

Arki keskittyy kotiin

Anu Rajjas

Koti on ihmisen hyvinvoinnille yksi tärkeimmistä paikoista, ellei peräti tärkein. Vaikka kodin puitteet sellaisenaan ovat puhtaasti materiaa, liittyy kotiin paljon ei-materiaalisia elementtejä. Omilla kokemuksilla on suuri merkitys koettuun hyvinvointiin. Hyvinvointiin liittyvät kokemukset vapaudesta, sisäلتpäin ohjautuvuudesta, autonomiasta ja itsemääräämisoikeudesta elää omien ja kulttuurissa vallitsevien arvojen mukaisesti. Tämän artikkelin lähtökohtana on hyvinvoinnin toteutuminen kotitalouksien arjessa.

H yvinvointiin liittyy henkilökohtainen kokemus ja näkemys siitä, joilla tiedetään olevan suuri merkitys koettuun hyvinvointiin. Hyvinvointia on myös ihmisen kokemus tiedollisesta ja taidollisesta kyvykkyydestä toimia omassa yhteisössään tasavertaisena muiden toimijoiden kanssa. Tarkastelen tässä artikkelissa kotia laajemmassa merkityksessä kuin pelkkänä fyysisenä tilana. Artikkelini pyrkii ottamaan huomioon kodin luoman erityisen merkityksen ihmiselle.

Useissa tutkimuksissa (esim. Layard 2005, 63) hyvinvoinnin on katsottu muodostuvan kokonaisuudesta, johon kuuluvat läheiset perhesuhteet, taloudellinen turvallisuus, mielekäs ansiotyö, yhteisöllisyys ja ystävät, henkinen ja fyysinen terveys sekä henkilökohtainen vapaus ja arvot. Taloustieteellinen näkemys katsoo hyvinvoinnin syntyvän tarpeiden tyydytyksestä erilaisten hyödykkeiden avulla, mihin tarvitaan resursseja: rahaa, aikaa, osaamista, vaivannä-

köä, laitteita ja tiloja. Kodin hankkimiseen ja siellä asumiseen liittyy rahoituskysymyksiä, taloudellista päätöksentekoa, pitkän ja lyhyen tähtäimen valintoja, hankintoja, tekemistä, olemista, käyttäjälähtöisyyttä sekä yksityisyyttä. Kodin merkitys ja asumisen tavoitteet sekä siinä koettu hyvinvointi muuttuvat ihmisen eri elinvaiheissa. Koti fyysisenä ympäristönä tarjoaa suorituspaikan monille hyvinvointia tuottaville toiminnoille.

Mikä ihmiselle on kodissa tärkeää? Mitä kodissa yhtäältä tehdään ja toisaalta ei tehdä? Artikkelissani tarkastelen ihmisten kertomia näkemyksiä kodin merkityksestä ja sen roolista heidän arjessaan. Lähestyn aihetta arjessa koetun hyvinvoinnin näkökulmasta. Asuminen tässä artikkelissa tarkoittaa ihmisten elämisen, tekemisen ja kokemisen muodostamaa kokonaisuutta jossain fyysisessä paikassa. Artikkelin tavoitteena on antaa uutta lähestymistapaa niin asumisen kuin hyvinvoinnin tutkimiseen. Eri-

tyisesti haluan tarjota käytännönläheistä materiaalia kotiin liitettyjen merkitysten syvällisempään ymmärtämiseen.

Artikkelini rakentuu seuraavasti. Aluksi tarkastelen asumisen tutkimusta hyvinvointinäkökulmasta. Sen jälkeen hahmottelen hyvinvointinäkemykseen perustuvaa tarkastelukehikkoa asumisen tutkimiseen. Seuraavaksi esittelen käyttämäni laadullisen tutkimusaineiston ja sen analysoinnista nousseita keskeisimpiä tuloksia. Lopuksi pohdin saamieni tutkimustulosten yleisempää merkitystä.

Asuminen hyvinvoinnin näkökulmasta

Tässä jaksossa käyn läpi valikoiden elinoloja, hyvinvointia ja elämänlaatua käsitteleviä tutkimuksia asumisen osalta. Tämä katsauksen tarkoituksena on selkeyttää, mistä tekijöistä hyvinvointi asumisessa on tutkimuksessa katsottu muodostuvan.

Tilastokeskuksessa tehtiin vuosina 1978, 1986 ja 1994 hyvinvointia laaja-alaisesti mittaavia elinolo-tutkimuksia (Tilastokeskus 1996, 17). Asumisen osalta elinolo-tutkimuksissa selvitettiin ihmisiltä heidän asuntojensa ominaisuuksia, kuten asuuko omistusasunnossa vai vuokralla, pien- vai kerrostalossa, millaisia varusteita asunnossa on ja miten isossa asunnossa asuu. Elinolo-tutkimusten mukaan suomalaiset asuvat yhä väljemmin ja paremmin varustelluissa asunnoissa. Ahtaimmista asunnoista ja kalliista omistusasumisesta kärsivät erityisesti lapsiperheet. Syrjäseutujen vanhustalouksilla on puutteellisimmin varustellut asunnot. Suhteellisesti eniten asumismenot rasittivat yksineläviä ja yksinhuoltajia.

Tyytymättömyyttä asuinympäristöön aiheutti eniten palveluiden huono saavutettavuus. Kodin merkityksestä kysyttäessä tutkimus osoitti, että koti yhdistettiin useimmiten perheeseen, lapsiin ja rakkauteen. Kodin ilmoitettiin tarjovan rauhallisen paikan, jossa sai olla omissa oloissaan, rentoutua ja viihtyä (Tilastokeskus 1996, 49–57).

Stakesissa on tutkittu 2000-luvulla suomalaisten hyvinvointia ja elinolojen kehittymistä (Heikkilä & Kautto 2002; Kautto 2006; Moisio ym. 2008). Tutkimuksen asumiskysymykset ovat käsitelleet asunnon hallintamuotoa, pinta-alaa ja joitakin koettuja puutteita. Näiden lisäksi on kysytty ihmisten tyytyväisyyttä omaan asuntoonsa ja asuinalueeseensa sekä koettua etäisyyttä lähiympäristön tiettyihin peruspalveluihin. Karvosen ja Rintalan (2006, 302) mukaan ihmisten omilla kokemuksilla omasta asunnosta ja lähiympäristöstä oli asuinkuntaa ja maantieteellistä aluetta suurempi merkitys heidän kokemaansa hyvinvointiin. Karvonen ja Rintala (2006, 303) nostivat esille erityisesti esteettisen ja turvallisen asuinympäristön, kohtuulliset asumiskustannukset ja riittäväksi koetun asunnon varustetason.

