

tomasti omista turhautumisen hetkistään ja onnistumisistaan. Esimerkit palvelevat kokonaisuutta, sillä ne arkipäiväistävät monet tutkijoille tutut tunnekuohut julkaisuprosessiin olennaisesti kuuluviksi ja ohimeneviksi vaiheiksi.

Viimeisissä luvuissa Hjelm heittäytyy täysillä akateemisen valmentajan rooliin. Hän tarkastelee julkaisemista uran luomisen näkökulmasta ja vahvistaa lukijan itseluottamusta. Auki kirjoitettuna esimerkiksi ajankäytön hallintaan ja työskentelyn tehostamiseen liittyvät neuvot vaikuttavat yllättävän yksinkertaisilta, mutta samalla niiden taustalla olevat ongelmat on

helppo tunnistaa. Hjelm esimerkiksi muistuttaa tutkimustietoon nojaten, että ”säännöllinen kirjoittaminen – silloinkin kun se tarkoittaa vaikka vain puolen tunnin jaksoa päivässä – on tuotteliaampaa kuin inspiraation tai oikean hetken odottaminen” ja että ”on hyväksyttävää sanoa ’ei’ uusille kirjoitusprojekteille, mutta ei hyväksyttävää sanoa ’ehkä’, koska useimmiten ’ehkä’ tarkoittaa loppujen lopuksi ’kylä’”. Viimeisillä sivuilla Hjelm usuttaa lukijansa kilpaventäjä-räväköiden kannustushuutojen saattamana: ”Do it!”, ”Miksi enää odottaa?”

Napakka, kepeä ja asiapitoinen teos on mielenkiintoista ja

mukaansatempaavaa luettavaa kaikille akateemiselle uralle aikoville, tyhjän paperin kammosta kärsiville ja oman tutkimuksensa vaikuttavuutta pohtiville. Se toimii myös käsikirjan tavoin esitellen kattavasti julkaisemiseen liittyvää kansainvälistä käsitteistöä. Ainoa asia, jota jäin kaipaamaan kirjalta, oli kattava asiasanahakemisto tai sanasto, jonka avulla käsitteet olisi ollut helppo kerrata ja löytää jälkikäteen.

Tästä puutteesta huolimatta teos on itsessään erinomainen osoitus siitä, että Hjelm on soveltanut antamiaankin vinkkejä menestyksekkäästi ja että nämä vinkit toimivat myös käytännössä.

Vanhenemisen näköaloja

JARKKO ESKOLA

Marja Saarenheimon *Vanhenemisen taito* on muistamista, vanhenemista ja ikääntymistä vuosikymmeniä tutkineen psykologin, psykoterapeutin ja vanhustyöhön syvällisesti perehtyneen tutkijan seestynyt, kypsytynyt ja hienovaraisesti kirjoitettu teos. Se ohjaa lukijaansa miettimään vanhenemiseen liittyviä näköaloja, auttaa häntä ymmärtämään tulevan iän mahdollisia pulmia niitä liioittelematta. Se on otteessaan ymmärtäväinen, myönteinen ja uskoa antava luoden samalla valoisan kuvan ikääntymisestä.

Kirjoittaja ei – kuten hän alkusanoissaan toteaa – ole kirjoittanut ”reseptikirjaa hyvästä tai onnistuneesta vanhenemis-

ta” vaan tutkimukseen nojaavaa tietoa siitä, millaisilla valinnoilla voimme ehkä vaikuttaa elämäämme ja vanhenemiseemme.

Saarenheimo lähestyy vanhenemista useista näkökulmista, jotka hän on nimennyt seuraavasti: ”Ikääntymisen uusi kulttuuri”, ”Keho, mieli ja vanheneminen”, ”Kypsan mielen voimat”, ”Muisti”, ”Mikä meitä ohjaa – tunne, järki vai tahto?”, ”Mielen taidot ja psyykkisen hyvinvoinnin ylläpitäminen ikääntyessä” ja ”Vanheneminen teoriassa ja käytännössä – sopeutumista, valintaa ja vastarintaa”.

Olennaista lukijan kannalta on, että Saarenheimo kokeneena psykoterapeutina ja tutkijana kuvaa ikääntymisen mahdol-

Marja Saarenheimo
Vanhenemisen taito
Vastapaino, 2017

lisia haasteita kaikista näistä näkökulmista. Hän selvittää niitä tutkimuksin ja usein myös psykoterapian antamin esimerkein, jotka hän poimii taitavasti psykoterapia-hoitojensa kokemuksista. Täten lukija saa lähes henkilökohtaisella tasolla tuntuun tiedon, kokemuksen ja eletyn elämän antaman syventävän viestin välityksellä kustakin osaluokasta.

