

Petra Lemmetty

MATKALLA ELETTY KEHO

**Fenomenologinen tutkimus ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden
kehokokemuksista Lapissa**

Pro gradu -tutkielma

Matkailututkimus

2017

Lapin yliopisto, Yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: MATKALLA ELETTY KEHO Fenomenologinen tutkimus ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden kekokemuksista Lapissa

Tekijä: Petra Lemmetty

Koulutusohjelma/oppiaine: Matkailututkimus

Työn laji: Pro gradu -työ_x_ Sivulaudaturtyö___ Lisensiaatintyö___

Sivumäärä: 97

Vuosi: 2017

Tiivistelmä:

Väestön ikääntyminen on tunnustettu ilmiö, joka koskettaa valtaosaa maailman maista kuluvan vuosisadan aikana. Ikääntyvän väestön määrän kasvu ja ilmiön mukanaan tuomat yhteiskunnalliset, sosiaaliset ja taloudelliset vaikutukset ovat herättäneet kiinnostusta ja keskustelua eri tieteenaloilla. Aihe on kiinnostava myös matkailututkimuksen näkökulmasta, koska ikääntyvät muodostavat yhä suuremman ja merkittävämmän segmentin matkailun toimialalla. Ikääntyvien matkailua on tutkittu melko kattavasti, mutta aihetta koskeva tutkimuskirjallisuus kehollisen kokemusmaailman näkökulmasta on ollut vähäistä. Yhtäältä matkailututkimuksen kehollisuutta koskevassa tutkimuskirjallisuudessa on havaittu puutteita ikääntyvien matkailijoiden kekokemusten tutkimukseen liittyen.

Osallistun tutkimuksellani ikääntyvien matkustamista koskevaan tieteelliseen keskusteluun valottamalla ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailmaa kehollisuuden kokemisen näkökulmasta. Tutkimuskohteena ovat Lapissa lomailevien ikääntyvien matkailijoiden kekokemukset. Tutkin työssäni sitä, millaisia Lapin-matkan aikaisia kehollisuuden kokemuksia ikääntyvillä kansainvälisillä matkailijoilla on. Haen vastauksia päätutkimusongelmaan seuraavien osakysymysten avulla: Millaiseksi haastateltavat kuvaavat kehoaan ja kokemuksiaan ikääntyvänä matkustamisesta? Millaiseksi kekokemukset muotoutuvat talvisessa ympäristössä? Millaiseksi kekokemukset rakentuvat eri aktiviteettien kautta?

Tutkimuksen teoreettisena lähtökohtana on Maurice Merleau-Pontyn eletyn kehon käsite, jonka mukaan ihmiskeho on elävä, havaitseva ja kokeva kokonaisuus, fyysisen ja psyykkisen kohtauspaikka, joka liittää ihmisen ympäristöönsä. Tutkimus on laadullista tutkimus-suuntausta edustava kehonfenomenologinen tutkimus. Tutkimusaineisto on tuotettu haastatteleamalla yhdeksää Lapissa matkustanutta 63–71-vuotiasta henkilöä. Aineisto on analysoitu tutkimuksen kontekstiin sovelletun fenomenologisen tutkimusmenetelmän avulla.

Tutkimustulokset osoittavat ikääntyvien matkailijoiden olevan aktiivisia ja elämänmyönteisiä matkailuun suuntaavia kehollisia toimijoita. Heidän kekokemuksensa rakentuvat talvisessa Lapissa kahdessa ulottuvuudessa: ympäristössä ja aktiviteeteissa. Ympäristössä kokemukset rakentuvat havainnoista, joihin matkailija kehollisena olevana sopeutuu. Aktiviteeteissa kokemukset näkyvät periksiantamattomuutena, onnistumisen ja onnellisuuden tunteina sekä oppina itsestä kehollisesti olevana. Tutkimukseni tuloksia voidaan soveltaa yleisemminkin ikääntyvien matkailun, väestön ikääntymisilmiön sekä kehollisuuden tutkimuksissa. Koska tulokset auttavat ymmärtämään Lappiin saapuvien ikääntyvien matkailijoiden kehollista kokemusmaailmaa, tarjoavat ne matkailualan toimijoille näkökulmaa ikääntyvien palvelutarpeisiin vastaamisessa.

Asiasanat: *Ikääntyvät matkailijat, Lappi, kokemus, keho, kehollisuus, kehonfenomenologia, matkailututkimus*

Suostun tutkielman luovuttamiseen kirjastossa käytettäväksi: x

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO.....	5
1.1 Väestön ikääntymisestä matkailijan kehokokemusten tutkimukseen.....	5
1.2 Ikääntyvät matkailututkimuksessa	8
1.3 Kehollisuus matkailututkimuksessa	12
1.4 Tutkimuksen tavoitteet ja tehtävä.....	15
1.5 Aineisto ja menetelmät.....	16
1.6 Tutkimuksen rakenne	17
2. IKÄÄNTYVÄ VÄESTÖ JA MATKAILU.....	19
2.1 Väestön ikääntyminen globaalina ja kansallisena ilmiönä	19
2.2 Ikääntyminen kehollisena tapahtumana, yksilöllisenä kokemuksena ja käsitteenä.....	22
2.3 Ikääntyvät matkailijoina	25
3. KEHOLLISUUSKESKUSTELUISTA KEHOLLISUUDEN KOKEMISEEN	30
3.1 Kehollisuus yhteiskuntatieteellisissä keskusteluissa	30
3.2 Matkailututkimuksen keskusteluja kehollisuudesta	33
3.3 Kehonfenomenologia	36
4. FENOMENOLOGINEN TUTKIMUS TEEMAHAASTATTELUISTA	40
4.1 Fenomenologia tutkimuksen tieteenfilosofisena lähtökohtana ja laadullisena tutkimusmenetelmänä.....	40
4.2 Teemahaastattelut tutkimusaineistona.....	43
4.3 Analyysin vaiheet ja toteutus	46
4.4 Tutkijan esiymmärrys.....	48
4.5 Tutkimusetiikka ja tutkimuksen luotettavuus.....	49
5. IKÄÄNTYVÄ MATKAILIJA KEHOLLISESTI OLEVANA.....	52
5.1 Kokemuksia kehosta ja iästä	52
5.2 Vapaus koettuna (olo)tilana.....	56
5.3 <i>Älä jätä huomiseen sitä, minkä voit tehdä jo tänään</i> – Aktiivisuus, asenne ja vapaus matkustamiseen suuntaavina	59
6. TALVINEN LAPPI KEHOLLISESTI KOETTUNA	63
6.1 Havainnot kehokokemusten rakentumisen perustana	63
6.2 Kuvauksia havaintoihin perustuvista kehokokemuksista.....	65
6.3 Sopeutuva keho	68
7. LAPISSA AKTIIVINEN KEHO	71
7.1 Ikääntyvät matkailijat kehollisesti aktiivisina toimijoina.....	71

7.2 Keho aktiviteeteissa kokevana	75
7.3 Periksiantamaton, onnistuva ja onnellinen keho	79
8. YHTEENVETO	82
8.1 Lappiin matkustavat ikääntyvät matkailijat kehollisina kokijoina	82
8.2 Tutkimustulosten merkitykset Lapin matkailun näkökulmasta.....	84
8.3 Tutkimuksen arviointia ja jatkotutkimusehdotuksia.....	85
Kiitokset	88
LÄHTEET	89
LIITE 1: TUTKIMUSSUOSTUMUS	95
LIITE 2: TEEMAHAASTATTELURUNKO	96

1. JOHDANTO

Väestön ikääntyminen on yksi aikamme merkittävimmistä demografisista muutoksista. Väestö on iäkkäämpää kuin koskaan aiemmin, ja ikääntyneen väestön on ennustettu kasvattavan osuuttaan edelleen kuluvaan vuosisadan aikana. Tänä päivänä noin joka kahdeksas maailman kansalainen on yli 60-vuotias. Vastaavasti ennusteiden mukaan 2050-luvulle tultaessa maailman väestöstä noin viidennes on yli 60-vuotiaita. Väestöennusteissa on arvioitu historiassa ennen näkemätön käänne: 2050-luvun aikana ikääntyvien osuus kasvaa suuremmaksi kuin alle 15-vuotiaiden nuorten. Vaikka väestön ikääntyminen tapahtuu eri alueilla eriaikaisesti, ja joillain alueilla ei ollenkaan, on kyse merkittävästä ja ihmiskunnan historiassa ennen näkemättömästä ilmiöstä niin globaalilla ja alueellisella kuin yksilölliselläkin tasolla. (Harper & Leeson, 2008, s. 1; UN, 2015a; UN, 2015b.)

1.1 Väestön ikääntymisestä matkailijan kehokokemusten tutkimukseen

Väestön ikääntyminen on väestörakenteellinen muutos, jonka vaikutukset yltävät yhteiskunnan eri osa-alueille. Niin suomalaisessa julkisessa keskustelussa kuin tutkimuskirjallisuudessa on puhuttu paljon väestön ikääntymisestä ja sen mukanaan tuomista vaikutuksista ja seurannaisilmiöistä. Keskustelua on herättänyt muun muassa suurten ikäluokkien eläköityminen (Erola, Wilska & Ruonavaara, 2004, s. 13) mutta myös eläkeiän lykkääntyminen (Heikkinen, Jyrkämä & Rantanen, 2013, s. 495–508; Julkunen, 2003, s. 17; Kautto, 2004, s. 17). Yhtäältä keskustelua on kirvoittanut sekä huoli sosiaali- ja terveydenhuollon hoivarasitteen kasvamisesta kestävämmäksi (Karisto, 2005, s. 49; Karisto & Konttinen, 2004, s. 11) että ikääntyvien yhä kohentuneemmat voinnin ja terveyden kokemukset (Heikkinen ym., 2013; Karisto & Konttinen, 2004). Myös ikääntyvien toimeentulo puhututtaa. Keskustelua on käyty ikääntyvien toimeentuloon liittyvistä haasteista (Karisto & Konttinen, 2004, s. 33) sekä ikääntyvien kasvavasta varallisuudesta ja roolista kulutusmarkkinoilla (Karisto, 2005, s. 48; Karisto & Konttinen, 2004). Vaikka ikääntyvien yksinäisyys ja syrjäytyminen ovat eräitä väestön ikääntymisen huolestuttavia seuraamuksia (Heikkinen, 2013, s. 241, 288; Karisto & Konttinen, 2004), ikääntyvät on viimeaikaisten keskusteluiden valossa nähty myös yhä aktiivisempina toimijoina, jotka kuluttavat aikaansa muun muassa harrastaen, liikkuen ja matkustaen (Heikkinen ym., 2013, s. 474–478; Karisto & Konttinen, 2004).

Kuten voidaan nähdä, väestön ikääntyminen on monisyinen ilmiö. Siihen liittyvät moniulotteiset keskustelut ja tutkimukset ovat pyrkineet tuomaan esiin niitä lukuisia eri näkökulmia, joista ilmiötä voidaan tarkastella. Ikääntyminen globaalilla, kansallisella tai yksilöllisellä tasolla ei ole tarkkarajaisesti määriteltävissä oleva ilmiö, ja näin ollen siitä ei voida puhua vain määrätynlaisena tilana tai prosessina. Väestön ikääntymisessä on alueellisia ja ajallisia eroja ja sen yhteiskunnalliset, sosiaaliset, taloudelliset, poliittiset sekä kulttuurilliset vaikutukset vaihtelevat konteksteittain (UN, 2015a). Eriarvoisuus, tuloerot, sukupuolten välinen tasa-arvo, palveluiden tarjonnan saavutettavuus sekä kansan ja valtion hyvinvointi ovat vain murto-osa niistä tekijöistä, jotka vaikuttavat siihen millaista on ikääntyminen missäkin maassa, minäkin aikana. (Ks. UN, 2015a.) Ikääntyminen on aina myös yksilöllinen prosessi. Jokainen meistä vanhenee, mutta se millaiseksi ikääntymisen koemme, miten se vaikuttaa kehoomme, terveyteemme tai toimintakykyymme, ja kuinka siihen suhtaudumme, on yksilöllistä. (Heikkinen ym., 2013; Karisto & Konttinen, 2004; Koskinen, 2004, UN, 2015a.)

Yksi väestön ikääntymisen koskettamista yhteiskunnan ja teollisuuden osa-alueista on matkailu. Ikääntyvät ovat viime vuosina muodostaneet yhä merkittävämmän asiakasryhmän matkailun toimialalla, joka tekee ilmiöstä kiinnostavan ja ajankohtaisen tarkasteltavan myös matkailututkimuksen näkökulmasta (ks. Hung & Lu, 2016; Nielsen, 2014; Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011). Aihetta koskevassa tutkimuskirjallisuudessa on muun muassa hahmoteltu ikääntyvien matkailijoiden typologioita (ks. Borges Tiago, Couto, Borges Tiago & Dias Faria, 2016; Nielsen, 2014), tutkittu ikääntyvien matkustustottumuksia, -motivaatioita, -mielityksiä ja palvelutarpeita (ks. Nielsen, 2014; Norman, Daniels, McGuire & Norman, 2001; Patterson & Pegg, 2011), sekä tarkasteltu ikääntyvien matkustusilmiötä terveyden, toimintakyvyn sekä esteettömyyden näkökulmista (ks. Bauer, 2012; Cooper, 2006; Hunter-Jones & Blackburn, 2007; Wang, 2011).

Tämä pro gradu -tutkielma osallistuu niin ikään ikääntymisilmiötä koskevaan tieteelliseen keskusteluun. Tarkastelen työssäni ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden kehollista kokemusmaailmaa Lapin matkailun kontekstissa. Suomen Lappi on vahvistanut asemaansa kansainvälisestäkin tunnettuna matkakohteena, ja alueelle saapuvien matkailijoiden määrä on ollut kasvussa jo vuosia (Lapin liitto, 2015). Vuodesta 2013 lähtien Lapin kansainvälisten yöpymisten määrä on ylittänyt miljoonan rajan, ja vuonna 2016 Lapissa vietettiin kansainvälisten matkailijoiden toimesta yli 1,2 miljoonaa yötä. (Lapin liitto, 2015; Tilastokeskus Visit Finlandin mukaan.)

Lappiin saapuvat myös ikääntyvät matkailijat. Tutkin työssäni sitä, millaisia matkan aikaisia kekokokemuksia Lappiin saapuvilla ikääntyvillä kansainvälisillä matkailijoilla on.

Tutkimuksen tavoitteena on paitsi valottaa ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailmaa kehollisuuden kokemisen näkökulmasta, myös lisätä tutkimustietoa ja ymmärrystä ylipäätään aikamme ikääntyvistä matkailijoista.

Tässä työssä viitataan tutkielmani kohderyhmään käsitteellä *ikäntyvät matkailijat*. Ikääntyviä koskevissa keskustelussa on käytetty monenkirjavaa käsitteistöä, eikä keskusteluihin ole vakiintunut yhtä tiettyä käsitettä kuvaamaan ikääntyvää väestöä. Puhutaan muun muassa ikääntyvistä, ikäihmisistä, senioreista, eläkeläisistä, ja vanhuksista, sekä nuorista vanhoista, vanhoista vanhoista, ja vanhimmista vanhoista (ks. esim. Koskinen, 2004, s. 30–31). Puhutaan myös kolmannesta ja neljänestä iästä, joilla viitataan eläkkeelle jäännin jälkeisiin, aktiivisuudeltaan ja elämänsisällöiltään toisistaan poikkeaviin ikäkausiin (ks. Koskinen, 2004, s. 30–33; Jyrkämä, 2005, s. 354–358). Matkailututkimuksessa puolestaan on käytetty käsitteitä, kuten *seniorimatkailijat* (ks. esim. Bauer, 2012; Loman, 2012, Patterson, 2006, s. 15) ja *grey market* (Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 509). Katsoin ikääntyvä-käsitteen käytön sopivaksi tutkielmani kontekstissa, sillä tutkimukseni kohderyhmä edustaa ikääntyvää, joskaan ei kaikilta osin eläkkeelle jäänyttä tai vanhimmista vanhinta, ikäryhmää. Tutkielmani tarkoituksena ei myöskään ole tehdä määritelmiä tai kannanottoja haastateltavien iästä, jonka vuoksi neutraali ikääntyvä -käsite soveltuu tutkielman käyttötarkoitukseen hyvin.

Tutkielmani teoreettisen viitekehyksen osaltaan muodostava *kehollisuuden* käsite on niin ikään varsin laaja-alainen ja monenkirjavia määritelmiä sekä näkökulmia sisältävä tieteellinen keskustelu (ks. esim. Helén, 2000; Oinas, 1998; Parviainen, 1994). Tutkimuskirjallisuudessa on puhuttu muun muassa ruumiista ja ruumiillisuudesta, René Descartesin mukaan nimetystä kartesiolaisesta mielen ja ruumiin, eli hengen ja materian, kahtiajaosta, poliittisesta ruumiista, ruumiin representaatioista, työruumiista, kehosta ja kehollisuudesta, kokevasta eli eletystä ruumiista, sekä ruumiista sosiaalisena konstruktiona (ks. Helén, 2000; Julkunen, 2003; Oinas, 1998; Parviainen, 1994, Parviainen, Kinnunen & Kortelainen, 2016).

Suomenkielisessä tutkimuskirjallisuudessa on puhuttu niin *kehosta* kuin *ruumiistakin*.

Arkikielen puheissa on lisäksi käytetty sanaa vartalo. Vaikka kehon ja ruumiin käsitteitä on käytetty rinnakkain ja synonyymeinäkin tieteellisissä keskusteluissa, on niiden määritelmissä nähtävissä pieniä vivahde-eroja. (Ks. Parviainen, 1994, s. 21–22; Parviainen ym., 2016).

Muun muassa Parviainen on pyrkinyt selventämään näitä tutkimuskirjallisuudessa käytettyjen

käsitteiden välisiä eroavaisuuksia. Hän huomauttaa, että siinä missä ruumis-sanassa painottuu kristillisen kulttuurin dualistinen käsitys ihmisestä ruumiina ja henkenä, keho-sanalla viitataan ihmiseen fyysisen ruumiin, mielen sekä hengen muodostamana kokonaisuutena. Käsitteiden käyttötarkoitusten välinen ero näkyy myös siinä, että ruumis-sanalla voidaan viitata sekä elävään että kuolleeseen ruumiiseen. Keho-käsitettä sen sijaan käytetään kuvaamaan ainoastaan elävää ja kokevaa kehoa. (Parviainen, 1994, s. 21.) Keho-käsitteen ohella kokevasta fenomenologisesti ymmärretystä kehosta on käytetty tutkimuskirjallisuudessa käsitettä eletty ruumis (ks. Oinas, 1998, s. 188–189; Parviainen, 1994, s. 21, 40; Parviainen, 1998, s. 33). Tähän tutkielmaan valitsin kuitenkin käyttööni keho-käsitteen, jolla viitataan elävään ja kokevaan ihmiskehoon.

Kolmas tutkielmani teoreettista viitekehystä rakentava pääkäsite on *kehonfenomenologia*. Koska tavoitteenani on tarkastella ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden keho-kokemuksia, katsoin kehon kokemuksellisuudesta kiinnostuneen kehonfenomenologian soveltuvan hyvin tutkielmani teoreettiseksi ja tieteenfilosofiseksi taustaksi. Kehonfenomenologia tunnetaan myös ruumiinfenomenologiana, mutta tutkielmani käsitteellisen yhtenäisyyden säilyttämiseksi valitsin käyttää teoreettisesta ja tieteenfilosofisesta lähestymistavasta nimitystä kehonfenomenologia (ks. esim. Parviainen ym., 2016, s. 20).