Päijät-Hämeessä tehdyssä alueellisessa hyvinvointitutkimuksessa selvitettiin yhtenä ulottuvuutena ihmisten asuin- ja elinympäristösään kokemaa hyvinvointia. Asuinympäristöön liittyvää hyvinvointia tarkasteltiin muuttoliikkeen, paikallisen kiinnittymisen, asuinalueen turvallisuuden ja viihtyisyyden kokemisen sekä palvelutarjonnan ja harrastusmahdollisuuksien riittävyyden näkökulmista. Tutkimuksessa esitettiin, että tyytyväisyys ja kiinnittyminen asuin- ja elinympäristöön liittyvät vahvasti

toisiinsa. Asumisen ja asuinympäristön hyvinvointia tuotti kokemus siitä, että elinympäristö tuntui 'omalta', jossa haluttiin asua ja elää. (Hirvonen ym. 2003, 40, 68–70, 165, 178.)

Keskisuomalaisten hyvinvointia tarkastelevassa tutkimuksessa kysyttiin asukkaiden arvioita ja kokemuksia asuinympäristöstänsä viihtyisyydestä ja turvallisuudesta sekä asumismukavuudesta. Tutkimuksessa selvitettiin myös asukkaiden asuinalueeseen kiinnittymistä. Tutkimuksessa keskisuomalaiset arvostivat asuinalueillaan rauhallisuutta, hiljaisuutta, luonnon läheisyyttä ja palveluja. (Siltaniemi ym. 2007, 84, 217.)

Ympäristöministeriö ja Suomen ympäristökeskus ovat julkaisseet Asukasbarometrin vuosina 1998 ja 2004. Tutkimuksessa on keskitytty luomaan yleiskuvaa asukkaiden viihtymisestä ja asuinalueilla koetuista epäkohdista. Tarkastelun kohteena ovat olleet asuinalueen työpaikat, palvelut, liikkumis- ja liikennemahdollisuudet ja virkistys- ja ulkoilualueet, asuinympäristön yleinen koettu laatu, turvattomuus ja häiriöt sekä mahdollisuudet sosiaaliseen kanssakäymiseen ja osallistumiseen. Lisäksi on selvitetty asukkaiden asumistoiveita. Suomalaisten on todettu olevan varsin tyytyväisiä asuinympäristöönsä ja asumiseensa (Penttilä 2004; Karvonen & Rintala 2006, 301). Hyvään elinympäristöön on katsottu kuuluvan turvallisuus, viihtyisyys, virikkeellisyys, väljyys, vihreys, meluttomuus, hyvät liikenneyhteydet, peruspalvelut sekä kulttuuri- ja vapaa-ajan palvelut (Strandell 2005, 26). Muissakin asuinoloissa koskevilla tutkimuksissa on selvitetty asunnon varustetason, asumisväljyyden, asunnottomuuden ja asumismenojen merkitystä ihmisten hyvinvoinnissa (ks.

esim. Kärkkäinen ym. 1989; Siikanen ym. 1999; Juntto 2003). Ihmiset ovat näissä tutkimuksissa ilmaisseet suurempaa tyytyväisyyttä asumiseensa kuin asuinalueeseen (Strandell 2005, 27; Penttilä 2004, 28). Tämä johtunee siitä, että asumiseensa ihmiset kokevat voivansa vaikuttaa enemmän kuin asuinalueeseensa.

Euroopan tasolla European Union Statistics on Income and Living Conditions, EU-SILC, on tutkinut hyvinvoinnin näkökulmasta elinolosuhteita ja -ympäristöä sekä asumista ja siihen liittyviä palveluita. Elinolosuhteiden osalta on selvitetty ympäristössä olevia häiriötekijöitä ja peruspalveluiden saavutettavuutta. Asumisesta ja siihen liittyvistä palveluista on selvitetty ensinnäkin eräiden kestokulutustavaroiden, kuten puhelimen, television, dvd-laitteen, tietokoneen, internetin, pesukoneen, astiapesukoneen ja auton, omistamista. Toiseksi on selvitetty asunnon omistussuhdetta, kokoa ja varustusta. (Eurostat 2007.)

Eurooppalaisten elämänlaatua kartoittavassa ja vertailevassa tutkimuksessa *First European Quality of Life Survey* selvitettiin ihmisten näkemyksiä, kokemuksia ja arvioita muun muassa asumisesta ja elinympäristöstä (European Foundation... 2004). Tutkimus selvitti asunnon kokoa, varustetasoa ja omistussuhdetta sekä ihmisten tyytyväisyyttä asumiseensa ja lähiympäristöönsä (European Foundation... 2004, 16). Asumiseen keskittyneessä erillistutkimuksessa kohtuullisen asumisen todettiin ansiotyön ohella olevan oleellinen edellytys hyvälle ja tyydyttävälle elämänlaadulle (European Foundation... 2006, 75).

Yhteenvedonä asunnon hyvinvointinäkökulmasta käsittelevistä tutkimuksista voi todeta, että niissä hyvinvointia mittaavat teki-

jät on määritelty ylhäältä päin. Toisin sanoen, tutkimuksissa on ollut vahva oletus siitä, mistä – lähinnä materiaalista – tekijöistä hyvinvointi asumisessa muodostuu. Tutkimuksissa on tiedusteltu ihmisten näkemyksiä tietyistä valmiiksi määritellyistä seikoista. Seuraavaksi hahmotelen edellä esiteltyihin tutkimuksiin tukeutuen tarkastelukehikkoa asumisen tutkimiseen ihmisten kokemuksesta käsin.

