

Iloa ja nautintoja kotitöistä

Päivi Timonen

Arkisten askareiden tekeminen tuottaa mielihyvää ja iloa monelle. Ruoanlaitto ja puutarhanhoito kuuluvat yhä useamman suomalaisen kotoisiin harrastuksiin. Shoppailusta taas on tullut yhä useammalle houkutteleva kodin ulkopuolinen harrastus.

VAPAA-AJAN ARVOSTUS on kasvanut Suomessa viime vuosikymmenien aikana. Puhuttaessa elämysyhteiskunnasta ajatellaan, että elämykset ovat vastakohta arjen elämälle ja kodille. Kuluttajatutkimuskeskuksen vapaa-aikatutkimuksen tulokset kertovat toista – koti on rikkaan elämän ytimessä (Timonen 2005). Ruoanlaiton ja puutarhanhoidon kaltaiset arkiset askareet eivät ole elämyskeskustelun piirissä, vaikka ne muodostavat tärkeän osan hyvinvointiamme. Vapaa-ajan tarkastelu tekemisen ilona tuo esiin vapaa-ajan mahdollisuutena oppimiseen ja luovuuteen (Csikzentmihalyi 1975/2000) ja korostaa kulutukseen liittyvää iloa ja tyydytystä (Scitovsky 1976/1992). Näkemykseni on, että tekemisen ilo ohjaa kuluttajia vapaa-ajan toimissa vähintään yhtä paljon kuin nautintojen tavoittelu, jossa aistimukset ovat hetkellisiä, tässä ja nyt tapahtuvia. Tutkimusten mukaan koti ja perhe ovat suomalaisille hyvin tärkeitä asioita ja 1990-luvulla kodin ja perheen merkitys kaikenikäisille, myös nuorille, on lisääntynyt. Koti on tärkeä paikka niin naisille kuin miehille.

Kotityöt – välttämätöntä arkea ja hauskoja harrastuksia

Mitä kotona tehdään ja mitä kotona tapahtuu? Seuraavassa pohdin kodissa tapahtuvaa toimintaa ja tavaroiden ostamista kotiin Tilastokeskuksen vapaa-aikatutkimuksen avulla (laajemmin Liikkanen ym. 2005). Tekemisen iloa voi kokea hyvin monenlaisessa tekemisessä niin työssä, arkisissa askareissa kuin harrastuksissa. Seuraavassa tarkastelen,

miten kolme hyvin erilaista kotityötä, ruoanlaitto, ostoksilla käynti ja puutarhanhoito, eroavat toisistaan arjen nautintoina. Perinteisestä kotitöiden kolmikosta ruoka-siivous-pyykki, ruoanlaitto oli vain harvoille pelkkä rutiini ja velvollisuus. Useimmille se oli ainakin välillä nautittava harrastus. Keittiön ohella puutarha oli naisten ja miesten yhteistä nautinnon tilaa. Tänä päivänä puutarha on nautinto ja vain harvoille suomalaisille pakkotyön ja velvollisuuksien paikka. Ostoksilla käynnistä nauttavia löytyi niin iäkkäistä miehistä kuin nuorista naisista.

Elämän laatu ja sisältö ovat tulleet materiaa keskeisemmiksi asioiksi vaurastumisen myötä. Vaurauden myötä ihmisten pyrkimykset liittyvät tavaran tavoittelun sijaan yhä lisääntyvässä määrin muihin onnellisuutta edistäviin asioihin. Suomalaisille koti on elämän luksusta. Tässä artikkelissa pohdin hedonistisen, nautintoa ja mielihyvää tavoittelevan kulutuksen näkökulmasta, millaista tekemisen iloa ja luksusta koti ja kotityöt tarjoavat suomalaisille.

