

Lappi mindfulnessin kehtona

Semioottinen valokuva-analyysi Instagramin Lappi-kuvasta

Pro gradu -tutkielma

Emma Sarsila

0421249

Taiteiden tiedekunta

Audiovisuaalinen mediakulttuuri

Lapin yliopisto

2020

Lapin yliopisto, taiteiden tiedekunta

Työn nimi: Lappi mindfulnessin kehtona: Semioottinen kuva-analyysi Instagramin Lappi-kuvasta

Tekijä: Emma Sarsila

Koulutusohjelma/oppiaine: Audiovisuaalinen mediakulttuuri

Työn laji: Pro gradu -tutkielma

Sivumäärä: 65

Vuosi: 2020

Tiivistelmä

Lappi kiinnostaa ihmisiä yhä enemmän ja enemmän ja siitä syystä onkin tärkeää tutkia, millaisena Lappi näyttäytyy sosiaalisessa mediassa. Tutkimuksen tarkoituksena on löytää sosiaalisessa mediassa jakamisen seuraamus, eli millaisen kuvan Lapista Instagramissa julkaistut kuvat luovat. Tutkielma on semioottinen valokuva-analyysi, joka tutkii, millaisena Lappi representoituu sosiaalisen median kuvapalvelu Instagramissa, mediatieteen ja osittain myös matkailun näkökulmasta. Kyseessä on siten representaatiotutkimus, jossa on käytetty tarkastelun työkaluna semiotiikkaa, tarkemmin Roland Barthesin kehittämää denotaatio-konnotaatio -käsiteparia. Aineisto on sosiaalisen median kuvapalvelu Instagramissa #lapland -haulla (7.2.2018) löytyneet yhdeksän Top Posts -kuva. Top Posts on Instagramin algoritmin mukaisesti sen hetken kyseisen hashtagin alle tágättyjen suosituimpien yhdeksän kuvan ruudukko. Aineiston julkaisijoiden joukosta noin puolet on Lapissa toimivia, osaltaan Lapin markkinointiin keskittyviä yrityksiä, ja noin puolet yksityisiä tilejä. Tutkimuksen tarkoituksena on tuoda tietoa siitä, millaista kuvaa Lapista luodaan sosiaalisessa mediassa, sekä tarkoituksellisesti, että tarkoituksettomasti. Tutkimustulosten mukaan Lappi näyttäytyy rauhallisena ja perifeerisenä, mutta kuitenkin myös toiminnallisena. Lopputulemana on esitys, että Lappi voi näiden tutkimustulosten varjossa näyttäytyä myöskin mindfulnessin harjoittamiseen sopivana paikkana.

Avainsanat: Lappi, representaatio, sosiaalinen media, Instagram, semiotiikka, mindfulness

Summary

Lapland is attracting people more and more and that's why it is important to study how Lapland is represented on the social media. The purpose of the study is to find the consequences of sharing on social media, ergo, what kind of image the pictures posted on Instagram create of Lapland. The thesis is a semiotic photo analysis that explores the representation of Lapland in the social media image service Instagram from the perspective of media science and partly from the perspective of tourism. It is thus a representational study using semiotics as a tool of analysis, more specifically the system of denotation and connotation developed by Roland Barthes. The material is a grid of nine "Top Posts" images found on the social media platform Instagram using #lapland search (7/2/2018). It is a grid of the most popular nine images currently tagged under that hashtag according to Instagram's algorithm. Among the publishers of the material, about half of the accounts are operated by companies from Lapland, some of which are focused on marketing in Lapland, and about half of them are private accounts. The purpose of the study is to provide information about the image of Lapland created in social media, both intentionally and unintentionally. According to research, Lapland appears calm and peripheral, but also active. The end result is the suggestion that Lapland, in the shadow of these research findings, may also appear as a place to practice mindfulness.

Keywords: Lapland, representation, social media, Instagram, semiotics, mindfulness

Sisällys

1. Johdanto	5
1.1. Aineisto	7
1.2. Lappi-representaatio tutkimuksen kohteena	8
1.3. Sosiaalinen media tutkimuksen kohteena	10
1.4. Aiemmin tutkittua	11
1.5. Tutkimuskysymys ja tutkimuksen toteutus	13
2. Teoria	18
2.1. Representaatiotutkimus	18
2.2. Roland Barthesin semiotiikka	19
3. Rauhan ja huolettomuuden tyysija	23
3.1. Mindfulness ja rauha	25
3.2. Pysähtyneisyys	28
3.3. Ihmisten ja eläinten vähäisyys	30
3.4. Toiminnan puuttuminen	31
3.5. Ympäristö ja luonto	32
3.6. Hiljaisuus	33
4. Perifeerinen Lappi	35
4.1. Luonnon koskemattomuus	36
4.2. Vähäinen infrastruktuuri	38
4.3. Villi ja arktinen Lappi	40
4.4. Kolonialismi	42
4.5. Periferia, mindfulness ja retriitti	43
5. Toiminnallisuuden ja ulkoaktiiviteettien Lappi	44
5.1. Aktiiviteetit	45
5.2. Ulkoilu	46
5.3. Toiminnallinen mindfulness	49
5.4. Hyvinvointi ja ympäristö	50
6. Päätäntö	53
6.1. Tutkijan positio	53
6.2. Loppusanat	53
Lähteet	56
Luettelot	64
Aineiston lähteet	65

1. Johdanto

Ystäväni soitti kauhuissaan minulle, kun hän oli saapunut kauan odotetulle lomalle Espanjaan:

“Me ollaan tultu johonkin slummiin!!”

Mediassa nähtyjen kuvien perusteella matkakohteessa matkailijaa olisi odottanut upeat maisemat, nauravat ihmiset ja puhtaat hiekkarannat. Mutta kuinkas kävikään: kuvat eivät olleet koko totuus. Ystäväni saapui kohteeseen illalla, kun aurinko oli jo laskenut, eikä vastassa ollutkaan turkoosin meren tai lämpimän kullanvärisen hiekan sävyjä. Vastassa oli pimeys, rauhattomat kadut ja hämäräperäiset öiset kulkijat. Katujen varret olivat täynnä roskia, ja majapaikkakin oli “jossakin Jumalan selän takana”, kuten ystäväni ilmaisi.

Kyseisen tapahtuman, ja omieni sekä monien muiden matkailijoiden vastaavanlaisten pettymystarinoiden myötä aloin pohtia oman maakuntani kasvavaa matkailua ja siihen kohdistuvaa mielenkiintoa maailmalla. Kiinnostuin millaisena Lappi, minun kotipaikkani, näyttäytyy sosiaalisessa mediassa. Sosiaalinen media antaa jokaiselle internetin käyttäjälle vapauden tuottaa kaikille näkyvissä olevaa sisältöä, lähes mistä aiheesta tahansa. Yksi tällainen aihe on matkailijoiden valokuvat matkakohteista. Ennen internetiä valokuvat matkakohteista olivat lähinnä postikortteja tai matkaoppaiden sivuja, mutta tänä päivänä matkailijoiden julkaisemia valokuvia löytyy sosiaalisen median alustoilta ihan ähkyyn asti.

Ryder Carroll kirjoittaa teoksessaan *Bullet Journal -metodi* harhaanjohtavista johtopäätöksistä selatessamme sosiaalisen median kanavia:

*“Me emme näe sitä, mitä kuvien takana on: mallien armoton kilpailu
koekuvauksissa, studio vertailemassa kasvokuvia.*

*Emme näe tuotantotiimejä tai sitä, miten kameravarusteita tuodaan paikalle
rekkalasteittain.*

Emme näe mallien pitkiä työttömiä jaksoja, sateen takia viikoiksi venyviä kuvaussessioita, ruokamyrkytyksiä kohteessa emmekä sitä tyhjyyttä, joka paikalle jää, kun kuvausryhmät lähtevät pois.”

Kyseinen ilmiö kiinnostaa minua audiovisuaalisen tuotannon ammattilaisena ja mediatutkijana. Uskallan väittää, että kokemukseni niin video- kuin valokuvaajana ovat kasvattaneet tietoisuuttani siitä, millainen valta kuvaajalla on sulkea kuva-alasta pois ne elementit, joita hän ei halua kuvassa näkyvän. Tällainen valta on jokaisella, joka julkaisee valokuvan sosiaalisessa mediassa. Sosiaalisen median aikakauden myötä median sisällöntuottajia eivät ole enää tietyt organisaatiot, vaan meistä, tavallisista ihmisistä on tullut sisällöntuottajia. Tästä syystä valitsin tutkimukseni lähtökohdaksi kuvapalvelu Instagramissa julkaistuja valokuvia, sillä Instagramiin voi lähes kuka tahansa tuottaa sisältöä.

Tutkielmassani tutkin, millaisena Lappi näyttäytyy Instagramissa. Aihe kiinnostaa, koska haluan tietää, millaisia representaatioita Lapista luodaan sosiaalisessa mediassa. Lappi on minulle tärkeä, sillä olen asunut Lapissa noin 25 vuotta. Tästä syystä voisin sanoa olevani jonkin kaltainen Lapin asiantuntija ja siten minua kiinnostaa, näyttäytyykö Lappi samanlaisena minulle, kuin niille, jotka katselevat Lappi-kuvia vaikkapa toiselta puolen maapalloa!

On myös kiinnostavaa, että median tuottama kuva voi olla täysin erilainen, kuin todellisuus. Tosin myös todellisuus voi näyttäytyä eri ihmisille eri tavalla ja kuvien aiheuttamia mielikuvia voisi teoriassa olla rajattomasti, mutta käytännössä samaan kulttuuriin kuuluvilla henkilöillä mielikuvat, denotaatiot, ovat pääpiirteittäin samoja. Tämä johtuu siitä, että saman kulttuurin sisällä eläville on yhteistä se, että heillä on sama metakieli, eli ne puhuvat samoilla sanoilla samoista merkityksistä.

(Hietala 1993, 86, 72-73.)

1.1. Aineisto

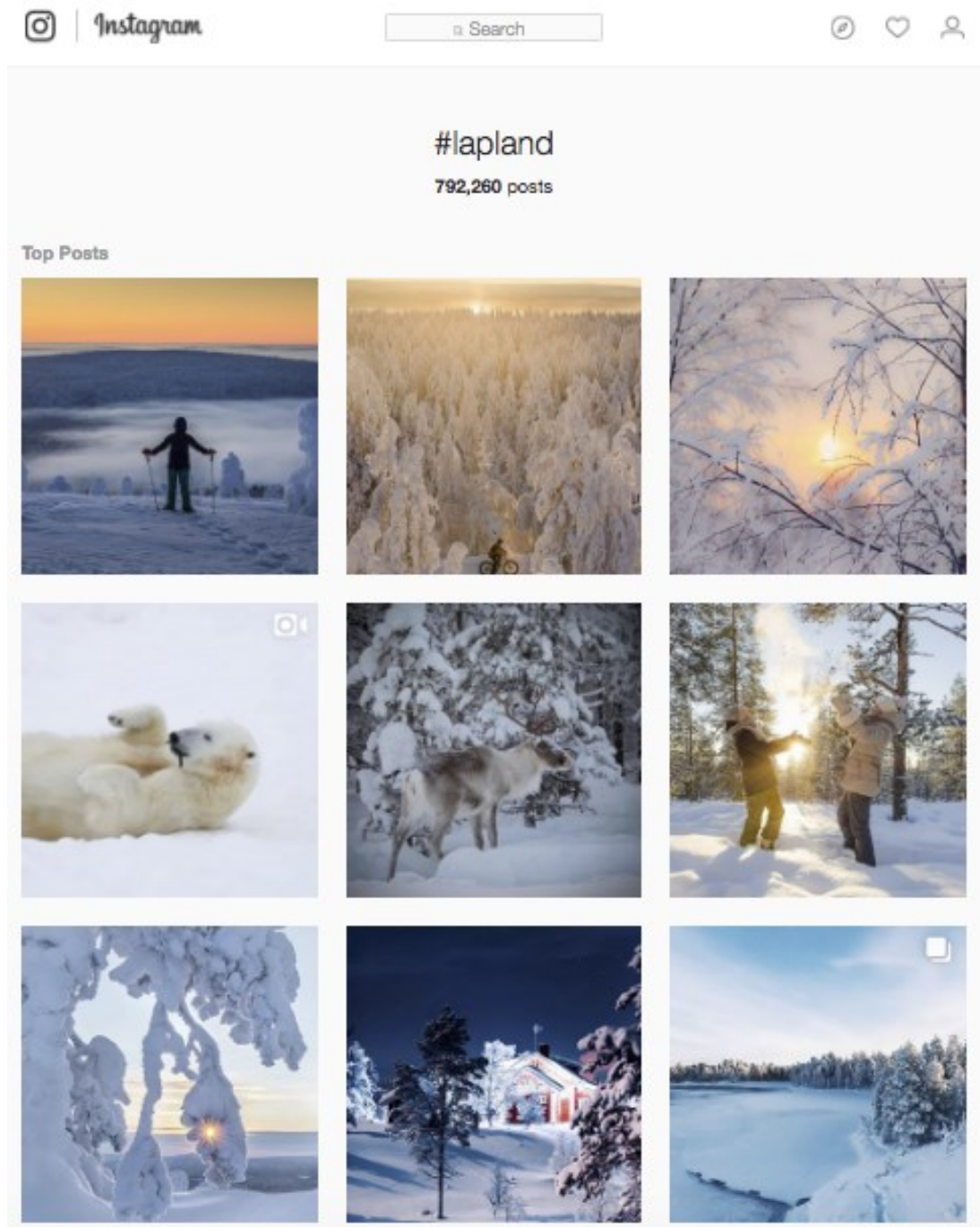
Lähdin tutkimaan aihetta tekemällä internet-hakuja Lapland (suom. Lappi) -hakusanalla. Tein haun englanniksi, sillä vaikka Englanti ei olekaan maailman käytetyin kieli, voisin kuvitella, että useat Lapista kiinnostuneet tiedonhakijat saattaisivat käyttää kyseistä englanninkielistä hakusanaa. Tässä kohdin täytynee kuitenkin olla tietoinen siitä, että hakukoneeni aiheuttaa sen, että tulokset eivät ole yleismaailmallisia.

Miksi sitten valitsin juuri Instagramin? Se on tämän hetken yksi suosituimpia kuvapalveluita internetissä ja sillä on miljoonia käyttäjiä. On tavallista, että käyttäjät lisäävät sinne kuvia matkustellessaan ympäri maailmaa. Mielenkiintoista on myös se, että usein näiden matkailijoiden kuvien joukossa on myöskin kyseistä kohdetta markkinoivien tahojen julkaisuja, ja niitä ei välttämättä enää erota toisistaan, sillä kuvat voivat olla laadullisesti hyvinkin samankaltaisia.

Mielikuvat Lapista voivat olla eri ihmisillä erilaisia. Jotkut saattavat luulla, että Lappi on kuin pohjoisnapa ja siellä asutaan igluissa jääkarhujen keskellä. Jotkut luulevat, että Lapissa ei todellisuudessa asu ketään, saati sitten että siellä olisi minkäänlaista infrastruktuuria. En kuitenkaan lähtenyt hakemaan, millainen on yleismaailmallinen Lappi-kuva, vaan päätin rajata aineistoni sen hetken (7.2.2018) nostoihin (top post), eli Instagramin toimintaperiaatteiden mukaisesti yhdeksään valokuvaan.

Syy aineiston tällaiseen rajaamiseen on yksinkertaisesti se, että haun tehdessään sovelluksen käyttäjän näytölle ilmestyy tällainen nostettujen kuvien ruudukko, joka sisältää vain yhdeksän kuvaa. Vasta selaamalla alaspäin pääsee katselemaan viimeisimpiä julkaisuja. Nostetut kuvat vaihtelevat päivittäin, ja jopa tunneittain. Instagram ei ole itse kovin tarkkaan avannut, millaisin perustein sen algoritmi toimii, joten en tässä tutkimuksessa mene siihen sen enempää.

Alla aineistoni kuvat sellaisena, kuin ne Instagram -haulla löytyivät, ruudukkona. Kun puhun tutkielmassani esimerkiksi kuvasta 1, tarkoitan sillä aineiston ensimmäistä kuvaa, vasemmalta oikealle luettuna. Eli kuva jääkarhusta on kuva 4 ja niin edelleen.