Yhtenä lähtökohtana hyvinvointiin pohjautuvassa asumisen tutkimisessa voidaan käyttää Ruut Veenhovenin (2000) jaottelua hyvinvoinnin ulottuvuuksista. Taulukossa 1 nähtävässä jaotellussa sarakeilla ovat ympäristön ja yksilön ominaisuudet, riveillä elämän puitteet ja todellisuus. Ympäristön ominaisuudet liittyvät vallitseviin rakenteisiin, joiden merkitys konkretisoituu yhteisössä noudatettavien arvojen kautta. Asumisolojen näkökulmasta tämä liittyy siihen, kuinka yhteisö arvostaa asuinympäristöstään, ja haluaa säilyttää ne puitteet, jotka yhteisön eri toimijat ovat tuottaneet. Henkilökohtaiset ominaisuudet puolestaan pohjautuvat ihmisen psykofyysiseen tilaan ja osaamiseen, joita hyödynnetään henkilökohtaisten arvojen, asenteiden ja preferenssien pohjalta. Asumi-

nessä tämä liittyy siihen, kuinka yksilö omalla toiminnallaan kykenee hallitsemaan arkeaan omien arvojen mukaisesti. Ympäristön ja yksilön välinen vuorovaikutus ilmenee siten, kuinka yksilö omassa elämässään pystyy hyödyntämään ja arvottamaan asuinympäristönsä tarjoamia elinolosuhteita henkilökohtaisten resurssiensa avulla.

Lähestyn asumisen tutkimusta elinolojen ja resurssien hyödyntämisen sekä hyvinvoinnin kokemuksen välisenä suhteena. Tämän lähestymistavan ulottuvuudet ovat asuinympäristön elinolot sekä ihmisten toiminta ja kokemukset. Vallitsevat elinolot määrittelevät ihmisen toimintaa, jossa hän olemassa olevia resursseja käyttämällä tekee valintoja tyydyttääkseen erilaisia tarpeitaan, tavoitteenaan hyvinvoinnin saavuttaminen.

Asumisen tutkimisessa on siis tarpeen ottaa huomioon asuin- ja elinympäristön tarjoamat puitteet sekä yksilön ja hänen kotitaloutensa resurssit, niiden hyödyntäminen ja kokemus tästä toimintakokonaisuudesta. Seuraavaksi esittelen laadullisen tutkimusaineiston, jonka analysoinnissa pyrin hyödyntämään edellä kuvattua tarkastelukehikkoa.

Taulukko 1.

Hyvinvoinnin ulottuvuudet ja asuminen (vrt. Veenhoven 2000).

	ympäristö	yksilö
puitteet	taloudelliset, sosiaaliset, kulttuuriset ja ekologiset elinolosuhteet	henkilökohtaiset resurssit – fyysinen ja psyykinen terveys – tiedot, taidot
todellisuus	yhteisön arvot – kollektiivinen vastuu – yhteisöllisyys	henkilökohtaiset arvot, asenteet ja preferenssit

Mikä arjessa koetaan tärkeäksi?

Artikkelissa analysoidaan laadullista ryhmäkeskusteluaineistoa, joka kerättiin toukokuussa 2007 arjen hyvinvoinnin tutkimiseksi. Ryhmäkeskustelujen teemat olivat arjen rakenne ja sisältö, koettu tyytyväisyys arjen toiminnassa sekä kokemukset omista vaikutus- ja valinnanmahdollisuuksista yhteisössä.

Keskusteluissa pohdittiin sitä, minkälaiset arjessa tärkeät asiat tekevät ihmisistä tyytyväisiä elämäänsä. Keskustelun vetäjänä pyrin välttämään hyvinvointi-käsitettä. Siksi keskusteluissa puhuttiin tyytyväisyydestä arkeen ja sen sujuvuudesta. Hyvinvointi-käsite olisi saattanut ohjata osallistujat keskustelemaan teemasta liian laaja-alaisesti tai abstraktisti, koska hyvinvointia käsitellään tänä päivänä runsaasti julkisessa keskustelussa.

Ryhmäkeskusteluihin osallistujat rekrytoitiin Kuluttajatutkimuskeskuksen Helsingin ja Tampereen kuluttaja-aluepaneelista. Tutkimukseen osallistui kaikkiaan 28 toisilleen ennalta tuntematonta henkilöä, joista 19 oli naisia ja yhdeksän miehiä. Helsingissä järjestettyyn kolmeen keskusteluun osallistui 20 henkilöä ja Tampereella yhteen ryhmään kahdeksan henkilöä. Tutkimukseen osallistujat olivat pääosin keski-ikäisiä ikien vaihdellella 28 ja 72 ikävuoden välillä, ja keskiarvon ollessa 52 vuotta. Osallistujat olivat korkeasti koulutettuja ja hyvissä sosioekonomisissa asemissa: puolella heistä oli korkeakoulututkinto, ja he työskentelivät

pääosin toimihenkilötasoisissa ammateissa. Tutkimukseen osallistuneet elivät pienissä kotitalouksissa: kolme neljäsosaa asui joko yksin tai parisuhteessa.

Keskustelujen alussa tutkimukseen osallistujat vastasivat lyhyeen kirjalliseen kyselyyn, jonka tarkoituksena oli orientoida heidät keskustelun teemoihin. Lomakkeessa pyydettiin valitsemaan annetuista vaihtoehdoista, mitä resursseja keskustelijat pitivät tärkeimpänä elämän tyytyväisyyden kannalta. Lomakkeessa annetut vaihtoehdot resursseista olivat henkinen jaksaminen, fyysinen kunto, hyvä terveys, tiedot, taidot, elämäkokemukset, taloudelliset resurssit, aika, perhe ja hyvät ihmissuhteet. Lomakkeessa tiedusteltiin myös neliportaisella asteikolla¹ keskustelijoiden tyytyväisyyttä vaikutusmahdollisuuksiin kansalaisena, kotikunnan julkisiin palveluihin, asuinpaikan lähipalveluihin, asunnon sijaintiin ja varustetasoon, ajankäyttöön ja vapaa-ajan viettoon sekä näiden kaikkien merkitystä elämässä, niinkään neliportaisella asteikolla.² Lomakkeen kysymyksiä syvennettiin keskusteluissa.