Keski-ikäiset miehet ovat löytäneet ruoanlaittoharrastuksen

Tilastokeskuksen vuonna 2002 kerätyissä vapaa-aikatutkimuksen haastatteluissa kysyttiin joistakin kotitöistä, tehdäänkö niitä ja onko niiden tekeminen rutiinia, huvia vai molempia. Vastaukset tähän kysymykseen tuovat esiin arkisen elämän mahdollistamat nautinnot ja tekemisen ilon. Suomen yli kymmenvuotiaista yli puolelle miljoonalle ruoanlaitto, noin neljällesadalle tuhannelle ostoksilla

käynti ja lähes miljoonalle puutarhanhoito on aina huvi ja harrastus (taulukko).

Kun puhutaan tekemisen ilosta, kyseessä on optimaalinen kokemus, jossa taidot ja ympäristön haasteet sopivat yhteen. Yksilö kokee keskittymistä ja sitoutumista. Hän pystyy vapautumaan estoista ja kokee kontrolloivansa tilannetta. Toiminta itsessään tuottaa tyydytystä ja usein optimaaliset kokemukset liittyvät luovaan ja mutkikkaaseen tekemiseen. Se mahdollistaa yksilön kehittymisen ja yksilö etsii haasteita, jotka mahdollistavat taitojen kehittymisen. Millaisia haasteita ja kenelle ruoanlaitto, ostoksilla käynti ja puutarhanhoito antavat?

Puolesta miljoonasta ruoanlaiton harrastajasta miehiä on noin 300 000 ja naisia 200 000. Erityisesti keski-ikäiset miehet ovat Suomessa löytäneet keittiön ja ruoanlaiton ilot. Suomalaisista miehistä on suunnilleen yhtä paljon heitä, jotka eivät ollenkaan osallistu ruoanlaittoon kuin heitä, joille ruoanlaitto on harrastus. Eri ikäiset miehet osallistuvat ruoanlaittoon hyvin eri tavoin. Yli 65-vuotiaista miehistä kolmannes ei osallistunut ruoanlaittoon, kun taas heitä nuoremmista miehistä vain yksi kymmenestä ei osallistunut ruoanlaittoon koskaan. Intohimoisia ruoan harrastajia löytyi noin 15 prosenttia kaikista ikäryhmistä.

Käytin asuinpaikkaa ja asuinympäristöä kuvaavia tietoja tarkentaessani sitä, millaisia ovat ruoanlaittoa harrastavat miehet. Suur-Helsingissä heitä on melko harvassa. Ruoanlaittoa harrastuksenaan pitävät miehet näyttivät asuvan puoliurbanissa tilassa – pientaloissa isojen kaupunkien ulkopuolella. Ei mikään ihme, että business-lehtien elämäntyyli-palstat keskittyvät kesän tullessa vertailemaan hiili- ja kaasugrillien eroja ja kertovat huippukokkien grillausvihjeitä. Mieleen tulevat pihalla tapahtuva makaran ja lihan grillaus ja kalan savustus miesten bravuureina. Miesten ruoanlaittoharrastus näyttäytyy osana suomalaisten luontosuhteen urbanisoitumista.

Naisten kiinnostus ruoanlaittoon näyttää vähentyneen

Entä naisten ruoanlaittoharrastus? Lähes kaikki naiset tekevät Suomessa ruokaa. Vain jotkut kotona asuvat alle 24-vuotiaat ja toisaalta jotkut yli

Taulukko
Ruoanlaitto, ostoksilla käynti ja puutarhanhoito huvina ja rutiinina yli 10-vuotiaille suomalaisille.

	Ruoanlaitto		Ostoksilla käynti		Puutarhanhoito	
	Miehet %	Naiset %	Miehet %	Naiset %	Miehet %	Naiset %
Aina huvina	15	11	8	13	21	25
Ei osallistu tai tee	15	2	4	3	41	41
Aina rutiinina	16	26	40	24	11	7

Lähde: Tilastokeskus, vapaa-aikatutkimus 2002.

