

# **Mikä ihmeen Slow?**

Hitaampaa elämäntapaa kannattavan ideologian  
hallitsevat kehykset

MAARIT KIRSI  
Tampereen yliopisto  
Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö  
Sosiaalipsykologian pro gradu -tutkielma  
Huhtikuu 2011

TAMPEREEN YLIOPISTO  
Sosiaalitutkimuksen laitos

KIRSI, MAARIT: Mikä ihmeen Slow? Hitaampaa elämäntapaa kannattavan ideologian hallitsevat kehukset

Pro gradu -tutkielma 83 sivua, 14 liitesivua  
Sosiaalipsykologia  
Ohjaaja: Irmeli Järventie  
Huhtikuu 2011

---

## TIIVISTELMÄ

Tutkimukseni tavoitteena on määritellä hitaampaan elämäntapaan kannustavaa Slow-ideologiaa. Ideologia on syntynyt vastaiskuna nykyistä kiireen ja tehokkuuden kahlitsemaa nykykulttuuria kohtaan. Slow-ideologia on ilmiönä uusi ja sen määrittely vaikeaa. Näin ollen tutkimusongelma muodostuu siitä, kuinka suomalainen media määrittelee hitaampaa elämäntapaa kannattavaa Slow-ideologiaa, ja voidaanko ideologiaa määritelmien perusteella pitää yhteiskunnallisena liikkeenä. Tutkimuksen aineisto muodostuu neljästätoista internetissä julkaistusta mediatekstistä.

Tutkimuksen teoreettis-metodologisena viitekehysenä toimii yhteiskunnallisten liikkeiden sekä median tutkimuksessa käytetty kehysanalyysi, ja siihen olennaisesti liittyvät hallitsevat kehukset. Kehysanalyysin juuret ovat lähtöisin sosiaalisesta konstruktionismista sekä alun perin Erwing Goffmanin luomasta kehys-käsitteestä. Sosiaalisen konstruktionismin mukaan todellisuus on sosiaalisesti rakentunut. Media on osa todellisuutta, joten sen asema merkitysten luojana on keskeinen. Samoin yhteiskunnalliset liikkeet muovaavat kulttuurissa jo esiintyviä ajattelutapoja ja luovat lisäksi uudenlaisia merkityksiä.

Tutkimukseni on laadullinen. Päämääränä on teoriaohjaavan sisällönanalyysin keinoin eritellä Slow-ideologian hallitsevia kehysiksi. Hallitsevat kehukset muodostuvat diagnoosista ja prognoosista. Diagnoosiin sisältyy ideologian ongelmalliseksi näkemät asiat, niiden aiheuttajat ja uhattuina olevat asiat. Prognoosi kertoo ideologian päämäärät ja keinot päämäärien saavuttamiseksi.

Slow-ideologian hallitsevien kehysten erittelyn myötä syntyy kokonaisvaltainen kuva ideologian pääulottuvuuksista. Ideologian pääongelmaksi kuvataan länsimaiseen elämäntapaan liittyvät piirteet. Ne aiheuttavat liiallista kiirettä ja uhkaavat ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia. Päämääräksi määritetty mielekkäämmän elämän saavuttaminen. Tutkimukseni perusteella Slow-ajattelu määritellään ensisijaisesti yksilöllisin keinoin toteutettavaksi elämäntavaksi, mutta myös poliittisella vaikuttamisella on sijansa ideologian määrittelyissä. Hallitsevien kehysten erittelyn perusteella Slow-ideologia voidaan määritellä yhteiskunnalliseksi liikkeeksi, sillä kehysiin sisältyy tyypillisiä nykyisille liikkeille ominaisia piirteitä.

Asiasanat: Slow-ideologia, yhteiskunnalliset liikkeet, kehysanalyysi, sisällönanalyysi, sosiaalinen konstruktionismi

# Sisällys

<b>1 Johdanto</b> .....	<b>1</b>
<b>2 Tutkimuksen tavoitteet</b> .....	<b>3</b>
<b>3 Tietoyhteiskunta</b> .....	<b>3</b>
3.1 Tietoyhteiskunnan syntyminen .....	4
3.2 Nopeus ja elämän sirpaloituminen .....	6
3.3 Institutionalisoituminen ja individualismi.....	7
3.4 Kulutusyhteiskunnan dilemma.....	9
<b>4 Yhteiskunnalliset liikkeet ja niiden tutkiminen</b> .....	<b>11</b>
4.1 Yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimusperinne.....	12
4.2 Yhteiskunnallisen liikkeen määritelmä.....	14
4.3 Vanhat yhteiskunnalliset liikkeet – moderni aikakausi.....	16
4.4 Uudet yhteiskunnalliset liikkeet – postmoderni aikakausi.....	17
<b>5 Slow-elämä</b> .....	<b>22</b>
5.1 Slow Food -liike uutena yhteiskunnallisena liikkeenä.....	22
5.2 Slow-filosofia .....	23
5.3 Slow-elämä Suomessa.....	28
<b>6 Tutkimuksen teoreettis-metodologiset lähtökohdat</b> .....	<b>29</b>
6.1 Goffmanin kehys-käsite .....	29
6.2 Kehysanalyysi ja sosiaalinen konstruktionismi .....	30
6.2.1 Ideologian ja kehysten väliset erot .....	31
6.2.2 Diskurssien ja kehysten väliset erot .....	33
6.3 Kehysanalyysi mediatutkimuksessa.....	34
6.4 Kehysanalyysi yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa .....	37
6.4.1 Hallitsevat kehukset .....	38
6.4.2 Hallitsevien kehysten osatekijät .....	39
<b>7 Tutkimuksen näkökulma ja tutkimuskysymykset</b> .....	<b>41</b>
<b>8 Aineisto ja tutkimusmenetelmät</b> .....	<b>43</b>
8.1 Aineisto .....	43
8.2 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi .....	45
8.3 Analyysin lähtökohdat .....	47
<b>9 Slow-ideologian hallitsevat kehukset</b> .....	<b>51</b>
9.2 Diagnoosi .....	52

9.2.1 Ongelmana liiallinen kiire .....	52
9.2.2 Ongelman aiheuttajana länsimainen elämäntapa .....	56
9.2.3 Uhattuna yleinen hyvinvointi .....	58
9.3 Prognoosi.....	60
9.3.1 Päämääränä mielekäs elämä.....	61
9.3.2 Keinoina sekä yksilölliset valinnat että poliittinen toiminta .....	63
9.4 Yhteenveto hallitsevista kehyksistä .....	69
<b>10 Pohdintaa .....</b>	<b>71</b>
10.1 Aineisto ja tutkimusmenetelmät.....	71
10.2 Slow-ideologian mahdollisuudet.....	74
10.3 Lopuksi.....	76
<b>Lähteet.....</b>	<b>78</b>
<b>Liitteet .....</b>	<b>84</b>

### **Taulukot**

Taulukko 1. Analyysirunko Snown ja Benfordin (1988) teoriaa mukailleen .....	48
Taulukko 2. Diagnoosiin liittyvät hallitsevat kehykset.....	52
Taulukko 3. Prognoosiin liittyvät hallitsevat kehykset .....	60

### **Liitteet**

Liite 1. Aineiston alkuperäisilmaisut teemoittain luokiteltuina .....	84
Liite 2. Slow-ideologian hallitsevat kehykset .....	97

# 1 Johdanto

Nykyään yhä useammat ihmiset kokevat elämänsä liian kiireiseksi. 1700- ja 1800-lukujen taitteessa tapahtunut teollinen vallankumous oli ennen kaikkea kamppailua kovan työntöön ja laiskottelun välillä. Tässä taistelussa protestanttinen työetiikka eli ankara työnteko vei voiton. (Hodgkinson 2006, 34.) Kovaa työntekoa ja asioiden jatkuvaa suorittamista painottava elämäntyyli lisää koetun kiireen lisäksi usein myös niin henkistä kuin fyysistäkin pahoinvointia. Tänä päivänä yhä useammat ihmiset valittavatkin jatkuvaa väsymystä ja ahdistusta.

On melko ironista, että samanaikaisesti kun teknologia on kehittynyt huimasti ja ihmisille tarjotaan lukuisia mahdollisuuksia selvittää helpolla ja nopeasti arjen lukuisista askareista, aikaa ei kuitenkaan enää juuri koskaan tunnu olevan tarpeeksi. Päivät kiitävät eteenpäin liian nopeasti, eikä kaikkea meinata millään saada tehtyä sovittuihin määräaikoihin mennessä. Usein suurin aikasyöppö ja stressin aihe on liikaa aikaa vievä työ, josta ei osata irrottautua vapaa-ajallakaan. YK:n julkaiseman raportin mukaan työ tappaakin noin kaksi miljoonaa ihmistä vuosittain (Hodgkinson 2006, 43). Vauhdin hidastamisen tärkeyttä voinee siis pitää perusteltuna.

Psyykkistä pahoinvointia kuvastaa usein se, että vaikka kiire ja tehtävien kasaantuminen aiheuttavat paineita, samalla moni tuntee olonsa henkisesti tyhjäksi. Elämällä ei tunnu olevan mielekästä sisältöä: riennetään vain paikasta toiseen ja tehdään pakolliset velvollisuudet keskittymättä kunnolla mihinkään. Yhä useammalle ihmiselle elämästä on tullut jatkuvaa suorittamista. Arjen pienistä iloista ei ehditä tai jakseta nauttia. Kun vapaa-aikaa sitten on, ollaan usein niin poikki, että haluttaisiin vain maata kotisohvalla ja tuijottaa televisiota. Ystävien näkeminenkin saattaa tuntua velvollisuudelta, mikäli heillä ylipäätään on aikaa tavata. Usein tapaamiset onkin sovittava jo viikkoja etukäteen. Kodinhoitoon ja mahdolliseen perhe-elämään ei aina jakseta panostaa, joten pariskunnat vieraantuvat helposti toisistaan. Lapsillekaan ei aina riitä aikaa, joten rennon yhdessä touhuamisen sijaan heidät istutetaan tietokoneen tai television eteen. Esimerkiksi Britannian valtion julkaisemat tilastot kertovat vanhempien käyttävän sähköpostin lukemiseen kaksi kertaa enemmän aikaa kuin leikkimiseen lastensa kanssa, ja Newsweek-lehden vuonna 2000 julkaisemassa kyselyssä 73 % amerikkalaisnuorista oli sitä mieltä, että vanhemmat viettävät liian vähän aikaa teini-ikäisten lastensa kanssa (Honoré 2007, 19).

Julkisessa keskustelussa on onneksi viime aikoina korostunut lisääntynyt kiinnostus pehmeämpiä arvoja kohtaan. Kiireistä ja stressaavaa elämäntapaa vastaan on alettu taistella. Joutilaisuuden ja hidastamisen on vihdoin alettu nähdä olevan välttämätöntä jopa yhteiskunnan taloudellisen ja kulttuurisen menestymisen sekä kestävämmän kehityksen kannalta. Tarjolla olevat yksilölliset valinnat ja ratkaisut voidaan nähdä mahdollisuuksina päästä sovintoon itsensä ja enenevässä määrin myös ympäristön kanssa. Taloudellista vaurautta olisikin alettava käyttämään hitauden suojelemiseksi, sillä pakotettuna valintana hidastaminen assosioituu mieleemme heloposti ennen kaikkea köyhyytenä. Kysymys on päivittäisen elämämme uudesta laatustandardista ja onnellisuuspolitiikasta. Tavoitteena on synnyttää uudenlainen elämäntapa, joka tuottaa yhteisöllistä eriytymistä ja uudenlaisia yhteiskunnallisia jakolinjoja. (Kopomaa 2008, 6, 8.)

Yhä useammat ovat tiedostaneet jatkuvan kiireisyytensä ja tahtovat jättäytyä pois oravanpyörän yhä kiihtyvistä pyöryksestä. Rohkeimmat ovat toteuttaneet haaveensa ja esimerkiksi muuttaneet maalle tai sanoutuneet irti liian stressaavasta työpaikastaan. Myös erilaiset rauhoittavat liikuntamuodot kuten jooga ja pilates yleistyvät jatkuvasti. Rauhallisen ja pitkäjänteisen elämäntyylin noususta selvä osoitus on myös mielenkiinto niin kutsuttua Slow-liikettä kohtaan, mikä lieneekin organisoiduin muoto taistelussa nopeutta vastaan (Heinonen & Halonen 2007, 43; Tomlinson 2007, 1). Tulevaisuudentutkija Jari Koskisen (2009) mukaan ”nykyään elämän hidastaminen on jo megatrendi, joka herättää kiinnostusta kaikkialla.” Maailmanlaajuisesta suosiosta huolimatta Slow-ideologia ei ole saavuttanut kovinkaan paljon huomiota tutkijoiden keskuudessa. John Tomlinsonin (2007, 146–147) mukaan Slow-elämä ansaitsikin enemmän tutkijoiden huomiota.

Tutkimukseni tavoitteena on aluksi luoda kuva nyky-yhteiskuntaa kuvaavista piirteistä ja yhteiskunnallisten liikkeiden historiasta ja kehittämisestä viime vuosikymmeninä. Sen jälkeen keskityn tutkimaan ja määrittelemään yhä suurempaa kansainvälistä suosiota saavuttanutta Slow-ideologiaa. Tarkoitukseni on teoriaosuudessa luoda yleiskuva ideologiasta ja myöhemmin laadullisen aineiston analyysin keinoin määritellä tarkemmin mediassa sille esitettyjä piirteitä. Aineistona käytän internetistä keräämiäni media-artikkeleita. Tutkimuksen tärkeimmän teoreettis-metodologisen lähtökohdan muodostaa sekä yhteiskunnallisten liikkeiden että median tutkimuksessa käytetty kehysanalyysi. Pohdintaosuudessa tarkastelen yleisesti tutkimuksen toteuttamista sekä Slow-ideologian ominaisuuksia ja mahdollisuuksia laajempaan yhteiskunnalliseen kontekstiin peilattuina.

## 2 Tutkimuksen tavoitteet

Tutkimukseni kohdeilmiö Slow-ideologia on yhteiskunnallisena ilmiönä melko nuori. Se on monille myös käsitteenä vielä tuntematon. Ideologia on saanut alkunsa laajan kulttuurisen muutoksen yhteydessä. Tietoyhteiskunnan syntyminen ja siitä seuranneet muutokset ovat aiheuttaneet uudenlaisia ongelmia ihmisten henkilökohtaisen identiteetin rakentamiseen sekä arkielämän luonteeseen liittyen. Samalla yhteiskunnallisten liikkeiden luonne on muuttunut: perinteisistä, lähinnä poliittiseen vaikuttamiseen keskittyvistä liikkeistä on siirrytty kohti uudenlaisia ryhmittymiä, joiden keskiössä ovat usein universaalit arvot ja päämääränä mielekkäämmän elämän saavuttaminen. Näihin uudenlaisiin liikkeisiin sitoutuminen on löyhempää. Ne tarjoavat jäsenilleen kollektiivisen toiminnan sijaan ennemminkin henkilökohtaisia identiteettiprojekteja.

Slow-aate on yksi yhteiskunnallisten muutosten myötä syntyneistä ryhmittymistä. Suomessa ideologia ei kuitenkaan ole saavuttanut vielä virallista asemaa. Muuallakin maailmassa Slow-liike etsii vielä vakiintunutta muotoaan, joten sen määrittäminen varsinaiseksi liikkeeksi on tulkinnanvaraista. Tutkimukseni päätavoitteena onkin selvittää, *kuinka suomalainen media määrittelee hitaampaa elämäntapaa kannattavaa Slow-ideologiaa, ja voidaanko ideologiaa määritelmien perusteella pitää yhteiskunnallisena liikkeenä*. Ideologian tunnettuuden lisäämisen ohella pidän tutkimuksen yhtenä tavoitteena myös mahdollisten Slow-ideologiasta esiintyvien väärin mielikuvien korjaamista.

## 3 Tietoyhteiskunta

Tässä tutkimuksen osiossa käsittelen tietoyhteiskunnan syntymistä ja sen myötä muuttuneiden olosuhteiden vaikutuksia ihmisten arkipäiväiseen elämään. Olen rajannut tarkasteluni kohteeksi sellaisia tietoyhteiskuntaan liittyviä ilmiöitä, joiden käsittely on mielekästä Slow-ilmiön kannalta.

### 3.1 Tietoyhteiskunnan syntyminen

Tiedon aikakaudesta on puhuttu jo vuosia. Sana saattaakin olla peräisin Alvin Tofflerin jo vuonna 1970-luvulla julkaistusta kolmatta aaltoa ja tulevaisuushokkia käsittelevästä kirjasta. Käsite itsessään voidaan juontaa vielä kauempaa, jopa toisen maailmansodan jälkeisiltä ajoilta. Tuolloin Frankfurtin koulukunnan kriitikot esittivät näkemyksiään läntisen maailman maailmanlopun visioista. Ei kuitenkaan ole sattumaa, että termi tiedon aikakausi löi itsensä läpi 1990-luvulla. Nykyisin käsitettä käytetään kuitenkin niin runsaasti, että sen todellinen painoarvo on laskenut. Siitä on tullut jo eräänlainen klisee. (Eriksen 2003, 20.)

Thomas Eriksen (2003) katsoo uuden aikakauden alkaneen vuonna 1991, jolloin tapahtuivat kolme suurta muutosta. Ensimmäinen näistä oli Neuvostoliiton hajoaminen ja kylmän sodan päättyminen. Tuolloin entisen supervallan kollektiiviset, yksilön vapautta voimakkaasti rajoittavat arvot jäivät toisen supervallan, Yhdysvaltojen, voimakkaan individualististen arvojen jalkoihin. Toinen merkittävä asia oli Jugoslavian hajoaminen ja sitä seuranneet sodat. Kyseinen murhenäytelmä osoitti, että etninen nationalismi ja fundamentalismi voivat olla erittäin tehokkaita vastavoimia USA:n ylivallelle ja globalisaatiolle. Tällainen ”uustraditionaalisuus” ei olekaan harvinaista tilanteissa, joissa ihmiset tuntevat tulleen globalisaation syrjäyttämiksi tai sen uhreiksi. Jugoslavian hajoaminen osoitti myös sen, että kollektiivisen identiteetin syntyminen ei ole kertaluontoinen tapahtuma. Myöskään valtion itsemääräämisoikeus ja alueellinen koskemattomuus eivät ole enää tulevaisuudessa itsestäänselvyyksiä. (Emt. 21–24.)

Edellä mainitut tapahtumat ja niistä aiheutuneet politiikan ja selkeän identiteetin käsitteiden romahdus sekä geopolitiittinen epävarmuus antavat voimakkaan leiman 21. vuosisadalle. Kolmas suuri tapahtuma oli internetin kaupallistuminen ja muuttuminen yhä useammalle saatavilla olevaksi vuoden 1991 aikoihin, sekä siitä seuranneet yhteiskunnalliset muutokset. (Eriksen 2003, 25.) Internetin käyttäjämäärä alkoi kasvaa noihin aikoihin räjähdysmäisesti. Vuonna 2000 jo puolella eniten verkottuneiden maiden, eli USA:n, Kanadan ja Pohjoismaiden, asukkaista oli käytössään internet-yhteys. Koko maailmassa verkkoa käyttäviä oli noin 400 miljoonaa, kun vielä neljä vuotta aiemmin luku oli ollut tästä vain noin kymmenyksen. (Emt. 28–29.)

Tietoyhteiskunnalle on ominaista, että tietotekniikka on avainasemassa kaikessa tuotannossa. Samalla siitä ollaan vahvasti riippuvaisia. Lisäksi tiedosta on muodostunut tärkein raaka-aineemme, sillä tuotteiden lisäarvo on perinteisten raaka-aineiden sijaan yhä useammin tietoa.



Työväestöstä jatkuvasti kasvava osa kuluttaakin suurimman osan ajastaan tiedon käsittelyyn. (Eriksen 2003, 30–32.) Globaalin talouden painopiste ei ole enää esineissä vaan merkityksissä. Merkitystaloudessa muutoksen tahti on hätkähdyttävää. Koska merkitykset liikkuvat esineitä nopeammin, joustavuuden ja erilaisten organisaatiomuotojen vaatimukset kasvavat. Ajatusten vapaa virta aiheuttaa myös monien ajatusten kilpailua mielessämme samanaikaisesti. Siitä seuraa monesti hämmennystä ja identiteettiongelmaa. (Emt. 49.)

Tietoa on tarjolla liikaa, ja Eriksen (2003, 34) toteaa nykyaikana yhdeksi tärkeimmäksi kansalaistaidoksi suodattaa pois 99,9 % tarjolla olevasta, mutta ei-halutusta informaatiosta. Tilanteet ja saatavissa oleva tieto myös vaihtuvat jatkuvasti. Aiemmin vallinnutta ennalta arvattavuutta ja tasapainoa enää ole. Myöskään politiikassa jako vasemmistoon ja oikeistoon ei enää ole selvärajainen. Kaksinapaisesta maailmasta on muodostunut yksinapainen. Sen tunnusmerkkejä ovat talousliberalismi ja individualismi. Keskeisiä sanoja ovat vapaus, joustavuus ja avoimuus. Tiedon saamisen sijaan ongelmana on pula keinoista, joilla tietoa voisi järjestellä. Tämän avoimuuden tyypillinen seuraus on ihmisen epävarmuus omasta identiteetistä, sillä uusia kollektiivisia identiteettejä tarjotaan jatkuvasti. (Emt. 46–47.) Ihmisistä on tullut oman toimintansa merkitysten määrittäjiä. Aikaisemmin vallinneessa tilanteessa yhteiskunta määritteli yksilöitä (Melucci 1996, 91).

Yhteiskunnalliset liikkeet luovat tilaa, jossa kompleksisen nyky-yhteiskunnan ongelmat nousevat pinnalle. Näitä ongelmia on Alberto Meluccin (1996, 217) mukaan kolmenlaisia. Ensimmäinen dilemma muodostuu jatkuvan muutoksen välttämättömyydestä, jota toisaalta rajoittavat institutionaaliset kehykset. Toiseksi kompleksisessa yhteiskunnassa valta ja päätöksentekorakenteet ovat hajaantuneet. Samalla kuitenkin tärkeiden yhteiskunnallisten päätösten tekeminen on siirtynyt niiden ihmisten kontrollin ulkopuolelle, joihin päätökset eniten vaikuttavat. Viimeisenä ongelmana kirjoittaja mainitsee suuntauksen kansalaisuuden ja osallistumisen lisääntymiseen samalla, kun sosiaalisen elämän suunnittelu läpi byrokraattis-hallinnollisen koneiston tulee lisääntyvässä määrin välttämättömäksi. Yksilöllisten ja kollektiivisten oikeuksien laajeneminen pakottaa ihmiset suunnittelemaan elämäänsä etukäteen uudella tavalla, jotta koordinointi moninaisten kiinnostuksen kohteiden ja valintojen seassa onnistuisi ja oikeuksien saanti tulisi turvatuksi. (Melucci 1996, 217–218.)

## 3.2 Nopeus ja elämän sirpaloituminen

Ymmärtääksemme modernin nopeuden kulttuuria ja sitä vastustamaan syntyneitä yhteiskunnallisia liikkeitä, nopeutta täytyy tarkastella fyysistä vauhtia laajemmasta näkökulmasta. Meidän tulee tutkia sen kiinnittymistä jokapäiväiseen toimintaamme. Lisäksi nopeudessa on aina kyse kulttuurisista arvoista, vaikkakin nopeus on arvona ristiriitaisia tunteita herättävä. Nopeudella nähdään usein olevan samanaikaisesti sekä negatiivisia että positiivisia vaikutuksia elämäämme. (Tomlinson 2007, 2–3.)

John Tomlinson katsoo 2000-luvun alussa alkaneen uudenlaisen aikakauden, josta hän käyttää nimitystä ”condition of immediacy” eli välittömyyden kulttuuri. Tyypillisiksi jokapäiväisessä elämässämme näkyviksi esimerkeiksi tästä välittömyyden kulttuurista hän nimeää internetin käytön ja siitä seuraavan tiedon määrän lisääntymisen. Lisäksi työn ja vapaa-ajan välinen ero on hämärtynyt, palvelut ovat jatkuvasti saatavilla, tietotekniikan kehittyminen on aiheuttanut muutoksia sosiaalisessa kanssakäymisessä ja kulutus on lisääntynyt. Myös työurat vaihtuvat jatkuvasti ja ihmisten kokema stressi lisääntynyt, johtuen jatkuvasta monen asian suorittamisesta samanaikaisesti. (Tomlinson 2007, 72–73.)

Eriksen (2003) kirjoittaa kirjassaan ”Hetken tyrannia” nopeuteen totumisesta. Teknologian kehittyminen on vauhdittanut esimerkiksi tietokoneen internet-yhteyksien nopeuksia. Tästä johtuu, että nykyisin kahden sekunnin odotusaika tuntuu yhtä rasittavalta kuin kymmenen sekunnin odotusaika pari vuotta sitten. Pyrimme jatkuvaan asioiden nopeuttamiseen, emmekä ole tyytyväisiä ennen kuin verkkosivu latautuu välittömästi nappia painettuamme. Sama mekanismi toistuu lukuisissa arkiaskareissa, sillä nopeaan aikaan tottuminen tarttuu ihmisistä toisiin ja leviää elämän eri osa-alueille. (Eriksen 2003, 107–108.) Nopeus on siis sekä ajallisesti muuttuva että suhteellinen käsite: se mikä mielestämme aiemmin oli nopeaa, onkin nykyään hidasta.

Nopeuden lisäksi myös tiedon määrän kasvu on valtavaa, mutta tiedon käsittelyyn käytettävissä oleva aika ei kuitenkaan ole lisääntynyt. Tästä seuraa, että tietoa pitää tiivistää ja kasata yhä lyhempiin aikajaksoihin. (Eriksen 2003, 157.) Kun jatkuvasti kasvavaa tietomäärää levitetään yhä nopeammin, yhtenäisten tarinoiden ja kehityskulkujen sekä yhtenäisen järjestyksen luominen vaikeutuvat (emt. 162). Saamme jatkuvasti liikaa erilaisia viestejä, emmekä pysty enää kiinnittämään huomiotaamme yhteen asiaan kerrallaan. Olemme pakotettuja tekemään

päätöksemme emotionaalisesti värittyneiden mielikuvien avulla, jatkuvasti lisääntyvissä määrin ja aina kiireessä. (Melucci 1996, 226.) Tällaisella tiedon sirpaloitumisella eli ajan jakautumisella yhä pienempiin yksiköihin ja samalla sisäisen johdonmukaisuuden katoamisella on vaikutuksensa: työn, perhe-elämän, kulutuksen ja julkisen keskustelun sirpaloituminen johtaa meidät maailmaan, jossa ei enää ole valmiita identiteettejä. Jokaisen täytyy siis koettaa rakentaa oma kokonaisuutensa näistä pienistä palasista. Kuinka siinä onnistumme, on pohdittavan arvoinen asia. Saattaa käydä niin, että yksittäiset tapahtumat ja sattumat sekä lyhyen tähtäimen valinnat korostuvat, laajempien suuntaviivojen jäädessä varjoon. Nopeus muuttuu pysyväksi olotilaksi nopean ja hitaan vuorottelun sijaan. (Eriksen 2003, 199.)

Nykyaikana elämämme on myös fyysisesti sirpaloitunut yhä useammalle taholle. Entisen pienelle alueelle keskittyneen yhteisöllisen elämän sijaan päivämme koostuvat säntäilystä paikasta toiseen. Elämäämme määrittävät lukuisat yhteiskunnalliset instituutiot ja niiden määrittämät aikataulut, joiden mukaan meidän on yritettävä rytmittää elämämme. Se on kuitenkin äärimmäisen vaikeaa, sillä perheenjäsenten elämät erilaisine aikatauluineen, sijainteineen ja vaatimuksineen harvoin limittyvät yhteen luonnollisesti. Tarve suunnitella, delegoida ja organisoida lisääntyy jatkuvasti. Perhe-elämästäkin syntyy eräänlainen pienimuotoinen liikeyritys. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 91.)

### **3.3 Institutionalisoituminen ja individualismi**

Kompleksiset yhteiskunnat on ohjattu tarpeesta mobilisoida ihmisen resursseja ja aktivoida suuret ihmisjoukot, eriytyneet organisaatioverkostot, tieto ja päätöksenteko. Samaan aikaan ihmisten mahdollisuudet kontrolloida ja määritellä omaa henkilökohtaista elämäänsä ovat lisääntyneet. Individualisaatioprosessi ilmaisee kahta näkökulmaa laajentuneeseen valtaan: toisaalta sosialisatioon liittyvät paineet ovat kasvaneet, toisaalta taas vaatimukset tilaan, aikaan ja oman elämän merkitykseen liittyen ovat lisääntyneet. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 23–24; Melucci 1996, 218.) Vaikka instituutiot siis ohjaavat ja pakottavat meitä toimimaan tietyllä tavalla, epäonnistumisemme ovat henkilökohtaisia ja vastuu elämästämme on omilla käsissämme, sillä kulttuuri ei enää määritä elämäämme tietynlaiseksi (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 23–24). Ristiriitaisista ja velvoittavista tuntemuksista syntyy tarve jäsentää todellisuutta uudelleen käsitteellisellä tasolla. Epäselvästi ja vaistonvaraisesti koetuista tuntemuksista muovautuu pikkujalaa jäsentyneitä näkemyksiä. Nämä kokemukset suhteutetaan

yhteiskunnalliseen ympäristöön. Niitä työstetään sekä yksin että muiden samoin kokevien kanssa. (Konttinen & Peltokoski 2004, 40.)

Vielä 1950- ja 1960-luvuilla ihmisten elämän keskiössä oli perhe. Työ ymmärrettiin vain perhe-elämän kontekstiin liitettynä. Elämän päämäärät olivat selkeitä ja yksiselitteisiä, esimerkiksi hyvän koulutuksen saaminen lapsille tai parempi elintaso. Nykyään varsinkin korkeasti koulutettujen sekä nuoremman sukupolven päämäärät liittyvät tyydyttävämmän elämän tavoitteluun lisääntyneen itsetutkiskelun ja itsetietoisuuden kasvun myötä. Ihmiset kärsivät yhä enemmän itseluottamuksen puutteesta ja epävarmuudesta kyseenalaistaessaan elämäänsä jatkuvasti. Samalla koettu epävarmuus on tarjonnut oivan markkinaraon erilaisille asiantuntijoille, toimialoille ja uskonnollisille liikkeille. Niiden kautta ihmiset pyrkivät samaan lisää sisältöä elämiinsä ja itsensä toteuttamiseen. Nykyaikana myös uusia yhteiskunnallisia liikkeitä saa aikaan ajatus siitä, että niiden avulla voidaan lisätä mahdollisuuksia muovata elämäämme tavoilla, jotka haastavat ja nujertavat syvään juurtuneita kulttuurisia uskomuksia. (Beck & Beck-Gernsheim 2002, 37–39.)

Nyky-yhteiskunta tarjoaa ihmisille symbolisia resursseja, jotka voimistavat potentiaaliamme yksilölliseen autonomiaan ja itsemme toteuttamiseen. Samalla kontrolloivat järjestelmät eivät kuitenkaan voi rajoittua pelkkään resurssien ulkoiseen säätelyyn. Taatakseen yhteiskunnan yhtenäisyyden, järjestelmien täytyy puuttua myös asenteiden muodostumisen sisäisiin prosesseihin. Yhteiskunnat tarvitsevat sosiaalisiin ja organisatorisiin verkostoihin kansalaisten osallistuvaa panosta ja vaativat suurta samaistumista yhteiskunnalliseen elämään. Tämä edellyttää ihmisten tiettyjen symbolisten resurssien ja motivoivien tekijöiden tukahduttamista. Monitahoiset yhteiskunnat samalla sekä antavat vastuuta että asettavat yksilön kontrollin alaiseksi. Järjestelmien täytyykin nykypäivänä käsitellä ihmisten tarpeita, jotka ovat yhä enemmän kulttuurisia tuotteita. Julkiset keskustelut alleviivaavat kollektiivista huomiota saaneet ongelmalliset alueet ja synnyttävät toisinaan yhteiskunnallisia ryhmiä ja liikkeitä. (Melucci, 1996, 92–94.) Voimme kaikki osaltamme vahvistaa sitä osaa julkisessa keskustelussa, mikä on luotu jokapäiväisissä verkostoissa, piilevässä yhteenkuuluvaisuudentunteessa ja kulutusvalinnoissamme. Tietoisuutemme julkisten diskurssien keinotekoisesti rakennetusta luonteesta pitäisikin estää meitä aliarvioimasta niiden painoarvoa informaation muodostamiseen, levittämiseen tai sulauttamiseen liittyen. (Melucci 1996, 227.)

Nyky-yhteiskunnissa tarpeiden määrittäminen on ongelmallinen alue, joka on järjestäytynyt kahden vastakkaisen näkemyksen ympärille. Luonnollinen elämäntapa ja yksilöllisyyden korostaminen ja toisaalta vahvaa sosialisatiota painottava malli ovat jälkiteollisessa kulttuurissa esitettyjen symbolisten mallien kaksi ääripäätä. Yksilöllistä elämäntapaa kannattava näkemys vastustaa tarpeiden näkemistä yhteiskunnallisen järjestelmän sisäisen integraation tavoitteluna, jonka osana jokainen yksilö on. Näkemyksessä primaaristen tarpeiden spontaanisuus haastaa kaikkialla läsnä olevan yhteiskunnallisen kontrollin. Ryhmään kuuluvaksi voidaan lukea piirteitä niin ekologisista liikkeistä kuin nais- ja nuorisoliikkeistä. Sosialisatiota painottava näkemys taas näkee yksilön tarpeet osana laajempaa organisatorista järjestelmää, jolloin käyttäytymisessä ei ole olemassa yksilöllistä ulottuvuutta. (Melucci 1996, 94–95.)

Luonnonmukaista ja yksilöllistä elämäntapaa kannattava näkökulma leviää median kautta. Se synnyttää uusia markkinoita ja säätelee elämäntapoja ja kulutusta, toisin sanoen luo uutta yhdenmukaisuutta. Näkökulma nähdään ulkoisia paineita vastustavana näkemyksenä, koska se karttaa instrumentaalista rationaalisuutta. Julistaen spontaanisuutta, viattomuutta ja luonnollisten tarpeiden välittömyyttä nykyiset liikkeet ilmaisevat vallitsevan yhteiskunnallisen järjestelmän ongelmat: resurssien niukkuuden, tehokkuusvaatimukset, työnjaon ja valtasuhteet. Elämme aikaa, jolloin sosiaaliset ja kulttuuriset objektit määritellään uudelleen. Mieli, ruumis, terveys, sairaus, tarpeet ja halut ovat sanoja, jotka saavat uusia merkityksiä. Meillä ei ole enää saatavilla yksiselitteisesti määriteltäviä objekteja, vaan ne ovat korvattu symbolisella kentällä, sosiaalisen ja kulttuurisen vastarinnan järjestelmällä. Yhteiskunnalliset liikkeet tulkitsevat näitä jännitteitä ja tekevät niistä näkyviä. (Melucci 1996, 95–97.)

### **3.4 Kulutusyhteiskunnan dilemma**

Jean Baudrillardin (2005, 151) mukaan meillä on näennäinen vapaus valita mitä ostamme ja siten erottua persoonallisilla valinnoillamme massasta. Hän katsoo henkilökohtaisen saavuttamisen olevan modernia kuluttajaa koskettava velvollisuus. Näin ollen kulutamme, jotta pystyisimme saavuttamaan kuluttamisen kautta korkeamman statuksen ja vaikuttamaan erityisiltä muihin nähden. Tämä tie ei kuitenkaan johda mihinkään, sillä uudet tavarat korvaavat aina vanhat. Entisten tavaroiden viehätys katoaa nopeasti. (Emt. 164–166.) Samalla meillä ei enää ole vaihtoehtoa olla valitsematta mitään. Meidät pakotetaan osaksi kulttuurista systeemiä. Näennäisessä vapaudessamme tärkein tekijä onkin Baudrillardin (2005) mukaan se, että samalla asetumme osaksi yleistä taloudellista järjestelmää ja integroidumme siihen tehokkaammin.

Voimme valita ostamamme asiat lukuisista erilaisista vaihtoehdoista, mutta samalla kaikki vaihtoehdot ovat kuitenkin massatuotannon tulosta. Halumme erottua massasta saakin meidät kasvavan kuluttamisen myötä osallistumaan kulttuuriseen järjestelmään yhä lisääntyvissä määrin, halusimme sitä tai emme. (Baudrillard 2005, 151–153.)

Taloukasvu, joka on ollut varsinkin 1990-luvun alusta lähtien hurjaa, pohjautuu juuri kulutuksen kasvuun. Jotta lisäkulutus onnistuu, ihmisten täytyy korvata omistamansa hyödykkeet entistä nopeammin uusilla tai laajentaa tavaravalikoimaansa. Kehitys on edennyt molempiin suuntiin: sekä vaatteiden että kulutushyödykkeiden elinkaaret ovat lyhentyneet, ja me myös omistamme yhä enemmän tavaroita. Valikoimat kasvavat siis kaikilla aloilla, ei ainoastaan tiedon määrään liittyen. (Eriksen 2003, 194–195.) Tuotteiden ostamiseen tarvitaan kuitenkin rahaa. Sitä taas saadaan hankittua kovalla työnteolla tai lainaa ottamalla. Me siis velkaannumme ostaessamme haluamamme, ja sitten joudumme tekemään paljon töitä saadaksemme velkamme maksetuiksi. (Hodgkinson 2006, 42.)

Osmo Soininvaara (2007) kirjassaan ”Vauraus ja aika” tuo taloukasvuun toisenlaisen näkökulman. Hänen mukaansa olisi parempi jos ottaisimme töissä hieman rennommin, jolloin tuottavuus kasvaisi maltillisemmin. Tällöin vähän vaatimattomampikin taloukasvu riittäisi työllisyyden parantamiseen. Meidän tulisi samalla kuitenkin hyväksyä se fakta, että myös tulotasomme nousisi hitaammin. Rennompi elämä ei saisi myöskään merkitä jälkeen jäämistä tuotekehityksessä ja teknologiassa, sillä vanhentuneet tuotteet eivät mene kaupaksi edes halpoina. Hyvinvointiyhteiskunta tarvitsee korkeata työllisyysastetta, mutta ei välttämättä suurempaa tuottavuutta muuten kuin hyvinvointipalvelujen tuotannossa. (Soininvaara 2007, 122–123.)

Soininvaara (2007, 8) tähdentää, että vaurauden ei tulisi olla päämäärä itsessään, vaan ainoastaan apuväline hyvän elämän saavuttamiseksi. Hän tuo kirjassaan esiin useissa poikittaistutkimuksissa saatuja tuloksia, joissa rahan on todettu lisäävän onnea vain tiettyyn ansiotasoon saakka. Kyseisen tulotason rajaksi on tutkimusten perusteella määritelty 20 000 euroa vuodessa. Sen jälkeen lisätuloilla ei ole enää todettu vaikutusta onnellisuuden kasvuun. (Soininvaara 2007, 17.) Summa tuntuu suomalaisten keskiansioiden nähden hyvin kohtuulliselta, sillä vuonna 2010 suomalaisten kuukausiansiot olivat keskimäärin noin 3 000 euroa kuukaudessa (Tilastokeskus 2010). Soininvaaran (2007, 8) mukaan ”vauraus on kuitenkin

muuttunut päämääräksi, jolle perimmäinen päämäärä, hyvä elämä, on uhrattu. Terve pyrkimys parempaan muuttuu ahneudeksi, kun vaurauden himo vie suhteellisuudentajun.”

Ihmiset myös vertaavat omaa varakkuuttaan muiden vaurauteen. Tietyn vaurauden tason saavutettuaan ihmisen kokema taloudellinen hyvinvointi näyttäisi kuitenkin riippuvan omien kulutusmahdollisuuksien absoluuttinen tason sijaan enemmän vauraudesta suhteessa muihin. (Soininvaara, 18.) Tämän vuoksi ei ole yllättävää, että kulutusvimma sokaisee ihmiset. Aina on saatava hankittua vähintään se, mitä naapurillakin on ja mieluiten vielä enemmän. Koko kansan elintason noustessa massakulutus kasvaa, mutta vasta vaurastuminen suhteessa toisiin mahdollistaa etuoikeutetun kuluttamisen (Soininvaara, 18).