Keskustelujen aluksi korostin tutkimukseen osallistujille, että olin kiinnostunut heidän henkilökohtaisista näkemyksistään. Keskustelurunco oli etukäteen suunniteltu, mutta seurasin sitä joustavasti. Pyrin olemaan johdattelematta keskustelua tavoitellen ilmapiiriä, jossa keskustelijat puhuisivat luontevasti keskenään. Tällä tavoin tavoitteena oli saada uutta tietoa ihmisten henkilökohtaisista hyvinvointinäkemyksistä.

¹ erittäin tyytymätön (1) – erittäin tyytyväinen (4)

² ei lainkaan tärkeä (1) – erittäin tärkeä (4)

Koska tutkimusaihe oli kaikille keskustelijoille läheinen ja tärkeä, he toivat esille runsaasti omia kokemuksiaan, mielipiteitään ja näkemyksiään. Kukin keskustelu kesti kaksi tuntia.

Tässä artikkelissa keskityn tarkastelemaan aineistoa asumiseen ja kotiin liittyvien teemojen osalta. Seuraavaksi siirryn tarkastelemaan yksityiskohtaisemmin, millaisena ryhmäkeskusteluissa nähtiin asumisen ja kodin rooli hyvinvoinnin tuottamisessa. Käsittelem aihetta ensin kotiarjen rakenteen ja sen jälkeen tyytyväisyyden puitteiden näkökulmista.

Kotiarjen rakenne

Keskustelijat jakoivat arjen kahteen osaan: työ- ja kotiarkeen, jotka haluttiin pääsääntöisesti pitää erillään toisistaan. Molemmat arjen areenat vaikuttivat toisiinsa, ja siksi ansiotyön ja kotielämän tuli olla tasapainossa keskenään³, jotta arkeen voitaisiin olla tyytyväisiä. Monet keskustelijoista kertoivat nauttivansa ansiotyöstään, ja he eivät pitäneet töiden seuraamista kotiin ongelmana. Olennaisinta tässä oli oma päätösvalta ansiotyön tekemisestä kotona. Toiset keskustelijoista puolestaan halusivat pitää työn erillään koti- ja vapaa-ajasta. He halusivat rauhoittaa kodin ehdottomasti ansiotyöstä vapaaksi vyöhykkeeksi. Nämä henkilöt olivat sitä mieltä, että ansiotyö kotona murensi kodissa koettua autonomiaa. Työelämän keskeisyydestä ihmisten elämässä kertoi se, että työelämän jättäneet, eläkkeellä olevat keskustelijat pitivät tärkeänä

muodostaa arkipäivänsä työpäivien kaltaisiksi merkityksellisillä toiminnoilla.

Arkeen yhdistettiin rutiinit, velvoitteet, kiire ja aikataulut. Rutiineiden koettiin helpottavan elämää ja tuovan siihen turvallisuutta, ”kun pyörää ei tarvitse joka päivä keksiä uudelleen”. Toisinaan kuitenkin rutiinit, velvoitteet, kiire ja aikataulut ahdistivat. Siksi ansiotyön ulkopuolisista rutiineista pyrittiin aika ajoin eroon turvallisella tavalla, pienillä muutoksilla. Velvoitteet määräytyivät niin kodin sisältä kuin ulkopuolelta. Kodin rutiineihin ja velvoitteisiin keskustelijat kokivat voivat vaikuttaa itse. Sen sijaan kiire- ja aikataulupaineet tulivat kodin ulkopuolelta, eikä niihin useinkaan voinut vaikuttaa.

Vaikka arki jakaantuikin työ- ja kotiarkeen, keskustelijat totesivat ”arkea pyöritettävän kotona”. Arki keskittyi siis kotiin. Erityisesti perheellisillä kotiarjen todettiin olevan huomattavasti rikkaampaa ja monipuolisempaa elämää kuin työarjen. Merkittävämpänä erotuksena työarkeen, kotiarkeen liittyi itsemääräämisoikeus, autonomia. Kotiarjen luonnehdittiin olevan tavallista yksinkertaista elämistä, toistuvia rutiineja, lepäämistä ja rentoutumista. Kotiarki jaettiin yhtäältä kotitöihin ja toisaalta vapaa-aikaan.

Kodissa koettuun autonomiaan kerrottiin kuuluvan itse määritellyt aikataulut: se, että kodissa toimiessa toimintojen tekemisjärjestyksen sai päättää itse, välittämättä ajan kulun seuraamisesta. Lisäksi omassa kodissaan ihminen

³ Tilastotiedon mukaan 2000-luvun alussa työssäkäyvien suomalaisnaisten vuorokaudesta kului keskimäärin 18 prosenttia ansiotyöhön ja päätöimiseen opiskeluun ja 14 prosenttia kotitöihin. Työssäkäyvillä miehillä vastaavat prosentit olivat 23 ja 8 prosenttia (Eurostat 2004, 10, 12.)

saa päättää itse, kuinka paljon hän kotitöihin resurssiaan käyttää.⁴ Kotitöiden tekemisen todettiin tuottavan hyvinvointia silloin, kun niiden tekeminen on kiireetöntä ja vapaaehtoista. Myös konkreettisen käsillä tekemisen ja tuotoksen kerrottiin tuottavan hyvinvointia (ks. myös Varjonen, Aalto & Leskinen 2005, 48). Tällöin kotitöiden tekeminen sellaisenaan, eikä vain lopputulos, tulee tekijälleen merkitykselliseksi. Tämä kertoo siitä, ettei rajanveto kotitöiden tekemisen ja vapaa-ajan vieton välillä ole kovin selvä. Koska yksinelävien ei kotona ollessaan tarvinnut ottaa muita henkilöitä huomioon, muodostui heidän autonomiansa perheissä eläviä suuremmaksi (vrt. Varjonen, Aalto & Leskinen 2005, 31).