65-vuotiaat naiset eivät koskaan osallistuneet ruoanlaittoon. Kun lähes kaikki naiset osallistuivat ruoanlaittoon voisi ajatella, että taidot kehittyvät ja ruoanlaitto oppimisen myötä muuttuu intohimoiseksi harrastukseksi. Eri ikäisillä naisilla suhde ruokaan harrastuksena oli hyvin erilainen. Kun nuorista alle 25-vuotiaista naisista löytyi paljon ruoanlaitosta kiinnostuneita, niin pienten lasten myötä ruoanlaitto koettiin joskus rutiiniksi joskus huviksi. Vuosien myötä suomalaisnaisten harrastuneisuus ruokaan on vähentynyt, ja keski-ikäisistä naisista liiki puolet piti ruoanlaittoa pelkkänä rutiinina. Eläke-iässä naisten kiinnostus ruokaan harrastuksena lisääntyi. Ruoanlaittoa harrastuksena pitävät naiset olivat urbaanimpia kuin miehet. Heitä oli kaupunkimaisten pientaloalueiden ohella myös pääkaupunkiseudun kerrostaloissa.

Puoli miljoonaa suomalaista harrastaa puutarhanhoitoa

Suomessa oli lähes miljoona puutarhanhoitoa harrastavaa ihmistä. Puoliurbanisti tai maaseutumaisesti pientaloissa asuvat keski-ikäiset ihmiset muodostivat puutarhanharrastajien ydinjoukon. Siirtyä urbaaniin luontoon puutarhanhoidossa näyttää tapahtuvan naisten kautta: 25–44-vuotiaista naisista löytyi puutarhanhoitoa harrastavia, miehistä melko vähän. Voi olla, että kotona tapahtuva puutarhanhoito tarjoaa naisille autonomisen oman tekemisen tilan.

Rikas vapaa-aika ei suinkaan tarkoita helppoa ja vaivatonta elämää. Esimerkiksi kotipuutarhurin maailmaa voi kuvata ratkaisua vaativien ongelmien kasauksi. Hyviin hetkiin kuuluu se, että taidot

ja ympäristön haasteet sopivat yhteen. Yksilö kokee keskittymistä ja henkistä sitoutumista. Erilaiset vaativat harrasteet tuottavat itsessään tyydytystä ja usein hyvän kokemukset liittyvät luovaan ja mutkikkaaseen tekemiseen. Haasteita tarjoaa vaikkapa ruusutarhan laitto tai kivikkopuutarha, jotka mahdollistavat taitojen kehittymisen. Taitojen kehityksessä haetaan yhä monimutkaisempia ja haasteellisempia tehtäviä.

Kuka nauttii ostoksilla käynnistä?

Ostoksilla käyntiä oli myös pyydetty arvioimaan rutiinin ja huvin määrein. Noin neljäsataatuhatta suomalaista suhtautui ostoksilla käyntiin nautintona ja harrastuksena. Muita enemmän ostoksilla käynnistä nauttavia löytyi niin maaseudun miehistä kuin kaupunkilaisnaisista. Eniten ostoksilla käynnistä nauttavia oli nuorissa 10–24-vuotiaissa ja yli 65-vuotiaissa naisissa.

Eri ikäisillä miehillä ja naisilla oli samankaltainen suhde ostoksilla käyntiin. Nuorille se oli harvoin rutiinia ja usein pikemminkin huvia. 25–44-vuotiaille ostoksilla käynti oli sekä arkista rutiinia että huvia. Kaikkein vähiten ostoksilla käynnistä pitivät keski-ikäiset. Puolet keski-ikäisistä miehistä ja kolmannes naisista piti ostoksilla käyntiä aina rutiinina. Eläkeikäisistä löytyi sekä heitä, jotka pitivät ostoksilla käyntiä rutiinina että ostoksilla käynnistä nauttavia.

Tutkimus ei tue näkemystä, että perheissä vain naiset huolehtisivat ostoksista. Yli 65-vuotista miehistä ja naisista lähes joka kymmenes ilmoitti, ettei koskaan käy ostoksilla. Nuorissa alle 25-vuotiaissa miehistä oli sellaisia, jotka ilmoittivat, etteivät käy ostoksilla koskaan. Näitä poikkeuksia lukuun ottamatta lähes kaikki osallistuivat ostoksilla käyntiin.