Väestön ikääntyminen on globaali trendi, mutta erityisesti se

koskee EU-Euroopan väestöä ja Japania. Niinpä varautuminen tähän ”ongelmaan” on merkittävä kansantaloudellinen ja sosiaalipoliittinen haaste. Se heijastuu parhaillaan nykyisen hallituksen yritykseen ratkaista suurten ikäluokkien ikääntymisen aiheuttama terveys- ja sosiaalipalveluita koskeva tulevaisuuden haaste, ns. sote-uudistus. Sen ytimessä on huoli kasvavasta taloudellisesta taakasta, jonka koetaan ylittävän tulevat resurssit. Se, onko huoli perusteltu ja aiheellinen, on edelleen avoinna.

Euroopan unionissa vuotta 2012 vietettiin ikääntymisen ja sukupolvien välisen solidaarisuuden teemavuotena. Tällöin kehitettiin myös ns. aktiivisen ikääntymisen indeksi, joka kuvaa eri maiden eläkkeellä olevan väestön osaa. Ajatuksena oli tunnistaa tämän ryhmän ongelmia ja edistää ikäystävällistä yhteiskunnallista keskustelua. Olisiko siis ”aktiivinen vanhuus” keino saada ikääntyvä väestö paitsi pitämään huolta itsestään, myös väline, jolla he vähentävät ikääntymiseen liittyvää lisäänty-

vää sairastavuutta. Onko se siis kuitenkin piilevästi talouspoliittiselta pohjalta syntynyt idea eikä ”aidosti” kansanterveyden kohentamiseen tähtäävä. Tällaiset spekulatiot ovat tahranneet aktiiviseen ikääntymiseen pohjautuvaa valistusta. Tältä pohjalta tuntuu kirjoittajakin lähestymistapaan suhtautuvan.

Marja Saarenheimon kirjaa voi lämpimästi suositella ikääntymisestä kiinnostuneille ja eläkeikää lähestyville tai jo sen portailla eteneville lukijoille.

C. Wright Mills sai arvoisensa elämäkerran

MATTI VIRTANEN

Luin aikanaan C. Wright Millsin kirjan *Sociological Imagination* antaumuksella vuonna 1980, ja se lukukokemus vaikutti myöhempiin omiin kirjoittamisiini. Siksi aloitin tämän kirjan lukemisen hieman huolestuneena: Millsistä ei saisi tehdä ikävällä tavalla akateemista ja puisevaa elämäkertaa. Mitä pitemmälle kirjaa luin, sitä enemmän huolet hälvenivät. Juha Suoranta on onnistunut tekemään joka suhteessa hyvin ”millsiläisen” kokonaisuuden.

Ensinnäkin lyhyt esipuhe kertoo, miksi kirja on tehty ja juuri nyt: ”Mitä enemmän luin Millsin tekstejä, sitä enemmän vakuutuin hänen ajattelunsa ajankohtaisuudesta. Yhteiskuntien rakenteita ja politiikkaa koskevat kysymykset ovat pysyneet Millsin ajoista, 1940-luvulta, yllättävän samoina.”

Toiseksi esipuhe kertoo, että kypsä Mills rakensi ja kirjoitti kaikki tekstinsä niin selkeiksi ja ymmärrettäviksi kuin osasi, koska halusi ne kaikkien yhteisistä asioista kiinnostuneiden luettaviksi. Näin on kirjansa tehnyt myös Suoranta. Kolmanneksi hän sanoo noudattaneensa Millsin ohjetta, jonka mukaan tarkastelussa ”on pidettävä samaan aikaan silmällä yksilön elämäkertaa ja yhteiskunnan historiaa ja niiden mutkikkaiden yhteyksien kirjoa”.

C. Wright Mills asui ja kävi koulunsa Wacon ja Dallasin kaupungeissa Texasissa. Perhe eli alemman keskiluokan elämää, vanhemmat eivät olleet käyneet kouluja eikä kotona luettu kirjoja. Lukion jälkeen Mills jatkoi vuonna 1934 vanhempiansa toiveen mukaisesti texasilaiseen sotilasoppilaitokseen, mutta inho-

Juha Suoranta
C. Wright Millsin sosiologinen elämä
Vastapaino, 2017

si laitoksen sotilaallisuutta niin, että keskeytti ensimmäisen lukuvuoden jälkeen.

Seuraavana vuonna hän aloitti filosofian opiskelun Texasin yliopistossa. Millsin opettajat olivat perehtyneet pragmatismiin, jonka keskeisen kehittäjän, John Deweyn, pelkistys oli: ”Tieto on toimintaa ja teoria käytäntöä”. Vuonna 1938 Mills kirjoitti: ”Intellektuaaliset kummisetäni olivat pragmatisteja”. Heiltä Mills oppi keskeiset metodologiset periaatteensa. Ihanteena oli konkreettinen, teorian ja empirian toisiaan ruokkinut tieto. Tosiasiat eivät koskaan puhu puolestaan, vaan tarkoittavat jotain