Konkreettisen tekemisen tuotoksen, kuten siistin kodin, todettiin tuottavan hyvinvointia kaikille kotitalouden jäsenille. Ylipäätänsä tehtävien loppuun saattamisen katsottiin tuottavan tyytyväisyyttä, kuten seuraava lainaus osoittaa:

”On suunnitellut tekevänsä jonkun asian jonakin iltana ja sitten saa aikaiseksi, että siinä joko eräänä iltana sitten se asia on tullut hoidettua. Voi tavallaan panna pois päiväjärjestyksestä, että jaaha, että nyt toi homma on tehty, että on ehtinyt jonkun asian. Korjata jonkun naukuvan oven tai muuta vastaavaa.” (parisuhteessa pääkaupunkiseudulla asuva 59-vuotias mies)

Näin koettuna kotityöt tuottavat samankaltaista tyydytystä ja hyvinvointia kuin ansiotyö. Tämän johdosta kotitöiden tekemisen merkitystä korostivat erityisesti eläkeläiset. Toinen ilmenemismuoto kodissa koetusta autonomiasta oli päätösvalta kotitöiden tuotokselle asetetuista standardeista: kotitöiden tekeminen tuotti usein hyvinvointia juuri siksi, että niiden laatutaso saatiin määritellä itse. Keskustelijoiden mielestä oli erittäin tärkeää, ettei kukaan ulkopuolinen tule määrittelemään esimerkiksi kodin siivouksen laatua.

Kotitöiden perimmäisenä tavoitteena ymmärrettiin olevan tarpeiden tyydyttäminen, hyvinvoinnin tuottaminen kaikille perheenjäsenille, ja erityisesti lapsille. Kotitöistä huolehtimisen katsottiin kuuluvan kaikille perheenjäsenille: niitä tuli osata tehdä itse ja sosiaalista myös lapset niihin. Vaikka nuorille yksinasujien talouksille mielenkiintoinen elämä oli kodin ulkopuolella, koti koettiin silti tärkeänä tukikohtana perustarpeiden tyydytystä – lepäämistä ja ruokailua – varten. Sen sijaan vanhemmille yhden hengen talouksille kodilla oli tätä suurempi merkitys. He nauttivat nuoria enemmän kodin tarjoamasta rauhasta, sekä myös lepäämisestä ja puuhailusta siellä. Kotityöt – ruoanvalmistus, siivoaminen, pyykinpesu, kaupassa käynti, laskujen maksu, korjaustyöt ja puutarhanhoito – katsottiin jokaisen velvollisuudeksi hoitaa itse, vaikka toisinaan niitä voitiin helpottaa ostamalla tavaroita ja

⁴ Ajankäyttötutkimus kertoo yhdestä näkökulmasta tästä resurssien käytöstä. 2000-luvun alussa 20–74-vuotiaat käyttivät Suomessa keskimäärin kolme tuntia päivässä kotitöihin. Naisilla siivoamiseen kului viidesosa, huolto- ja kunnostustöihin kaksi prosenttia ja puutarhan hoitoon 3 prosenttia kotitöihin käytetystä ajasta. Miehillä siivoamiseen kului 18 prosenttia, huolto- ja kunnostustöihin 18 prosenttia ja puutarhan hoitoon viisi prosenttia kotitöihin käytetystä ajasta. (Eurostat 2004, 44, 46.)

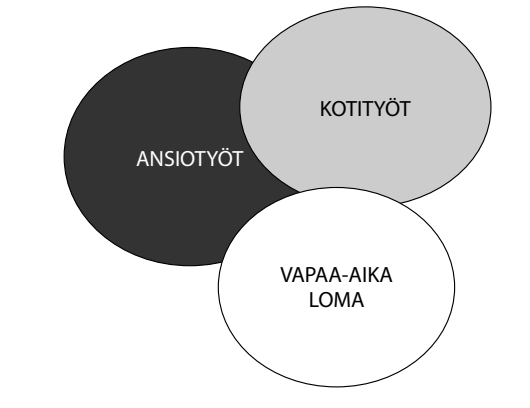
palveluita markkinoilta. Kotitöiden korvaaminen kokonaan ostettavilla palveluilla ei tullut keskusteluissa esille. Silloin jos kotitöihin liittyi pakollisuus, ne koettiin ikävänä pakkopullana, toisin sanoen työnä, ei harrastuksena. Kotitöistä puhuttiin varsin myönteiseen sävyyn.

Vapaa-aika katsottiin vapaaksi ajaksi ansio- eikä kotityöstä, ja sitä katsottiin tarvittavan nimenomaan työstä irtipääsemiseen. Tässä keskustelussa vapaa-aika nähtiin siis kapeasti yksinomaan ansiotyön vastakohtana, ja kotona vietetty vapaa-aikaa nähtiin hankalana erottaa muusta kotielämästä. Koti siis toimi keskustelijoiden puheissa niin kotitöiden kuin vapaa-ajan toimintojen areenana. Vaikka kotityöt koettiin toisinaan harrastuksena, esiintyi myös jonkin verran puhetta vapaa-ajan erottamisesta kotitöistä. Kodissa vietettävä vapaa-aika oli enimmäkseen rauhallista tekemistä ja oleilua. Aktiivisempaa ja kulutusintensiivisempää vapaa-aikaa kerrottiin vietettävän kodin ulkopuolella, jonka käsittely jää tämän artikkelin ulkopuolelle. Kotona vietettyyn vapaa-aikaan tarvittiin kuitenkin usein erilaisia markkinoilta hankittuja tavaroita, sillä vapaa-aikaa kotona kulutettiin television, tietokoneen tai kirjan ääressä. Tosin tietokone edellä mainituista tavaroista jakoi keskustelijoiden mielipiteitä: jotkut eivät voineet ajatellakaan voivansa elää ilman tietokonetta, sillä se mahdollisti laaja-alaisen vapaa-ajan käytön. Toisten mielestä taas tietokone yhdistyi ainoastaan ansiotyöhön, ja sen käyttö toi liikaa mieleen työn, mitä kotiolosuhteissa pyrittiin välttämään. Pääsääntöisesti edellä mainittujen tavaroiden katsottiin auttavan ansiotyöstä irtipääsemiseen ja siksi niitä tarvittiin arjen hyvinvoinnissa.

