

Väitös Jyväskylän Yliopistossa 12.11.2005:

## **SUOMALAISTEN IHANNEIKÄ ON USEIN OMA IKÄ**

PsL **Virpi Uotisen** psykologian väitöskirjan "I'm as old as I feel. Subjective age in Finnish adults" (Olen sen ikäinen kuin tunnen olevani. Suomalaisten aikuisten subjektiivinen ikä) vastaväittäjänä toimivat professori **Stig Berg** (Institutet för Gerontologi, Hälsohögskolan, Jönköping, Ruotsi) ja kustoksena emeritusprofessori **Isto Ruoppila**.

Virpi Uotinen osoitti väitöskirjatyössään, että subjektiivinen ikä, eli yksilön oma arvio iästään, on yhteydessä koettuun hyvinvointiin ja terveyteen erityisesti elämän jälkipuoliskolla.

Iäkkäistä haastatelluista noin puolet kuvasi itseään ikäänsä nuoremmaksi ja lähes yhtä moni tunsi itsensä ikäisekseen. Pieni, usein muita huonokuntoisempi vähemmistö, piti itseään kalenteri-ikänsä vanhempana. Haastatelluista noin puolet mainitsi senhetkisen ikänsä ihanneikäseen. Itsensä omaa ikäänsä nuoremmaksi ilmoittaneita oli lähes yhtä paljon. Heidän kokemuksensa selittynee ikääntymistä koskevien kulttuuristen uskomusten yksipuolisuudella, jolloin yhä harvempi ikääntyvä löytää niistä itseään.

- Se, että iäkäs henkilö kokee olevansa ikäisensä, kertoo useammin myönteisestä kuin kielteisestä suhtautumisesta omaan ikävaiheeseen. Varsin moni tutkimukseen osallistuneista yli 65-vuotiaista henkilöistä ilmoitti senhetkisen ikänsä ihanneikäseen, Uotinen pohtii.

Koetun ja ihanneiän suhde kalenteri-ikään pysyi samana noin puolella alkuaan 65—84-vuotiaista haastatelluista kahdeksan vuoden seurannan aikana. Omien arvioiden suhteellisen suuri pysyvyys iäkkäillä henkilöillä voi kertoa siitä, että iän arviointiperusteet ovat joustavia. Monilla iäkkäistä vasta olennainen muutos terveydessä ja toimintakyvyssä tai sosiaalisissa rooleissa aiheuttaa tarpeen arvioida uudelleen suhdetta omaan ikään. Usein oman tilanteen peilauspintana ovat ikätoverit.

## **Iäkkäiden henkilöiden ikäkokemuksella on yhteys jäljellä olevaan elinaikaan**

Virpi Uotinen havaitsi ikäistään vanhemmaksi itsensä kokeneiden iäkkäiden haastateltujen kuolleen ikätovereitaan aikaisemmin. Kolmentoista vuoden seurannan aikana kuolleisuusero eri tavoin koettua ikäänsä kuvanneiden välillä säilyi siitä huolimatta, että tarkastelussa otettiin huomioon haastateltujen ikä, koulutus sekä useita terveyttä ja psyykkistä toimintakykyä kuvaavia tekijöitä.

Kokemus, että on ikäistään vanhempi, näyttäisi ennakoivan kuolemaan johtavaa terveyden heikkenemistä ja olisi siten yhteydessä jäljellä olevan elinajan pituuteen. Päätelmää puoltaa se, että tutkimukseen osallistuneet ikäistään vanhemmaksi itseään kuvanneet henkilöt olivat myös fyysisesti ja psyykkisesti muita huonokuntoisempia.

- Subjektiivista ikää voitaisiin hyödyntää pyrittäessä tunnistamaan niitä iäkkäitä henkilöitä, joita uhkaa terveyden ja hyvinvoinnin merkittävä heikkeneminen, Uotinen arvioi.

## **Suomalaisnaisten ihanneikä korkeampi kuin miesten**

Uotisen tekemä vertailu osoitti eroja työikäisten suomalaisten ja pohjoisamerikkalaisten koetussa iässä ja ihanneiässä. Suomalaisten koettu ikä oli korkeampi kuin pohjoisamerikkalaisten. Naisten ja miesten koetut iät eivät sen sijaan eronneet kummassakaan aineistossa. Pohjoisamerikkalaisen aineiston

työikäiset, sukupuoleen katsomatta, sijoittivat ihanneikänsä varhaisempaan aikaan elämänsä aikana. Suomalaisten ihanneikä oli sitä vastoin lähempänä omaa kalenteri-ikää. Suomalaisnaisten ihanneikä oli, kalenteri-ikästä riippumatta, korkeampi kuin vastaavien ikäisten suomalaismiesten.

- Kulttuuriset ja yhteiskunnalliset tekijät heijastuvat käsityksiin ikääntymiseen sisältyvistä menetyksistä ja saavutuksista. Esimerkiksi se, että suomalaisnaisten elinajan odote on pitempi kuin miesten, saattaa selittää erityisesti vanhimpiin ikäluokkiin kuuluneiden naisten miehiä korkeampaa ihanneikää. Korkeamman ihanneikän voi näin tulkita heijastavan naisten pitempää odotushorisonttia oman tulevaisuutensa suhteen, Uotinen selittää.