Edmund Husserlin (1859–1938) hahmottelemassa, ja eritoten Maurice Merleau-Pontyn (1908–1961) edelleen tarkastelemassa ja tunnetuksi tekemässä kehonfenomenologiassa keho nähdään elävänä ja kokevana olentona. Kehon katsotaan olevan merkityksiä kantava ja muodostava subjekti, joka on suuntautunut kohti ympäröivää maailmaa. Yhtäältä kehon katsotaan olevan osa tuota ympäröivää maailmaa. Kehonfenomenologiassa keho nähdään ihmisen olemassaolon ehtona; ihminen on kauttaaltaan kehollinen olento. Näin ollen myös kaikki kokemukset ovat kehollisia ja tapahtuvat niin ikään kehossa. (Jokinen, Kaskisaari & Husso, 2004, s. 8; Oinas, 1998, s. 188–189; Parviainen, 1994, s. 18–19; Parviainen ym., 2016, s. 20.)

1.2 Ikääntyvät matkailututkimuksessa

Ikääntyvien matkailua koskevaa tutkimusta on tehty vaihtelevasti kuluneen muutaman vuosikymmenen aikana, ja erityisesti 1990-luvun alusta lähtien aihetta koskevan tutkimuskirjallisuuden määrä on ollut kasvussa (Hung & Lu, 2016, s. 136). Pidentynyt

elinajanodote, terveet eläkkeelle jäännin jälkeiset elinvuodet, vaurastuminen sekä yleinen kiinnostus matkustamista kohtaan ohjaavat yhä useammat ikääntyvät käyttämään vapaa-aikaansa matkustaen (ks. Bauer, 2012, s. 60; Hung & Lu, 2016, s. 134; Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011). Matkustaminen voi olla monille ikääntyville harrastus tai haave, jonka toteuttamiseen ja ylläpitämiseen löytyy resursseja esimerkiksi työuran päätyttyä (Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011).

Tutkimuskirjallisuudessa havaittu ja yleisesti jaettu käsitys on se, että ikääntyvät muodostavat yhä merkittävän segmentin matkailun toimialalla. Ikääntyvien matkailijoiden määrä on ollut kansainvälisellä tasolla kasvussa jo vuosia, ja sen ennustetaan kasvavan edelleen suurten ikäluokkien jatkaessa eläköitymistään. (Borges Tiago ym., 2016, s. 13; Chen & Shoemaker, 2014, s. 58–59; Patterson, 2006, s. 214–215; Patterson & Pegg, 2011, s. 174, 178–179; Wang, 2011, s. 191.) Esimerkiksi vuonna 1999 yli 60-vuotiaat tekivät kaiken kaikkiaan yli 593 miljoonaa kansainvälistä matkaa (Patterson, 2006, s. 214; Patterson & Pegg, 2011, s. 178). Vastaavasti Maailman matkailujärjestö (Pattersonin ja Pegg, 2011, s. 178 mukaan) arvioi, että 2050-luvulle tultaessa yli 60-vuotiaiden tekemien kansainvälisten matkojen vuosittainen määrä tulee kohoamaan yli kahteen miljardiin. Ikääntyneet matkailijat muodostavat paitsi määrällisesti alati kasvavan jossain tapauksissa myös nopeimmin kasvavan matkailija-segmentin. Muun muassa Yhdysvalloissa suuret ikäluokat on arvioitu nopeimmin kasvavaksi matkailijajoukoksi (ks. esim. Jang & Ham, 2009, s. 373), ja esimerkiksi vuosina 2001 ja 2003 maan suuret ikäluokat tekivät enemmän matkoja kuin mikään muu ikäryhmä (Patterson & Pegg, 2011, s. 178; Jang & Ham, 2009, s. 373).

Ikääntyvät eivät muodosta yhä merkittävämpää asiakassegmenttiä ainoastaan suuren volyyminsa vuoksi. Ikääntyvien on havaittu olevan kuluttajia, joilla on yhä paremmat ajalliset, taloudelliset ja terveydelliset resurssit panostaa itseensä ja vapaa-aikaansa (Bauer, 2012, s. 60; Borges Tiago ym., 2016, s. 13–14; Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 510; Losada, Alén, Domínguez & Nicolau, 2016, s. 89; Patterson & Pegg, 2009, s. 255). Ikääntyvät nähdään ostovoimaisina asiakkaina, jotka yhä useammin viettävät vapaa-aikaansa matkustaen ja hankkien erilaisia kokemuksia (Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 510; Losada ym., 2016, s. 89; Patterson & Pegg, 2009, s. 255). Ikääntyvissä matkailijoissa nähty potentiaali on noteerattu paitsi matkailupalveluiden tuottamisen näkökulmasta (ks. esim. Patterson & Pegg, 2009, s. 264) myös matkailun tutkimuskirjallisuudessa. Vaikka ikääntyvien matkailua koskevassa tutkimuskirjallisuudessa on havaittu puutteita (ks. esim. Hung & Lu,

2016; Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 509), on aihetta koskevaa kansainvälistä tutkimuskirjallisuutta löydettävissä kiitettävästi.

Ikääntyvien matkailua muun muassa esteettömyyden (Wang, 2011), terveyden (Hunter-Jones & Blackburn, 2007), kulutuskäyttäytymisen (Borges Tiago ym., 2016; Jang & Ham, 2009), matkustustiheyden (Losada ym., 2016) markkinoinnin (Chen & Shoemaker, 2014; Patterson & Pegg, 2009) sekä kokemuksellisuuden (Patterson & Pegg, 2011) näkökulmista tarkastelluissa tutkimuksissa on havaittu, että ikääntyvät muodostavat varsin heterogeenisen matkailijajoukon. Ikääntyvillä on erilaisia palvelutarpeita, toiveita, kulutustottumuksia, mielenkiinnonkohteita, sekä matkustamista rajoittavia tekijöitä, jotka vaikuttavat niin matkakohteen valintaan kuin matkan sisältöihin. Bauer (2012, s. 60) huomauttaakin, että nuoret matkailijat, kuten reppureissaajat tai nuoret perheet, muodostavat huomattavasti homogeenisemmän matkailijajoukon kuin ikääntyvät matkailijat.

Yhdeksi ikääntyvien matkailun tutkimuksen erityispiirteeksi voisi nimetä sen keskittymisen tietyille alueille. Hung ja Lu (2016, s. 139) havaitsivat tekemässään kirjallisuuskatsauksessa, että ikääntyvien matkustamista koskevaa tutkimusta on tehty huomattavasti enemmän Pohjois-Amerikassa, Euroopassa ja Australiassa, kuin Aasiassa, Afrikassa tai Latinalaisessa Amerikassa. Kirjallisuuskatsauksessa läpikäydyistä 52 akateemisesta artikkelista kaiken kaikkiaan 29 oli kirjoitettu Pohjois-Amerikassa, joista 24 Yhdysvalloissa ja 5 Kanadassa. Aasiaan sijoittuvia artikkeleita oli 9, Eurooppaan sijoittuvia 4, Australian edustus oli 3 ja Afrikan 1. Kaikkiaan 35 artikkelin ensimmäisellä kirjoittajalla oli yhteyksiä Yhdysvaltoihin. Euroopassa kirjoitettujen artikkeleiden ensimmäiset kirjoittajat olivat puolestaan Iso-Britanniasta, Ruotsista, Sveitsistä sekä Ranskasta. (Hung & Lu, 2016, s. 136–137.)

Ikääntyvien matkustusilmiötä koskevan tutkimuksen alueellisen epätasapainon lisäksi valtaosa läpikäydyistä 52 artikkelista tutki ilmiötä kvantitatiivisin tutkimusmetodein. Tarkastelluista artikkeleista peräti 41 oli kvantitatiivisia tutkimuksia. Kvalitatiivisia tutkimuksia oli kaikkiaan kahdeksan, kirjallisuuskatsauksia kaksi, ja yksi tutkimus oli määrällisen ja laadullisen tutkimuksen yhdistävä monimenetelmätutkimus. Kahdeksasta laadullisesta tutkimuksesta kuusi oli haastattelututkimuksia. (Hung & Lu, 2016, s. 139–140.)

Kirjallisuuskatsauksessa tunnistettiin tarve paitsi kulttuurillisesti ja alueellisesti monimuotoisemmalle myös laadullisin tutkimusmenetelmin aihetta käsitteleville tutkimuksille. Kvalitatiivisen tutkimustiedon avulla pystyttäisiin lisäämään ymmärrystä ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailmasta ja saamaan syvempää käsitystä ikääntyvien

matkailuilmiöön liittyvistä ulottuvuuksista. (Hung & Lu, 2016, s. 142). Ikääntyvien matkustamisen kokonaisvaltaisemman tutkimustiedon lisäämistä peräänkuuluttivat myös israelilaisten seniorimatkailijoiden matkustustottumuksia tutkineet Fleischer ja Pizam (2002). Heidän mukaansa ikääntyvien matkustamista tulisi tutkia enemmän niin määrällisesti kuin laadullisestikin, jotta ilmiötä pystyttäisiin ymmärtämään paremmin (Fleischer & Pizam, 2002, s. 120–121).

Niin ikään kansainvälisten, Suomessa lomailevien, ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailman tutkimus Suomessa on ollut vähäistä. Sen sijaan suomalaisten ikääntyvien matkailijoiden vapaa-ajan kokemuksia ovat tarkastelleet pro gradu -tutkielmissaan muun muassa Nylander (2006) sekä Loman (2012). Yli 55-vuotiaiden suomalaismatkailijoiden kotimaanlomien kokemuksia tutkineen Nylanderin (2006) mukaan suomalaiset matkailijat kaipaavat kotimaanlomiltaan monenlaisia fyysisiä, älyllisiä, sosiaalisia, tunteisiin vetoavia sekä hengellisiä sisältöjä. Ikääntyvien matkailijoiden toimijuuden koordinaatteja tarkastellut Loman (2012) puolestaan vahvisti tutkielmallaan kansainvälisestäkin kirjallisuudesta tuttua tutkimustulosta, jonka mukaan ikääntyvät matkailijat muodostavat heterogeenisen matkailijajoukon, jonka keskinäiset tarpeet, toiveet sekä taustat eroavat toisistaan. Molemmissa pro gradu -tutkielmissa todettiin matkailun olevan merkittävässä roolissa ikääntyvien vapaa-ajanvietossa ja nähtiin tarvetta ikääntyvien matkailua koskevan tutkimuskirjallisuuden lisäämiselle (Loman, 2012; Nylander, 2006).

Myös tutkimustieto ikääntyvien matkailijoiden kekokokemuksista on jokseenkin puutteellista. Sen sijaan kehollisuuteenkin läheisesti nivoutuvan terveyden yhteyksiä ikään ja matkustamiseen ovat pohtineet muun muassa Bauer (2012), Cooper (2006) sekä Hunter-Jones ja Blackburn (2007). Bauer ja Cooper tarkastelivat iän ja matkan välistä suhdetta terveyden, sekä siihen mahdollisten liittyvien riskien, näkökulmasta. He arvioivat artikkeleissaan sitä, millaisia terveydellisiä seikkoja ikääntyvän matkailijan tulisi ottaa huomioon matkustaessaan erilaisissa ympäristöissä. (Bauer, 2012; Cooper, 2006.) Hunter-Jones ja Blackburn (2007) puolestaan tutkivat, miten ikääntyvien matkailijoiden kokemus ja arvio omasta terveydentilasta vaikuttaa heidän tekemiinsä kulutusvalintoihin, kokemuksiin sekä lomamatkojen sisältöihin.

Ikääntyvien matkailua on tarkasteltu myös terveyteen ja kehollisuuteen läheisesti liittyvän esteettömyyden näkökulmasta. Ikääntyvillä on havaittu olevan suurempi todennäköisyys erilaisiin fyysisiin vammoihin ja rajoitteisiin kuin nuoremmilla vertaisillaan, ja

kirjallisuudessa onkin alleviivattu esteettömyysseikkojen huomioon tärkeyttä ikääntyvien matkailuun liittyen (ks. esim. Darcy & Buhalis, 2011; Heikkinen ym., 2013; UN, 2015a; Wang, 2011; WHO, 2002). Wang (2011) tarkasteli artikkelissaan sitä, millaisia tarpeita ja rajoitteita ikääntyvillä matkailijoilla on, ja millaisia esteettömyyden näkökulmia ikääntyvien matkailussa tulisi huomioida. Eichhorn ja Buhalis (2011) puolestaan pohtivat ikääntyvien matkailijoihinkin liittyvän matkailun esteettömyyden ulottuvuuksia yleisemmällä tasolla ja painottivat esteettömyyden kehittämisen tärkeyttä matkailupalveluissa.

Niin esteettömyyden kuin iän sekä terveyden yhdistäville matkailun tutkimuksille nähtiin tarvetta. Eichhorn ja Buhalis (2011, s. 58–59) arvioivat, että matkailijoiden esteettömyyden kokemuksista tarvitaan lisää tutkimustietoa, jotta aihetta pystyttäisiin ymmärtämään syvemmin myös kokijapuolen näkökulmasta. Bauer (2012, s. 61) puolestaan havaitsi puutteita iän, matkustamisen sekä terveyden yhdistävästä kirjallisuudesta. Myös Hunter-Jones sekä Blackburn (2007, s. 509–510) huomioivat, että tutkimuskirjallisuudessa on varsin vähän tietoa siitä, kuinka matkailijat kokevat oman terveystensä, ja kuinka oman terveyden kokeminen vaikuttaa heidän tekemiinsä kulutusvalintoihin. Erityistä niukkuutta matkailun ja terveyden välisten yhteyksien tutkimuksessa nähtiin siinä, miten jo ennen matkaa olemassa olevat terveydentilat vaikuttavat matkailijan tekemiin valintoihin ja matkojen sisältöihin. Valtaosa tutkimuksista on Hunter-Jonesin ja Blackburnin mukaan keskittynyt tarkastelemaan matkan aikaisia ja siitä seuraavia terveysongelmia, kuten matkalla tapahtuvia sairastumisia. (Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 509–510.)

Tämä tutkielma pyrkii omalta osaltaan täyttämään tutkimuskirjallisuudessa havaittua aukkoa ikääntyvien matkailuun liittyen. Yhdistän työssäni ikääntyvien matkailijoiden kokemusten tutkimukseen kehollisuuden käsitteen, jota tulen seuraavaksi lähemmin kuvaamaan.

1.3 Kehollisuus matkailututkimuksessa

Keho on herättänyt kiinnostusta ja keskustelua eri tieteenaloilla, ja myös matkailututkimus on ottanut osaa aiheesta koskevaan tieteelliseen keskusteluun. Matkailijan voidaan katsoa olevan kehollinen toimija, jonka matkustaminen ja matkalla oleminen on niin ikään kehollista olemista. Matkailija kokee, aistii, tuntee, liikkuu ja toimii kehollaan. Yhtäältä matkailija on kehollisena olentona erilaisissa tiloissa, paikoissa, ajoissa, aktiviteeteissa ja ympäristöissä.

(Ks. esim. Chronis, 2015; Macnaghten & Urry, 2001; Pritchard, Morgan, Ateljevic & Harris, 2007; Small & Darcy, 2011; Veijola & Jokinen, 1994.) Matkailijan voidaan katsoa olevan matkailun keskiössä kehollisena olentona, ja näin ollen matkailijan kehosta on kiinnostunut myös matkailuala palveluineen ja tuotteineen (Obrador Pons, 2003, s. 58; Small, 2007, s. 88; Small & Darcy, 2011, s. 77). Matkailijalle tarjotaan palveluita, aktiviteetteja, ravintoa, kyydityksiä ja yösijoja, jotka niin ikään palvelevat matkailijan kehollisia tarpeita.

Matkailututkimuksessa ja yhteiskuntatieteellisissä keskusteluissa on tarkasteltu kehoa ja kehollisuutta useista eri näkökulmista. Tutkimuskirjallisuudessa on muun muassa hahmoteltu matkailijan ontologioita kehon ja kehollisuuden lähtökohdista (ks. esim. Pritchard ym., 2007). Tieteellisissä keskusteluissa on pyritty paikantamaan niitä kehollisia piirteitä ja olemassa olemisen tapoja, mitä matkailijoilla on; millainen on matkailija kehollisena olentona ja millaisia ulottuvuuksia olemassa olemiseen liittyy (ks. esim. Obrador Pons, 2003; Pritchard ym., 2007; Small & Darcy, 2011; Veijola & Jokinen, 1994; Veijola & Valtonen, 2007).

Kehoa ja kehollisuutta on tarkasteltu matkailututkimuksessa myös kokemusmaailmasta käsin. Tyttöjen ja naisten matkakokemuksia tutkineen Smallin (2007) mukaan tutkimusaineistossa korostui kehollisen kokemisen näkökulma. Lomamuistoista puhuttiin kehollisen liikkumisen, fyysisen aktiivisuuden, aistihavaintojen, tunteiden, sekä kehollisen ulkomuodon kokemusten näkökulmista (Small, 2007). Small ja Darcy (2011) puolestaan lähestyivät kehollisuuden kokemusten tarkastelua erityisesti matkailun esteettömyyden sekä matkailijan vammojen ja rajoitteiden lähtökohdista. Tutkimuksessa tarkasteltiin millaisia kehokokemuksia fyysisen vamman tai rajoitteen kanssa matkustamiseen liittyy, ja miten nuo kokemukset vaikuttavat matkan koettuun sisältöön ja laatuun. (Small & Darcy, 2011.)

Kehoon ja kehollisuuteen keskeisesti liittyvät aistit ovat niin ikään olleet matkailututkijoiden kiinnostuksen kohteena. Tutkimuskirjallisuudessa ollaan oltu kiinnostuneita muun muassa matkailijan katseesta: siitä, mitä ja miten matkailija näkee, miten matkailijan katse rakentuu (ks. esim. Urry & Larsen, 2011). Small (2007, s. 78–80) havaitsi naisten lomamuistoja käsitelleessä tutkimuksessaan, että aistit kehollisena kokemuksena korostuivat loma-kokemuksia käsitelleissä puheissa. Niin ikään aistien roolista ja merkityksestä puhuivat matkailijan kehollisuutta teoretisoineet Veijola ja Jokinen. Heidän mukaansa ihminen tulee olevaksi ja osaksi jotakin aistien kautta. Näkö-, haju-, kuulo-, maku- ja tuntoaisti yhdistävät kokijan kontekstiin, osaksi sitä maailmaa ja kokonaisuutta, jossa hän kulloinkin on. (Veijola & Jokinen, 1994, s. 140.)

Tieteellisissä keskusteluissa on käsitelty kehon ja kehollisuuden käsitteitä erilaisten toimintojen, olemassaolojen, matkustamisen tapojen ja aktiviteettien kautta. Esimerkiksi Matteucci (2014) tarkasteli turistin kehollisuutta flamencotanssin kontekstissa, Valtonen ja Veijola (2011) puolestaan tutkivat kehoon ja sen toimintoihin keskeisesti liittyvää nukkumista matkailun näkökulmasta. Germann Molz (2006) sen sijaan tutki kosmopoliittisutta kehollistuneena matkustamisen tapana ja tilana. Hän tarkasteli artikkelissaan muun muassa sitä, miten kosmopoliitit maailmanmatkaajat valmistautuvat matkaansa, miten he sopeutuvat matkustusympäristöönsä, ja miten niin valmistautuminen kuin sopeutuminenkin voidaan nähdä kehollisina prosesseina.