Kuva a: Aineisto: Kuvat 1-9, numeroitu järjestyksessä vasemmalta oikealle

1.2. Lappi-representaatio tutkimuksen kohteena

Lappi voidaan määritellä useammalla eri tavalla. Suomen Lappi on Suomen rajojen sisällä oleva alue, Suomen tämän hetken pohjoisin (ja suurin) maakunta. (Tiedekeskus Arktikum). Maantieteellisesti Lappi ulottuu myös Norjaan ja Ruotsiin, mutta tässä

tutkielmassa valitsen kuitenkin keskittyä vain Suomen Lappiin, sillä kaikki aineistokseni valikoituneet valokuvat (mahdollisesti käyttämäni laitteen takia) on sijaintimerkintöjen mukaan otettu Suomen Lapissa:

Aineiston kuva 1: Muonio

Aineiston kuva 2: Rovaniemi

Aineiston kuva 3: Lapland (Finland)

Aineiston kuva 4: Ranua

Aineiston kuva 5: Lapland (Finland)

Aineiston kuva 6: Ounasvaara (Rovaniemi)

Aineiston kuva 7: Lapland (Finland)

Aineiston kuva 8: Lapland (Finland)

Aineiston kuva 9: Lapland (Finland)

Aluksi Lappi oli osa Pohjanmaata (Pohjois-Pohjanmaa) sekä saamelaisten Lappia, ja vuodesta 1775 osana Oulun lääninä. Omaksi läänikseen se itsenäistyi vuonna 1938. (Massa 1994, 142.) Vuoden 2018 Lapin vahvistettu väkiluku on 178 522 asukasta. (Tilastokeskus a). Lappiin kohdistuva ulkomaanmatkailu kasvaa nopeampaa tahtia kuin muiden Pohjoismaiden ja jopa nopeammin kuin muualla Suomessa. (Tilastokeskus c).

Lapin representoituminen sosiaalisessa mediassa kiinnostaa minua ennen kaikkea mediatutkijana, mutta myös Lappiin kohdistuvan matkailun lisääntymisen kautta matkailun näkökulmasta.

Vuosittaiset yöpymiset ja saapuneet vieraat majoitusliikkeissä muuttujina Maakunta, Maa, Majoitusliikkeen tyyppi, Tiedot ja Vuosi

	Saapuneet, Ikm										
	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019*
Lappi											
Kaikki yhteensä											
Kaikki majoitusliikkeet	903 609	912 000	955 492	982 466	978 318	957 572	979 360	1 105 703	1 193 405	1 226 241	1 265 241

Taulukko 1: Vuosittaiset yöpymiset ja saapuneet vieraat Lapissa vuosina 2009-2019 (Tilastokeskus b)

Yllä taulukko, joka osoittaa Lapin matkailun kasvun viimeisen kymmenen vuoden aikana (Tilastokeskus b). Huom. Taulukossa on vain rekisteröityneiden majoittajien luvut, eli se ei sisällä esimerkiksi vuokramökkiyöpymisiä. Vuosi 2019 on ennuste.

Pro gradu -tutkielman laajuuden huomioon ottaen on yhdeksän kuvan laadullinen analyysi riittävä. Kyseessä on siis otos siitä, millaisena Lappi näyttäytyy Instagramissa. Minua kiinnostaa Lapista tuotettujen representaatioiden lisäksi se, että koen sosiaalisen median merkittävyyden kohteen markkinoinnissa ja näyttäytymisessä olevan nykypäivänä yhtä merkittävää, kuin matkaoppaat ovat aiemmin olleet.

1.3. Sosiaalinen media tutkimuksen kohteena

Sana media on peräisin latinankielisestä sanasta medium. Se tarkoittaa välissä tai keskellä. Medialla voidaan tarkoittaa välinettä, jota käytetään viestimiseen, mutta myöskin näihin välineisiin liittyviä sisältöjä ja käytänteitä. Perinteisen median rinnalle on tullut uusi media, jossa on kyse vuorovaikutteisuudesta ja digitaalisuudesta. (Yleisradio: Mediakompassi.) Sosiaalinen media on uutta mediaa ja se on noussut ihan ilmiöksi asti 2000-luvulla. Perinteiseen mediaan verrattaessa sosiaalisessa mediassa keskiössä on osallistuminen, vuorovaikutus sekä jakaminen. (Heinonen 2009, 6.) Perinteisissä medioissa tätä vuorovaikutusta ei yleensä tapahdu.

Tämän hetken suosituimpia sosiaalisen median alustoja ovat Facebook, YouTube, WhatsApp, Facebook Messenger, WeChat sekä Instagram. (Statista, 2019). Sosiaalisella medialla yleisimmin tarkoitetaan yhteisöllistä mediasisältöä. Sanaparissa *sosiaalinen media* voidaan sana *sosiaalinen* nähdä ihmisten vuorovaikutuksena ja sana *media* sen välineenä. Sosiaalisen median alustat rakentuvat käyttäjien aktiivisesta osallistumisesta sekä sisältöjen avoimuudesta. Niille on ominaista, että ne ovat viihdyttäviä ja helppokäyttöisiä. Sisällölle on ominaista käyttäjien tietojen, sisältöjen ja kokemusten jakaminen ja siten myös verkostoituminen ja yhteisöllisyys. (Heinonen 2009, 6.)

Instagram

Instagram on viimeisimpien tilastojen mukaan kuudenneksi suosituin sosiaalisen median alusta. (Statista, 2019). Instagram luonnehtii olevansa ilmainen valokuvien ja videoiden julkaisusovellus, jossa julkaisujen kohdeyleisönä voi olla käyttäjän seuraajat tai vaihtoehtoisesti käyttäjän valitsema tietty ystäväjoukko. Käyttäjä voi myös katsella, kommentoida ja tykätä muiden kuvia. Palvelun alaikäraja on 13 vuotta. (Instagram a.)

Kuvia julkaistaessa käytetään hashtagia, eli tunnisteita, jotka merkitään risuaidalla (#). Näin voidaan merkitä, mihin aihepiiriin tai minkä asiasanan alle julkaisu liittyy (Kortesuo 2010, 13, 199.), kuten tässä tutkimuksessa valitsemani aineisto on löydetty #lapland -hashtagilla. Instagramin käyttäjät ovat tällöin kuvan julkaistessaan kokeneet valokuvan liittyvän jollain tapaa Lappiin. Sovelluksessa voi myös mm. tägätä muita käyttäjiä, kirjoittamalla @käyttäjätunnus ja tunnuksen käyttäjä saa tästä ilmoituksen sovellukseensa. (Kortesuo 2010, 49). Olen tähän tyyliin tägännyt aineistoni kuvien kuvateksteihin kuvien julkaisijat, vaikka he eivät siitä tässä tapauksessa ilmoitusta saakaan.

1.4. Aiemmin tutkittua

Lappi-kuvaa on tutkittu useissa teoksissa. On mielenkiintoista, että tulokseni ovat hyvinkin samankaltaisia muiden tutkimusten tulosten kanssa. Seuraavaksi esittelen muutaman itselleni keskeisen teoksen, joissa on tutkittu Lappi-kuvaa tai laajemmin Suomi-kuvaa.

Hautala-Hirvioja (1999) on tutkinut Lappi-kuvan muotoutumista suomalaisessa kuvataiteessa ennen toista maailmansotaa. Hautala-Hirviojan mukaan koko Suomi näyttäytyi ennen toista maailmansotaa periferiana ja Etelä-Suomi oli suomalaisen kulttuurin keskus. Erityisesti periferiana näyttäytyi pohjoinen Suomi. Suurin osa Lappia kuvanneista taiteilijoista oli vierailut, opiskellut tai asunut ulkomailla ja siitä syystä Lappia kuvattiin keskustusten näkökulmasta. Lappi joutui täten omaksumaan

tällaiset ulkopuoliset tarkastelutavat. Suosituin aihe tutkitussa materiaalissa oli maisema ja etenkin tunturit ja niitä pidettiin Lapin tunnusmerkkinä. Maisemat olivat avaria, karuja ja autioita. Henkilökuvissa materiaalissa esille nousi saamelaiset. Tutkimuksen mukaan Lapista nousi myös esille luonnonrauha ja hiljaisuus (Hautala-Hirvioja 1999.), kuten myös minun tutkielmassani.

Haapanen (2017) on tutkinut Lapin representoitumista pro gradu -tutkielmassaan. Haapanen on tutkinut Lappi-kuvan muotoutumista Suomen suurimman sanomalehden, Helsingin Sanomien artikkeleiden perustella. Tutkimuksen mukaan Lappia pidettiin suhteessa Etelä-Suomeen ennen kaikkea reuna-alueena, periferiana, mutta myös jollain tapaa edelläkävijänä. Lapin ja Etelä-Suomen välillä oli selkeästi kaksin jako. Lappi myös näyttäytyi taiteilijoiden inspiraation lähteenä sekä asiantuntijoiden alueena. (Haapanen 2017.)

Kalaoja (2016) on tutkinut Suomea markkinoivia kuvastoja, tai kuten hän itse nimeää, edustuskuvasastoja. Kalaoja tutkii kuvastoissa ennen kaikkea sitä, kuinka eri tahot tuottavat kuvauksia Suomesta, ja millaisin diskurssein ne sitä tuottavat. Kyseisen tutkimuksen aineisto koostuu eri instituutioiden kansainvälisille kohdeyleisöille tarkoitetuista viestintämateriaaleista, joiden tavoitteena on edistää Suomen maabrändiä. Nämä julkaisut ovat siis tarkkaan harkittuja markkinointimateriaaleja, toisin kuin minun aineistossani, jonka kuvista noin puolet ovat yksityisten ihmisten julkaisemia. Kalaoja käyttää tutkimusmenetelmänä kriittistä diskurssianalyysia, jossa lähtökohtana on tutkia aineistoa vallan ja ideologian käsitteiden kautta, eikä sillä oletuksella, että aineiston kuvat olisivat itsestään selviä todellisuutta välittäviä tuotoksia. Kyseinen menetelmä olisi voinut sopia myös tähän tutkielmaan, mutta koin mielekkääksi lähteä tutkimaan aiheitani representaation ja semiotiikan kautta. Kalaojan tutkimuksen mukaan Suomen markkinointikuvastoista nousee vastakkain metropolidiskurssi ja luontodiskurssi, mutta luontoa ja luonnonrauhaa pidetään Suomen ja suomalaisuuden visuaalisen esittämisen kulmakivenä. Kuvastossa nousee esille levollinen luonnonmaisema, joka Kalaojan mukaan perustuu John Urryn & Jonas Larsenin kehittämän romanttisen katseen varaan. Kyseisessä näkemisen tavassa tärkeimpiä piirteitä ovat ympäristön rauhallisuus, levollisuus sekä henkilökohtaisuus. (Kalaoja 2016.)

1.5. Tutkimuskysymys ja tutkimuksen toteutus

Tutkimuskysymykseni on “millaisena Lappi näyttäytyy Instagramissa”.

Tutkimuksen tavoitteena on saada tietoa siitä, millaisia representaatioita sosiaalisen median alustalla Instagramissa julkaistut valokuvat Lapista luovat ja mitä ne Lapista mahdollisesti kertovat. Sosiaalisen median luomaa Lappi-kuvaa ei tietojeni mukaan ole aiemmin tutkittu, joten tutkielmani tuottaa uutta tietoa.

Analyysini on kaksivaiheinen. Ensimmäinen vaihe on tarkan lähiluvun vaihe ja toinen on tulkitseva lukeminen. Roland Barthes (1915–1980) on nimennyt nämä vaiheet denotaatio-konnotaatio käsitteillä. Kyseisestä käsiteparista lisää luvussa 2.2.

Lähdin toteuttamaan tutkimustani hakemalla kuva-aineistostani vastaukset alla oleviin kysymyksiin. Kyseisten kysymysten avulla odotan löytäväni, mitä kaikkea kuvat denotoivat.

1. Millainen miljöo kuvassa on?
2. Millaisia henkilöitä tai eläimiä kuvassa on?
3. Mitä toimintoja kuvassa on?
4. Millaista esineistöä kuvassa on?

Lähiluku

Jotta pystyin analysoimaan aineistoani tarkasti, päädyin käyttämään aineistoni sisällön analysoimisessa metodina lähilukua, sillä se sopii menetelmällisesti teoreettiseen viitekehukseeni. Lähiluvulla tarkoitetaan yksityiskohtaista analyysia. Lähiluku-analyysillä voidaan tulkita esimerkiksi mediatekstejä, kuvia sekä ympäristöjä. (Jyväskylän yliopisto). Perinteisesti lähiluvun tarkoituksena on lukea ja tutkia tutkittavaa tekstiä tai kuten tässä tutkimuksessa valokuvaa erittäin tarkasti, vaihe vaiheelta. Se on jäsennelty lähestymistapa, jolla voidaan saavuttaa syvempää ymmärrystä luettavasta aineistosta. Prosessiin kuuluu lukemista, kyseenalaistamista,

keskittymistä ja yhä uudelleen lukemista kohdistuen valittuun aineistoon. Tällöin päästään lähemmäs aineiston piilomerkityksiä. (Lapp 2017, 10-11.)

Kävin huolellisesti läpi jokaisen valokuvan kerrallaan, lähilukemalla niitä. Oli tärkeää huomioida ja kirjata ylös jokainen kuvan elementti, jotta minun oli mahdollista jatkaa analyysissäni seuraavaan vaiheeseen. Taulukoin vastaukset, jotta niihin oli helpompi palata uudelleen:

ANALYYSIKYSYMYS	KUVA 1	KUVA 2	KUVA 3
1. Millainen miljöö kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Hämyinen sää - Luminen maisema - Sumua - Lämpimänsävyinen auringonlasku/nousu - Pääosassa luonto - Rauhallinen, kiireetön tunnelma - Viileän sinisiä sävyjä - Taivas näkyy - Ulkona - Lumisia puita - Jalanjälkiä - Metsää 	<ul style="list-style-type: none"> - Luminen maisema - Kajastava, kirkas aurinko - Luonto pääosassa, ihminen pienenä - Ulkona - Lämpimiä sävyjä - Taivas näkyy - Lumisia puita - Metsää - Mahdollisesti ulkoilureitti 	<ul style="list-style-type: none"> - Lumisia puun oksia, joiden takaa symmetrisesti keskeltä kajastaa lämpimän värinen aurinko - Rauhallinen, kiireetön - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä, joiden keskellä lämpimän keltaista sävyä - Taivas näkyy
2. Millaisia henkilöitä kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Lumikenkäilevä ihminen, katse pois päin kamerasta 	<ul style="list-style-type: none"> - Fatbikellä pyöräilevä ihminen 	<ul style="list-style-type: none"> - Ei mitään
3. Mitä toimintoja kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Ihminen pysähtynyt katsomaan edessään avautuvaa maisemaa 	<ul style="list-style-type: none"> - Ihminen pyöräilee fatbikellä 	<ul style="list-style-type: none"> - Pysähtynyt maisema → ei toimintaa
4. Millaista esineistöä kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Ihmisellä lumikengät ja lumikenkäilysauvat 	<ul style="list-style-type: none"> - Ihmisellä fatbike, pyöräilykypärä 	<ul style="list-style-type: none"> - Ei mitään

Taulukko 2: Analyysi, kuvat 1-3

ANALYYSIKYSYMYS	KUVA 4	KUVA 5	KUVA 6
1. Millainen miljöö kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Luminen maa, melko kirkas sää - Lempeän leikkisä tunnelma, vaikka kuvassa on peto - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä - Lunta ja luontoa 	<ul style="list-style-type: none"> - Hämyisä luminen miljöö - Lumisia puita - Pysähtynyt tunnelma - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä - Hankea (paljon lunta) 	<ul style="list-style-type: none"> - Aurinkoinen, luminen sää - Selkeästi päivä - Aktiivinen tunnelma - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä, aurinko kultasävyinen - Taivas näkyy - Hankea
2. Millaisia henkilöitä kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Jääkarhu 	<ul style="list-style-type: none"> - Poro 	<ul style="list-style-type: none"> - Kaksi talvivaatteisiin pukeutunutta ihmistä (oletettu mies ja nainen)
3. Mitä toimintoja kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Jääkarhu makaa selällään (peuhaa), sillä on jotain suussaan 	<ul style="list-style-type: none"> - Poro seisoo pois päin kamerasta, mutta on kääntänyt pään kameraa kohti 	<ul style="list-style-type: none"> - Sivuttain, toisiinsa päin olevat ihmiset heittävät lunta ilmaan, vaikuttavat pitävän hauskaa
4. Millaista esineistöä kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Jääkarhun suussa jotakin, tunnistamaton esine 	<ul style="list-style-type: none"> - Ei mitään 	<ul style="list-style-type: none"> - Ei mitään

Taulukko 3: Analyysi, kuvat 4-6

ANALYYSIKYSYMYS	KUVA 7	KUVA 8	KUVA 9
1. Millainen miljöö kuvassa on?	<ul style="list-style-type: none"> - Luminen puu, jonka oksien välistä pilkottaa kirkas aurinko - Alas avautuva maisema (kuvattu korkealta) - Rauhallinen tunnelma - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä, aurinko kultasävyinen - Taivas näkyy - Taustalla luontoa silmänkantamattomiin 	<ul style="list-style-type: none"> - Valaistu talo keskellä tummaa maisemaa - Tähtiä taivaalla - Vaikuttaa olevan yö - Rauhallinen, pysähtynyt tunnelma - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä - Taivas näkyy (tähtitaivas) - Lähes koskematon lumihanki 	<ul style="list-style-type: none"> - Luminen, jäinen maisema - Metsää ja jäätyntä vesistöä - Kirkas taivas - Rauhallinen, pysähtynyt tunnelma - Ulkona - Viileän sinisiä sävyjä - Taivas näkyy
2. Millaisia henkilöitä kuvassa on?	- Ei ketään	- Ei ketään	- Ei ketään
3. Mitä toimintoja kuvassa on?	- Ei mitään	- Ei mitään	- Ei mitään
4. Millaista esineistöä kuvassa on?	- Ei mitään	- Punainen puutalo, jonka räystäillä jouluvalot	- Ei mitään

Taulukko 4: Analyysi, kuvat 7-9

Tutkimuskysymykseni ovat sellaisia, joihin voi vastata ainoastaan denotaatioiden, eli niiden ilmimerkitysten kautta. Mikäli olisin kysynyt tässä vaiheessa esimerkiksi “millaisia tunteita kuva herättää?”, olisi vastauksissa ollut tulkitsejan, eli minun, subjektiivisia lisämerkityksiä, konnotaatioita.