Tutkimus toteutettiin osana monitieteistä Ikivihreät-projektia, jossa on kartoitettu seuruututkimuksen keinoin mm. yli 65-vuotiaiden henkilöiden terveyttä, toimintakykyä ja elinolosuhteita sekä niissä tapahtuvia muutoksia. Haastatteluun osallistui 1224 henkilöä, joista 663 oli mukana myös tutkimuksen toisessa vaiheessa kahdeksan vuotta myöhemmin. Osa tutkimuksen havainnoista perustui yli tuhannelta 25–64-vuotiaalta jyvaskyläläiseltä kerättyyn postikyselyyn. Tällä kyselyllä kerättyjä subjektiivisen iän kuvauksia verrattiin pohjoisamerikkalaisen vastaavan ikäryhmän tuottamiin kuvauksiin.

### **Lisätietoja:**

Virpi Uotinen, puh. 014-260 4346, 050 307 6817, virpi.uotinen@avoin.jyu.fi

Tiedottaja Liisa Harjula, p. (014) 260 1043, tiedotus@jyu.fi, josta saa myös väittelijän kuvan sähköisessä muodossa.

Väitöskirja on julkaistu sarjassa Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research numero 276, 63s., Jyväskylä, University of Jyväskylä, 2005, ISSN 0075-4625; 276, ISBN 951-39-2236-7. Julkaisua saa Jyväskylän yliopiston kirjaston julkaisuyksiköstä, puh. 014-260 3487, myynti@library.jyu.fi

Väitöskirja perustuu kolmeen alkuperäisjulkaisuun, jotka ovat ilmestyneet kansainvälisissä tiedelehdissä ja yhteen julkaistavaksi lähetettyyn artikkelikäsikirjoitukseen. Työn ohjaajina toimivat emeritusprofessori Isto Ruoppila, dosentti Timo Suutama, emeritaprofessori Lea Pulkkinen ja dosentti Riitta-Liisa Heikkinen Jyväskylän yliopistosta. Tutkimusta ovat tukeneet Suomen Kulttuurirahasto, Ikääntyminen, hyvinvointi ja teknologia -tutkijakoulu sekä Jyväskylän yliopisto.

Virpi Uotinen on valmistunut ylioppilaaksi Poltinahon lukioista Hämeenlinnasta vuonna 1981 ja lastentarhanopettajaksi Helsingin lastentarhanopettajaopistosta vuonna 1984. Jyväskylän yliopistosta Uotinen valmistui yhteiskuntatieteiden maisteriksi kehityspsykologia pääaineenaan vuonna 1989 ja psykologian lisensiaatiksi vuonna 1996. Uotinen on työskennellyt aiemmin vs. sosiaalityöntekijänä Sisä-Suomen sairaalan psykiatrian poliklinikalla, kehityspsykologian assistenttina ja tutkijana Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksessa sekä tutkijana Suomen gerontologian tutkimuskeskuksessa Jyväskylän yliopistossa. Virpi Uotinen on toiminut vuodesta 2002 lähtien Jyväskylän avoimessa yliopistossa psykologian ja psykogerontologian yliopistonopettajana.

### **ABSTRACT**

Virpi Uotinen

I'm as old as I feel. Subjective age in Finnish adults

Jyväskylä: University of Jyväskylä, 2005, 63 p.

(Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research,  
ISSN, 0075-4625; 276)

ISBN 951-39-2236-7

Yhteenveto: Olen sen ikäinen kuin tunnen olevani. Suomalaisten aikuisten subjektiivinen ikä.  
Diss.

The aims of the study were to explore the patterns of subjective age among Finnish adults and to examine whether subjective age would be associated with indicators of health, well-being and functioning. Further, the aim was to investigate potential cross-cultural differences in subjective age. Subjective age was defined as the dimension of age that reflects age as experienced by an individual.

The study, reported in four original articles, was part of the Evergreen project, a longitudinal and multidisciplinary research programme, based on samples that were drawn from the inhabitants of Jyväskylä, Finland. In studies 1-3 the participants were aged 65 to 84 years. They were interviewed in their homes in 1988 (N = 1,224) and 1996 (N = 663), and their mortality was followed up for 13 years. The participants of study 4, conducted in 1992, were aged 25 to 64 years (N = 1,355) and answered a mailed questionnaire concerning attitudes towards ageing. The participation rates in studies 1-3 were 80%-88% and in study 4 total of 61.5%. Subjective age was indicated by feel age, ideal age, mental age, and physical age. Additional questions concerned age weighing, the onset of old age, and willingness to live 100 years. In studies 1-3 information on participants' physical and mental status and social situation was gathered.

The results showed both stability and bi-directional change in subjective age. Men and women did not differ in their feel age but women reported higher ideal age in all age groups. The associations found between subjective age and indicators of health, well-being and functioning were in line with previous studies, suggesting that subjective age is a valid measure of the personal ageing experience. The association found between subjective age and mortality in study 3 suggests that older subjective age may be an early indicator of worsening health in older people. Cross-cultural comparison conducted in study 4 between Finnish and North-American age groups, showed that Finns typically had higher feel and ideal ages than their North-American counterparts. This suggests that socio-cultural context needs to be taken into account in research on subjective age.

Key words: subjective age, age identification, aging experience, follow-up study, Evergreen project

3.11.2005