Kehollisuutta on tutkittu myös erilaisten ympäristöjen, niihin liittyvien olemassaolon tapojen sekä niissä syntyvien kokemusmaailmojen näkökulmasta. Macnaghten ja Urry (2001) tarkastelivat sitä, millaiseksi kekokemukset rakentuvat metsäympäristössä. Metsästä puhuttiin muun muassa tilana, missä keholliset toiminnot, kuten kävely, pyöräily, rentoutuminen, rauhoittuminen sekä raittiin ilman saaminen koettiin mahdolliseksi. (Macnaghten ja Urry, 2001, s. 166–182.) Kehollisuuden ja luonnonympäristön suhdetta tarkasteli niin ikään Edensor. Hän tutki artikkelissaan, millaisia kehollisia ulottuvuuksia ja kokemusmaailmoja maalaisympäristössä kävelyyn liittyy. (Edensor, 2001.) Ingold ja Kurttila lähestyivät ympäristön kokemisen tarkastelua Lapin näkökulmasta. He tutkivat artikkelissaan sitä, millaista paikallista tietoa paikallisilla lappilaisilla ihmisillä on, ja kuinka ilmasto ja sää koetaan paikallisten ihmisten näkökulmasta. (Ingold & Kurttila, 2001.) Chronis puolestaan tutki kehollisuutta turistin tilojen ja liikkuvan kehon näkökulmasta. Hän tarkasteli millaisiksi kehollisuuden kokemukset rakentuivat hallitun ja määrätyn turistin tilan, ohjatun kierroksen sekä liikkuvan kehon yhdistyessä. (Chronis, 2015.)

Kehon ja kehollisuuden käsitteitä on lähestytty matkailututkimuksessa myös sukupuolen näkökulmasta (ks. Pritchard ym., 2007; Veijola & Jokinen, 1994). Van Eeden (Pritchard ym., s. 182–206) tarkasteli kehon, sukupuolen ja matkailun yhteyttä sosiaalisesti valtasuhteissa tuotetun tilallisuuden näkökulmasta. Jordan puolestaan tarkasteli aihetta sukupuolen representaatioiden näkökulmasta. Hän tutki, millaisia naisten kehokuvastoja aikakauslehdissä on esitetty ja millaisia kehon esittämisen tapoja kuvastot sisältävät. (Jordan, 2007.) Niin ikään tutkimuskirjallisuudessa on tarkasteltu sitä, millaiseksi matkailijan keho tavataan määritellä ja miten siitä puhutaan muun muassa sukupuolen valossa (Jordan, 2007; Pritchard ym., 2007; Small & Darcy, 2011, s. 77; Swain, 2004).

Siinä missä matkailija on kehollisena olentona matkailun toimialalla, niin ovat matkailualan työntekijätkin. Tutkimuskirjallisuudessa on tarkasteltu kehoa ja kehollisuutta myös matkailualan töiden ja työntekijöiden lähtökohdista. Veijola ja Valtonen (2007) teoretisoivat artikkelissaan matkailutyötä muun muassa sukupuolen, työn käytänteiden ja työtä kuvaavien piirteiden lähtökohdista. El-Sherif Ibrahim, Pritchard ja Jones sekä Elmas (Pritchard ym., 2007, s. 290–314) puolestaan tarkastelivat turismityötä sukupuolen näkökulmasta Egyptissä sekä Turkissa.

Matkailijoiden ja matkailualan työntekijöiden ohella kehollisuutta on tarkasteltu matkailututkijoiden näkökulmasta. Tutkimuskirjallisuudessa on esitetty näkökulmia liittyen tiedon kehollistuneeseen luonteeseen ja tutkijan positioon. Millaista tietoa tutkimuskirjallisuudessa on ja millaisten sukupuolten, etnisyyksien, taustojen ja (valta-)asemien lähtökohdista tuota tietoa tuotetaan. (Swain, 2004; Veijola & Jokinen, 1994.) Swain huomauttaakin, että tutkijan oman kehollisuuden voidaan katsoa vaikuttavan sekä tutkimusongelman ja -kysymysten hahmottumiseen että tutkimustuloksiin ja tiedon luonteeseen. Niin ikään hän huomauttaa, että ”tietoa ei tuoteta tyhjiössä”, jonka vuoksi tutkijan kehollisuuden ja position tunnistaminen on tärkeää. Tutkijan position ja tiedon kehollistuneen luonteen tunnistaminen voi Swainin mukaan paitsi tuottaa uutta arvokasta tutkimustietoa, myös paljastaa tutkimuskentällä piileviä hierarkioita ja valtarakenteita. (Swain, 2004, s. 102–103, 116)

Vaikka matkailututkimuksessa on tarkasteltu kehollisuutta melko kattavasti ja useista eri näkökulmista, on tutkimuskirjallisuutta koskien esitetty myös kritiikkiä. Esimerkiksi Small (2007, s. 88) kritisoi, että matkailututkimuksen kehollisuuskeskusteluissa ei ole tarkasteltu kehollisuutta riittävästi sukupuolen ja iän näkökulmista. Matteucci (2014, s. 30) puolestaan huomautti, että matkailijan kokemusmaailman tutkimus kehon tietoisuuden ja aistimaailman kokonaisvaltaisena kohtauspaikkana on jokseenkin vähäistä. Yhtäältä keskusteluissa on peräänkuulutettu tarvetta entistä tiheämmälle, laajemmalle ja monipuolisemmalle kehollisuutta koskevalle tutkimukselle matkailututkimuksen piirissä (ks. Veijola & Jokinen, 1994, s. 149; Pritchard ym., 2007, s. 299; Swain, 2004, s. 105, 115–116).

1.4 Tutkimuksen tavoitteet ja tehtävä

Tutkimukseni tavoitteena on osallistua ikääntyvien matkailua koskevaan tieteelliseen keskusteluun, sekä lisätä omalta osaltaan tietoa ja ymmärrystä koskien ikääntyvien matkailua.

Tutkielmassa tarkastellaan, millaisia Lapin-matkan aikaisia kekokemuksia ikääntyvillä kansainvälisillä matkailijoilla on. Tutkimukseni tarkoituksena ei siis niinkään ole keskittyä tarkastelemaan sitä, millaisia matkustusmotiiveja, -preferenssejä tai palvelutarpeita matkailijoilla on, vaan paikantaa niitä matkan aikaisia kokemuksia ja kokemusmaailmoja, joita ikääntyvillä henkilöillä on omaan kehollisuuteensa liittyen. Lisäksi tutkimus tarjoaa näkökulmaa siihen, millaisiksi tämän päivän ikääntyvät henkilöt kokevat itsensä ja kehonsa; millaisia ovat aikamme ikääntyvät.

Päätutkimuskysymykseni kuuluu: Millaisia Lapin-matkan aikaisia kehollisuuden kokemuksia ikääntyvillä kansainvälisillä matkailijoilla on?

Lähestyn päätutkimuskysymystä seuraavien osatutkimuskysymysten avulla:

- 1) Millaiseksi haastateltavat kuvaavat kehoaan ja kokemuksiaan ikääntyvänä matkustamisesta?
- 2) Millaiseksi kekokemukset muotoutuvat talvisessa ympäristössä?
- 3) Millaiseksi kekokemukset rakentuvat eri aktiviteettien kautta?

1.5 Aineisto ja menetelmät

Tutkimukseni pääasiallinen aineisto on tuotettu teemahaastatteluin haastattelemalla Suomen Lappiin saapuneita kansainvälisiä matkailijoita. Haastateltavat on valittu kolmesta eri matkakohteesta: Rovaniemeltä, Leviltä sekä Luostolta. Haastateltavien valinta tapahtui eri tiloissa, kuten kaduilla, kaupoissa sekä ravintoloissa, ja perustui täysin omaan arviooni henkilöiden sopivuudesta tutkimuksen kohderyhmäksi. Haastateltavat olivat näin ollen minulle entuudestaan tuntemattomia. Keskeisimmät haastateltavien valintakriteerit olivat ikä, Lapissa olon tarkoitus (matka, ei pysyvä asuminen), kansallisuus (ei suomalainen), sekä vähintään kohtuullinen englanninkielentaito haastattelun mahdollistamiseksi.

Haastattelut toteutettiin tammi- ja helmikuussa 2017, talvimatkailusesongin ollessa edelleen käynnissä. Haastattelutilanteita oli yhteensä neljä, mutta kaikkiin haastatteluihin yhtä lukuun ottamatta osallistui useampi henkilö. Haastateltuja henkilöitä oli näin ollen kaiken kaikkiaan yhdeksän. Kaikki haastateltavat olivat lomamatkalla Suomen Lapissa, ja olivat iältään 63–71-vuotiaita. Haastateltavista kaksi oli kotoisin Australiasta, seitsemän Isosta-Britanniasta.

Tutkimukseni on kvalitatiivinen, ja analyysimenetelmänä käytän fenomenologista analyysiä. Fenomenologisesta tieteenfilosofisesta ja teoreettisesta lähtökohdasta rakentuva fenomenologinen tutkimusmenetelmä on määrittynyt tutkielmassani nelivaiheiseksi analyysiprosessiksi. Nelivaiheisen analyysiprosessin avulla olen paikantanut tutkimusaineistossa kuvattuja kokemuksia, sekä hahmotellut niistä laajempia rakenteita kuvaamaan tutkittavaa ilmiötä. (ks. Brown ym., 2011; Laine, 2015; Lehtomaa, 2011; Porter & Cohen, 2013).

1.6 Tutkimuksen rakenne

Tutkimus koostuu kahdeksasta luvusta. Ensimmäisessä luvussa olen johdatellut lukijan tutkielmani aihepiiriin, esitellyt tutkimukseni tavoitteet ja lähtökohdat, sekä kuvannut tutkimuskirjallisuudessa olevan aukon liittyen ikääntyvien matkailijoiden kehokokemuksia käsittelevään tutkimukseen. Luvussa kaksi syvennyn lähemmin ikääntymisilmiöön globaalista ja kansallisesta, sekä kehollisesta ja kokemuksellisesta näkökulmasta. Lisäksi teen läheisempää katsausta ikääntyvien matkailuun ja siitä tehtyyn, tutkielmani näkökulmasta relevanttiin, tutkimuskirjallisuuteen.

Kolmannessa luvussa esittelen tutkielmani teoreettisen viitekehyksen, joka rakentuu kehollisuuden sekä kehollisuuden kokemiseen läheisesti liittyvän kehonfenomenologian keskusteluiden ympärille. Neljännessä luvussa kuvaan tutkielmani menetelmällisiä valintoja. Esittelen tutkielmani tieteenfilosofisen lähtökohdan, eli fenomenologian, teemahaastatteluin tuotetun aineiston sekä analyysimenetelmän, niin ikään fenomenologisen analyysin.

Luvut 5–7 ovat tutkielmani tuloksia esitteleviä analyysilukuja. Luvussa viisi luon pohjaa ymmärrykselle siitä, millaisia kehollisia kokijoita tutkimukseni ikääntyvät matkailijat ovat. Tarkastelen sitä, kuinka haastateltavat kokevat oman ikänsä ja kehonsa, ja miten he kuvaavat matkustamista ikääntyvänä ylipäättään. Kuudennessa luvussa keskitän kehollisen kokemusmaailman tarkastelun Lapin matkailuympäristöön. Tutkin luvussa sitä, millaisia havaintomaailmoja haastateltavilla on talvisesta Lapista, millaisia kehollisia tuntemuksia tuossa havaitussa ympäristössä on koettu, ja miten matkailija voidaan nähdä ympäristöön sopeutuvana kehollisena olentona. Seitsemännessä ja viimeisessä analyysiluvussa tarkastelen haastateltavien kehokokemusten rakentumista eri aktiviteettien kautta. Tutkin millaisia

kehollisesti aktiivisia toimijoita ikääntyvät matkailijat ovat ja millaisia kehollisuuden kokemuksia eri aktiviteettien valossa voidaan havaita.

Luku kahdeksan nivoo yhteen tutkielmani tulokset, johtopäätökset sekä arvioni tutkimusprosessini kulusta. Tarkastelen tutkimukseni onnistumista ja laatua, sekä tutkimusaineiston tuottamiseen, tulkintaan ja siten tutkimustuloksiin mahdollisesti vaikuttaneita rajoitteita. Niin ikään esitän tutkimusprosessin aikana heränneitä ajatuksiani aiheen jatkotutkimustarpeisiin liittyen.

2. IKÄÄNTYVÄ VÄESTÖ JA MATKAILU

Väestön ikääntyminen ja ilmiön mukanaan tuomat yhteiskunnalliset, sosiaaliset, kulttuurilliset, taloudelliset ja poliittiset vaikutukset ovat herättäneet kiinnostusta ja keskustelua eri tieteenaloilla. Eikä ihme: YK:n (UN, 2015a, s. 1) ikääntymisraportin mukaan väestön ikärakenteen muutos on yksi 2000-luvun merkittävimmistä sosiaalisista muutoksista, jonka vaikutukset yltävät lähes jokaiselle yhteiskunnan sektorille aina sosiaaliturvasta työmarkkinoihin ja terveydenhuoltoon.

Matkailun toimiala on yksi niistä lukuisista sektoreista, joita väestön ikääntyminen koskettaa. Tutkimuksissa on jo vuosia havaittu, että ikääntyvät matkailijat muodostavat paitsi yhä merkittävämmän myös alati kasvavamman segmentin matkailun toimialalla (Hung & Lu, 2016; Nielsen, 2014; Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011). Ikääntyvien matkailijoiden määrän kasvu ja sen aikaansaaman matkailuilmion voimistuminen on herättänyt keskustelua tieteen kentillä ja lisännyt tarvetta aiheesta koskevalle tieteelliselle tutkimukselle.

Tässä luvussa teen katsauksen väestön ikääntymistä koskevaan tieteelliseen keskusteluun sekä yleisemmästä että matkailun tutkimuksen näkökulmasta. Ensimmäisessä alaluvussa tarkastelen ikääntymistä statistiikan näkökulmasta; mistä puhutaan kun puhutaan väestön ikääntymisestä ja millaisia lukuja väestön ikääntymiseen liittyy. Toisessa alaluvussa lähestyn ikääntymisilmiötä fysiologian, kokemuksellisuuden ja termistön näkökulmista. Teen katsauksen siihen, millainen fysiologinen ilmiö ikääntyminen on, mitä ikääntyminen on ikääntyvien itsensä kokemana ja millaista käsitteistöä väestön ikääntymistä koskevassa tieteellisessä keskustelussa on käytetty. Kolmannessa alaluvussa teen lähempää tarkastelua liittyen ikääntyvien matkustamista koskevaan tieteelliseen keskusteluun. Keskityn katsauksessani siihen, millaista tutkimusta ikääntyvien matkailua koskien on tehty erityisesti kehollisuuden ja terveyden kokemisen näkökulmista.

2.1 Väestön ikääntyminen globaalina ja kansallisena ilmiönä

Väestön ikääntyminen on ilmiö, joka koskettaa valtaosaa maailman maista kuluvan vuosisadan aikana. Väestön ikääntymisellä tarkoitetaan ikääntyneiden prosentuaalisen osuuden kasvua koko maan väestöstä. Kun syntyvyys laskee samanaikaisesti kuin

elinajanodote kohoaa, kasvaa tietynikäisten määrä väestössä. Tämä kehityskulku johtaa väestön ikärakenteen muutokseen ja väestön ikääntymiseen. (UN, 2015b, s. 7.)

YK:n (UN, 2015b, s. 7) raportin mukaan maailmassa oli vuonna 2015 noin 901 miljoonaa yli 60-vuotiasta. Vuonna 2000 vastaava lukumäärä oli 607 miljoonaa. 15 vuodessa yli 60-vuotiaiden prosentuaalinen osuus oli siis kasvanut 48 prosenttia. Ennusteiden mukaan ikääntyvien määrän odotetaan kohoavan yhä 56 prosentilla nykyisestä vuoteen 2030 mennessä ja edelleen kaksinkertaistuvan vuodesta 2015 vuoteen 2050. Mikäli ennusteet pitävät paikkansa, maapallon väestöstä on 2030-luvulle tultaessa 1,4 miljardia ja 2050-luvulle tultaessa 2,1 miljardia yli 60-vuotiaita. Tämä tarkoittaisi sitä, että 2050-luvulla noin joka viides maailman henkilö olisi yli 60-vuotias. (UN, 2015a, s. 5–6, 9–10; UN, 2015b, s. 7.)

Yksi väestön ikääntymisilmiön erityispiirre on se, että ikääntyvät ovat iäkkäämpiä kuin koskaan aikaisemmin. YK:n (UN, 2015a, s. 2) raportin mukaan yli 80-vuotiaiden osuus väestöstä kasvaa globaalilla tasolla jopa nopeampaa, kuin ikääntyvien osuus väestöstä ylipäätään. Vuonna 2015 yli 80-vuotiaita oli 125 miljoonaa. Ennusteiden mukaan määrän odotetaan yli kolminkertaistuvan vuoteen 2050 mennessä, jolloin yli 80-vuotiaita on arvioitu olevan kaiken kaikkiaan 434 miljoonaa. Siinä missä yli 80-vuotiaiden osuus yli 60-vuotiaista oli vuonna 2015 kaiken kaikkiaan 14 prosenttia, ennustetaan osuuden kasvavan 20 prosenttiin vuoteen 2050 mennessä. (UN, 2015a, s. 2, 20.)

Väestön ikääntyminen ei tapahdu samanaikaisesti kaikkialla maailmassa, eikä väestön ikääntyminen ole kovinkaan merkittävää kaikilla maailman alueilla. Väestön ikääntyminen ei esimerkiksi kosketa juurikaan Afrikkaa. Maanosan syntyneisyys on ollut varsin korkea kuluneiden vuosikymmenten aikana ja kehityskulun ennustetaan jatkuvan samansuuntaisena vastedes. Sen sijaan väestön ikääntymisen on katsottu alkaneen teollistuneissa maissa jo vuosikymmeniä sitten, jonka vuoksi esimerkiksi Eurooppa on tällä hetkellä yksi maailman iäkkäimmistä alueista. Korkean tulotason maat ovat tilastojen mukaan väestöltään ikääntyneempiä, kuin kehittyvät maat. Maailman ikääntynein kansa on raporttien mukaan Japani, mutta ikääntyneimpien valtioiden joukkoon lukeutuvat myös muun muassa Saksa, Italia sekä Suomi. (UN, 2015a, s. 5–6, 9, 27; UN, 2015b, s. 7.)