Konnotaatioihin paneuduin analyysini toisessa vaiheessa. Lähdin ryhmittelemään analyysikysymyksien tuottamia vastauksia niiden samankaltaisuuksien perusteella,

havainnoiden millaisia konnotaatioita ne luovat. Sain ryhmittelyn tuloksena kolme ryhmää:

1. Lappi näyttäytyy rauhallisena
2. Lappi näyttäytyy periferiana
3. Lappi näyttäytyy toiminnallisena

Luvuissa 3-5 kerron, kuinka päädyin kyseisiin tuloksiin. Tutkin myös, millaisia konnotaatioita nämä huomiot itsessään luovat, ja sitä kautta pääsin tutkimaan myös mindfulnessin käsitettä. Siitä lisää myös tulosluvuissa, mutta pääpiirteittäin mindfulness näkyy tuloksissani seuraavasti:

1. Mindfulnessin harjoittamiseen kuuluu olennaisesti tietoisien läsnäolon harjoittelu. Näiden taitojen avulla voidaan arkielämän haasteet kohdata tyynesti ja rauhallisesti (Mielenterveystalo). Mielenrauhaan pyrkiminen ja stressistä eroon pääseminen onnistuu mindfulnessissa rentoutumisen avulla. (Kabat-Zinn 2013, 28).
2. Tällaisen rauhan löytämiseen voi esimerkiksi mennä rauhalliseen, hiljaiseen paikkaan ja mikä olisikaan tähän parempi vaihtoehto kuin syrjäinen Lappi.
3. Toiminnallisuus ja aktiivisuus on yksi mindfulnessin harjoittamisen muoto: Esimerkiksi mindfulness-perusteisessa kognitiivisessa terapiassa (MBCT) puhutaan kahdenlaisista aktiviteeteista: mielihyvää ja nautintoa tuottavat aktiviteetit (pleasure activities), kuten esimerkiksi kylpeminen tai kävelyllä käyminen, sekä aktiviteetit (mastery activities), jotka antavat tunteen kontrollista, asioiden loppuunsaattamisesta tai tuottavat tyydytystä. Tällaisia aktiviteetteja voivat olla esimerkiksi ruohon leikkaaminen ja jonkin asian hoitaminen, jota on lykännyt. (Teasdale ym. 2014, 3, 170-173)

2. Teoria

Seuraavaksi esittelen käyttämäni teoriat ja metodit. Kerron myös miksi olen päättänyt käyttämään juuri niitä tässä tutkielmassa.

2.1. Representaatiotutkimus

Valokuva itsessään on esitys, eli representaatio. Sitä, miten eri mediat tuottavat ja esittävät todellisuutta, kenen näkökulmasta, ja millaisin välinein, voidaan tutkia representaation käsitteen avulla. (Seppänen 2005, 77.) Koska tutkimukseni tarkoituksena on selvittää, millaista todellisuutta sosiaalisessa mediassa (tässä tutkimuksessa Instagramissa) julkaistut kuvat tuottavat Lapista, on se luonnollisesti representaatiotutkimus. Representaatiotutkimus antaa siten tälle tutkimukselle sopivaa käsitteistöä.

Representaatio -termi tulee latinankielisestä sanasta *repraesentatio*, jonka kantasana *repraesentare* kätkee sisäänsä kaksi päämerkitystä:

- 1) kuvailla mielessään, asettaa silmien eteen, havainnollistaa tai kuvailla
- 2) tehdä heti/toteuttaa

Representaatio tarkoittaa esittämistä. Elämme representaatioiden maailmassa, sillä jokainen asia esittää jotakin itsensä ulkopuolista. (Knuuttila & Lehtinen 2010, 7-10.) Esimerkiksi voidaan ottaa vaikka todennäköisesti joka päivä autolla ajaessa kohtaamamme liikennemerkki, kärkikolmio. Se ei ole pelkkä tolpan päässä oleva kolmio, vaan se representoi sääntöä. Eri konteksteissa representaatio voi tarkoittaa esimerkiksi:

- 1) politiikassa → edustamista
- 2) taiteissa → kuvaamista
- 3) kielessä → esittämistä
- 4) visuaalisuudessa → havainnollistamista

(Knuuttila & Lehtinen 2010, 10).

Representaation ongelmakenttään kuuluu taiteen- ja kulttuuritutkimuksen tulkinnat erilaisista merkkijärjestelmistä, mutta myös esimerkiksi biologian ja aivotutkimuksen mallit. Kuitenkaan kaikilla tieteenaloilla representaation käsite ei ole ongelmaton, esimerkiksi yhteiskuntatieteissä. (Knuuttila & Lehtinen 2010, 7-8.)

Representationaalissa ajattelussa voidaan puhua kahdentumisesta. Esimerkiksi kansanedustaja eduskunnassa representoi henkilöä, joka on häntä aikanaan eduskuntavaaleissa äänestänyt. Tässä tilanteessa on olemassa läsnä oleva (kansanedustaja) ja poissa oleva (äänestäjä). (Knuuttila & Lehtinen 2010, 11.)

Suomen kielen sanat "mielikuva" ja "kielikuva" kuvaavat hyvin perinteistä representaatiokäsitystä. (Knuuttila & Lehtinen 2010, 11).

2.2. Roland Barthesin semiotiikka

Representaatiota tutkittaessa välineenä on luonnollista käyttää semiotiikkaa (Seppänen 2005, 77), vaikka toki se onnistuisi pelkästään representaation rakenteita purkamallakin. Representaation koko teoreettinen keskustelu pohjautuu jollain tapaa semiotiikkaan (Seppänen 2005, 106). Kuvia tutkittaessa semiotiikan avulla, on kyseessä aina representaatioiden tutkiminen. Representaatioiden tutkimus kuvatutkimuksessa kysyy mitä kuvat esittävät, ja miten. (Seppä 2012, 128).

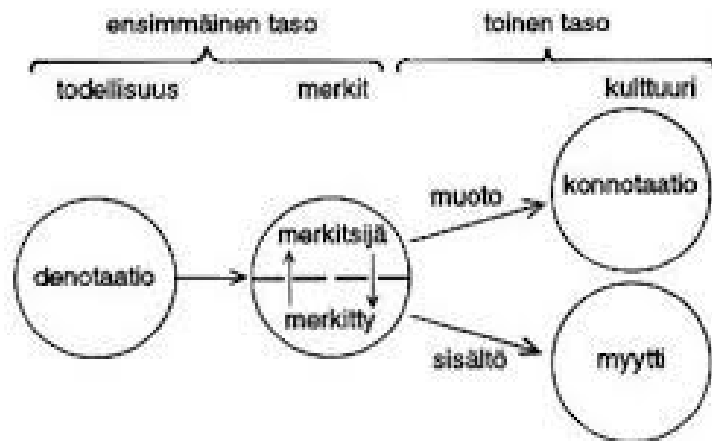
Semiotiikalla tarkoitetaan oppia erilaisista merkeistä sekä merkkijärjestelmistä (Seppänen 2005, 77). Se on ollut 1950-luvun lopusta alkaen tärkeimpiä metodisia lähestymistapoja mediakuvia tulkittaessa. (Seppänen 2005, 77, 106).

Semiotiikka on alun perin kehitetty tutkimaan puhetta ja kirjoitettua kieltä. Sitä on myöhemmin kuitenkin alettu käyttämään myös kuvien tutkimiseen. Kuvia tutkitaan semioottisten mallien mukaisesti samojen merkkijärjestelmän läpi, joiden kautta sitä on kielentutkimuksessa käytetty. Kuvia tutkittaessa semiootikkaa kiinnostaa minkälaisia ideoita ja arvoja kuva kätkee sisäänsä, piilomerkityksien kautta. Ferdinand de Saussuren mukaan todellisuus rakentuu ihmiselle kielellisten representaatioiden kautta. Saussuren mallin mukaan kielelliset merkit koostuvat aina merkitsijästä (signifiant) ja merkitystä (signifié), kun taas Charles S. Peircen mukaan ne koostuvat

kolmesta seikasta: merkistä, merkin käyttäjästä sekä kohteesta, mihin merkki viittaa. (Seppä 2012, 128-134.)

Semiotiikassa kolme tärkeää kuvatuksen kehittäjää ovat Ferdinand de Saussure, Charles Sanders Peirce, sekä Roland Barthes, jonka semioottista mallia käytän tässä tutkielmassa. Roland Barthes (1915–1980) on yksi 1900-luvun arvostetuimpia ja tärkeimpiä ajattelijoita, ja hän on ollut ratkaisevasti mukana myös semiotiikan kehityksessä. (Lintunen 1984, 120). Barthesin voidaan sanoa olevan vaikutusvaltaisimpia valokuvatutkijoita. Hänen valokuvatutkimukseen liittyvää teostaan *Valoisa huone: La chambre claire = Camera lucida* (1980) (suom. 1985) on mahdollisesti siteerattu eniten koko maailmassa. (Seppänen 2005 106-107.) Barthesilla on kuitenkin muutenkin tärkeä asema valokuvatutkimuksessa. (Seppänen 2005, 31.) Barthesin ajattelun voidaan nähdä muuttuneen hänen elämänsä aikana strukturalismisesta jälkistrukturalistiseksi. Strukturalismilla tarkoitetaan yhteiskuntatieteissä 1960-luvun lopulla yleistyneeseen korostuneeseen ajatteluun yhteiskunnan rakenteista, säännöistä ja merkityksistä. Se on myös eräänlaista merkkijärjestelmien sekä niiden merkitysten analysointia. Jälkistrukturalismi sen sijaan testaa edellä mainittuja teorioita. (Seppänen 2005, 42-43.)

Valitsin Barthesin kehittämän semioottisen teorian, sillä kiinnostukseni on tutkia, millaisia denotaatioita ja konnotaatioita Instagramin Lappi-kuvat välittävät ja viestivät katsojalleen. Viestinnällä tarkoitetaan muun muassa kahden ihmisen välistä keskustelua, informaation levitystä, televisiota, tai kuten tässä tutkielmassa, valokuvan viestintää. Viestintä voidaan yleisesti määritellä viestien välityksellä tapahtuvaksi sosiaalisesti vuorovaikutukseksi. Semioottisen koulukunnan mukaan viestintä on merkitysten luomista sekä vaihtamista. Esimerkiksi väärinkäsityksen tapahtuessa se voi semiotiikan mukaan johtua lähettäjän ja vastaanottajan, eli tässä tapauksessa kuvan ottajan ja sen katsojan, kulttuurisista eroista, eli ei siitä, että viestintä olisi jotenkin epäonnistunut. Verrattuna prosessikoulukuntaan, jossa sanoma viestinnässä voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, kun sanoman tuottaja esimerkiksi hypistelee huutokaupassaan korvanlehteään, lähettäessään sillä huutokauppameklarille aiemmin sopimaansa sanomaa, semioottinen koulukunta pitää sanomaa ennen kaikkea merkkirakennelmana, joka saa merkityksiään vasta siinä vaiheessa, kun sanoma joutuu vuorovaikutukseen vastaanottajansa kanssa. (Fiske 1992, 14-16).



Kuvio 1: Roland Barthesin kaksi merkityksellistämisen tasoa. Ensimmäisellä tasolla kyse on merkkijärjestelmästä ja toinen taso muodostuu kulttuurisesti

Oheisessa kuviossa (Fiske 1992, 116). on visualisoitu Barthesin kaksi merkityksellistämisen tasoa. Seuraavissa kahdessa luvussa kerron, kuinka kaavio rakentuu.

Denotaatio ja konnotaatio

Roland Barthesin semiotiikan mukaan valokuvassa on kaksi merkityksellistämisen tasoa: denotaatio ja konnotaatio. Denotaation käsitteellä tarkoitetaan ilmimerkitystä, merkin yleisimmin hyväksytyä merkitystä, esimerkiksi valokuva kadusta on denotaatioltaan talojen välissä kulkeva tie kaupungissa. Kaikki, jotka ovat nähneet kadun, vaikkapa edes valokuvassa, tietävät mikä se on ja se näyttäytyy heille aina katuna. Jos vierekkäin olisi kaksi valokuvaa kadusta, toinen olisi esimerkiksi kuvattu värifilmille, kauniin auringonpaisteen valaisemana ja toinen mustavalkoisena, vahvoin kontrastein, näiden kahden valokuvan denotaatio olisi silti sama – se mikä näiden kahden kuvan välillä eroaisi, olisi niiden konnotaatiot. Konnotaatiolla tarkoitetaan vuorovaikutusta, joka riippuu sen tulkitsijasta, eli esimerkiksi katsojan kulttuurisista tekijöistä tai hänen mielentilastaan. Barthesin mukaan ainakin valokuvauksessa voidaan sanoa denotaation ja konnotaation välillä vallitsevan eron olevan se, että

denotaatio on kameran tallentama mekaaninen jäljenne sen kohteesta, kun taas konnotaatio on se, kuinka kuva on otettu, eli millaista kameran linssiä on käytetty, mistä kulmasta kohdetta on kuvattu, miten se on rajattu jne. (Fiske 1992, 112-115.)

Emme aina ole tietoisia, mitkä merkitykset ovat denotatiivisia ja mitkä konnotatiivisia, sillä konnotaatio toimii subjektiivisella tasolla. On siis kulttuurisidonnaista, kuinka vastaanottajan konnotaatio muodostuu. Kuitenkin näiden kahden merkityksen välillä voi piillä ongelma. Otetaan esimerkkinä kuva kadusta, jonka tunnelma on tehty kolkoksi. Kuvan osat voidaan vahingossa tulkita denotatiivisiksi tosiasioiksi, sillä omassa mielessämme, kulttuuristen seikkojen vuoksi saatamme pitää kaikkia katuja kylminä ja kolkkoina. Semioottisessa erittelyssä onkin tarkoitus päästä yli tämänkaltaisesta väärintulkitsemisesta, erilaisten menetelmien ja ajatuskehikoiden avulla. (Fiske 1992, 112-115.)

Myytti ja koodi

Myytti on kertomus, jolla yritetään selittää todellisuutta tai luontoa tietyn ajan hengessä. Historiallisissa, alkukantaisissa myyteissä käsitellään esimerkiksi elämää ja kuolemaa, hyvää ja pahaa tai jumalia. Barthesin mukaan myytin tarkoitus on kulttuurin keino käsitteellistää tapa ajatella jostakin. (Fiske 1992, 116-117.)

Toisella tapaa sanottuna myytti tekee tapojen ja ideologioiden säätämistä merkityksistä ikonisten merkkien kaltaisia. (Seppä 2012, 150). Osa semiotiikan tutkijoista käyttää myytistä sanaa koodi. Semiotiikan mukaan säännöt määrittelevät kaikkea sosiaalista kanssakäymistä ja yleensä ihmiset ovat näistä säännöistä yksimielisiä. Esimerkiksi naimisiin mentäessä ei astella alttarille papiljotit päässä. Tällaiset ovat käyttäytymistämme ohjailevia koodeja. Koodeja on olemassa myös toisenlaisia, merkitysjärjestelmiä sääteleviä koodeja, jotka ovat nimenomaan semiootikkojen kiinnostuksen kohde. Tällaisia koodeja ovat esimerkiksi liikennevalot. Tässä tapauksessa koodit säätelevät käyttäytymistämme sen mukaan, haluammeko rikkoa lakia vai noudattaa sitä. Semiotiikan eri versioissa koodeilla tarkoitetaan kuitenkin toisinaan hieman eri asioita. Esimerkiksi mainoksissa käytetään omanlaisiaan koodeja, kun niissä halutaan vaikuttaa eri kohdeyleisöihin. Esimerkiksi

matkailumainoksissa on mainostajan tärkeää tuntea koodit, jotka ovat ajan hermolla, kuten tänä päivänä mm. kestävä kehitys, eksoottisuus sekä elämyksellisyys. Tällainen menettely markkinoinnissa tuottaa tietysti parempia tuloksia. (Seppä 2012, 155-156.)

Studium ja punctum

On myös mainittava, että Barthesin mukaan kielitiede ei kuitenkaan pysty selittämään kaikkia koodeja, vaan kuviin muodostuu myös "sokeita alueita". Myöhemmän kauden teoriassaan hän puhuu studiumista (vrt. denotaatio), jolla hän tarkoittaa kulttuurisesti koodattua merkityksen tasoa ja punctumista, joka perustuu kuvan katsojan henkilökohtaiseen kokemusmaailmaan. Punctum on jokin katsojan silmään pistävä elementti hänen katsomassaan kuvassa. (Seppä 2012, 175-178.) Punctum ei kuitenkaan välttämättä astu esiin silloin, kun kuvaa parhaillaan katsoo, vaan sen voi huomata myös jälkepäin kuvaa ajatellessaan (Barthes 1985, 59).