Soininvaaran (2007, 39) mielestä ”asiat eivät välttämättä ole huonommin kuin ennen, mutta ne voisivat olla paljon paremminkin”. Näkemystään hän perustelee sillä, että työaika olisi voitu lyhentää, jos olisimme tyytyneet maltillisempaan vaurastumiseen. Myös sosiaalista turvallisuutta on vähennetty. Työvoiman edellytetään vaihtavan tarvittaessa niin työpaikkaa, ammattia kuin asuinpaikkaakin. Työ on nykyään lisäksi kiireistä ja henkisesti kuormittavaa. (Emt. 39–40.) Työuupumus onkin enemmän seurausta ylikireästä työtahdistasta tai huonosta työpaikan ilmapiiristä kuin pitkistä työajoista (emt. 66). Toisaalta tuloerot ovat kasvaneet, mikä on tuonut mukanaan rikollisuuden lisääntymistä ja päihdeongelmia (emt. 40). Soininvaaran (2007, 194) mukaan ”vapaa-ajan, kiireettömyyden ja kohtuullisen varallisuuden yhdistelmä on loisteliaa mahdollisuus, joka meidän sukupolvellemme on – jos vain osaisimme siihen tarttua, emmekä liialla ahnehtimisella tuhoaisi kokonaisuudesta kiireettömyyttä.”

## **4 Yhteiskunnalliset liikkeet ja niiden tutkiminen**

Yhteiskunnallisten liikkeiden tutkiminen on tärkeää, sillä liikkeissä tiivistyy aina kunkin aikakauden ja ympäröivän yhteiskunnan merkityksiä, joiden empirinen tarkasteleminen olisi muuten mahdotonta. Liikkeitä tutkimalla voidaan hahmottaa tulevaa yhteiskunnallista institutionaalisen tason kehityksen suuntaa. (Rasmus 2006, 16.) Yleisyydellään yhteiskunnalliset liikkeet vaikuttavat monin tavoin elämismailmaamme lisäämällä tietoisuuttamme asioista ja ongelmista. Yleisyytensä vuoksi liikkeet ovat tärkeä osa sosiaalitieteellistä tutkimusta. Yksityiskohtaisemmalla tasolla tarkasteltuna liikkeet ovat merkittäviä, sillä ne ovat keskeisimpiä toimijoita yhteiskunnallisten muutosten aikaansaamiseksi. (Crossley 2002, 7–8.)

## 4.1 Yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimusperinne

Yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimus on aina perustunut sekä sosiaalipsykologiseen että poliittisempaan sosiologiseen tutkimukseen. Nämä kaksi lähtökohtaa ovat toisinaan näyttäneet olevan sodassa keskenään. 1950- ja 60-luvuilla sosiaalipsykologinen suuntaus oli dominoiva. (Oliver & Johnston 2000, 1.) Sosiaalitieteiden piirissä yhteiskunnallisia liikkeitä on tutkittu paljon erityisesti 1960-luvulta lähtien, jolloin liikkeitä alettiin tarkastella kollektiivisen toiminnan näkökulmasta (Della Porta & Diani 1999, 4). Vielä tuolloin saman kollektiivisen käyttäytymisen alle luokiteltiin esimerkiksi väkijoukot, liikkeet, hysteriat ja muoti. Ongelmiksi muodostuivat kuitenkin liikkeiden näkeminen todellisuutta järjestäytymättöminä sekä huomion kiinnittyminen yksilön sisäisiin tunnetiloihin laajemman näkökulman sijaan. Yksi vastaus näihin ongelmiin löytyi symbolisesta interaktionismista. (Della Porta & Diani 2006, 12.)

Symbolinen interaktionismi ei nähnyt liikkeitä vain yhteiskunnallisten kriisien tuotteina, vaan painotti liikkeiden roolia uusien normien luojana. Tutkimussuunta sai alkunsa jo 1920-luvulla ”Chicagon koulukunnaksi” kutsutun tutkijaryhmän kollektiiviseen käyttäytymiseen liittyvien analyysien myötä. (Della Porta & Diani 1999, 4–5.) Kyseisellä koulukunnalla on ollut suuri vaikutus nykyiseen yhteiskunnallisten liikkeiden sosiaalitieteelliseen tutkimukseen. Koulukunta nosti ensimmäistä kertaa yhteiskunnalliset liikkeet esiin merkityksellisenä yhteiskunnallisia muutoksia ajavana toimintana. Vuorovaikutusprosessien tutkiminen on auttanut tutkijoita myös myöhemmin ymmärtämään liikkeiden dynamiikkaa. Samoin keskittyminen empiiriseen tutkimukseen on innostanut etsimään uusia tutkimustapoja. Viimeisimpänä ja merkittävimpanä asiana interaktionistinen versio kollektiivisen käyttäytymisen teoriasta keskittyi symbolien tuottoon ja identiteetin rakentamiseen. Molemmat teemat ovat erittäin keskeisiä elementtejä myös nykyisessä kollektiivisen käyttäytymisen tutkimuksessa. (Della Porta & Diani 1999, 6.)

1970-luvulla Yhdysvalloissa korostui liiketutkimuksen yhteydessä näkemys resurssien mobilisaatiosta. Kollektiiviset liikkeet nähtiin poliittisen toiminnan jatkeena, rationaalisenä toimintana, jossa toimijat seurasivat kiinnostuksen kohteitaan. Tutkijoiden mielenkiinto keskittyi lähinnä prosesseihin, joilla liike mobilisoi tarvittavat resurssit. Mobilisaatiokyvyn katsottiin riippuvan materiaalisista ja/tai ei-materiaalisista resursseista. Peruskysymys liittyi liikkeen toimintaan osallistumisesta koituvien hyötyjen ja haittojen rationaaliseen arviointiin. Viime aikoina tutkijat ovat laajentaneet näkökulmaansa tutkimalla myös eri organisaatioiden välisiä suhteita sekä niiden sisäistä dynamiikkaa. (Della Porta & Diani 2006, 14–15.)



Samoin poliittisen prosessin näkökulmassa korostui kollektiivisen toiminnan näkeminen rationaalisenä. Erona resurssien mobilisaation teoriaan oli siinä, että huomio kiinnittyi enemmän poliittiseen ja institutionaaliseen ympäristöön, jossa liikkeet toimivat. Liikkeet nähtiin poliittisen järjestelmän haastajina. Päähuomio oli perinteisten institutionaalisten poliittisten toimijoiden ja yhteiskunnallisten liikkeiden suhteissa. Keskeisin käsite oli ”poliittinen mahdollisuusrakenne”. Sillä tarkoitettiin niitä poliittisen systeemin piirteitä, jotka estivät tai edesauttoivat liikkeiden syntymistä ja toimintaa. (Della Porta & Diani 1999, 9–10.)

1980-luvulla sosiaalipsykologit kritisoivat resurssi- ja poliittisten prosessien teorioita. Niiden katsottiin unohtavan sosiaalisen rakentumisen näkökulma ja tarkastelevan liikkeitä vain poliittisin ja organisatorisin käsittein. Snown, Rochfordin, Wordenin ja Benfordin (1986) yhteiskunnallisten liikkeiden kehystämistutkimus tarjosi keinon yhdistää nämä käsitteet toisiinsa. (Oliver & Johnston, 2000, 1.) Kehystämisestä onkin tullut sosiaalitieteellisessä liiketutkimuksessa yksi olennaisimmista näkökulmista resurssien mobilisaation ja poliittisen mahdollisuusrakenteen teorioiden rinnalle. Samalla siitä on muodostunut yksi keskeisimmistä tutkimustavoista yhteiskunnallisten liikkeiden ominaisuuksien ja toimintatapojen ymmärtämiseksi. (Benford & Snow 2000, 611–612.) Kehysanalyysissa median ja kulttuuristen tekijöiden osuus on merkittävämpi kuin resurssien tai poliittisten mahdollisuusrakenteiden tutkimusperinteissä. Kulttuuriset mahdollisuudet ja seuraukset ovat siten huomattavasti tärkeämpiä kuin poliittiset tekijät. Liikkeiden merkityksen nähdäänkin olevan yleisten käsitysten tai median ja kulttuuristen representaatioiden muuttamisessa, poliittisiin muutoksiin pyrkimisen edustaessa pientä, jopa olematonta, roolia. (Crossley 2002, 139.)

1990-luvulla myös kulttuurin painottumista kollektiivisen käyttäytymisen tutkimuksessa on kritisoitu. Osa tutkijoista on alkanut uudelleen painottaa emootioiden merkitystä yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa. Tässä näkökulmassa symbolien tuoton ei katsota olevan vain strategisesti orientoitunutta vaan sisältävän myös tunteita ja emootioita. (Della Porta & Diani 2006, 13.) Yleisesti tunnustettujen normien ja sääntöjen rikkomisesta syntyneen moraalisen shokin katsotaan olevan usein ensimmäinen askel kohti liikkeeseen liittymistä (Jasper 1997, 106). James M. Jasper (1997, 220) katsoo protestiliikkeiden tarjoavan kaiken mielihyvän, jota ihminen voi saada sosiaalisesta elämästä. Lisäksi liikkeet tuovat vielä sellaista erityistä nautintoa, jota ei välttämättä arjen rutiineissa ole tarjolla (emt. 220).

## 4.2 Yhteiskunnallisen liikkeen määritelmä

Yhteiskunnallisista liikkeistä on esitetty kirjallisuudessa monenlaisia määritelmiä, mutta ne kaikki ovat ongelmallisia. Toiset määrittelevät liikkeet turhan suppeasti ja toiset taas liiankin laveasti. Lisäksi määritelmät pitävät sisällään termejä, jotka jo itsessään vaatisivat tarkempaa määrittelyä. Jokainen liike jakaa joitakin samoja piirteitä muiden liikkeiden kanssa ilman, että mikään piirre olisi sekä tarpeeksi poissulkeva että kuitenkin kattava määrittämään ja identifioimaan liikkeitä kokonaisuuksina. Jopa saman liikkeen sisällä esiintyy moninaisuutta. Lisäksi kaikki liikkeet myös muuttuvat. Tarkka määritelmä olisi tarpeellinen tietieteellisessä tutkimuksessa. Liikkeen määritelmien moninainen käyttö eri konteksteissa tekee kuitenkin mahdottomaksi yhden tietyn määrittelyn, joka toimisi kaikissa tarkoituksissa (Crossley 2002, 2.)

Kirjallisuudessa erotellaan tavallisesti kollektiivinen toiminta yhteiskunnallisista liikkeistä. Kollektiivisella toiminnalla tarkoitetaan kestoiltaan vaihtelevaa toimintaa kuten lakkoa tai voiton juhlintaa. Monet tekijät vaikuttavat siihen, muuntuvatko edellisten kaltaiset tapahtumat yhteiskunnallisiksi liikkeiksi. (Rasimus 2006, 153.) Yhteiskunnallisilla liikkeillä viitataan sellaisiin kollektiivisen toiminnan muotoihin, jotka pyrkivät edistämään tai jarruttamaan yhteiskunnallista muutosta. Niillä on tietyt yhteiset tavoitteensa, joilla ne pyrkivät muuttamaan havaittujen epäkohtien sosiaalista ja poliittista perustaa. (Eyerman 1992, 43.) Samalla ne saavat aikaan yhteiskunnallisia konflikteja (Ilmonen 1998, 16).

Yhteiskunnalliset liikkeet ja kollektiivinen toiminta muistuttavat meitä jatkuvasti politiikan rajoituksista: ne luovat politiikalle vaatimuksia samalla kun valtaavat alueita politiikan ympäriltä. Kollektiivista toimintaa ruokkivat jokapäiväisestä elämästä nousevat tarpeet, joita ei ole käsitetty poliittiseen järjestelmään kuuluviksi tai jotka ovat suodatettu sen ulkopuolelle. Toimintaan rohkaisee voimakkaasti myös poliittisessa päätöksenteossa ilmenevä kansalaisten toiveiden ja vaatimusten huomiotta jättäminen. (Melucci 1996, 287.)

Liikkeen muodostumiseen viitataan yleensä mobilisaation käsitteellä (Rasimus 2006, 153). Mobilisoituminen merkitsee aina kollektiivisen ja yksilöllisen tulkintakehyksen yhteensovittamista (emt. 166). Liike mobilisoituu, kun toimijat onnistuvat yhdistämään aikaisempien sosiaalisten muodostumien henkisen perinnön ja resurssit tarkoituksellisella tavalla. Lisäksi ne on kyettävä suuntaamaan yhdessä uusien resurssien kanssa kohti uudenlaisia päämääriä. (Emt. 193.) Mobilisaatio edellyttää kollektiivista identiteettiä, vihollisen

identifioimista, tarkoituksen määrittämistä sekä jotakin panoksena olevaa arvoa tai resurssia, joka pyritään saavuttamaan (Melucci 1996, 292–293).

Nykyisille liikkeille erityinen mobilisaatiopiirre on Meluccin (1996) mukaan määriteltyjen ongelmien globaalisuus, päämäärien ollessa kuitenkin melko yksityiskohtaisia, sidottuina tiettyyn ryhmään tai paikkaan. Toisena erityispiirteitä on kollektiivisen toiminnan muotoutuminen sekä poliittisen toiminnan sisäpuolelle että ulkopuolelle, johtuen liikkeiden toimintamuotojen moninaisuudesta. Viimeisenä piirteenä on yksilön identiteetin ja kollektiivisen identiteetin jatkuvuus. Se johtuu liikkeiden keskittymisestä yhteiskunnallisiin konflikteihin, joissa yksilöitä muotoillaan jatkuvasti uudelleen. Lisäksi nykyiset individualistiset yksilöt ovat tietoisia omasta erityisyydestään myös liikkeessä toimiessaan. (Melucci 1996, 307–310.) Yhteiskunnallinen liike ei ole valmis sosiaalinen muodostelma, eikä se synnyttyäänkään välttämättä sellaisena pysy. Ilmosen (1998, 15–16) mukaan yhteiskunnallisten liikkeiden tunnusmerkkeihin kuuluvat yhteiset tavoitteet ja melko yhtenäiset keinot tavoitteiden saamiseksi, jäsenten keskinäinen solidaarisuuden tunne ja ajallinen jatkuvuus. Määritelmä on melko samankaltainen Alberto Meluccin (1996, 20) määritelmän kanssa.

Liikkeet ovat epämuodollisia verkostoja, yhdistäen monenlaisia ihmisiä ja ryhmiä, ollen organisatorisesta näkökulmasta enemmän tai vähemmän järjestäytyneitä. Ne ovat usein ennemminkin eri toimijoita yhdistäviä suhdeverkostoja, jotka sisältävät myös muodollisia organisaatioita. Erilliset organisaatiot voidaan nähdä yhteiskunnallisen liikkeen sisällä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa olevina yksiköinä. Yhteiskunnalliseen liikkeeseen on mahdollista kuulua ja tuntea olevansa osa kollektiivista toimintaa ilman, että välttämättä tarvitsisi olla tietyn organisaation jäsen. Kansainväliset yhteiskunnalliset liikkeet ovat ylikansallisia verkostoja, jotka määrittelevät tavoitteensa globaaleiksi ja organisoivat monia valtioita sisältäviä protestikampanjoita. (Della Porta & Andretta & Lorenzo & Reiter 2006, 18, 20, 28.)

Yhteiskunnallisten liikkeiden perusedellytykset ja piirteet ovat muuttuneet viime vuosikymmeninä paljon sekä yksilöllisellä että yleisellä tasolla. Syynä tähän on modernin yhteiskunnan systeemisten piirteiden purkautuminen ja samalla yksilöllisen toimintatilan kasvaminen. Lisäksi moraalinen muutos ja informaatioteknologian kehitys ovat laajentaneet julkista tilaa ja lisänneet mahdollisuuksia niiden käyttämiseen ajatuksellisten kehysten luomiseksi. (Rasmus 2006, 21.) Tämän vuoksi on tullut tarpeelliseksi luoda eroa uusien ja

vanhojen yhteiskunnallisten liikkeiden välille. Ilmonen (1998, 37) kuitenkin muistuttaa, että uusien ja vanhojen liikkeiden väliset erot eivät aina ole aivan yksioikoisia. Hänen mukaansa vanhat liikkeet eivät varhaisvaiheessaan sanottavasti poikenneet nykyisistä uusista liikkeistä, vaan loivat toimintatilaa oikeudenmukaisuudelle ja muokkasivat sen varassa omaa identiteettiään uusien liikkeiden tapaan (emt. 37).

### **4.3 Vanhat yhteiskunnalliset liikkeet - moderni aikakausi**

Modernin ihmisen erottaa traditionaalisesta ihmisestä uudenlainen tunne itsestä: omasta subjektiivisuudesta ja individualistisista näkemyksistä. Ilmiön sosiologinen selonteko perustuu muutoksiin ihmisen ja yliluonnollisen suhteen käsittämisessä, uudenlaisiin omistussuhteisiin sekä demografisiin muutoksiin, jotka seurasivat kun ihmiset lähtivät maataloilta kaupunkeihin. Samalla kun traditionaalisista yhteisöistä vieraannuttiin, ihmiset tulivat alttiiksi uusille vaikutteille. Modernin ajan alkaminen mahdollisti uusien sosiaalisten verkostojen sekä poliittisten identiteettien muodostamisen. Vaikka nämä muutokset eivät olleet yksilöiden itsensä suunnittelemia, ne avasivat kuitenkin uusia mahdollisuuksia yhteiskunnallisten liikkeiden perustamiselle. (Eyerman 1992, 37–38.)

Modernin aikakauden myötä syntynyt yksittäisen ihmisen vapaus sisälsi myös tietoisuuden ja kokemuksen ajasta. Aika liittyi prosessiin ja keston sekä dynaamiseen muutokseen, mikä vei huomion menneisyydestä tulevaisuuteen. Moderni ihminen ei ollut ainoastaan tietoinen itsestään yksilönä itsensä ja yhteiskunnan luojana, vaan myös yksilönä, jolla on tulevaisuus. (Eyerman 1992, 39.) Modernissa yhteiskunnassa tehokkuus tarkoitti suurimman mahdollisen energian käyttöön ottamista ja valjastamista liikkeeseen muun muassa työnteossa. Tuolloin syntyi konflikti yksilön vapauden ja kollektiivisten velvollisuuksien välille. Modernisoitumisen pakottamana syntyi myös ristiriita henkilökohtaisen ja sosiaalisen identiteetin uudelleen organisoimisen välillä: aiemmasta vakaasta maalaiselämästä siirryttiin hetkessä yhteiskuntaan, jossa ihminen oli pakotettu muodostamaan uudelleen kuvan itsestään. Tämä kuva sisälsi uusia tapoja osallistua politiikkaan ja määrittellä poliittista yhteisöllisyyttä. Uudet poliittiset organisaatiot ja käsitys modernista kansallisvaltiosta loivat sekä tasapainoa yksilöllisen vapauden ja kollektiivisten velvollisuuksien välille että kehykset modernille poliittiselle identiteetille. (Eyerman 1992, 40–41.)

Näin syntyneet yhteiskunnalliset liikkeet olivat modernin yhteiskunnan keskus. Vanhoista yhteiskunnallisista liikkeistä ei tee moderneja niinkään niiden kollektiivinen vaan selkeästi poliittinen luonne. (Eyerman 1992, 43.) Modernin aikakauden yhteiskunnallisten liikkeiden taustalla olevat syyt liittyivät tavallisesti luokkaerojen synnyttämiin epätasa-arvoisuuden kokemuksiin, kuten tuloeroihin ja taloudelliseen epävarmuuteen (emt. 45). Tyypillisenä vanhana yhteiskunnallisena liikkeenä pidetään työväenliikettä. Liikkeen kollektiivinen toiminta muodostui lähinnä erilaisista joukkovoiman presentaatioista, kuten mielenilmauksista, lakoista ja vaalitaisteluista. (Rasimus 2006, 65.)

#### **4.4 Uudet yhteiskunnalliset liikkeet – postmoderni aikakausi**

Uudet yhteiskunnalliset liikkeet syntyivät sekä modernin aikakauden tuotoksena että reaktiona sille. Jälkiteollisen yhteiskunnan kehitys ja siitä nousseet ristiriidat vaikuttivat uudenlaisten liikkeiden syntymiseen 1970-luvun alkaen. Liikkeiden synty liittyi olennaisesti myös pehmeämpien arvojen nousuun. Ihmisten kiinnostuksen kohteet siirtyivät suurista järjestelmistä pieniin miljöihin kuten arkielämään. (Rasimus 2006, 65.) Asenneilmastossa korostui yksilöllisyyden voimistuminen, ja kollektiivisuus kohdistui lähipiiriin. Samalla vakiintunutta poliittista järjestelmää sekä sen hierarkkisia malleja kritisoitiin, ja luottamus vanhoihin puolueisiin väheni. (Konttinen 1998, 197.)

Kulttuuri-ilmaston muutos vaikutti myös kollektiiviseen liikehdintään. Modernisaatiokritiikin keskiössä olivat jatkuva talouskasvu, byrokratisoituminen, ihmistä repressoiva muodollinen rationaalisuus sekä kova teknologia. Niiden katsottiin olevan uhka aidolle henkiselle ja sosiaaliselle elämälle. Kapitalistisesta ja valtiokeskeisestä teknokraattisesta yhteiskuntasuunnittelusta oli uusien näkemysten mukaan siirryttävä luonnonmukaisiin miljöihin ja yksilön autonomian kunnioittamiseen. (Konttinen 1998, 197–199.) Nykyisissä liikkeissä yksilön asema ja ongelmat ovatkin nostettu aivan uudelle tasolle. Toimintansa kautta liikkeet vakuuttavat välttämättömyyttä osoittaa yhteiskunnallisen elämän yksilöllinen ulottuvuus tasona, jossa yhteiskunnallisen kontrollin uudet muodot ovat käytössä ja josta yhteiskunnallinen toiminta saa alkunsa. (Melucci 1996, 106.)

Uusi moraalinen periaate on lähtöisin siitä, että oma elämäkokemus ja julkisuus ovat nostaneet tietoisuuteen luonnontieteeseen pohjautuvan produktiivisen toimintatavan kielteiset vaikutukset niin luontoon kuin ruumiiseemmekin (Ilmonen 1998, 28). Uudet liikkeet kannattavat suoraa

toimintaa, sillä välilliset menettelytavat edustavat juuri niitä yhteiskunnan kontrollimekanismeja, joita vastaan liikkeet taistelevat. Spontaanisuus sekä autoritäärisyyden ja hierarkkisuuden vastustaminen vaikuttavat olevan yhteisiä muotoja nykyiselle kollektiiviselle toiminnalle. Tästä johtuu myös liikkeiden sirpaloituneisuus, heikko organisoituminen sekä kollektiivisen toiminnan hajanaisuus. (Melucci 1996, 103.)

Liikkeen kapasiteetti luoda liittoutumia, yhteyksiä ja määritelmiä yhteisistä tavoitteista on tullut keskeisimmäksi asiaksi kollektiiviselle toiminnalle ja sen menestymiselle. Kyseiset asiat olivat tärkeitä myös menneen ajan työväenliikkeille, mutta tuolloin yhteisten päämäärien osoittaminen oli helpompaa jaetuista yhteiskunnallisista olosuhteista johtuen. Tänä päivänä kollektiivisen toiminnan rakentamisen keskiössä on tietoisuuden lisääminen siitä asiasta, että ihmisten ei ole mahdollista saavuttaa tavoitteitaan ilman toisten tukea, liittoutumia ja yhteisymmärrystä. (Melucci 1996, 190.) Tämä on aiheutunut ihmisten identiteettien painottumisesta kollektiivisessa toiminnassa (emt. 186). Identiteettiä korostaviin kysymyksiin liittyy nimittäin aina asioita, joita ei voi kokonaisuudessaan kääntää poliittiseksi yhteenotoksi auktoriteetteja vastaan. Ne on käsiteltävä yleisemmällä yhteiskunnallisella tasolla. Jos identiteettiasiat viedään liian pitkälle, siitä seuraa kuitenkin väistämättömästi liikkeen sirpaloituminen itsetietoisiksi ja suljetuiksi lahkoiksi. Tämän riskin ovat nykyaikana kohdanneet monet identiteettipolitiikkaa painottavat ryhmät. (Emt. 188.)

Eri maissa tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet melko yhdenmukaisia tuloksia siitä, millaisia ihmisiä uusissa yhteiskunnallisissa liikkeissä toimii. On osoitettu ensinnäkin se, että liikkeisiin kuuluu hyvin monenlaisia taustoja omaavia henkilöitä. Toisaalta on kuitenkin havaittu, että herkimmin uusien liikkeiden toimintaan osallistuvat opiskelijat ja niin sanottuihin uusiin keskiluokkiin kuuluvat ihmiset. Nuoret osallistuvat toimintaan vanhempia ikäluokkia herkemmin ja naiset yleensä miehiä useammin. (Konttinen & Peltokoski 2004, 51.) Koulutetun ja urbaanin väestöosan osuus liikkeiden jäsenistä on kasvava (emt. 197). On kuitenkin varottava yleistämästä liikkeisiin osallistuvia toimijoita liikaa. Samalla tavoin kuin liikkeissä ja konflikteissa on eroavaisuuksia ja niiden toiminnan motiivit vaihtelevat, poikkeavat myös liikkeisiin osallistuvat toimijat taustoiltaan toisistaan. (Emt. 52.)

Eyermanin (1992) mukaan postmodernin yhteiskunnan kehittymiseen on vaikuttanut kolme asiaa: siirtyminen kansalaisyhteiskunnista valtioihin, massamedian syntyminen sekä tietotekniikan huima kehittyminen. Kaikki nämä muutokset ovat sekä vaikuttaneet yhteiskunnallisiin

liikkeisiin että toisaalta saaneet vaikutteita liikkeistä itsestään. (Eyerman 1992, 46.) Valtion laajentuminen ja sen puuttuminen työmarkkinoiden suunnitteluun, koulutukseen, perhe-elämään ja lasten kasvatukseen vaikutti yhteiskunnallisen elämän uusien alueiden politisointiin ja samalla uusien yhteiskunnallisten liikkeiden syntymiseen. Erona modernin aikakauden aikana syntyneisiin liikkeisiin oli muun muassa se, että kyseiset liikkeet keskittyivät, uusien postmodernille aikakaudelle tyypillisten arvojen myötä, luokkaerojen ja materiaalien huolien sijasta enemmän universalistisiin asioihin kuten ihmisyyteen ja luontoon, naisten asemaan sekä maailmanrauhaan. Lisäksi liikkeet olivat entistä idealistisempia. Myös niiden jäsenet ja kiinnostusten kohteet olivat aiempaa hajaantuneempia. (Emt. 49.)

Toinen postmodernin yhteiskunnan syntymiseen ja samalla uusien yhteiskunnallisten liikkeiden ilmaantumiseen vaikuttanut seikka on Eyermanin (1992, 52) mielestä massamedia. Alue, jolla liikkeiden sana voi tulla kuulluksi, onkin nimenomaan julkinen keskustelu (Melucci 1996, 225). Näkyvyys massamediassa ja modernien kommunikointitapojen kautta saavutettu välitön huomio ovat auttaneet rakentamaan liikkeistä merkittäviä sosiaalisia ja poliittisia voimia. Lisäksi modernit kommunikaatiotekniikat ovat vaikuttaneet liikkeiden sisäisiin strategioihin, organisointiin ja johtajuuteen. Uusien yhteiskunnallisten liikkeiden onkin opittava käsittelemään mediaa hyödykseen, muuten tapahtuu toisinpäin eli media käyttää liikettä hyväkseen. (Eyerman 1992, 52.)

Tietoyhteiskunnassa myös valta on symbolisen kentän osa-alue, joka sulkee sisäänsä meidät kaikki. Tämä tekee kommunikaation vaikutuksista ennakoimattomia ja epäsuhtaisia alkuperäisiin aloitteisiin nähden. Esimerkkinä on nykyisten yhteiskunnallisten liikkeiden oletettu heikko toiminta, jolla on kuitenkin ollut merkittäviä vaikutuksia yhteiskunnallisen elämän kriittisille alueille kuten sukupuolen käsittämiseksi, rauhalle ja luonnolle. Julkisen keskustelun rakentamistapoja muuttamaan suunniteltu toiminta on avoin mahdollisuus, jonka vaikutukset eivät ensisijaisesti riipu sovelletuista materiaalisista voimista. Nykyiset taistelut käydään täysin kielellisin keinoin. Voimme aloittaa toiminnan laajentaaksemme julkisen keskustelun vihjeitä aidoksi julkiseksi keskusteluksi, jossa merkityksiä, tärkeitä asioita ja yhteisöllisen elämän tavoitteita nimetään ja vertaillaan. (Melucci 1996, 228.) Nykyiset liikkeet pyrkivät haastamaan sekä yhteiskunnassa yleisesti vallitsevia käsityksiä maailmasta että politiikan ja kulttuurin symbolista perustaa (emt. 357).

Julkisuus ja hyvät informaatioresurssit ovat uusien liikkeiden elinvoiman ehdoton edellytys. Niiden avulla liikkeet voivat tuoda julkiseen keskusteluun uusia kulttuurisia ajatustapoja ja pyrkiä vakiinnuttamaan niitä vaihtoehtoisiksi diskursseiksi. (Ilmonen 1998, 30.) Liikkeet säilyttävät identiteetin varaan pohjautuvan asemansa vain sen aikaa, kun ne ovat oppositioasemassa vallitseville asiantiloille. Lisäksi liikkeiden ote luomaansa toimintatilaan pysyy ainoastaan silloin, jos ne pystyvät hankkimaan julkisuutta esittämilleen näkökulmille. Julkisuuteen pääseminen antaa liikkeille myös mahdollisuuden luoda mielikuvia sekä vastustajistaan että itsestään. (emt. 37.)

Liikkeet eivät siis enää kaipaa julkisuutta samasta syystä kuten ennen, saadakseen suuret massat mukaan toimintaansa. Sen sijaan julkisuutta tarvitaan vaihtoehtoisten näkemysten levittämiseen. Vetoamista merkittävämpi piirre on nykyään vakuuttavuus. (Rasimus 2006, 199.) Kuinka näemme maailman, riippuu aina saatavillamme olevasta informaatiosta (Melucci 1996, 226). Ulkoisten resurssien lisäksi julkisuus muodostaa yhä lisääntyvässä määrin mahdollisuusrakenteen, jonka puitteissa liikkeiden on järjestettävä toimintansa. Liikkeiden koettaessa hyödyntää julkisuutta ne tarjoavat samalla välineitä myös itsensä määrittelemiseen. (Rasimus 2006, 202.)

Internetin käytön huomattava lisääntyminen on helpottanut joitakin yhteiskunnallisten liikkeiden organisatorisia käytäntöjä, mahdollistanut nopean reagoinnin sekä tehostanut tiedonhallintaa (Rasimus 2006, 223). Tietokoneen välityksellä tapahtuva kommunikaatio antaa liikkeille mahdollisuuden levittää sensuroimattomia viestejä ja vaikuttaa massamediaan. Siten ne pystyvät esittämään itsensä suoraan laajalle yleisölle pienin kustannuksin. (Della Porta ym. 2006, 93.) Myös liikkeen jäsenten välinen tiedonvälitys sekä ylikansallinen yhteydenpito ja mobilisointi ovat helpottuneet tietotekniikan kehittymisen myötä (Della Porta ym. 2006, 96–97). Toisaalta internet on omalta osaltaan vaikuttanut liikkeiden individualisoitumiseen, sillä se on vähentänyt jäsenten riippuvuutta organisaatioista. Samalla liikkeisiin liittyminen, jopa oman liikkeen perustaminen, on internetin kautta tullut yhä yksinkertaisemmaksi. (Lindholm 2005, 201.)

Uudet liikkeet ovat tavallisesti huolestuneita ei-taloudellisista asioista kuten sukupuolten välisestä tasa-arvosta tai sodan ja rauhan merkityksestä. Huolet ovat siis enemmän kulttuuriin kuin talouteen liittyviä. Päämääränä on vallitsevien normien ja arvojen muuttaminen. (Eyerman 1992, 45.) Liikkeet eivät esitä kokonaisvaltaisia poliittisia ohjelmia ja vaativat vain osittaisuudistuksia kuten rantojen suojelua tai eläinten oikeuksia. Tästä syystä ne voivat ankkuroida toimintansa arkielämään perinteisen politiikan ”alapuolelle” ja esiintyä pelkästään



hyvän elämän puolustajina. Toisaalta ne kuitenkin esiintyvät samalla myös perinteisen politiikan ”yläpuolella” vaatimalla muutoksia länsimaiseen elämäntapaan. Asioihin, joita mikään poliittinen voima ei yksin kykenisi muuttamaan. (Ilmonen 1998, 27.) Uudet liikkeet ovat sosiaalisia identiteettejä tuottavia tahoja, jotka tarjoavat uudenlaisen sosiaalisen kasvuympäristön yksilöllistyneessä maailmassa (Ilmonen 1998, 29). Ne tarjoavat esimerkiksi mahdollisuuden toteuttaa sellaista elämäntapaa, joka voisi olla mahdotonta toteuttaa yksin (Rasimus 2006, 66).

Vaikka uudet liikkeet kampanjoivat uudenlaisten moraalisten arvojen puolesta, jäsenten sitoutuminen liikkeisiin ei ole vahvaa. Tämä johtaa siihen, että yhteisöllisyys on lähinnä julkisuuden kautta luotua ja symbolista. Jäsenyys säilyy vain niin kauan kuin yksilö haluaa elää liikkeen moraalisten periaatteiden mukaisesti, ja se tarjoaa siihen kehykset, joita olisi vaikeaa toteuttaa itsenäisesti. (Ilmonen 1998, 31.) Uusiin liikkeisiin samaistuminen tapahtuu nykyään yleensä ryhmää yleisemmällä kulttuurisella ja yhteiskunnallisen suuntautuneisuuden tasolla. Se on samaistumista protestoinnin laajempaan kehykseen. (Konttinen & Peltokoski 2004, 198.)

Uusissa liikkeissä painottuu jäsenten keskinäinen solidaarisuus. Sen vahvistaminen on usein tärkeämpää kuin liikkeen varsinaiset tavoitteet. (Melucci 1996, 103.) Liikkeet koostuvat moninaisista autonomisista yksiköistä, jotka pyhittävät suuren osan resursseistaan sisäisen solidaarisuuden rakentamiseen ja ylläpitoon. Kommunikaatio ja verkostot, joiden kautta tieto ja käyttäytymismallit leviävät, luovat yhtenäisyyttä eri yksiköiden välille. Johtajuus on hajaantunutta ja rajoittuu tiettyjen päämäärien saavuttamiseen. Näin ollen eri ihmiset voivat nousta johtajiksi, jos heillä on tiettyjä tehtäviä suoritettavinaan. (Melucci 1996, 113.)

Uudet liikkeet ovat aiempaa monimuotoisempia. Toimijoilta ei edellytetä yhdenmukaisuutta kaikilla tasoilla. Sisäisen diversiteetin katsotaan sen sijaan rikastuttavan ja vahvistavan liikkeitä. Rasimus (2006, 163) luonnehtii tällaisia liikkeitä ”yksilöiden liikkeiksi”. Niissä henkilökohtaisen ja kollektiivisen toiminnan välillä vallitsee jatkuvuus, jolloin ihmisen henkilökohtainen ja omaehtoinen toimintakin voidaan tulkita järjestötoiminnaksi. (Rasimus 163–164.) Jäsenet toimivat täysin itsenäisesti, vaikkakin pitävät yhdyssiteitä liikkeeseen informaation kierron sekä muiden ihmisten kautta. Nämä linkit tulevat selviksi vain väliaikaisten kollektiivisten mobilisaatioiden aikana. Solidaarisuus on luonteeltaan kulttuurista ja sijoittuu jokapäiväisen elämän symboliseen tuottamiseen. Ihmisten identiteettiongelmat ja kollektiivinen toiminta ovatkin lisääntyvissä määrin kietoutumassa toisiinsa. (Melucci 1996, 115.) Liikkeet suuntaavat

strategiansa kohti niiden symbolisten olemassaolon ulottuvuuksien elvyttämistä, jotka käytössä oleva teknisen rationaalisuuden malli on tuhonnut. Liikkeiden pyrkimyksinä on palauttaa ihmisen yhteys luontoon sekä mielen ja ruumiin harmonisen suhteen elvyttäminen. (Emt. 358–359.)

## **5 Slow-elämä**

### **5.1 Slow Food -liike uutena yhteiskunnallisena liikkeenä**

Slow Food -liike sai alkunsa Italiassa vuonna 1986. Tuolloin ruokatoimittaja Carlo Petrini pani alulle Slow Food -liikkeen vastaiskuna Roomaan avattua McDonald'sia ja sen Fast food -ruokakulttuuria kohtaan. Liike edustaa oikeastaan kaikkea sitä, mitä McDonald's ei edusta. Se painottaa muun muassa ruoasta nautiskelua rauhassa ystävien kanssa, ekologisesti tuotettua lähiruokaa sekä paikallisten ruokaperinteiden säilyttämistä. (Honoré 2007, 67–68.) Nykyään Slow Food -liikkeeseen kuuluu yli 100 000 jäsentä noin 150:ssä eri maassa (Slow Food International, 2011).

Wendy Parkins ja Geoffrey Craig (2006, 32) katsovat, että Slow Food -liikettä kuvaa parhaiten määritelmä ”uusi yhteiskunnallinen liike”, vaikka kaikki tutkijat eivät tätä määritelmää hyväksykään. Perusteluina he esittävät, että liike ei ainoastaan yritä puuttua yleisiin diskursseihin ja politiikkaan, vaan se myös edistää erilaista lähestymistapaa jokapäiväiseen elämäämme ja toimii eräänlaisena symbolisena vaihtoehtona kiireelliselle elämälle (emt. 32).

Slow Food -liikkeen historia on monimutkainen sekoitus sosiaalista pääomaa: erityisesti italialaisen vasemmiston orientoitumista liikkeen perustamiseen ja liikkeen kehittymistä kansainväliseksi yhteiskunnalliseksi liikkeeksi keskiluokan tukemana. Sillä on nykyään maailmanlaajuinen verkosto yhteistyökumppaneita paikallisista ruoantuottajista aina kansallisiin hallintoelimiin ja kansainvälisiin kansalaisjärjestöihin asti. Globaalien ongelmien valtavuudesta ja hajanaisuudesta johtuen verkostoa ei voida määritellä yhdeksi itsenäiseksi kokonaisuudeksi, liikkeen menestyksestä ja eri projektien suuresta määrästä riippumatta. Tästä johtuen Slow Food -liikkeen haasteena on kehittää moninainen mutta globaali identiteetti ja tarjota kestäväää kritiikkiä nopean elämäntavan dominoivaa maailmaa kohtaan. (Parkins & Craig 2006, 35.) Vaikka Slow Food -liikkeen jäsenmäärät ovat kasvussa monissa eri maissa, Italian Slow Food -järjestö muodostaa suurimman osan sen hallintoelimistä. Liikkeen toimintaa alleviivaava

hitaamman elämän nautinto voidaan johtaa monin tavoin erityisesti Italiaan kuuluvaksi. Nyt liikkeen haasteena on muokata kyseinen kulttuurinen ilmapiiri myös individualistisiin maihin sopivaksi. (Emt. 36.)