Syntyvyys, kuolleisuus ja siirtolaisuus ovat ne kolme keskeistä demografista prosessia, jotka vaikuttavat väestön ikä- ja kokorakenteen muotoihin (Heikkinen, Jyrkämä & Rantanen, 2013, s.28; UN, 2015a, s. 41). Näin ollen tämänhetkisen väestön ikääntymisen voidaan katsoa johtuvan sekä korkeasta syntyvyydestä yli 60 vuotta sitten että tuolloin syntyneiden

elinajanodotteen pitenemisestä (ks. UN, 2015a, s. 41). Historian tapahtumat, kuten sodat ja epidemiat, niin ikään vaikuttavat väestörakenteeseen ja sen muovautumiseen ajassa. Puhutaan muun muassa suurista ikäluokista, *baby boomereista*, jotka syntyivät toisen maailmansodan jälkeen miesten kotiuduttua sodasta. (Ks. esim. Erola ym., 2004, s. 13–15; Karisto, 2005, s. 19–22; UN, 2015a, s. 41.) Suomen syntyvyys kohtasikin lakipisteensä välittömästi toisen maailmansodan jälkeisinä vuosina, 1945–1950, jolloin Suomeen syntyi vuosittain yli 100 000 lasta. Suuret ikäluokat eivät ole ainoastaan suomalainen ilmiö, vaan baby boom koettiin myös monissa muissa maissa välittömästi toisen maailmansodan jälkeen. (Erola ym., 2004, s. 14–15; Karisto, 2005, s. 19–22.) Esimerkiksi Yhdysvalloissa vuosien 1946–1964 aikana syntyneet baby boomerit muodostavat arviolta 30 prosenttia koko maan väestöstä (Chen & Shoemaker, 2014, s. 58) kun puolestaan Australiassa baby boomereita on noin neljännes maan väestöstä (Patterson, 2006; UN, 2015b).

Suomen suurten ikäluokkien on kuitenkin katsottu poikkeavan muiden maiden vastaavista jossain määrin. Suomen suuret ikäluokat ovat muun muassa poikkeuksellisen suuria verrattuna niitä edeltäneisiin ja seuranneisiin ikäluokkiin. Suomi poikkeaa useista muista maista myös muun muassa siinä, ettei suurten ikäluokkien jälkeen ole tullut enää uusia suuria ikäluokkia. (Karisto, 2005, s. 22–23.) Syntyvyys on laskenut tasaiseen tahtiin ja viime vuosien aikana Suomen syntyvyys on jäänyt alle 60 000. Vuonna 2015 Suomeen syntyi 55 472 lasta. (Suomen virallinen tilasto, 2016). Suomi on väestöltään yksi maailman iäkkäimmistä maista. Vuonna 2015 kaiken kaikkiaan 27,2 prosenttia maan väestöstä oli yli 60-vuotiaita, yli 80-vuotiaiden osuuden ollessa 5,1 prosenttia. Kehityksen ennustetaan jatkuvan samansuuntaisena vielä seuraavien vuosikymmenten ajan. Arvioiden mukaan 2050-luvulle tultaessa Suomen väestöstä 32,4 prosenttia on yli 60-vuotiaita, yli 80-vuotiaiden osuuden kasvaessa 10,7 prosenttiin. (UN, 2015a, s. 27; UN, 2015b, s. 28.)

Väestön ikääntyminen on rakennemuutos, jolla on eittämättä jonkin asteisia vaikutuksia ikääntyvien maiden sosiaaliin, taloudellisiin sekä poliittisiin rakenteisiin. Kuten sanottu, ikääntyminen on nähty uhkana muun muassa sen mahdollisesti aiheuttaman hoivarasitteen vuoksi (Karisto & Konttinen, 2004, s. 11; UN, 2015a, s. 98). Yhtäältä väestön ikääntymistä voidaan pitää yhteiskunnallisena saavutuksena: väestön elinajan piteneminen on ollut yksi kansallisen ja kansainvälisen terveystalouden tavoitteista (Karisto & Konttinen, 2004, s. 11).

2.2 Ikääntyminen kehollisena tapahtumana, yksilöllisenä kokemuksena ja käsitteenä

Väestön ikääntyminen on paitsi globaali ja kansallinen ilmiö, myös yksilöllinen, biologinen ja kokemuksellinen prosessi. Ikääntyneet muodostavat heterogeenisen joukon, eikä ikääntymistä voida määritellä tiettyjen raamien sisällä tapahtuvaksi muutokseksi. Jotain ikääntymiseen liittyviä, ja jossain määrin yleistettäviäkin, suuntaviivoja ja erityispiirteitä on kuitenkin mahdollista paikantaa. Puhutaan esimerkiksi siitä, kuinka ikääntyvät ovat yhä aktiivisempia toimijoita, jotka elävät pitempään, terveempinä ja toimintakykyisempinä kuin koskaan aiemmin (ks. esim. Heikkinen ym., 2013; Hung & Lu, 2016; Julkunen, 2003; Karisto, 2005; Karisto & Konttinen, 2004; Kautto, 2004; Koskinen, 2004; Patterson & Pegg, 2011).

Vaikka väestö elää tänä päivänä suhteellisen pitkän ja terveen elämän, on vanheneminen yhtäältä myös monisyinen biologinen ja fysiologinen ilmiö. Biologisessa mielessä vanheneminen on ”monisolujen eliölajien yksilöiden ja niiden somaattisten elinten ja solujen vähittäistä muuttumista, joka lopulta johtaa kuolemaan” (Heikkinen ym., 2013, s. 114). Vanheneminen voidaan määritellä myös iän mukanaan tuomaksi fysiologisten toimintojen lisääntyväksi huononemiseksi, joka johtaa vähentyneeseen stressinsietokykyyn ja kasvavaan sairastumisalttiuteen (Heikkinen ym., 2013, s.114).

Näin ollen ikääntyminen on kehollinen prosessi. Vanheneminen voidaan havaita solutasolla yksittäisten solujen muutoksina sekä solujen metabolian ja solunjakaantumisen hidastumisena (Heikkinen, ym., 2013, s. 125). Ikääntyminen vaikuttaa myös luuston kuntoon sekä lihasvoiman määrään. Kehon vanhetessa luun määrä vähenee ja rakenne heikkenee. Yhtäältä on tavanomaista, että ikääntyminen tuo mukanaan lihasvoiman heikkenemistä. Niin ikään ikääntyminen näkyy kestävyuden, nopeuden, tasapainon sekä motoriikan hidastumisena. Myös aistien, kuten kuulon ja näön, on joissain tapauksissa havaittu heikkenevän ikääntymisen myötä. Ikääntymisen on tutkittu jossain määrin vaikuttavan myös henkilön kognitiivisiin toimintoihin sekä muistiin. (Heikkinen ym., 2013, s. 136, 141, 156, 163, 168, 175, 186–187, 198, 210, 216–217.)

Ikääntyminen on aina myös yksilöllinen tapahtuma. Ikääntyminen ja sen mukanaan tuomat muutokset tapahtuvat eri ihmisissä eriaikaisesti, eivätkä muutokset välttämättä kosketa jokaista ikääntyvää henkilöä myöhemmässä elämässä (ks. Heikkinen ym., 2013; UN, 2015a). Kuten minkä tahansa ikäryhmän, myös ikääntyvien välillä voi olla suuriakin eroja terveydentilan suhteen. Siinä missä yksi 70-vuotias voi olla hyvin terve ja elää aktiivista

elämää, toisella samanikäisellä voi olla lukuisia eri vaivoja ja sairauksia, jotka heijastavat myös henkilön toimintakykyyn. Monet yksilölliset, geneettiset, elämäntapoihin liittyvät ja ympäristölliset tekijät vaikuttavat siihen, millaisia terveydentilan ja toimintakyvyn muutoksia ikääntyvässä henkilössä tapahtuu, miten niitä voidaan hoitaa, ennaltaehkäistä tai käsitellä, ja miten niihin ylipäättään suhtaudutaan. (Heikkinen ym., 2013; UN, 2015a, s. 90.) Ikääntymiskeskustelussa usein muistutetaan, että ikääntyminen ja vanheneminen ovat kaksi eri asiaa. Kronologinen ikämme lisääntyy samantahtisesti kalenterivuosien mukaan, mutta vanhenemisen prosessit tapahtuvat yksilöissä eriaikaisesti. (Ks. esim. Cooper, 2006, s. 218; Heikkinen ym., 2013, s. 393–405; Karisto & Konttinen, 2004; Koskinen, 2004, s. 25–39.)

Ikääntyminen on aina myös kokemuksellinen prosessi: jokainen yksilö kokee ikääntymisen eri tavoin. Viime vuosikymmenten aikana tutkijat ovatkin kiinnostuneet enenevässä määrin ikääntyvien itsensä kuvaamasta koetusta vanhenemisestä (Heikkinen ym., 2013, s. 237). Toiset kokevat ikääntymisen vaikeana asiana, toiset suhtautuvat siihen myönteisemmin. Kokemukset ovat erilaisia, ja niihin vaikuttavat niin mahdolliset sairaudet, elämäntapahtumat, haasteet arjessa ja toimintakyvyssä, kuin kulttuuriset ja ympäristölliset tekijätkin. (Ks. esim. Heikkinen ym., 2013, s.237–244.) Iän ja työelämän välistä suhdetta tutkinut Raija Julkunen (2003) toteaa, kuinka hänen oli tutkimuksenteon aikaan, 58-vuotiaana, vaikea saada otetta omasta ikääntymisestään. Hän koki vaikeaksi kuvata sitä, mitä keski-ikäisyys on, miltä ja missä ikä tuntuu ja millä tavoin hän on muuttunut vanhetessaan (Julkunen, 2003, s. 21). Milloin ihmiset kokevat vanhuuden alkavan, ja kokevatko ihmiset vanhenevansa ”paikoitellen” vai kokonaan, pohtii puolestaan Riitta-Liisa Heikkinen (Heikkinen ym., 2013, s. 237–244) vanhenemisen kokemuksellisuutta käsittelevässä artikkelissaan.

Ikääntyvien elämäntyyliä ovat keskenään yhtä erilaisia kuin heidän kokemuksensa ikääntymisestä. Puhutaan muun muassa aktiivisesta ikääntymisestä, joka perustuu pidentyneiden elinvuosien sisällön, eli terveyden, toimintakyvyn ja osallistumismahdollisuuksien vaalimiseen (Kautto, 2004, s. 9). WHO:n (2002, s. 12) mukaan aktiivinen ikääntyminen on prosessi, jossa ”optimoidaan mahdollisuudet terveyteen, osallistumiseen ja turvallisuuteen, jotta ihmisten ikääntyessä myös heidän elämänlaatunsa paranee”. Väestön ikääntyessä heidän autonomiaansa ja riippumattomuuttansa halutaan tukea. Yhtäältä pyrkimyksenä on, että ikääntyvät olisivat edelleen henkisesti, fyysisesti, sosiaalisesti, kulttuurillisesti ja taloudellisesti aktiivisia toimijoita. (WHO, 2002, s. 12.) Aktiivisen ikääntymisen näkökulmaan sisältyy käsitys, jonka mukaan ikääntyminen on onnistunutta,

mikäli ikääntyvä henkilö säilyttää ikääntyessään aktiivisen toimijuutensa (Kautto, 2004; WHO, 2002).

Niin tutkimuskirjallisuudessa kuin arkielämässäkin voidaan havaita esimerkkejä ikääntyvien aktiivisista elämäntyyleistä. Ei ole tavatonta, että ikääntyvät ovat aktiivisia harrastajia ja vapaa-ajan toimijoita, jotka ryhtyvät toteuttamaan itseään eläkkeelle päästyään (ks. Heikkinen ym., 2013; Jyrkämä, 2005; Karisto & Konttinen, 2004; Kautto, 2004; Koskinen, 2004; Patterson, 2006). Ikääntyvillä on tänä päivänä enemmän aikaa, vapautta ja autonomiaa, kuin ennen (Karisto & Konttinen, 204, s. 100). Kodin- ja perheen velvollisuudet eivät sido ikääntyviä kotipiiriinsä samoin, kuin nuorempina (Patterson, 2006, s. 4), ja toimeentulokin on eläkkeiden ansiosta vähintäänkin kohtuullista (Jyrkämä, 2005, s. 354).

Toisaalta aktiivinen elämä ja toiminnan täyhteiset eläkevuodet eivät ole kaikille ikääntyville itsestäänselvyys. Niitä saattavat rajata esimerkiksi taloudelliset tai terveydelliset rajoitteet. (Karisto & Konttinen, 2004, s. 100.) Aktiiviseen ikääntymiseen voi liittyä myös paineita. Jyrkämä (2005, s. 355) ja Kautto (2004, s. 17) pohtivat, onko aktiiviselle ikääntymiselle lastattu liian paljon odotuksia, ja onko aktiivisesta ikääntymisestä tullut pikemminkin moraalinen velvollisuus. Ikääntyvät ovat yhä useammin aktiivisia itsensä toteuttajia, mutta toisaalta heiltä saatetaan myös odottaa sitä yhä useammin (Jyrkämä, 2005, s. 355; Kautto, 2004, s. 17).

Eliniän pidetessä ja ikääntyvien toimintakyvyn kohetessa, keskustelut ikääntymisestä ja ikääntymistä koskevan käsitteistön määrittelystä ovat ottaneet uutta muotoa (ks. esim. Koskinen, 2004, s.29–31). Ikääntymisen vaihe on pidentynyt ja uudelleen jäsentynyt (Koskinen, 2004, s. 29, eikä esimerkiksi eläkkeelle jääminen tarkoita välttämättä vanhuusiän alkamista tai toimintakyvyn heikkenemistä (Jyrkämä, 2005, s. 354, Karisto & Konttinen, 2004, s. 14). Perinteisen vanhuuskäsityksen asteittainen murtuminen on johtanut uusien ikääntymismäärittelyjen hahmottelemiseen; ihmisellä on yhden iän sijaan monta eri ikää. Puhutaan esimerkiksi kalenteri-ikästä, aistien ja elimistön kuntoon liittyvästä biologisesta iästä, sosiaalisiin rooleihin ja asemiin liittyvistä sosiaalisista i'istä, sekä kokemuksellisesta iästä. (Karisto & Konttinen, 2004, s. 15–16.)

Eräänä tutkimuskirjallisuudessa paikkansa vakiinnuttaneena jakona pidetään eläkeiän jälkeisen ajan jakamista kolmanteen ja neljänteen ikään. Alkujaan Peter Laslettin (ks. Jyrkämä, 2005, s. 354, Koskinen, 2004, s. 32) määrittelemällä kolmannella iällä viitataan eläköitymisen jälkeiseen aikaan, jolloin henkilöllä on terveydellisiä, ajallisia ja taloudellisia

resursseja aktiiviseen toimijuuteen. Kolmasikäisyyteen on liitetty näkemyksiä, kuten vapaus, itsensä toteuttaminen, harrastukset, opiskelu, terveydestä huolehtiminen, sekä kuluttaminen. Neljännen iän on puolestaan katsottu vastaavan ”perinteisempää” vanhuuskäsitystä, jolloin toimintakyky alkaa vähitellen heiketä ja ”varsinainen” vanhuus alkaa. (Jykämä, 2005, s. 354–358; Karisto & Konttinen, 2004; Koskinen, 2004, s. 32–33.)

2.3 Ikääntyvät matkailijoina

Matkustaminen on yksi niistä vapaa-ajanviettotavoista, joita tämän päivän ikääntyvien ja eritoten kolmasikäisten ja baby boomereiden on katsottu suosivan (Jang & Ham, 2009; Karisto, 2005, s. 53; Karisto & Konttinen, 2004). Paitsi että ikääntyvien terveydelliset, ajalliset ja taloudelliset resurssit mahdollistavat matkustamisen, ovat ikääntyneet yhä useammin myös tottuneita matkailijoita, joiden elämänsisältöihin matkustaminen on kuulunut jo ennen eläkkeelle jäämistä (ks. esim. Alén, Dominiguez & Losada, 2012, s. 139; Borges Tiago ym., 2016, s. 14).

Kuten todettu, tutkimusten mukaan ikääntyvät muodostavat heterogeenisen matkailijasegmentin, jonka matkaan kohdistuvat tarpeet, intressit, rajoitteet, matkustusmotivaatiot ja toiveet voivat erota toisistaan merkittävästikin. Toisaalta tutkimuksissa on myös esitetty, että mitä iäkkäämpiä matkailijat ovat, sitä suuremmalla todennäköisyydellä he muodostavat homogeenisen matkailijajoukon (ks. Chen & Shoemaker, 2014). Esimerkiksi Chen ja Shoemaker (2014) havaitsivat, että tietyn iän saavuttamisen jälkeen henkilön terveydentila ja liikkuvuus voivat alkaa heikkenemään, jonka puolestaan nähtiin lisäävän kyseisen iän saavuttaneiden välistä samankaltaisuutta (ks. myös Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 509). Tutkimuksessa myös havaittiin, että ikääntyvien matkailijoiden matkustusmotivaatiot ja -asenteet, loma-aktiviteetit, sekä matkakohteen valintaan liittyvät kriteerit eivät muutu kovinkaan merkittävästi eri sukupolvien välillä. (Chen & Shoemaker, 2014, s. 73–74.)

Katsontakannasta riippuen ikääntyvien matkailijoiden välillä voidaan näin ollen nähdä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Jokainen ikääntyvä matkailija on yksilö siinä missä nuoremmat vertaisensakin, ja tutkimuskirjallisuudessa on pyritty lisäämään tietoa ja ymmärrystä ikääntyvien matkailijoiden monenkirjavista kokemusmaailmoista. Tutkimuksissa on muun muassa havaittu, että ikääntyvät ovat yhä aktiivisempia matkailijoita, jotka odottavat matkoiltaan erilaisia elämyksiä ja seikkailuja (Borges Tiago ym., 2016; Norman ym., 2001;

Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011, s. 181–182). Kirjallisuudessa on esitetty näkökulmia, joiden mukaan ikääntyvät matkailijat voivat odottaa elämyksiltä ja aktiviteeteilta yhä enemmän merkityksellistä sisältöä, jännitystä sekä fyysistä haastetta (ks. Norman ym., 2001; Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2011, s. 180–183). Patterson ja Pegg (2011, s. 186) kuitenkin huomauttavat, että valtaosa seikkailunjanoisista ikääntyvistä matkailijoista suosii niin kutsuttuja pehmeitä seikkailukokemuksia, jotka tapahtuvat valvotuissa olosuhteissa ja ammattitaitoisten oppaiden opastamina.

Yksi tutkimuskirjallisuudessa havaittu ikääntyvien matkustamista kuvaava piirre on halu oppia ja kokeilla uutta. Yhä useammat ikääntyvät matkustavat oppimissyistä tai toivovat oppivansa uutta matkoiltaan sekä matkan aikana kokemiltaan aktiviteeteilta ja elämyksiltä (ks. esim. Alén ym., 2012, s. 155; Norman ym., 2001; Nylander, 2006; Patterson, 2006, s. 38; Patterson & Pegg, 2011, s. 181–185). Seikkailu- ja oppimistekijöiden ohella ikääntyvien matkustamiseen on havaittu liittyvän muun muassa halua rentoutua, paeta arkea, tavata sukulaisia ja perheenjäseniä, sekä nähdä ja kokea maailmaa (Fleischer & Pizam, 2002, s. 108; Norman ym., 2001, s. 123; Nylander, 2006; Patterson, 2006, s. 38).

Joidenkin tulkintojen mukaan ikääntyvien matkailijoiden seikkailunhaluisuus voidaan nähdä eräänlaisena nuoruuden uudelleen elämisenä ja vanhenemiseen sopeutumisen prosessina, jossa ikääntyminen hyväksytään ja nähdään myönteisessä valossa (Patterson, 2006, s. 217). Tutkimuskirjallisuudessa on myös esitetty, että ikääntyvien ymmärrys jäljellä olevien elinvuosien vähittäisestä hupenemisesta saa heidät haluamaan erilaisia sisältöjä ja jännitystä ”jäljellä oleviin” elinvuosiinsa. Tämä on nähty myös yhtenä syynä sille, miksi ikääntyvät saattavat haluta matkustaa ja nähdä maailmaa. (Ks. esim. Fleischer & Pizam, 2002, s. 108.)