Vaikka aineistoani olisi ollut mahdollista tutkia myös tämän Barthesin myöhemmän teorian valossa, valitsin tässä tutkimuksessa keskittyä kuitenkin Barthesin aiempaan teoriaan, denotaatioon ja konnotaatioon, sillä koin kyseisen teorian kautta saavani vähemmän subjektiivisia tuloksia.

3. Rauhan ja huolettomuuden tyyssija

Lappi näyttäytyy aineistoni perusteella rauhallisena. Kielitoimiston sanakirja kuvailee rauhaa seuraavasti: "häiriintymätön tila, häiriintymättömät, idyllisen rauhalliset olot; sisäinen levollisuus, tasapaino, tyyneys, rauhallisuus.". Rauhallisuutta samainen sanakirja kuvailee liikkeestä tai tapahtumisesta puhuttaessa tasaiseksi, kiirehtimättömäksi ja verkkaiseksi, sekä paikasta ja oloista puhuttaessa häiriöttömäksi, meluttomaksi tai hiljaiseksi. (Kielitoimiston sanakirja.)

Aineistoni kuvat näyttäytyvät rauhallisina, sillä niissä ei ole ihmismassoja, eikä mitään, mikä tuottaisi kovia ääniä. Niissä ei näy mitään, mikä antaisi mielikuvia velvollisuuksista, kuten esimerkiksi roskia, jotka odottavat kerääjäänsä.

Aineistossa näkyy luontoa: lunta, aurinko ja auringonvalo, metsää. Luonto on puhdasta ja suurimmilta osin koskematonta. Muutamia ihmisiä sekä eläimiä. Lämpimiä ja kylmiä sävyjä. Seuraavaksi avaan näitä asioita tarkemmin.



Kuva b: Aineiston kuva numero 9. Julkaisija: @whatforbreakfast

Koen rauhallisuuden ennen kaikkea kiireen ja metelin vastakohtaksi. Rauhallisuuden konnotaatioita voivat olla hiljaisuus, tasaisuus ja tasapainoisuus. Riippuu tietysti, missä yhteydessä rauhallisuudesta puhutaan. Minulle itselleni rauhallisuus tarkoittaa tietynlaista mielenrauhaa, sitä että ei ole kiire minnekään, eivätkä tekemättömät tehtävät pyöri mielessä. Rauhallisin paikka minulle on oma sohva, jossa voin katsoa esimerkiksi elokuvia, kuunnella musiikkia, lukea kirjoja tai vaikka vain ottaa päiväunia. Ei ole mitään, mikä häiritsisi. Rauhallisuuden voi rikkoa esimerkiksi soiva puhelin, tai ovisummeri – eli jos joku tarvitsee minulta jotakin. Oli se sitten oven avaaminen tai ystävän huolien kuunteleminen, jollain tapaa se rikkoo rauhan. Voisi siis sanoa, että minulle rauhallisuus on ennen kaikkea vapaata yksinoloa, ilman velvoitteita.

3.1. Mindfulness ja rauha

Mindfulness on usein suomennettu tietoisuustaidoiksi. Se pohjautuu buddhalaiseen meditaatioperinteeseen. Länsimaissa tätä perinnettä on sovellettu mm. hoitotyössä, kasvatuksessa, terapiatyössä sekä työelämässä. Mindfulnessia on viimeisen 30 vuoden aikana alettu myös soveltaa tieteelliseen tutkimukseen. (Saari ym. 2014, 7.)

Mindfulnessille ei ole löytynyt yhtä ja oikeaa määritelmää, mutta sitä on kuvailtu mm. huomion tuomitsemattomaksi ja tarkoitukselliseksi kohdentamiseksi tiettyyn hetkeen (Jon Kabat-Zinn) sekä hyväksyväksi tietoisuudeksi mistä tahansa vallitsevan hetken kokemuksesta (Siegel Germer). (Roberts & Crowell 2014, 115.)



Kuva c: Aineiston kuva numero 1. Julkaisija: @allaboutlapland

Myöskään tietoisuuden käsitteelle ei ole yhtä tarkkaa määritelmää. Se on vain yksi ihmismielen osa ja sitä suurempi käsite on mieli. Tietoisuus on eräänlaista perillä olemista siitä, mitä mielensisällöt tarkoittavat. Sen voidaan ajatella olevan joko sanallinen kyky avata ihmismielen toimintaa, tai myös laajemmin ihmismielen toiminta, johon liittyy ei-sanalliset merkitykset ja mielikuvat. (Lehtonen 2014, 25.)

Tietoisuustaidot eivät ole kuuluneet koulujen opintosuunnitelmiin, toisin kuin kriittisen ajattelun taidot. Nykyään kuitenkin tietoista läsnäoloa painotetaan yhä enemmän ja enemmän eri koulutusjärjestelmissä. (Kabat-Zinn 2013, 52.) Koska mindfulness on tänä päivänä koko ajan enemmän pinnalla, voisin uskoa, että Lappia voitaisi jopa markkinoida tällaisena mindfulnessin kehtona.

Mindfulnessin käsite pitää sisällään rauhallisuuden käsitteen. Mindfulnessin tarkoituksena on rentoutumisen avulla esimerkiksi päästä eroon stressistä (Kabat-Zinn 2013, 28).

Luontoa ja hiljaisuutta on pidetty stressin lievityksen kannalta merkittävänä elementtinä. Ihmiset kokevat luonnollista herkkyyttä ja vetovoimaa luontoa ja eläimiä kohtaan. Käytämme taiteessa ja sisustuksessa luonnonläheisiä värejä ja elementtejä, hakeudumme lomalle luonnon helmaan sekä koemme eläimet hellyttävinä. Sekä eläimillä että luonnolla on myös terapeuttisia ja kuntouttavia vaikutuksia. (Yli-Viikari 2011.) Aineistoni pääelementtinä korostuu luonto ja myös siellä olevat eläimet. Lappi siten näyttäytyy sekä fyysistä että psyykkistä hyvinvointia parantavana paikkana.

Mindfulnessin harjoittamisella on tieteellisten tutkimusten mukaan todettu olevan useita myönteisiä vaikutuksia ihmismieleen ja -kehoon. Se tehoaa stressiin sekä stressiperäisiin sairauksiin, helpottaa ahdistusta ja masennusta sekä paniikkihäiriöitä, ja auttaa jopa kroonisiin kipuihin, parantamalla niistä kärsivien ihmisten elämänlaatua. Tutkimusten mukaan mindfulnessin harjoittaminen myös muuttaa aivojen rakennetta ja aktivoi hermoverkostoja. (Kabat-Zinn 2013, 28-29.)

Jon Kabat-Zinn toi ensimmäisenä mindfulnessin, eli tietoisien läsnäolon länsimaiseen lääketieteeseen. Hän määrittelee tietoisien läsnäolon tarkoitukselliseksi huomion kiinnittämiseksi nykyhetkeen, vailla minkäänlaista arvostelua. Hän pitää tällaista ajattelutapaa ihmiselämän tärkeimpänä asiana ja voimavarana. Kiire on lisääntyvässä määrin läsnä ihmiselämässä, joka johtuu kiihtyvistä työtahdistista, pakosta suorittaa. Yksi tärkeä syy tähän on digiteknologia. (Kabat-Zinn 2013, 26-27.)

Aineistossani ei esiinny digiteknologiaa. Kuvien ihmiset eivät siten vaikuta olevan riippuvaisia elektroniikasta, vaan ovat läsnä hetkessä. Vaikuttaa siltä, että Lapissa keskitytäänkin nimenomaan nykyhetkeen, eikä murehdita mennyttä tai tulevaa tai suoriteta elämää niin sanotusti "niska limassa". Kuvissa esiintyvät ihmiset eivät ole puhelimet kädessä vaan he harrastavat talviaktiviteetteja, yksin tai yhdessä. Kokemukseni mukaan nykypäivänä on normaalia, että vaikka ollaan muiden seurassa, keskitytään enemmän älypuhelimeen, kuin ympärillä oleviin ihmisiin. Lapissa näin ei aineistoni perusteella käyttäydytä, vaan keskitytään juuri siihen, mitä ollaan tekemässä. On myös huomattava, että aineiston perusteella Lapissa ollaan ulkona, eikä maata sisällä kotisohvalla television edessä. Lapissa tällaiseen hetkeen keskittymiseen onkin oivat lähtökohdat, sillä häiriötekijöitä eivät ole hankaloittamassa olennaiseen keskittymistä. Häiriötekijöitä voisi olla muut ihmiset, kuten vaikkapa suurkaupunkien

ihmismassat, rakennusmaan työkoneista lähtevä melu, tai vaikkapa sääilmiöt. Sää kuitenkin on aineiston mukaan Lapissa tyyni, sillä taivas on lähes pilvetön jokaisessa aineiston kuvassa, jossa taivas näkyy. Yhdessäkään kuvassa ei sada lunta, vettä tai räntää, eikä kuvissa ole enteitä tulevasta sateesta tai myrskystä. Näiden seikkojen takia voidaan olettaa, että sää on Lapissa rauhallinen. Luonto on selkeästi mukana kaikessa tekemisessä ja luonnon rauhoittavaa vaikutusta on painotettu kautta aikain. Luonnon koetaan helpottavan stressiä. Tämä selittyy ihmisen alkukantaisilla vaistoilla havainnoida ympäristöään. (Tapaninen & Kotilainen 2002, 86.)

Tietoisien läsnäolon tarkoituksena on olla tietoisesti läsnä vallitsevassa hetkessä, eikä kiirehtiä ja murehtia tulevia hetkiä. Kabat-Zinn mainitsee myös oravanpyörän, jossa päivät koostuvat velvollisuuksien hoitamisesta, joiden jälkeen ei jakseta muuta kuin nukkua. Seuraavana aamuna taas herätään samanlaiseen päivään. (Kabat-Zinn 2013, 27.) Tällaista elämää ei havaintojeni mukaan Lapissa eletä. Aineistossa ei ole havaittavissa velvollisuuksia, kuten työtä. Lapissa sen sijaan nautitaan hetkestä, kuten esimerkiksi ihminen (kuva 1), joka on pysähtynyt katsomaan edessään avautuvaa maisemaa. Voisin uskoa, että hänellä ei ole kiire minnekään, vaan nauttii kyseisestä hetkestä.

3.2. Pysähtyneisyys

Kuvien voidaan aina olettaa olevan kertovia, sillä ihmisen selittäessä kuvaa toiselle henkilölle, joka ei kuvaa ole nähnyt, hän luultavimmin kertoo kuvasta presensissä, erilaisilla toimintoja kuvaavilla verbeillä: ”ihminen juoksee”, ”koira istuu” jne. Toisaalta taas maisemakuvia tai kuvia, joissa ei ole selkeää tapahtumista, ihminen kuvailee eri tavalla, mutta silti hän kykenee löytämään kuvasta jotakin, joka kuvaa aikaa ja sen kulumista. (Hietala 1993, 84-85.) Esimerkiksi valokuva maassa lojuvista lasten leluista merkitsee ainakin sitä, että niillä on leikitty tai leikitään, ja katsoja, luullakseni, voisi kuvitella lapsen olevan asialla.

Aineistoni kuvat 3, 7 ja 9 ovat pelkästään maisemakuvia, eli niissä ei ole tekijöitä, eli ihmisiä tai eläimiä lainkaan, vaan kuvien pääosassa on itse maisema ja luonto.

Arkkitehtuurivalokuvaus on sekä oma taiteenlajinsa, että arkkitehtuurin tekemisen välineistöä. Siinä kuvataan rakennuksia, pääosassa on itse kohde, kuvattava rakennus, ja niissä harvoin näkee ihmisiä. Ihmisiä voidaan normaalisti pitää osana rakennettua ympäristöä ja ilman niitä paikka voi vaikuttaa jopa pelottavalta, mutta arkkitehtuurivalokuvaukseen ne eivät kuulu. (Jokelainen 2004, 177.)

Maisemakuvastot sen sijaan ovat yksi visuaalisen kulttuurin ilmenemismuodoista länsimaisessa kulttuurissa. Suomessa ne ovat muodostuneet kansainvälisten mallien pohjalta vakiintuneeksi tavaksi kuvata kansallista tilaa. Kuvastoissa toistuvat tietyt kohteet, katsoja-asetat sekä samat teemat ja alueet. Toistuvuuden vuoksi nämä edellä mainitut muuttuvat itsestäänselvyyksiksi. Suomalaisissa maisemakuvastoissa periferioissa esiin nousee yhtenä teemana luonto (Häyrynen 2005, 183-185.), kuten minunkin aineistossani.

Ei voida kuitenkaan sanoa, etteikö maisemakuvissa tapahtuisi mitään, sillä sää ja vuorokauden kierto ovat luonnollisia ajan kulumista kertovia käsitteitä. Myös kuva maisemasta siis on omalla tavallaan kertova. (Hietala 1993, 85.) Kyseisistä aineiston maisemakuvista ei voida kuitenkaan olettaa, että sää olisi juuri muuttumassa esimerkiksi myrskyisäksi. Toki erilaisissa ympäristöissä sää voi muuttuakin radikaalisti jopa sekunneissa, mutta voisi luulla, että tyyntä säätä esittävää valokuvaa tarkkaillessa tällaista mielikuvaa katsoja ei saisi.

“Mitä tulee esiin, kun ei tapahdu juuri mitään? ... Useimmat meistä ajattelevat.”

Jon Kabat-Zinn (Kabat-Zinn 2013, 38).

Mindfulnessin harjoittamiseen kuuluu olennaisesti meditaatio. Meditaation tarkoitus on pyhittää tekemättömyyden hetki pelkälle olemiselle. Aloittelevan meditoijan mieli voi täytyä useista ajatuksista, myös meditointiin liittyvistä, niin positiivisista kuin negatiivisistakin. Kabat-Zinn vertaa ihmismielen ajattelua urheiluohjelman selostukseen. Peli on käynnissä, mutta päälle tulee selostajan ääni, joka kertoo omalta osaltaan mitä sillä hetkellä tapahtuu. (Kabat-Zinn 2013, 38-39.) Meditoimisen

tarkoituksena ei kuitenkaan ole torjua kaikkia ajatuksia, vaan antaa niiden olla. Kabat-Zinn vertaa ihmismieltä mereen. Meren pinta voi olla tyyntä ja tasainen, mutta useimmiten sen pinta kuitenkin on aaltoileva, usein jopa myrskyisä. Kymmenen metriä pinnan alla vallitsee kuitenkin useimmiten rauhallinen keinunta. Ihmismielen pinta on samankaltainen, kokonaisuutena laaja ja syvä ja siinä on “luonnostaan valtameren syvyyksien tyyntä hiljaisuutta”. (Kabat-Zinn 2013, 44.)

Mindfulnessia harjoitettaessa tärkeänä osana on pysähtyminen vallitsevaan hetkeen. Rauhallisuus saavutetaan sillä, että käytetään jokaista aistia havainnoimaan ympäristöä. Aineistoni kuvien valokuvaajat ovat ehkäpä halunneet tallentaa tämän pysähtyneen rauhallisuuden kameraansa.

3.3. Ihmisten ja eläinten vähäisyys

Aineistossani ihmisiä on vähän. Niitä on yhdeksässä kuvassa yhteensä neljä, joista kaksi heistä on samassa kuvassa. Kuudessa kuvassa yhdeksästä ei siis ole ihmisiä lainkaan. Ihmisten vähyys aineistossa antaa vaikutelman, että Lapissa ei ole paljoa ihmisiä. Lapin luonnossa ja kaduilla on siis huonot mahdollisuudet törmätä ihmisiin, eikä suurkaupungeille tyypillisiä ihmismassoja ole. Ne vähät ihmiset, jotka kuvissa on nähtävissä, nauttivat elämästä ulkona liikkuen tai leikkien. On todennäköistä, että he viettävät vapaa-aikaansa, eivätkä ole töissä. Harvemmin nimittäin töissä polkupyöräillään maastossa, lumikenkäillään tai leikitään lumella.

Koska ihmisiä on vähän, on luonnollisesti rauhallista, sillä usein äänet ja meteli ovat ihmisten aiheuttamia. Kuvassa 1 ihminen on lumeen jääneiden jalanjälkien, sekä sauvojen perusteella lumikenkäilemässä. Hän on asennosta päätellen pysähtynyt katsomaan edessä avautuvaa maisemaa. Vaikuttaa siltä, että hänellä ei ole kiire, vaan on ulkoilemassa rauhalliseen tahtiin. Eikä lumikenkäily muutenkaan ole mitenkään nopeatempoinen laji. Lumikengät jalassa on lähes mahdotonta juosta, olen sitä nimittäin kokeillut huonoin tuloksin. Kompuroin puoli metriä syvään hankeen ja upposin sinne, sillä hanki oli kestävä vain tasapohjaisten lumikenkien alla.