Nautintojen oravanpyörässä

Ilon ja tyydytyksen kokemiselle on tärkeää, että tekeminen on riittävän haastavaa ja vaatii tekijältään taitoja. Iloa tuottavat toimet johtavat dynaamiseen kehitykseen ja oppimiseen, sillä haastavien tehtävien tekeminen lisää tehtävän vaatimia taitoja. Taitojen kehityksessä haetaan yhä monimutkaisempia ja haasteellisempia tehtäviä. Iloa tuottavat kokemuk-

set toiminnoissa edistävät yksilön kehittymistä ja oppimista. Tarkasteltaessa tekemistä positiivisena kokemuksena on havaittu, että ollessaan positiivisia ihmiset ajattelevat luovasti ja ovat avoimia uudelle tiedolle. Näin he pystyvät yhdistämään luovasti eri osia kokonaisuuksiksi. Tekemisen iloon kuuluu myös ulkoista arviointia. Ilon kokemukselle on tärkeää tekemisen merkityksen sosiaalinen arviointi, se että tekeminen saa itselle tärkeiden ihmisten sosiaalisen arvostuksen ja hyväksynnän. Tämä voi selittää ruoanlaiton iloa. Hyvä ruoka kerää ihmiset yhteen, ja tekijä saa ruokapöydän ääreen kerääntyneiltä palautetta ja arviointia. Syömisen ohella kokemuksia ruoanlaitosta voi vaihtaa kertomuksin. Erilaiset matkat, paikat ja tilanteet tuodaan esiin ruoan välityksellä.

Ihmisen vapaa-ajan tutkimuksessa hedonismi on tekemisen iloa tutumpi käsite. Kulutuksessa erityisesti ostoksilla käymistä eli shoppailua on tarkasteltu hedonistisena nautintona. Hedonismissa tarkastelun kohteena ovat nautinnot, joihin liittyy vahvoja tunteita, kuten riemu, hurmio tai innostus ja vain vähän kognitiivisia ponnisteluita. Hedonismiin liittyy myös hyviin asioihin sopeutumisen ongelma, jota kutsutaan nautintojen oravanpyöräksi. Onnellisuuden tutkijat olivat havainneet, että asioiden tuottama onnellisuus on hyvin lyhytaikaista, reaktiot vaimenevat, usein melko nopeasti. Nautintojen oravanpyörässä on kyse mukautumisesta uuteen tilanteeseen. Ihminen sopeutuu uuteen tilanteeseen, myös nautintoihin. Hyviin asioihin, kuten rahaan ja tavaroihin sopeudutaan ja vähän ajan kuluttua niihin suhtaudutaan itsestään selvyyksinä. Shoppailun uutuuden viehätyksestä voisi aineistossa kertoa nuorten kokema huijaus ostoksien teosta. Toisaalta kuluttajat ovat kiinnostuneet markkinoista ja haluavat oppia ja kehittyä hyväksi ostajiksi. Kuluttajien arkisen järjestyksen tutkimuksessa tuli esiin kuluttajien yksityiskohtainen tieto kauppojen hinnoittelukäytännöistä ja valikoimapäätöksistä: joillekin ihmisille tuottaa iloa tietää eri kauppojen valikoimat, tuntee eri kauppaketjujen tarjoukset tai vertailla tuotteiden hintoja (Timonen 2002).

Keskusteluissa elämysyhteiskunnasta korostetaan kulutuksen elämyksellisyyttä ja nautinto-

kuisuutta. Nautintojen oravanpyörä voi olla yksi syy siihen, miksi modernin elämän tarkastelu mahdollisuutena elämyksiin voi johtaa liikaan toiveikuuteen elämysten tuotteistamisessa ja kaupallistamisessa. Tarjottuihin nautintoihin totutaan ja niihin kyllästytään. Uuden nautinnon tulee tarjota kuluttajalle aina jotain uutta ja ennen kokematon. Näin ollen hedonismi ei yksin riitä selittämään, mikä tekee vapaa-ajasta merkityksellistä. Vapaa-ajan tarkastelu nautintojen tavoittelun sijaan tekemisen ilona tuo esiin vapaa-ajan mahdollisuutena oppimiseen ja luovuuteen. Näkemykseni on, että tekemisen ilo ohjaa kuluttajia vapaa-ajan toimissaan. Arkisiin askareisiin ja harrastuksiin liittyvät kokemukset ja näiden kokemusten laatu vaikuttavat kuluttajien vapaa-ajan valintoihin.