Toisaalta matkustaminen ei välttämättä kiinnosta joitain ikääntyviä lainkaan. Matkalle lähdön edessä saattaa olla myös erilaisia esteitä ja haasteita. Esimerkiksi taloudelliset, terveydelliset ja toiminnalliset rajoitteet voivat estää ikääntyvän haaveet aktiivisista eläkkeelle jäännin jälkeisistä vuosista (Karisto, 2005, s. 52). Niin ikään ne voivat rajoittaa ikääntyvää matkustamista. Tutkimuksissa on havaittu, että edellä mainittujen lisäksi muun muassa tiedon, lähipiirin hyväksynnän, sopivan varustuksen, sekä matkaseuran puute voivat olla ikääntyvän matkustamista rajoittavia tekijöitä. Matkalle lähtöä saattavat rajoittaa myös muun muassa ajalliset ja fyysiseen hyvinvointiin liittyvät tekijät sekä erilaiset pelot. (McGuire, 1984, Wangin, 2011, s. 193–194 mukaan, Fleischer & Pizam, 2002, s. 119–121.)

Israelilaisten seniorimatkailejoiden matkustustottumuksia tutkineet Fleischer ja Pizam (2002) havaitsivat, että yli 55-vuotiaiden matkustushalukkuus on pitkälti riippuvainen heidän taloudellisista ja terveydellisistä resursseistaan. Tutkimuksessa myös havaittiin yhteys iän ja matkan keston välillä. Mitä enemmän ikää matkailijalla oli, sitä suurempi vaikutus sillä oli tehdyn lomamatkan keston. 55–65-vuotiaat tekivät kestoiltaan pitempiä matkoja kuin muut ikäryhmät, kun puolestaan yli 65-vuotiaiden havaittiin viettävän vähemmän aikaa matkoillaan. Matkan keston nähtiin lyhenevän niin heikentyvän taloudellisen toimeentulon kuin huonontuneen terveydentilan seurauksena. (Fleischer & Pizam, 2002.)

Ikääntyvien matkustamista rajoittavien tekijöiden ohella tutkimuskirjallisuudessa on tarkasteltu sitä, millaisia esteettömyyteen liittyviä tarpeita ikääntyvillä matkailijoilla on, ja millaisia vaikutuksia niillä on henkilön matkojen sisältöihin tai matkustushalukkuuteen ylipäätään. Vaikka ikääntyvät ovat yhä terveempiä, ovat tutkimukset osoittaneet erilaisten vammojen, rajoitteiden ja vaivojen usein lisääntyvän henkilön ikääntyessä (ks. Alén ym., 2012, s. 139; Darcy & Buhalis, 2011, s. 5; Heikkinen ym., 2013; Wang, 2011, s. 192–193). Maailman terveysjärjestön (Alén ym., 2012, s. 141 mukaan) mukaan 35 %:lla yli 65-vuotiaista on jonkinlainen vamma tai rajoite.

Tutkimuskirjallisuudessa on nostettu esiin esteettömyyden näkökulmia liittyen muun muassa ikääntyvien motoriikan, liikkuvuuden ja aistien heikkenemiseen, sekä psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin rajoitteisiin (ks. Alén ym., 2012; Hunter-Jones & Blackburn, 2007; Wang, 2011). Ikääntyvien esteettömyystarpeita on tarkasteltu myös eri tilojen ja tilanteiden konteksteissa. Hunter-Jones ja Blackburn (2007, s. 513) kuvasivat artikkelissaan muun muassa ikääntyvien haasteita esteettömän majoituksen löytämiseen liittyen, Wang (2011, s. 193–197) puolestaan toi esiin esteettömyysnäkökulmia liittyen majoitukseen, kuljetukseen sekä tiedonhankintaan. Fleischer ja Pizam (2002, s. 120) havaitsivat, että toimintakyvyn ja terveyden heikkeneminen rajoittivat ikääntyvien matkustushalukkuutta (ks. myös Alén ym., 2012, s. 151). Mikäli matkailutoimialalla ei pystytä vastaamaan henkilön esteettömyystarpeisiin, matka saattaa kohdistua muualle tai jäädä kokonaan tekemättä. Tutkimuskirjallisuudessa onkin korostettu, että ikääntyvien matkailijoiden esteettömyystarpeiden paikantaminen ja niiden huomioiminen matkailussa olisi tärkeää. (Alén ym., 2012, s. 158; Wang, 2011, s. 192).

Bauer (2012) ja Cooper (2006) tarkastelivat artikkeleissaan ikääntyvien matkailijoiden terveyteen liittyviä näkökulmia erityyppisten matkakohteiden valossa. Molemmissa

artikkeleissa nostettiin esiin ilmaston mahdollinen vaikutus ikääntyneen matkailijan terveydentilaan. Aihetta Perun kontekstissa tarkastellut Bauer (2012, s. 64–65) huomautti, että niin kuuma auringonpaahde kuin kylmä ilmakin voi olla ikääntyvän terveydelle kuormittavaa. Esimerkiksi liikkuminen kylmässä vuoristoilmassa voi aiheuttaa nivelkipua sekä flunssan-kaltaisia oireita, kun puolestaan kuuma ilma ja auringonpaahde voivat johtaa auringon-pistoksiin sekä vaaratilanteisiin erityisesti sydänperäisiä sairauksia sairastettaessa (Bauer, 2012, s. 64–65). Cooper puolestaan huomauttaa, että vaikka kylmä ja kuuma ilmasto voivat aiheuttaa ikääntyville matkailijoille vakaviakin terveysongelmia, koskettavat terveysongelmat tyypillisesti matkailijoita, joilla ei ole riittäviä taloudellisia, fyysisiä tai psyykkisiä resursseja valmistautua huolellisesti matkalle. Esimerkiksi kylmään ilmastoon matkustavat ikääntyvät saattavat joutua kiinnittämään tarkempaa huomioita harjoittamiinsa aktiviteetteihin sekä muokkaamaan jonkin verran lääkitystään. (Cooper, 2006, s. 218–219.)

Artikkeleissa pohdittiin terveystieteellisiä näkökulmia myös muun muassa aistien, liikkuvuuden, aktiviteettien, sekä eri sairauksien ja oireiden lähtökohdista. Muun muassa ikääntymisen mukanaan tuoman lihaskunnan, nivelten liikkuvuuden sekä fyysisen toimintakyvyn heikkenemisen katsottiin asettavan tiettyjä haasteita ja rajoitteita matkailulle eritoten ääri-olosuhteissa (Bauer, 2012, s. 66). Myös kylpyammeiden ja saunojen katsottiin kuuluvan tiloihin, joissa erityisesti kroonisesti sairaiden tulisi noudattaa tiettyä varovaisuutta (Cooper, 2006, s. 222).

Vaikka artikkeleissa tuotiin esiin lukuisia huomioitavia näkökulmia ja varotoimenpiteitä ikääntyvien matkailijoiden terveyteen liittyen, ei iän, vammojen tai terveydentilan nähtävänä matkustamista. Cooperin (2006, s. 219) mukaan nykyään onkin aivan tavanomaista, että ihmiset matkustavat kroonisista sairauksista ja mahdollisista tehdyistä toimenpiteistä huolimatta. Tekonivelet, sydämentahdistimet tai dialyysit eivät estä ihmisiä matkustamasta ja harrastamasta erilaisia aktiviteetteja. (Cooper, 2006, s. 219.)

Ikääntyvien suomalaisten kotimaanmatkakokemuksia tutkinut Nylander puolestaan havaitsi, että fyysisiä ja ruumiillisia kokemuksista kuvailtiin peräänantamattomuudella, sitkeydellä sekä riskienotolla. Liikkumista vaativissa lomissa pärjättiin suomalaisella sisulla, eikä fyysisyyden paikoittaisesta uuvuttavuudesta huolimatta luovuttamista pidetty vaihtoehtona. Nylander näkikin fyysisten rajojen rikkomisessa ja itsensä haastamisessa mahdollisuuden itsetunnon kohoamiseen ja henkiseen kasvuun. (Nylander, 2006, s. 74.)

Niin ikään yli 55-vuotiaiden matkanaikaisia terveyteen liittyviä kokemuksia tutkineet Hunter-Jones & Blackburn tunnistivat lomailun tuottavan psyykkisiä ja fyysisiä terveyshyötyjä ikääntyville matkailijoille. Matkustaminen koettiin muun muassa rentouttavana ja sosiaalisena ajanvietteenä, minkä nähtiin lisäävän henkistä hyvinvointia. Lisäksi matkustamisen ja erityisesti lämpimissä ilmastoissa vietetyn ajan koettiin vaikuttavan myönteisesti fyysiseen terveyteen ja vähentävän jopa kroonisten sairauksien, kuten astman ja reuman, oireistoa. Osa haastatelluista koki olevansa tavanomaista aktiivisempia ja liikkuvaisempia matkan aikana, jonka yhtäältä koettiin lisäävän kuntoa ja fyysistä hyvinvointia. (Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 511–515.)

Toisaalta terveyden ja siihen liittyvien tekijöiden nähtiin ohjaavan ikääntyvien matkustusvalintoja. Osa haastatelluista valitsi matkakohteekseen sellaisen paikan, missä terveyteen kohdistuvat riskit olivat pienempiä, ja terveydenhuollon laatu ja saatavuus hyviä. Osa haastatelluista puolestaan koki esimerkiksi lentomatkustamisen epämiellyttävänä. Hunter-Jones ja Blackburn ryhmittelivätkin matkailijat kolmeen eri tyyppiin heidän terveyskokemustensa, niin sanotun varsinaisen terveydentilansa sekä matkustustottumusten perusteella. Esimerkiksi *terveysoptimistit* olivat suhteellisen terveitä ja kokivat myös itsensä terveiksi. He olivat innokkaita ja energisiä matkustajia, jotka matkustivat paljon niin kotimaassa kuin ulkomaillakin. Kun puolestaan toinen tyyppi, *matkailun vastaanottajat*, tekivät matkustuspäätöksensä terveytensä ja siihen liittyvien kokemustensa pohjalta. Vastaanottajilla oli entuudestaan sairauksia ja terveysongelmia, ja he myös kokivat terveytensä heikohkoksi. Kolmannen tyyppin, *huolehtijan/huoltajan*, matkustusvalintoja ohjasi yleensä lähiomaisen terveydentila. Lähiomaisen avustaminen ja tästä huolehtiminen saattoi vaikuttaa huolehtijan matkustusmahdollisuuksiin ja -halukkuuteen. (Hunter-Jones & Blackburn, 2007, s. 511–515.)

3. KEHOLLISUUSKESKUSTELUISTA KEHOLLISUUDEN KOKEMISEEN

Kehoa ja kehollisuutta koskevan tieteellisen keskustelun voidaan sanoa olevan varsin moniulotteista ja laaja-alaista. Keho on kiinnostanut eri tieteenaloilla, eikä sitä koskevassa tutkimuksessa ole yhtä tiettyä suuntausta tai koulukuntaa. Näin ollen kehoa on käsitteellistetty ja tarkasteltu niin eri tieteiden välisissä kuin tieteiden sisäisissäkin keskusteluissa eri lähtökohdista. Esimerkiksi aika, paikka, asiayhteys, ja tarkastelun tarkoitusperät ovat määrittäneet sitä, miten kehoa on missäkin keskustelussa tematisoitu. (Helén, 2000; Jokinen, 1997, s. 9–11; Jokinen ym., 2004; Oinas, 1998.)

Tutkielmani teoreettista viitekehystä ovat osaltaan rakentaneet matkailututkimuksen kehollisuuskeskustelut sekä erityisesti kehon kokemisesta kiinnostunut kehonfenomenologia. Tämän luvun tarkoituksena on avata tutkielmani teoreettista taustaa tarkemmin sekä kuvailla kehonfenomenologiaa tutkielmani teoreettisena perustana. Ensin kuitenkin teen katsauksen kehollisuutta koskevaan tieteelliseen keskusteluun niin yhteiskuntatieteellisestä kuin lähemmin matkailututkimuksen näkökulmasta: mistä kehokeskusteluissa on kyse ja millaisia tieteellisiä näkökulmia keskusteluihin sisältyy.

3.1 Kehollisuus yhteiskuntatieteellisissä keskusteluissa

Keho on ollut keskustelun ja kiinnostuksen kohteena filosofiassa, sosiologiassa sekä antropologiassa. Niin ikään se on ollut keskiössä muun muassa sosiaalitieteellisen, lääketieteellisen sekä feministisen tutkimuksen keskusteluissa. (Helén, 2000; Jokinen, 1997, s. 9; Jokinen ym., 2004; Nettleton & Watson, 1998; Oinas, 1998.) Kehoa ja kehollisuutta on tarkasteltu kirjallisuudessa lukemattomista eri näkökulmista aina kehon poliittisuudesta kehon kontrollointiin, sosiaaliseen ja kulttuurilliseen määrittelyyn, sekä muokkaamiseen ja kokemiseen. Näin ollen ei ole olemassa yhtä tiettyä kehollisuuskeskustelun suuntausta, vaan lukuisia eri keskusteluja ja määritelmiä niin tieteiden välillä kuin sisälläkin (Jokinen, 1997, s. 9).

Keho ja kehollisuus eivät kuitenkaan ole uusia tieteellisen kiinnostuksen kohteita. Kehollisuutta on tutkittu ja teoretisoitu aina Antiikista lähtien (ks. esim. Helén, 2000, s. 155), mutta aihetta kohtaan viimevuosikymmeninä kasvaneen kiinnostuksen vuoksi tutkijat ovat viitanneet kehollisuuteen eräänlaisena 1980–2000-lukujen tieteellisen keskustelun

muotivirtauksena (Helén, 2000, s. 154; Jokinen, 1997, s. 9; Jokinen ym., 2004, s. 7; Julkunen, 2004, s. 17; Oinas, 1998, s. 182.) Esimerkiksi sosiologiassa kehoa kutsuttiin poissaolevaksi läsnä olevaksi ja tieteen kritisoitiin laiminlyöneen kehollisuutta niin empiirisesti kuin teoreettisestikin. (Helén, 2000, s. 154; Julkunen, 2004, s. 17). Julkunen (2004, s. 17) puolestaan tiivistää hyvin tutkimuskirjallisuudessa ennen ”kehollisuuden käännettä” vallinneen mielenlaadun: ”inhimillinen olemassaolo on mahdollista vain ruumiillistuneena, mutta filosofian ja yhteiskuntateorian valtavirta on käsitellyt ihmistä ja yhteiskuntaa kuin ihmiset olisivat ruumiitonta järkeä, toimintaa ja vuorovaikutusta, aivan kuin ruumiillisuus ei olisi relevantti tai suorastaan välttämätön sosiaalisten erojen, suhteiden ja instituutioiden rakentumiselle”. Nettleton ja Watson puolestaan huomauttavat, että kaikki elämämme osa-alueet ovat kehollisia, sillä kaikki toimintamme tapahtuvat kehollamme ja kehomme kautta. Kaikilla ihmisillä on keho; kaikki ihmiset ovat kehoja. Keho, kehollisuus ja kehollisuuden kokemukset nähtiin paitsi tutkimuskirjallisuudessa liian vähälle huomiolle jääneinä, myös edellä kuvatuista syistä johtuen tarpeellisina tutkimuskohteina. (Nettleton & Watson, 1998, s. 1–2.)

Sittemmin keho ja kehollisuus ovat vakiinnuttaneen paikkansa eri tieteenalojen, kuten sosiologian, keskusteluissa (Helén, 2000, s. 154). Viimevuosikymmenten kehollisuuskeskusteluiden on katsottu tavoitelleen eritoten valistusfilosofi René Descartesin (1596–1650) mukaan kutsutun kartesiolaisen mielen ja ruumiin, hengen ja materian, kahtiajaon purkamista (Oinas, 1998, s. 181), ja esimerkiksi filosofisen ja feministisen ruumiillisuuden teorian perusteeksi onkin nimetty mielen ja ruumiin kahtiajaon ylittäminen sekä ihmisen käsittäminen ruumiillisesti olemassa olevaksi subjektiksi (Julkunen, 2004, s. 20). Yhtäältä fenomenologisen filosofian tavoitteena on ollut dualistisen ihmiskäsityksen, ruumiin ja mielen kahtiajaon, hylkääminen (Parviainen, 1994, s. 18).

Kehollisuuskeskusteluun on tuotu näkökulmia eri tieteenalojen tutkimuksissa. Julkunen luettelee keskeisinä sosiologian kehollisuuskeskustelujen innostajina Michael Foucaultin ajatukset ruumiillisuuden ja ruumistekniikoiden kautta toimivasta biovallasta, Norbert Eliasin teorian ruumiin historiallisesta sivilisoinnista, Pierre Bourdieun teesin ruumiillisuudesta yhtenä pääoman lajina sekä Anthony Giddensin kehittelyn ruumiista identiteetin paikkana (Julkunen, 2004, s. 17). Niin ikään sosiologiassa on pohdittu muun muassa sitä, onko olemassa niin kutsuttua puhdasta ja luonnollista ruumista, jota voidaan tarkastella kulttuuristen ajattelutapojemme ulkopuolella. Kehollisuutta on tarkasteltu myös esimerkiksi vallan, politiikan, kurinpidon ja kontrollin näkökulmista. (Oinas, 1998, s. 182–186.) Helén

puolestaan toteaa, että 1960-luvulta lähtien monitoiminnallinen ja ”spontaani”, kokeva ruumis on alkanut syrjäyttää tuottavaa työruumista. Ruumis nähdään nykykeskusteluissa moniulotteisena, kokevana ja yksilöllisenä kehona vanhan käsityksen mukaisen mekaanisen, muokattavan ja kuritettavan kehon sijaan. (Helén, 2000, s. 156–157.) Samansuuntaista ajassa tapahtunutta kehon ja kehollisuuden merkityksellistämisen muutosta kuvaavat Nettleton ja Watson. Heidän mukaansa kehollisuutta on perinteisesti lähestytty sosiaali-konstruktionistisesta katsontakannasta, mutta hiljalleen kiinnostus on alkanut kohdistua myös kehon kokemuksellisuuteen. (Nettleton & Watson, 1998, s. 8–9.)

Ruumiskäsitykset on jaettu usein kahteen lähestymistapaan: *materialistis-naturalistiseen* sekä *konstruktionistiseen*. Materialistinen näkökulma korostaa ruumista biologisena tosiasiana, joka tarvitsee ravintoa ja suojaa, kykenee nautintoihin, kärsii kipua, tarvitsee apua ja huolenpitoa, ikääntyy ja kuolee pois. Konstruktionistinen näkökulma puolestaan korostaa ruumiiseen sijoitettuja sosiaalisia merkityksiä. Se näkee ruumiin sosiaalisten merkitysten paikkana sekä sosiaalisena symbolina ja pintana, mihin valtasuhteet kirjoittuvat. Kolmanneksi lähestymistavaksi voidaan erottaa kehon kokemuksellisuudesta kiinnostunut *fenomenologinen ruumiskäsitys*. (Julkunen, 2004, s. 20.) Fenomenologisessa näkökulmassa ruumis käsitetään eläväksi, merkityksiä kantavaksi ja merkityksiä muodostavaksi, maailmaan suuntautuvaksi subjektiksi (Heinämaa, 2000; Julkunen, 2004, s. 20; Nettleton & Watson, 1998, s. 9–12).