Kuvassa 2 ihminen pyöräilee fatbikella metsän keskellä. On hankalaa kuvitella, että ihminen olisi kiireessä pyöräilemässä töihin, sillä hän on selkeästi keskellä talvista metsää. Kuvassa 6 kaksi ihmistä heittää lunta ilmaan. Heidän välillään ei selkeästi ole konfliktia, vaan he leikkivät lumella ja pitivät hauskaa.

Myöskään eläimiä ei aineistossa ole kuin kaksi, joten niitäkään ei ole erityisen paljoa. Kuitenkin eläimiä selkeästi Lapista löytyy, eivätkä ne elä vankeudessa. Kuvassa 4 jääkarhu kellistelee lumisessa maassa ja vaikuttaa nauttivan elämästään. Petoeläin näytetään rauhallisena ja leikkisänä, eikä esimerkiksi hyökkäämässä tai raatelemassa saalistaan. Kuvassa 5 poro on pysähtynyt katselemaan ympärilleen lumisessa metsässä, eikä sillä vaikuta olevan kiire minnekään. Se ei näytä siltä, että juoksisi esimerkiksi pakoon jotakin, vaan se korkeintaan käveleskelee rauhallisesti.

3.4. Toiminnan puuttuminen

Neljässä kuvassa yhdeksästä ei ole minkäänlaista toimintaa. Toiminnan puuttuminen luo mielikuvan ajan pysähtymisestä. Ei ole kiire minnekään ja elämä on verkkaista.

Kuvassa 3 auringonvalo kajastaa lumisten puiden oksien takaa. Kuvassa aika vaikuttaa olevan pysähtynyt, eikä kuvanottohetkellä oletettavasti tuulekaan, sillä puun oksat roikkuvat rennosti alaspäin. Kuvassa 7 tykkylumisen puun oksien välistä kajastaa auringonvalo ja taivaalla näkyy hentoja pilviharsoja. Sää on tyyni ja maisemassa ei ole mitään, mikä mahdollisesti voisi liikkua. Kuvassa 8 on punainen talo ja sen pihapiiri. Kuvassa ei liiku mikään. Ihminen tai eläin sen sijaan on jälkien perusteella kävellyt pihan halki, mutta kuvanottohetkellä ei ole mitään toimintaa. Kuvassa 9 on jäätynyt vesistö ja jalanjäljet rannassa. Tässäkin maisemassa joku on joskus kävellyt, mutta tällä hetkellä toimintaa ei ole.

Lapin luonnossa liikkuminen on siellä kulkijalle virkistymistä ja vapaa-ajan viettämistä. (Länsman 2004, 132). Tästä voidaan vetää johtopäätös, että Lappiin ei mennä rehkimään, vaan rentoutumaan. Lapin luonnossa ollaan hiljaa ja nautitaan elämästä, eikä tehdä työtä, vaan siellä oleminen on vapaa-aikaa. Aineistoni tukee

väitettä, sillä siinä ei ole työntekoon liittyviä elementtejä, kuten vaikkapa työkoneita, tai tietokoneita. Lappi on siis rauhoittumisen ja vapaa-ajan paikka.



Kuva d: Aineiston kuva numero 3. Julkaisija: @hammermake

3.5. Ympäristö ja luonto

Vain yhdessä kuvassa yhdeksästä on infrastruktuuria, valaistu punainen talo. Talolla ei kuitenkaan näytä olevan pihatietä, tai se ei kuvassa näy. Kuvissa ei myöskään ole merkkejä teollisuudesta. Kuvissa, joissa näkyy horisontti, ei ole havaittavissa teollisuuden viittaavia merkkejä, kuten teollisuuslaitoksia tai niiden aiheuttamia

päästöjä. Koska ilman saastumista aiheuttavia tekijöitä ei ole, on ilma puhdasta ja raikasta.

Kuvissa on hyvin vähän esineitä. Kuvassa 1 ainoat esineet ovat lumikengät ja sauvat. Kuvassa 2 on fatbike -polkupyörä sekä pyöräilykypärä. Kuvassa 4 jääkarhun suussa on jokin tunnistamaton esine. Kuvan 8 talon räystäällä on jouluvalot, sekä katolla tv-antenni.

Selailin rauhallisuuden käsitettä pohtiessani muutamia elämänhallintaan liittyviä teoksia ja kaikissa niissä kehoitettiin liikkumaan luonnossa stressin lievittämiseksi. Esimerkiksi *Mielenrauha: Rentouttavaa stressinhallintaa* (1999) -teoksessa sanotaan raikkaan ilman ja tilan puutteen aiheuttavan stressiä. Myös ympäristön melun, kuten terävien äänien, liikenteen äänien sekä jopa ilmanvaihtojärjestelmästä kuuluvan hurinan sanotaan aiheuttavan stressiä. (Toy 1999.) Aineistoni perusteella näitä melun aiheuttajia ei Lapissa ole. Yhdessäkään kuvassa ei ole moottoriajoneuvoja eikä autoteitä, joten liikenteestä johtuvaa melua ei ole. Myöskään ilmanvaihtojärjestelmiä ei kuvien perusteella ole, sillä rakennuksiakaan ei pahemmin ole.

Lapissa ei aineiston perusteella ole kaupunkikeskittymiä, vaan luontoa ja metsää silmäkantamattomiin. Kaupungit mielletään yleensä kiireisinä ja vilkkaina, ja luonto tasapainottaa kaupungin vilkkautta.

3.6. Hiljaisuus

Hiljaisuuden vastakohtana voidaan pitää äänekkyyttä. Euroopan ympäristökeskuksen Noise in Europe 2014 -artikkelin mukaan urbaaneilla alueilla merkittävimmät äänen tuottajat ovat tiet, rautatiet, lentokentät ja teollisuus. Urbaanien alueiden ulkopuolella merkittävimpiä ovat tiet, rautatiet sekä lentokentät. (Noise in Europe 2014) Aineistoni perusteella Lapissa ei ole mitään näitä ääntä aiheuttavia elementtejä, joten uskallan sanoa, että aineistoni perusteella Lapissa on yleisesti sanottuna hiljaista.

Ylen artikkelissa puhutaan turistien kasvavasta kiinnostuksesta hiljaisuuteen, vastapainona kiireiselle aktiviteettilomalle. Artikkelin mukaan Lapissa on perustettu matkailupalveluita, jotka käyttävät hiljaisuutta myyntivalttinaan, kuten Tervolaan perustettu Arctic Emotions, johon otetaan kerrallaan 6-8 turistia, hiljaisuuden ja rauhallisuuden säilymiseksi. Artikkelissa puhutaan myös hiljaisuuden tuotteistamisesta ja sen mahdollisista hyvistä vaikutuksista Suomen kesämatkailulle. (Valta 2017.)

Hiljaisuuden käsitettä on tutkittu mm. kulttuurihistoriassa. Ihmiselle on luontaista kommunikoida äänellä, mutta liiallisen äänen vastapainoksi se tarvitsee hiljaisuutta. Luonto on yksi paikka, josta hiljaisuutta haetaan. Luonnon tuottamia ääniä pidetään osana hiljaisuutta, vaikka ne todellisuudessa tuottaisivatkin ääntä, kuten esimerkiksi tuuli tai nuotio. Suomi kaupungistui verrattain myöhään, 1960-luvulla, ja meillä on kaupunkeihin muuton jälkeen tarve päästä rauhoittumaan maaseudun hiljaisuuteen tai kesämökille rauhoittumaan. (Kaartinen 2015, 7-8.)

Myös jooga ja retriitit ovat kovassa huudossa. Retriitit ovat Suomessa suurimmaksi osaksi evankelis-luterilaisen kirkon harjoittamaa toimintaa, jossa tarkoituksena on vetäytyä hiljaisuuteen ja rauhallisuuteen pois arjen kiireestä ja uupumuksesta. Hiljaisuus on tänä päivänä niin hankalasti saavutettavissa, että siitä ollaan valmiita jopa palvelun muodossa maksamaan. Hiljaisuudesta on tehty jopa käsitteellistetty elämäntapa: *leppoistaminen*. Leppoistamisessa tavoitteena on taistella arkielämän kiirettä ja hälinää vastaan. Vastaavanlaista taistelua vastaan syntynyt myös toinen käsite: *kotoilu*, jossa yksinkertaistettuna tarkoituksellisesti sulkeudutaan kotiin. Tällöin on aikaa ihmetellä ja katsella asioita ihan rauhassa. Hiljaisuutta on kuitenkin aina tavoiteltu, esimerkiksi pyhiinvaelluksilla tai menemällä vuorille. Sitä on etsitty niin kirjallisuudesta kuin luostareistakin. (Kaartinen 2015, 8-9.)

Etenkin näinä kiireisinä ja stressin täyttäminä aikoina voisin kuvitella, että Lapin hiljaisuus on yksi syy sille, miksi Lappi kiehtoo ihmisiä enemmän ja enemmän. Aineistoni valokuvien kuvaajat (kuvat 3, 5, 7, 8 ja 9) ovat ehkäpä halunneet tallentaa kameraansa Lapin rauhallisen ja hiljaisen ympäristön, jotta voisivat palata siihen hiljaisuuden ja rauhallisuuden tilaan katselemalla kuvaa myöhemmin. He ovat

halunneet jakaa myös rauhallisuuden tuntemuksensa koko maailmalle, jotta muutkin voisivat nauttia siitä.

Suomalaiset ovat hiljaisuudestaan ylpeitä. Stereotyyppisesti ajateltuna suomalaiset puhuvat vain sen verran, kun on tarpeellista. Tunnettu suomalainen, Kainuussa Suomussalmella sijaitseva Reijo Kelan suunnittelema ympäristöteos Hiljainen kansa, joka on ollut Suomussalmen pellolla jo vuodesta 1994 (Suomussalmi.fi) kiinnostaa matkailijoita. Hiljaista kansaa tullaan katsomaan huvittuneina, mutta sen luokse hakeudutaan myös hiljentymään ja rauhoittumaan. (Hoikkala 2018). Brittiläinen sanomalehti kuitenkin julkaisi myös lehtijutun, jossa se tituleeraa Hiljaisen kansan Google Mapsin pelottavimmaksi nähtävyydeksi. (Hamill 2017).

Suomalaiset eivät kuitenkaan ole ainoita hiljaisuuden arvostajia, vaan se on monille kulttuureille ominaista. Tosin, hiljaisuus voidaan joskus tulkita väärin. Hiljaisen ihmisen voidaan ajatella olevan ujo tai jopa töykeä. (Kaartinen 2015, 9-10.)

4. Perifeerinen Lappi

Instagramin Lappi-kuva on aineistoni perusteella perifeerinen. Siitä kertoo ennen kaikkea luonnon koskemattomuus, infrastruktuurin puuttuminen lähes kokonaan sekä ihmisten vähyys. Vain muutamassa kuvassa on havaittavissa ihmisten aiheuttamia jälkiä.

Pohjoista on pidetty Suomelle sekä poliittisesti että kansallisesti arkana ilmansuuntana ja ainakin vielä 90-luvulla taloudellisesti tarpeetonta aluetta. Lapilla ei ole ollut päätäntävaltaa sitä koskevissa asioissa, vaan sitä hallitaan Etelä-Suomesta käsin. (Heininen & Käkönen 1996, 149-150.) Tämä todistaa Lapin todella olevan periferiaa. Se elää elämäänsä, jossain kaukana, ja Nuorgamin, Suomen pohjoisimman kunnan Nuorgamin (Lapin liitto) asioista päätetään 1300 kilometrin päässä Helsingissä. Periferian määritelmänä pidetään jonkinlaista laita-aluetta, syrjäseutua, ja voisin

sanoa, että paikka, joka sijaitsee hallinnosta 1300 kilometrin päässä, on juuri tällaista laita-aluetta.

Kuten aiemmin mainitsin, Haapanen (2017) on tutkinut Lapin representoitumista Helsingin Sanomien artikkeleissa. Haapasen mukaan Lappi representoituu perifeerisenä. On mielenkiintoista, että Suomen suurin sanomalehti pitää Suomen suurinta maakuntaa periferiana: syrjäisenä, palvelutasoltaan niukkana ja jopa turvattomana alueena. Haapasen aineiston 70:stä artikkelista jopa 51:ssä Lappi representoitui perifeerisenä. Tämä osaltaan tukee väitettäni perifeerisestä Lapista.

Koko Suomea yleensäkin voidaan pitää periferiana, tai tarkemmin sanottuna mahdollisesti keskustan periferiana, eli vaikka Suomi kuuluu Euroopan Unioniin ja ns. pohjoisatlanttiseen länteen, se on väkiluvultaan ja sijainniltaan marginaalialueella. Suomen kulttuuri ja poliittiset mallit on suurilta osin matkittu lännen suurilta keskuksilta. Suomalaisuuden ehkäpä tärkeimpään teokseen, Kalevalaan, on kerätty aineistoa alueilta, jotka eivät ole koskaan kuuluneet Suomen hallinnollisiin alueisiin. (Lehtonen & Löytty 2007, 110-112.)

Moni asia on siis lainattua muualta, mikä osaltaan myöskin kertoo Suomen perifeerisyydestä. Voidaanko siis sanoa, että jos Suomi on keskustan periferia, Lappi on keskustan periferian periferia?

4.1. Luonnon koskemattomuus

Aineistossani luonto on lähestulkoon kaikissa kuvissa pääosassa, sillä kaikki kuvat on otettu ulkona, eikä esimerkiksi rakennusten sisällä. Myös kuvissa, jossa pääosassa on ihminen tai ihmisiä, luonto on silti vahvasti läsnä. Kuvista tulee eräänlainen koskemattomuuden illuusio, aivan kuin kuvien luonnossa ei olisi kukaan koskaan käynytkään. Koskemattomuudesta kertoo se, että yhdessäkään kuvassa ei näy maanteitä, valtateitä, ja lumella olevat polutkin näyttävät siltä, että niitä pitkin on kävelty vain kerran. Edes kuvan 8 rakennuksen pihapiirissäkään ei näytä olevan talolle vievää tietä. Koskemattomuus näkyy myös siinä, ettei maisemissa ole nähtävissä esimerkiksi merkkejä sähköverkostosta, kuten sähköpylväitä tai puhelinpylväitä. Näitä

ei olla kuvien perusteella edes rakentamassa, sillä kuvissa ei ole havaittavissa viitteitä rakennustyömaista. Kuvissa ei myöskään näy metsänhakuuseen viittavia elementtejä, kuten kaadettuja puita, kantoja tai työkoneita.

Kuvien ihmiset harrastavat talviaktiviteetteja, mutta eivät käytä siihen moottoriajoneuvoja, kuten moottorikelkkoja, vaan luontoa kunnioittavia tapoja, kuten lumikenkäilyä (kuva 1) sekä fatbike -pyöräilyä (kuva 2) sekä lumella hassuttelua (kuva 6). Ainoana luonnon koskemattomuutta uhkaavana tekijänä voidaan nähdä puiden keskelle rakennettu puutalo (kuva 8).

Aineiston eläimet (kuva 4, 5) eivät ole kytkettyinä tai häkissä, vaan saavat liikkua luonnossa, miten haluavat.



Kuva e: Aineiston kuva numero 5. Julkaisija: @sirpakai

4.2. Vähäinen infrastruktuuri

Aineistosta välittyy kuva, että Lapissa ei ole teollisuutta, eikä tieverkostoja. Vain yhdessä kuvassa (kuva 8) voidaan varmuudella sanoa olevan minkäänlaista infrastruktuuria, punainen, jouluvaloin valaistu rakennus, jolla ei kuitenkaan kuvan perusteella vaikuta olevan pihatietä. Pihassa näkyy ihmisten jälkiä, mutta ne ovat liikkuneet jalkaisin, eivätkä tietä pitkin.

Fatbike-polkupyörällä pyöräilevä ihminen (kuva 2) saattaa mahdollisesti ajaa tietä pitkin, mutta asfalttia ei kuitenkaan näy lumipeitteen vuoksi. On mahdollista, että kyseessä onkin retkeilyyn ja hiihtoon tarkoitettu rata, esimerkiksi pururata.

Tieverkoston puuttumisen vuoksi ihmiset ja eläimet joutuvat kävelemään hankea pitkin, ja täten joutuvat käyttämään myös apuvälineitä kuten lumikenkiä ja fatbike-polkupyöriä. Koska tieverkostoja ei ole, saa aineistosta kuvan, että välimatkat ovat pitkiä. Kuvissa 1, 2 ja 7 näkyy metsää silmänkantamattomiin, vailla tieverkostoja. Aineiston perusteella Lapissa siis on pelkkää luontoa ja metsää, mistä syystä voidaan olettaa, että palvelut ovat kaukana. Mikäli palvelut ovat kaukana, ollaan väistämättä jossakin reuna-alueella, jonne “aurinko ei paista”.

Yhdessäkään kuvassa ei ole lentokenttiä, tai taivaalla lentäviä lentokoneita. Vaikuttaa jopa siltä, että Lapissa pääsee liikkumaan vain lumikenkäilemällä tai lumen päällä pyöräilyyn sopivalla fatbikella.