Toinen liikkeen tärkeä haaste liittyy sen tavoitteeseen saada hitaampi elämäntapa sisältymään jäsenten jokapäiväiseen elämään. Vaikka liike on menestynyt jäsenten mobilisoinnissa, yhteistyössä poliittisten toimijoiden kanssa sekä tiedon levittämisessä, kokonaisvaltaisen hitauden tavoittelu pysyttelee enemmän yleisenä pyrkimyksenä kuin systemaattisena aloitteellisuutena. Slow Food -liikkeen filosofialla on kuitenkin paljon potentiaalia synnyttää myös kokonaisvaltainen elämisen malli. (Parkins & Craig 2006, 36–37.) Tällainen laajalle levinnyt ja jokapäiväiseen elämään limittyvä elämäntapa, josta olisi seurannut olennainen poliittinen haarake, on Parkinsin ja Craigin (2006, 37) mukaan kuitenkin vielä liikkeen saavuttamaton ihanne.

## 5.2 Slow-filosofia

Parkinsin ja Craigin (2006) kirjoittaman ”Slow Living” -kirjan jälkeen kokonaisvaltainen hidas elämäntapa on kasvattanut jatkuvasti suosiotaan. Slow Food -liikkeen perusajatus on vähitellen laajentunut yhä useammalle elämän alueelle vauhdin hidastamista ihannoiviksi organisaatioiden verkostoksi. Merkittävin Slow Food -liikkeen myötä syntyneistä organisaatioista on Slow Cities -liike. Se on Slow Food -liikkeeseen läheisesti limittyvä mutta kuitenkin autonominen organisaatio, joka sai alkunsa Italiassa vuonna 1999. Liikkeen perusajatuksena on laajentaa Slow Food -liikkeen ajatukset kaikkiin urbaanin elämän osatekijöihin eli vauhdin kokonaisvaltainen hidastaminen. (Parkins & Craig 2006, 30.) Liikkeen julistukseen sisältyy 55 lupaus, joiden täyttämiseen jäsenkaupunkien on pyrittävä. Jäsenkaupunkeja on jo yli kahdessakymmenessä eri maassa. Tarkoituksena on luoda ihmisille elinympäristö, jossa on helpompi vastustaa painetta elää kellon mukaan ja tehdä kaikki nopeammin. Lupauksia ovat esimerkiksi melun ja liikenteen vähentäminen, ympäristöä suojelevan teknologian tukeminen, paikallisesti tuotettujen tuotteiden suosiminen sekä vieraanvaraisuuden ja hyvän naapurihengen lisääminen. (Honoré 2007, 94–95.) Toisaalta, vaikka liikkeen tavoitteena onkin kunnioittaa perinteitä, se myös ylistää modernin maailman parhaita puolia. Oleellista on, voidaanko jonkin asian katsoa parantavan elämisen laatua. (Emt. 97.)

Slow Food ja Slow Cities -liikkeiden lisäksi Slow-aatteen loppuosa on mielenkiintoisesti sekoittunut joukko, yleensä paikallisia, aloitteita ympäri länsimaisia yhteiskuntia. Aloitteet vaihtelevat yleisistä elämäntapojen muuttamisen puolesta puhuvista ryhmistä esimerkiksi taiteeseen orientoituneisiin ryhmiin. Useimmat näistä ryhmistä eroavat enemmän institutionaalisesti organisoiduista liikkeistä. Eroavuus Slow Food ja Slow Cities -liikkeisiin on itsenäisyys tietyistä poliittis-taloudellisesti kiinnostuneista kannatusjoukoista. Erilaiset aloitteet edustavat mielenkiintoista sekä usein vakavaa ja sitoutunutta ajattelua, keskustelua ja toimintaa koskien nykyelämän nopeutta. Tomlinsonin (2007) mukaan nämä liikkeet ansaitisivat enemmän akateemisten tutkijoiden huomiota kuin ne ovat tähän mennessä saavuttaneet. (Tomlinson 2007, 146–147.)

On olemassa myös sellaisia yhteiskunnallisia liikkeitä, jotka voidaan lukea erilliseen haaraan kuuluviksi liikkeiksi, mutta joilla on kuitenkin yhtäläisyyksiä Slow-ideologian kannattajien kanssa. Askeettista elämäntapaa ihannoivassa Simple Living -aatteessa on joitakin samoja piirteitä kuin Slow-liikkeessä. Toisaalta huomattavia erojakin löytyy. Simple Living -liikkeessä vastustetaan modernia nyky-yhteiskuntaa ja painotetaan kovaa työtä ja säästäväisyyttä. Slow-liikkeen ajatuksena on ennemminkin elämästä nauttiminen. Siinä ei vastusteta nyky-yhteiskuntaa itsessään, vaan vain siinä esiintyvää nopeuden ja jatkuvan suorittamisen ihannointia. (Parkins & Craig 2006, 3.) Läheisesti Slow-liikkeeseen liittyy myös termi downshifting. Downshifataajat ovat ihmisiä, jotka vähentävät työntekoa saadakseen enemmän aikaa elämän tärkeille asioille. He myös pyrkivät kuluttamaan vähemmän pienentääkseen hiilijalanjälkeään. Useimmille ihmisille muutos kohti hitaampaa elämäntapaa tapahtuu downshifataamisen kautta. (Slow Movement 2010.)

Suomalaiset tutkijat Sirkka Heinonen ja Minna Halonen (2007, 47) katsovat Slow -filosofian tärkeimpien osatekijöiden muodostuvan Slow Food, Slow Housing, Slow Design, Slow Cities, ja Slow Life -liikkeistä. Kokonaisvaltainen Slow-liike etsii vielä vakiintunutta muotoaan. Sillä ei ole päämajaa sanomansa levittämistä varten, yhtä johtajaa tai virallista puoluetta. Monet hidastavat vauhtiaan ilman, että tuntevat itsensä osaksi tiettyä kulttuurista suuntausta. Kuitenkin jokainen nopeutta vähentävä teko vahvistaa osaltaan Slow-liikettä. Slow-aktivistit kasvattavat voimaansa, luovat yhteyksiä ja hiovat filosofiaansa kansainvälisissä konferensseissa, tiedotusvälineissä ja internetissä. Erilaisia nopeaa elämää vastustavia ryhmiä syntyykin kaikkialla. (Honoré 2007, 27.) John Tomlinson (2007, 147) pitää näiden ryhmien määrittelyä vaikeana suhteessa yhteiskunnallisten liikkeiden yleisiin määritelmiin, sillä niillä ei ole selvästi

määriteltävää identiteettiä, vastustajaa eikä yhteiskunnallista päämäärää. Toisin kuin poliittisesti suuntautuneet yhteiskunnalliset liikkeet, Slow-liike on vastareaktio monimutkaisiin ja arvoiltaan monitulkintaisiin kulttuurisiin olosuhteisiin. (Tomlinson 2007, 147–148.)

Tomlinsonin (2007, 149/Suom. Maarit Kirsi) mukaan Slow-liikettä ei tulisi ohittaa vain ”keski-luokan ilmaisuna kulttuurisia huolenaiheita kohtaan sekä epäpoliittisena ja näennäisterapeutisena reaktiona niihin”. Liikkeen pääajatus on omin avuin selviämisessä, vaikka se onkin heikkous sekä analyttisessä että poliittisessa mielessä. Liikkeen voidaan ajatella ilmaisevan ihmisten yleisempää kokemusta epävarmuudesta monimutkaisissa kulttuurisissa olosuhteissa. Siihen on helpointa tarttua yksittäisten ihmisten kokemusten kautta. Tomlinsonin (2007, 149) mielestä on melko epätodennäköistä, että Slow-liike pystyisi suoraan haastamaan nopeutta painottavan kulttuurin institutionaalisen hallinnan. Hänen mukaansa ei kuitenkaan tulisi aliarvioida liikkeen mahdollisuuksia sen keskittyessä nopeuden aiheuttamiin ongelmiin, joita ihmiset yksilöllisesti kokevat. Liikkeen on nimittäin mahdollista havaita tiettyjä nousevia arvoja, jotka voivat pidemmällä tähtäimellä olla merkittäviä. Näiden arvojen ja olosuhteiden, jossa ne ovat kehittyneet, tutkiminen vaikuttaa siten hyödylliseltä. (Tomlinson 2007, 149.)

Kansainvälinen taloussanomalehti Financial Times (27.1.2010) on hiljattain todennut Carl Honorén kirjan *Slow – elä hitaammin* (2007) merkitsevän Slow-liikkeelle samaa kuin kuuluisa teos ”Pääoma” (*Das Kapital*) kommunismille. Honoréa voidaan siis pitää varsinaisen Slow-liikkeen perustajahahmona, vaikka alkuperäinen Slow-ajatus onkin lähtöisin Carlo Petrinin vuonna 1986 perustamasta Slow Food -liikkeestä. Honorén määritelmän mukaan Slow-filosofia ulottuu laajassa merkityksessään kaupunkisuunnittelusta, asumisesta, harrastuksista ja työstä aina lasten kasvatustapoihin saakka. (Honoré 2007, 26). Siinä pyritään kiireellisen, pinnallisen, stressaantuneen ja määrää laadun sijaan painottavan elämäntavan vastakohtaan. Hitaudella tarkoitetaan tässä yhteydessä rauhallista, huolellista, luovaa, pohdiskelevaa ja laatua arvostavaa elämäntapaa. (Emt. 25.) Toisaalta paradoksaalisesti Slow-ideologian mukainen vauhdin hidastaminen saattaakin olla keino ylläpitää vauhtia. Sopivalla ja hallitulla tempolla työskennellen ja liikkuen jaksakin enemmän, paremmin ja kovempaa. (Kopomaa 2008, 51.)

On kuitenkin huomioitava, että Slow-elämän tarkoituksena ei ole se, että kaikki tehtäisiin etanan vauhdilla. Se ei ole sodanjulistus nopeutta vastaan. Joihinkin asioihin nopeus sopii, mutta tehtäessä nopeasti asioita joihin se ei sovi, sillä on hintansa. Nopeuden vastustamisen perusteet alkavat taloudesta ja luonnon liiallisesta riistosta. Ihmiset elävät palvelukseen taloutta sen

sijaan, että talous palvelisi heitä. Pitkät työpäivät aiheuttavat työn laadun huononemista ja vähentävät hyvinvointia. Työmoraali on menossa liiallisuuksiin, ja nykyään yhä useammat ihmiset eivät halua pitää edes kunnan lomina. (Honoré 2007, 14–15.) Jos jatkamme samaan malliin, nopeuden ihannoiti menee aina vain pitemmälle. Kun jokainen valitsee aina nopeimman vaihtoehdon, nopeus ei tuo enää minkäänlaista etua. Meidän on vain toimittava entistäkin nopeammin. Pikkuhiljaa päädyimme ”kilpavarusteluun”, joka koituu kaikkien osapuolten tuhosiksi. (Emt. 20–21.)

Honorén mukaan liikkeen tarkoituksena ei myöskään ole yrittää palauttaa maapalloa kauas teollistumista edeltävän aikakauden tasolle. Liikkeen tavoitteena on yksinkertaisesti koettaa elää onnellisemmin nykyisessä nopeatahtisessa maailmassa. Hitauden filosofian pääsanana voidaan pitää tasapainoa, sopivan vauhdin löytämistä. Aikomuksena on pyrkiä olemaan nopea silloin kun se on järkevää, mutta hidastamaan tarvittaessa. Slow-liike ja globalisaation vastainen liike limittyvät väistämättä toisiinsa. Molemmat uskovat turbokapitalismin johtavan sekä planeettamme että sen asukkaiden loppuun palamiseen. Jos taas kulutamme, tuotamme ja työskentelemme kohtuullisemmalla vauhdilla, voimme elää paremmin. (Honoré, 2007, 25–26.)

Slow-aktivistit eivät halua tuhota kapitalistista järjestelmää, kuten eivät myöskään maltilliset globalisaation vastustajat. Ennemmin he pyrkivät antamaan sille ihmiskasvot. Liike pohtii sitä, mitä ihmisyyden on tällä tietotekniikan aikakaudella. Hitaus voi olla hyödyllistä jo pikkuhiljaa sovellettuna. Aidosti hidas maailma vaatii kuitenkin jo kokonaista elämäntavan vallankumousta. (Honoré, 2007, 26–27.) Parsons ja Craig (2006, 50) toisaalta kirjoittavat, että hitautta tulisi olla mahdollista soveltaa nopeuden rinnalla ilman, että kaiken tarvitsee hidastua tai jokaisen siirtyä hitaampaan elämään. Riittäisi, että se olisi hyväksyttyä. Halukkaat voisivat kokeilla, mitä kaikkea hitaampi elämäntapa voisi tuoda mukanaan sitä toteuttavien keskuudessa. (Emt. 50.)

Slow-liike painottaa kansainvälisillä kotisivuillaan elämisen tärkeimpänä tekijänä tietoisesti läsnä olevaa elämistä. Se nykypäivänä on vaikeampaa kuin menneinä aikoina, sillä me emme nykyään enää juurikaan nautiskele elämästämme. Olemmekin alkaneet kaivata todellista yhteyttä elämäämme. Vaikka meillä periaatteessa on hieno elämä, emme henkisesti ole siinä läsnä. Ratkaisuna tähän liike näkee itsetutkiskelun, kunhan meillä vain olisi siihen aikaa. Ihmisten tulisi jokapäiväisessä elämässään kiinnittää tietoisesti huomiota käsillä olevaan hetkeen ja sitä kautta tiedostaa elämäänsä paremmin. Silloin altistumme suuremmalle emotionaaliselle älykkyydelle ja tasapainolle. Samalla elämästämme muodostuu onnellisempi, sillä eläminen

tietoisemmin antaa meille enemmän tyydytystä elämän eri osa-alueilla. (Slow Movement 2010.) Tasapainon saavuttaminen vaatii siis tietoisten valintojen tekemistä koskien sitä, mikä on omassa elämässä välttämätöntä ja tarkoituksenmukaista. Samalla täytyy karsia asioita, jotka ovat liiallisia. Näiden päämäärien saavuttaminen ei käy itsestään, vaan se edellyttää tietoista oman elämän tarkkailu ja valtavirtaa vastaan taistelemista. (Tomlinson 2007, 153.)

Slow-liikkeen maailmanlaajuista kehitystä tukee Honorén (2007) mukaan ihmisten tunne siitä, että elämästämme puuttuu jotain. Eräs vauhdin hidastamisen hyvistä vaikutuksista on tyyneyden ja ajan takaisin saaminen. Niitä tarvitaan mielekkäiden yhteyksien luomiseen muiden ihmisten, luonnon, työn, kulttuurin sekä oman ruumiimme ja mieleemme kanssa. Jotkut sanovat sitä hengellisyydeksi, toiset paremmaksi elämäksi. Liikkeen laajuudesta johtuen sen sisään mahtuvat molemmat näkemykset. Slow-liike kyseenalaistaa materialismin ja sen, että vain pienellä eliitillä olisi mahdollisuus vauhdin hidastamiseen. On totta, että tietyt asiat eivät sovi jokaisen kukkarolle, mutta useimmat hitaat asiat ovat kuitenkin kaikkien ulottuvilla. Esimerkiksi käveleminen, meditointi, ruoanlaitto ja lukeminen eivät maksa meille mitään ylimääräistä. Mitään ei maksa myöskään halu vastustaa kiirettä. (Emt. 277–278.)

Slow-filosofia nostaa esille yksittäisen ihmisen tärkeyden ja jokapäiväisen elämämme kontekstin. Ihmiset määrittelevät itseään ja arvojaan arkisten valintojensa kautta. Samalla henkilökohtaiset määrittelyt muodostavat pohjan laajemmalle kulttuuriselle ja poliittiselle muutokselle. Parsons ja Graig (2006, 134) katsovat hitauden filosofian olevan vastareaktio modernin maailman nopeutuneelle tahdille ja siitä seuranneelle henkisellet kuormitukselle. Nykykulttuuri korostaa heidän mukaansa myös luonnon, ihmisten ja yhteiskunnan rajoja. Samalla se johdattelee arvioimaan uudelleen ajankäyttöä ja kiinnittämään huomiota yksilöllisiin elämäntapoihin ja sosiaalisiin suhteisiin. (Emt. 133–134.)

Nykyään yhä suurempi ihmismäärä kieltäytyy uskomasta käsitystä, jonka mukaan nopeampi on aina parempaa. Hitauden vastarinta siirtyy valtavirtaan päättäväisemmin kuin koskaan ennen. Tämän ihmisjoukon monenlaiset tavat hidastaa vauhtia ovat maailmanlaajuisen Slow-liikkeen siemen. (Honoré 2007, 24.) Parkins ja Craig (2006) katsovat ajan olevan nyt kypsä siihen, että Slow-ajattelu voisi haastaa nyky-yhteiskunnassa yleisesti vallitsevat narratiivit ja arvot.

### 5.3 Slow-elämä Suomessa

Slow-ajattelu on rantautunut myös Suomeen. Slow Food Finland ry. perustettiin jo vuonna 1993. Suomeen syntyikin nopeasti yksi kansainvälisen Slow Food -liikkeen suurimmista alaosastoista. Kuitenkin kahnaukset jäsenmaksuista italialaisen emoliikkeen kanssa söivät liikkeen suosiota. Vasta viime aikoina aika on alkanut näyttää kypsältä Slow Food -liikkeen Suomeen uudelleen rantautumiselle. (Ruokatieto yhdistys ry 2009.)

Kuten muuallakin maailmassa, myös Suomessa kokonaisvaltaista hidasta elämää kannattava näkemys on toiminnaltaan epävirallisempaa. Erilaisia hidasta elämää kannattavia ryhmittymiä on kuitenkin olemassa useita. Yhtenä esimerkkinä on Facebook-yhteisöön perustettu ryhmä ”Vähemmän, hitaammin”, jolla on jo yli 18 000 jäsentä ympäri Suomea (Facebook 2010). Internetissä on julkaistu myös useita blogeja, jotka ovat keskittyneet hitaamman elämän tarkasteluun yksittäisten ihmisten henkilökohtaisten näkemysten ja pohdinnan kautta. Useat painetut sanoma- ja aikakauslehdet ovat julkaisseet kirjoituksia hitaamman elämäntavan tavoitteluun liittyen. Aiheesta on kirjoitettu artikkeleita myös netissä julkaistavilla sivustoilla. Lisäksi tarjolla on laaja valikoima elämäntaito-oppaita, joissa kannustetaan elämästä nauttimiseen ja hidastamiseen esimerkiksi rauhoittavien harrastusten kautta tai muuten elämäntapoja muuttamalla. Esimerkiksi kuntokeskukset ovatkin menestyksekkäästi osanneet hyödyntää ihmisten lisääntyneitä kiinnostusta rauhoittavampia harrastuksia kohtaan. Niissä on nykyään tarjolla niin Jooga-, Pilates-, Balletone, Chi Flow-, Chi Ball- kuin BodyBalance-tunteja, joiden kaikkien tarkoituksena on fyysisen hyvinvoinnin ohella myös mielen rauhoittaminen. Suomeen on vähitellen rantautunut myös day spa -kulttuuri, jossa perinteisten kylpyläkäyntien sijaan haetaan muutaman tunnin rentoutumista arjen keskellä.

Virallisemmalla taholla monet suomalaiset tulevaisuudentutkijat ovat osoittaneet kiinnostusta Slow-elämää kohtaan. He näkevät Suomessa loistavia mahdollisuuksia aatteen toteuttamiseen (ks. esim. Koskinen 2009; Heinonen & Halonen 2007). Suomen itsenäisyyden juhlarahaston Sitran ylläpitämä Kansallinen ennakoitiverkosto teettää raportteja tärkeänä pitämistään muutossignaaleista: syksyllä 2009 valmistui raportti hitaampaan elämäntapaan ja kulutuksen vähentämiseen liittyvistä signaaleista. (Ks. Leivo 2009.)

Kaupunkitutkija Timo Kopomaa (2008) kirjoittaa kirjassaan ”Leppoistamisen tekniikat” vauhdin hidastamisen tärkeydestä. Teoksessaan hän pohtii hidastamisen mahdollisuuksia



suomalaisen yhteiskunnan näkökulmasta. Hitauden sijaan hän käyttää termiä leppoistaminen, jolla ehkä onkin positiivisempi sointu suomenkielessä. Meillä Suomessa asuvilla on lukuisia mahdollisuuksia hidastaa vauhtiamme ja elää leppoislammin, kunhan vain tiedostamme tällaisten mahdollisuuksien olemassaolon. Kopomaan (2008) mukaan hidastaminen ja hiljentymisen vaaliminen ovat lisääntyneet parina viime vuosikymmenenä ja varsinkin aivan viime vuosina. Kirjansa lopussa hän toteaa, että kollektiivisena liikkeenä leppoistaminen voi hitaasti paisuessaan murtaa vahvojakin yhteiskunnallisia rakenteita. (Kopomaa 2008, 120–121.)

## **6 Tutkimuksen teoreettis-metodologiset lähtökohdat**

Tutkimukseni merkittävimmän teoreettis-metodologisen lähtökohdan muodostaa Snown, Rochfordin, Wordenin ja Benfordin (1986) yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimiseen kehittämä kehysanalyysi ja siihen keskeisesti liittyvät Snown & Benfordin (1988) määrittelemät hallitsevat kehykset. Kehysanalyysin juuret ovat Erving Goffmanin (1986) kehyksen käsitteessä sekä symbolisen interaktionismin ja sosiaalisen konstruktionismin teorioissa. Seuraavissa luvuissa paneudun tarkemmin näihin tutkimukseni teoreettis-metodologisiin lähtökohtiin.

### **6.1 Goffmanin kehys-käsite**

Goffman (1986, 8–9) määrittelee kehykset merkitysjärjestelmiksi, joiden avulla tulkitsemme todellisuutta ja luomme merkityksiä ympäröivästä maailmasta. Kehysten avulla pystymme paremmin ymmärtämään ja analysoimaan erilaisia tapahtumia. Kehystämisen peruskysymys on ”what is that’s going on here” eli mitä juuri tässä tilanteessa on meneillään. (Emt. 8.)

Kehykset ovat lähestymistapoja, näkökulmia ja ymmärryksiä, jotka toimivat sosiaalisen elämän peruslähtökohtina (Goffman 1986, 21). Kehykset ovat suhteellisen sitkeitä ja rutiininomaisia tapoja ymmärtää maailmaa (Horsti 2005, 54). Ne mahdollistavat asioiden luokittelun, hahmottamisen, tunnistamisen ja nimeämisen (Goffman 1986, 21). Lisäksi kehykset tarjoavat meille tavan tulkita tapahtumia valitsemiemme kehysten avulla. Jokaisessa tapahtumassa käytetään useita kehyksiä samaan aikaan, mutta ne eivät kuitenkaan sulje toisiaan pois. Yhden pääkehyksen määrittäessä tilannetta muut kehykset ohjaavat siitä tehtäviä tarkempia tulkintoja. (Emt. 24–25.)

Kehyksen käsitteen avulla voimme ymmärtää ihmisen tietoisuuden ja toiminnan suhdetta kulttuuriin, jossa hän elää. Yleensä Goffmanin kehysanalyysia soveltaneet tutkijat painottavat tätä suhdetta tutkiessaan joko ihmisen toimintaa määritteleviä sääntöjä tai itse toimintaa. Asiat ja tilanteet näyttävät erilaisilta eri tulkintakehyksissä, joita olemme toimintamme kautta luoneet. Toisaalta kohtaamme asioita myös jo valmiiksi kehystettyinä. (Väliverronen 1996, 107.)

Goffman oli omassa työssään kiinnostunut yksilön kognitiivisiin toimintoihin liittyvistä seikoista, mutta hän piti myös yhteiskunnallista tasoa merkittävänä kontekstina kehysanalyysille (Horsti 2005, 49). Tietyn sosiaalisen ryhmän jäsenten kehykset muodostavat keskeisen elementin sen kulttuurista, uskomusjärjestelmän, jonka puitteissa ryhmä toimii (Goffman 1986, 27). Eri yhteiskunnallisten liikkeiden jäsenillä voidaan siis nähdä olevan tietynlaiset kehykset, joiden kautta he tulkitsevat maailmaa.

## **6.2 Kehysanalyysi ja sosiaalinen konstruktioismi**

Liiketutkimuksessa käytetyn kehysanalyysin alkujuuret ovat symbolisessa interaktionismissa ja sosiaalisessa konstruktioismissa. Niissä merkitykset syntyvät vuorovaikutuksen perustuvien tulkintaprosessien kautta. (Snow 2004, 384.) Sosiaalisesta konstruktioismista ensimmäisinä ovat kirjoittaneet Berger ja Luckmann (1967) teoksessaan ”The Social Construction of Reality”. Goffmanin analyysien lähtökohtana on symbolisen interaktionismin keskeinen käsite ”tilannemäärittelmä”: sosiaalisessa tilanteessa ihminen joutuu aina selvittämään mistä on kysymys (Goffman 1986, 8).

Konstruktivistinen näkökulma liiketutkimuksessa tarkoittaa sitä, että yksikään ihminen tai ryhmä ei omaa päämääriä, jotka olisivat syntyneet ilman ympäröivän kulttuurin vaikutusta (Jasper 1997, 10). Viime vuosikymmeninä onkin ymmärretty kulttuurin tärkeys yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa: on alettu kirjoittaa maailmankuvan sosiaalisesta rakentumisesta sekä aktivistien identiteetin sosiaalipsykologisesta muotoutumisesta. Samalla on uudelleen keskitytty tarkastelemaan erilaisten käsitysten ja ideologioiden roolia poliittisessa toiminnassa. (Emt. 69.) Kehyminen on kulttuurinen käsite. Yhteiskunnalliset liikkeet eivät saa itselleen kannatusta, mikäli niiden tavoitteet poikkeavat liikaa vallitsevista kulttuurisista olosuhteista. Kehysten käyttäminen jäseniä rekrytoitaessa korostaa liikkeiden aktiivista tapaa muotoilla kulttuurisia merkityksiä. Liikkeet voivat kehittää uusia merkityksiä, mutta niiden on perustuttava jo olemassa oleviin merkitysjärjestelmiin. Kehykset saavat kannatusta rekrytoita-

vien jäsenten keskuudessa, koska heillä on jo ennestään tietty kuva maailmasta. (Jasper 1997, 75–76.)

Kehysnäkökulma yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa keskittyykin merkitysten rakentamisprosesseihin sekä aktivistien itsensä että muiden osapuolten, kuten vastustajien, hallitsevien tahojen, median ja vastaliikkeiden tahoilta. Kehystämällä tarkoitetaan tiettyjen tapahtumien ja olosuhteiden tulkitsemista tavalla, jonka tarkoituksena on mobilisoida potentiaalisia jäseniä, saada sivullisten tukea sekä demobilisoida vastustajia. Varsinaiset kollektiivisen toiminnan kehukset muodostavat tämän kehystämisen prosessin tuotoksena. (Snow 2004, 384.) *Kehyminen tarkoittaa aktiivista ja dynaamista todellisuuden rakentamisprosessia, jossa luodaan uudenlaisia kehyksiä ja saatetaan samalla myös haastaa vanhoja.* Samanaikaisesti tuotetaan uudenlaisia tulkintakehyksiä liikkeen jäsenten lisäksi myös sivustaseuraajille ja vastustajille. *Liiketutkimuksen yhteydessä kehystämisen tarkoittaa merkityksien antamista ja tulkintaa erilaisille tapahtumille ja olosuhteille.* Tämän avulla pyritään keräämään yleisön kannatusta, mobilisoimaan potentiaalisia toimijoita sekä demobilisoimaan vastustajia (Snow & Benford 1988, 198.)

Sosiaalinen konstruktionismi näkee yhteiskunnalliset ongelmat yksilöiden tai ryhmien määrittäminä epäkohtina, ei objektiivisina olosuhteina. Yhteiskunnallisia ongelmia ovat kaikki yhteiskunnan jäsenten esittämät väitteet oletetuista epäkohdista ja vaatimukset muutoksen aikaansaamiseksi. Ongelmien määrittelyn taustalla vaikuttavat vahvasti jäsenten moraalit ja arvot. Konstruktionistisen liiketutkimuksen kiinnostuksen kohteena ovat näin ollen konkreettisten olosuhteiden sijaan aktivistien ongelmallisiksi määrittelemät asiat, riippumatta väitteiden todenperäisyydestä. (Spector & Kitsuse 2001, 75–76, 78, 86.) Tutkittaessa yhteiskunnallisia ongelmia konstruktivistisesta näkökulmasta tutkimuskohteena ovat ensisijaisesti erilaiset todellisuutta koskevat määritelmät, painostusryhmien toiminta sekä yleisen mielipiteen ja yhteiskunnallisten ongelmien mobilisointi. Erilaiset määritelmät eivät siis ainoastaan kuvaa todellisuutta, vaan myös luovat sitä. (Väliaverron 1996, 40–41.)

### **6.2.1 Ideologian ja kehysten väliset erot**

Tutkimukset yhteiskunnallisten liikkeiden jäsenten kehystämisestä johtavat suurempaan ymmärrykseen siitä, kuinka toimijat määrittelevät toimintaansa. Tutkimus on kuitenkin taipuvainen unohtamaan määritelmien ideologisen näkökulman. Kehyminen liittyy aina

toimijan tiettyyn yhteiskunnalliseen asemaan. Kehykset määritellään kollektiivisen toiminnan diskursiiviseksi edustukseksi, jotka muodostuvat toimijan yhteiskunnallisen aseman mukaan. Ne täytyy määrittää ideologisen teorian puitteissa. Ideologia muodostaa keskeisen analyttisen tason saavuttaaksemme ymmärryksen yhteiskunnallista liikkeiden toiminnasta, ja sen tulee sisältyä kehystämiseen osana toimijan esittämää järjestelmää. Ideologia on joukko symbolisia kehyksiä, joita kollektiiviset toimijat käyttävät kuvaillakseen toimintaansa yhteiskunnallisen järjestelmän puitteissa. (Melucci 1996, 348–349.)

Symbolien tuottaminen on olennainen osa yhteiskunnallista järjestelmää. Samalla toimijat pyrkivät kuitenkin erottamaan tuottamansa symbolit vallitsevasta järjestelmästä, ja kääntämään ne puolustukseksi tiettyjä kiinnostuksen kohteitaan kohtaan. Kun sosiologinen analyysi koettaa löytää kollektiivisen toiminnan merkityksiä, se asettaa toimijoiden ilmaukset takaisin siihen yhteiskunnallisten suhteiden järjestelmään, jossa ne on tuotettu. Samalla ilmaukset muuttuvat kritiikiksi vallinnutta ideologiaa kohtaan. (Melucci 1996, 349.)

Yhteiskunnalliset liikkeet pyrkivät aina saamaan toiminnalleen hyväksyntää ja romuttamaan vastustajien yhteiskunnallista identiteettiä. Ideologialla on suuri vaikutus siihen, miten liikkeen toiminta saa jalansijaa yhteiskunnassa. Yhteiskunnallisen liikkeen ideologiasta on aina mahdollista identifioida mobilisoidun yhteiskunnallisen toimijan määritelmä, vastustaja, jota vastaan liike taistelee sekä taistelun päämäärät. Nämä yhteiskunnallisen liikkeen ideologian ainesosat saavat erilaisia kulttuurisia sisältöjä ja vaihtelevat liikkeen kehityskaaren eri aikoina (Melucci 1996, 349–350.)

Liikkeen kasvaessa ideologia yhdistää liikkeen jäseniä ja heidän käyttäytymistään yhdessä muodostettujen normien ja arvojen myötä. Ideologia esiintyy myös strategisena toimintana suhteessa ympäristöön. Se laajentaa liikkeen vaikutusta poliittisen järjestelmän piirissä ja lisää samalla yhteiskunnan yleistä tietoisuutta liikkeen ajamista asioista. (Melucci 352–353.) Ideologiaa voidaan käyttää hyödyksi pyrittäessä luomaan liikkeestä positiivinen kuva potentiaalisten kannattajien ja neutraalin yleisön silmissä kääntämällä negatiivinen palaute vastustajan suuntaan. Kaikki symboliset kehystämistavat, joilla liikkeen ja sen vastustajien välistä suhdetta pyritään kehystämään, edustavat ideologian strategista funktiota. Ei pidä unohtaa, että kaikki nämä mekanismit ovat toiminnassa myös kontrollin areenalla. Hallitsevien ryhmien kontrolli tiedon välittymisen ja median säätelyn suhteen aiheuttaa sen, että

yhteiskunnallisissa konflikteissa peli ei ole koskaan täysin avointa ja osapuolten asemat tasarvoisia. (Emt. 354–355.)

Kehystäminen on ideologiaa joustavampi kulttuurinen tuote: se on sekä täsmällisempi että yleisempi kuin ideologia. Kehystäminen ei edellytä koko joukkoa toisiinsa yhdistettyjä yhdenmukaista periaatteita ja oletuksia, mutta tarjoaa sen sijaan avaimet maailman ymmärtämiseksi. Monissa tapauksissa kehykset saavat alkunsa ideologioista, mutta toisaalta ne voivat myös muokata niitä. Ideologioiden ja kehysten väliset erot eivät estä meitä ajattelemasta kehyksiä kykenevinä synnyttämään laajoja tulkintoja todellisuudesta. Tästä hyvänä esimerkkinä ovat hallitsevat kehykset. (Della Porta & Diani 2006, 79.) Liikkeet ja konfliktit eivät siis kehity eristyksissä, vaan keskittyvät tiettyihin poliittisiin ja historiallisiin ajanjaksoihin (ks. esim. Tarrow 1998). Tämän vuoksi yhteiskunnallisia liikkeitä on aina tarkasteltava peilaten niitä olosuhteisiin, joissa ne ovat syntyneet. Kulloinkin vallitsevat näkemykset maailmasta rajoittavat aina myös hallitsevien kehysten mahdollista määrää. (Della Porta & Diani 2006, 80.)

### **6.2.2 Diskurssien ja kehysten väliset erot**

Sekä kehysanalyysissa että diskurssianalyysissa on lähtökohtana ajatus kielen ja muiden sosiaalisten käytäntöjen todellisuutta luovasta luonteesta. Molemmissa tutkimustavoissa otetaan myös huomioon ympäröivä sosio-kulttuurinen konteksti. Kehysanalyysia ja diskurssianalyysia voidaan kuitenkin tarkastella erilaisista näkökulmista käsin. Lähtökohdiltaan sosiaalipsykologisessa diskurssianalyysissa tutkitaan usein merkitysten rakentumista osana vuorovaikutusta. Tällöin kulttuurisen kontekstin painottuminen jää usein kehysanalyysiin verrattuna vähemmälle huomiolle. (Horsti 2005, 60, 63.)

Kehyksen ja diskurssin suhde ei ole journalismin tutkimuksessa kovin selkeä. Diskurssit ovat kehyksiä laajempia puhetapoja, joiden sisällä esiintyy erilaisia kehyksiä. Sama kehys voi esiintyä erilaisten diskurssien sisällä ja erilaiset diskurssit rakentuvat monista eri kehyksistä. (Horsti 2005, 64.) Esimerkiksi kiireellisen elämän diskurssi on yhteiskunnassa ilmenevä puhetapa, jota erilaiset kehykset rakentavat. Työuupumus saatetaan yhdistää jatkuvaan kiireeseen, jolloin se tukee kiireellisyyden diskurssia. Samaa työuupumuksen kehystä voidaan kuitenkin käyttää myös vaikkapa huonosta työilmapiiristä puhuttaessa, jolloin kehys kuvaakin muuta kuin kiireelliseen elämään viittaavaa diskurssia.

Diskurssianalyysille ja kehysanalyysille yhteinen näkemys on kielen ja muiden sosiaalisten käytäntöjen todellisuutta tuottava luonne. Tuottamalla sosiaalisia suhteita ja positioimalla ihmisiä eri tavoin sekä mediakehykset että diskurssit vaikuttavat ympäröivään yhteiskuntaan ja kulttuuriin sekä niissä tapahtuviin muutoksiin. Lisäksi merkityksien katsotaan olevan sidoksissa yhteiskunnalliseen, poliittiseen ja historialliseen kontekstiin. (Horsti 2005, 60). Diskurssianalyysissa analysoidaan sitä, miten tekstissä tuotetaan merkityksiä (Tuomi & Sarajärvi 104). Kehysanalyysin tärkein tehtävä on Van Gorp:n (2010, 92) mukaan asioiden määrittäminen.

### 6.3 Kehysanalyysi mediatutkimuksessa

Informaation käsittelyn teorioiden alkujuuret voidaan johtaa 1920–1930-lukujen psykologiasta. Viestintätutkimukseen informaation käsittelyn teorit nousivat erityisesti Yhdysvalloissa 1970-luvulla, mutta suuntaus on ollut jatkuvasti monitieteistä. Esimerkiksi sosiaalipsykologiassa, kirjallisuustieteissä, lingvistiikassa ja viestintätieteissä informaation käsittelyä on tutkittu monenlaisin käsittein. Kehyksen käsite on luonteeltaan sosiaalis-kulttuurinen, sillä jokaisessa kulttuurissa kehykset muodostuvat osittain yhteisesti jaetulta pohjalta. (Horsti 2005, 49–50.) Mediatutkimuksessa kehyksen käsitettä alettiin 1970-luvun lopulla käyttää Goffmaniin ja sosiaalipsykologiseen suuntaukseen verrattuna laajemmassa kulttuurisessa ja yhteiskunnallisessa kontekstissa (ks. esim. Gitlin 2003). Journalismin tutkimuksessa kehys yhdistää yksilötason kognitiivisuuden kulttuuriseen ja yhteiskunnalliseen tasoon (Horsti 2005, 50). Kehyksen käsitettä käyttävät journalismin tutkijat painottavat journalismin luonnetta rakennettuna todellisuutena. Toimittajat tulkitsevat ilmiöitä ja tapahtumia kehyksen organisoivan idean kautta, jolloin kehys ohjaa sekä ajattelua että toimintaa. Kehystämisen keinoin mediat jäsentävät tiettyjä tapahtumia ja laajempia ilmiöitä ymmärrettäviksi kokonaisuuksiksi, joilla on omat syynsä ja seurauksensa. (Väliverronen 1996, 108.)

Kriittistä paradigmaa painottavat mediatutkijat korostavat journalististen kehysten ja valtaeliitin välistä suhdetta (Horsti 2005, 54). Mediatutkimuksissa, joissa on sovellettu kehysanalyysia ja eritelty hallitsevia kehyksiä, huomio painottuu usein toimittajien rutinoituneeseen tapaan kehystää samankaltaisia teemoja ja tapahtumia samalla tavoin (emt. 52). Vallitsevaa järjestystä tuetaan systemaattisesti mutta tiedostamatta itsestäänselvyyksiksi muodostuneilla kehyksillä (emt. 54). Media ei koskaan luo täysin objektiivista kuvaa maailmasta. Sen antama kuva on usein myös ristiriitainen. (Melucci 1996, 226.) Mediakehykset ovat muiden kehysten tapaan

valikoinnin, painottamisen ja poissulkemisen malleja (Horsti 2005, 52; Gitlin 2003, 7). Journalismin tuottamat esitykset tuotetaan aina tiettyjen konventioiden, sääntöjen ja käytäntöjen pohjalta. Asiat nimetään, määritellään ja liitetään muihin tapahtumiin ja ilmiöihin. (Väliverronen 1996, 90.)

Kehykset kuvaavat toimituksessa tiedostamattomasti tai tietoisesti tehtyjä valintoja, kun jutulle on valittu näkökulma ja kärki. Samassakin jutussa voi kuitenkin olla erilaisia kehyksiä, eivätkä ne sulje toisiaan pois. Viimekädessä tekstin lukija tulkitsee ja kehystää uutisen merkityksen omaan elämäkokemukseensa nojaten. (Horsti 2005, 133.) Ihmiset ovat vastaanottavaisempia erilaisille kehyksille eri aikoina. Tämä johtuu heidän muuttuvista kokemuksistaan rakenteellisista rajoitteista ja mahdollisuuksista vaikuttaa välittömään ympäristöönsä. Mediakampanjat tai tietyt kehykset, jotka vallitsevat tiettyinä ajankohtana mediassa, voivat vaihtelevasti joko auttaa tai vaikeuttaa yhteiskunnallista liikkeitä ja aktivisteja saavuttamaan julkisuutta ajamalleen asialle. (Crossley 2002, 138–139.)