Vaikka koti toisaalta tarjosikin erinomaisen paikan rentoutumiselle ja levolle, ei lepo ollut aina mahdollista. Arjen tylsien ja ikävien puolien, kuten kotityövelvoitteiden, koettiin olevan liian lähellä. Siksi tilaisuuden tullen, esimerkiksi lomalla, haluttiin lähteä arkea pakoon, pois kotoa, jotta saataisiin parhaiten levättyä. Parasta kodin ulkopuolisessa lomassa oli keskustelijoiden mielestä aikatauluista, kiireestä, rutiineista ja velvoitteista irti pääseminen, mikä nähtiin hankalana toteuttaa kotiympäristössä. Kotitöihin suhtautuminen muuttui ei-kodinomaisessa ympäristössä: niiden tekeminen kiireettömästi ja poikkeavassa ympäristössä, kuten alkeellisissa kesämökkiolosuhteissa, teki niistä harrastuksenomaisia.

Keskusteluissa arjen vastakohtana tuotiin esille pyhä, jonka vieton ja merkityksen kerrottiin muuttuneen ajassa. Aiemmassa yhtenäiskulttuurissa arki ja pyhä eroteltiin selkeästi tiettyjen toimintojen avulla. Muisteltiin, että esimerkiksi lauantai oli siivouspäivä, jonka päätteeksi käytiin saunassa. Saunominen toimi siirtymäriitinä arjesta pyhään. Pyhänä levättiin tai käytiin kyläilemässä. Nyt yhteiskunnan rakenteetkaan eivät enää yhtä vahvasti kuin ennen tue arjen ja pyhän erottelua, kun esimerkiksi ruokakaupat ovat sunnuntaisin auki.

Kuva 1 hahmottelee eri toiminta-areenoiden – ansiotyön, kotitöiden ja vapaa-ajan – suhdetta toisiinsa. Tämän päivän ihmisellä ajankäyttö on pirstaleista, se muodostuu usein pienistä toimintapätkistä. Siksi eri toiminta-areenat menevät toisinaan päällekkäin. Ihmisen kyvykkyys hallita arkea ja autonomian määrä ratkaisevat sen, kuinka päällekkäin tai erilleen toiminta-areenoiden sallitaan mennä, ja miten siihen suhtaudutaan.



Kuva 1. Toiminta-areenoiden liittyminen toisiinsa.

Arki muodostuu erilaisista toiminnoista kodin ulko- ja sisäpuolella, joita yhdistää tuttuus ja turvallisuus. Ansiotyö nähdään selkeästi yhtenä ajankäytön kokonaisuutena, kun taas kotiarki pirstaloituu useille eri toiminnoille. Vaikka kotiarjessa on runsaasti velvoitteita, voidaan siellä viettää myös vapaa-aikaa ja levätä. Hyvinvointi on ihmisten mielessä suuri vuorovaikutuksessa olevien toimintojen muodostama kokonaisuus, jossa monet osatekijät kodissa ja sen ulkopuolella vaikuttavat toisiinsa. Koti on jokaisen autonomisesti hallinnoima valtakunta, jossa toimiminen oli keskustelijoiden mielestä monella tapaa olennainen arjen sujumisen ja hyvinvoinnin kokemisen kannalta.

Tyytyväisyys kotiin

Keskustelijat katsoivat arjen tyytyväisyyteen tarvittavan tiettyjä resursseja, merkityksellistä toiminnoista muodostuvaa päivää ja omaa paikkaa, kotia. Arjen tyytyväisyys seiso

kasti näillä kolmella peruspilarilla, joita kaikkia pidettiin yhtä tärkeinä. Lisäksi ne linkittyivät vahvasti toisiinsa.

Kysyin tutkimukseen osallistuneilta heille tärkeimpiä voimavaroja arjen tyytyväisyydessä. Tärkeimmiksi voimavaroiksi annetuista vaihtoehtoista valikoituivat hyvä terveys, perhe ja hyvät ihmissuhteet sekä taloudelliset resurssit. Terveystta pidettiin olennaisena erityisesti toimintakyvyn säilymisen kannalta. Elettäessä jonkun tai joidenkin kanssa yhdessä pidettiin itsestään selvänä ottaa huomioon kaikkien tarpeiden tyydytys. Jotta henkiset ja fyysiset voimavarat uusiutuisivat ja olisivat optimaalisimmassa käytössä, korostettiin riittävää lepoa, jopa kotitöiden välttämisen uhallakin:

”Joskus vaan pitää heittää itsensä sohvalle ja sitten ajatella et ei ne pyykit sieltä mihinkään karkaa.” (perheellinen Uudellamaalla asuva 42-vuotias nainen)

Keskusteluissa käsiteltiin riittävää lepoa ja sen oikeaa määrää. Liiallinen passiivinen oleminen, kuten ylenmääräinen sohvalle makaaminen, tuomittiin tuottamattomaksi ja huonoksi ajankäytöksi. Oheinen lainaus kuvaa hyvin suhtautumista passiiviseen oleiluun:

”Sitä löhöö sohvalle ellei joku tuu vetäsee sua sieltä ylös, että nyt lähetään tekee jotain muuta.” (yksin pääkaupunkiseudulla asuva 30-vuotias mies)

Lainaus osoittaa, että nuoren yksinasuvan henkilön toimeliaisuus tapahtuu pääsääntöisesti kodin ulkopuolella. Yksinasuvilla kotona

vietetty aika on tämän johdosta pariskuntia ja lapsiperheitä vähäisempää.

Taloudellisten resurssien merkityksestä todettiin, että vaikka raha ei ikinä tee onnelliseksi, se helpottaa arkea ja mahdollistaa monia asioita. Varmuus työpaikasta ja sen pysyvyydestä varmistaa taloudellisen turvallisuuden. Ansiotyön merkityksestä keskusteltiin muutenkin vilkkaasti, vaikken sitä erikseen ottanut esille. Tämä kertoo ansiotyön keskeisyydestä paitsi taloudellisen turvallisuuden varmistajana, myös ihmisten arjen rytmittäjänä.