Kuvien taivas on puhdas ja siinä ei ole havaittavissa saastepilviä, jotka kielisivät teollisuudesta ja autojen aiheuttamista pakokaasuista, kuten vaikkapa suurkaupungeissa olevia saastekerroksia.

Aineiston kuvissa myöskään elektroniikalla ei ole suurta roolia. Vaikka osassa kuvissa maisema avautuu laajalti, ei niissä näy esimerkiksi voimalinjoja tai sähköpylväitä. Täysin vailla sähköverkkoa Lappi sen sijaan ei ole, sillä kuvan 8 talossa on valot sekä tv-antenni. Aineiston perusteella sähköelektroniikka ei kuitenkaan näyttele suurta roolia Lapissa, sillä aineiston muissa kuvissa sähkölaitteita ei ole.



Kuva f: Aineiston kuva numero 8. Julkaisija: @sergeysuxov

Ainoita esineitä, joita kuvissa on (edellä mainitun lisäksi) havaittavissa on lumikengät ja lumikenkäilyyn tarkoitettut sauvat (kuva 1) sekä fatbike -polkupyörä (kuva 2). Vaikka joitakin moderneja välineitä kuvissa esiintyykin, esineiden vähyydestä tulee väistämättä mieleen, että Lapissa ei olla täysin modernisoituneita, sillä esimerkiksi puhelimia tai muuta elektroniikkaa ei näy, vaan nämä mainitsevani esineet liittyvät luonnossa liikkumiseen. Lapissa eletään keskellä metsää ja on suurta luksusta nauttia moderneista välineistä. Muuten toimitaan alkukantaisesti ja käytetään omaa kehoa välineenä, kuten kuvan 6 lumileikeissä.

4.3. Villi ja arktinen Lappi

Lappia on kuvailtu myös villiksi paikaksi. Lappiin lähdetään pakoon arkea mm. "poikaporukalla", mutta sinne voidaan lähteä myös vaimon kanssa. Erämaavaelluksella mies voi näyttää naiselle, että voi puolustaa tätä erämaassa vastaantulevilta vaaroilta ja näyttää olevansa eräänlainen "tarzan", eli ihminen, joka pystyy toimimaan villissä luonnossa, kuten eläin. (Länsman 2004, 131.)

Aineistoni perusteella luonto on Lapissa hallitseva elementti ja siellä voi törmätä myös arktisiin villieläimiin (kuva 4, 5). Kuvien jääkarhu ja poro näyttävät olevan luonnon keskellä, yhtä lailla kuin muiden kuvien ihmiset. Valokuvat on vieläpä otettu melko lähietäisyydeltä, joten tästä voidaan olettaa, että ihmiset ja arktiset eläimet kulkevat luonnossa rinta rinnan. Lapissa uskaltaa siis liikkua luonnon keskellä, eivätkä jääkarhut ole uhka ihmisille.

Aineistossa esiintyy ainoastaan nämä kaksi mainittua arktista eläintä. Aineiston perusteella Lapissa ei esimerkiksi kotieläimiä, kuten vaikkapa koiria, tai edes maatalouteen liittyviä eläimiä, kuten lehmiä. Tämä on huomiona mielenkiintoinen, sillä havaintojeni perusteella Lappia voisi jopa verrata olosuhteiltaan pohjoisnapaan. Arktisia eläimiä, lunta ja jäätä, vähän ihmisiä.

Lapin pääkaupunki Rovaniemi markkinoikin itseään arktisena (Visit Rovaniemi), mutta kaikkien määritelmien mukaan sitä ei voida lukea arktiseksi, sillä arktisuutta ei ole tarkkaan määritelty, vaan siitä on käytetty useita eri määritelmiä. Auringon säteilyn mukaan se on pohjoisen napapiirin yläpuolinen alue, joskin käytännössä se ei aina toteudu maan epätasaisuuden ja valon taipumisen vuoksi. Lämpötilan mukaan määriteltynä se on alue, jonka lämpötila jää vuoden jokaisen kuukauden keskiarvoltaan alle +10 celsius-astetta, ja myös metsän mukaan määriteltynä rajausta on samankaltainen. Arktinen alue voidaan määritellä myös ikiroudan ja jääpeitteen mukaan. Kulttuurisesti määriteltynä pohjoisen alkuperäiskansojen, kuten saamelaiden kotiseudut ovat arktista aluetta ja poliittisesti rajausta voidaan määritellä valtion tai kansainvälisten yhteistyön etujen mukaisesti. (Arktinen keskus.) Joidenkin määritelmien mukaan Lappia voidaan siis pitää arktisena alueena.

Arktiset alueet ovat nykyään paljon esillä ja ne ovat alkaneet kiinnostaa matkailuelinkeinoja ja matkailijoita yhä enemmän. Etenkin alkuperäiskansat ja uhanalainen kiinnostaa matkailussa ja se osaltaan tuo globalisaation vaikutuksia syrjäalueille – niin hyvässä kuin pahassakin. Infrastruktuuri lisääntyy ja se vaikuttaa ympäristöön, kulttuuriin ja elinkeinoihin. (Hakkarainen & Rantala 2018, 11.) Lisääntyvä matkailu ja sen myötä infrastruktuurin kehittyminen siis vaikuttaa Lapin periferisyyteen omalta osaltaan. Voisiko olla, että periferisyys kärsii, kun matkailu lisääntyy ja lopulta Lappi ei enää olekaan periferiaa?

Matkailijoiden julkaisemia arktisia luontokokemuksia sosiaalisessa mediassa on tutkittu ja tulosten perusteella matkailijoiden kiinnostus keskittyi luontoon ja ympäristöön. Matkailijat julkaisivat mieluiten valoisia, päiväsaikaan otettuja kuvia maisemista, joissa pääaiheena oli lumi ja jää. Ihmisiä ja eläimiä ei kuvissa ollut paljoa. (Vahtera 2018, 86-99.) On mielenkiintoista, että omat tutkimustulokseni ovat hyvinkin samankaltaisia kyseisen tutkimuksen tulosten kanssa, vaikka kyseisen tutkimuksen aineisto on kerätty #arctic -hashtagin alta, ja minun tutkimukseni aineisto on kerätty #lapland -hashtagin alta. Näiden samankaltaisten tulosten varjolla uskallan väittää, että Lapissa tärkeässä osassa ovat tällaiset arktiset luontokokemukset.



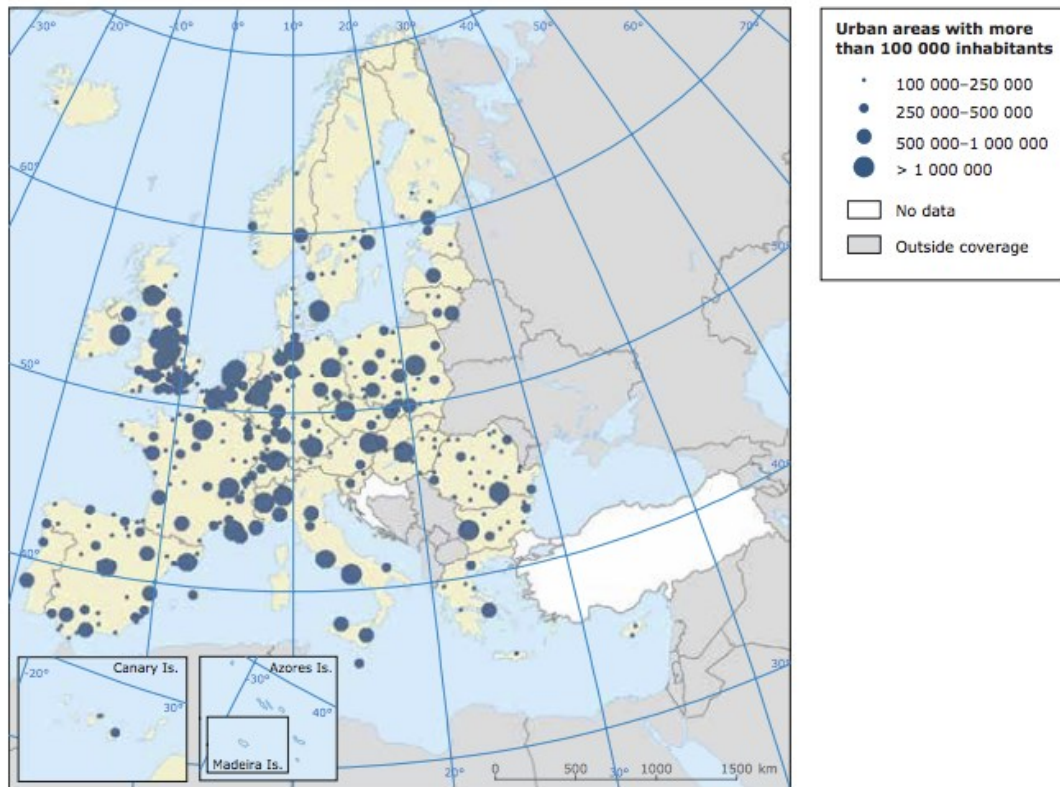
Kuva g: Aineiston kuva numero 4. Julkaisija: @ranuazoo_ranuawildlifepark

4.4. Kolonialismi

En voi sivuuttaa kolonialismin käsitettä tutkimuksessani, sillä kolonialismin ideologian mukaisesti maailma jakautuu kahdeksi, vallan keskuksiin ja alueisiin, jotka ovat niiden ulkopuolella. (Lehtonen & Löytty 2007, 110.)

Lapin ja etelän välillä voidaan sanoa olevan kolonialistisia piirteitä. Esimerkiksi erään vitsin mukaan viitataan siihen, että etelässä ajatellaan lappilaisten (tai lähinnä saamelaisten) olevan villi-ihmisiä, jotka mm. harrastavat seksiä porojen kanssa. (Pietikäinen & Leppänen 2007, 176.) En kuitenkaan tässä vaiheessa halua lähteä tutkimaan eteläsuomalaisten suhdetta saamelaisväestöön, vaan olen yleisemmin kiinnostunut etelän ja Lapin suhteesta. Useiden jälkikoloniaalisen diskurssin tutkijoiden mukaan edellä mainitun tyyppinen diskurssi on tyyppinen kolonialistisen diskurssin keino alistaa ja määritellä kolonisoituja valtaapitävien toimesta. (Pietikäinen & Leppänen 2007, 176).

Map 2.1 Urban areas with more than 100 000 inhabitants in EEA member countries



Kuvio 2: EEA - Euroopan ympäristökeskus, urbaanit alueet, joissa on yli 100 000 asukasta (Noise in Europe 2014)

Yllä oleva kuva havainnollistaa hyvin sen, kuinka reuna-alueella, periferiassa Lappi sijaitsee muualta Euroopasta katsottuna. Tämä tukee väitettäni Lapin perifeerisyydestä.

4.5. Periferia, mindfulness ja retriitti

Useissa meditaatioharjoituksissa kehoitetaan menemään hiljaiseen ja rauhalliseen paikkaan, jotta keskittyminen tietoiseen läsnäoloon onnistuisi vailla ulkoisia häiriöitä (ks. esim. Hope 2017, 153).

Kuten jo aiemmin tässä tutkimuksessa puhuin, hiljaisuudesta on tullut tavoittelemisen arvoinen asia. Meitä vaaditaan olemaan tuottavampia ja tehokkaampia. Digitalisaatio ja globalisoituminen vaikuttaa ihmisten todellisuuteen ja elämä käy koko ajan

monimutkaisemmaksi. Tästä syystä hiljaisuus sekä syrjään vetäytyminen on alkanut kiinnostaa ihmisiä. Määrätietoisen hiljaisuuden harjoittamista ja syrjään vetäytymistä kutsutaan retriitiksi. Hiljaisuus-retriitin juuret ovat alun perin uskonnossa, mutta tämän päivän muuttuvassa elämäntyylissä se on tullut ajankohtaiseksi, kun ihmiset pyrkivät tekemään elämästään mielekkäämpää kiireen keskellä. (Häyrynen & Kotila 2003, 7, 19.)

Retriitissä vetäydytään pois arkielämästä, jolloin päästään kiinni olennaiseen. Sen tarkoituksena ei kuitenkaan ole täysin eristäytyä maailmasta, vaan siinä pysähdytään hiljaiseen tutkiskeluun, omassa tahdissa ja omien tavoitteiden mukaisesti. Retriitit ovat kuitenkin yhteisöllisiä, ja niiden osallistujien, ohjaajien ja tapahtumapaikan henkilökunnan kommunikaatio ja yhteiselo perustuu kunnioitukseen. (Häyrynen & Kotila 2003, 48.)

Mikäpä olisikaan parempi paikka hiljaisuuden ja rauhan tavoitteluun, kuin hiljainen, rauhallinen periferia, jossa ei ole turhaa melua tai häiriöitä, jotka voivat haitata keskittymistä. Lapissa onkin jo kymmenenä vuotena järjestetty Hiljaisuus -festivaali, jonka tavoitteena on täyttää Kaukosen kylä Kittilässä korkeatasoisella taiteella. Täysin hiljaa festivaaleilla ei kuitenkaan olla, vaan siellä nähdään ja kuullaan erilaisia taidemuotoja, kuten uutta suomalaista säveltaidetta sekä nykysirkusta. Keskiössä kuitenkin on Lapin luonto ja Kaukosen kylän kaunis miljöö. (Kittilä.fi)

Täytyy kuitenkin tässä kohdin huomauttaa, että mindfulnessin ja meditoinnin harjoittaminen ei kuitenkaan välttämättä tarvitse absoluuttista hiljaisuutta, vaan sitä voi harjoittaa myös liikkeessa, tai vaikkapa bussissa matkalla töihin.

5. Toiminnallisuuden ja ulkoaktiviteettien Lappi

Vaikka toiminta puuttuukin joistakin aineistoni kuvista kokonaan, on näiden kuvien vastapainona toimintaa ja aktiviteetteja. Aineiston perusteella Lappi näyttäytyy siis

myös toiminnallisena. Viidessä kuvassa yhdeksästä on jotakin toimintaa (kuvat 1, 2, 4, 5, 6), joista kolmessa toimijana on ihminen (kuvat 1, 2, 6).

5.1. Aktiviteetit

Jokainen aineistossa oleva ihminen on jollain tapaa toiminnallinen. Kuvassa 1 ihminen on kuvasta päätellen lumikenkäilemässä, jolloin hän harrastaa talviaktiviteettia. Lumikenkäily on tehokas liikuntalaji ja lumikenkäilemällä voi saavuttaa paikkoja, joihin ei pääsisi kävellen tai suksilla. (Suomen latu). Ylen artikkelin mukaan lumikenkäily tuo vastapainoa kiireiselle elämänrytmille ja siten rentouttaa. (Korhonen 2018).

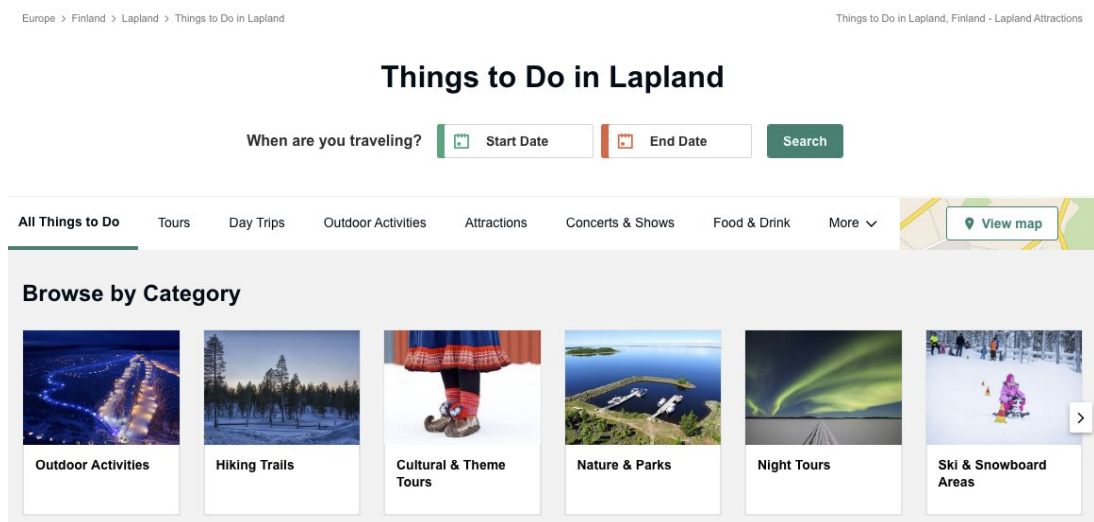
Myös lumikenkäily on siis omalta osaltaan hyvä mindfulnessin harjoittamisen muoto. Kuvassa 2 ihminen pyöräilee fatbike-polkupyörällä metsässä, joten myös hän on toiminnallinen. Ylen artikkelin mukaan fatbike on alun perin kehitetty Alaskan haastaviin maastoihin. Se sopii Suomen vaihteleviin sääolosuhteisiin, sillä se kantaa niin hangella kuin mudassa ja hiekassakin. Kyseisessä artikkelissa sitä verrataan lumikenkäilyyn, jolloin pyörän renkaat toimivat lumikengän tavoin upottavassa maastossa. (Mäkelä 2015.)