Mitä itsestään selvemmiä tietyt kehykset ovat muodostuneet, sitä vaikeampaa on vaihtoehtoisten kehysten vahvistuminen (Horsti 2005, 54). Yksittäiset kehykset ovat yleensä osa laajempaa ja pidempään jatkunutta kokonaisuutta (emt. 58). Aihekuulttuurien kehittymiseen vaikuttaa Gamsonin ja Modiglianin (1989, 5–6) mukaan niiden kyky resonoida laajempaan kulttuuriseen kontekstiin. Toiseksi aihekuulttuurien kehittymiseen vaikuttavaksi tekijäksi he nimeävät kannattajien aktiivisuuden, josta yhteiskunnalliset liikkeet muodostavat tärkeän osan muiden julkisten organisaatioiden lisäksi. Kolmantena tekijänä ovat mediakäytännöt. (Gamson & Modigliani 1989, 6–7.) Koska mediadiskurssit tuottavat sosiaalisia suhteita ja positioivat ihmisiä eri tavoin, niillä on vaikutuksia ympäröivään kulttuuriin ja yhteiskuntaan sekä niissä tapahtuviin muutoksiin. Myös kielenkäyttö on aina sidottua ympäröivään kontekstiin. Kehysten tutkimuksessa olennaisia ovatkin institutionaaliset ja yhteiskunnalliset tekijät. (Entman 1993.)

Kehysanalyysi purkaa hegemonisia asetelmia mediajulkisuudessa. Siten se tarjoaa mahdollisuuksia vaihtoehtoisille tavoille käsittää maailmaa. (Horsti 2005, 71.) Joukkoviestimien kautta yhteiskunnallisten ongelmien määrittelyyn ja keskusteluihin osallistuvat toimijat pääsevät julkiselle politiikan ja kilpailun areenalle. Yhteiskunnallisten ongelmien määrittelyssä on myös kyse siitä, kenen määrittelmä saa yleisen hyväksynnän. Medioilla on vaikutusta siihen, mitkä ongelmat saavat julkisuutta, ketkä pääsevät määrittämään ongelmia ja mistä näkökulmasta. (Väliverronen 1996, 89.)

Gamson ja Lasch (1983, 399) puhuvat kehysanalyysin yhteydessä tulkintapaketeista. Jokaisella tulkintapaketilla on omat ominaispiirteensä, jotka syntyvät erilaisista tavoista määritellä jotakin tiettyä yhteiskunnallista ilmiötä tai ongelmaa. Ominaispiirteillä he tarkoittavat sellaisten elementtien joukkoa, jotka osoittavat tiivistetysti tekstin ydinkehyyksen. He jakavat elementit kahteen eri osaan: kehystämisen- ja perustelun keinoihin. Kehystämisen keinoiksi he määrittelevät tekstistä etsittävät metaforat, esimerkit, iskulauseet, kuvailut ja visuaaliset kuvat. Perustelun keinoina ovat tapahtumalle esitetyt syyt ja taustat, seuraukset sekä moraaliset väittämät. (Gamson & Lasch 1983, 398–400.) Tapahtuman syiksi voidaan määritellä joko abstrakteja asioita, rakenteellisia ja sosiaalisia tekijöitä tai esimerkiksi yksittäinen henkilö (Van Gorp 2010, 92).

Gamson ja Lasch (1983, 410–411) ovat koonneet aineistosta erottelemistaan tulkintapaketeista matriisin, jossa eri tulkintapaketit sisältävät erilaisia kehystämisen ja perustelun keinoja. Keskeisin ero kehystämisen keinojen ja perustelun keinojen välillä on Van Gorpin (2010, 91) mukaan se, että perustelun keinojen ei tarvitse olla selkeästi sisällytettynä tekstiin. Sen sijaan tekstiä tulkitessaan lukija saattaa keksiä kausaalisia päätelmiä, jotka ovat yhdenmukaisia perustelun keinojen kanssa (emt. 91).

Gamsonin ja Laschin (1983) tutkimusmatriisin innoittaman Robert Entmanin (2004, 5) mukaan olennaisista poliittisista mediakehysistä tulisi löytää ainakin kaksi seuraavista seikoista: mikä määrittellään ongelmalliseksi, mikä on siihen syynä, mitä moraalisia päätelmiä tekstissä ilmaistaan ja millaisia parannuskeinoja esitetään. Kehykset voidaan erottaa muusta tekstistä kapasiteetillaan herättää joko kannatusta tai vastustusta poliittisen konfliktin eri osapuolissa (Entman 2004, 6).

Tulkintapaketti-käsite on erityisen hyödyllinen tutkittaessa joukkoviestimien tapaa käsitellä tiettyä poliittisia ilmiötä koskevia vastakkaisia tulkintatapoja (Väliaverron 1996, 110). Omassa tutkimuksessani en kuitenkaan tutki Slow-aatetta koskevia vastakkaisten tulkintapakettien kirjoja, vaan erittelen lehtiartikkeleissa esitettyjä määritelmiä liikkeen ideologiaan liittyen. Tästä syystä tulen tutkimuksessani tulkintapakettin sijasta käyttämään kehyyksen käsitettä.



## 6.4 Kehysanalyysi yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa

Yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa on tiedostettu, että saadaksemme kokonaisvaltaisen kuvan liikkeiden kannatuksesta ja niihin liittymisestä sekä voidaksemme ymmärtää niiden toimintaa, tarvitaan sekä sosiaalipsykologisten että organisatoristen ja rakenteellisten tekijöiden tutkimuksen yhdistämistä. Tutkimusta on kuitenkin ollut vähän. Sosiaalipsykologi David A. Snow ym. (1986) ovat pyrkineet näkökulmien yhdistämiseen sekä teoreettisella että empiirisellä tasolla käyttämällä alun perin Goffmanin (ks. Goffman 1986) luomaa kehysten käsitettä. (Snow ym. 1986, 464.) Analyysin lähtökohtana on näkemys, että merkitykset eivät automaattisesti tai luonnostaan kiinnity objekteihin, tapahtumiin tai kokemuksiin, joita kohtaamme. Sen sijaan ne nousevat pinnalle vuorovaikutusperusteisten tulkitsevien prosessien myötä. (Snow 2004, 384.)

Kehysnäkökulma eroaa traditionaalisesta näkemyksestä siinä, että yhteiskunnalliset liikkeet nähdään merkittävänä merkitysten tuottajina ja ylläpitäjinä, ei vain jo olemassa olevien uskomusten ja ideoiden välittäjinä (Snow 2004, 384). *Vallitsevien epäkohtien määrittäminen, syyllisten etsiminen ja ratkaisujen ehdottaminen ovat yhteiskunnallisten liikkeiden jäsenten keskeistä toimintaa* (Tarrow 1998, 111). Yhteiskunnallisten liikkeiden vaatimukset eivät kuitenkaan synnytä ongelmaa, mikäli ne eivät saa vastakaikua yhteiskunnassa (Väliaverron 1996, 131). Ongelman olemassaolo tulisi pystyä osoittamaan konkreettisesti. Liike tarvitsee varsinaisten asian ajajien lisäksi esimerkkitapauksensa. Riippuu aina tapauksesta, mikä kelpaa todisteeksi ongelmasta ja kuinka paljon esimerkkejä tarvitaan ennen kuin ongelma voidaan yleistää. (Väliaverron 1996, 58.) Jotta liike saavuttaisi menestystä, kehysten tulisi olla uskottavat sekä käytetyiltä lähteiltään että sisällöiltään (Della Porta & Diani 2006, 81).

Myös liikkeen ulkopuoliset tekijät vaikuttavat aina liikkeen mobilisaatiokykyyn ja viehätukseen. Näitä tekijöitä ovat ympäröivän uskomusjärjestelmän tai ideologian rakenne sekä se, kuinka suuresti liikkeen ajamat asiat poikkeavat siitä maailmasta, jossa potentiaaliset jäsenet elävät. Mitä korkeammalla liikkeen ajamat asiat ovat ihmisten arvoasteikossa ja mitä tärkeämpinä niihin vaikuttamista pidetään, sitä suurempi liikkeen mobilisaatioteho tavallisesti on. Mobilisaatiokyky usein heikkenee, mikäli liikkeen kehystämisyritelmä on rajattu liian suppeasti koskemaan vain yhtä tiettyä arvoa tai pääuskomusta. Tähän ongelmaan haetaan yleensä ratkaisua kehysten laajentamisella, mutta liiallista laajentamista tulisi kuitenkin välttää. (Snow & Benford 1988, 205–206.)

Kollektiivisen toiminnan kehykset ovat toimintaorientoituneita uskomusten ja merkitysten joukkoja, jotka inspiroivat ja legitimoivat organisaatioiden toimintaa. Liikkeen edustajat eivät voi soveltaa jo olemassa olevia kulttuurisia merkityskehysiksi sellaisenaan, sillä silloin ne vain reflektioisivat kulttuurisia arvoja, eivät haastaisi niitä. (Tarrow 1998, 110.) Kehystämisen on suurimmaksi osaksi kognitiivista ja arvioivaa toimintaa, mutta siihen liittyvät aina myös emootiot, sillä ilman niitä varsinaista toimintaa ei syntyisi (Tarrow 1998, 111). Sidney Tarrow onkin tutkimuksissaan painottanut emootioiden keskeistä asemaa sekä kollektiivisessa toiminnassa että kehystämisessä (Crossley 2002, 136–137).

Kollektiivisen toiminnan diskursiiviset kehykset luodaan sisäisten neuvotteluiden ja konfliktien myötä (Melucci 1996, 355). Työstetty kehys on artikuloitu käsitteellistys, jonka perusta löytyy koetuista, tunnetuista ja tunnistetuista ristiriidoista tai epäkohdista (Konttinen & Peltokoski 2004, 39). Kehykset muodostuvat liikkeen kannattajien luodessa yhteistä ymmärrystä jonkin ongelmallisen asian ratkaisemiseksi, syyllisten määrittelemiseksi, vaihtoehtoisten toimintamallien pohtimiseksi sekä yllyttämällä muita toimimaan muutoksen aikaansaamiseksi (Snow & Benford 2000, 614–615). Kehystämisen tapahtuu aina olemassa olevan toimintatilan ja siitä tehdyn tulkinnan puitteissa. Kehystämisen tuloksena syntyvät tulkitsevat kehykset, jotka keskittävät huomion liikkeen toiminnan kannalta olennaisiin asioihin. Toisaalta ne rajaavat pois asioita, jotka eivät ole liikkeelle keskeisiä, ja jotka siten jäävät kehysten ulkopuolelle. Kehykset toimivat myös artikuloinnin mekanismeina, linkittäen yhteen tietyt tapahtumista tai elinympäristöstä nostetut keskeiset asiat. Lisäksi ne saattavat muokata tapoja, joilla huomion kohteena olevat asiat nähdään suhteessa toisiinsa. (Snow ym. 2007, 387.)

#### **6.4.1 Hallitsevat kehykset**

Yhteiskunnallisten liikkeet eroavat toisistaan sen suhteen, kuinka rajoittavia tai poissulkevia niiden kehykset ovat (Snow 2004, 190). Kehystämällä liike voi siis kasvattaa tai kaventaa toimintatilaansa (Ilmonen 1998, 18). Tämä vaikuttaa liikkeiden mobilisaatiokykyyn erilaisissa yhdistymisissä tai potentiaalisten kannattajajoukkojen värväämisessä (Snow 2004, 190). Kehyskäsitteen käyttöalue ei ole rajattu yksittäisten liikkeiden tutkimukseen, vaan se soveltuu myös laajempien liikeaaltojen kulttuurin tulkitsemiseen (Konttinen & Peltokoski 2004, 39).

Laajat yhteenliittymisperusteiset mobilisaatiot ja protestitapahtumat ovat maailmanlaajuisesti tulleet yhä tavallisemmaksi kollektiivisen toiminnan piirteeksi. On myös perusteltua esittää, että

tehokkaasti yhteen sovitetut ja erilaisia yksittäisiä liikkeitä yhdistävät hallitsevat kehykset tulevat tulevaisuudessa yhä tärkeämmiksi, sillä ne toimivat tärkeänä integroivana mekanismina eri ryhmien ja liikkeiden välillä. (Snow 2004, 190–191.) Slow-ideologia on erinomainen esimerkki laajentuneista kehyksistä, sillä pelkkään ruokaan painottunut Slow Food -liike on vähitellen synnyttänyt yhä uusia hidasta elämäntapaa tavalla tai toisella painottavia ryhmiä. Pikkuhiljaa on alettu puhua kokonaisvaltaisesta Slow-ideologiasta, johon kuuluviksi kaikki erilaiset Slow-aatetta ajavat ryhmät voidaan lukea.

Kehystämisen prosessissa ilmaistut ideologiset ulottuvuudet ovat ristiriitaisia: toisaalta ne ilmaisevat kollektiivisen toiminnan todellista tarkoitusta ja päämääriä, toisaalta taas peittävät ja piilottavat liikkeen eri osa-alueiden välisiä suuntautumiseroja ja jännitteitä (Melucci 1996, 355). Monimuotoisen liikkeen hallitsevien kehysten ei olekaan mahdollista olla kovin täsmällisesti muotoillut. *Hallitsevat kehykset muodostuvat niistä tekijöistä, jotka yhdistävät monia liikkeeseen kuuluvia ryhmiä.* Monilla ryhmillä on myös omat, täsmällisemmin muotoillut kehyksensä. (Lindholm 2005, 172.) Jos erilaiset toimijat haluavat mobilisoida yhteen, on heidän kuitenkin yhdessä neuvoteltava ongelmia aiheuttavista asioista (Della Porta ym. 2006, 70).

Kollektiivisten toimijoiden tuottamat kehykset ovat ristiriitaiset myös sen asian suhteen, että yhteiskunnallisissa konflikteissa kaksi eri osapuolta taistelee samoista symbolisista tai materiaalisista resursseista. Vastustajat jakavat saman toiminnan kentän mutta tulkitsevat sen päinvastaisin keinoin. Esimerkiksi pyrkiessään haastamaan yhteiskunnassa vallitsevaa teknokraattista ajattelutapaa, liikkeet kehystävät ongelmia tietystä näkökulmasta. Ne torjuvat jaetun luottamuksen tieteen, rationaalisuuden ja tehokkuuden ihannoinnin kentällä, jonka osia itse ovat. Samalla ne pyrkivät vakuuttamaan muut autonomian ja merkityksellisyyden tarpeesta, vaativat tietoisuuden lisäämistä ihmisen toiminnan rajoista ja kehottavat etsimään uutta tieteellistä paradigmaa. Ideologian myönteinen ja kielteinen puoli, paljastava ja peittävä toiminta, esitetään samanaikaisesti. Samalla tietoisuus kollektiivisesta toiminnasta lisääntyy ja muistuttaa meitä siitä, että yhteiskunnallinen toiminta ei koskaan ole näkymätöntä. (Melucci 1996, 355–357.)

#### **6.4.2 Hallitsevien kehysten osatekijät**

Snow ja Benford (1988, 199) kutsuvat kehystämisen ydintehtäviä käsittein ”diagnostic framing” eli diagnostinen kehystäminen, ”prognostic framing” eli prognostinen kehystäminen ja

”motivational framing” eli motivoiva kehystäminen. Mitä enemmän nämä kolme hallitsevaa kehystä ovat linkittyneet toisiinsa ja kehittyneet elinvoimaisiksi, sitä suurempi on liikkeen mobilisaatioteho (Snow & Benford 1988, 199).

Ongelman diagnosoiminen edellyttää aina tiettyjen toimijoiden tunnistamista. Tämä on aina erittäin kiistanalainen prosessi. Erilaiset yhteiskunnalliset toimijat, kuten poliittiset ryhmittymät ja media, yrittävät aina vahvistaa omaa kontrolliaan asioista ja tarjota omaa tulkintaansa niistä. Tarkoituksena on turmella yhteiskunnallisten liikkeiden esittämiä lausuntoja. (Della Porta & Diani 2006, 75.) *Diagnostinen kehystäminen sisältää jonkin yhteiskunnan piirteen tai tapahtuman ongelmalliseksi kokemisen sekä tunteen muutoksen tarpeellisuudesta. Lisäksi pyritään saamaan selvyys siihen, mikä tai ketkä ovat syyllisiä vallitsevaan tilaan.* Ongelman tunnistamisessa yksimielisyyden saavuttaminen jäsenten kesken on yleensä helppoa. Syyllisten määrittäminen voi sen sijaan olla ongelmallista ja yhteisymmärryksen saavuttaminen ongelman syistä siten vaikeaa. (Snow & Benford 1988, 200.)

Yhteiskunnallisten ongelmien tunnistaminen ja syyllisten nimeäminen on väistämättömästi varsin valikoiva prosessi. Tietyn ongelman alleviivaaminen johtaa aina jonkin toisen potentiaalisen mobilisoinnin tai protestin lähteen hylkäämiseen, koska se ei sovi omaksuttuun tulkintaan todellisuudesta. Nykykulttuurin kehittyminen on asettanut toimijan valitsijan asemaan, jolla on vapaus omiin valintoihin ja vastustamisen kohteisiin. Prosessi voidaan siten nähdä yrityksenä vähentää sosiaalisen maailman monimutkaisuutta. (Della Porta & Diani 2006, 76.)

Diagnostinen kehystäminen eli ongelman määrittely vaikuttaa aina siihen, kuinka ongelmaa yritetään ratkaista. Keinot sisältävät ratkaisujen etsimistä ongelmiin, uusien yhteiskunnallisten mallien pohtimista, uusia tapoja säädellä ryhmien välisiä suhteita sekä uudenlaista artikulaatiota yhteisymmärryksestä ja vallan käyttämisestä. (Della Porta & Diani 2006, 77.) *Prognostisen kehystämisen tarkoitus ei ole ainoastaan ehdottaa ratkaisuja ongelmaan, vaan myös identifioida toimintasuunnitelmia, taktiikoita ja kohteita. Oleellista on se, mitä tullaan tekemään.* Vaikka ehdotetut ratkaisut eivät aina seuraa suoraan kaikkia liikkeen eri ryhmittymistä tarjottuja kausaalisia attribuutioita, diagnostisen ja prognostisen kehyksen välillä on yleensä suora vastaavuus. (Snow & Benford 1988, 201.) Samankin liikkeen sisällä voidaan kuitenkin esittää useita prognostisia kehyksiä (Della Porta & Diani 2006, 77).

Diagnostinen ja prognostinen kehystäminen eivät vielä itsessään saa aikaan toimintaa. Motivoivalla kehystämällä tarkoitetaan perusteita sekä kollektiiviseen toimintaan ryhtymiselle että sen jatkamiselle. Ihmisten osallistuminen liikkeen toimintaan on siten kiinni toimintaan kannustavien motivoivien kehysten kehittymisestä. (Snow & Benford 1988, 202.) Odottamattomat vaikeudet voidaan voittaa vain, jos toimijat ovat vakuuttuneita mobilisoimismahdollisuuksista sekä toiminnan aiheellisuudesta ja toteuttamiskelpoisuudesta. Kehysten tulisi siten, sosiaalisten ryhmien ja kollektiivisten toimijoiden osoittamisen lisäksi, yhdistää ihmisen elinalue kollektiiviseen kokemukseen. (Della Porta & Diani, 2006, 78–79.) Toimintaan motivoitumisen esteinä voivat olla muun muassa ongelman näyttäytyminen liian toivottomana tai epäselvyys siitä, miten määritelty ongelma voitaisiin ratkaista. Motivoivia kehyksiä heikentää myös se, jos diagnoosi ja prognoosi ovat kehystetty siten, että julkinen keskustelu julistetaan turhaksi, ja rivijäsenten mahdollisuudet muutosten aikaansaamiseksi siten vähenevät. (Snow & Benford 1988, 202–203.)

## **7 Tutkimuksen näkökulma ja tutkimuskysymykset**

Suomessa ei voida vielä katsoa olevan virallista organisaatiota, joka tukisi slow-elämää laajassa muodossaan. Muuallakin maailmassa liikkeen määrittely on ongelmallista (ks. Tomlinson 2007). Siten kyseessä voitaisiin toistaiseksi nähdä olevan liikkeen sijaan yleisempi ideologinen suuntaus, joka on luomassa vaihtoehtoista näkemystä vallitseville elämäntavoille ja saamassa vähitellen jalansijaa yhteiskunnassamme. Slow-elämällä on kuitenkin selkeä, alun perin Slow food -liikkeestä lähtöisin oleva, yhteiskunnallisen liikkeen tausta. Suomessa ideologia on saanut huomiota lähinnä yksittäisten ihmisten epävirallisissa yhteenliittymisissä sekä julkisessa mediassa, joten sitä ei voida yksioikoisesti nimittää yhteiskunnalliseksi liikkeeksi.

Tutkittavan ilmiön määrittelyn hankaluudesta johtuen olen joutunut yhdistämään useita metodologisia lähtökohtia. Olen ottanut aineksia kehystutkimuksen sekä yhteiskunnallisten liikkeiden tutkimuksessa että mediatutkimuksessa käytetyistä malleista. Koska Slow-ajattelusta käytetään kuitenkin varsin usein nimitystä liike, käytän teoreettis-metodologisena lähtökohtana pääosin Snown ym. (1986) luomaa ja Snown ja Benfordin (1988) eteenpäin kehittämää kehysanalyysia, jossa etsitään liikkeen hallitsevia kehyksiä määrittelemällä diagnostisia, prognostisia ja motivoivia kehyksiä. Teoria on lähellä aiemmin mediatutkimuksen yhteydessä esittelemiäni Gamsonin ja Laschin (1983) kehystutkimuksen yhteydessä käyttämiä perustelun

keinoja sekä Entmanin (2004) määrittelemiä mediateksteistä etsittäviä olennaisia kehyksiä. Tarkoitukseni on Snown ja Benfordin (1988) kehysanalyysin peruslähtökohtia mukaillen tutkia Slow-ideologiaa liiketutkimuksen näkökulmasta ja etsiä internetistä löytämistäni media-artikkeleista Slow-aatteen hallitsevia kehyksiä.

Hallitsevien kehysten tarkoituksena on kiinnittää huomio liikkeen toiminnan kannalta keskeisiin seikkoihin ja toisaalta rajata pois epäoleelliset asiat (Snow ym. 2007, 387). Analyysiosuudessa käsittelen hallitsevien kehysten erittelyn pohjalta sitä, kuinka suomalainen media määrittelee hitaampaa elämäntapaa kannattavaa Slow-ideologiaa, ja voidaanko ideologiaa määritelmien perusteella pitää yhteiskunnallisena liikkeenä (ks. myös luku 2). Tutkimusongelman empiirisen analyysin lähtökohdat voidaan esittää seuraavien tutkimuskysymysten muodossa:

1. Millaisia ongelmia media esittää Slow-ideologian mukaan olevan yhteiskunnassamme, mistä ongelmat johtuvat ja keitä/mitä ne uhkaavat?
2. Millaisia päämääriä Slow-ideologialla median mukaan on, ja millaisin keinoin ne voitaisiin saavuttaa?

Tutkimukseni eroaa Snown ja Benfordin (1988) määrittämien yhteiskunnallisten liikkeiden hallitsevien kehysten analyysissä yleisesti käytetyistä aineistoista siten, etten tutki liikkeen jäsenten itse kirjoittamia tekstejä. Tämä johtuu siitä, että nykyisessä muodossaan Slow-ideologia ei näyttäydy varsinaisena liikkeenä ainakaan Suomessa, vaikka siitä varsinkin muualla maailmassa puhutaan yleensä liikkeen käsitettä käyttäen. Toisaalta määrittelyä vaikeuttaa uusien yhteiskunnallisten liikkeiden yleinen moninaisuus ja verkostoitumattomuus.

Aineistoni on sen sijaan tyypillinen erityisesti mediatutkimuksessa käytetyille kehysanalyysitavoille. Katsonkin mediatekstien sopivan hyvin myös omassa tutkimuksessani käytettäväksi aineistoksi. Toinen Snow ja Benfordin (1988) hallitsevien kehysten määrittelystä eroava piirre tutkimuksessani on se, että diagnostisten ja prognostisten piirteiden erittelyn lisäksi en paneudu tarkastelemaan kolmatta hallitsevien kehysten osatekijää eli motivoivia kehyksiä. Sen sijaan tarkastelen, voidaanko ideologiaa hallitsevien kehysten määritelmän perusteella pitää uutena yhteiskunnallisena liikkeenä. Jos Slow-ideologian ei voida katsoa olevan yhteiskunnallinen liike, ei sillä myöskään voi olla sen toimintaan kannustavia motivoivia kehyksiä.

## 8 Aineisto ja tutkimusmenetelmät

### 8.1 Aineisto

Slow-liikkeen järjestäytymättömyyden vuoksi medialla on vielä tavallistakin tärkeämpi rooli aatteen leviämisen ja mahdollisten virallisten ryhmittymien syntymisen kannalta. Tästä johtuen liikettä kannattavien ihmisten haastatteluiden tai Slow-ajatteluun liittyvän kirjallisuuden analysoinnin sijaan on mielekästä tutkia ideologiaa median näkökulmasta käsin. Aineiston hankintatapaa määrittä myös se tekijä, että Slow-ideologialla ei ole Suomessa järjestäytyntä toimintaa, vaan se vaikuttaa ainakin toistaiseksi leviävän lähinnä yksittäisten ihmisten valintojen kautta. Tästä johtuen ei ole olemassa virallisia liikkeen jäsenten itse kirjoittamia määritelmiä liikkeen toiminnan lähtökohdista ja päämääristä. Media-artikkeleita analysoimalla uskon myös saavani esiin ideologian laajemmat kulttuuriset suuntaviivat yksittäisten ihmisten haastatteluja paremmin.

Tutkimukseni aineisto muodostuu internetistä erilaisten Slow-elämään liittyvien hakusanojen avulla löydetyistä artikkeleista. Artikkelien valitsemisvaiheessa pohdin tutkimuskysymysteni kautta sitä, mitkä artikkelit ovat relevantteja tutkimukseni kannalta. Valitsemisen lähtökohtana oli, että teksteissä kerrottiin myös Slow-elämästä kokonaisuudessaan eikä vain tietyistä osalueista kuten esimerkiksi Slow Food ja Slow Cities -liikkeistä. Kyseiset liikkeet kuuluvat Slow-ilmion hallitsevien kehysten sisälle, mutta niillä on myös omat, täsmällisemmin muotoillut kehyksensä. Hallitsevien kehysten tarkoituksena on kuitenkin antaa kuva nimenomaan kaikille liikkeille yhteisistä piirteistä.

Viisi artikkelia jätin aineistosta analyysivaiheessa pois sen vuoksi, että niissä mainittiin Slow-ilmio vain hyvin lyhyesti. Ne eivät olisi myöskään tuoneet tutkimukseen mitään uutta näkökulmaa eli aineisto oli jo siinä määrin kylläntynyt, että pidin järkevimpänä luopua kyseisistä artikkeleista. Rajausten avulla katsoin saavani parhaimmat lähtökohdat kokonaisvaltaiseen Slow-ideologian tarkasteluun.

Rajausten jälkeen aineistokseni jäi yhteensä 14 artikkelia. Kaikki kirjoitukset on julkaistu vuosien 2008–2010 aikana, vaikka vaatimukseni ei etukäteen ollut julkaisuajankohdan rajoittuminen tietyille vuosille. Tästä voisi tehdä johtopäätöksen, että vanhempia julkaisuja ei löytynyt, koska Slow-ideologia on Suomessa ilmiönä niin tuore. Selittäjänä voi toisaalta hyvin

olla myös se, että internetissä julkaistuja artikkeleita ei aina säilytetä kovin pitkää aikaa, jolloin vanhemmat kirjoitukset on jo ehditty poistaa.

Suurin osa artikkeleista löytyi hyvin suurelle lukijakunnalle suunnatuilla sivustoilla. Artikkeleista peräti kuusi oli julkaistu Yleisradio Oy:n Yle.fi -sivustolla, tosin Suomen eri maantieteellisiä alueita käsittelevillä sivuilla, ja yksi MTV3:n sivustolla. Lisäksi artikkeleista neljä löytyi laajalevikkisten sanomalehtien verkkoversioista. Näitä lehtiä olivat Keski-suomalainen, Turun Sanomat, Kotimaa, Keskipohjanmaa sekä Kansan Uutiset. Näiden lehtien levikit vaihtelivat vuonna 2010 Kansan Uutisten n. 13 000:sta aina Turun Sanomien yli 100 000 kappaleeseen (Levikintarkistus Oy, 2011). Jäljelle jäävät kaksi artikkelia olivat Invalidiliiton ja Sivistysliiton julkaisemia. Voidaan siis olettaa, että aineiston Slow-elämään liittyviä kirjoituksia ei yleensä ole pyritty kohdistamaan juuri tietynlaisen lukijakunnan luettaviksi, vaan mahdollisimman laajalle yleisölle. Artikkelit olivat luonteeltaan asiallisia, ja niissä suhtauduttiin Slow-ideologiaan varteenotettavana mahdollisuutena saada aikaan suuriakin muutoksia ihmisten elämässä. Aineiston tekstien otsikot ja internet-sivustot sekä verkkolehdet, joissa ne on julkaistu, on ilmoitettu tarkemmin seuraavaan kappaleeseen merkittyjen viittauksien alaviitteissä. Otsikoiden perään olen merkinnyt sulkuihin sen numeron, jota tulen jatkossa käyttämään aina kyseessä olevaan tekstiin viitatessani. Numerointi yksinkertaistaa aineiston esittelyä myöhemmin analyysivaiheessa.

Tyyleiltään mediatekstit poikkesivat osittain melko paljonkin toisistaan. Osassa artikkeleita oli haastateltu Slow-elämän tunnettuja puolestapuhujia: peräti kolmessa tekstissä haastateltiin tulevaisuudentutkimuksen professori Sirkka Heinosta<sup>1</sup>. Lisäksi kahdessa tekstissä haastateltavana oli kaupunkitutkija Timo Kopomaa<sup>2</sup> ja yhdessä Slow life -liikkeen perustajahahmona pidetty Carl Honoré<sup>3</sup>. Lahden Designing Slow Life -konferenssiin liittyvässä jutussa haastateltavana oli konferenssiin osallistunut muotoilija Sami Makkula<sup>4</sup>, ja Savonlinnassa pidetystä Saimaa Summit -seminaarista kirjoitetussa jutussa haastateltiin entistä kansanedustajaa ja ministeriä, Slow-elämän kannattajaksi tunnustautuvaa tohtori Tarja Cronbergia<sup>5</sup>. Jäljelle

---

<sup>1</sup> Yle.fi/Häme ”Hämäläinen hitaus on suorastaan hyve” (5) 1.3.2010 & Yle.fi/Turku ”Raskas työ vaatii runsaat tauot” (8) 19.2.2010 & Invalidiliitto/verkkolehti, ei otsikkoa (6) 1-2/2010

<sup>2</sup> Kansan Uutiset ”Oman rytmin mukaan” (3) 19.12.2008 & mtv3.fi/uutiset/ilmiöt ”Elä leppoisammin” (4) 6.1.2009

<sup>3</sup> Yle.fi/Akuutti ”Slow-liike kehottaa meitä elämään hitaammin” (12) 9.12.2008

<sup>4</sup> Yle.fi/Lahti ”Elämä voisi olla laiffii” (7) 24.3.2010

<sup>5</sup> Yle.fi/Etelä-savo ”Slow-life puhutti Savonlinna Summitissa” (9) 15.7.2010



jäävistä viidestä artikkelista kaksi olivat kolumneja<sup>6</sup> ja kolme muunlaisia kirjoituksia<sup>7</sup>. Selvästi kaikista muista artikkeleista poikkeava oli Sivistysliiton kansalaisfoorumin sivuilla julkaistu artikkeli<sup>8</sup>. Se oli tyyliältään melko filosofinen, ja siinä puhuttiin hitaamman elämän sijaan hiljaisuudesta. Tekstissä kuitenkin mainittiin myös Slow Life ja hidastaminen hiljaisuudelle rinnakkaisina ilmiöinä, joten päätin jättää kyseisen artikkelin osaksi aineistoa.

## 8.2 Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi

Laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä yleistyksiin, joten aineisto on kooltaan pieni verrattuna määrällisessä tutkimuksessa käytettäviin aineistoihin. Sen sijaan laadullisen tutkimuksen avulla pyritään esimerkiksi kuvaamaan jotakin tiettyä tapahtumaa tai ilmiötä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.) Laadullisessa analyysissä tehdään usein jako induktiivisen ja deduktiivisen analyysin välillä. Jako perustuu siihen päättelyn logiikkaan, jota tutkimuksessa kulloinkin käytetään. Induktiivisessa päättelyssä edetään yksittäisestä yleiseen ja deduktiivisessa yleisestä yksittäiseen. Tuomen ja Sarajärven (2009, 95) mukaan Eskolan (2001) esittämässä jaottelussa pystytään kuitenkin ottamaan paremmin huomioon analyysin tekoa ohjaavat tekijät. He jakavatkin laadullisen aineiston analyysimuodot Eskolan (2001) jaottelun mukaisesti aineistolähtöiseen, teoriasidonnaiseen ja teorialähtöiseen analyysitapaan, puhuen kuitenkin teoriasidonnaisesta lähestymistavasta teoriaohjaavana analyysinä<sup>9</sup>. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 95.)

Aineistolähtöisen analyysin tavoitteena on luoda aineistosta teoreettinen kokonaisuus, jonka analyysiyksiköt eivät ole etukäteen sovittuja. Teoriaohjaavassa analyysissä analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta analyysistä on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus ja teoria voi toimia apuna analyysin etenemisessä. Tutkija pyrkii yhdistämään keskenään aineistolähtöisyyden ja valmiit mallit. Aikaisemman tiedon tarkoituksena ei ole testata teoriaa vaan pikemminkin avata uudenlaisia ajatusuria. Teorialähtöisen analyysin perustana on tietty teoria, auktoriteetin esittämä ajattelutapa tai malli. Analyysin tausta-ajatuksena on usein aikaisemman tiedon testaaminen erilaisessa kontekstissa. Tiedon testaamisesta on kuitenkin

---

<sup>6</sup> Turun Sanomat /Kolumni ”**Toisilla liikaa, toisilla liian vähän**”(13) 28.4.2009 & Keskipohjanmaa/kolumni/”**Keskipohjanmaa: Hidas elämä**” (14) 15.4.2010

<sup>7</sup> Keski-suomalainen/Viihdeuutiset ”**Slow-liike taistelee tappava vauhtia vastaan**” (1) 2.10.2008 & Yle.fi/Kanta-Häme ”**Mitä se slow oikein on?**” (2) 23.2.2010 (päivitetty 30.3.2010) & Kotimaa ”**Enemmän vähemmällä**” (11) 12.3.2009

<sup>8</sup> Sivistysliitto/Kansalaisfoorumi ”**Kuuletko hiljaisuuden kutsun?**” (10) 15.12.2008

<sup>9</sup> Nimet viittaavat samantyyppiseen analyysimuotoon, ja nimiä voi käyttää analogisesti (Tuomi & Sarajärvi 2009).

erotettava ne teorialähtöiset tutkimukset, joissa teoria ohjaa analyysia metodologisena kysymyksenä. Aineistolähtöisessä ja teoriaohjaavassa analyysissä aineiston hankintatapa on vapaa, teorialähtöisessä ilmiöstä aiemmin tiedetty sanelee aineiston hankintatavan. Raportoituina tutkimustuloksina teoriaohjaava ja teorialähtöinen analyysi eivät välttämättä juuri poikkea toisistaan, aineistolähtöisen saattaessa erota suurestikin edellä mainittujen analyysien tuloksista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95–98.)

Laadullista aineistoa voidaan analysoida useilla eri menetelmillä ja menetelmien soveltaminen riippuu tietyssä määrin aina aineiston laadusta (Eskola & Suoranta 1998, 152). Kirjallisena aineistona laadullisessa tutkimuksessa on mahdollista käyttää joko joukkotiedotuksen tuotteita tai yksityisiä dokumentteja (Eskola 1975, 104). Tutkimuksessa aineistona käyttämäni artikkelit kuuluvat ensimmäisenä mainittuihin joukkotiedotuksen tuotteisiin. Kun aineisto on tällä tavoin tuotettu tutkijasta riippumatta, joutuu tutkija jälkikäteen kehittämään tietyn teoreettisen näkökulman, jonka kautta hän aineistoa tarkastelee. Käytännössä jokainen tutkija on kuitenkin jo tutkimusongelmaa kehitellessään lukenut kyseessä olevaa tematiikkaa käsittelevää kirjallisuutta. (Eskola & Suoranta 1998, 154.)

Laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmistä sisällönanalyysi on yleisimmin sanomalehtitekstien analysointiin käytetty menetelmä. Sen avulla voidaan tarkastella eri sanoma- tai aikakauslehtien tapaa kirjoittaa asioista. (Grönfors 1982, 160). Sisällönanalyysi on metodi, jonka avulla voidaan tehdä monenlaista tutkimusta: sitä voidaan käyttää sekä yksittäisenä metodina että väljänä teoreettisena kehyksenä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91). Sisällönanalyysi on tekstianalyysia, jossa etsitään tekstin merkityksiä ja pyritään saamaan tiivistetyssä ja yleisessä muodossa kuvaus ilmiöstä (emt. 103–104). Sen avulla saadaan raaka-aineet teoreettiseen pohdintaan, mutta varsinainen pohdinta suoritetaan tutkijan järjellisen ajattelun keinoin (Grönfors, 1982, 161).

Sisällönanalyysista voidaan erottaa sekä kvantitatiivinen että kvalitatiivinen ulottuvuus. Sisällön erittelyllä tarkoitetaan aineiston sisällön kuvailua määrällisesti, sisällönanalyysillä taas laadullista eli sanallista kuvailua (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105–106). Sisällönanalyysin tarkoituksena on saada aineisto järjestettyä tiiviiseen muotoon ilman, että sen sisältämä informaatio kadotetaan. Aineisto ensin hajotetaan osiin, käsitteellistetään ja lopuksi kootaan loogiseksi kokonaisuudeksi uudella tavalla. (Emt. 108.)

### 8.3 Analyysin lähtökohdat

Kehysanalyysi on joustava teoreettinen ja metodinen tekstintutkimuksen työväline (Horsti 2005, 62). Journalismin tutkimuksessa kehysten käsite soveltuu aineiston sisällön erittelyyn sekä tuotannon ja vastaanoton tarkasteluun. Tutkimuskysymykset, aineisto ja tutkimusasetelma vaikuttavat tapaan, jolla kehysanalyysia kulloinkin sovelletaan. (Horsti 2005, 51–52.) Katson tutkimukseni empiiriseksi analyysitavaksi soveltuvan hyvin kvalitatiivisen sisällönanalyysin, sillä sitä on käytetty paljon sekä kehysanalyysissa että tekstien analyysitapana muutenkin. Sen avulla pystytään myös luomaan kattava kuva tutkittavasta ilmiöstä pelkän määrällisen kuvailun sijaan.

Kehysten käsite mahdollistaa sellaisen tekstien syvärakenteiden analyysin ja kokonaisuuksien hahmottamisen, jota on hankala tavoittaa määrällisen analyysin keinoin. (Väliveronon 1996, 112.) Empiirinen analyysikeinoni on tarkemmin määriteltynä lähtökohdiltaan teoriaohjaavaa sisällönanalyysia, sillä analyysin päälähtökohdan muodostavat Snown ja Benfordin (1988) kehysanalyysissa käyttämät diagnoosin ja prognoosin käsitteet ja niitä tarkemmin määrittävät yläluokat, jotka muodostavat liikkeen hallitsevat kehukset.