Kolmanneksi arjen hyvinvoinnissa korostettiin kotia, omaa paikkaa. Sen merkitys tuli esille yhtäältä rentoutumisen ja levon takia, toisaalta tuttuun kotitoimintojen vuoksi, joilla arkea rakennettiin. Tästä kertoo oheinen lainaus:

”Mulle arki merkitsee kotia lähinnä että työ on tietysti tärkeä ja nautin siitä, mutta et niin kuin nautin kaikista eniten arjessa siinä kotona olemisesta ja kotirutiineista.” (parisuhteessa pääkaupunkiseudulla asuva 28-vuotias nainen)

Keskustelijat olivat yhtä mieltä siitä, että ihmisillä voi olla vain yksi koti kerrallaan. Kuitenkin lapsuudenkodista halutaan käyttää kotinimitystä niin pitkään kun se vain on omilla vanhemmilla käytössä. Tämä siitä huolimatta, vaikka itse ei olekaan ollut merkittävässä määrin rakentamassa lapsuudenkodin fyysisiä puitteita. Psykkisiä merkityksiä sen sijaan jokainen on iästä riippumatta ollut mukana muodostamassa. Lapsuudenkodin merkitys säilyy, koska siihen liittyy merkityksellisiä tapahtumia, kokemuksia ja muistoja. Lapsuudenkodissa on

lupa käyttäytyä kuin omassa kodissaan, eli esimerkiksi mennä oma-aloitteisesti jääkaapille tai maata sohvalla. Näin ei ole soveliaista tehdä muualla vierailulla oltaessa. Lapsuudenkodin merkitys on sidoksissa tuttuun ympäristöön, sillä jos vanhemmat muuttavat henkilön lapsuudenkodista pois, tulee heidän uudesta kodistaan jälkikasvulle vieras paikka, jota koskevat vieraan paikan kyläily säännöt.

Koti vaihtuu asuinpaikan mukaan, ja se tehdään olemassa oleviin fyysisiin puitteisiin. Asunnosta tuunataan koti, se muokataan itselle mieleiseksi, kun siihen muutetaan. Kodin pitää tuntua omalta paikalta, ja siltä haluttiin toimivuutta ja käytännöllisyyttä. Tämä liittyy kodin toimintokeskeisyyteen: välttämättömien perustarpeiden tyydytys – se mitä varten koti on – täytyy pystyä suorittamaan vaivattomasti. Mieltymykset kodin suhteen ja tarpeiden tyydyttäminen muuttuvat ajassa kotitalouden eri elinvaiheissa, ja siksi kotia halutaan muokata ajoittain. Tässä naisten katsottiin useimmiten olevan aloitteentekijöitä. Sekä mies- että naiskeskustelijat olivat sitä mieltä, että naiset kiinnostivat miehiä enemmän kodin toimivuuteen ja sisustukseen, ja siksi he huomasivat tarpeen muutoksille miehiä nopeammin. Tämä kertoo siitä, että kodin toiminnot ovat pitkälti naisten vastuulla.

Keskusteluissa hyvinvointia tuottava asuminen katsottiin lähtevän asunnosta, sen sijainnista ja varustetasosta. Olennaista oli tarkoitukseenmukaisuus: asunnon haluttiin olevan juuri itselle tai omalle perheelle mukava ja toimiva. Sisustukseen liittyvien tavaroiden tuomasta viihtyisyydestä käytiin keskustelua, olivatko ne tarpeellisia vai eivät. Yleisesti keskustelijat

suhtautuivat hyvin moralisoivasti tavaroiden omistamiseen, ja puhuivat vilkkaasti tavaroiden vähentämisen puolesta. Loppujen lopuksi ehdottoman välttämättömien tavaroiden määrä ei heidän mielestään ole kovin suuri. Kun tavaraa on liikaa, niin mikään ei tunnu enää miltään, kuten seuraava lainaus osoittaa:

”Mä olen seurannut niin läheltä sitä, ettei ihminen ole koskaan tyytyväinen, aina pitäisi saada lisää ja enemmän ja jos ois nyt tämä niin mä olisin onnellinen, kun saisi vielä vähän paremman auton, niin ja sitten kun se saisen ja se ei sitten ollutkaan enää hyvä, kun kahden viikon päästä piti saada isompi auto, siis mä en niin kuin ymmärrä, kun jos on terveyttä ja kuitenkin rahaa sillei, että pärjää eikä nälkää näe, koti ja muuta, niin mä en ymmärrä, että ihmiset ei voi olla tyytyväisiä onnellisia ja niin minkä takia sitä pitäisi aina saada jotain roinaa lisää ja tavarat ja vähän ajan päästä on turhaa siis niin kun se jotain nippeliä ja sitä jos jotain kodin varustetaso on tärkeä.” (yksin pääkaupunkiseudulla asuva 54-vuotias nainen)

Hyvinvointia lisäävistä seikoista otettiin esille asunnon tietyt tilat – keittiön toimivuus ja sen tarjoamat hyvät ruoanvalmistusmahdollisuudet sekä oma sauna – ja energiankäytön tarjoamat modernit asumisen mukavuutta lisäävät mahdollisuudet, kuten lattialämmitys. Myös asuintalon hissien katsottiin ikääntyessä lisäävän asumisen koettua hyvinvointia.

Alkulomakkeella, ennen varsinaista keskustelua kysyin tutkittavilta heidän tyytyväi-

syyttään oman arkensa puitteisiin. Vastaajat ilmoittivat olevansa kaikkein tyytyväisimpiä asuntonsa sijaintiin ja varustetasoon, vähiten tyytyväisiä vaikutusmahdollisuuksiinsa kansalaisena. Arjen tyytyväisyyden kannalta on tärkeää, että ihminen voi kokea tyytyväisyyttä hänelle läheisiin ja jokapäiväisiin asioihin. Vastaajat pitivät eniten tyytyväisyyttä aiheuttaneita asioita elämässään tärkeimpinä ja vähiten tyytyväisyyttä aiheuttaneita asioita vähiten tärkeinä. Toisin sanoen, koska koti ja sen sijainti olivat ihmisille tärkeitä, ihmiset olivat todennäköisesti valmiita näkemään vaivaa sen eteen, jotta voisivat olla tyytyväisiä siihen. Tässä tuli selkeästi esille keskustelijoiden näkemys omasta roolista tyytyväisyyden saavuttamisessa.