Lapin maasto on edellä mainittujen esimerkkien perusteella haastavaa, ja kuten aiemmissa luvuissa puhuin, on se haastavaa myös tieverkostojen puuttumisen perusteella. Lapissa joudutaan siis tekemään työtä liikkumisen eteen. Ei siis voida olla passiivisia ja matkustaa autolla, vaan liikkumiseen joudutaan käyttämään hankaliin olosuhteisiin tarkoitettuja välineitä. Kuitenkin kuvien perusteella aktiivisia ei olla pelkästään hyödyn vuoksi, vaan sen on myös hupia ja rentoutumista. Kuvan 6 lumella leikittelevät ihmiset ottavat ilon irti lumesta ja leikittelevät sen kanssa. Aktiivisia ollaan siis myös hausalla tavalla, eikä siihen tarvita välttämättä mitään välineitä.

5.2. Ulkoilu

Aineistoa tarkastellessa huomasin, että kuville yhteistä on se, että ne on otettu ulkona. Yhtään kuvaa sisätiloista ei ole. Tästä voidaan tehdä johtopäätös, että Lapissa ollaan paljon ulkona ja siellä muun muassa harrastetaan erilaisia ulkoilulajeja. Seuraavaksi kerron, kuinka ulkona oleminen näkyy aineistossa.

Kun mietitään henkilöitä, jotka ovat ottaneet kuvat, he ovat aineiston perusteella selkeästi halunneet kuvata Lapin luontoa tai siellä tehtäviä aktiviteetteja. Aineiston perusteella Lapissa on erityisen mielenkiintoista olla ulkona, eikä aineistossa näy kuvia esimerkiksi museoista, tai Lapin yhtä suurinta turistikohdetta, joulupukkia. Mielenkiinnosta tein Google-haun hakusanoilla “what to do in Lapland” (11.12.2019) ja sain hakutulokseksi maailman suosituimpiin kuuluvan matkailusivuston TripAdvisorin vinkit Lapissa harrastamiseen. Sivuston aktiviteettikategorioista suurin osa on ulkona tapahtuvia aktiviteetteja (kuva alla).



Kuva h: Things to Do in Lapland (TripAdvisor)

TripAdvisorin kuudessa ensimmäisessä kategoriassa kaikki Lapin aktiviteetit ovat ulkona suoritettavia aktiviteetteja. Ensimmäisenä mainitaan ulkoaktiviteetit (Outdoor Activities), toisena retkeily (Hiking Trails), kolmantena kulttuuri ja teema -retket (Cultural & Theme Tours), joissa kansallispukeun pukeutunut henkilö seisoo lumella,

mistä voidaan tehdä johtopäätös, että myös tämä aktiviteetti on ainakin osittain ulkona toteutettava. Seuraavaksi mainitaan luonto ja puistot (Nature & Parks), joka luonnollisesti on ulkoaktiviteetti. Seuraavana yöretket (Night Tours), joka myöskin luonnollisesti tapahtuu ulkona, sillä sisällä tapahtuvissa aktiviteeteissa ei yleensä ole väliä, onko kyseessä päivä vai yö. Viimeisenä etusivun kategorialistalla mainitaan hiihto ja lumilautailupaikat (Ski & Snowboard Areas). (TripAdvisor.)



Kuva i: Aineiston kuva numero 2. Julkaisija: @allaboutlapland

Toiminnallisuudesta ja aktiivisuudesta tuleviksi mielikuviksi voisi sanoa, että jotakin tehdään ja sitä tehdään usein. Aktiivisuutta ei ole laiskottelu ja löhöily, eikä niitä kuvissa olekaan nähtävillä. Kaikki kuvissa olevat ihmiset ovat tekemässä jotakin. Lapissa ollaan siis tekeviä, eikä laiskottelulle jää sijaa.

Ihmiset ja eläimet ovat aktiivisia, mutta luonto sen sijaan on paikallaan. Kuvissa, joissa ei ole toimintoja, on suurimmassa osassa pelkästään luontoa. Luonnon sää on kuitenkin rauhallinen. Lunta ei sada, eikä tuule, eikä taivaalla ole myrskyn merkkejä. Vaikuttaa siis siltä, että luonto on se, joka antaa vapauden tehdä näitä ihmisten harrastamia aktiviteetteja.

Kaikki kuvat on myöskin otettu ulkotiloissa. Vain yhdessä aineiston kuvassa (kuva 8) on jotakin, jonka sisälle voi mennä, eli tässä tapauksessa rakennus. Tästä käy ilmi, että luonto on hyvin suuressa osassa Lapissa. Maantieteellisesti Lappi on Suomen suurin maakunta, ja se onkin suurimmilta osin asumaton seutu.

Länsman (2004) on tutkinut suomalaisten miesten Lapin matkailua. Länsman käsittelee Lapin toiminnallisuutta ja hänen mukaansa muualta Suomesta tullaan Lappiin ennen kaikkea haastamaan itsensä: toimimaan erämaassa omin voimin. Vaimot jätetään kotiin ja lähdetään "poikaporukalla" kalastelemaan ja viettämään aikaa yhdessä. Samalla näytetään muille, että kyetään selviämään luonnon armoilla. (Länsman 2004, 126-129.)

Tämä tukee teoriaani toiminnallisesta Lapista. Lappiin mennään olemaan yhtä luonnon kanssa, eikä vaikkapa laiskottelemaan kylpylähotelleihin. Aineistossani ei ole nähtävillä laisinkaan tämänkaltaista yleisesti luksuksena pidettävää toimintaa, vaan kuvien perusteella toiminta liittyy aina jotenkin luontoon.

Lappiin ei kuitenkaan mennä pelkästään luonnon armoille, vaan siellä selviytymiseen tarvitaan erilaisia välineitä ja taitoja. (Länsman 2007, 130). Aineistoni ihmiset ovat myös selkeästi varustautuneet selviämään pakkassäässä. Kaikilla ihmisillä on talviulkoiluun soveltuvat talvivaatteet. Myöskin kuvan 6 lumella leikittelevät ihmiset ovat varustautuneet talveen lämpimin vaatein ja kengin, vaikka ovatkin kuvan perusteella vain nauttimassa lumen kanssa touhuamisesta. Luontoon mennään siis

hyvin varustautuneena, eikä esimerkiksi korkokengissä ja farkuissa. Tästä voidaan vetää johtopäätös, että Lapissa ei pärjää kuka vain, vaan on tärkeää varustautua oikein ja tietää mitä on tekemässä.

5.3. Toiminnallinen mindfulness

Toiminnallisuus kuuluu myös olennaisena osana mindfulnessiin. Tietoinen läsnäolo ei ole pelkästään paikallaan olemista ja meditointia, vaan se on myös mielekästä tekemistä. Kurseilla, joilla harjoitetaan tietoista läsnäoloa, pohditaan millaiset asiat antavat itselle energiaa ja mitkä kuluttavat sitä. Tarkoituksena on löytää tekemistä, joka on mielekästä ja josta saa energiaa. (Hope 2013, 157-158.)



Kuva j: Aineiston kuva numero 6. Julkaisija: @visitrovaniemi

Aineistoni perusteella Lapissa toiminta on sellaista, jota ei tehdä “pakon” edessä, kuten työn tai vaikkapa pihatöiden tekeminen, vaan se ennemminkin vapaa-ajan toimintaa. Harvemmin lumikenkäily, polkupyöräily tai lumileikit ovat velvollisuuksia. Lapissa poroja pidetään matkailukäytössä työntekijöinä, ne esimerkiksi voivat vetää rekeä. Jääkarhu sen sijaan voisi olla vaikkapa “töissä” eläintarhassa. Kuvan perusteella ei voida sanoa, että se olisi eläintarhassa, mutta tässä vaiheessa tutkimusta on ehkäpä hyvä huomauttaa, että kyseinen kuva on kuin onkin Ranua Zoon, eli Ranuan eläinpuiston julkaisema kuva.

Väsyneenä ja masentuneena usein tuntuu siltä, ettei jaksakaan tehdä mitään. Mielialaa voi kuitenkin kohottaa pelkällä liikeharjoituksella, jopa asennon vaihtaminen ryhdikkääksi auttaa. Pidämme energiavarastojamme rajallisina, ja väsyneenä voi tuntua, että energian käyttäminen kuluttaa näitä varastoja. Totuus on kuitenkin toinen, sillä liikkuminen tuo lisää energiaa. (Silverton 2013, 96-97.) Aineistossani tämä aktiivisuus ja toiminnallisuus näkyy kuvissa olevien ihmisten tekemisissä.

5.4. Hyvinvointi ja ympäristö

Koska olen tässä tutkielmassa käsitellyt mindfulnessia, jota harjoitetaan ensisijaisesti sen hyvinvointia lisäävän vaikutuksen takia, on syytä kytkeä myös ympäristön, eli luonnon ja aktiivisuuden vaikutukset hyvinvointiin. Ympäristö on hyvinvoinnissa avainasemassa. Useasti ihmisen lempipaikka on joko hänen kotinsa tai luonto. (Tapaninen & Kotilainen 2002, 86).



Kuva k: Aineiston kuva numero 7. Julkaisija: @finland_photolovers (Alkuperäinen julkaisija: @satujuvonen)

Suomessa vallitsee jokamiehenoikeudet. Jokamiehenoikeuksia saa käyttää jokainen Suomessa asuva tai oleskeleva. Oikeuksiin kuuluu se, että Suomen luonnossa saa liikkua lähes missä vain, kunhan kunnioittaa ihmisten kotirauhaa. Liikkumista on rajoitettu pääpiirteittäin vain puolustusvoimien hallinnoimilla alueilla, luonnonpuistoissa, sekä yksityisillä piha-alueilla. Kunnioitettava on kuitenkin esimerkiksi eläinten pesintää sekä harvinaisten eläinlajien asuttamia paikkoja. Myöskään alueella ei saa liikkua, jos siitä voi aiheutua haittaa, kuten esimerkiksi

viljelykseen tarkoitetuilla pelloilla. Jokamiehenoikeuksiin kuuluvilla alueilla voi liikkua pääpiirteittäin jalkaisin, hiihtämällä, pyöräilemällä tai ratsastamalla. (Ympäristöministeriö 2016.) Luonnon käyttäminen virkistytymiseen on siis Suomessa, ja näin ollen myös Lapissa helppoa.

Aineiston kuvassa 4 jääkarhu makaa selällään lumella ja asennon perusteella se leikkii, sillä sen suussa on jotakin, mahdollisesti lelu tai ruokaa. Poro (kuva 5) katselee ympäristöönsä hämärtyvässä, lumisessa metsässä. Asennon perusteella se ei ole aivan paikallaan, sillä toinen sen takajaloista on erillään muusta vartalosta.

Myöskin nämä kuvissa olevat eläimet ovat ulkona, luonnon keskellä, eivätkä esimerkiksi vangittuna eläintarhassa tai sisätiloissa. Ne eivät ole myöskään kuvien perusteella kiinni narun päässä, vaan saavat liikkua vapaasti, oman mielensä mukaan. Siitä syystä ne saavat myös toteuttaa lajityypillistä toimintaansa.

Vaikka kuva jääkarhusta on julkaisijan perusteella (Ranua Zoo) otettu eläintarhassa, ei se kuvan perusteella välttämättä ole passiivinen eläintarhassa elävä olento. Se on aktiivinen, eikä sen elämä kuvan perusteella koostu ihmisten tuijotettavana olemisesta.

6. Päätäntö

6.1. Tutkijan positio

Voi olla, että olen liian lähellä kyseistä aihetta, sillä olen asunut Lapissa noin 25 vuotta. On mahdollista, että käyttämäni Roland Barthesin denotaatio-konnotaatio -teoria oli tästä syystä kinkkinen lähtökohta Lappi-kuvan tarkastelulle. Kyseisessä teoriassa on myös Barthesin itsensä mukaan joitakin aukkoja, ja hän muuttikin valokuvatutkimukseen liittyviä teorioitaan uransa loppua kohden. Kun Barthes aiemmin puhui denotaatiosta, konnotaatiosta ja myytistä, näiden rinnalle hänen viimeiseksi jääneessä teoksessaan Valoisa huone (1980) hän puhui kolmesta analyysin tasosta: informatiivinen, symbolinen ja “kolmas merkitys”. Informatiivista tasoa voidaan verrata denotaatioon. Symbolista merkitystä puolestaan voidaan verrata jollain tapaa konnotaatioon tai myyttiin. Sen sijaan “kolmas merkitys” on Barthesin mukaan jotain, mistä on mahdotonta edes puhua (Seppänen 2005, 117-125).

*“Valokuva on äärimmäisen monimerkityksinen,
ja kaikki yritykset pysäyttää sen merkitysten loputon vuo tekevät väkivaltaa
valokuvan perimmäistä olemusta vastaan.”*

(Roland Barthesia mukaillen Janne Seppänen (Seppänen 2005, 118).

6.2. Loppusanat

Lähes puolet (4/9) aineistoni kuvien julkaisijoista on jollain tapaa Lappia markkinoivia tahoja. Näitä tahoja oli All about Lapland (kuvat 1,2), Visit Rovaniemi (kuva 6) sekä Ranuan eläinpuisto (kuva 4). All about Lapland luonnehtii itseään Suomen Lappiin keskittyväksi aikakauslehdiksi, jotka julkaistaan niin paperisena, kuin verkossa. Sen osaamisalaa on myös videot, kuvat ja tarinat. (All About Lapland.) Visit Rovaniemi (Rovaniemen Matkailu ja Markkinointi Oy) on vuonna 2007 perustettu Rovaniemen alueen matkailumarkkinointia koordinoiva taho. Sen toimenkuvaan kuuluu alueen

matkailun yhteismarkkinointi, imagomarkkinointi, media- ja PR-palvelut sekä matkailuneuvonta ja kokousmarkkinointi (Visit Rovaniemi.)

Ranuan eläinpuisto on vuonna 1983 avattu Ranuan kunnassa toimiva eläinpuisto, joka on erikoistunut arktisiin eläimiin ja pohjoisiin eläinlajeihin (Ranuan eläinpuisto). Eläinpuisto ei osaltaan tietystikään ole Lapin markkinointiin keskittyvä organisaatio, mutta myös sillä on vastuu siitä, miten Lappia markkinoidaan ulospäin.

Havaitsin, että kaikki aineiston kuvissa olevat ihmiset olivat näiden organisaatioiden julkaisemissa kuvissa. Tämä voi tarkoittaa, että Lappia halutaan markkinoida paikkana, jossa on ihmisiä. Ehkäpä Lappia ei haluta markkinoida hiljaisuuden ja rauhallisuuden tyyssijana, vaan paikkana, jossa on elämää. Tosin, edelleenkin voisin sanoa aineistoni olevan liian suppea tämänkaltaisten johtopäätösten tekemiseksi.

Yksityishenkilöiden julkaisemissa kuvissa yhtenevää on, että ne ovat kaikki maisemakuvia, eikä niissä ole ihmisiä lainkaan. Nämä kuvat luovat rauhallisuuden ja hiljaisuuden illuusion. Kyseisissä kuvissa ei ole tapahtumia lainkaan, vaan ne kielivät pysähtyneisyydestä.

Tätä tutkimusta voitaisiinkin mahdollisesti jatkaa tutkimalla, kuinka näiden kahden julkaisijaryhmän julkaisut eroavat toisistaan. Aihe kiinnostaa minua suuresti, sillä on mielenkiintoista, kuinka sosiaalisessa mediassa yksityishenkilöt ja organisaatiot ovat keskenään samalla viivalla. Toki usein organisaatiot saattavat käyttää rahaa esimerkiksi markkinointiin maksamalla sponsoroiduista julkaisuista esimerkiksi Facebookissa. Lähtökohtaisesti voi olla kuitenkin hankala erottaa, onko jokin valokuva tai jopa tekstijulkaisu jonkin markkinoivan tahon tai yksityishenkilön julkaisema.

Aineistoni on sen verran suppea, että se ei anna kokonaiskuvaa siitä, millaisena Lappi yleisesti näyttäytyy sosiaalisessa mediassa, vaan tutkimustulokseni ovat vain yksi ehdotus siitä. Huomasin kuitenkin, että Lappi liitettiin useassa teoksessa periferiaan. Myös Lapissa vallitsevasta luonnonrauhasta sekä toiminnallisuudesta on kirjoitettu, joskin näistä viimeisestä on kirjoitettu melko vähän Luonto matkailukohteena: virkistystä ja elämyksiä luonnosta (2002) mukaan.

Kuten tutkielmassa olen moneen otteeseen kirjoittanut, on Lappi tulkintani mukaan sopiva paikka harjoittaa mindfulnessia ja se on itsekin eräänlainen mindfulnessin ruumiillistuma. Lapissa on kaikki mindfulnessiin tarvittavat elementit: rauha, luonto, mahdollisuus vetäytyä syrjään, sekä toiminnan kautta mahdollistuva stressistä eroon pääseminen.