Teorialähtöisen analyysin ensimmäinen vaihe on Sarajärven (2000) mukaan analyysirungon muodostaminen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 113). Deduktiivisessa eli yleisestä yksittäiseen etenevässä sisällönanalyysissä voidaan Sarajärven (2002) mukaan aineistosta poimia aluksi yläluokkaa kuvaavia ilmiöitä ja sijoittaa ne analyysirunkoon (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 114). Siinä aikaisemman tiedon perusteella luotu käsitejärjestelmä tai teoria määrittelee kategoriat ja ohjaa analyysia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 115). Tutkimuskysymyksiin vastaavan analyysin lähtökohdat on havainnollistettu analyysirungon muodossa taulukossa 1 (ks. myös luku 7). Taulukko kuvaa Snown ja Benfordin (1988) hallitsevien kehysten osatekijöiden pohjalta määriteltyjä Slow-ideologian yläluokkia eli ongelmia, ongelman aiheuttajia ja uhattuina olevia asioita sekä ideologian keinoja ja päämääriä. Yläluokkia tarkemmin määrittävät kehukset ja niiden alaluokat on tarkoitus muodostaa aineistolähtöisesti ilman etukäteisoletuksia. Eskola ja Suoranta (1998, 153) kuitenkin painottavat, että jo tekstistä tiettyjä kohtia poimittaessa tehdään vahvasti tulkinnallista työtä, sillä tutkija itse tulkitsee, mitkä tekstikohdat merkitsevät tai tarkoittavat juuri tiettyä asiaa.

**Taulukko 1. Analyysirunko Snown ja Benfordin (1988) teoriaa mukaillen**

Kokoava käsite	Slow-ideologian hallitsevat kehykset				
Pääloukat	Diagnoosi			Proгноosi	
Yläluokat	Ongelmat	Ongelman aiheuttajat	Uhattuina	Keinot	Päämäärät
Yläluokkaa määrittävä kehys					
Alaluokat					

Pertti Alasuutari (1999, 39) jakaa laadullisen tutkimuksen kahteen vaiheeseen, jotka kuitenkin nivoutuvat aina toisiinsa. Kyseiset vaiheet ovat havaintojen pelkistäminen ja arvoituksen ratkaiseminen. Pelkistämässä on ensinnäkin kyse siitä, että aineistoa tarkastellaan aina tietystä teoreettis-metodologisesta näkökulmasta. Toiseksi tarkoituksena on havaintojen yhdistäminen yhteisiä piirteitä tai nimittäjiä etsimällä tai muotoilemalla sääntö, joka pätee koko aineistoon. (Emt. 39–40.) Varsinaiseksi analyysiksi laadullisessa tutkimuksessa voidaan nimittää sitä, miten raakahavaintojen yhdistäminen tapahtuu (emt. 52). Ongelman ratkaiseminen tarkoittaa havaintoja pelkistämällä tuotettujen johtolankojen ja käytettävissä olevien vihjeiden pohjalta tehtävää tulkintaa tutkittavasta ilmiöstä (emt. 44).

Miles ja Huberman (1994) kuvailevat aineistolähtöisen laadullisen tutkimuksen aineiston analyysia kolmivaiheiseksi prosessiksi. Ensimmäisen vaiheen muodostaa, kuten Alasuutarinkin (1999, 39) jaossa, aineiston redusointi eli pelkistäminen. Pelkistämässä aineistosta etsitään tutkimuksen kannalta olennaisia asioita joko informaatioita tiivistämällä tai pilkkomalla se osiin ja listaamalla löydetty ilmaukset. Toisena vaiheena on aineiston klusterointi eli ryhmittely, jossa pelkistetyistä ilmaisuja yhdistetään etsimällä niistä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Kolmannen vaiheen muodostaa aineiston abstrahointi, eli teoreettisten käsitteiden muodostaminen klusterointivaiheessa syntyneistä alaluokista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–110.)

Seuraavassa erittelen yksityiskohtaisesti oman tutkimukseni analyysivaiheet:

### 1. Redusointi eli pelkistäminen teoreettis-metodologisista lähtökohdista käsin

Aloitin aineiston analyysin lukemalla kaikki valitsemani artikkelit useaan kertaan läpi. Katsoin tutkimuskysymyksien ja artikkelien ominaislaadun kannalta parhaaksi analyysiyksiköksi

ajatuskokonaisuuksien poimimisen. Tämä johtuu siitä, että yksittäisiä sanoja poimimalla analyysi kadottaisi helposti ilmiötä kuvailevan luonteensa ja lähestyisi liikaa kvantitatiivista sisällön erittelyä (ks. myös Tuomi & Sarajärvi 2009, 105–107). Toisaalta myöskään yksittäiset lauseet eivät aina selvennä tarpeeksi sitä, mistä kyseisessä tekstin kohdassa on kyse, joten kuvailu saattaisi jäädä näinkin hyvin pintapuoliseksi, jopa harhaanjohtavaksi.

Kun kokonaiskuva artikkeleista oli muodostunut, etsin teksteistä taulukossa 1. määritellyn analyysirungon mukaisia, tutkimukselleni olennaisia, yläluokkia määrittäviä ajatuskokonaisuuksia. Käytännössä etsintä tapahtui siten, että alleviivasin teksteistä artikkeli kerrallaan olennaisia asioita ja merkitsin kirjaimin, mihin analyysirungon osa-alueeseen kyseinen tekstinkohta kuului. Tällä tavalla löysin aineistosta Snown ja Benfordin (1988) hallitseviin kehysiin liittyvät osatekijät. Myös tässä vaiheessa jouduin lukemaan artikkelit moneen kertaan, sillä alleviivaaminen aiheutti välillä suurtakin päänvaivaa. Tämä johtui siitä, että kvalitatiivinen tutkimus on aina myös tutkijan omaa tulkintaa ja päätöksentekoa ja aineiston ilmaisuja voidaan tulkita ja ryhmitellä monella tavalla.

Jätin alleviivaamatta sellaiset ilmaisut, joissa esitettiin yksittäisiä esimerkkejä Slow-elämän ilmenemisestä tai soveltamisesta ihmisten omaan henkilökohtaiseen elämään. Tähän oli syynä se, että hallitsevien kehysten tarkoituksena on selvittää liikkeen yleiset suuntaviivat eikä liikkeen kannattajien yksityiskohtaisia hitaamman elämän toteuttamistapoja. Lisäksi tässä vaiheessa tutkimusta aineistosta karsiutui jo edellä mainitsemani viisi artikkelia, koska lähemmin tarkasteltuna niiden pääpaino ei ollut Slow-ideologian käsittelemisessä (ks. luku 8.1).

Kun olin käynyt kaikki artikkelit riittävän moneen kertaan läpi, järjestin löytämäni raakamateriaalin aiemmin esittämäni analyysirunkoon (ks. taulukko 1.). Ensimmäiseksi järjestin vain diagnoosiin liittyviä lainauksia. Runko muodostui diagnoosiin liittyvistä yläluokista eli ongelmasta, ongelman aiheuttajista ja uhattuina olevista asioista. Kokosin taulukkoon artikkeleista löytämiäni suoria lainauksia ja ryhmittelin ne yläluokkien mukaisesti teemoittain hallitsevien kehysten eri osatekijöihin.

Ongelmia analyysirungon muodostamisessa aiheutti se, että diagnoosin eri osatekijät limittyivät usein toisiinsa. Täten ei aina ollut helppoa määritellä, mikä tulisi nähdä varsinaisena ongelmana ja mikä taas sen aiheuttajana tai uhattuna olevana asiana. Onkin muistettava, että kehysten etsiminen on tulkintaa, joka ei aina ole yksiselitteistä (Horsti 2005, 51). Joitakin ilmaisuja

siirsinkin vielä tässä vaiheessa eri yläluokkiin kuuluviksi mitä alun perin olin ajatellut. Harkitsin myös yläluokkien poistamista, jolloin jäljelle olisi jäänyt vain diagnoosin käsite. Kehyksen jakaminen kolmeen ryhmään kuitenkin selkeyttää tulosten esittelyä, joten katsoin parhaaksi pitäytyä alkuperäisessä suunnitelmassa ja olla poistamatta pääluokkia.

Osa ilmauksista kuitenkin viittasi vähintään kahteen diagnoosin kolmesta eri osa-alueesta tai sekä diagnoosiin että prognoosiin, jolloin sijoitin ne jokaisen niitä kuvaavan yläluokan alle. En pidä tätä ongelmana, sillä Entmanin (1993, 52) mukaan kehysanalyysissä yksi lause voi tuoda esiin monia kehysten funktioita, kun taas monet tekstin lauseista eivät välttämättä kuvaa niistä yhtäkään. Tietyn tekstin kehys ei välttämättä myöskään sisällä kaikkia kehysten funktioita (emt. 53). Joihinkin teksteihin jäi myös paljon kohtia, joiden en katsonut kuvaavan mitään hallitsevien kehysten osatekijöistä. Tämä johtui osittain valmiin aineiston käytöstä, jolloin en itse ole päässyt määrittämään aineistossa käsiteltäviä teemoja.

## 2. Klusterointi ja abstrahointi

Seuraavaksi pelkistin suorat ilmaisut kutakin ilmaisua lyhyesti kuvaavin sanoin ja klusteroin samaa asiaa kuvaavat ilmaisut omiksi alaluokikseen analyysirungossa määriteltyjen yläluokkien alle. Sen jälkeen nimesin syntyneet alaluokat niitä kuvaavilla termeillä. Nämä alaluokkia kuvaavat termit nimesin yläluokkia määritteleviksi kehyksiksi. Koska hallitsevien kehysten tarkoitus on määritellä laajasti liikkeen yleisiä piirteitä, alaluokkia ei syntynyt kovin monia. Joitakin ilmaisuja vaihdoin vielä tässäkin vaiheessa alaluokasta toiseen, jos katsoin niiden sittenkin sopivan paremmin johonkin toiseen luokkaan. Alaluokkien osuva nimeäminen vaati myös paljon aikaa ja harkintaa.

Kun olin muodostanut taulukon diagnoosiin liittyvistä hallitsevista kehyksistä, aloitin prognoosiin liittyvien luokkien hahmottelemisen. Olin jo aiemmin alleviivannut aineistosta myös prognoosiin liittyvät ilmaisut, joten aloitin toisen analyysitaulukon muodostamisen kokoamalla ilmaisut analyysirunkoon, joka muodostui prognoosiin liittyvistä yläluokista: Slow-ideologian päämääristä ja niiden saavuttamiseksi määritellyistä keinoista. Luin myös tässä vaiheessa aineistoa uudelleen, jotta löytäisin mahdollisesti aiemmin huomaamatta jääneitä olennaisia ilmaisuja.

Tämän jälkeen pelkistin ilmaisut yksinkertaisemmiksi määritelmiksi ja kokosin samaa asiaa ilmaisevat määritelmät erillisiksi alaluokiksi kuten diagnoosivaiheessakin. Seuraavaksi nimesin alaluokat niitä kuvaavilla termeillä ja määrittelin yläluokkia tarkemmin määrittävät kehykset. Myös prognoosiin liittyviä kehyksiä määrittellessäni törmäsin samanlaisiin ongelmiin kuin aiemmassa diagnoosivaiheessa, eikä ilmaisujen jakaminen alaluokiksi ollut aivan yksinkertaista. Kaikki aineistosta poimimani alkuperäisilmaisut on eri luokkiin jaettuina luettavissa liitteestä 1.

Pääloukkina tutkimuksessani pysyivät Snown ja Benfordin (1988) nimeämät diagnoosin ja prognoosin käsitteet, ja kaikkia luokkia kokoava käsite on Slow-ideologian hallitsevat kehykset. Analyysin perusteella muodostamani hallitsevat kehykset on kuvattu tarkemmin seuraavissa luvuissa esitetyissä taulukoissa 2. ja 3.

Koska analyysitapani on teoriaohjaava, eroaa se hieman aiemmin tässä luvussa esittämistäni Tuomen ja Sarajärven (2009, 108–110) määrittelemistä aineistolähtöisen analyysin vaiheista. Tämä ilmenee siinä, että analyysin pääloukat ja yläluokat ovat jo analyysirungossa valmiiksi määriteltyinä, jolloin etsin aineistosta suoraan yläluokkia kuvaavia ilmaisuja (ks. taulukko 1.). Tällöin abstrahointivaihetta, eli alaluokista johdettua teoreettisten käsitteiden muodostamista, ohjasivat Snown ja Benfordin (1988) määrittelemien hallitsevien kehysten käsitteet.

## **9 Slow-ideologian hallitsevat kehykset**

Tässä luvussa paneudun aineiston varsinaiseen analyysiin. Olen jakanut tulosten erittelyn, tutkimuskysymyksiin pohjaten, kolmeen erilliseen osa-alueeseen. Ensimmäisenä esittelen analyysin pohjalta muodostamiani diagnoosin osatekijöitä kuvaavat hallitsevat kehykset. Sen jälkeen siirryn prognoosiin liittyvien teemojen erittelyyn ja tulkintaan. Lopuksi esittelen tiivistäen analyysiosuuden keskeisimmät tulokset.

Käyttämäni suorat lainaukset on luettavissa myös tutkimuksen liitteestä 1 samoin kuin muutkin aineistosta poimimani lainaukset, joiden pohjalta olen suorittanut analyysini. Olen merkinnyt luvuissa 9.2 ja 9.3 esittämieni taulukkojen nimien perään niiden artikkelien lukumäärän, joissa oli kyseisiin teemoihin liittyviä ilmauksia. Yläluokkaa määrittävien teemojen perässä sulut tarkoittavat niiden artikkelien yhteenlaskettua lukumäärää, joissa oli viittauksia vähintään yhteen alaluokkien teemoista.

## 9.2 Diagnoosi

Diagnostisen kehiksen kolme yläluokkaa muodostuivat ongelmasta, ongelman aiheuttajista sekä uhattuina olevista asioista. Analyysini yläluokkia määrittävät kehikset sekä niihin sisältyvät alaluokat olen koonnut taulukkoon 2, johon olen ryhmitellyt hallitsevan diagnostisen kehiksen osatekijät tiivistetyssä muodossa. Ongelmaa määrittäväksi kehikseksi nimeämäni liiallinen kiire oli sellaisenaan määritelty ongelmaksi kahdeksassa artikkelissa. Lisäksi kolmessa artikkelissa näiden kahdeksan artikkelin lisäksi oli määritelty vähintään yksi kiireen alaluokkiin kuuluva teema.

**Taulukko 2. Diagnoosiin liittyvät hallitsevat kehikset**

Pääloukka	Diagnoosi		
Yläluokka	Ongelma	Ongelman aiheuttajat	Uhattuina
Yläluokkaa määrittävä kehys	<b>Liiallinen kiire (8) (yht. 11)</b>	<b>Länsimainen elämäntapa (yht. 8)</b>	<b>Yleinen hyvinvointi (yht. 8)</b>
Alaluokat	Tehokkuusvaatimukset (6) Kaiken aikatauluttaminen (2) Suorituskeskeisyys (6) Liikaa ärsykeitä (4) Hiljaisuuden puute (2)	Nykykulttuuri (4) Teknologia (4) Nopeuden ihannointi (2)	Fyysinen ja psyykinen hyvinvointi (4) Sosiaaliset suhteet (4) Läsnäolon taito (5) Työn laatu (2) Ympäristö (1)

### 9.2.1 Ongelmana liiallinen kiire

Nimesin ongelmaa määrittävän yläluokan liialliseksi kiireeksi. Kahdeksassa artikkelissa ongelmaksi määritellään liiallinen kiire sellaisenaan, eikä sen aiheuttajia aina määritellä sen tarkemmin. Jouduinkin pohtimaan pitkään, sijoitanko kiireen yhdeksi alaluokaksi muiden joukkoon. Katsoin sen kuitenkin sopivan paremmin kaikkia alaluokkia kuvaavaksi diagnoosia määrittäväksi yläluokaksi. Kiire nimittäin syntyy muiden tekijöiden tuloksena, joten kiireen määritelmä sellaisenaan ei luo kuvaa siitä, mitä liikkeen hallitsevien kehysten mukaan pidetään yhteiskunnassamme ongelmana. Sen sijaan teksteistä löytyneet alaluokat kuvastavat sitä, mitkä tekijät nykyaikana synnyttävät liiallisen kiireen ongelman.



Kiireisen elämäntyylin painottuminen teksteissä oli odotettavissa, onhan ideologia syntynyt haastamaan yhä kiihtyvällä tahdilla toimivaa nykykulttuuriamme (ks. luku 5). Kahdessa artikkelissa esitetään täysin samanlainen ilmaisu, jossa kiirettä verrataan sairauteen. Ilmauksessa kiire esitetään pahana asiana, mikä kuvastaa Slow-ideologian yleistä näkemystä liiallisesta nopeudesta. Molemmissa artikkeleissa haastateltavana on tulevaisuudentutkija Sirkka Heinonen, joka onkin Suomessa tunnettu Slow-ajattelun puolestapuhuja. Liittämällä kiireeseen mustan surman käsitteen hän luo kuvan jostakin pelottavasta ja tuhoa tuottavasta asiasta, johon pitäisi suhtautua vakavasti. Toisaalta sairauteen rinnastamisesta syntyy mielikuva siitä, että kiireen pysäyttäminen ei ole helppoa, vaan se leviää epidemian tavoin yhteiskunnassamme. Yhden artikkelin otsikko ”Slow liike taistelee tapaavaa vauhtia vastaan” (1) ilmaisee myös hyvin sen, kuinka pahana asiana kiirettä pidetään ja toisaalta sen, kuinka välttämättömänä asiana vauhdin hidastaminen nähdään.

”Kiire on tietoyhteiskunnan musta surma” (6, 8)

Uusille yhteiskunnallisille liikkeille tyypilliseen tapaan (ks. esim. Rasimus 2006) myös Slow-elämää käsittelevien artikkelien mielenkiinto tuntuu kohdistuvan lähinnä ihmisten arkeen: kiireen katsotaan levinneen elämän eri osa-alueille ja kaikenikäisten keskuuteen. Yhdessä artikkelissa nostettiin esille se, että jatkuva kiiruhtaminen ei kuitenkaan ole lapsille luontaista, vaan me aikuiset pakotamme heitä tehostamaan toimintaansa. Kiireen voisi katsoa aiheuttavan eräänlaisen oravanpyörän, jota vastaan on vaikea taistella. Jo lapset pakotetaan mukaan kiireisen elämän rytmiin, eikä opiskelu tai työelämään siirtyminen tuo muutosta tilanteeseen. Kiireen ei siis katsota rajoittuneen pelkästään esimerkiksi työelämään.

Työelämä tulee kuitenkin esille erityisesti tehokkuusvaatimukseen liittyvien ilmaisujen yhteydessä, sillä se mainitaan kolmessa artikkelissa viidestä. Kyseisissä artikkeleissa ihmisten katsotaan kokevan suuria paineita pyrkiessään täyttämään työelämän tehokkuusvaatimukset. Yhdessä artikkelissa kirjoitettiin myös koulutuksen tahdin kiristämisestä samalla, kun opiskeluaikoja pyritään lyhentämään. Työelämän piirteiden ja koulutusjärjestelmien kritisointi eivät ole uudelle yhteiskunnalliselle liikkeelle epätyypillisiä ominaisuuksia. Valtiokeskeinen järjestelmä, joka helposti repressoi yksittäisiä ihmisiä, on laajemminkin alettu nähdä uhkana ihmisten henkiselle elämälle ja aiheuttanut kollektiivista toimintaa. (Ks. luku 4.4.)

”Lapset eivät kiirehdi ja pyri huipputehokkuuteen luonnostaan, vaan me aikuiset teemme heistä sellaisia.” (12)

“Tehokkuusvaatimukset, tuottavuus, tulosvastuu, yhä koveneva kilpailu...tällaisin sanoin meidän aikaamme, varsinkin työelämää, usein kuvataan – eikä syyttä.” (3)

”Työelämän tavoin koulutuksessakin tahtia on viime aikoina kiristetty, kun esimerkiksi opiskeluaikoja on pyritty lyhentämään.” (3)

Tehokkuusvaatimukseen liittyy lisääntynyt kilpailu varsinkin työelämässä, mutta myös koulutuksen saralla, kun ihmiset halutaan nopeammin työelämään. Erityisesti taloudellisen tilanteen huonontuessa yritykset joutuvat yhä tiukemmin taistelemaan asemastaan markkinoilla. Viime aikojen lukuisat lomautukset ja irtisanomiset kertovatkin omaa kieltään yritysten kovista ajoista. Myöskään niillä, jotka ovat saaneet pitää työnsä, ei ole helppoa. Sekava tilanne työpaikalla aiheuttaa stressiä, ja väen vähentyessä taloon jääneet saattavat joutua tekemään töitä irtisanottujenkin edestä. Erään artikkelin mukaan työnteon tehostaminen tarkoittaakin käytännössä usein juuri sitä, että harvemmat tekevät enemmän töitä.

Yksi kiireeseen vaikuttava tekijä on erityisesti kahden artikkelin mukaan myös jatkuva ajan mittaaminen, kun kaikki toiminta pyritään aikatauluttamaan aamun ensihetkestä lähtien. Aika nähdään tekijänä, joka määrittää vahvasti kaikkea muuta elämäämme ja suhtautumistamme asioihin. Tämä johtuu siitä, että kello mittaa jatkuvasti kaikkea mitä teemme, ja meidän täytyy taistella pitääksemme kiinni tiukoista aikatauluista. Emme pysty toimittamaan asioita ilman, että pitäisi olla jatkuvasti huolissaan siitä, kuinka paljon aikaa mikäkin toimenpide vie. Näissä kahdessa artikkelissa kiireen ylläpitämistä yhteiskunnassamme esitetään eräänlaisena pakkomielteenä, joka kuitenkin aiheuttaa loppujen lopuksi vain ongelmia. Myös tutkija Timo Lampikoski (2009) kirjassaan ”Hidasta! Ajankäytön valinnat arjessa ja työssä” on kirjoittanut ihmisiä vaivaavasta kiireesairaudesta, jolloin kaikki tuntuu liian hitaalta, ja ihminen itse pyrkii tekemään asiat aina mahdollisimman nopeasti.

”Meillä on niin kova kiire, että kaikki mikä hidastaa vauhtiamme tuntuu viholliselta.” (12)

Edellisellä ilmauksella kuvataan aikamme yleistä suhtautumistamme hitauteen. Viittaus ”viholliseen” luo voimakasta vastakkain asettelua nopeuden ja hitauden välille. Ne nähdään ikään kuin toistensa vastaparina, jossa hitaus on huono asia. Tällöin voi olla hankalaa huomata niitä hyviä asioita, joita vauhdin hidastaminen voisi tuoda mukanaan. Toisaalta kiirettä ei välttämättä edes tiedosteta, sillä se on muuttunut niin arkiseksi asiaksi. Jatkuvan kiireen keskellä meidän on vaikeaa ajatella, millaista elämämme olisi rauhallisemmassa tahdissa elettyä.

”Kiire, sinne tänne säntäily, aina tavoitettavissa olo, infoähky ja meteli ovat nykyihmiselle arkea.” (4)

Yhdessä artikkelissa tuotiin esille hieman muista poikkeava näkemys jatkuvasta ajan mittaamisesta. Siinä tuotiin esille ajan epätasainen jakautuminen eri ihmisten kesken: jotkut koettavat väkisin keksiä ajankulua sillä välin kun toiset juoksevat kilpaa kellon kanssa. Liian tiukat aikataulut eivät siis ole kaikille ihmisille yhteinen ongelma. Valtaosalle ihmisistä tekemisen puute on kuitenkin varmasti vieras käsite.

Teoriaosuudessa esittelin Eriksenin (2003) näkemyksiä nopeuden leviämisestä elämän eri osa-alueille sekä siihen totumisesta. Vaikka rutinoidumme nopeuteen, aivokapasiteettimme ei kuitenkaan loputtomasti riitä käsittelemään jatkuvasti kasvavaa ärsykkeiden määrää. Neljässä artikkelissa tuotiin esille liiallisten ärsykkeiden määrän ja kahdessa hiljaisuuden puuttumisen aiheuttamat ongelmat. Kun meihin kohdistuu jatkuvasti valtava määrä informaatiota, emme kykene käsittelemään sitä kunnolla. Tällöin emme pysty enää toimimaan täydellä teholla, vaan tehokkuuden tavoittelu kääntyy pikkuhiljaa itseämme vastaan: alamme väsyä ja kaivata vauhdin hiljentämistä.

Tehokkuutta ei voi siis lisätä loputtomiin, vaan vähitellen se kääntyy kohti tehottomuutta liiallisten ärsykkeiden ja aivojen ylikuormituksen takia. Tuolloin emme enää tiedä, mikä on tärkeää tietoa ja mikä ei. Teoriaosassa mainitsin myös Eriksenin (2003, 34) näkemyksen siitä, että nykyaikana yhdeksi tärkeimmistä kansalaistaidoista on muodostunut tiedon suodattaminen, jotta osaisi etsiä oleelliset asiat kaikesta tarjotusta informaatiosta (ks. luku 3.1). Jossakin vaiheessa aivojen kapasiteetin rajat tulevat kuitenkin vastaan, emmekä enää pysty tietämään, mikä on huomionarvoista tietoa. Erityisesti liiallisten ärsykkeiden määrään sekä kadotettuun hiljaisuuteen keskityttiin muista poikkeavassa filosofisessa artikkelissa (ks. luku 8.1).

”Elämme kulttuurissa ja ympäristössä missä meihin kohdistuu jatkuvasti kasvava sanojen, viestien, informaation ja virikkeiden virta.”(10)

”Ongelmaksi muodostuu mikä on tärkeää mikä ei, mitä tulee karsia, mikä on oleellista.” (10)

Slow-ideologia on saanut edellä mainitun artikkelin mukaan alkunsa ihmisten väsyessä liian vauhdikkaaseen elämänmenoon. Sen aiheuttamien haittojen kautta on alettu kaivata erilaista elämää. Kiireisistä elämäntavoista johtuen ihmiset kuitenkin unohtavat helposti rentoutumisen tärkeyden. Yhtenä ongelmallisena asiana peräti kuudessa artikkelissa esitetäänkin liika

suorituskeskeisyys. Eräs syy tilanteeseen on ehkä se, että olemme pitäneet vauhtia yllä niin pitkään, että siitä on tullut tapa. Tämä jo aiemmin mainitsemani nopeuteen tottuminen aiheuttaa sen, että vaikka meillä olisikin mahdollisuuksia rauhoittua, emme kuitenkaan tee niin. Olemme ehkä jo niin vieraantuneita omista ajatuksistamme ja haluistamme, että niiden kuunteleminen tuntuu pelottavalta Tästä syystä saattaakin olla helpompaa ja yksinkertaisempaa jatkaa kiireistä säntäilyä myös vapaa-ajalla.

”Yhteiskunnassamme on havahduttu hiljaisuuden pohtimiseen sen kadottamisen ja puutteen kautta.” (10)

”Ihmiset eivät juuri koskaan vain istu aloillaan, sulje silmiään ja rentoudu.” (12)

”Toimettomuus ja hiljentyminen on monille vaikeaa tai tuntuu jopa pelottavalta.” (3)

### **9.2.2 Ongelman aiheuttajana länsimainen elämäntapa**

Toisin kuin usein vanhoissa yhteiskunnallisissa liikkeissä, yhdessäkin Slow-ajattelusta kertovassa artikkelissa ei nimetä ongelmien aiheuttajaksi mitään yksittäistä tahoja tai poliittista järjestelmää. Sen sijaan uusille yhteiskunnallisille liikkeille tyypilliseen tapaan artikkelit luovat Slow-aatteesta kuvan uudenlaista elämäntapaa kannattavana ideologiana, joka kiinnittää toimintansa ihmisten jokapäiväiseen elämään eikä niinkään poliittiseen aktiivisuuteen (ks. myös luku 4). Nimesin ongelmien aiheuttajia määrittävän kehyksen länsimaiseksi kulttuuriksi, sillä katsoin alaluokkien kuvastavan erityisesti siihen liittyviä piirteitä. Kahdessa artikkelissa mainittiin myös termi länsimainen kulttuuri sellaisenaan.

Neljässä tekstissä nykyisen kulttuurin piirteitä voidaan nähdä pidettävän Slow-ideologiassa määriteltyjen ongelmien aiheuttajina. Nykyajan liikkeille on luonteenomaista koko yhteiskunnallisen järjestelmän kritisoiminen, eikä Slow-ideologia tee tässä suhteessa poikkeusta. Kaksi artikkelista nostaa erityisesti nopeuden ihannoinnin länsimaisen yhteiskunnan ongelmien aiheuttajaksi, sillä yleiseksi ohjenuoraksi on syntynyt ajatus siitä, että ” aika on rahaa”, eikä sitä näin ollen tule tuhlaata. Nopeus liittyy myös nykykulttuuriin, mutta halusin tuoda sen esille omana luokkanaan Slow-ideologian peruslähtökohtiin olennaisesti liittyvänä.

”Nopea reagoiminen on toivottavampaa kuin hidas pohtiminen ja meihin kohdistuu paine jopa ajatella nopeasti.” (12)

”Hitaudesta on tullut megatrendi, joka kertoo pettymyksestä länsimaisen kulttuurin kaupittelemaan tehokkuusajatteluun.” (11)

Teknologian kehittyminen on osaltaan vaikuttanut siihen, että pystytään ja myös pyritään yhä nopeampaan viestintään ja ajankäytön tehostamiseen. Tutkimuksen toisessa luvussa kirjoitin tietoyhteiskunnan kehittymisestä ja nopeuden kasvamisesta muun muassa tietokoneiden käytön lisääntymisen tuloksena. Vaikka nykyteknologiasta on meille paljon hyötyä, neljässä Slow-artikkelissa nähdään sen aiheuttavan myös negatiivisia vaikutuksia. Seuraavassa ilmaisussa kuvataan artikkelissa haastatellun kaupunkitutkija Timo Kopomaan näkemystä kännyköiden käytön räjähdysmäisen lisääntymisen vaikutuksista.

”Kännykkäkulttuuriin liittyy vahvasti idea ajan tehostamisesta ja monien asioiden toimittamisesta samaan aikaan.” (4)

Kopomaa näkee matkapuhelimet yhtenä ilmentymänä siitä, miksi yhdeksi ongelmaksi aiemmassa luvussa esittämäni tehokkuusvaatimukset ovat kasvaneet entisestään. Teoriaosuudessa mainitsin Tomlinsonin (2007, 2-3) näkemyksen liittyen nopeuden käsitteen ristiriitaisuuteen: sillä voi olla sekä positiivisia että negatiivisia vaikutuksia elämäämme. Matkapuhelin on varmasti yksi näistä ristiriitaisista tunteita aiheuttavista keksinnöistä. Toisaalta se helpottaa elämäämme, mutta toisena puolena on muiden ihmisten tottuminen siihen, että olemme jatkuvasti tavoitettavissa.

Teknologian kehittyneisyys ja tehokkuuteen pyrkiminen liitetään tavallisesti edistyksellisiin yhteiskuntiin. Niiden myötä myös ihmisten kokema kiire on lisääntynyt, sillä teknologia mahdollistaa jatkuvan tavoitettavissa olon sekä tehokkaamman toiminnan. Yhdessä artikkelissa tämä yhteys kyseenalaistetaan seuraavanlaisella ilmaisulla, johon artikkelin teksti hieman ironisesti päättyy.

”Kiire on kehityksen tulosta. Kehityksen? Edistystäkö?” (13)

Slow-ideologia ei näe kiireen lisääntymistä edistyksellisenä asiana, vaan kyseenalaistaa sen yhteydet yhteiskunnan kehittyneisyyteen. Tämä ajatus on mahdollisesti lähtöisin siitä, että kiireellä ja nopeudella katsotaan olevan pitkällä aikavälillä enemmän huonoja kuin hyviä vaikutuksia. Seuraavassa luvussa tarkastelenkin niitä asioita, joiden katsotaan hallitsevien kehysten diagnoosiin mukaan olevan uhattuina nyky-yhteiskunnassamme.

### 9.2.3 Uhattuna yleinen hyvinvointi

”Tehokkuuden vastapuoli on se, että ollessaan (liian) monessa mukana, ihminen ei kenties ole missään mukana, pakenee ajatuksiaan, sisintään ja pahaa oloaan.” (14)

Edellä esittämässäni ilmaisussa tiivistyy jo tutkimuksen johdannossa esittämäni ajatus siitä, kuinka nykyaikana elämän mielekkyys tuntuu helposti katoavan liiallisen suorittamisen keskellä. Vaikka fyysisesti olemme jatkuvasti tekemässä jotain ja menemässä paikasta toiseen, emme välttämättä ole henkisesti lainkaan mukana tekemisissämme. Meillä on myös henkisesti paha olla, koska emme näennäisen toiminnallisuutemme alla tee niitä asioita, joita oikeasti haluaisimme tehdä. Meiltä puuttuvat sellaiset ajanvietteet, jotka toisivat meille aitoa nautintoa ja hyvää oloa. Myöskään lapset eivät ole suojassa kiireen negatiivisilta vaikutuksilta, vaan kokevat kiireen stressaavana siinä missä aikuisetkin, jolleivät jopa voimakkaammin. Artikkelien määrittämiä ongelmia eritellessäni toin jo esiin huomion siitä, että kiire on levinnyt kaikenikäisten keskuuteen. Eräässä artikkelissa painotettiin erikseen kiireen aiheuttamia haittoja erityisesti lasten hyvinvoinnille.

”Yhä useammat lapset kärsivät kiireisen elämän seurauksista. Jopa viisivuotiailla on stressin aiheuttamia vatsavaivoja, päänsärkyä, unettomuutta, masennusta ja syömishäiriöitä.” (12)

On hyvin ahdistavaa ajatella, että edes lapset eivät saa enää viettää omatahtista elämää, vaan alkavat jo nuorena oireilla koetun kiireen takia niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Meidän tulisikin muistaa, että kiireinen elämäntapamme ei välttämättä aiheuta ongelmia pelkästään itsellemme, vaan myös läheisillemme voi koitua siitä vakavia haittoja. Mahdollisesti tämän asian tiedostaminen voisi tuoda ihmisille lisää kimmoketta muuttaa omia elämäntapojaan.

Ongelmana omien elämäntapojen muuttamisessa on kuitenkin se, ettemme havahdu tarpeeksi aikaisin terveyttämme uhkaaviin elintapoihimme. Tajutessamme tilanteemme saatamme olla kuluttaneet itsemme jo niin loppuun, että toipuminen on vaikeaa ja kestää pitkään. Neljä artikkelia tuokin esiin ajatuksen siitä, että sekä fyysinen ja psyykkinen hyvinvointi alkavat kärsiä liian kiireisen elämäntavan ja riittämättömän levon seurauksina. Ennemmin tai myöhemmin tuleekin vastaan pakollinen pysähdys, jos elämme jatkuvasti yli omien henkilökohtaisten voimavarojemme. Slow-ideologia on hieno osoitus siitä, että pikkuhiljaa osa ihmisistä on alkanut kyseenalaistaa nykyisiä elämäntapojaan jo ennen varsinaista uupumisvaihetta.

”Usein ihminen havahtuu vasta, kun keho alkaa hälyttää.” (12)

”Ruumis rasittuu eikä psyykessä ole loputonta joustovaraa” (14)

”Hidas elämä on vastareaktio. Se on harkittu ei jatkuvalle kiireelle ja kiihkeälle kuluttamiselle; suorituskeskeiselle säntäilylle, joka hivuttaa niin ihmistä kuin ympäristöä.” (11)

Viimeisimmässä lainauksessa ilmastaan suoraan huoli myös ympäristön hyvinvointia kohtaan. Neljästä terveyttä käsittelevästä artikkelista muut kolme keskittyivät lähinnä ihmisten hyvinvointiin, joten tämä artikkeli poikkesi siinä mielessä muista. Kuitenkin yhdessä tekstissä on kirjoitettu esimerkiksi ”elämää pinnallistavien tuotanto- ja kulutusmuotojen” (2) vastustamisesta. Toisaalta ongelman aiheuttajana nähdään länsimainen elämäntapa, joka pohjautuu vahvasti juuri jatkuvaan kuluttamiseen. Katsonkin Slow-ideologiaan sisältyvän ajatuksen siitä, että ihmisten ja luonnon hyvinvointi kulkevat käsi kädessä. Uusille yhteiskunnallisille liikkeille onkin luonteenomaista huoli ympäristön hyvinvoinnista sekä yritykset parantaa ihmisten suhdetta luonnon kanssa (ks. myös luku 4.4).

Kahdessa artikkelissa tuotiin esille työnteon kärsiminen liiallisen kiireen seurauksena, sillä tehokkuutta ei voida lisätä loputtomiin. Ihmisten voimavarojen vähentyessä liika suorittaminen alkaa pikkuhiljaa kääntyä tehottomuudeksi. Ei ole yllättävää, että työtä ei pystytä tekemään laadukkaasti jos sitä on liikaa suhteessa käytettävissä olevaan aikaan. Myös työnantajien tulisi ymmärtää tämä, jotta muutos parempaan suuntaan olisi mahdollista.

”Yhä kasvavat tehokkuusvaatimukset pikemminkin syövät tehokkaan toiminnan edellytyksiä kuin lisäävät niitä.” (6)

”Mutta kun vauhti kiihtyy kiihtymistään, kaikki kärsii: työ, terveys ihmissuhteet.” (12)

Yhtenä merkittävänä uhattuna olevana asiana esitetään viidessä artikkelissa ihmisten taito olla tekemisissään läsnä. Liiallisen kiireen ja hälinän keskellä emme kuule itseämme ja tarpeitamme emmekä myöskään muita ihmisiä. Samalla vieraannumme omasta elämästämme ja kadotamme läsnä olemisen taidon. Tällöin asioiden merkityksellisyyden kokeminen katoaa ja elämämme mielekkyys uhkaa hävitä. Samalla elämästämme tulee pelkkää suorittamista ilman todellista sisältöä. Myös ihmissuhteet kärsivät, sillä meillä ei yksinkertaisesti ole riittävästi aikaa nähdä ystäviämme. Todellisen vuorovaikutuksen ja aidon läsnäolon sijaan yhteydenpitomme on suurelta osin siirtynyt virtuaaliseen vuorovaikutukseen, mikä ei kuitenkaan yhden artikkelin mukaan tuo ihmisille samanlaista tyydytystä kuin todellinen toisten ihmisten tapaaminen.

”Jos hiljaisuus puuttuu, niin viestit menettävät merkitystään, vuorovaikutus itseemme ja toisiimme katkeaa.” (10)

”Ennen ihmiset kävivät toistensa luona kylässä, mutta elämä on muuttunut siinäkin. Lasten harrastusten ja omien kiireiden takia ei ole enää aikaa sosiaaliseen kanssakäymiseen. Hetkessä eläminen on kärsinyt ja vaikka nykyään tavataan erilaisissa verkoissa mm. facebookissa, se ei ole sama asia.” (7)

Kiire ja sitä kautta todellisen läsnäolon puuttuminen aiheuttaa samalla myös muistamattomuutta. Aikaa taaksepäin miettiessämme ihmettelemme, mihin kaikki aikamme oikein on mennyt. Tämä aiheutuu yhden tekstin mukaan liiallisesta nopeudesta. Toisaalta voimme vielä vuosikymmenienkin jälkeen muistaa tapahtumia, jotka ovat olleet meille merkittäviä ja joiden tapahtuessa olemme olleet myös henkisesti läsnä. On surullista, jos tällaisia tapahtumia jää mieleemme aina vain vähemmän.

”Liika kiire aiheuttaa sen, etteivät eleyt hetket jää mieleen.” (12)

### 9.3 Prognoosi

Prognoosi muodostuu Slow-ideologian varsinaisista päämääristä sekä keinoista, joilla liike pyrkii päämääriinsä. Olen koonnut alla olevaan taulukkoon artikkeleista löytämäni prognoosiin liittyvät hallitsevat kehykset. Päämäärien yläluokkaa määrittäväksi kehykseksi nimesin mielekkään elämän. Jaoin keinot kahteen erilaiseen yläluokkaa määrittävään kehykseen, jotka ovat yksilön valinnat ja poliittinen vaikuttaminen.

