantanen T. Vapaaehtoistyöntekijöiden kokemuksia vastavuoroisuudesta ikääntyneiden ihmisten vapaaehtoisuudessa. *Gerontologia* 2019;33(1):3–18.
- Öberg BM. Meeting the other: a way of fighting age discrimination? A discussion circle with young and old participants in Sweden. *J Intergener Relatsh* 2007;5(2):27–44. https://doi.org/10.1300/J194v05n02_03