Mihin sitten tekemisestä eikä tekemisen tulokista saatava nautinto oikein perustuu? Milloin joku tekeminen on arvokasta sinänsä ja tuottaa iloa? Riippumatta tekemisestä ilon kokemukseen liittyy löytämisen ja keksimisen riemu, ilo vaikeiden asioi-

den ratkaisemisesta ja vaikeuksista selviytymisestä. Silloin kun ihmiset kuvaavat tekemistään löytämisenä, keksimisenä ja selviytymisenä, he kokevat myös tekemisen iloa. Uutuustuotteiden ja jatkuvasti uudistuvien palvelujen sijaan arkinen elämä voi mahdollistaa kiinnostavia haasteita niin ruoan, puutarhan kuin tavaramarkkinoiden parissa. □

Kirjoittaja on erikoistutkija Kuluttajatutkimuskeskuksessa.

Lähteet:

Csikzentmihalyi, M. (1975/2000): Beyond boredom and anxiety. Jossey-Bass. San Francisco.

Liikkanen, M., Hanifi, R. & Hannula, U. (2005): Yksilöllisiä valintoja, kulttuurien pysyvyyttä. Vapaa-ajan muutokset 1981–2002. Tilastokeskus. Helsinki.

Timonen, P. (2002): Pyykillä – arkinen järkeily ja ympäristövastuullisuus valinnoissa. Kuluttajatutkimuskeskus. Helsinki.

Timonen, P. (2005): Kuluttajien vapaa-ajan haaveet ja elämysklusteri. Kuluttajatutkimuskeskuksen työselosteita ja esitelmää 86. Helsinki.

Scitovsky, T. (1975/1992): The Joyless Economy. Oxford University Press. New York.

Miksi shoppailen?

Shoppailu on melkein aina yhtä mukavaa, mutta miksi? Luulen, että yksi syy meidän tyttöjen keskuudessa on se, että saa mahdollisuuden viettää aikaa ystävien kanssa mitään erityisesti ostelematta-kaan. Jo vaatteiden hypistely, ihailu ja tutkiminen ajaa lähes saman asian kuin varsinainen ostelu. Meilläkin on kavereitten kanssa ollut usein tapana mennä koulusta suoraan vaatekauppaan ihan vain sovittamaan vaatteita, vaikka rahaa ei olisi penniäkään

Erityisen nautittavaa shoppailu ja kiertely on, jos kauppa on siisti ja sen imagon rakentamiseen on oikeasti käytetty aikaa. Totta kai on mukavampi tehdä ostoksia liikkeessä, jossa viihtyy, ja jossa myyjät osaavat asiansa ja ovat ystävällisiä.

Toisaalta se "onnistumisen" tunne, mikä tulee, kun löydät jonkin vaatekappaleen, kengät tai vaikkapa korun, joka on juuri sellainen, jota olet aina halunnut tai joka vain näyttää sopivan sinulle täydellisesti, on kaiken sen vaivannäön ja ajan arvoista, jonka olet kaupoissa kierrellessäsi viettänyt. Täydellisen ostoksen löytyessä olisi tietenkin mahtavaa, jos se sattuisi olemaan edullinen, mutta halpuus ei kuitenkaan ole välttämätöntä, ainakaan silloin, kun tuntuu vain siltä, että tuote on yksinkertaisesti vain pakko saada – hintaan katsomatta. Mutta onhan harkintakykykin välillä tarpeen...

Jenni Sailas, 17-vuotias shoppailija