**Taulukko 3. Prognoosiin liittyvät hallitsevat kehykset**

Prognoosi			
Yläluokka	Päämäärät	Keinot	
Yläluokkaa määrittävät kehykset	<b>Mielekäs elämä (yht. 10)</b>	<b>Yksilön valinnat (4)</b>	<b>Poliittinen vaikuttaminen (2)</b>
Alaluokat	Henkinen tasapaino (7) Elämästä nauttiminen (6) Luovuus ja laatu (6) Ekologisuus ja eettisyys (3)	Omarytmisyys (11) Läsnäolo ja rentoutuminen (5) Mielen ja kehon kuunteleminen (3) Turhasta kuluttamisesta luopuminen (3)	Työelämän muuttaminen (5) Hitauden hyväksyttävyyden saavuttaminen (2)



### 9.3.1 Päämääränä mielekäs elämä

Kymmenessä aineiston artikkelissa on havaittavissa pyrkimyksiä mielekkäämmän elämän saavuttamiseksi. Mielekkään elämän alaluokkia löysin artikkeleista neljä. Ne kaikki liittyvät hieman eri tavoin hyvän elämän päämäärän saavuttamiseen. Seitsemässä tekstissä mainitaan keskeisenä asiana tasapainoisen elämän saavuttaminen. Tasapainoon liittyy oleellisena osana ajatus siitä, että pystyisimme sopivassa suhteessa sekä toimimaan tehokkaasti että lepäämään. Tässä käy selkeästi ilmi tärkeä ajatus siitä, että Slow-ideologian tarkoituksena ei suinkaan ole pyrkimys luopua kaikesta työnteosta. Sen sijaan tavoitteena on lisätä tehokkuutta rentoutumalla riittävästi. Sen vastapainona työskentelyyn käytetty aika käytetään entistä tehokkaammin. Oleellista on riittävä palautuminen ja rentoutuminen ahkeran työskentelyn ohella.

”Hidas elämä lisää jaksamista ja hyvinvointia. Se rytmittää tarkoituksenmukaisella tavalla tehokkaan työskentelyn jaksot, mutta mahdollistaa myös rauhallisia jaksoja, lomiam, lepoa ja terveellisiä elämäntapoja.” (6)

”Pitäisi löytää tasapaino, jossa hitauden ja joutilaisuuden jaksot ovat raaka-ainetta tehokkaalle työskentelylle.” (8)

Samalla kun tehokkuus kasvaa riittävän levon myötä, myös luovuus lisääntyy. Kuudessa tekstissä painotetaan laadun, luovuuden ja innovatiivisuuden lisääntymistä silloin, kun aikaa on tarpeeksi ja saadaan työskennellä oman rytmin mukaan. Hidasta elämäntapaa tutkineet Parkins ja Craig (2006) katsovatkin Slow-ajattelussa keskeiseksi asiaksi sen, että nopeutta ei vastusteta vain nopeuden itsensä vuoksi. Sitä vastustetaan, koska liikaa kiirehtiessä lopputulos ei yleensä ole hyvä. Samalla myös tekeminen on epämielikästä. Sen lisäksi, että nopea elämä uhkaa terveyttämme ja planeettaamme, se vie mukanaan myös mahdollisuuden elää mielekkäästi. (Parkins & Craig, 2006, 138.)

”Jos yrittää tehdä liian nopeasti asioita, lopputulos ei ole hyvä.” (3)

”Hitaan elämän malli korostaa rauhallista, tasapainoista ja stressitöntä elämäntapaa, joka antaa tilaa luovuudelle.” (6)

Vauhdin hidastamisesta puhuttaessa on oleellista ymmärtää, että ei ole olemassa yhtä ainuttakaan oikeaa nopeutta tehdä asioita. Jokaisella ihmisellä on omat yksilölliset resurssinsa tehdä asioita. Slow-ideologian tarkoituksena ei ole patistaa kaikkia hidastamaan tahtia, jos siihen ei itse koe olevan tarvetta. Tärkeintä on tasapainoisen ja juuri itselle sopivan elämisen tahdin saavuttaminen.

”Mutta ei slow life yksituumaisesti sovi jokaiselle, Heinonen toteaa ja patistaa meistä kutakin löytämään oman tasapainon.” (8)

”Työ ja terveys Suomessa 2009” -tutkimuksen (Kauppinen ym. 2010) mukaan esimiesten kiinnostus työhyvinvointia ja työntekijöiden terveyttä kohtaan näyttää lisääntyneen jonkin verran 2000-luvun alkuun verrattuna. Työntekijöiden kokeman kiireen ja henkisen kuormituksen määrässä ei kuitenkaan juurikaan havaittu muutoksia niiden vähentymisestä. Työhyvinvoinnin parantamiseen panostaminen olisi näin ollen hyvin tärkeä ja ajankohtainen asia. Tutkimuksen tuloksien mukaan työajan lyhentäminen, työaikojen joustavuus ja viihtyisä työyhteisö olisivat niitä tekijöitä, jotka oman terveyden, taloudellisen tilanteen ja mielekkään työn ohella saisivat useat vastaajat jatkamaan työntekoa vielä 63 ikävuoden jälkeen. Merkittävimmin vuoden 2006 tutkimuksesta oli lisääntynyt vastaajien painottaminen työaikaan ja viihtyisyyteen liittyviä asioita. (Kauppinen ym. 2010, 246–250.)

Koska työelämässä on havaittavissa esimiesten lisääntyttä kiinnostusta työhyvinvointia kohtaan, ja työntekijätkin ovat alkaneet enemmän painottaa työn viihtyisyyteen liittyviä asioita, voisi nyt olla juuri oikea aika tuoda Slow-elämän näkemyksiä työpaikoille. Erään aineistoni artikkelin mukaan hidastaminen onkin jo saavuttanut lisääntyttä suosiota työelämässä. Ehkä pikkuhiljaa on alettu käsittää, että myös työnantajat voivat hyötyä Slow-ideologiasta. Henkisesti ja fyysisesti rasittuneista työntekijöistä ei koidu taloudellista hyötyä, vaan asia on aivan päinvastoin. Esimerkiksi liiallisen kuormituksen vuoksi sairauslomille joutuvat työntekijät vain lisäävät kustannuksia, eikä tilanteesta hyödy kukaan.

”Businessgurut, terapeutit ja psykologit suosittelevat yhä useammin hitautta työpaikoille, jotta välttyttäisiin loppuun palamisilta ja luova ajattelu lisääntyisi.” (12)

Kuudessa artikkelissa nostetaan esiin ajatus siitä, että elämästä tulisi voida nauttia nykyistä enemmän. Slow-elämä nähdään niissä ideologiana, jossa paneudutaan sen miettimiseen, mikä todella on tärkeää omassa elämässä ja juuri itselle. Samalla pyritään kohti näitä tavoitteita. Hitaammassa elämässä keskityttäisiin enemmän vaikuttamaan oman elämänsä sisältöön ja luomaan siitä itselleen mieluisen. Näin ollen myös elämän nautinnollisuus kasvaisi. Mielekkään elämän tavoittelu onkin yleinen uusien liikkeiden päämäärä, sillä niiden toiminta keskittyy usein ihmisten henkilökohtaiseen onnellisuuteen ja vallitsevien normien muuttamiseen (ks. luku 4.4).

”Slow life on laadukasta elämää ja valintoja, joissa jätetään joitakin asioita ja keskitytään johonkin joka todella kiinnostaa.” (7)

”Slow aktivistien mukaan ruokailusta, työstä, matkustamisesta ja ylipäättään elämästä saa enemmän irti, jos sille antaa aikaa ja keskittyy tekemiseensä.” (12)

Diagnoosin tavoin myös prognoosissa keskitytään pääosin ihmisten hyvinvointiin. Kuitenkin myös ympäristön hyvinvointi tulee esille kolmessa artikkelissa. Esimerkiksi tulevaisuudentutkija Sirkka Heinonen ehdottaa hitaan elämän ideologiaa ”kestävän kehityksen aikaansaamiseksi” (6). Yhdessä artikkelissa hitaampaan elämäntapaan katsotaan liittyvän sen asian oivaltaminen, että ihmisten on turhaa haalia itselleen ylimääräistä tavaraa. Näin ollen ympäristön tilan koheneminen voidaan katsoa yhdeksi Slow-ideologian mukanaan tuomaksi positiiviseksi vaikutukseksi. Se saavutetaan ihmisten arvoja ja toimintamalleja muuttamalla. Elämäntapojen muuttamisen myötä ei olisi tarvetta keskittyä erikseen ympäristön hyvinvointiin, koska luonnon kunnioittaminen on osa ideologiaa. Luonnonläheisen elämäntavan vaikutuksesta myös ympäristön tila kohenisi pikkuhiljaa.

”Hitaan elämän ideologiassa ekologisuus, eettisyys, yhteisöllisyys ja esteettisyys lyövät kättä. (6)

### **9.3.2 Keinoina sekä yksilölliset valinnat että poliittinen toiminta**

Aineiston artikkeleissa on melko vähän suoria ilmaisuja siitä, tulisiko löytämieni Slow-ideologian päämäärien saavuttaminen toteuttaa poliittisen vai yksilöllisin keinoin. Vain yhteensä neljässä artikkelissa kirjoitetaan joko yksilöllisistä tai poliittisista toteuttamistavoista. Nämä kaksi erilaista toteuttamistapaa nimesin keinojen yläluokkaa määrittäviksi kehyksiksi. Teksteissä esitettyjen konkreettisempien keinojen erittelyn pohjalta jaoin muodostamani luokat yksilöllisten ja poliittisen vaikuttamisen keinojen alaluokkiin. Erottelun myötä yksilöllisten valintojen kautta toteutettaviksi keinoiksi muodostui neljä alaluokkaa. Poliittisen vaikuttamisen alaluokkia on kaksi. (Ks. taulukko 3.)

Kahdessa artikkelissa päämääriin pyrkimisen yleisluontoisina keinoina mainitaan sekä yksilölliset valinnat että poliittinen toiminta. Artikkelien mukaan kumpikaan tapa ei yksinään ole riittävä, vaan liikkeen todelliseen läpimurtoon tarvitaan yksilöllisten valintojen lisäksi poliittisia muutoksia. Tämä on varmasti tyypillistä suurelle osalle yhteiskunnallisista liikkeistä: pyritään sekä kollektiivisesti muuttamaan poliittisia järjestelmiä että omien valintojen kautta muovaamaan henkilökohtaista elämää. Uskoisin, että tehokkainta liikkeiden toiminta olisikin tällä tavoin toteutettuna.

”Radikaalisti uudenlainen elämäntapa vaatii paitsi yksilöiden rohkeutta ja ennakkoluulottomuutta myös yhteisön rakenteellista ja lainsäädännöllistä tukea.” (1)

Yksikään aineiston artikkeleista ei esitä pelkästään poliittiseen vaikuttamiseen liittyviä tapoja tavoiteltujen päämäärien saavuttamiseksi. Tätä voidaan pitää uusille yhteiskunnallisille liikkeille tyypillisenä piirteenä, sillä niiden toiminnassa poliittinen aktiivisuus on usein toissijaista. Sen sijaan keskitytään paremman elämän tavoitteluun ja toimintatapojen ollessa ihmisten yksilöllisesti toteutettavissa (ks. esim. Rasimus 2006; Ilmonen 1998.) Näin ollen poliittisen aktiivisuuden vähäisyys ei sulje pois sitä mahdollisuutta, että kyseessä olisi yhteiskunnallinen liike.

Kahdessa artikkelissa esitetään näkemys siitä, että aatteen leviäminen on mahdollista myös pelkkien yksilöllisten valintojen kautta. Uusiin yhteiskunnallisiin liikkeisiin on Della Portan ym. (2006) määritelmän mukaan mahdollista kuulua liittymättä mihinkään tiettyyn organisaatioon. Liikkeet ovat heidän määritelmän mukaan epämuodollisia verkostoja, jotka sisältävät myös muodollisia organisaatioita (ks. luku 4.2). Slow-verkoston muodollisiksi organisaatioita voisi lukea Slow Cities ja Slow Food -liikkeet, mutta myös muut verkostoon limittyneet ihmiset ja ryhmät voitaisiin katsoa olevan osa laajempaa liikettä. Slow-ideologian vahvuutena ovat sen virallisista liikkeistä lähtöisin olevat juuret. Tällöin ideologian kokonaiskuvaan mahtuu mukaan myös epävirallisia ryhmittymiä.

”Mikään yksittäinen organisaatio tai järjestö ei hallinnoi aatteen leviämistä vaan se leviää yksittäisten ihmisten henkilökohtaisissa valinnoissa ympäri maailman.” (2)

”Hidastaminen ei kuitenkaan välttämättä edellytä epätyypillistä työsuhdetta tai erityisjärjestelyjä. Vauhtia voi hiljentää kuka tahansa omista lähtökohdistaan.” (11)

Slow-ideologian toiminnan keinojen alaluokissa painottuvat enemmän yksilöllisten valintojen kautta tapahtuvat mielekkään elämän saavuttamiseen liittyvät keinot kuin poliittinen vaikuttaminen. Poliittista vaikuttamista edellyttävien alaluokkien katsoin muodostuvan työelämän muuttamiseen liittyvistä keinoista sekä pyrkimyksistä hitauden hyväksyttävyyden saavuttamiseksi. Yhteensä kuusi artikkelia sisälsi ilmaisia keinoista.

Työelämän muuttaminen on saanut mediassa huomiota myös muissa yhteyksissä. Esimerkiksi Työterveyslaitoksen tutkimusprofessori Guy Ahonen ja pääjohtaja Harri Vainio (2010) kirjoittivat Helsingin Sanomien pääkirjoituksessa siitä, kuinka työoloja, työssä jaksamista ja työuran pidentämistä tulisi pohtia uudella tavalla ”vähemmän on enemmän” -ajattelulla, jossa

keskityttäisiin työelämän laadun kehittämiseen. Heidän mukaansa ”radikaali ajatus olisi, että ryhdytään luomaan työhön väljyyttä, joka parantaa työssä jaksamista, tukee terveyttä ja antaa mahdollisuuksia työn kehittämiseen. Samalla kohennettaisiin koko väestön elämänlaatua.” He esittävät nelipäiväiseen työviikkoon siirtymistä kannattavana, mikäli se nostaisi suomalaisten keskimääräistä eläkeikää 58 vuodesta 65 vuoteen. (Ahonen & Vainio, 2010.)

Kuten jo edellä Slow-ideologian päämääriä eritellessäni mainitsin, työnantajat eivät hyödytä työntekijöiden pitkät työpäivät, jos työntekijät eivät ehdi levätä tarpeeksi. Eräessä artikkelissa painotettiin tuottavuuden lisäämistä tehtyjen työtuntien laadun kautta. Määrän sijaan työnteossa pitäisi siis painottaa laatua. Yhdessä aineistoni artikkelissa tulevaisuudentutkija Sirkka Heinonen näkee hitaamman elämän mallissa mahdollisuuden työskentelyvuosien lisäämiseen tasapainoisemman elämäntavan avulla. Tällöin myös työntekijöiden työkyky säilyisi pidempään. Työssä jaksamisessa ja työtehossa keskeistä ovat ihmisten riittävät fyysiset ja psyykkiset voimavarat.

”Tämä liittyy kulttuurin suureen murrokseen, joka on tulossa. Mikä on tehokkuutta, mitä on työteho? Mielestäni se liittyy jaksamiseen.” (8)

Erään aineistoni artikkelin mukaan yksi varma keino vauhdin hidastamiseen on työnteon vähentäminen. Se kävisi yhteen niin määrän sijaan laadun painottamisen kuin nelipäiväiseen työviikkoon siirtymisen kanssa. Työnteon vähentäminen ei kuitenkaan ole suinkaan ainut keino lisätä työssä jaksamista. Seuraavassa ilmaisussa Timo Kopomaa on tiivistänyt hyvin toisenlaisia keinoja lisätä työhyvinvointia hitaamman elämän ideologian avulla.

”Eniten leppoistamisen ideoille on Kopomaan mukaan kuitenkin tällä hetkellä tilaa työnteon kovan ytimen ulkopuolella. Tällä hän tarkoittaa esimerkiksi työympäristön viihtyisyyttä, taukoja ja taukotiloja, etätöitä kotona tutussa ympäristössä tai työmatkojen hyödyntämistä ja laskemista mukaan työaikaan.” (3)

Vaikka varsinaista työn sisältöä ei muutettaisi, on kuitenkin muilla tavoin mahdollista lisätä työn mielekkyyttä. Mainittuja muutoksia ei olisi kovin vaikeaa toteuttaa, mutta ne lisäisivät edellytyksiä työntekijöiden hyvinvoinnin parantamiseksi. Samankaltaisia ajatuksia työajoista ja työssä viihtymisestä on esittänyt myös muun muassa poliitikko Osmo Soininvaara (ks. luku 3.4).

Jotta hitaampi elämä todella olisi mielekästä ja laajasti toteutettavissa, tulisi sen olla myös yleisesti hyväksyttyä. Kyseinen näkökulma tuotiin esiin kahdessa artikkelissa. Tätä päämäärää pidän Slow-ideologian toisena sellaisena keinona, mikä edellyttäisi poliittista vaikuttamista. Suurimpana haasteena lienee se, että Slow -ideologia tunnutaan helposti leimattavan laiskojen ihmisten haihatteluksi ja olevan vain tekosyy rennompaan elämäntapaan. Väärinkäsitys tulisi saada oikaistua, jotta Slow-elämä saisi lisää kannatusta myös yksittäisten ihmisten valintoja laajemmassa mittakaavassa.

”Nyt pitäisi vaan myöntää, että hitaus ei ole laiskuutta ja joutilaisuus ei ole tehottomuutta.” Jos suomalainen ajattelee, että slow lifeen liittyy joutilaisuuden leima, ei kukaan sitä halua toteuttaa.” (8)

Lähinnä yksilön valinnoilla toteutettavia alaluokkia löytyy artikkeleista useampia kuin poliittista vaikuttamista edellyttäviä luokkia. Lähes jokaisessa artikkelissa on viittauksia vauhdin hidastamiseen ja luonnolliseen hitauteen pyrkimisestä eli omarytmisyydestä. Erityisesti huomioitava seikka on se, että Slow-ajattelu ei tarkoita kaikkien asioiden tekemistä erityisen hitaasti. Sen sijaan tavoitteena on sopivan nopeuden löytäminen. On siis väärin ajatella Slow-elämää elämäntapana, jossa mitään ei saada aikaan liiallisen hitauden vuoksi. Oleellista on sen sijaan ymmärtää, että tarvitsemme elämäämme sekä nopeutta että hitaita hetkiä. Ideologisena ajatuksena ei ole jatkuvan hidastamisen tavoittelu, vaan hitauden tuominen nopeuden rinnalle, osaksi arkea.

”Slow-ajattelussa ei pyritä tekemään kaikkea hitaasti, vaan sopivalla nopeudella” (12)

”Tarvitsemme hektistä ympäristöä, mutta sen rinnalle tarvitaan hitaita hetkiä, joiden aikana voi suunnitella rauhassa.” (8)

Yhdessä artikkelissa tuotiin esille myös se, että vaikka teknologia on aiheuttanut elämämme nopeutumista, sen voisi valjastaa palvelemaan myös hitaampaa elämää. Artikkelissa ei kuitenkaan kirjoitettu siitä, miten se konkreettisesti tapahtuisi. Pääasia on varmasti se, että opettelisimme hyödyntämään teknologian suomia etuja ilman, että annamme sen määrätä tahtiamme. Teknologia voisi tarjota mahdollisuuksia hitaamman elämän toteuttamiseen sen sijaan, että sen avulla pyritään maksimoimaan tehokkuutemme.

”Teknologiakin voi toimia hitaan elämän renkinä.” (6)

Hitaampaan elämään siirtyminen ei välttämättä ole kovin helppoa tai yksinkertaista, sillä usein on helpompi antaa periksi ulkoisille, ja mahdollisesti myös itse asettamillemme, paineille elää

kiireessä. Hidas elämä ei toteudu itsestään, vaan vaatii tarkoituksellisia pyrkimyksiä oppia hellittämään välillä. Itselle sopivan rytmin löytäminen on kiinni kyvystämme pyrkiä tietoisesti säätämään vauhtimme itseämme miellyttäväksi. Toisaalta näitä ponnistuksia tukisi hyvin se, jos työelämään pystyttäisiin ensin saamaan muutoksia poliittisen vaikuttamisen kautta. Toisaalta jokainen voi kuitenkin pyrkiä hidastamaan vapaa-ajalla, vaikka kokisikin työelämän liian kiireiseksi.

”Hitaan elämän mallia ei voi omaksua vain tahtotilana, siihen pitää oppia. Jos olemme joutuneet työelämässä kiireen kulttuurin malliin, niin siitä pitää oppia pois. Tietoisesti pitää hakea hitaita hetkiä.” (8)

Hitaamman elämisrytmin lisäksi artikkeleissa viitattiin oman hyvinvoinnin panostamiseen liittyviin asioihin. Niihin liittyvät keinojen kaksi alaluokkaa nimesin läsnäoloksi ja rentoutumiseksi sekä mielen ja kehon kuuntelemiseksi. Timo Kopomaa kuitenkin muistutti yhdessä tekstissä siitä, että myös aktiivinen toiminta voi olla rentouttavaa. Oleellista vapaa-ajan viettämisessä on itselle sopivien ajanvietteiden löytäminen.

”Toiminnan ulkoinen toimeliaisuus ei sulje pois sitä, ettei se olisi leppoistavaa. Varmaan hyvin toiminnallisetkin harrastukset leppoistavat arkea. Ne voivat olla flow-kokemuksia, joissa ajantaju irtoaa ja pääsee pois tutuimmista haasteista.” (3)

”Elämän tarkoitus ei totisesti ole ahdistua liian lujaa kiitävästä yhteiskunnasta vaan elää omassa rytmisään elämästä nauttien, omaa henkeään ja hengellisyyttään pohtien.” (14)

Aineiston esittelyluvussa (ks. luku 8.1) ja myös edellä olevassa diagnoosiosuudessa mainitsin muista aineiston artikkeleista poikkeavasta tekstistä. Siinä oli useita viittauksia hiljaisuuteen hakeutumisesta. Hiljaisuuden voi tekstin perusteella rinnastaa rauhoittumiseen, rentoutumiseen ja hetkessä olemisen harjoitteluun. Ilman rauhoittumista ja oman elämämme pohtimista emme pysty havaitsemaan sitä, mitä elämältä oikeasti haluamme.

”Hiljaisuus on hoitavalla tavalla ymmärrettynä hakeutumista paikkaan ja tilaan, missä uskallamme avata silmät ja korvat levälleen oman elämän katseluun ja kuunteluun. Uskallamme antaa äänten tulla ja mennä, uskallamme itse tulla läsnä oleviksi omaan ruumiiseemme ja elämäämme, niin että meillä ei ole tarvetta juosta pakoon minnekään. Olen nyt tässä. Se riittää.” (10)

Aiemmin diagnoosin kehyksiä esitellessäni määrittelin ongelmiksi muun muassa hiljaisuuden puutteen ja liiallisen ärsykkeiden määrän, joiden seurauksena kadotamme yhteyden itseemme ja ajatuksiimme. Tavoitteiden saavuttamiseen liittyvien keinojen alaluokka, jonka keskiössä on

mielen ja kehon kuunteleminen, voidaan nähdä vastauksena kyseisiin ongelmiin. Vasta silloin kun uskallamme kohdata sisimpämme, uskallamme myös kohdata elämämme sellaisena kun se on. Samalla meille aukeenee mahdollisuus pyrkiä muuttamaan elämäämme, jos emme ole tyytyväisiä. Tällöin olemme oikealla tiellä kohti hitaampaa ja mielekkäämpää elämää.

”Kun viimein tajuaa, mikä rauha onkaan hiljaisuudessa, viipyilyssä, tapahtumia puuttuvassa elämässä ja vapaa-ajassa, voi onnitella itseään ensimmäisestä tolkkulisesta askeleesta.” (14)

Mielen ja kehon kuunteleminen on tietoisesti läsnä olemisen ja rentoutumisen taitoon läheisesti linkittyvä keino matkalla kohti hitaampaa elämää. Pitkän harkinnan jälkeen jätin sen kuitenkin erilliseksi luokakseen, sillä se keskittyy enemmän omien ajatusten pohtimiseen. Vasta tiedostaessaan mitä itse elämässään kaipaa, voi aloittaa matkan kohti onnellisempaa elämää. Meidän tulisi myös oppia olemaan kuormittamatta mieltämme liikaa, jolloin kadotamme samalla aidon yhteyden itseemme ja ajatuksiimme.

”Hyvän elämän rytmi perustuu mieleemme kapasiteetin – 100 bitin – kunnioittamiseen. Slow Life, Slow Down, hidastaminen, hiljaisuuden kutsuun vastaaminen ilmaisevat konkreettisesti meidän ottavan ihmisyyden kunnioittamisen todesta.” (10)

”Kieltäytyessään oravanpyörästä ihminen vaihtaa menestyksen merkit todelliseen hyvinvointiin ja viriketulvan sisäiseen vahvuuteen.” (11)

Kolmessa artikkelissa keinoina hitaamman elämän tavoittelemiseksi mainittiin kuluttamisen vähentäminen. Tämä perustuu näkemykseni mukaan siihen, että Slow-ideologiassa tavaroiden ostaminen katsotaan turhaksi, sillä se ei tuo hyvää oloa kuin korkeintaan hetkeksi. Tämä on löytämistäni hitaamman elämän tavoittelun keinoista sellainen, jolla on samalla vaikutusta myös ympäristön tilan kohenemiseen. Seuraava artikkelista poimimani lainaus on osuva ilmaus Slow-ideologian kuluttamisen hillitsemisen ajatuksesta.

”Jos slow life -aate leviää, maailma paranee sen kautta, että kulutetaan vähemmän ja ollaan vähän terveempiä muutenkin.” (7)

Ilmaisussa ei suoraan sanota, viittaako se ihmisen fyysisen vai henkisen terveyden paranemiseen, mutta uskoisin sen sisältävän molemmat ulottuvuudet. On myös vaikeaa erotella toisistaan ihmisten ja ympäristön hyvinvointia. Toisaalta erottelu ei välttämättä ole edes tarpeellista. Liikkeen tarkoitus näyttäisi olevan se, että luonto ja ihmiset yhdessä muodostavat harmonisen kokonaisuuden, jotka vaikuttavat toinen toisiinsa.



## 9.4 Yhteenveto hallitsevista kehyksistä

Jotta yhteiskunnallisen liikkeen toiminta olisi kannattavaa, hallitsevien kehysten diagnoosin ja prognoosin tulisi vastata toisiaan (ks. Snow & Benford 1988). Aineiston analyysin pohjalta kokoamani Slow-ideologian hallitsevat kehykset muodostavat eheän kokonaisuuden, sillä diagnoosi eli ongelman määrittely ja prognoosi eli ongelmien ratkaisukeinot muodostuvat samankaltaisista asioista. Analyysin pohjalta muodostamani ja yhteen taulukkoon kokoamani hallitsevat kehykset on tarkemmin katsottavissa tutkimuksen liitteestä 2.

Uusien yhteiskunnallisten liikkeiden määrittelyluvussa viittasin Meluccin (1996) kirjoituksiin siitä, kuinka kollektiivinen toiminta ja identiteettiongelmat ovat alkaneet kietoutua toisiinsa. Monien nykyisten yhteiskunnallisten liikkeiden tarkoituksena onkin toimia lähinnä kollektiivisena tukena yksittäisen ihmisen pyrkiessä kohti tyydyttävämpää elämää. Slow-ideologia on artikkelien perusteella erinomainen esimerkki siitä, kuinka nykyelämän hektisyys nähdään vakavana uhkana ihmisten kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Tästä syystä päämääränä on hyvinvoinnin lisääminen ja sitä kautta paremman elämän saavuttaminen.

Slow ideologiassa määritellään ongelmiksi juuri niitä välittömyyden kulttuurin piirteitä, joita Tomlinson (2007, 72–73) kirjassaan ”The Culture of Speed” on kuvannut (ks. luku 3.2). Aineiston perusteella Slow-ideologian pääongelmaksi määrittyi monien eri tekijöiden aiheuttama liiallinen kiire, jonka perimmäisenä aiheuttajana on länsimaiseen elämäntapaan liittyvät piirteet. Kyseinen elämäntapa on uhka kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnillemme sisältäen niin fyysisen, psyykkisen kuin sosiaalisen ulottuvuuden. Nykyinen elämäntapa vaarantaa myös ympäristön hyvinvoinnin, vaikka ympäristön tila ei ollutkaan aineistossa huomion keskipisteenä.

Keinoina diagnoosissa määriteltyjen ongelmien ratkaisemiseksi teksteissä esitettiin sekä poliittinen vaikuttaminen että yksilölliset valinnat. Poliittisen vaikuttamisen piiriin kuuluvien asioiden katsoin olevan erityisesti työelämän muuttamiseen liittyvät päämäärät sekä myös yleinen hitauden hyväksyttävyyden saavuttaminen. Näillä keinoilla saavutettaisiin samalla laadukkaampaa työn jälki sekä lisättäisiin työssä jaksamista. Rauhallisemman elämäntavan yhteiskunnallinen hyväksyttävyyden voitaisiin nähdä edellytyksenä Slow-liikkeen todelliseen läpimurtoon. Yksilöllisiä keinoja aineistosta löytyi poliittisia keinoja enemmän. Liiallisen kiireen taltuttamisen ja läsnäolon taidon oppimisen keinoiksi esitettiin omarytmisyyteen pyrkiminen ja tietoisesta läsnäolon ja rentoutumisen harjoittelu. Mielen ja kehon

kuunteleminen ovat edellytyksinä fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin saavuttamiseksi. Lisäksi turhasta kuluttamisesta luopuminen on askel kohti onnellisempaa elämää: Slow-elämään liittyy oivallus siitä, että kasvava kulutus ei lisää onnellisuutta.

Slow-ideologian kokonaisvaltaiseksi päämääräksi nimesin mielekkään elämän, mikä tarkoittaa henkistä ja sosiaalista tasapainoa, elämästä nauttimista ja sen kokemista merkityksellisenä. Myös luovuuden ja laadun paraneminen ovat osa ideologian tavoitteita, jotka voidaan saavuttaa vain vauhtia hidastamalla. Samoin ekologisuus ja eettisyys ovat erottamaton osa tätä uudenlaista elämäntapaa. Yleisesti ottaen mielekkään elämän tavoittelussa haetaan artikkelien mukaan muutosta niihin asioihin, jotka diagnoosissa määrittelin uhattuna olevan yleisen hyvinvoinnin alaluokiksi (ks. liite 2.).

Kaikille aineiston artikkeleille tuntui olevan yhteistä ajatus siitä, että Slow-aate on kokonaisvaltainen näkemys hitaammasta elämästä. Siitä puhuttiin muun muassa termein ”elämäntapa”, ”hidas elämä”, ”ajattelumalli”, ”ideologia” ja ”kulttuuri”. Seitsemässä artikkelissa puhuttiin Slow-ideologiasta myös termillä ”liike”. Aineiston perusteella voitaisiin ajatella, että Slow-aate on ensisijaisesti elämäntapa, mutta siihen liittyy kuitenkin vahvoja yhteiskunnallisen liikkeen piirteitä. Tämän katsoisin johtuvan siitä, että Slow-ideologian hallitsevien kehysten alle lukeutuu suuri määrä pienempiä liikkeitä, joista esimerkiksi Slow Cities ja Slow Food -liikkeet ovat virallisia ympäri maailmaa toimivia järjestyneitä organisaatioita. Koko elämän kattavaa muutosta kohti Slow-elämää on kuitenkin vaikeampi saavuttaa kuin hitauden soveltamista pelkästään esimerkiksi ruokailun alueelle. Tässä saattaa olla yksi syy siihen, miksi Slow-liike ei laajassa muodossaan ole saavuttanut virallista asemaa, vaikka potentiaalisia kannattajia olisi runsaasti.

Hallitsevia kehyksiä eritellessäni löysin Slow-ideologiasta monia uusia yhteiskunnallisia liikkeitä kuvaavia piirteitä. Olen kirjoittanut näistä piirteistä analyysin yhteydessä. Sen sijaan en löytänyt sellaisia ominaisuuksia, jotka olisivat sulkeneet pois mahdollisuuden määrittellä ideologia liikkeeksi. Vaikka Slow-ideologia nähdään lähinnä elämäntapana, sitä voidaan käyttämäni aineiston ja nykyisistä yhteiskunnallisista liikkeistä tehtyjen määritelmien perusteella nimittää myös yhteiskunnalliseksi liikkeeksi. Se ei sellaisenaan ole kuitenkaan kovin järjestäytynyt. Toisaalta juuri järjestäytymättömyys ja heikko sitoutuminen liikkeisiin ovat juuri nykyisille liikkeille ominaista. (Ks. myös luku 4.4.)

Vaikka Slow-idologiaa voidaan luokitella yhteiskunnalliseksi liikkeeksi, liittyy aatteeseen paljon sellaisia päämääriä, joita ei voida saavuttaa millään muulla tavoin kuin omia henkilökohtaisia tottumuksia ja toimintatapoja muuttamalla. Poliittisten muutosten aikaansaaminen helpottaisi kuitenkin varsinkin niiden liikkeen tavoitteiden saavuttamista, jotka luokittelin poliittisen vaikuttamisen alaluokiksi. Jotta Slow-liikkeestä saataisiin muodostettua järjestäytyneempi ja vaikuttavampi kokonaisuus, sen tulisikin panostaa enemmän poliittiseen vaikuttamiseen ja virallisten hallintoelinten muodostamiseen. Tähän suuntaan ollaan jo matkalla ainakin aineistoni Keski-suomalaisen verkkolehdeissä (2.10.2008) julkaistun artikkelin mukaan.

”Slow-liike on keskittynyt tiedonvälitykseen ja asennevaikuttamiseen, mutta siitä on kehittynyt myös poliittisesti aktiivinen toimija.” (1)

Poliittinen aktiivisuus ei kuitenkaan ole välttämätöntä liikkeen leviämiseksi, sillä jokainen voi vaikuttaa myös omaan arkeensa henkilökohtaisten valintojensa kautta. Oleellisinta tuntuukin olevan se, että ihmiset saataisiin pysähtymään ja pohtimaan elämäänsä jatkuvan kiiruhtamisen sijaan. Osa ihmisistä saattaa myös jo nyt toteuttaa Slow-elämään liittyviä elämäntapoja ilman, että tiedostaa kuuluvansa mihinkään laajempaan kokonaisuuteen. Tämä johtuu uusien liikkeiden henkilökohtaista identiteettiä painottavasta luonteesta (ks. esim. Rasimus 2006). Vain tulevaisuus voi näyttää, mihin suuntaan Slow-elämä tästä eteenpäin muokkaantuu.

## **10 Pohdintaa**

### **10.1 Aineisto ja tutkimusmenetelmät**

Tutkimuksessa käyttämäni aineisto on kvalitatiiviselle tutkimukselle tyypilliseen tapaan kooltaan melko pieni. Ennen aineiston analysoinnin aloittamista minua mietitytti se, onko löytämäni aineisto määrällisesti riittävä hallitsevien kehysten määrittelemiseksi. Aineiston artikkeleissa alkoi kuitenkin melko pian toistua samoja teemoja, eli aineisto saavutti kylläntymisen, mikä on hyvä merkki kvalitatiivisen aineiston riittävydestä (Eskola & Suoranta 1998, 62–64). Tästä syystä pystyin jättämään myös aiemmin aineiston esittelyssä mainitsemani viisi media-artikkelia kokonaan pois. Ne esittelivät Slow-elämää hyvin suppeasti, eivätkä olisi tuoneet uutta näkökulmaa hallitseviin kehyksiin.

Tutkimuksen tarkoituksena ei ollut tavoitella samanlaisia empiirisesti yleistettäviä päätelmiä, jotka kvantitatiivisissa tutkimuksissa ovat päämäärinä. Muodostamani kehykset resonoivat kuitenkin hyvin tutkimuksen alussa esittämieni nyky-yhteiskunnan piirteiden ja niitä kohtaan esitetyn yhteiskunnallisen kritiikin kanssa. Lisäksi kehyksistä muodostui melko samantyyppiset kuin muissa Slow-liikettä käsittelevissä lähteissä on kuvattu (ks. esim. Slow Movement, 2010; Kopomaa, 2008; Honoré, 2007; Parsons ja Craig, 2006).

On melko perusteltua olettaa, että suomalaisessa mediassa julkaistujen artikkelien pohjalta laatimani hallitsevat kehykset kuvaavat Slow-ajattelun yleisiä piirteitä myös laajempaan kansainväliseen kontekstiin peilattuina. Laadullisen tutkimuksen teoreettisen edustavuuden perusajatuksena onkin nähdä tietty tutkittu asia esimerkkinä yleisestä, jolloin teoreettinen viitekehys on tärkeä aineiston keräämistä ohjaava tekijä (Eskola & Suoranta 1998, 65). Toisaalta hallitsevien kehysten on tarkoitus olla melko yleinen määritelmä tietyn ideologian pääpiirteistä, jolloin sisällöllisiä ristiriitoja eri lähteiden välillä ei niin helposti synnykään.

Huomioitavaa tutkimuksessa on se, että niin valitsemani teoriatausta kuin Slow-ideologian hallitsevat kehykset ovat vain yksi tapa kuvata ja käsittää maailmaa. Olenkin valinnoillani ja näkökulmallani vaikuttanut suuresti tutkimuksen luomaan kuvaan nykyajasta. Tutkimukseni laajana teoreettis-metodologisena lähtökohtana olevassa sosiaalisessa konstruktionismissa on kyse juuri tästä: rakennamme aktiivisesti omaa tulkintaamme maailmasta ja sen merkityksistä. Konstruointi ei kuitenkaan tapahdu tyhjiössä, vaan siihen vaikuttaa aina ympäröivä konteksti, ja tieto syntyy sosiaalisten prosessien kautta. Nykyistä kiireistä elämäntapaa on kritisoitu paljon, ja Slow-ideologia on kerännyt laajaa kansainvälistä huomiota. Näin ollen voidaan olettaa, että Slow-aatteessa on jotain sellaista, joka sopii yhteen sosiaalisesti rakentuneiden mielipiteiden ja nousevien arvojen kanssa. Tietysti jo aineistona käyttämieni tekstien julkaisu itsessään kertoo kiinnostuksesta vaihtoehtoista ideologiaa kohtaan.

Analyysikeinona käyttämäni sisällönanalyysi on tutkimukseen valitun näkökulman lisäksi hyvin pitkälti tutkimuksen tekijän valintaa, rajausta ja tulkintaa. Koska käytin valmista aineistoa, niiden näkökulmat ja niissä käsitellyt asiat Slow-elämään liittyen vaihtelivat tekstistä toiseen. Tästä johtuen joissakin teksteissä oli melko vähän tutkimuskysymysteni kannalta oleellista tietoa. Hallitsevia kehyksiä määrittävien ilmaisujen poimiminen olikin melko tulkinnanvaraista tutkijan itsensä tekemää valintaa: joku toinen tutkija olisi saattanut poimia teksteistä erilaisia ilmaisuja kuin minä ja myös ryhmitellä ne eri tavalla ja erilaisiin kategorioihin.

Kvalitatiiviselle tutkimukselle onkin tyypillistä juuri analyysin loputon tulkinnallisuus. Tutkimuksen toistettavuuden vaatimus eli se, että toistamalla tutkimus saataisiin samanlaiset tulokset, on erityisen pulmallinen ihmistieteissä (Eskola & Suoranta 1998, 230). Olen pyrkinyt vähentämään analyysin vaikutelmanvaraisuutta esittelemällä analyysini etenemisen vaiheet sekä liittämällä tutkimuksen loppuun taulukon, jossa näkyvät kaikki aineistosta poimimani analyysiyksiköt sekä niiden pohjalta muodostamani kategoriat (ks. liite 1.). Lisäksi olen analyysivaiheessa käyttänyt tekemäni tulkinnan tukena aineistosta suoraan poimimiani lainauksia, jotta lukija pystyisi helpommin seuraamaan, mihin päättelyni lähtökohdat pohjautuvat. (Ks. myös Eskola & Suoranta 1998, 217–220.)