Aineistossani oli myös jotakin samankaltaisuutta TripAdvisorin Things to do in Lapland -kuvaan verrattuna. Lapissa tekeminen tapahtuu ulkona ja luonto näyttölee suurta roolia kaikessa tekemisessä, ja lumi on yksi tärkeä harrastamisen muoto. Ehkäpä nämä voisivat olla Barthesin teorian mukaan myyttejä, jollaisena Lappia pidetään ja joka Lapissa kiinnostaa.

Loppuun voisin vielä kertoa mielenkiintoisen huomion: Nyt, tasan kaksi vuotta aineistoni hankkimisen jälkeen, huomasin, että tänä päivänä (10.2.2020) #lapland -hashtagia on käytetty jo lähes kaksi kertaa sen verran, eli 1 382 790 kertaa, kun taas aineistoni tallentamisen aikaan (7.2.2020) sitä oli käytetty 792 260 kertaa. Lappi näkyy toden teolla Instagramissa yhä enemmän ja enemmän!

Lähteet

Painetut

Barthes, R., Lehto, L., Lintunen, M. & Sironen, E. (1985). *Valoisa huone: La chambre claire = Camera lucida*. Helsinki: Kansankulttuuri : Suomen valokuvataiteen museon säätiö.

Carroll, R. (2018) *Bullet Journal metodi*. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Fiske, J. (1992) *Merkkien kieli. Johdatus viestinnän tutkimiseen*. Tampere: Vastapaino.

Hakkarainen, M & Rantala, O (2018) Johdanto: Arktisesta matkailusta ja sen tutkimisesta. Teoksessa *Matkailualan tutkimus- ja koulutusinstituutti (MTI): Arktisen merkitykset Lapin matkailussa* Toim. Hakkarainen, M; Ilola, H. Matkailualan tutkimus- ja koulutusinstituutti.

Hautala-Hirvioja, T. (1999). *Lappi-kuvan muotoutuminen suomalaisessa kuvataiteessa ennen toista maailmansotaa*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto: Jyväskylän yliopiston kirjasto, jakaja.

Heininen, L. & Käkönen, J. (1996). *Rajalta maailmaan: Tutkijoiden matka periferiaan*. Tampere: Rauhan- ja konfliktintutkimuskeskus

Hietala, V. (1993). *Kuvien todellisuus: Johdatusta kuvallisen kulttuurin ymmärtämiseen ja tulkintaan*. Helsinki: Kirjastopalvelu.

Hope, V (2013) Tietoista läsnäoloa hoitajille. Teoksessa *Mindfulness: Tietoisien läsnäolon läpimurto: vallankumouksellinen tapa kohdata kiire, stressi, ahdistus ja masennus*. Toim. Silverton, S. Helsinki: Schildts & Söderströms.

Häyrynen, M. (2005). *Kuvitettu maa: Suomen kansallisten maisemakuvastojen rakentuminen*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Häyrynen, S. & Kotila, H. (2003). *Retriitti: Tie hiljaisuuteen*. Helsinki: Edita.

Jokelainen, T. (2004) Heijastuksia arkkitehtuurista. Teoksessa *Paikan heijastuksia: Ihmisen ympäristösuhteen tutkimus ja representaation käsite*. Toim. Mäntysalo, R. Jyväskylä: [Oulu]: Atena; Oulun yliopisto.

Kaartinen, M. (2015). *Hiljaisuuden kulttuurihistoria*. Turku: Turun yliopisto, kulttuurihistoria.

Kabat-Zinn, J., Hartikainen, T. & Porceddu, L. (2013). *Kutsu tietoisien läsnäolon harjoittamiseen*. Helsinki: Basam Books.

Kalaoja, J. (2016). *Kuvista mielikuviksi: Valokuvat Suomi-brändin vetovoimatekijöinä*. Oulu: Oulun yliopisto.

Knuuttila, T. & Lehtinen, A. P. (2010). *Representaatio: Tiedon kivijalasta tieteiden työkaluksi*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Kortesuo, K. (2010). *Sano se someksi*. Helsinki: Infor.

Lapp, D. (2017). *Dive into close reading: Strategies for your k-2 classroom*. Teacher Created Materials, 2017 Retrieved from <https://ebookcentral-proquest-com.ezproxy.ulapland.fi>

Lehtonen, J (2014) Ruumiillisuus tietoisuuden alustana. Teoksessa *Mindfulness ja tieteet: Tietoisuustaidot ja kehotietoisuus monitieteisen tutkimuksen kohteena*. Toim. Saari, A., Väänänen, M. & Kortelainen, I. Tampere: Tampere University Press.

Lehtonen, M; Löytty, O (2007). Suomiko toista maata? Teoksessa *Kolonialismin jäljet: Keskustat, periferiat ja Suomi*. Helsinki: Gaudeamus.

barthes, M (1984). Teoksessa Lintunen, M. (toim.) 1984. *Kuvista sanoin. Ajatuksia valokuvasta 2*. Porvoo: Suomen valokuvataiteen museon säätiö.

Lohiniva-Kerkelä, M., Kimpimäki, M., Kuusikko, K., Mikkola, T., Korhonen, R., Viikari, L., . . . Metsävainio, P. (2012). *Matkailuoikeus*. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Länsman, A. (2004). *Väärtisuhteet Lapin matkailussa: Kulttuurianalyysi suomalaisten ja saamelaisten kohtaamisesta*. [Oulu]: Puntsi.

Massa, I. (1994). *Pohjoinen luonnonvalloitus: Suunnistus ympäristöhistoriaan Lapissa ja Suomessa*. [Helsinki]: Gaudeamus.

Metsäntutkimuslaitos, Metsäntutkimuslaitos. Rovaniemen tutkimusasema, Järviluoma, J. & Saarinen, J. (2002). *Luonto matkailukohteena: Virkistystä ja elämyksiä luonnosta*. Rovaniemi: Metsäntutkimuslaitos, Rovaniemen tutkimusasema.

Pietikäinen & Leppänen (2007) Saamelaiset toisin sanoin. Teoksessa *Kolonialismin jäljet: Keskustat, periferiat ja Suomi*. Toim. Kuortti, J; Lehtonen, M; Löytty, O. Helsinki: Gaudeamus.

Roberts, H & Crowell, D (2014) Kivuntutkimus ja mindfulness. Teoksessa *Mindfulness ja tieteet: Tietoisuustaidot ja kehotietoisuus monitieteisen tutkimuksen kohteena*. Toim. Saari, A., Väänänen, M. & Kortelainen, I. Tampere: Tampere University Press.

Saari, A., Väänänen, M. & Kortelainen, I. (2014). *Mindfulness ja tieteet: Tietoisuustaidot ja kehotietoisuus monitieteisen tutkimuksen kohteena*. Tampere: Tampere University Press.

Seppä, A. (2012). *Kuvien tulkinta: Menetelmäopas kuvataiteen ja visuaalisen kulttuurin tulkitsijalle*. Helsinki: Gaudeamus.

Seppänen, J. (2005). *Visuaalinen kulttuuri: Teoriaa ja metodeja mediakuvaan tulkitsijalle*. Tampere: Vastapaino.

Silverton, S., Gold, E., Hope, V., Kabat-Zinn, J. & Mård, T. (2013). *Mindfulness: Tietoisien läsnäolon läpimurto: vallankumouksellinen tapa kohdata kiire, stressi, ahdistus ja masennus*. Helsinki: Schildts & Söderströms.

Tapaninen, A; Kotilainen, H (2002) Ympäristö on osa hyvinvointia. Teoksessa *Ympäristö ja hyvinvointi*. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus (Stakes), Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Helsinki: WSOY : Stakes.

Teasdale, J., Williams, M., & Segal, Z. (2014). *The mindful way workbook: An 8-week program to free yourself from depression and emotional distress*. New York: Guilford Press.

Toy, F. & Sjöblom, S. (1999). *Mielenrauha: Rentouttavaa stressinhallintaa*. Hämeenlinna: Karisto.

Vahtera, Ida: ARKTISET LUONTOKOKEMUKSET SOSIAALISEN MEDIAN KUVISSA: Sisällönanalyysi Instagram-kuvista (2018) Teoksessa: *Matkailualan tutkimus- ja koulutusinstituutti (MTI): Arktisen merkitykset Lapin matkailussa (2018)*

Varpio, Y., Rojola, S., Parente-Čapková, V., Melkas, K., Löytty, O., Lehtola, V., . . . Byckling, A. (2005). *Rajanylityksiä: Tutkimusreittejä toiseuden tuolle puolen*. Helsinki: Gaudeamus.

Veivo, H. & Huttunen, T. (1999). *Semiotiikka: Merkeistä mieleen ja kulttuuriin*. Helsinki: Edita.

Yli-Viikari, A (2011) *MTT/CAREVA-hanke: Luonnon vaikutukset hyvinvointiin*. Viitattu 5.1.2020
(https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/mita/vaikuttavuus/sitra3_0.pdf)

Painamattomat

Haapanen, L. (2017). *Periferiaa ja edelläkävijyyttä. Lappi-representaatiot Helsingin Sanomissa syksyllä 2014*. (Pro gradu, Lapin yliopisto).
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-201712191409>

Heinonen, Sirkka. 2009. SOSIAALINEN MEDIA Avauksia nettiyhteisöjen maailmaan ja vuorovaikutuksen uusiin muotoihin. Tulevaisuuden tutkimuskeskus & Turun kauppakorkeakoulu
(https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/147581/eTutu_2009-1.pdf?sequence=1)

Noise in Europe 2014: European Environment Agency: Report No 10/2014. Viitattu 1.2.2020. (<https://www.eea.europa.eu/publications/noise-in-europe-2014>)

Ympäristöministeriö (2016) Jokamiehen oikeudet -esite. Viitattu 12.2.2020.
([https://www.ym.fi/fi-FI/Ajankohtaista/Julkaisut/Jokamiehenoikeudet/esite\(4450\)](https://www.ym.fi/fi-FI/Ajankohtaista/Julkaisut/Jokamiehenoikeudet/esite(4450)))

Verkkajulkaisut

Arktinen Keskus: Arktinen alue. Viitattu 4.2.2020

(<https://www.arcticcentre.org/FI/arktinenalue>)

All About Lapland. Viitattu 6.2.2020 (<https://issuu.com/allaboutlapland>)

Instagram a: What is Instagram? Viitattu 10.2.2020

(<https://help.instagram.com/424737657584573>)

Jyväskylän yliopisto. Muokattu 10.4.2015. Viitattu 10.2.2020.

(<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/metelmapolkuja/metelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/lahiluku>)

Kielitoimiston sanakirja: Rauhallisuus, rauha. Viitattu 15.1.2019

(<https://kielitoimistonsanakirja.fi/>)

Kittilä.fi: Kittilän kunta: Hiljaisuus-festivaali. Viitattu 11.2.2020

(<http://www.kittila.fi/hiljaisuus-festivaali>)

Lapin Liitto. Viitattu 17.1.2020 (<http://www.lappi.fi/lappi/kunnat/utsjoki>)

Mielenterveystalo: Tyyni - Hyväksyvä tietoinen läsnäolo. Viitattu 10.2.2020.

(<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/itsehoito/tietoisuustaidot/Pages/default.aspx>)

Ranua Zoo. Viitattu 6.2.2020 (<https://www.ranuzoo.com/tietoa-meista/>)

Statista (2019): Most popular social networks worldwide as of October 2019, ranked by number of active users. Viitattu 9.2.2020

(<https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>)

Suomen latu: Lumikenkäily. Viitattu 12.2.2020.
(<https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lajit/lumikenkaily.html>)

Suomussalmi: Hiljainen kansa. Viitattu 11.2.2020.
(<https://www.suomussalmi.fi/fi/vapaa-aika/kulttuuri/hiljainen-kansa/>)

Hamill, J (2017): FIELD OF NIGHTMARES Is this Google Maps' creepiest discovery ever? Mysterious field of scarecrows revealed in Finland. Julkaistu 3.10.2017. Muokattu 3.10.2017. Viitattu 11.2.2020
(<https://www.thesun.co.uk/tech/4600869/is-this-field-of-scarecrows-the-creepiest-google-maps-discovery-ever/>)

Tiedekeskus Arktikum: Pohjoiset keinot. Viitattu 10.2.2020
(<https://www.arktikum.fi/nayttelyt/uutiset/pohjoiset-keinot.html>)

Tilastokeskus a: Lapin väkiluku vuonna 2018. Viitattu 6.2.2020
(<http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/sq/f7ed619b-2691-43ae-9c08-3a15997da1a7>)

Tilastokeskus b: Yöpyjien määrät Lapin majoitusliikkeissä vuosittain viimeisen kymmenen vuoden ajalta. Viitattu 6.2.2020
(<http://pxnet2.stat.fi/PXWeb/sq/a30ec71a-06d6-4798-803a-b8a98dd4a6bb>)

Tilastokeskus c: Yltääkö Lapin joulumatkailu uuteen ennätykseen? (4.12.2018) Viitattu 6.2.2020.
(<https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2018/yлтаako-lapin-joulumatkailu-uuteen-ennatykseen/>)

TripAdvisor: Things to do in Lapland. Viitattu 11.12.2019.
(<https://www.tripadvisor.com/Attractions-g189915-Activities-Lapland.html>)

Visit Rovaniemi. Viitattu 6.2.2020
(<https://www.visitrovaniemi.fi/fi/tietoa/keita-me-olemme/>)

Yleisradio: Mediakompassi. Viitattu 9.2.2020.

(http://vintti.yle.fi/yle.fi/mediakompassi/mediakompassi/7-luokkalaiset/mediataju/median_viestiopus/media.htm)

Valta, A (2017): *Hiljaisuus on nyt kuumien matkailutrendi – matkailuyrityksille se tarjoaa uusia mahdollisuuksia* [verkkodokumentti].

Julkaistu: 9.3.2017. Viitattu 11.2.2020. (<https://yle.fi/uutiset/3-9424862>)

Hoikkala, H (2018): Soiva Metsä ja Hiljainen kansa: Suomussalmen omaleimaiset kulttuurikohteet viehättävät kiireettömyydellään. Julkaistu: 27.03.2018. Päivitetty 26.04.2018. Viitattu 11.2.2020.

(<https://yle.fi/aihe/artikkeli/2018/03/27/kiireettoman-kulttuurikohteet-omaleimaiset-soivan-metsan-luontopolku-ja>)

Korhonen, T (2018): Helppoa kuin kävely, mutta jopa 40 prosenttia tehokkaampaa: lumikenkäily nostaa hien pintaan. Julkaistu: 30.1.2018.

Viitattu 12.2.2020. (<https://yle.fi/uutiset/3-10042174>)

Mäkelä, K (2015): Laskipyörä ei liukastele – fatbike rullaa äärioloissakin – video. Julkaistu 15.1.2015 Päivitetty 6.3.2015. Viitattu 12.2.2020.

(<https://yle.fi/uutiset/3-7738563>)

Luettelot

Kuvaluettelo

Kuva a: Aineisto: Kuvat 1-9, numeroitu järjestyksessä vasemmalta oikealle	8
Kuva b: Aineiston kuva numero 9	24
Kuva c: Aineiston kuva numero 1	26
Kuva d: Aineiston kuva numero 3	32
Kuva e: Aineiston kuva numero 5	37
Kuva f: Aineiston kuva numero 8	39
Kuva g: Aineiston kuva numero 4	42
Kuva h: Things to Do in Lapland (Tripadvisor).....	46
Kuva i: Aineiston kuva numero 2	47
Kuva j: Aineiston kuva numero 6	49
Kuva k: Aineiston kuva numero 7	51

Taulukkoluetelo

Taulukko 1: Vuosittaiset yöpymiset ja saapuneet vieraat Lapissa vuosina 2009-2019	9
Taulukko 2: Analyysi, kuvat 1-3	14
Taulukko 3: Analyysi, kuvat 4-6	15
Taulukko 4: Analyysi, kuvat 7-9	16

Kuvioluettelo

Kuvio 1: Roland Barthesin kaksi merkityksellistämisen tasoa. Ensimmäisellä tasolla kyse on merkkijärjestelmästä ja toinen taso muodostuu kulttuurisesti	21
Kuvio 2: EEA - Euroopan ympäristökeskus, urbaanit alueet, joissa on yli 100 000 asukasta (Noise in Europe 2014).....	43

Aineiston lähteet

Aineiston kuva 1: <https://www.instagram.com/p/Be5STjYBJoE/>

Aineiston kuva 2: <https://www.instagram.com/p/Be2j-1qnbWn/>

Aineiston kuva 3: <https://www.instagram.com/p/Be5yM6agOef/>

Aineiston kuva 4: <https://www.instagram.com/p/Be4awZgnrz9/>

Aineiston kuva 5: <https://www.instagram.com/p/Be5WYEnhblg/>

Aineiston kuva 6: <https://www.instagram.com/p/Be5afYwnKPb/>

Aineiston kuva 7: <https://www.instagram.com/p/Be3qxoKFahq/>

Aineiston kuva 8: https://www.instagram.com/p/Be55rU9B_8e/

Aineiston kuva 9: <https://www.instagram.com/p/Be3NHneB7Ta/>