Ruumiillisuutta sosiaalipoliittisesta näkökulmasta tarkastellut Julkunen kertoo sosiaalipoliittisesti relevantin ruumiin yhdistävän kaikkia edellä mainittuja teoreettisia näkökulmia. Esimerkkinä hän esittää vanhenemisen. Vanheneva ruumis on materiaallinen: iän karttuessa luusto haurastuu, aistit, kognitiiviset toiminnot, liikkuminen sekä pidätyskyky heikkenevät, iho rypistyy, ja lihasvoima heikkenee. Vanheneva ruumis on myös fenomenologinen, eletty ruumis, joka koetaan liikkumalla ja tuntemalla, asettumalla vuorovaikutukseen eri-ikäisten kanssa juuri vanhoina ruumiina. Vanhenemiseen liittyvät myös sosiaaliset ja kulttuuriset merkitykset, jotka eivät ole missään suorassa suhteessa ruumiin materiaaliseen muutokseen. Vanheneminen on näin ollen myös *diskurssi*. Julkunen kuitenkin huomauttaa, että ennen kuin materiaallinen, eletty ja merkityksellistetty ruumis voi tulla sosiaalipolitiikan kohteeksi, siitä on tultava julkinen ja julkisuuden asia, se on politisoitava ja perusteltava asiantuntijatiedolla. Se on otettava haltuun sosiaalipoliittisella diskurssilla. (Julkunen, 2004, s. 20–21.)

Niin ikään väestön ikääntyminen ja ikääntyvä keho ovat herättäneet kiinnostusta kehollisuuden kokemusmaailman tutkimuksessa (Fairhurst, 1998; Nettleton & Watson, 1998,

s. 5). Fairhurst tutki artikkelissaan, miten ikääntyvät kokevat oman kehonsa ikääntymisen prosessissa. Ikääntyvään kehoon suhtauduttiin myönteisesti ja ikääntymisen koettiin olevan väistämätön ja luonnollinen osa elämäntulkua. Osa koki jonkinasteista pelkoa ikääntymistä kohtaan, ja osalle ikääntymisen mukanaan tuomat keholliset muutokset eivät olleet mieluisia. Toisaalta aineistossa kuvattiin, kuinka ikääntymisen koettiin vaikuttavan vain kehoon, ei niinkään mieleen. Kronologisen iän koettiin kasvavan, ja fyysisen ruumiin vanhenevan. Sisäisen minuuden sen sijaan koettiin pysyvän ennallaan, koettiinpa se minkä ikäiseksi hyvänsä. Aineistossa viitattiinkin ikääntymisen kokemuksiin muun muassa niin sanottuna mielen ja asenteen asiana: olet niin vanha kuin miksi itsesi koet. (Fairhurst, 1998, s. 261–272.)

Mielen ja minuuden sekä biologisesti vanhenevan kehon toisistaan erottaminen ikääntyvien puheissa ilmeni myös Charpentierin artikkelissa. Kaufmanin *The Ageless Self*-tutkimusta tarkastellen Charpentierin mukaan tutkimuksessa havaittiin, että minuutta ja identiteettiä määriteltiin erillään omasta ikääntyvästä kehosta. Vaikka kehossa koettiin ikääntymisen mukanaan tuomia fyysisiä ja sosiaalisia muutoksia, minuuus määrittyi haastateltavien puheissa iättömänä. Charpentierin mukaan niin ikään muissakin tutkimuksissa paikannettua iättöntä minuutta on selitetty muun muassa sillä, että ympäröivän kulttuurin kielteisiä vanhuuskuvastoja ja stereotyyppioita halutaan vastustaa. Nuoruus näyttäytyy ideaalina, ei ainoastaan ulkonäköön liittyvien seikkojen vaan myös nuoruuteen liitettyjen merkityssisältöjen vuoksi. Kulttuurituotteissa ja tutkimuksissa ylläpidetään käsitystä, jonka mukaan aktiivinen ja hyväkuntoinen ihminen on onnellinen. (Charpentier, 2004, s. 78–85.)

3.2 Matkailututkimuksen keskusteluja kehollisuudesta

Muiden tieteenalojen tavoin kehoa ja kehollisuutta on tarkasteltu myös matkailututkimuksessa useista eri näkökulmista. Tutkimuskirjallisuus on ottanut kantaa niin matkailijan, matkailutyöntekijän ja matkailututkijan ontologioihin (Germann Molz, 2006; Obrador Pons, 2003; Swain, 2004; Veijola & Jokinen, 1994; Veijola & Valtonen, 2007) kuin matkailijan kokemusmaailmaankin (Germann Molz, 2006; Small, 2007; Small & Darcy, 2011). Kehollisuutta on tarkasteltu muun muassa kriittisen tutkimuksen lähtökohdista (Small & Darcy, 2011), yhtäältä tutkimuskirjallisuudessa on pohdittu kehollisuutta sen sosiaalisesti konstruoitujen määritelmien sekä kulttuurissa tuotettujen merkitysten näkökulmista (Jordan,

2007; Pritchard ym., 2007; Small, 2007; Small & Darcy, 2011). Matkailijan kehoa on lähestytty myös biologian ja lääketieteen näkökulmasta. Tutkimuskirjallisuudessa on tarkasteltu muun muassa sitä, miten matkailijan keho sopeutuu tai on sopeutumatta matkakohteeseen ja esimerkiksi sen ilmasto-olosuhteisiin. Kirjallisuudessa on myös esitetty näkökulmia siihen, millaisia terveydellisiä eli kehollisia muutoksia matkustaminen erilaisiin ympäristöihin voi aiheuttaa, ja miten niihin tulisi varautua. (Bauer, 2012; Cooper, 2006.)

Matkailijan on katsottu olevan kehollisesti kokeva. Matkailututkimuksen keskusteluissa on katsottu, että matkailijan kokemus voidaan määritellä yhtäältä keholliseksi kokemukseksi. Matkailijan kokemus on kehollinen kokemus, jossa yhdistyvät aistit, tunteet ja fyysinen ruumis elimineen. Matkailija kehollisena olentona muun muassa nukkuu, syö, kokee kipua, palaa auringossa, itkee, nauraa, haistaa, kuulee, koskettaa ja näkee. (Obrador Pons, 2003, s. 56–58; Small & Darcy, 2011, s. 77.) Voidaan sanoa, että matkailu on kauttaaltaan kehollistunutta ja matkailija kauttaaltaan kehollinen olento. Matkailija liittyy ympäristöönsä kehonsa kautta. Niin ikään hän on kehollisesti olevana aktiivinen, ilmaiseva ja tunteva toimija. Yhtäältä hän on sekä subjekti että objekti, aktiivinen ja passiivinen. (Ks. esim. Obrador Pons, 2003, s. 56–58.)

Näin ollen matkailijan keho, eli matkailija kehollisena olentona, on matkailualan intressien keskiössä. Matkailijalle tarjotaan palveluita, jotka vastaavat tämän kehollisiin tarpeisiin. (Obrador Pons, 2003, s. 58; Small, 2007, s. 88; Small & Darcy, 2011, s. 77.) Matkailija osallistuu kehollisena olentona aktiviteetteihin, kokee ja tuntee aktiviteetit niin kehonsa kautta kuin kehossaan (Edensor, 2001; Macnaughten & Urry, 2001; Matteucci, 2014; Small, 2007; Small & Darcy, 2011).

Kosmopoliitin, liikkuvan matkailijan maailmassa olemisen kehollistunutta tapaa tutkinut Germann Molz havaitsi, että matkailijan kosmopoliittisuus ei ole ainoastaan abstrakti filosofinen suuntautuminen maailmaan, vaan myös fyysinen ja materiaalinen olemisen tapa. Sen nähtiin sisältävän erilaisia henkisen ja fyysisen valmistautumisen rutiineja, jotka määriteltiin eräänlaisiksi matkailijan välineiksi kohdata maailma ja niin ikään sopeutua matkustamaansa maailmaan. Matkailijat valmistautuivat fyysisesti matkoihin ja niissä kohdattaviin maailmoihin muun muassa oikeanlaisella varustuksella, vaatetuksella, rokotteilla ja kehon huollolla. Valmistautuminen ei kuitenkaan tarkoittanut ainoastaan fyysistä valmistautumista matkakohteen ympäristöön, kuten ilmastoon, vaan myös henkistä valmistautumista matkustamiseen ja matkalla koettavaan. Germann Molz totesi, että

matkailijat valmistavat itseänsä matkaan ollakseen fyysisesti avoimia ja henkisesti vastaanottavaisia matkanaikaisille kokemuksille ja seikkailuille. (Germann Molz, 2006, s. 6–10, 17.)

Puolestaan turistin kehollisuutta flamencotanssin kontekstissa tutkineen Matteuccin mukaan kehollisuudessa ja kehon käytössä voitiin erottaa kolme eri ulottuvuutta: kurinalaisuus, ilmaisu sekä kulutus. Tanssiin liitettiin kokemuksia kehollisesta työskentelystä: tanssi-
liikkeisiin taipumisesta ja jopa kivusta. Yhtäältä kekokemukset sisälsivät muun muassa aistillisia, opillisia sekä ilmaisuun liittyviä ulottuvuuksia. Tanssi kehollistui itseensä tutustumisen ja itseilmaisun tilana. Matteucci tulkitsi tanssin olevan eri ulottuvuuksien valossa kokemus joka rakentui ja tuli olevaksi paitsi turistin kehossa myös turistin kehona. (Matteucci, 2014, s. 33–41.)

Niin ikään eri-ikäisten naisten lomakokemuksia tutkineen Smallin (2007) mukaan tutkimusaineistossa korostuivat lomamatkojen kehollisuuden näkökulmat. Lomista puhuttiin ja niitä muisteltiin muun muassa kehollisen liikkuvuuden, fyysisen aktiivisuuden, tunteiden ja aistikokemusten valossa. Puheet lomamatkojen fyysisistä kekokemuksista olivat kuitenkin varsin erisuuntaisia eri-ikäisten keskuudessa. Siinä missä 12-vuotiaat liittivät fyysisiin aktiviteetteihin mielihyvän ja ilon, kokivat 40-vuotiaat loman olevan onnistunut, mikäli sen aikana pystyttiin rentoutumaan ja irtautumaan arjen uuvuttavuudesta. Yli 65-vuotiaat sen sijaan liittivät matkakokemusten kehollisen liikkuvuuden keskusteluihin iän mukanaan tuomien fyysisten haasteiden ja vaikeuksien näkökulman. Yli 65-vuotiaat olivat kokeneet matkoilla liikkumiseen liittyviä fyysisiä haasteita muun muassa erilaisissa tiloissa ja aktiviteeteissa. (Small, 2007, s. 75–77.)

Small huomauttaa, että koska kehollisuus ymmärretään tieteellisissä keskusteluissa yhä useammin mielen ja kehon liittona, ovat lomakokemuksiin liitetyt tunteet ja tunnetilat aina myös jollain tapaa kehollisia. Tutkimuksen lomamuistoihin liitettiin erilaisia tunnekokemuksia, aina positiivisista negatiivisiin. Muista ikäryhmistä poiketen yli 65-vuotiaat olivat maininneet puheissaan matkojen opettavaisen sisällön, kuten matkakohteesta oppimisen, myönteisenä kokemuksena. Yhtäältä kokemuksia kuvailtiin aistimusten kautta. Matkoilta oli jäänyt mieleen erilaisia aistikokemuksia, kuten makuja, tuoksua ja tunteita, jotka saatettiin tuntea yhä hyvin voimakkaasti, vaikka itse matkasta olisi kulunut jo aikaa. (Small, 2007, s. 78–83.)

Small ja Darcy puolestaan tutkivat matkailijan kehollisuuden kokemuksia näkö- ja liikuntarajoitteisten näkökulmasta. Matkanaikaisen esteettömyyden toteutumisen ja

matkailijan tilojen saavutettavuuden havaittiin vaikuttavan merkittävästi siihen, miten matkustaminen ja matkalla olo koettiin. Tutkimuksessa havaittiin myös, että vammat ja liikuntarajoitteet eivät välttämättä itsessään tehneet matkustamisesta haastavaa tai vähentäneet henkilöiden matkustushalukkuutta. Sen sijaan joissain tapauksissa matkustaminen koettiin vaikeaksi tai jopa mahdottomaksi tilojen ja palveluiden kehnon esteettömyyssuunnittelun vuoksi. Esteettömyystarpeiden täysivaltainen huomiointi matkailupalveluiden tuottajien puolelta ei kokemusten mukaan aina toteutunut riittävällä tavalla, minkä katsottiin johtuvan muun muassa puutteellisesta tiedosta koskien asiakkaiden esteettömyystarpeita. Small ja Darcy huomauttivatkin, että esteettömyyden sisällöt ja esimerkiksi liikuntarajoitteisten tarpeet ovat usein yhteiskunnassa sosiaalisesti ja kulttuurisesti määriteltyjä. Tarpeet määritellään tällöin yhteiskunnan ja olettamusten lähtökohdista, eikä niinkään esteettömiä palveluita tarvitsevien lähtökohdista. Tämä puolestaan johtaa Smallin ja Darcynkin paikantamaan tyytymättömyyteen esteettömyystarpeiden toteutumattomuudesta ja niin ikään kielteisten kehollisuuden kokemusten syntyyn. (Small & Darcy, 2011, s. 82–94.)

Matkailijan kehon onkin useissa keskusteluissa katsottu olevan sosiaalisesti konstruoitu. Erilaisilla kehoilla on erilaisia merkityksiä, arvoja, rooleja ja paikkoja sen mukaan, miten ne sosiaalisesti määritellään ja mitä ne edustavat. (Small, 2007, s. 88; Small & Darcy, 2011, s. 77). Naistenlehtien matkakuvien representaatioita tutkinut Jordan puolestaan muistutti, että mediakuvastot osaltaan tuottavat, rakentavat, muokkaavat ja ylläpitävät käsityksiä matkailijasta ja tämän kehosta (Jordan, 2007). Niin ikään Australiassa matkaesitteitä tutkinut Edelheim huomautti, että rakentaessaan houkuttelevaa ja vetovoimaista mielikuvaa matkakohteesta, esitteet paljastavat ja edelleen tuottavat kulttuurisia käsityksiä matkailijasta ja tämän profiilista. Edelheim havaitsi muun muassa, että vähiten edustettu ikäryhmä esitteissä olivat yli 40-vuotiaat. Tämä siitäkin huolimatta, että Australiassa alati väestöosuuttaan kasvattavien ikääntyvien on tunnustettu olevan varsin maksu- ja matkustuskykyinen kansanosana. (Edelheim, 2007, s. 13–14.)

3.3 Kehonfenomenologia

Kehon kokemuksellisuudesta ja olemassaolon tavasta kiinnostunut kehonfenomenologinen lähestymistapa pohjautuu Edmund Husserlin hahmottelemaan, ja muun muassa Martin Heideggerin, Jean-Paul Sartren sekä Maurice Merleau-Pontyn edelleen teoretisoimaan, elävän

kehon (elävän ruumiin) käsitteeseen. Husserl esitti käsitteen ensimmäistä kertaa havaintoa ja tilallisuutta analysoivissa luennoissaan ja jatkoi ilmiön käsittelyä sittemmin laatiessaan Ideenteoksen toisen osan käsikirjoitusta. Husserl kuvaa elävää kehoa (Leib) kahden eri asenteen kohteena: luonnontieteellisen sekä henkilöivän. Luonnontieteellinen näkökulma abstrahoi kohteestaan pois kaikki arvot, merkitykset, päämäärät ja välineet. Tällöin tarkastelun kohteeksi jää ”paljas luonto”, joka sisältää pelkkiä materiaalisia ajallis-paikallisia olioita. Luonto ei kuitenkaan ole vailla sielullisia tapahtumia, vaan sisältää materiaalisten kappaleiden lisäksi myös eläviin ruumiisiin kytkeytyneen ”sielullisen luonnon”. Sielullinen luonto on psykologiatieteen kohteena, ja esimerkiksi eläinten käyttäytymistä koskeva tutkimus edellyttää sitä. Luonnontieteellisestä näkökulmasta tarkasteltuna sielullinen luonto nähdään kuitenkin vain materiaalisen kerrostumana. (Heinämaa, 2000, s. 113; Biemel, 1952, Heinämaan, 2000, s, 113 mukaan.)

Merleau-Ponty jatkoi edelleen Husserlin aloittamaa kehonfenomenologista keskustelua eletystä kehosta. Merleau-Ponty kritisoi niin ikään kartesiolaista mielen ja ruumiin kahtiajakoa ja näki sen sijaan kehon mielen ja fyysisen ruumiin kohtaupaikkana. Merleau-Pontyille keho on ihmisen maailmassa olemisen tapa, ja yhtäältä olemassaolon ehto. Hän korostikin maailmassa olon ruumiillista luonnetta ja huomautti, että maailma ei avaudu ihmisille tietoisuuden kohteena, vaan nimenomaan kehon kautta. Ihmisen side ympäröivään maailmaan on kehollinen ja näin ollen myös maailma tulee olevaksi kehon kautta ja kehossa. (Hotanen, 2010, s. 134–135; Parviainen, 1998.)

Kehonfenomenologisessa viitekehyksessä keho ymmärretään siis olemassa olemisen tilana. Oinas (1998, s. 189) huomauttaa, että fenomenologisesti ajatteleva ihminen sanoisi ”minä olen ruumis” sen sijaan, että sanoisi ”minulla on ruumis”. Ihminen on kokeva ja elävä subjekti, joka on osa ympäröivää maailmaa. Maailma on kuitenkin olemassa ennen ihmistä itseään, ja ihminen on maailmaan ja mahdollisuuksiinsa suuntautuva kehollinen olento. Näin ollen ihmisen olemus muotoutuu hänen olemassaolossaan ja siinä maailmassa, jossa hän elää, liikkuu ja on. (Oinas, 1998, s. 188–189; Parviainen, 1994, s. 18–22, 57.)

Kuten todettu, fenomenologisessa lähestymistavassa keho nähdään fyysisen ja psyykkisen kohtaupaikkana. Ruumiin ja psyykeen kokonaisvaltaisen sidoksen on hahmoteltu muodostuvan neljästä perusilmiöstä. Ensimmäinen näistä on keho aistimusten ilmentymisen kenttänä. Tuntoaistimukset ja liikeaistimukset paikallistuvat kehon pinnalle ja sen eri osiin. Keho on tällöin eräänlainen aistimusten näyttämö, erityislaatuinen tila, jossa aistiminen voi

tapahtua. Toiseksi keho ilmenee spontaanin liikkeen välittömänä lähtökohtana ja tahdon ensisijaisena välineenä. Toisin sanoen oma keho on ainoa materiaallinen olio, jota eläin kykenee liikuttamaan ilman, että se liikuttaisi ensin jotakin toista oliota. Kolmanneksi, keho toimii eräänlaisena suuntien, etäisyyksien ja liikkeiden kiintopisteenä. Muut materiaaliset oliot asettuvat aina suhteessa siihen, ne ovat kaukana tai lähellä sitä, sen vasemmalla tai oikealla puolella, sen ylä- tai alapuolella ja niin edelleen. Tämän vuoksi oma keho on kuin tilakoordinaatiston keskipiste, origo (Nullpunkt). Neljänneksi, keho on kausaaliketjun osa ja jäsen. Se saa aikaan liikkeitä ja niin ikään reagoi liikkeisiin, sekä omiinsa että ulkoa tuleviin. (Heinämaa, 2000, s. 114; Biemel, 1952, Heinämaan, 2000, s. 113 mukaan.)