Kiinnostuksen kohteena tutkimuksessani oli nykyisen länsimaisen kulttuurin piirteisiin perehtyminen ja sitä kohtaan esitetty kritiikki, jota myös Slow-ideologia ilmaisee. Aineistona käyttämäni mediatekstit olivat siinä mielessä onnistunut valinta juuri tähän tutkimukseen, että ne heijastavat laajempia yhteiskunnasamme esiintyviä kulttuurisia näkökulmia, sillä niitä ei ollut tuotettu erityisesti tätä tai muutakaan tutkimusta varten. Samoin kehysanalyysi on kulttuurin merkitystä painottavaa liiketutkimusta. Katsonkin media-aineiston tuovan kattavasti esiin länsimaista kulttuuriamme kuvaavia näkökulmia suhteessa Slow-ideologian päämääriin.

Jos tutkimusaineisto olisi kerätty yksittäisiä ihmisiä haastattelemalla, perspektiivi olisi luultavasti siirtynyt enemmän pelkästään henkilökohtaisia kokemuksia käsitteleväksi. Tällöin laajemmat Slow-ideologian kehukset olisivat mahdollisesti jääneet muodostumatta. Myös jokaisen media-artikkelin sisältöön ja näkökulmaan on tietysti vaikuttanut tekstin kirjoittaja itse, mutta artikkelien tavoitteena ei kuitenkaan ollut tuoda esiin toimittajien henkilökohtaisia näkemyksiä. Koska Slow-elämä on ilmiönä vielä niin uusi, media-artikkelien päämääränä vaikutti olevan lähinnä Slow-elämän tunnettuuden lisääminen. Tämä sopi hyvin yhteen tutkimukseni päämäärien kanssa. Toki niissä artikkeleissa, joissa haastateltiin yksittäisiä ihmisiä, oli myös henkilökohtaisia näkemyksiä ideologiasta. Pääosin tekstien sävy pysyi kuitenkin melko yleisellä ideologiaa kuvailevalla tasolla. Näihin kuvailuihin kohdistui myös analyysiyksiköiksi poimimieni ilmaisujen valikointi (ks. myös luku 8.3).

Jos olisin käyttänyt samaa aineistoa, mutta päättänyt valita analyysikeinoksi esimerkiksi diskurssianalyysin, olisi analyysi varmasti muodostunut melko toisenlaiseksi. Diskurssianalyysissä tutkitaan ilmiön määrittelyn sijaan sitä, miten ilmiöstä puhutaan. Tuolloin kokonaiskuva Slow-ilmiöstä olisi saattanut jäädä melko epäselväksi tutkimuksen kohdistuessa

yksityiskohtaisempiin kielenkäytön tapoihin. Omassa tutkimuksessani pidin tärkeimpänä päämääränä ilmiön kokonaisvaltaista määrittelyä, johtuen sen melko huonosta tunnettuudesta Suomessa. Kuitenkin, varsinkin jos Slow-ajattelu saavuttaa lisää suosiota, olisi mielenkiintoista tutkia myös henkilökohtaisempia Slow-ajattelijoiden kirjoituksia.

## 10.2 Slow-ideologian mahdollisuudet

Slow-ideologian syntymisen ja esiintulon perusteella voidaan olettaa, että länsimaisissa yhteiskunnissa on alkanut muhia muutospyrkimys tasapainoisemman ja tyydyttävämmän elämän saavuttamiseksi. Nykyaikana länsimaiset ihmiset ovat kuitenkin melko mukavuudenhaluisia, jolloin omia elintapoja ei haluta muuttaa ilman hyvää syytä. Mielenkiintoinen ja merkille pantava asia onkin uusien liikkeiden yksilön autonomiaa painottava luonne, jolloin jäsenille jätetään melko vapaat kädet toteuttaa liikkeen ideologiaa käytännössä.

Slow-elämä nähtiin artikkeleissa kokonaisvaltaisena elämäntapana, mutta sen konkreettiset toteuttamistavat saa kuitenkin jokainen valita itse. Länsimaiden individualistisissa yhteiskunnissa eläville ihmisille onkin tärkeää oman vapaudentunteen säilyttäminen myös jonkin liikkeen toimintaa kannattaessaan. Slow-liikkeen kehykset resonoivat näin ollen hyvin yksilön henkilökohtaisia vaikutusmahdollisuuksia painottavan nykykulttuurin kanssa. Muiden kannattajien olemassaolon tiedostaminen toimii ehkä lähinnä henkisenä tukena liikkeen tavoitteisiin pyrkiessä. Tieto siitä, että ei ole yksin ajatustensa kautta luo turvaa ja lisää motivaatiota saavuttaa mielekkäämpi elämä.

Slow-ideologia on siinä mielessä erittäin kekseliäs näkemys, että samalla kun se painottaa mukavampaa ja merkityksellisempää elämäntapaa, se tarjoaa tien kohti yhteiskuntaa, jossa ihmiset olisivat terveempiä ja myös ympäristön tila parempi. Uskon ideologian saaman kannatuksen salaisuuden piilevän juuri siinä, että keskitymme yhä enemmän oman elämämme määrittämiseen ja muodostamiseen. Emme vain aina ole kovin hyviä siinä, ja tunnemme tyytymättömyyttä. Usein tyytymättömyyden perimmäiset aiheuttajat saattavat jäädä kuitenkin huomaamatta. Hitaampi elämäntapa näyttäytyy meille mahdollisuutena, jossa ilman suuria uhrauksia voisimme saavuttaa aidon onnellisuuden. Siinä sivussa se voisi palvella laajempaakin yhteiskunnallista tai jopa maailmanlaajuista järjestelmää esimerkiksi mielenterveysongelmien

synnyttämien kustannuksien vähenemiseen, työtehon lisääntymiseen, työurien pidentämispyrkimykseen sekä ilmastonmuutoksen hillitsemiseen liittyen.

Toivon saavani tätä tutkimusta lukevat ihmiset pohtimaan enemmän nyky maailmaa sekä omia elintapojaan ja arvojaan. En ole tutkimuksellani pyrkinyt luomaan mitään uutta ja mullistavaa vaan paneutumaan siihen, millaisia muutoksia nykyinen aikakausi on tuonut mukanaan. Oleellisinta on ymmärtää, että vaikka jokainen ihminen on osa suurempaa yhteiskunnallista koneistoa, meidän on myös mahdollista muovata omaa elämäämme haluamallamme tavoin. Kyse on valinnoista ja päätöksistä, joita teemme päivittäisessä elämässämme. Toivon, että tutkimus auttaisi lukijaa pysähtymään hetkeksi ja miettimään, voisiko hitaamman elämän malli olla sopiva keino parantaa oman elämän laatua. Kyse ei tarvitse olla suurista muutoksista. Jokainen pienikin askel kohti oman onnellisuuden tavoittelua on merkityksellinen.

Ainakin Suomessa Slow-liikkeen leviämistä vaikeuttava seikka voi olla hyvän suomennoksen puuttuminen. ”Slow” sanana luo helposti mielle yhtymiä laiskuudesta ja saamattomuudesta, joten ehkä jonkin osuvamman termin käyttäminen olisi paikallaan. Talouselämä-lehdessä (14.1.2011) törmäsin termiin ”huokoistaminen”, joka lehden artikkelin ”Koeta tauottaa toistuvasti” perusteella sisältää juuri samoja asioita, joista erittelemäni Slow-ideologian hallitsevat kehykset työelämän muuttamisen osalta muodostuvat. Kuitenkin artikkelissa painotetaan, että huokoistamista ei pidä sotkea termiin ”leppoistaminen”. Leppoistaminen taas määritellään samaksi asiaksi kuin downshiftaaminen. Tekstissä todetaan, että ”Leppoistamisen ideana on luopua jostakin ja tyytyä entistä vähempään. Huokoistamisen ideana on säilyttää työkyky ja työhalu ja jopa parantaa niitä.” Termien määrittely on vaikeaa, mutta itse katson leppoistamisen, Slow-kirjallisuuden kirjallisuuden perehdyttyäni, tarkoittavan samaa kuin Slow-ideologia (ks. myös luku 5). Downshiftaaminen taas on työnteon vähentämistä. Määritelläänpä kyseiset termit kuinka tahansa, varmaa on kuitenkin se, että kummankin tarkoituksena on lisätä työkykyä ja halua tehdä työtä, toisin kuin Talouselämän tekstistä poimimani suora lainaus antaa ymmärtää.

Jos ihmisille tulee hidastamisesta tai leppoistamisesta mieleen kuva täydellisestä saamattomuudesta, olisi ehkä aika haudata koko termi. Esimerkiksi huokoistaminen on sanana neutraalimpi, ja sillä on positiivisempi kaiku. Henkilökohtaisella tasolla ajateltuna on mielestäni toissijaista, millä termillä kukin kutsuu pyrkimyksiään mielekkäämpään elämään. Liikkeen levittämisen kannalta olisi kuitenkin tarkoituksenmukaista löytää yksi osuvasti aatetta kuvaava ja positiivisia mielikuvia herättävä termi.

Slow-termin sekoittumiseen laiskuuden kanssa on mahdollisesti vaikuttanut myös se, että elämästä nauttimisella on ideologiassa keskeinen merkitys. Nauttimisella tarkoitetaan kuitenkin laadukasta ja rikasta elämää, ei saamattomuutta. Kukaan ei varmasti voi tuomita kyseisiä päämääriä huonoiksi. Suomalaisia tuntuu edelleen yhdistävän jo kauan sitten syntynyt vahva protestanttinen työetiikka ja laiskottelun vastaisuus, joihin viittasin jo tutkimukseni johdannossa. Tämä ajattelumalli on johtanut jopa vapaa-ajan jatkuvaan suorittamiseen leppoisan nautiskelun sijaan.

Nyky-yhteiskuntaan tuntuu myös syntyneen sanaton normi, jonka mukaan ihmisten täytyy aina painottaa, kuinka hektistä ja uuvuttavaa heidän elämänsä jatkuvasti on. Tällainen negatiivinen ajattelu synnyttää vain lisää negatiivisia tunteita eikä johda mihinkään hyvään. Samalla liian nopeatempoinen elämä todellisuudessa vain vähentää tehokkaan toiminnan edellytyksiä. Nyt olisi sopiva aika antaa elämässämme tilaa myös nautinnollisille hetkille ja hyvien asioiden pohtimiselle. Ei pitäisi olla häpeällistä tavoitella laadukasta elämää ja hyvää oloa.

Jos saisimme hitaamman ajattelun siirrettyä yhteiskuntaamme, sillä voisi olla huomattaviakin positiivisia vaikutuksia koko kansanterveyden kannalta. Nykyaikana kasvava joukko yhä nuorempia ihmisiä jää sairauseläkkeelle psyykkisten ongelmien vuoksi. Uskon sairauseläkkeiden suureen määrään vaikuttavan osaltaan yhteiskuntamme lisääntyneet suorituspaineeet ja yhä hektisempi opiskelu- ja työelämä. Monilta myös puuttuvat läheisten muodostama turvaverkosto, sillä individualistisessa kulttuurissamme painottuu itsenäisesti suoriutuminen kollektiivisen toiminnan sijaan. Slow-elämän avulla olisi mahdollista vähentää koettua stressin määrää ja lisätä sosiaalista yhdessäoloa ja myös itsetietoisuutta tiedostavamman elämäntavan myötä. Vanhemmillekin ihmisille hidastamisen tärkeyden ymmärtäminen olisi tärkeää. Iän lisääntyessä voimavarat eivät enää riitä samanlaiseen tahtiin kuin nuorena.

### **10.3 Lopuksi**

Tutkimusta tehdessäni koin monia turhauttavia ja epätoivoisiakin hetkiä. Aihe oli lähellä sydäntäni, mutta sopivaa näkökulmaa ja tapaa sen tutkimiseen ei meinannut löytyä, sillä Slow-ideologia näyttäytyi ilmiönä niin moniulotteiselta ja järjestäytymättömältä. Tutkimusaineeni tuntui herättävän kovasti kiinnostusta muissa ihmisissä, mutta kukaan ei kuitenkaan oikein tiennyt, mistä siinä varsinaisesti oli kyse. Muiden kommentit vahvistivat käsitystäni siitä, että mielikuvat Slow-elämästä liittyivät lähinnä saamattomaan lorvailuun. Lopulta juuri tämä seikka



antoi kaipaamani näkökulman tutkimukseni tekemiseen: halusin tuoda esille sen, mistä Slow-elämässä oikein on kyse.

Tutkimuksen tekeminen oli minulle jatkuvaa ylä- ja alamäkeä. Järkevän kokonaisuuden luominen tuntui välillä lähes mahdottomalta tehtävältä. Päivä päivältä kiinnostukseni aihetta kohtaan kuitenkin vain lisääntyi. Vähitellen myös tutkimuksen eri palaset alkoivat loksahdella paikoilleen. Kirjallisuuteen ja aineistoon tutustumisen ja sitä kautta kasvaneen tietomäärän lisäksi kyse oli myös oman asenteeni muuttumisesta ja itseluottamuksen kasvusta. Huomasin tutkimuksen aiheen pikkuhiljaa alkaneen vaikuttaa myös omiin toimintatapoihini ja ajatuksiini. Ainakin omalla kohdallani kirjoittaminen sujui paljon paremmin, kun muistin välillä ottaa hieman etäisyyttä aiheeseen ja rentoutua, enkä koettanut pakonomaisesti saada aikaan mahdollisimman paljon tekstiä. Yksi tutkimuksen teon suurimpia anteja minulle onkin ollut hieman rennomman elämäntavan omaksuminen.

Uskonkin hitaamman elämismallin olevan oikein ymmärrettynä ja toteutettuna juuri sitä, mitä länsimainen yhteiskunta 2000-luvulla tarvitsee. Toivon, että meidän olisi mahdollista tulla järkiimme ja kyseenalaistaa nykyisen tietoyhteiskunnan mukanaan tuoma pinnallinen elämäntapa ja voimakas individualismi. Emme toivottavasti ole enää yhtä sokaistuneita taloudellisen kasvun ja yksilöllisten mahdollisuuksien lisääntymisen edessä kuin tämän yhteiskunnallisen murroksen alkuvaiheessa. Slow-ideologian kautta avautuu oivallinen mahdollisuus saada yhä useammat ihmiset kyseenalaistamaan omat elämäntapansa, pohtimaan todellisia arvojaan ja etsimään tapoja myös elää niiden mukaisesti. Valta ja vastuu ovat kuitenkin meillä itsellämme.

Juuri tutkimuksen palauttamisen aikoihin kuulin uutisen Suomen ensimmäisestä Slow Cities -jäsenyyden saaneesta kaupungista. 9.4.2011 Kristiinankaupunki sai kunnian liittyä hitaiden kaupunkien maailmanlaajuiseen verkostoon (Kristiinankaupunki 2011). Juuri tämä tapahtuma saattaa olla kaipaamani lähtölaukaus Slow-elämän laajemmalle ja organisoituneemmalle rantautumiselle Suomeen. Slow-kaupunki olisi varmasti myös jatkotutkimuskohteena mielenkiintoinen.

## Lähteet

Alasuutari, Pertti (1999) Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Vastapaino, Tampere.

Baudrillard, Jean (2005/1996) The System of Objects. Käänn. J. Benedict. Ranskankielinen alkuteos: Le système des objets (1968). Verso, London.

Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim Elisabeth (2002) Individualization. Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences. Repr. 2003 & 2005. Sage Publications, London.

Berger Peter L. & Luckmann Thomas (1967/1966) The Social Construction of Reality. A Treatise I the Sociology of Knowledge. Benguin Press, England.

Crossley, Nick (2002) Making sense of social movements. Open University Press, Buckingham.

Della Porta, Donatella & Diani, Mario (1999) Social movements. An introduction. Lisäpainos 2004. Blackwell Publishing Ltd, Oxford

Della Porta, Donatella & Diani, Mario (2006) Social movements. An introduction. 2. Painos. Blackwell Publishing Ltd, Malden

Della Porta, Donatella & Andretta, Massimiliano & Mosca, Lorenzo & Reiter, Herbert (2006) Globalization from below. Transnational activists and protest. University of Minnesota Press, Minneapolis.

Entman Robert (2004) Projections of Power. Framing News, Public Opinion, an U.S. Foreign Policy. University of Chicago Press, Chicago.

Eriksen, Thomas (2003) Hetken tyrannia. Suom. T. Haanpää. Johnny Kniga Kustannus, Helsinki.

Eskola, Antti (1975/1966) Sosiologian tutkimusmenetelmät 2. 2. painoksen muuttamaton lisäpainos. WSOY, Helsinki.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino, Tampere.

Eyerman, Ron (1992) Modernity and Social Movements. Teoksessa H. Haferkamp & N. Smelser (toim.) Social Change and Modernity. University of California Press, Berkeley, 37–54.

Gamson, William & Lasch, Kathryn (1983) The Political Culture of Social Welfare Policy. Teoksessa S. Spiro & E. Yuchtman-Yaar (toim.) Evaluating the Welfare State. Social and Political Perspectives. Academic Press, New York, 397–415.

Gitlin, Todd (2003/1980) The whole world is watching. Mass media in the making & unmaking of the New Left. University of California Press, Berkeley.

Goffman, Erving (1986/1974) Frame analysis. An essay on organization of experience. Northeast University Press, Boston.

Grönfors, Martti (1982) Kvalitatiiviset kenttätutkimusmenetelmät. WSOY, Helsinki.

Hodgkinson, Tom (2006) Joutilaisuuden ylistys. Suom. R. Träff. Basam Books, Helsinki.

Honoré, Carl (2007) Slow – elä hitaammin! Manifesti verkkaisen elämän puolesta. Suom. O. Huovinen. Bazar Kustannus, Helsinki.

Horsti, Karina (2005) Vierauden rajat. Monikulttuurisuus ja turvapaikanhakijat journalismissa. Tampere University Press, Tampere.

Ilmonen, Kaj (1998) Uudet ja vanhat yhteiskunnalliset liikkeet. Teoksessa K. Ilmonen & M. Siisiäinen (toim.) Uudet ja vanhat liikkeet. Vastapaino, Tampere, 15–42.

Jasper, James M. (1997) The Art of Moral Protest. The University of Chicago Press, Chicago.

Kauppinen, Timo & Hanhela Rauno & Kandolin, Irja & Karjalainen Antti & Kasvio Antti & Perkiö-Mäkelä Merja & Priha Eero & Toikkanen Jouni & Viluksela Marja (toim.) (2010) Työ ja terveys Suomessa. Työterveyslaitos, Helsinki.

Konttinen, Esa (1998) Uusien liikkeiden tuleminen subjektiviteetin puolustamisen kulttuuri-ilmastossa. Teoksessa K. Ilmonen & M. Siisiäinen (toim.) Uudet ja vanhat liikkeet. Vastapaino, Tampere, 187–217.

Konttinen, Esa & Peltokoski, Jukka (2004) Ympäristöprotestin neljäs aalto. Eläinoikeusliike ja uuden polven ympäristöradikalismi 1990-luvulla. Minerva Kustannus, Jyväskylä.

Kopomaa, Timo (2008) Leppoistamisen tekniikat. Like Kustannus, Helsinki.

Lampikoski, Timo (2009) Hidasta! Ajankäytön valinnat arjessa ja työssä. Uudistettu painos kirjasta Vähemmän on enemmän - tasapainoisen ajankäytön opas (2001). PS-Kustannus, Jyväskylä.

Lindholm, Arto (2005) Maailman parantajat. Globalisaatiokriittinen liike Suomessa. Gaudeamus, Helsinki.

Melucci, Alberto (1996) Challenging codes. Collective action in the information age. Cambridge University Press, Cambridge.

Parkins, Wendy & Craig, Geoffrey (2006) Slow Living. Berg Publishers, New York.

Rasmus Ari (2006) Uudet liikkeet – radikaali kansalaisaktivismi 1990-luvun Suomessa. Tampere University Press, Tampere.

Snow David A. & Benford Robert (1988) Ideology, Frame Resonance, and Participant Mobilization. Teoksessa B. Klandermans, H. Kriesi & S. Tarrow (toim.) From structure to action. Comparing social movement research across cultures. Jai Press Inc., Greenwich, Connecticut, 197–217.

Snow, David A. (2004) Framing Processes, Ideology, and Discursive Fields. Teoksessa D. Snow, S. Soule & H. Kriesi (toim.) The Blackwell Companion to Social Movements. Blackwell Publishing Ltd, Malden, 380–412.

Soininvaara, Osmo (2007) Vauraus ja aika. Kustannusosakeyhtiö Teos, Helsinki.

Spector, Malcolm & Kitsuse, John I. (2001/1987) Constructing social problems. Transaction Publishers, New Brunswick.

Talouselämä (14.1.2011) Koeta tauottaa toistuvasti. Työelämän huokoistaminen kannattaa, kaikille osapuolille, 55.

Tarrow, Sidney (1998) Power in Movement. Social Movements and Contentious Politics. Cambridge University Press, Cambridge.

Tomlinson, John (2007) The Culture of Speed. The coming of immediacy. Sage Publications, Los Angeles.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli (2009) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uudistettu painos. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Van Gorp, Baldwin (2010) Strategies to take subjectivity out of framing analysis. Teoksessa P. D'Angelo & J. A. Kuypers (toim.) Doing news framing analysis. Empirical and theoretical perspectives, 84–108.

Väliverronen Esa (1996) Ympäristöuhkan anatomia. Tiede, mediat ja metsän sairaskertomus. Vastapaino, Tampere.

Digitaaliset lähteet

Ahonen, Guy & Vainio, Hannu (2010) Työurien pidentäminen vaatii uudenlaista ajattelua. Helsingin Sanomat 17.1.2010. Pääkirjoitus.

<http://www.hs.fi/paakirjoitus/artikkeli/Ty%C3%B6urien+pident%C3%A4minen+vaatii+uudenlaista+ajattelua/1135252188768>. Viitattu 31.12.2010.

Benford, Robert & Snow, David A. (2000) Framing Processes and Social Movements: An Overview and Assessment. *Annual Review of Sociology* 26(2000), 611-639.

<http://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev.soc.26.1.611>. Viitattu 3.1.2011.

Entman, Robert M. (1993) Framing: Toward Clarification of a Fractured Paradigm. *Journal of Communication*, 43(4), 51-58. <http://web.viu.ca/smolashn/images/framing.pdf>. Viitattu 7.2.2011.

Facebook (2010) Vähemmän, hitaammin -ryhmä.

<http://www.facebook.com/home.php?ref=home#!/group.php?gid=97634265645&ref=ts>. Viitattu 3.1.2011.

Financial Times (27.1.2010) A craft exhibition that's moving – slowly – around the country. Lucia van der Post. <http://www.howtospendit.com/#/articles/1032-van-der-postings-craftspace>. Viitattu 4.2.2011.

Gamson William A. & Modigliani Andre (1989) Media Discourse an Public Opinion on Nuclear Power. A Constructionist Approach. *The American Journal of Sociology* 95(1), 1-37. <http://www.jstor.org/stable/2780405?seq=5>. Viitattu 4.2.2011.

Heinonen Sirkka & Halonen, Minna (2007) Ekotehokkaan maaseudun ja kaupunkiseudun kokeilumalleja. Teoriaa ja käytännön innovaatioita. Ekoseutumallit -hankkeen raportti 2. Espoo 2007. [http://virtual.vtt.fi/virtual/ekoseutu/ekoseutumallit\\_raportti2.pdf](http://virtual.vtt.fi/virtual/ekoseutu/ekoseutumallit_raportti2.pdf). Viitattu 3.1.2011.

Koskinen Jari (2009) Muuntuvat viestinnälliset identiteetit - Innovaatiojournalismia ja näkymiä designin tulevaisuuteen. *Slow life 2.0*. <http://muuntuvailme.wordpress.com/2009/03/17/slow-life-20/>. Viitattu 13.4.2010

Kristiinankaupunki (9.4.2011) Kristiinankaupunki on nyt Cittaslow eli virallisesti leppoisa. <http://www.kristiinankaupunki.fi/fi/document.aspx?docID=6747>. Viitattu 12.4.2011.

Leivo, Tomi (toim.) (2009) Kohtuullistamisen jalanjäljillä. Kansallinen ennakointiverkosto. ISBN 978-951-563-691-1. Helsinki 2009. <http://www.foresight.fi/wp-content/uploads/2009/11/Kohtuullistaminen.pdf>. Viitattu 3.1.2011.

Levikintarkistus Oy (2011) Levikkihaku.

<http://www.levikintarkistus.fi/levikkitietokanta/index.php>. Viitattu 16.3.2011

Oliver, Pamela E. & Johnston, Hank (2000) What a Good Idea! Frames and Ideologies in Social Movement Research. *Mobilization: An International Quarterly* 5(1), 35–54.

<http://www.ssc.wisc.edu/~oliver/PROTESTS/ArticleCopies/Frames.2.29.00.pdf>. Viitattu 29.12.2010.

Ruokatieto Yhdistys ry (2009) Slow Food.

<http://uutiset.ruokatietofi/WebRoot/1043198/sisaltosivu.aspx?id=1145083>. Viitattu 4.2.2011.

Slow Food International (2011) <http://www.slowfood.com/>. Viitattu 15.2.2011.

Slow Movement (2010) Slow living. Footprint Choices.

[http://www.slowmovement.com/slow\\_living.php](http://www.slowmovement.com/slow_living.php). Viitattu 13.4.2010.

Snow, David A. & Rochford, E. Burke & Worden, Steven K. & Benford, Robert D. (1986) Frame Alignment Processes, Micromobilization, and Movement Participation. *American Sociological Review* 51(4), 464–481. <http://www.jstor.org/stable/2095581?seq=3>. Viitattu 7.2.2011

Snow, David A. & Vliegenthart, Rens & Corrigan-Brown, Catherine (2007) Framing the French Riots: A Comparative Study of Frame Variation. *Social Forces* 86(2), 385–415.

<http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?hid=113&sid=72c9a278-aad9-4d50-9ec5-e4df90ec99f8%40sessionmgr111&vid=2>. Viitattu 7.2.2011.

Tilastokeskus (2010) Liitetaulukko 12. Palkansaajien kuukausiansiot työnantajasektoreittain ja sukupuolittain. Ansiotasoindeksi 3. vuosineljännes 2010, Helsinki. ISSN=1796-3737

[http://www.stat.fi/til/ati/2010/03/ati\\_2010\\_03\\_2010-10-15\\_tau\\_012\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/ati/2010/03/ati_2010_03_2010-10-15_tau_012_fi.html). Viitattu 15.12.2010.

# Liitteet

## Liite 1. Aineiston alkuperäisilmaisut teemoittain luokiteltuina

### DIAGNOOSI

#### Ongelma

Ongelma	Pelkistetty ilmaisu	Yläluokkaa määr. keh. & alaluokat
1 ”Slow- <b>liike</b> taistelee tappavaa vauhtia vastaan” (pääotsikko)	Tappava kiire	Liiallinen kiire
4 ”Kiire, sinne tänne säntäily, aina tavoitettavissa olo, infoähky ja meteli ovat nykyihmiselle arkea.”	Kiire on arkea	
4 ”Timo Kopomaa pohtii, että erityisesti kaupungissa kiire myös tarttuu.”	Kiire tarttuu	
5 ”Hidas ruoka, <b>elämäntapa</b> ja vanhemmuus vetoavat yhä useampiin kiireen kuluttamiin ihmisiin.”	Kiire kuluttaa ihmistä	
5 ”Työelämässä kiire, tehokkuusvaatimukset ja tulosvastuullisuus ovat menneet äärimmäisyyksiin.”	Kiire mennyt työelämässä äärimmäisyyksiin	
6 Vastaliike kiireiselle toiminnalle kiinnostaa ihmisiä jo kautta maailman.”	Vastaliike kiireelle	
6 & 8 ”Kiire on tietoyhteiskunnan musta surma.”	Kiire tappaa	
8 ”Työelämässä kiire ja tehokkuusvaatimukset ovat menneet äärimmäisyyksiin. Tavoitellaan innovatiivisuutta yhdessä tulosten kanssa.”	Kiire työelämässä mennyt äärimmäisyyksiin	
8 ”Slow life - <b>aate</b> on syntynyt vastapainoksi kiireiselle elämäntyyliille.”	Kiireinen elämäntyyli	
11 ” Hidas <b>elämä</b> on vastareaktio. Se on harkittu ei jatkuvalla kiireelle ja kiihkeälle kuluttamiselle; suorituskeskeiselle säntäilylle, joka hivuttaa niin ihmistä kuin ympäristöä.”	Harkittu ei kiireelle	
12 ”Yhä useammat lapset kärsivät kiireisen elämän seurauksista.”	Kiireen seuraukset	
12 ”Meillä on niin kova kiire, että kaikki mikä hidastaa vauhtiamme tuntuu viholliselta.”	Kova kiire	
12 ”Liika kiire aiheuttaa sen, etteivät eletyt hetket jää mieleen.”	Liika kiire	
13 ”Enää eivät valoisaat tunnukset merkitse mitään, aina on kiire.”	Aina kiire	
1 ”Länsimainen elämäntapa on vieraannuttanut ihmisen hyvinvoinnin biologisista ja sosiaalisista edellytyksistä ja syössyt tämän tehokkuuden tuhoavaan pyörteeseen.”	Tehokkuuden tuhoavuus	Tehokkuusvaatimukset
3 ”Työelämän tavoin koulutuksessakin tahtia on viime aikoina kiristetty, kun esimerkiksi opiskeluaikoja on pyritty	Opiskeluaikoja lyhennetään	



<p>lyhentämään.”</p> <p>3 ”Hän myöntää kuitenkin, että työelämässä tehokkuuspaineet ovat kovia.” (Kopomaa)</p> <p>3 ”Kun tehostetaan työntekoa, se merkitsee helposti, että harvemmat tekevät enemmän.” (Kopomaa)</p> <p>3 ”Tehokkuusvaatimukset, tuottavuus, tulosvastuu, yhä koveneva kilpailu...tällaisin sanoin meidän aikaamme, varsinkin työelämää, usein kuvataan – eikä syyttä.”</p> <p>5 ”Työelämässä kiire, tehokkuusvaatimukset ja tulosvastuullisuus ovat menneet äärimmäisyyksiin.” Tavoitellaan innovatiivisuutta yhdessä tulosten kanssa.”</p> <p>6 ”Erityisesti työelämän olisi hänen (Heinosen) mukaansa syytä kiinnostua ajatuksesta, sillä yhä kasvavat tehokkuusvaatimukset pikemminkin syövät tehokkaan toiminnan edellytyksiä kuin lisäävät niitä.”</p> <p>12 ”Lapset eivät kiirehdi ja pyri huipputehokkuuteen luonnostaan, vaan me aikuiset teemme heistä sellaisia.”</p> <p>13 ”Tuoreen tutkimuksen mukaan työelämä väsyttää eurooppalaisia niin, että kotitöihin ei tahdo riittää voimia.”</p>	<p>Kovat tehokkuuspaineet työelämässä</p> <p>Tehostamispyrkimyksissä harvat tekevät enemmän</p> <p>Aikamme tehokkuusvaatimukset ja kilpailu, erityisesti työelämässä</p> <p>Työelämän tehokkuusvaatimukset ja kilpailu</p> <p>Yhä kasvavat tehokkuusvaatimukset erityisesti työelämässä</p> <p>Opetamme myös lapsemme huipputehokkuuteen</p> <p>Työelämän väsyttävyyttä Euroopassa</p>	
<p>3 ”Kopomaa toteaa kirjassaan, että meistä on vapaa-aikanakin tullut monisuorittajia – tai pikemminkin monisählääjiä.”</p> <p>3 ”Toimettomuus ja hiljentyminen on monille vaikeaa tai tuntuu jopa pelottavalta.”</p> <p>4 ”Kiire (K), sinne tänne säntäily, aina tavoitettavissa olo, infoähky ja meteli ovat nykyihmiselle arkea.”</p> <p>10 ”Ilman hiljaisuutta elämän perusrhythmi ontuu. Ajaudumme elämästä elämän suorittamiseen.”</p> <p>11 ” Hidas <b>elämä</b> on vastareaktio. Se on harkittu ei jatkuvalle kiireelle ja kiihkeälle kuluttamiselle; suorituskeskeiselle säntäilylle, joka hivuttaa niin ihmistä kuin ympäristöä.”</p> <p>12 ”Koska haluamme käyttää aikamme tehokkaasti ja välttää ikävystymistä, täytämme jokaisen hetken virikkeillä.”</p> <p>12 ”Ihmiset eivät juuri koskaan vain istu aloillaan, sulje silmiään ja rentoudu.”</p> <p>12 ”Liiallinen työnteko on vaarallista terveydelle monilla tavoilla.”</p> <p>14 ”Tehokkuuden vastapuoli on se, että ollessaan (liian) monessa mukana, ihminen ei kenties ole missään mukana, pakenee ajatuksiaan, sisintään ja pahaa oloaan.”</p>	<p>Meistä on tullut monisuorittajia</p> <p>Emme osaa hiljentyä ja olla toimettomia</p> <p>Sinne tänne säntäily ja aina tavoitettavissa oleminen arkea</p> <p>Suorittamiseen ajautuminen</p> <p>Suorituskeskeinen säntäily</p> <p>Täytämme joka hetken virikkeillä</p> <p>Emme rentoudu juuri koskaan</p> <p>Teemme liikaa töitä</p> <p>Olemme liian monessa mukana</p>	<p>Suorituskeskeisyys</p>

<p>4 ”- Kännykkäkulttuuriin liittyy vahvasti idea ajan tehostamisesta ja monien asioiden toimittamisesta samaan aikaan.”</p>	<p>Ajan tehostaminen</p>	
<p>4 ”Kiire, sinne tänne säntäily, aina tavoitettavissa olo, infoähky ja meteli ovat nykyihmiselle arkea.”</p> <p>10 ”Elämme kulttuurissa ja ympäristössä missä meihin kohdistuu jatkuvasti kasvava sanojen, viestien, informaation ja virikkeiden virta.”</p> <p>10 ”Tästä viestien, informaation, odotusten ja virikkeiden runsaudesta nousee tarve rauhoittua, pysähtyä ja hiljentyä.”</p> <p>10 ”Tässä kohtaamme nimittäin oman kapasiteettimme rajoja. Viestien runsaudessa niiden merkityksen ymmärtäminen käy yhä vaikeammaksi, jopa mahdottomaksi.”</p> <p>10 ”Jos mieleemme tulee käsiteltäväksi erilaisia viestejä enemmän kuin 100 bittiä sekunnissa, niin harkintakykymme vaikeutuu.”</p> <p>10 ” Ongelmaksi muodostuu mikä on tärkeää mikä ei, mitä tulee karsia, mikä on oleellista.”</p> <p>10 ”Ilman viestintävälineitä pelkäämme putoavamme kehityksen kerkasta.”</p> <p>12 ”Kiireisillä työpaikoilla tietoa tulvii ja kaikki on aikataulutettua.”</p>	<p>Liikaa tietoa ja meteliä</p> <p>Meihin kohdistuu jatkuvasti monia ärsykeitä</p> <p>Meihin kohdistuu jatkuvasti monia ärsykeitä</p> <p>Emme kykene käsittelemään kaikkea informaatiota</p> <p>Emme pysty käsittelemään viestejä loputtomasti</p> <p>Emme pysty erottamaan oleellista tietoa</p> <p>Olemme riippuvaisia viestintävälineistä</p> <p>Tietoa tulvii</p>	<p>Liikaa ärsykeitä</p>
<p>4 ”Kaupungista on vaikea löytää täysin hiljaista paikkaa.”</p> <p>10 ”Ilman hiljaisuutta elämän perusrhythmi ontuu. Ajaudumme elämästä elämän suorittamiseen.”</p> <p>10 ”Tästä viestien, informaation, odotusten ja virikkeiden runsaudesta nousee tarve rauhoittua, pysähtyä ja hiljentyä.”</p> <p>10 ”Yhteiskunnassamme on havahduttu hiljaisuuden pohtimiseen sen kadottamisen ja puutteen kautta.”</p> <p>10 ”Jos hiljaisuus puuttuu, niin viestit menettävät merkitystään, vuorovaikutus itseemme ja toisiimme katkeaa.</p>	<p>Vaikeus löytää hiljaista paikkaa</p> <p>Ilman hiljaisuutta elämänlaatu huononee</p> <p>Tarve rauhoittua</p> <p>Hiljaisuutta ei ole</p> <p>Hiljaisuuden puute huonontaa elämänlaatua</p>	<p>Hiljaisuuden puute</p>
<p>12 ”Meitä vaivaa aikasairaus.” (Väliotsikko)</p> <p>12 ”Kello määrää tahdin jo ensimmäisestä valveillaolon hetkestä alkaen, sillä ensimmäinen asia, jonka me teemme ensimmäiseksi aamulla, on kellon katsominen.”</p> <p>12 ”Kiireisillä työpaikoilla tietoa tulvii ja kaikki on aikataulutettua.”</p> <p>12 ”Kello määrää tahdin jo ensimmäisestä valveillaolon hetkestä alkaen, sillä ensimmäinen asia, jonka teemme ensimmäiseksi aamulla, on kellon katsominen.”</p>	<p>Aikasairaus</p> <p>Kello määrää jatkuvasti tahdin</p> <p>Kaikki aikataulutettua työpaikoilla</p> <p>Kello määrää tahdin jatkuvasti</p>	<p>Kaiken aikataulutaminen</p>

12 ”Jokainen hetki punoutuu osaksi suurempaa aikataulua, ja minne tahansa katsomme – yöpöydän kulmalle, työpaikkaruokalan seinälle, tietokoneemme näytön kulmaan, ranteeseemme – kello tikittää, mittaa etenemistämme ja varoittaa meitä jäämästä jälkeen.”	Jokainen hetki on aikataulutettu	
12 ” Kun työ ahmaisee paljon aikaa, sitä jää vähemmän kaikelle muulle. Yksinkertaisistakin asioista, kuten lapsen viemisestä päiväkotiin, ilta-ateriasta tai ystävien kanssa jutustelusta, tulee kilpajuoksua kellon kanssa.”	Juoksemme kilpaa kellon kanssa	
13 ”Samalla kun töiden luonne on muuttunut ja väki kansoittanut yhä suuremmat kaupungit, ajasta on tullut armoton piiskuri, jota yritetään hallita.”	Aika on piiskuri, jota yritetään hallita	
13 ”Samoin kuin raha, aikakaan ei jakaudu tasaisesti. Joku yrittää tappaa sitä, keksiä ajankulua, ettei pitkästyisi. Toinen juoksee kilpaa kellon kanssa ja yrittää aina tinkiä ajasta.”		
13 En muista milloin olisin kuullut sananlaskun Hiljaa hyvä tulee, sillä aikailu kaikissa muodoissa käy kanssaeläjien hermoille.”	Hidastelua ei sallita	

<b>Aiheuttajat</b>	<b>Pelkistettu ilmaisu</b>	<b>Alaluokat</b>
2 ”Täältä saat lisää tietoa ja linkejä, jos haluat vastustaa sellaisia tuotanto- ja kulutusmuotoja, jotka nopeuttavat ja pinnallistavat elämää.”	Elämää nopeuttavat ja pinnallistavat tuotanto- ja kulutusmuodot	Teknologia
4 ”- Kännykkäkulttuuriin liittyy vahvasti idea ajan tehostamisesta ja monien asioiden toimittamisesta samaan aikaan.”	Kännykkäkulttuuri ja ajan tehostaminen	
10 ”Elämme kulttuurissa ja ympäristössä missä meihin kohdistuu jatkuvasti kasvava sanojen, viestien, informaation ja virikkeiden virta.”	Tietoyhteiskunta	
13 ”Kiire on kehityksen tulosta. Kehityksen? Edistystäkö?”	Kiire ”kehityksen” tulosta	
1 ”Länsimainen elämäntapa on vieraannuttanut ihmisen hyvinvoinnin biologisista ja sosiaalisista edellytyksistä ja syössyt tämän tehokkuuden tuhoavaan pyörteeseen.”	Länsimainen elämäntapa	Nykykulttuuri
11 ”Hitaudesta on tullut megatrendi, joka kertoo pettymyksestä länsimaisen kulttuurin kaupittelemaan tehokkuusajatteluun.”	Länsimaisen kulttuurin tehokkuusajattelu	
1 2 ”Aikuisten tavoin myös monet lapset nukkuvat nykyään liian vähän, koska yhteiskunta on toiminnassa vuorokauden ympäri.”	Yhteiskunta toiminnassa tauotta	
14 ”Elämän tarkoitus ei totisesti ole ahdistua liian lujaa kiitävästä yhteiskunnasta vaan elää omassa rytmissään elämästä nauttien, omaa henkeään ja hengellisyyttään pohtien.”	Liian kovaa kiitävä yhteiskunta	
12 ”Nykykulttuuri opettaa meille, että nopeus on hyvä asia”	Nopeus hyväksi	Nopeuden