Autonomiasta käytiin vilkasta keskustelua kaikissa ryhmissä. Yksi selkeä keino osoittaa autonomiaa kodissa oli pukeutuminen. Yksi keskustelijoista ilmoitti ikään kuin siirtymäriittinä ”kuorivansa työn pois” vaihtaessaan vaatteet töistä kotiin tultuaan. Kodissa pidettiin kotivaatteita, jotka saattoivat olla lähes käyttökeltottomia, vanhoja tai rikkiäisiä; vaatteita, joita ei pidettäisi kodin seinien ulkopuolella. Monilla kotiunivormuun kuuluivat villasukat. Olennaisinta kotipukeutumisessa oli mukavuus: vaatteiden piti tuntua hyvältä, eivätkä ne saaneet kiristää. Autonomiaa ilmaistiin ylipäättänsä ulkonäöstä piittaamattomuudella. Autonomiaan ja sitä kautta tyytyväisyyteen kodissa liittyi myös roolittomuus, toisin sanoen mahdollisuus olla oma itsensä, juuri sellainen kun haluaa. Kotia kaivattiin silloin, kun jouduttiin esimerkiksi työn takia viipymään pitkään muualla, kun taas lomilla tällaista ei ilmennyt.

prosenttia kulutuksesta, 1 149 euroa. (Tilastokeskus 2008.) Keskimäärin lähes kolmannes kulutusmenoista uppoaa asumiseen, ja tästä laskelmasta vielä puuttuvat asuntolainojen lyhennykset ja korot. Kotiin panostaminen mahdollistaa sen käyttötarkoituksen laajentamisen: kodista tulee keskus, jossa kaikki toiminta arjen kaikilla areenoilla onnistuu.

Kodin sisustusta ja puutarhan hoitoa esitellään tänä päivänä laajalti lehdistä ja televisio-ohjelmissa. Aivan kuin muullakin kulutuksella, myös asumisella voidaan ilmaista sosiaalista asemaa. Tällöin voi käydä niin, että koti ei enää olekaan oma paikka, vaan sitä varustellaan muita varten, sosiaalisen arvostuksen saamiseksi. Hyvinvoinnin kokemisen kannalta jokaisen pitää saada voida tuntea kodissaan olevansa hyvä ja arvokas niissä puitteissa, joissa itse viihtyy ja haluaa olla. Kun ihminen kokee autonomiaa arjessaan, voi hän myös kokea hallitsevansa elämää.

LÄHTEET

- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2004) *Quality of Life in Europe. First European Quality of Life Survey 2003.*
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2006) *First European Quality of Life Survey: Social dimensions of housing.*
- Eurostat (2004) *How Europeans spend their time: everyday life of women and men. Data 1998-2002. Theme 3, Population and social conditions.* Collection, Pocketbooks. Office for Official Publications of the European Communities. Luxembourg.
- Heikkilä M, Kautto M (toim.) (2002) *Suomalaisen hyvinvointi 2002.* Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.
- Hirvonen J, Konttinen R, Haapola I, Karisto A (2003) *Alueellinen hyvinvointibarometri.* Helsinki University of Technology Lahti Center. Lahti.
- Junto, A (2003) Köyhyystutkimukset eivät tavoita asunnottomia. *Hyvinvointikatsaus* 1/2003 28–31.
- Kainulainen S, Rintala T, Heikkilä M (2001) *Hyvinvoinnin alueellinen erilaistuminen 1990-luvun Suomessa.* Kahtiajakautuva Suomi? -tutkimusprojektin julkaisu. Stakes Tutkimuksia 114. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.

- Karvonen S, Rintala T (2006) Asuinympäristö hyvinvoinnin määrittäjänä. Teoksessa: *Suomalaisten hyvinvointi 2006*. Toim. M Kautto, 285–305. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.
- Kautto M (toim.) (2006) *Suomalaisten hyvinvointi 2006*. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.
- Kautto M (2006) Suomalaisten hyvinvointi uuden kyselytutkimuksen valossa. Teoksessa: *Suomalaisten hyvinvointi 2006*. Toim. M Kautto, 19–34. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.
- Kärkkäinen S-L, Matala T, Tiitinen V, Tyrkkö A (1989) *Asunto-olot ja asumisen tuki*. Tutkimuksia 155. Tilastokeskus. Helsinki.
- Layard R (2005) *Happiness: lessons from a new science*. Allen Lane. London.
- Moisio P, Karvonen S, Simpura J, Heikkilä M (toim.) (2008) *Suomalaisten hyvinvointi 2008*. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki.
- Penttilä I (2004) Eurooppalaista ja suomalaista asumistyytyväisyyttä jäljittämässä. *Hyvinvointikatsaus* 3/2004 28–31.
- Sen A (1995) *Inequality re-examined*. Clarendon Press. Oxford.
- Sen, A (1993) Capability and Well-Being. In: *The Quality of Life*. Ed. by MC Nussbaum, A Sen, 30–53. Clarendon Press. Oxford.
- Siikanen A, Säylä M, Tahvanainen M (1999) *Suomalaisten asumismenot*. Suomen ympäristö 330. Ympäristöministeriö. Helsinki.
- Siltaniemi A, Perälähti A, Eronen A, Londén P (2007) *Hyvinvointi, palvelut ja elämänlaatu Keski-Suomessa*. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki.
- Strandell A (2005) *Asukasbarometri 2004: asukaskysely suomalaisista asuinympäristöistä*. Suomen ympäristö 746. Ympäristöministeriö. Helsinki.
- Tilastokeskus (1996) *Elinolot numeroina 1994*. Elinolot 1996:1. SVT. Tilastokeskus. Helsinki.
- Tilastokeskus (2008) *Kulutusmenot kotitalouden sosioekonomisen aseman mukaan kotitaloutta kohti v. 2006 (euroa per talous)*. Saatavilla URL:<<http://www.stat.fi/til/ktutk/tau.html>>. (2.1.2008)
- Varjonen J, Aalto K (2005) *Kotitaloustuotannon satelliittitilinpito Suomessa 2001*. Tilastokeskus & Kuluttajatutkimuskeskus. Helsinki.
- Varjonen J, Aalto K, Leskinen J (2005) *Kotityön markkinat*. Sitran raportteja. Sitra. Helsinki.
- Veenhoven R (2000) Four qualities of life. Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies* 1 1–39.