Kehonfenomenologisissa keskusteluissa onkin pohdittu muun muassa havaintoja ja niiden ilmenemistä havaitsijalle. Husserlin mukaan havainto on mahdollista vain tilassa liikkuvalla, asentoaan ja suuntaansa muuttavalla ruumiilliselle subjektille. Havaintokokemuksen mahdollisuuden ehtona on näin ollen kinesteettinen kokemus oman ruumiin liikkeestä, asennosta ja jännitteestä. (Heinämaa, 2000, s. 113; Zahavi, 1994, Heinämaan, 2000, s. 113 mukaan.) Merleau-Ponty puolestaan huomauttaa, että ruumis on kiinnittynyt aistivana ympäristöönsä, sen tiloihin ja ulottuvuuksiin. Kehon aistimukset avaavat maailmaa ja havainnot tulevat olevaksi kehon liikkeessä ja olemassa olossa. (Hotanen, 2010, s. 139; Merleau-Ponty, 1945, Hotasen, 2010, s. 139 mukaan; Parviainen, 1998, s. 40–44.) Toisin sanoen esimerkiksi tila hahmottuu ihmisille kehon kautta. Tilaa ei olisi, mikäli kehoa ei olisi. Tila tulee koetuksi, tunnetuksi, nähdyksi eli aistituksi ja havaituksi keholla.

Näin ollen Merleau-Ponty näkee maailmassa olemisen ensisijaisesti kehollisena. Ihminen kehollisena olentona kokee ja hahmottaa maailmaansa asentojensa, eleidensä, liikkeidensä sekä aistiensa kautta. Maailma ja havainnot tulevat olevaksi keholla ja kehossa. (Heinämaa, 1996, s. 83–84.) Toisaalta Merleau-Ponty liittää kehollisen olemisen ajatteluun myös yhdessä toimimisen näkökulman. Yksilö luo maailmaansa kanssakäymisessä toisten ihmisten, toisten kehollisten liikkujien kanssa. Vaikka keho on ”yksilöllisten tekojen subjekti”, on se yhtäältä paitsi omien aikaisempien myös toisten tekojen toistaja. (Heinämaa, 1996, s. 83–84.)

Merleau-Pontyn filosofiassa kokemuksia pyritään kuvaamaan sellaisenaan, ottamatta kantaa niiden psykologiseen tai fysiologiseen alkuperään. Tavoitteena on tarkastella kokemuksia itsessään, erillisinä niistä syistä tai seurauksista, joita esimerkiksi sosiologit, biologit tai psykologit voivat niille osoittaa. (Heinämaa, 1996, s. 57–58; Merleau-Ponty, 1945, Heinämaan, 1996, s. 58, mukaan.) Toisaalta kekokokemusten havaitseminen ja tarkastelu

sellaisenaan on nähty ongelmallisena. Oman kehon havainnointiin ja sen kokemusmaailman kuvaamiseen on nähty liittyvän haasteita muun muassa siksi, koska keho on yhtä kuin itse. (Hotanen, 2010, s. 142–142.) Kehokokemukset voivat olla vaikeasti havaittavia, ja niihin voi olla vaikea kiinnittää huomiota. Parviainen huomauttaakin, että tavanomaisesti keho- kokemukset ovat melko suurpiirteisiä ja epätarkkoja, ellei jokin erityinen tilanne saa ihmistä tarkkailemaan kehoaan poikkeuksellisella tarkkuudella. Niin ikään kekokemuksista kertominen ja niiden kielellinen kuvaaminen on nähty ongelmallisena. Kokemukset kerrotaan ja kuvataan puheessa, jolloin ne saavat väistämättä kielellisen asun. Näin ollen kokemus kuvataan sanallisessa muodossa, joka puolestaan voi erota jossain määrin kokemuksesta sellaisenaan koettuna. (Brown, Cromby, Harper, Johnson & Reavey, 2011, s. 496; Parviainen, 1998, s. 33.)

Vaikka Merleau-Pontyn filosofiassa pyritään ymmärtämään kekokemuksia sellaisenaan, katsoo hän merkitykselliseksi ymmärtää myös kokemusten yhteyttä maailmaan. Kokemukset tapahtuvat maailmassa ja ovat niin ikään kokemuksia maailmasta. Ihmisen tietoisuus omasta kehostaan tapahtuu aina ympäristössä aistien, kehon liikkeiden ja kehon ominaisuuksien kautta. (Heinämaa, 1996, s. 57–58; Merleau-Ponty, 1945, Heinämaan, 1996, s. 58, mukaan, Parviainen, 1998.) Ihminen on näin ollen maailmaan suuntautunut kehollinen olento, ja fenomenologian voidaan katsoa olevan kiinnostunut tuosta kehollisesta maailmaan suuntautuneisuuden kokemuksesta.

4. FENOMENOLOGINEN TUTKIMUS TEEMAHAASTATTELUISTA

Tässä luvussa esittelen lähemmin tutkielmani metodologisia valintoja, joiden muotoutumista on ohjannut pitkälti työni teoreettinen viitekehys. Kuvailen ensin työni taustalla vaikuttavaa tieteenfilosofista suuntausta ja analyysimenetelmää, fenomenologiaa. Tämän jälkeen kuvailen millainen aineistonkeruumenetelmä teemaahaastattelu on, ja kuinka olen itse käyttänyt menetelmää tutkimusaineistoni tuottamisessa. Seuraavaksi esittelen tutkielmani analyysiprosessin kulun sekä oman esiyymmärrykseni ja ennakko-olettamukseni tutkimuskohteeseen liittyen. Lopuksi pohdin tutkielmaan ja sen tekemiseen liittyviä eettisiä kysymyksiä sekä arvioin tutkimuksen luotettavuutta.

4.1 Fenomenologia tutkimuksen tieteenfilosofisena lähtökohtana ja laadullisena tutkimusmenetelmänä

Fenomenologia on Edmund Husserlin ja hänen seuraajiensa filosofinen perinne, joka juontaa juurensa 1900-luvun alkuun. Fenomenologialla viitataan myös nykyfilosofiassa vaikuttavaan teoreettiseen suuntaukseen, joka erottaa fenomenologian muista tieteenfilosofisista paradigmoista, kuten naturalismista ja pragmatismista. (Jennings, 2010, s. 167; Miettinen, Pulkkinen & Taipale, 2010, s. 9; Porter & Cohen, 2013, s. 180.) Vaikka fenomenologialla on pitkä perinne ja sen asemaa on luonnehdittu vankaksi, ei sen menetelmistä, käsitteistä tai varsinaisesta kohdealueesta ole selkää yksimielisyyttä (Miettinen, Pulkkinen & Taipale, 2010, s. 9).

Fenomenologiassa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita eletystä todellisuudesta sekä inhimillisestä elämismaailmasta ja sen rakenteista. Kehonfenomenologiassa tarkastelu keskistetään nimenomaan elettyyn todellisuuteen ja inhimilliseen elämismaailmaan kehollisen kokemisen näkökulmasta. Fenomenologiassa ei pyritä osoittamaan esimerkiksi olemassa olevien erityistieteellisten tutkimustulosten oikeellisuutta, vaan sen ydin on pikemminkin kysymisen ja kyseenalaistamisen tapa. Näin ollen valmiin teoreettisen viitekehysten sijaan fenomenologiassa keskitytäänkin ilmiöihin sekä niiden käsitteelliseen jäsentämiseen. Tarkastelun kohteena ovat konkreettinen, eletty todellisuus ja ”asiat itsessään”, eivät niinkään teoreettiset ongelmat, käsitteet tai arvoitukset. (Lehtomaa, 2011, s. 163–166; Miettinen, ym., 2010, s. 9–10.)

Fenomenologisessa lähestymistavassa keskeinen ajatus on se, että ihmisyksilöt rakentuvat suhteessa maailmaan, jossa he elävät (Laine, 2015, s. 30–31). Kehonfenomenologisessa tutkimuksessa keskitytään erityisesti siihen, mikä ilmenee ihmiselle kehollisesti koettuna, elettyinä maailmana ja itsenä tuossa maailmassa. Näin ollen yksilön ja ympäröivän maailman välistä vastavuoroista suhdetta tarkastellaan aina toimivan yksilön perspektiivistä eli kulloisenkin kehollisen minän suhteina maailmaansa. Perspektiivi, josta elämme ja koemme maailmaamme, on rakentunut elämänhistoriamme tuloksena. Aiemmin eletyn, koetun ja arvotetun rakentama perspektiivi onkin se kehys, jonka sisällä suuntaudumme kohti elettyä nykyhetkeä ja tulevaisuutta, ja jonka rajoissa koemme sekä tulkitsemme kokemaamme. Niin ikään se on lähtökohta, josta rakennamme laajempaa käsitystämme maailmasta. (Hotanen, 2010, s. 134–135; Laine, 2015, s. 30–31; Parviainen, 1998.)

Fenomenologisen tutkimuksen tarkoitus ei ole tutkia ainoastaan *mitä* kaikkea koemme, vaan pyrkiä myös kuvaamaan *miten* me koemme. Näin ollen fenomenologiassa on kyse kokemuksen yleisistä rakenteista, ei niinkään yksittäisistä elämyksistä tai mielenliikkeistä. Fenomenologia on *kuvailevaa tiedettä*, jonka menetelmällisenä ihanteena on pysyä kiinni tutkittavassa ilmiössä. Se ei siis pyri rakentamaan teorioita, varmistamaan ja kumoamaan hypoteeseja, vaan kuvailemaan ilmiöitä ja löytämään niistä yleisiä rakenteita. (Miettinen ym., 2010, s. 11–13.) Vaikka fenomenologisessa tarkastelussa korostetaan yksilön subjektiivisen kokemusmaailman tutkimusta, katsotaan fenomenologisen tutkimuksen joissain tapauksissa paljastavan myös jotain yleisempää, yhteisössä tai yhteiskunnallisessa jaettua. (Laine, 2015, s. 32.)

Käsillä oleva fenomenologinen tutkimus on tyyliltään kvalitatiivinen eli laadullinen. Laadullinen tutkimus ei pyri tekemään kvantitatiivisen tutkimuksen tapaan tilastollisia yleistyksiä tutkittavasta ilmiöstä, vaan sen tavoitteena on lisätä ymmärrystä tutkittavasta aiheesta, kuvata tutkittavaa ilmiötä tai tapahtumaa tai antaa tutkittavalle ilmiölle teoreettisesti mielekäs tulkinta (Alasuutari, 1999, s. 38–39; Eskola & Suoranta, 1998, s. 13–15; Tuomi & Sarajärvi, 2013, s. 85). Laadullista tutkimusta voidaan luonnehtia myös aineistolähtöiseksi. Eskolan ja Suorannan (1998, s. 19) mukaan pelkistetyimmässä muodossaan aineistolähtöinen analyysi tarkoittaa teorian rakentamista empiirisestä aineistosta lähtien. Aineistolähtöisen analyysin käyttäminen on erityisen perusteltua silloin, kun pyritään tuottamaan perustietoa jonkin tietyn ilmiön olemuksesta (Eskola & Suoranta, 1998, s. 19). Näin on myös fenomenologisessa tutkimuksessa, jonka tutkimusperiaatteiden mukaan aineistolähtöinen

analyysi on lähes välttämätöntä tutkittavan ilmiön todellisen luonteen tavoittamiseksi (ks. Laine 2015; Miettinen ym., 2010).

Kuten mainittu, fenomenologisessa tutkimuksessa ei ole määrittynyt yhtä tiettyä menetelmällistä ihannetta tai traditiota. Fenomenologisessa tutkimuksessa konkreettiset menetelmäkysymykset nivoutuvat tiukasti taustalla oleviin filosofisluonteisiin näkökulmiin ja olettamuksiin. Niin ikään tarkan kuvauksen esittäminen fenomenologisesta metodista ei ole mahdollista, sillä se saa sovellettavan muotonsa kulloisenkin tutkimuksen monien eri tekijöiden summana. Jotta toisen kokemukset ja ilmaisun merkitykset saavutettaisiin mahdollisimman autenttisinä, on käytettävä tilannekohtaista harkintaa ja valittava kulloiseenkin tutkimukseen parhaiten sopivat toimintatavat. (Brown ym., 2011; Laine, 2015, s. 35; Miettinen ym., 2010.)

Vaikka fenomenologiassa ei ole yhtä määrättyä menetelmällistä ihannetta, on sen sisällä erotettu kolme keskeistä laajempaa suuntausta: kuvaileva, tulkitseva ja hermeneuttinen (Porter & Cohen, 2013, s. 182–183). Husserlinkin fenomenologiaksi kutsuttu fenomenologian kuvaileva lähestymistapa keskittyy paikantamaan kokemuksia ja niiden ilmenemisen olomuotoja sellaisenaan. Tutkimusotteen tarkoitus on tehdä tutkittavasta ilmiöstä ja sen olemuksesta kuvauksia, muttei niinkään pyrkiä selittämään tai tulkitsemaan sitä tulkitsevan fenomenologian tavoin. (Porter & Cohen, 2013, s. 182–183.) Tulkitsevassa fenomenologiassa sen sijaan keskitytään tulkitsemaan niitä havaintoja, joita kokijat tekevät ympäröivästä maailmastaan ja sosiaalisesta todellisuudesta. Niin ikään tavoitteena on tarkastella ja tulkita sitä, kuinka ihmiset merkityksellistävät ja tulkitsevat kokemuksiaan sekä maailmaa, jossa elävät. (Brown ym., 2011, s. 498; Porter & Cohen, 2013, s. 184.) Hermeneuttisen fenomenologian on katsottu yhdistävän piirteitä kahdesta edellä kuvatusta suuntauksesta. Hermeneuttisen fenomenologian keskeisenä tavoitteena on niin ikään tarkastella, kuinka ihmiset tulkitsevat ja merkityksellistävät kokemiaan ilmiöitä. (Porter & Cohen, 2013, s. 184–185.) Hermeneuttiseen lähestymistapaan liittyy läheisesti hermeneuttinen kehäajattelu, jossa tutkijan tavoitteena on jatkuva kyseenalaistaminen ja pyrkimys tutkittavaa ilmiötä koskevan ymmärryksen syventymiseen (Laine, 2015, s. 38).

Kehonfenomenologisessa tutkimuksessa on nähty erityisen ongelmallisena se, että kehollisuuden kokemukset ovat tietyllä tapaa aina sanojen ulottumattomissa. Toisin sanoen kehollisen kokemuksen todellinen olomuoto menettää aina jonkin verran tullessaan kuvatuksi ja tulkituksi kielellisesti. (Brown ym., 2011, s. 496; Parviainen, 1998, s. 33.) Yhtäältä

kehollisuuden kokemuksen tutkimuksesta on katsottu vaikeaksi saada otetta, sillä kehollisuus on nähty paitsi tarttumapinnattomana myös lukuisia eri muotoja ja sisältöjä käsittävänä tutkimusaiheena. Tämän vuoksi aiheen tarkasteluun ei myöskään ole vakiintunut mitään tiettyä menetelmällistä viitekehystä tai traditiota. (Brown ym., 2011, s. 496.) Kehon-fenomenologisessa tutkimuksessa on näin ollen päädytty usein fenomenologiselle tutkimukselle tyypilliseen menetelmälliseen ratkaisuun: menetelmällisen lähtökohdan hahmottamiseen tutkimukseen ja sen tarpeisiin sopivalla tavalla (ks. Brown ym., 2011, s. 496, Laine, 2015; Miettinen ym., 2010). Tähän ratkaisuun päädyin itsekin tässä pro gradu -tutkielmassa, jonka analyysimenetelmää tulen kuvaamaan lähemmin Analyysin vaiheet ja toteutus-luvussa.

4.2 Teemahaastattelut tutkimusaineistona

Laadullisessa tutkimuksessa on tyypillistä keskittyä pienehköön määrään tapauksia, joita pyritään analysoimaan mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston tieteellisenä kriteerinä ei näin ollen ole sen määrä, vaan laatu ja sopivuus suhteessa tutkittavaan ilmiöön. Tällöin on syytä pohtia, millainen aineisto ja tutkittavien joukko voisi antaa parhaat mahdolliset eväät tutkittavan ilmiön tarkasteluun. Koska laadullisessa tutkimuksessa pyritään usein tavoittamaan ja tulkitsemaan eri toimijoiden näkemyksiä tutkittavasta ilmiöstä, voi olla tarpeellista valita tutkittaviksi henkilöitä, joilla on jo jonkinlainen ymmärrys tai kokemuspohja tutkittavaan aiheeseen liittyen. (Eskola & Suoranta, 1998, s. 16, 18; Hirsjärvi & Hurme, 2000; Tuomi & Sarajärvi, 2013, s. 85.) Niin ikään fenomenologiselle tutkimukselle sopivana aineistonhankintamenetelmänä on pidetty haastattelua. Koska fenomenologisen tutkimuksen tavoitteena on paikantaa tutkittavien kokemuksia tutkittavasta ilmiöstä, on haastattelun katsottu olevan tarkoitukseen hyvin soveltuva aineiston tuottamisen keino. (Lehtomaa, 2011, s. 167; Porter & Cohen, 2013, s. 188.)

Käsillä olevan tutkielman tutkimusaineiston on tuotettu teemahaastatteluin. Teemahaastattelulle on tyypillistä, että haastattelutilannetta ohjaavat ennalta määrätyt ja teorian pohjalta rakennetut teemat, eivätkä niinkään tarkkaan määritellyt haastattelukysymykset (Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 34, 47–48). Teemahaastattelut tuovat joustoa haastattelutilanteisiin, koska kysymysten muoto ja järjestys voivat vaihdella haastattelutilanteen mukaan. Lisäksi teemahaastattelun vapaamuotoisuuden vuoksi haastattelutilanteessa heräävien

tarkentavien lisäkysymysten esittäminen on mahdollista. (Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 34, 47–48.)

Valitsin teemahaastattelun aineistonkeruumenetelmäksi, sillä se on yhtä aikaa sekä joustava että rakennetta antava haastattelumuoto (Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 34, 47–48). Koska tutkimukseni on fenomenologinen, halusin pitää haastattelutilanteet mahdollisimman avoimina. En halunnut esittää haastateltaville tarkkaan rajattuja kysymyksiä, vaan antaa haastateltavien kuvailla kokemuksiaan vapaasti nimenomaan niistä näkökulmista, jotka he itse kokivat tärkeiksi. Toisaalta tutkimushaastattelun tarkoituksena oli keskustella ikääntyvän matkustamisesta nimenomaan kehollisuuden kokemisen näkökulmasta. Tämän vuoksi haastattelussa oli hyvä olla ennalta määrätty teemat, jotka ohjasivat haastattelun kulkua löyhästi.

Teemahaastattelurunko (ks. Liite 2) rakentui tutkielmani teoreettisista ja käsitteellisistä lähtökohdista. Fenomenologisessa tutkimuksessa korostetaan, ettei sen tarkoituksena ole vahvistaa tai testata olemassa olevia teorioita tai erityistieteiden tuloksia (ks. esim. Miettinen ym., 2010, s. 9), mutta katsoin välttämättömäksi perehtyä sekä ikääntyvien matkailua että kehollisuuden kokemusmaailmaa koskevaan tutkimuskirjallisuuteen jo tutkimusprosessin alkuvaiheessa. Tutustumalla aihepiirien tieteellisiin keskusteluihin sain käsityksen siitä, mitä tutkitaan, kun tutkitaan ikääntyvien matkailijoiden kehollisuuden kokemuksia. Niin ikään sain eväät teemahaastattelurungon työstämiseen ja sen teemojen hahmotteluun, jotka määrittivät prosessissa seuraaviksi: matkustaminen, kehosuhde ja matkustava keho (ks. Liite 2).