12 "Nopea reagoiminen on toivottavampaa kuin hidas pohtiminen ja meihin kohdistuu paine jopa ajatella nopeasti."	Nopea reagointi toivottavaa	ihannointi
12 "Antautumalla lukemaan jotain voi uhmata nopeuden ihannointia"	Nopeuden ihannointi	
12 "Lapset saavat kaikesta sen käsityksen, että nopeus on aina hyvä asia."	Nopeutta pidetään hyvänä asiana	
13 "Elämänohjeeksi on sisäistynyt Aika on rahaa."	Nopeuden arvostus	

Uhattuina	Pelkistettu ilmaisu	Alaluokat
11 "Hidas <b>elämä</b> on vastareaktio. Se on harkittu ei jatkuvalla kiireelle ja kiihkeälle kuluttamiselle; suorituskeskeiselle säntäilylle, joka hivuttaa niin ihmistä kuin ympäristöä."	Hivuttaa ihmistä	Fyysinen ja psyykinen hyvinvointi
12 "Mutta kun vauhti kiihtyy kiihtymistään, kaikki kärsii: työ, terveys ja ihmissuhteet."	Terveys huononee	
12 "Yhä useammat lapset kärsivät kiireisen elämän seurauksista. Jopa viisivuotiailla on stressin aiheuttamia vatsavaivoja, päänsärkyä, unettomuutta, masennusta ja syömishäiriöitä."	Lapsilla stressin aiheuttamia fyysisiä ja psyykkisiä oireita	
1 2 "Aikuisten tavoin myös monet lapset nukkuvat nykyään liian vähän, koska yhteiskunta on toiminnassa vuorokauden ympäri."	Lapset ja aikuiset nukkuvat liian vähän	
12 "Liiallinen työnteko on vaarallista terveydelle monilla tavoilla. Kun töitä tehdään liikaa, jää vähemmän aikaa ja tarmoa liikunnalle ja samaan aikaan liiallisen alkoholinkulutuksen ja roskaruuan syönnin todennäköisyys kasvaa. Ei ole sattumaa, että nopeimmat kansat ovat usein myös lihavimpia!"	Liiallinen työnteko vaarallista terveydelle	
12 "Nokoset voivat olla erityisen tärkeitä nykyään, sillä hyvin monet eivät nuku tarpeeksi öisin."	Ei nukuta tarpeeksi	
12 "Usein ihminen havahtuu vasta, kun keho alkaa hälyttää."	Keho alkaa hälyttää	
12 "yleensä juuri keho ilmoittaa, että nyt saa riittää, ja silloin moni pysähtyy ja alkaa arvioida elämäntapaansa uudelleen, Honoré kertoo."	Keho väsy	
12 "Aina ei sairauskaan pysty pitämään nykyaikaista työntekijää poissa työpaikalta: viidesosa amerikkalaisista tulee töihin silloinkin, kun heidän pitäisi jäädä kotiin sairastamaan."	Töihin mennään myös sairaana	
13 "Vanhempien yhteinen aika on kortilla, eikä harrastuksille tai kunnon ylläpitämiselle tahdo jäädä aikaa."	Harrastuksille ja kunnon ylläpitämiselle ei jää aikaa	
13 "Ennen talouden taantumatunnelmia olikin alettu puhua stressin ja kiireen haitoista ja suosittelua kiireetöntä	Stressin ja kiireen haitat	

<p><b>elämäntapaa</b>, josta käytettiin sanoja leppostelu ja hitailu, mallina englannin sklow life.”</p> <p>14 ”Ruumis rasittuu eikä psyydessä ole loputonta joustovaraa”</p>	<p>Ruumis ja keho väsyvät</p>	
<p>1 ”Länsimainen elämäntapa on vieraannuttanut ihmisen hyvinvoinnin biologisista ja sosiaalisista edellytyksistä ja syössyt tämän tehokkuuden tuhoavaan pyörteeseen.”</p> <p>7 ”Ennen ihmiset kävivät toistensa luona kylässä, mutta elämä on muuttunut siinäkin. Lasten harrastusten ja omien kiireiden takia ei ole enää aikaa sosiaaliseen kanssakäymiseen. Hetkessä eläminen on kärsinyt ja vaikka nykyään tavataan erilaisissa verkoissa mm. facebookissa, se ei ole sama asia.”</p> <p>12 ”Mutta kun vauhti kiihtyy kiihtymistään, kaikki kärsii: työ, terveys ja ihmissuhteet.”</p> <p>13 ”Vanhempien yhteinen aika on kortilla, eikä harrastuksille tai kunnon ylläpitämiselle tahdo jäädä aikaa.”</p>	<p>Ihminen on vieraantunut hyvinvoinnin sosiaalisista edellytyksistä</p> <p>Ei ole aikaa todelliseen sosiaaliseen kanssakäymiseen, vaan se on siirtynyt virtuaalimaailmaan</p> <p>Ihmissuhteet kärsivät kun vauhti kiihtyy</p> <p>Vanhempien yhteinen aika kortilla</p>	<p>Sosiaaliset suhteet</p>
<p>1 ”Kansainvälinen Slow-<b>liike</b> kokoaa riveihinsä ihmisiä hyvin erilaisista ideologisista ja kulttuurillisista lähtökohdista. Ilman keskusjohtoa toimivan <b>kansalaisliikkeen</b> jäseniä yhdistää ainakin yksi asia: he pitävät vieraantumista aikamme sairautena ja elämänrytmin hidastamista ainoana lääkkeenä sairauteen.”</p> <p>7 ”Hetkessä eläminen on kärsinyt ja vaikka nykyään tavataan erilaisissa verkoissa mm. facebookissa, se ei ole sama asia.”</p> <p>10 ”Jos hiljaisuus puuttuu, niin viestit menettävät merkitystään, vuorovaikutus itseemme ja toisiimme katkeaa.”</p> <p>12 ”kiire varastaa muistot” (väliotsikko)</p> <p>12 Aika ja muisto liittyvät toisiinsa, Honoré muistuttaa.”</p> <p>12 ”Liika kiire aiheuttaa sen, etteivät eletyt hetket jää mieleen.”</p> <p>14 ”Tehokkuuden vastapuoli on se, että ollessaan (liian) monessa mukana, ihminen ei kenties ole missään mukana, pakenee ajatuksiaan, sisintään ja pahaa oloaan.”</p>	<p>Vieraantuminen aikamme sairaus</p> <p>Hetkessä elämisen taito kärsinyt</p> <p>Vuorovaikutus itseemme ja toisiimme katkeaa</p> <p>Kiire vie muistot</p> <p>Emme muista kokemaamme</p> <p>Eletyt hetket eivät jää mieleen</p> <p>Ihminen pakenee tunteitaan</p>	<p>Läsnäolon taito</p>
<p>6 ”Erityisesti työelämän olisi hänen (Heinosen) mukaansa syytä kiinnostua ajatuksesta, sillä yhä kasvavat tehokkuusvaatimukset pikemminkin syövät tehokkaan toiminnan edellytyksiä kuin lisäävät niitä.”</p> <p>12 ”Mutta kun vauhti kiihtyy kiihtymistään, kaikki kärsii: työ, terveys ja ihmissuhteet.”</p>	<p>Tehokkuusvaatimukset huonontavat tehokkaan toiminnan edellytyksiä työssä</p> <p>Työ kärsii kun vauhti kiihtyy</p>	<p>Työ</p>
<p>11 ”<b>Hidas elämä</b> on vastareaktio. Se on harkittu ei jatkuvalla kiireelle ja kiihkeälle kuluttamiselle; suorituskeskeiselle säntäilylle, joka hivuttaa niin ihmistä kuin ympäristöä.”</p>	<p>Ympäristö kärsii</p>	<p>Ympäristö</p>

## PROGNOOSI

Päämäärät	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokat
1 ”Yksinkertainen elämä tuo tasapainoa.” (väliotsikko)	Tasapaino yksinkertaisen elämän kautta	Henkinen tasapaino
1 ”Se edistää <b>liikkeen</b> mukaan henkistä, sosiaalista ja ekologista tasapainoa.”	Henkinen, sosiaalinen ja ekologinen tasapaino	
3 ”Kopomaan mukaan olemme matkalla kohti leppoisampaa maailmaa, onnellisen hitauden aikakautta.”	Onnellisen hitauden aikakausi	
6 ” <b>Hitaan elämän ideologiassa</b> ekologisuus, eettisyys, yhteisöllisyys ja esteettisyys lyövät kättä.	Yhteisöllisyys ja esteettisyys yhdistyvät	
6 ” <b>Hitaan elämän malli</b> korostaa rauhallista, tasapainoista ja stressitöntä <b>elämäntapaa</b> , joka antaa tilaa luovuudelle.”	Tasapainoinen ja stressitön elämäntapa	
6 ” <b>Hidas elämä</b> lisää jaksamista ja hyvinvointia. Se rytmittää tarkoituksenmukaisella tavalla tehokkaan työskentelyn jaksot, mutta mahdollistaa myös rauhallisia jaksoja, lomaa, lepoa ja terveellisiä elämäntapoja.”	Jaksamisen ja hyvinvoinnin lisääntyminen, tehokkuuden ja rauhallisten jaksojen vaihtelu	
7 ”Henkilökohtaisesti hän (muotoilija Sami Makkula) on kiinnostunut kuinka tulevaisuudessa palveluita ja tuotteita tullaan kehittämään, kun ihmiset ajattelevat tällä tavalla, että he eivät tarvitsekaan kaikkea tavaraa, vaan selviävät vähemmällä. Samalla he keskittyvät mielenrauhaa tuoviin asioihin enemmän.”	Keskittyminen mielenrauhaa tuottaviin asioihin	
8 ”Pitäisi löytää tasapaino, jossa hitauden ja joutilaisuuden jaksot ovat raaka-ainetta tehokkaalle työskentelylle.”	Tasapaino hitauden ja tehokkuuden välille	
8 ”Tasapainoisen mallin aikaansaamisen pitäisi olla <b>suomalaisen slow life -kulttuurin</b> ytimenä.”	Tasapainoisen mallin aikaansaaminen	
8 ”Heinosen mukaan käsityksemme mm. tulevaisuudesta ja aikajänteestä muuttuisivat radikaalilla tavalla. Uuvuttavan työssä uurastamisen sijaan tulevaisuuden työntekijää pitäisi arvostaa tasapainon löytämisestä. - Työnantaja haluaa jatkossa tekijöitä, jotka eivät paahda itseään loppuun, vaan osaavat elää tasapainossa työn ja vapaa-ajan välillä. Tämä pitää sallia.”	Arvostus tasapainon löytämistä kohtaan	
8 ”Mutta ei <b>slow life</b> yksituumaisesti sovi jokaiselle, Heinonen toteaa ja patistaa meistä kutakin löytämään oman tasapainon.”	Jokaisella oma tapansa löytää tasapaino	
12 ”Bisnesgurut, terapeutit ja psykologit suosittelevat yhä useammin hitautta työpaikoille, jotta välttyttäisiin loppuun palamisilta ja luova ajattelu lisääntyisi.”	Loppuun palamisilta välttyminen	
14 ”Elämän tarkoitus ei totisesti ole ahdistua liian lujaa kiitävästä yhteiskunnasta vaan elää omassa rytmissään elämästä nauttien, omaa henkeään ja hengellisyytään pohtien.”	Oman hengen ja hengellisyyden pohtiminen	
1 ”Pyrkimys työajan lyhentämiseen ja nykyistä tyydyttävämpään vapaa-aikaan yhdistyvät <b>yksinkertaisen elämisen mallissa</b> .”	Työajan lyhentäminen ja tyydyttävämpi vapaa-aika	Elämästä nauttiminen

<p>7 ”Rauhallisempi elämänrytmi sallii kiireen kahlitseman nykyihmisen nauttia elämästä.”</p> <p>7 ”Lahteen kokoontuu (Lahden Designing Slow Life -konferenssi) pari päiväksi väkeä pohdiskelamaan parempaa, hitaampaa ja merkityksellisempää elämää.”</p> <p>7 ”<b>Slow life</b> on laadukasta elämää ja valintoja, joissa jätetään joitakin asioita ja keskitytään johonkin joka todella kiinnostaa.”</p> <p>10 ”Hiljaisuudessa avautuu ovi elämän ihmeelle, luovuudelle ja pyhän kosketukselle.”</p> <p>11 ”Paluuta entiseen ei kuitenkaan ole, koska vähemmän on todellakin enemmän: Yksinkertainen elämä on rikasta.”</p> <p>12 ”Slow aktivistien mukaan ruokailusta, työstä, matkustamisesta ja ylipäättään elämästä saa enemmän irti, jos sille antaa aikaa ja keskittyy tekemiseensä.”</p> <p>14 ”Elämän tarkoitus ei totisesti ole ahdistua liian lujaa kiitävästä yhteiskunnasta vaan elää omassa rytmisään elämästä nauttien, omaa henkeään ja hengellisyyttään pohtien.”</p>	<p>Elämästä nauttiminen</p> <p>Parempi, hitaampi ja merkityksellisempi elämä</p> <p>Laadukas elämä, jossa keskitytään olennaiseen</p> <p>Elämän ihmeen ymmärtäminen</p> <p>Rikas elämä</p> <p>Saadaan elämästä enemmän irti</p> <p>Eläminen omassa rytmisään elämästä nauttien</p>	
<p>3 ”Hyöty näkyy luovuudessa ja innovatiivisuudessa.</p> <p>3 ”Kun saa työskennellä oman rytmin mukaan ja viihtyvyyteen panostetaan, tuloksetkin saattavat parantua.”</p> <p>5 ”Elämme paradoksien maailmassa. Hitaus onkin nopeutta ja nopeus voi olla hitautta, jos yrittää tehdä liian nopeasti asioita, lopputulos ei ole hyvä.”</p> <p>6 ”<b>Hitaan elämän malli</b> korostaa rauhallista, tasapainoista ja stressitöntä elämäntapaa, joka antaa tilaa luovuudelle.”</p> <p>10 ”Hiljaisuudessa avautuu ovi elämän ihmeelle, luovuudelle ja pyhän kosketukselle.”</p> <p>11 ”Kiireettömyys ja lepo alkoivat ruokkia luovuutta.”</p> <p>12 ”Bisnergurit, terapeutit ja psykologit suosittelevat yhä useammin hitautta työpaikoille, jotta välttyttäisiin loppuun palamisilta ja luova ajattelu lisääntyisi.”</p>	<p>Hyötyinä luovuus ja innovatiivisuus</p> <p>Tulokset saattavat parantua</p> <p>Hitauden avulla saavutetaan parempi lopputulos</p> <p>Hitaan elämän malli antaa tilaa luovuudelle</p> <p>Luovuus lisääntyy hiljaisuudessa</p> <p>Luovuuden kasvu kiireettömyyden ja levon avulla</p> <p>Luovan ajattelun lisääntyminen</p>	<p>Luovuus ja laatu</p>
<p>1 ”Se edistää <b>liikkeen</b> mukaan henkistä, sosiaalista ja ekologista tasapainoa.”</p> <p>6 ”Hitaan elämän <b>ideologiassa</b> ekologisuus, eettisyys, yhteisöllisyys ja esteettisyys lyövät kättä.</p> <p>6 Kestävän kehityksen aikaansaamiseksi Heinonen tarjoaa <b>hitaan elämän ideologiaa</b>.”</p> <p>7 ”Henkilökohtaisesti hän (Sami Makkula, muotoilija) on kiinnostunut kuinka tulevaisuudessa palveluita ja tuotteita</p>	<p>Ekologisuus ja eettisyys yhdistyminen</p> <p>Ekologisuus ja eettisyys lyövät kättä</p> <p>Kestävän kehityksen aikaansaaminen</p> <p>Tavaran hankkimisen vähentäminen</p>	<p>Ekologisuus ja eettisyys</p>

tullaan kehittämään, kun ihmiset ajattelevat tällä tavalla, että he eivät tarvitsekaan kaikkea tavaraa, vaan selviävät vähemmällä.		
--	--	--

Keinot	Pelkistettu ilmaisu	Alaluokat+yläluokkaa määr. keh.
1 "Kansainvälinen Slow-liike kokoaa riveihinsä ihmisiä hyvin erilaisista ideologisista ja kulttuurillisista lähtökohdista. Ilman keskusjohtoa toimivan <b>kansalaisliikkeen</b> jäseniä yhdistää ainakin yksi asia: he pitävät vieraantumista aikamme sairautena ja elämänrytmin hidastamista ainoana lääkkeenä sairauteen."	Elämänrytmin hidastaminen ainut lääke sairauteen	Omarytmisyys
1 "Sen piirissä esitellään holistista vaihtoehtolääketiedettä sekä luonnollisen hitauden soveltamista eri elämänalueille, kuten kasvatukseen, matkustamiseen, ja harrastamiseen."	Luonnollisen hitauden soveltaminen eri elämänalueille	
3 "Oman rytmin mukaan." (pääotsikko)	Omarytmisyys	
3 "Hän (Kopomaa) uskoo, että <b>leppoistaminen</b> voi palvella myös työnantajan intressejä. Kun saa työskennellä oman rytmin mukaan ja viihtyvyyteen panostetaan, tuloksetkin saattavat parantua. Siinä mielessä tehostaminen ja leppoistaminen eivät ole toistensa vastakohtia."	Oman rytmin mukaan työskenteleminen	
3 "Hän (Kopomaa) esittelee pamfletissaan "hidasta oppimista", jossa seurataan opiskelijoiden omaa rytmiä ja lähdetään liikkeelle heidän omasta arjestaan ja kokemusmaailmastaan pelkän tietojen pönttämisen sijasta."	Omarytminen opiskeleminen oman arjen ja kokemusmaailman kautta	
3 "En tiedä, onko muuta mahdollisuutta kuin kuunnella kunkin omaa rytmiä, luonnollista tempoa, mikä meillä tai perheenjäsenillä on. Ehkä sieltä löytyisi ratkaisuja vapaa-ajankin kiireeseen, Kopomaa summaa."	Jokaisen oman rytmin kuunteleminen	
4 "Omarytmisyyden pohjalta meiningistä muotoutuu rennompi kuin miltä se työmääräisesti näyttäisi."	Omarytmisyys lisää työn rentoutta	
4 "Joutilaisuus on Kopomaan mukaan välttämätöntä sille, että yhteiskunnan rattaat pyörivät ja talous pelaa."	Joutilaisuus välttämätöntä yhteiskunnan toiminnalle	
5 "Nopeus ja hitaus pitäisi olla paremmin tasapainossa."	Nopeuden ja hitauden tasapaino	
6 "Hidas <b>elämä</b> ei merkitse luopumista juuri mistään muusta paitsi kiireestä"	Kiireestä luopuminen	
6 "Teknologiakin voi toimia hitaan elämän renkinä."	Teknologia palvelemaan hidasta elämää	
7 "Maailmalla leviävä Slow life <b>-aate</b> opastaa ihmisiä luopumaan turhasta kiireestä."	Turhasta kiireestä luopuminen	
8 "Tarvitsemme hektistä ympäristöä, mutta sen rinnalle tarvitaan hitaita hetkiä, joiden aikana voi suunnitella rauhassa."	Hitaita hetkiä hektisen ympäristön rinnalle	
8 "Hitaa <b>elämän</b> mallia ei voi omaksua vain tahtotilana, siihen pitää oppia. Jos olemme joutuneet työelämässä kiireen kulttuurin malliin, niin siitä pitää oppia pois. Tietoisesti pitää hakea hitaita hetkiä."	Oppiminen hitaaseen elämään ja hitaiden hetkien tietoinen hakeminen	



<p>8 ”Aatteen tarkoituksena on löytää arjesta aikaa pysähtymiselle.”</p> <p>8 ”Tulevaisuuden tutkimuskeskuksen professori Sirkka Heinonen rohkaisee suomalaisia hidastamaan elämänrytmään.”</p> <p>9 ”Savonlinnassa tänään pidetyssä Saimaa Summit -seminaarissa yhdeksi puheenaiheeksi nousi arjen tietoinen hidastaminen ja kuluttamisen vähentäminen, slow life.”</p> <p>11 ”Hitaamman elämän alkuun pääsee paitsi itsetutkiskelulla, myös muokkaamalla toimintatapojaan: Ennakointi on tärkeää. Kun opettelee, mihin oma aika todella riittää, ei tule luvattua liikoja.”</p> <p>”-Ihmiselle on hyväksi tehdä työtä. Jokaiselle on vain löydettävä itselleen sopiva tekemisen tahti, toteaa Honkala, joka oppi omat rajansa kovimman kautta.”</p> <p>12 ”Kansainvälinen slow-<b>liike</b> kehottaa meitä elämään hitaammin.”</p> <p>12 ”- Slow-ajattelussa ei pyritä tekemään kaikkea hitaasti, vaan sopivalla nopeudella: joskus nopeasti, joskus hitaasti, ja joskus taas on hyvä olla tekemättä yhtään mitään.” (Honoré)</p> <p>12 ”Sen sijaan kun hidastaa vauhtia ja on toimiessaan läsnä, on aikaa luoda merkityksiä, jolloin kokemukset jäävät mieleen. Kokemansa muistaminen on tärkeä osa ihmisen elämää, sillä kokemuksethan muovaavat meitä ihmisinä.”</p> <p>12 ”Käsityöt ovat Slow-<b>filosofian</b> täydellinen ilmentymä: neulominen on lähtökohtaisesti hidasta eikä sitä voi nopeuttaa painamalla nappia tai kääntämällä katkaisijaa. Neulomisen todellinen nautinto syntyy tekemisestä eikä lopputuloksesta.”</p> <p>12”On kyllä totta, että aivot voivat yltyä huikeisiin suorituksiin toimiessaan täysillä. Mutta ne toimivat paljon paremmin, jos niille annetaan silloin tällöin mahdollisuus hidastaa vauhtia.”</p> <p>14 ”Elämän tarkoitus ei totisesti ole ahdistua liian lujaa kiitävästä yhteiskunnasta vaan elää omissa rytmisään elämästä nauttien, omaa henkeään ja hengellisyyttään pohtien.”</p>	<p>Arjesta aikaa pysähtymiselle</p> <p>Elämänrytmin hidastaminen</p> <p>Arjen tietoinen hidastaminen</p> <p>Oman ajankäytön ennakoiminen</p> <p>Jokaisella oma sopiva tekemisen tahti</p> <p>Eläminen hitaammin</p> <p>Asioiden tekeminen sopivalla nopeudella</p> <p>Vauhdin hidastaminen</p> <p>Lähtökohtaisesti hitaiden asioiden tekeminen</p> <p>Aivot voivat paremmin, kun välillä hidastetaan tahtia</p> <p>Elämän tarkoituksena massa rytmisää eläminen</p>	
<p>1 ”Slow-<b>liike</b> on keskittynyt tiedonvälitykseen ja asennevaikuttamiseen, mutta siitä on kehittynyt myös poliittisesti aktiivinen toimija.”</p> <p>1 ”Radikaalisti uudenlainen elämäntapa vaatii paitsi yksilöiden rohkeutta ja ennakkoluulottomuutta myös yhteisön rakenteellista ja lainsäädännöllistä tukea.”</p> <p>2 ”Mikään yksittäinen organisaatio tai järjestö ei hallinnoi <b>aatteen</b> leviämistä vaan se leviää yksittäisten ihmisten henkilökohtaisissa valinnoissa ympäri maailman.”</p> <p>3 ”Elämän leppoisuus ei kuitenkaan edes vapaa-ajalla ole kiinni pelkästään yksilöiden ja perheiden omista valinnoista. Siihen vaikuttavat myös politiikan piiriin kuuluvat asiat, kuten julkiset palvelut, kaupunkisuunnittelu</p>	<p>Tiedonvälitys ja asennevaikuttaminen</p> <p>Yksilön rohkeus ja ennakkoluulottomuus</p> <p>Leviäminen henkilökohtaisten valintojen kautta</p> <p>Elämän leppoisuus ei ole kiinni pelkästään yksilöiden ja perheiden valinnoista</p>	<p><b>Yksilön valinnat</b></p>

<p>ja liikenne. Kopomaa esittääkin, että leppoistamisesta tehtäisiin esimerkiksi tasa-arvonäkökulman tavoin yksi keskeinen kriteeri, jolla arvioidaan kaikkia yhteiskunnallisia ratkaisuja.”</p> <p>3 ”Yksilöllisempiä ratkaisuja merkityksellisempänä Kopomaa pitää kuitenkin yhteistä tekemistä ja kansalaistoimintaa. ”Kollektiivisena liikkeenä leppoistaminen voi etanadynamiitin lailla murtaa hitaasti paisuessaan vahvojakin rakenteita”, hän maalaillee pamfletissaan.”</p> <p>11 ”Hidastaminen ei kuitenkaan välttämättä edellytä epätyypillistä työsuhdetta tai erityisjärjestelyjä. Vauhtia voi hiljentää kuka tahansa omista lähtökohdistaan.”</p>	<p>Yksilölliset ratkaisut toissijaisia?</p> <p>Jokaisen omat lähtökohdat vauhdin hiljentämiseksi</p>	
<p>1 ”Slow-<b>liike</b> on keskittynyt tiedonvälitykseen ja asennevaikuttamiseen, mutta siitä on kehittynyt myös poliittisesti aktiivinen toimija.”</p> <p>1 ”Radikaalisti uudenlainen elämäntapa vaatii paitsi yksilöiden rohkeutta ja ennakkoluulottomuutta myös yhteisön rakenteellista ja lainsäädännöllistä tukea.”</p> <p>3 ”Elämän leppoisuus ei kuitenkaan edes vapaa-ajalla ole kiinni pelkästään yksilöiden ja perheiden omista valinnoista. Siihen vaikuttavat myös politiikan piiriin kuuluvat asiat, kuten julkiset palvelut, kaupunkisuunnittelu ja liikenne.</p> <p>3 Kopomaa esittääkin, että leppoistamisesta tehtäisiin esimerkiksi tasa-arvonäkökulman tavoin yksi keskeinen kriteeri, jolla arvioidaan kaikkia yhteiskunnallisia ratkaisuja.”</p> <p>3 ”Yksilöllisempiä ratkaisuja merkityksellisempänä Kopomaa pitää kuitenkin yhteistä tekemistä ja kansalaistoimintaa. ”Kollektiivisena liikkeenä leppoistaminen voi etanadynamiitin lailla murtaa hitaasti paisuessaan vahvojakin rakenteita”, hän maalaillee pamfletissaan.”</p>	<p>Poliittisesti aktiivinen toimija</p> <p>Vaatii myös yhteisön rakenteellista ja lainsäädännöllistä tukea</p> <p>Myös politiikan piiriin kuuluvat asiat vaikuttavat elämän leppoistamiseen</p> <p>Rinnastaminen tasa-arvonäkökulmaan.</p> <p>Yhteinen tekeminen ja kansalaistoiminta yksilöllisempiä ratkaisuja merkityksellisempiä</p>	<p><b>Poliittinen vaikuttaminen</b></p>
<p>3 ”Siksi Kopomaan mielestä tulisi esimerkiksi jatkaa ja kehittää vuorotteluvapaaajärjestelmää sekä mahdollisesti lyhentää työaika, jolloin voitaisiin myös palkata lisää työntekijöitä.”</p> <p>3 ”Eniten leppoistamisen ideoille on Kopomaan mukaan kuitenkin tällä hetkellä tilaa työnteon kovan ytimen ulkopuolella. Tällä hän tarkoittaa esimerkiksi työympäristön viihtyisyyttä, taukoja ja taukotiloja, etätöitä kotona tutussa ympäristössä tai työmatkojen hyödyntämistä ja laskemista mukaan työaikaan.”</p> <p>6 ”Se on kuin sateenvarjo, jonka alla majailevat muun muassa etätö, tavaroiden ja elintarvikkeiden lähituotanto ja nokkela niukkuus.”</p> <p>8 ”Hän (Heinonen) ei kuitenkaan pyri kääntämään työistumia lepoasentoon koko työpäiväksi, mutta muutama tauko olisi suotavaa.”</p> <p>8 ”Heinosen mukaan valtiohallinnon toivoma työuran piteneminen toteutuisi paremmin tätä kautta. -Tämä liittyy kulttuurin suureen murrokseen, joka on tulossa. Mikä on tehokkuutta, mitä on työteho? Mielestäni se liittyy jaksamiseen.”</p> <p>9 ”Uudempana keskustelunavauksena esiin nostettiin elämäntapa, jonka johtajatuksena on, ettei itsensä hengiltä</p>	<p>Vuorotteluvapaaajärjestelmän kehittäminen ja työajan muuttaminen</p> <p>Työympäristön muuttaminen, etätö ja työmatkojen hyödyntäminen</p> <p>Etätö</p> <p>Muutama tauko työpäivään</p> <p>Työuran pidentäminen hidastamalla, sillä jaksaminen on tehokkuutta</p> <p>Hengiltä raataminen ei kannata</p>	<p>Työelämän muuttaminen</p>

<p>raataminen ja kasvava kulutus ole tie onneen.”</p> <p>9 ”Vapaa-ajan ei haluta olevan vain palautumista työpäivästä.”</p> <p>9 ”- Siellä missä on tehty kokeiluja ikääntyvien lisääntyvistä tauoista tai vapaapäivistä, niin tuottavuus on lisääntynyt. Toisin sanoen ei ole niin, että tuottavuus lisääntyy vain tehtyjen työtuntien määrän kautta, vaan tuottavuus lisääntyy nimenomaan tehtyjen työtuntien laadun kautta” (Cronberg)</p> <p>9 ”Korostan (Cronberg): jos motivaatio ja laatu pysyvät hyvänä, niin kyllä sen voi mahdollisesti tehdä lyhyemmässäkin ajassa.”</p> <p>12 ”Pomminvarma keino hidastaa vauhtia on vähentää työntekoa, ja juuri niin miljoonat ihmiset kaikkialla maailmassa yrittävät tehdä.”</p> <p>12”Työpaikat ovat Slow-<b>liikkeen</b> keskeinen taistelukenttä. Kun työ ahmaisee paljon aikaa, sitä jää vähemmän kaikelle muulle.</p>	<p>Vapaa-aika ei vain palautumista työstä</p> <p>Tuottavuuden lisääminen taukojen ja vapaa-ajan kautta</p> <p>Lyhyempi työaika</p> <p>Työnteon vähentäminen</p> <p>Työpaikat keskeinen taistelukenttä, vievät paljon aikaa</p>	
<p>4 ”Sille (joutilaisuudelle) tulisi olla sija yhteiskunnassamme.”</p> <p>8 ”Nyt pitäisi vaan myöntää, että hitaus ei ole laiskuutta ja joutilaisuus ei ole tehottomuutta. Jos suomalainen ajattelee, että slow lifeen liittyy joutilaisuuden leima, ei kukaan sitä halua toteuttaa.”</p> <p>8 Ja ennen kaikkea siten, että seisahtuminen on hyväksyttävää.”</p> <p>8 ”Heinosen mukaan käsityksemme mm. tulevaisuudesta ja aikajänteestä muuttuisivat radikaalilla tavalla. Uuvuttavan työssä uurastamisen sijaan tulevaisuuden työntekijää pitäisi arvostaa tasapainon löytämisestä.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Työnantaja haluaa jatkossa tekijöitä, jotka eivät paahda itseään loppuun, vaan osaavat elää tasapainossa työn ja vapaa-ajan välillä. Tämä pitää sallia.”</li> </ul>	<p>Joutilaisuudelle sija yhteiskunnassa</p> <p>Sen myöntäminen, että hitaus ei ole laiskuutta eikä joutilaisuus tehottomuutta</p> <p>Seisahtumisen hyväksyttävyyys</p> <p>Myös työnantajan tulisi arvostaa tasapainoa työn ja vapaa-ajan välillä</p>	<p>Hitauden hyväksyttävyyden saavuttaminen</p>
<p>6 ”Se on kuin sateenvarjo, jonka alla majailevat muun muassa etätö, tavaroiden ja elintarvikkeiden lähituotanto ja nokkela niukkuus.”</p> <p>7 ”Jos slow life -<b>aate</b> leviää, maailma paranee sen kautta, että kulutetaan vähemmän ja ollaan vähän terveempiä muutenkin.”</p> <p>9 ”Uudempana keskustelunavauksena esiin nostettiin elämäntapa, jonka johtoajatuksena on, ettei itsensä hengiltä raataminen ja kasvava kulutus ole tie onneen.”</p> <p>9 ”Savonlinnassa tänään pidetyssä Saimaa Summit -seminaarissa yhdeksi puheenaiheeksi nousi arjen tietoinen hidastaminen ja kuluttamisen vähentäminen, <b>slow life</b>.”</p>	<p>Niukka kuluttaminen ja lähituotanto</p> <p>Maailma paranee kun kulutetaan vähemmän</p> <p>Kasvava kulutus ei ole oikotie onneen</p> <p>Kuluttamisen vähentäminen</p>	<p>Turhasta kuluttamisesta luopuminen</p>
<p>5 ”Hitaus liittyy hänen mielestään harkitsevuuteen”</p> <p>10 ”Hyvän elämän rytmi perustuu mieleemme kapasiteetin – 100 bitin – kunnioittamiseen. Slow Life, Slow Down, hidastaminen, hiljaisuuden kutsuun vastaaminen ilmaisevat konkreettisesti meidän ottavan ihmisyyden</p>	<p>Asioiden harkitseminen</p> <p>Mielen kapasiteetin kunnioittaminen</p>	<p>Mielen ja kehon kuunteleminen</p>

<p>kunnioittamisen todesta.”</p> <p>10 Haluamme päästä ympäristöön, jossa hälyn ja viestien määrä on sen verran vähäinen, että voimme kuunnella itseämme, kuulla mitä minulle todella kuuluu, miten minun ruumiini ja mieleni jaksavat, mitkä ovat elämässäni tärkeimpiä ja polttavimpia kysymyksiä, jotka vaativat että teen niille jotain.”</p> <p>11 ”Kieltäytyessään oravanpyörästä ihminen vaihtaa menestyksen merkit todelliseen hyvinvointiin ja viriketulvan sisäiseen vahvuuteen.”</p> <p>11 ”Hitaamman elämän alkuun pääsee paitsi itsetutkiskelulla, myös muokkaamalla toimintatapojaan: Ennakointi on tärkeää. Kun opettelee, mihin oma aika todella riittää, ei tule luvattua liikoa.”</p> <p>11 ”Helsinkiläiselle Heikki Honkalalle hidastaminen on merkinnyt ennen kaikkea juuri itseensä tutustumista. Kun antaa tilaa itselleen ja läheisilleen, voi muuttua itseksensä. Tilaa tule itselle ominaisille asioille.”</p>	<p>Halumme kuunnella itseämme ja kehoamme</p> <p>Oravanpyörästä kieltäytyminen</p> <p>Itsetutkiskelu ja toimintatapojen muokkaaminen</p> <p>Tutustuminen itseensä ja muuttuminen sitä kautta</p>	
<p>3 ”Vapaa-ajalla olennaista on Kopomaan mukaan ”elvyttävä poiskytyminen” – arkisten huolien unohtaminen hetkeksi.”</p> <p>3 ”Toiminnan ulkoinen toimeliaisuus ei sulje pois sitä, ettei se olisi leppoistavaa. Varmaan hyvin toiminnallisetkin harrastukset leppoistavat arkea. Ne voivat olla flow-kokemuksia, joissa ajantaju irtoaa ja pääsee pois tutuimmista haasteista.”</p> <p>10 ”Hiljaisuus on hoitavalla tavalla ymmärrettynä hakeutumista paikkaan ja tilaan, missä uskallamme avata silmät ja korvat levälleen oman elämän katseluun ja kuunteluun. Uskallamme antaa äänen tulla ja mennä, uskallamme itse tulla läsnä oleviksi omaan ruumiiseemme ja elämäämme, niin että meillä ei ole tarvetta juosta pakoon minnekään. Olen nyt tässä. Se riittää.”</p> <p>10 ”Tyhjä tila on äänen kaikupohja, mikä auttaa äänen tuloa kuulluksi. Hiljaisuus on elämämme kaikupohja. Hiljaisuutta vastaan sanat saavat sisältöä ja merkitystä.”</p> <p>10 ”Hiljaisuudessa sallimme äänen tulla luoksemme, koskettaa meitä, soida meissä, eheyttää meitä.”</p> <p>11 ”Käytännössä tämä merkitsee ennen kaikkea aikaa tehdä itselle ja toisille iloa tuottavia asioita.”</p> <p>12 ”Sen sijaan kun hidastaa vauhtia ja on toimiessaan läsnä, on aikaa luoda merkityksiä, jolloin kokemukset jäävät mieleen. Kokemansa muistaminen on tärkeä osa ihmisen elämää, sillä kokemuksethan muovaavat meitä ihmisinä.”</p> <p>12 ”Käsityöt ovat Slow-<b>filosofian</b> täydellinen ilmentymä: neulominen on lähtökohtaisesti hidasta eikä sitä voi nopeuttaa painamalla nappia tai kääntämällä katkaisijaa. Neulomisen todellinen nautinto syntyy tekemisestä eikä lopputuloksesta.”</p> <p>14 ”Kun viimein tajuaa, mikä rauha onkaan hiljaisuudessa, viipyilyssä, tapahtumia puuttuvassa elämässä ja vapaa-ajassa, voi onnitella itseään ensimmäisestä tolkkulisesta askeleesta.”</p>	<p>Oleennaista arkisten huolien unohtaminen vapaa-ajalla</p> <p>Leppoistavat harrastukset</p> <p>Hakeutuminen paikkaan, jossa voimme keskittyä itseemme ja elämäämme</p> <p>Hiljaisuuden kautta sanojen sisällön ja merkityksen etsiminen</p> <p>Hiljaisuudessa oleminen</p> <p>Iloa tuottavien asioiden tekeminen</p> <p>Hidastamisen ja läsnä olemisen kautta kokemukset jäävät mieleen</p> <p>Nautinto tekemisessä eikä lopputuloksessa</p> <p>Rauhan kokeminen ilman toimintaa</p>	<p>Läsnäolo ja rentoutuminen</p>

## Liite 2. Slow-ideologian hallitsevat kehukset

Pääluokka	Diagnoosi		Prognosi			
Yläluokka	Ongelman aiheuttajat	Ongelma	Uhattuina	Keinot		Päämäärät
Yläluokkaa määrittävä kehys	<b>Länsimainen elämäntapa</b>	<b>Liiallinen kiire</b>	<b>Yleinen hyvinvointi</b>	<b>Yksilön valinnat</b>	<b>Poliittinen vaikuttaminen</b>	<b>Mielekäs elämä</b>
Alaluokat	Nykykulttuuri  Teknologia  Nopeuden ihannointi	Tehokkuusvaatimukset  Kaiken aikatauluttaminen  Suorituskeskeisyys  Liikaa ärsykeitä  Hiljaisuuden puute	Työn laatu  Fyysinen ja psyykinen hyvinvointi  Sosiaaliset suhteet  Läsnäolon taito  Ympäristö	Omarytmisyys  Läsnäolo ja rentoutuminen  Mielen ja kehon kuunteleminen  Turhasta kuluttamisesta luopuminen	Työelämän muuttaminen  Hitauden hyväksyttävyyden saavuttaminen	Luovuus ja laatu  Henkinen tasapaino  Elämästä nauttiminen  Ekologisuus ja eettisyys