Tutkimusaineisto koostuu kaikkiaan neljässä erillisessä haastattelutilanteessa tehdystä tutkimushaastattelusta sekä yhdestä puolen sivun mittaisesta sähköpostiviestistä. Kaikkiaan haastateltavia oli yhdeksän, mutta haastatteluista kolme tehtiin pari- ja ryhmähaastatteluna. Haastattelut toteutettiin Rovaniemellä, Levillä ja Luostolla tammi- ja helmikuun 2017 aikana. Päätös tehdä haastatteluja kaiken kaikkiaan kolmella eri paikkakunnalla oli sekä tarkoituksenmukaista että sattumaa. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tarkoitukseni oli tutkia ainoastaan Rovaniemelle saapuneiden ikääntyvien matkailijoiden kekokemuksia, mutta koska aineiston hankinta osoittautui jokseenkin haastavaksi tehtäväksi, päätin laajentaa tutkittavien etsintää myös Rovaniemen ulkopuolelle.

Tein haastattelupyyntöjä erilaisissa tiloissa, kuten Rovaniemen, Luoston ja Levin keskustoissa, Pajakylässä, ravintoloissa, hotelleissa sekä kaupoissa. Kuten mainittu, haastateltavien löytäminen ja heidän saaminen haastateltavaksi osoittautui haasteelliseksi.

Useat kieltäytyivät haastattelusta kehnoon kielitaitoon tai kiireeseen vedoten. Aloittaessani aineistonkeruuprosessin, sainkin melko pian huomata, että tehtävä ei tule olemaan helppo. Paitsi että tutkielmani aihe ja työnimi itsessään saattoivat hämmentää haastateltavaehdokkaita, myös haastattelun oletettu kesto saattoi vaikuttaa haastateltavien osallistumishalukkuuteen. Mikäli haastattelu olisi kestänyt vaikkapa 5–15 minuuttia ja sen olisi voinut tehdä niillä sijoillaan, olisin saattanut saada haastateltavaksi enemmän matkailijoita. Toisaalta etukäteen sovitut haastatteluajat olisivat voineet myös toimia paremmin aineistonkeruussa, kuin spontaanisti esitetyt haastattelu ehdotukset kaduilla. Niin ikään tutkimusaihe saatettiin kokea vaikeasti ymmärrettäväksi, liian henkilökohtaiseksi tai haastateltavaehdokkaat saattoivat kokea, ettei heillä ole siitä mitään sanottavaa. (Ks. esim. Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 87.)

Aineistonkeruuprosessi vaatikin tutkijalta pientä sinnikkyyttä, mutta sinnikkyys palkittiin, ja päätös tehdä haastatteluja myös Rovaniemen ulkopuolella, kantoi hedelmää. Ensimmäisen tutkimushaastattelun toteutin Rovaniemellä tammikuussa 2017. Haastateltavana oli australialainen pariskunta (H1 ja H2, ks. Taulukko 1), joka oli saapunut Rovaniemelle osana Pohjoismaihin suuntautunutta lomamatkaansa. Kyseessä oli pariskunnan ensimmäinen vierailu Suomen Lappiin. Tein haastattelupyynnön Rovaniemen keskustassa, josta siirryimme kahvilaan tekemään itse haastattelun. Haastattelupäivän jälkeisenä päivänä pariskunta lähetti sähköpostiini lyhyen kuvauksen lumikenkäilykokemuksestaan, joka myös kuuluu osaksi tutkielmani tutkimusaineistoa.

Kaksi seuraavaa haastattelutilannetta sijoittui Leville, niin ikään tammikuussa 2017. Järjestyksessä toisena olleessa haastattelussa haastateltavana oli kaksi pariskuntaa Isosta-Britanniasta (H3, H4, H5 & H6, ks. Taulukko 1). Pariskunnat olivat ystäviä keskenään, ja niin myös matkalla yhdessä. Esitin haastattelupyynnön matkamuistomyymälässä, josta siirryimme jälleen kahvilaan tekemään haastattelua. Matka Lappiin oli kaikille neljälle haastateltavalle ensimmäinen. Kolmannen haastattelun haastateltavat löytyivät myös kaupasta. Kyseessä oli yhtäältä pariskunta Isosta-Britanniasta (H7 & H8, ks. Taulukko 1), tällä kertaa Lapissa aikaisemmin vierailut. Niin ikään tämäkin haastattelu toteutettiin kahvilassa.

Neljännän ja viimeisen haastattelun tein Luostolla helmikuussa 2017. Haastateltavana oli myös ensimmäistä kertaa Lapissa lomaillut H9 (ks. Taulukko 1) Isosta-Britanniasta, jonka matkakumppanina ollut aviopuoliso ei valitettavasti pystynyt osallistumaan haastatteluun kiireiden vuoksi. Viimeisen haastattelupyynnön tein erään hotellin yhteydessä olevassa

ravintolassa, jossa haastattelu niin ikään seuraavana aamuna toteutettiin. Näin ollen H9 oli ainoa haastateltavista, jolla oli aikaa valmistautua haastatteluun.

Haastateltavien valinta perustui täysin omaan arviooni siitä, edustivatko he tutkielmani kohderyhmää. Kriteereinä olivat ikä, kansallisuus, vähintään kohtuullinen Englanninkielen taito sekä Lapissa olon tarkoitus. Näin ollen haastateltavat olivat minulle ennestään tuntemattomia. Haastattelut toteutettiin englanniksi ja ne olivat kestoiltaan noin 38–88 minuuttia. Nauhoitin kaikki haastattelut nauhurille ja saatoin ne myöhemmin kirjalliseen muotoon. Litteroin haastattelut lähes sanatarkkaan, enkä käyttänyt litteroinnissa mitään apuvälinettä. Jätin litteroimatta haastatteluista ainoastaan ne kohdat, joista oli taustahälystä johtuen mahdotonta saada selvää, sekä kohdat, jotka eivät liittyneet haastatteluun tai sen aihepiireihin millään tavalla. Käytännössä litteroimattomia kohtia oli yhteensä muutaman lauseen verran. Kirjoitin litteroituun aineistoon myös tunnetiloja kuvanneet ilmeet ja äännähdykset, joilla oli merkitystä lausutun tulkinnassa. Tällaisesta on esimerkkinä naurahdus. Kaiken kaikkiaan litterointi tuotti kirjallista haastatteluaineistoa yhteensä 124 sivua 2cm marginaaleilla, rivivälillä 1,5 ja fontilla Times New Roman 12. Aineiston litteroinnin jälkeen poistin haastattelunauhat nauhurilta.

Alla olevassa taulukossa on tiivistelmä tutkimusaineistosta sekä haastateltaville annetuista koodeista. Viitattessani haastateltavien puheisiin, käytän alla olevassa taulukossa olevia koodeja (esim. H2).

Taulukko 1. Tutkimusaineisto

Koodi	Ikä	Sukupuoli	Kotimaa	Toimenkuva	Haastattelupaikkakunta
H1	63	Nainen	Australia	Työelämässä	Rovaniemi
H2	64	Mies	Australia	Työelämässä	Rovaniemi
H3	66	Mies	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H4	65	Nainen	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H5	64	Nainen	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H6	65	Mies	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H7	71	Nainen	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H8	68	Mies	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Levi
H9	70	Nainen	Iso-Britannia	Eläkkeellä	Luosto

4.3 Analyysin vaiheet ja toteutus

Aineiston analyysimenetelmänä olen käyttänyt fenomenologisista suuntauksista yhdistämäni tutkimusmenetelmää (ks. Brown ym., 2011; Laine, 2015; Lehtomaa, 2011; Porter & Cohen,

2013). Katsoin tutkielmani tarkoitusperiin sopivaksi sovelletun menetelmän käytön ensinnäkin siksi, koska tutkielmani lähestyy tutkittavaa ilmiötä melko laajasta näkökulmasta. Toiseksi katsoin menetelmien soveltamisen tarkoituksenmukaiseksi, koska tavoitteenani ei ole niinkään tehdä syvää tulkintaa tai kattavaa merkitysrakenteiden tarkastelua havaittavista ilmiöistä, vaan pyrkiä paikantamaan niitä matkanaikaisia kokemuksia, mitä ikääntyvillä matkailijoilla on kehollisuuteen liittyen. (Vrt. Brown ym., 2011; Porter & Cohen, 2013.) Näin ollen päädyin tekemään fenomenologista tutkimusanalyysiä seuraavien vaiheiden kautta:

1. Tutkijan esiymmärryksen paikantaminen
2. Tutkimusaineiston litterointi, avoin tutustuminen aineistoon, sekä kokonaiskuvan hahmottaminen tutkimusaineistosta
3. Aineiston sisällön erittely, samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien etsintä, kokoavien luokkien hahmottelu
4. Laajempien kokonaisuuksien hahmottelu 3-vaiheessa eriteltyjen kokoavien luokkien näkökulmasta

Etenin tutkielmani analyysiprosessissa kirjoittamalla ensin auki oman esiymmärrykseni tutkittavasta aiheesta (ks. luku 4.4). Sen jälkeen perehdyin teemahaastatteluin tuottamaani aineistoon litteroimalla haastattelutallenteet, lukemalla auki kirjoitettua aineistoa useasti läpi kohta kohdalta, sekä kuuntelemalla uudestaan nauhoitettuja aineistoja. Hahmotettuani kokonaiskuvan tutkimusaineistosta, ryhdyin etsimään aineistosta samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia, puheissa toistuvia teemoja ja aiheita. Alleviivasin tekstitiedostosta eri väreihin eri aihepiireihin liittyneet kokemukset ja puheet, ja kokosin ne sittemmin erillisille tiedostoille muodostamieni kokoavien luokkien alle. Näitä luokkia olivat muun muassa aktiivisuus arjessa, aktiivisuus matkalla, oppimiskokemus, helppous, kokemus ympäristöstä sekä oman terveyden kokeminen. Ryhmiteltyäni tutkimuskysymykseni näkökulmasta relevantit tekstiosuudet eri luokkien alle ja analysoituani ne, yhdistin niistä laajempia kokoavia luokkia, jotka niin ikään näkyvät tämän tutkielman analyysilukuina. (Ks. Brown ym., 2011; Laine, 2015; Lehtomaa, 2011; Porter & Cohen, 2013.) Vaikka aineiston käsittely oli keskeisenä työvaiheena nimenomaan tutkimusprosessin alkuvaiheissa, palasin haastatteluaineistoihin kokoajan läpi analyysiprosessin. Niin ikään läpi tutkimusprosessin, pyrin tekemään kriittistä itsetutkiskelua ja arviointia omasta tulkinnastani, fenomenologisen tutkimuksen sulkeistamisen periaatteita kunnioittaen.

4.4 Tutkijan esiymmärrys

Fenomenologisessa tutkimuksessa keskeistä on ymmärtää kokemus sellaisena kuin se tutkittaville ilmenee. Niin ikään tutkijan tehtävänä on kuvata ilmiö siten, että se säilyttää oman merkityksensä muuttumatta tutkijan sille antamaksi merkitykseksi. (Giorgi, 2012, s. 89–93; Lehtomaa, 2011, s. 163.) Tutkijan ennako-olettamusten tiedostaminen on näin ollen erityisen tärkeää fenomenologisessa tutkimuksessa, missä tutkimuksen kohteena ovat tutkittavien kokemusmaailmat sellaisenaan (Laine, 2015, s. 35–37). Tutkijan tulee pohtia ja reflektoida omaa esiymmärrystään ja luonnollista asennettaan liittyen tutkittavaan aiheeseen. Niin ikään tutkijan tulee pyrkiä tietoisesti sulkeistamaan sekä ennako-oletuksensa ja esiymmärryksensä tutkittavasta aiheesta että pidättäytymään teoreettisista tutkimusasenteista läpi tutkimusprosessin. (Giorgi, 2012, s. 89–93; Lehtomaa, 2011, s. 163.) Tämä edellyttää jokaisen tulkinnan kriittistä tarkastelua ja tutkijan omien, tulkintaan mahdollisesti vaikuttavien, lähtökohtien tunnistamista. Yhtäältä se vaatii tutkijalta jatkuvaa itsekritiikkiä ja reflektointia aina tutkimusprosessin alusta loppuun. (Laine, 2015, s. 35–37.)

Pohdin omaa ymmärrystäni ikääntyvistä matkailijoista ja heidän mahdollisista keho-kokemuksistaan jo ennen haastatteluiden tekemistä. Kirjoitin lyhyesti oman esiymmärrykseni tutkittavasta ilmiöstä (ks. Lehtomaa, 2011, s. 166), mutta pääasiassa olen pyrkinyt sulkeistamaan omia asenteitani reflektoiden ja pohtien niitä kriittisesti läpi tutkimusprosessin. Koska minulla ei ole henkilökohtaista kokemusta siitä, millaista on matkustaa yli 63-vuotiaana tai millaista on ikääntymisen ja oman kehon kokeminen tuossa iässä, perustuvat ennako-olettamukseni paitsi matkoilla ja arjessa näkemääni, myös erilaisista aihetta käsittelevistä teksteistä lukemaani.

Esiymmärrykseni mukaan ikääntyvien matkailijoiden kekokemukset ovat subjektiivisia, ja näin ollen niiden kirjo on myös varsin laaja. Käsitykseni mukaan ikääntyvät matkailijat ovat kokemuksiltaan, terveydentilaltaan, voinniltaan, mielenkiinnonkohteiltaan, ja aktiivisuudeltaan keskenään hyvin erilaisia. Kyseessä ei ole homogeeninen joukko, jonka kokemukset niin kehon kuin matkustamisenkaan osalta olisivat samanlaisia. En kuitenkaan usko, että kaikki ikääntyvien matkailijoiden kokemukset ovat toisistaan täysin poikkeavia. Oletan, että kokemuksissa voidaan nähdä jonkin verran samankaltaisuutta, ja kenties samantapaiset asiat vaikuttavat kekokemusten syntyyn ikääntyvien matkailijoiden keskuudessa.

Koska talvinen Lappi matkailukohteena voi olla sääolosuhteiltaan ja ilmastoltaan haastava, uskon sen vaikuttavan ikääntyvien matkanaikaisiin kehokokemuksiin ja niiden rakentumiseen. Tiedossani on, että esimerkiksi kylmä ilma, liukkaat kadut sekä talviset aktiviteetit (kuten moottorikelkkailu tai hiihto) on koettu joidenkin Lappiin saapuvien matkailijoiden keskuudessa haastavaksi. Ymmärrykseni mukaan talvinen matkailuympäristö näyttäytyy tilana, missä erilaiset onnettomuusriskit, kuten liukastumiset ja aktiviteeteissa loukkaantumiset, ovat todellisia. Uskon tämän niin ikään näkyvän tutkimushaastatteluissa kehollisina kokemuksina ympäristöstä ja aktiviteeteista.

4.5 Tutkimusetiikka ja tutkimuksen luotettavuus

Hyvän tieteellisen käytännön (ks. Kuula, 2013, s. 34–35) mukaisesti tutkimuseettisten näkökulmien huomioiminen on ohjannut tutkielmani tekoa alusta asti. Vaikka tutkielmani aihe ei suoranaisesti ole arkaluontoinen, tiedostin, että osa haastattelun aiheista (kuten esimerkiksi haastateltavan ikä tai terveydentila) saattoi olla henkilökohtaisia ja jossain määrin arkaluontoisiakin keskustelunaiheita haastateltaville. Tämän vuoksi katsoin tutkimuseettisten periaatteiden korostamisen tutkimusprosessin eri vaiheissa erityisen tärkeäksi. Niin ikään tiedostin oman eettisen vastuuni tutkijana, jonka vuoksi halusin noudattaa tarkasti tutkimuseettisiä ohjeistuksia läpi tutkimuksenteon eri vaiheiden.

Tutkimuseettisiä periaatteita noudattaen haastattelutilanteet perustuivat täysin haastateltavien vapaaehtoisuuteen (Kuula, 2013, s. 22–23). Haastateltavat saivat itse päättää niin osallistumisestaan tutkimukseen kuin vastaamisesta haastattelukysymyksiinkin. Haastattelutilanteiden alussa kerroin haastateltaville heidän oikeudestaan olla vastaamatta kaikkiin kysymyksiin, mikäli he niin toivoivat. Kerroin myös heidän oikeudestaan vetäytyä tutkimuksesta missä tahansa vaiheessa ilman, että siitä koituisi mitään harmia tai seuraamuksia. Informoin haastateltavia haastattelun tarkoituksesta ja tutkielman tavoitteista. Kuvasin tutkielmani tarkoituseriä sekä suullisesti että kirjallisesti. Tutkimushaastatteluun osallistuneet saivat luettavakseen tutkielman tarkoitusta kuvanneen tutkimussuostumuksen (ks. Liite 1), jonka osallistumispäätöksen tehtyään allekirjoittivat. Tutkimussuostumuksesta kävi tutkimustavoitteiden lisäksi ilmi tutkielmani ohjaajat sekä kaikki tarpeelliset yhteystiedot. Tutkimussuostumuksesta jäi yksi kappale haastateltaville itselleen, toinen minulle. (Ks. Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 19–20; Kuula, 2013, s. 22–23, 106–108, 117–118.)

Tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuuden sekä tutkittavien avoimen informoinnin ohella huomioin tutkimusaineiston käsittelyyn sekä säilytykseen liittyvät eettiset periaatteet. Tutkittavien tunnistettavuuden estäminen on yksi keskeisimmistä tutkimuseettisistä näkökulmista, jota tulee arvioida ja tarkastella tapauskohtaisesti kunkin tutkielman yhteydessä (Kuula, 2013, s. 200). Tavanomaisesti tämä tarkoittaa sitä, että tutkimusaineistosta poistetaan tai muutetaan tunnisteet, kuten nimet, eli tutkimusaineisto anonymisoidaan (Kuula, 2013, s. 200). Näin olen toiminut myös oman tutkimusaineistoni kohdalla, josta olen informoinut myös haastateltavia. Tutkittavien tunnistettavuuden estämisen lisäksi olen suhtautunut aineiston käsittelyyn ja säilytykseen tutkimuseettisten ohjeistusten mukaisella arvokkuudella. Olen purkanut tutkimusaineiston kirjalliseen muotoon tutkimusmenetelmän vaatimalla tarkkuudella ja huolellisuudella, haastateltavien lausumia vääristämättä (ks. Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 20). Yhtäältä olen käsitellyt ja säilyttänyt tutkimusaineistoa luottamuksellisesti.

Hyvän tieteellisen käytäntöön ja tutkimuseettisiin periaatteisiin katsotaan liittyvän keskeisesti tutkimuksen luotettavuus sekä tutkijan vastuu. Tutkijalta edellytetään avoimuutta ja rehellisyyttä aineiston hankinnassa, käsittelyssä ja tulokinnassa sekä tulosten raportoinnissa. (Jennings, 2010, s. 112–113; Kuula, 2013, s. 34.) Fenomenologista tutkimusta tehdessä yksi tavoite, mutta yhtäältä haasteen paikka, on haastateltavien kokemusmaailman tavoittaminen tutkittavien itseänsä tarkoittamalla tavalla. Fenomenologisessa tutkimuksessa pyrkimyksenä on paikantaa, tutkia ja kuvata tutkittavien kokemuksia ja niille annettuja merkitysmaailmoja ilman, että ne muuttuvat tulkintaprosessissa tutkijan merkitysyhteyksiksi. (Lehtomaa, s. 2011, 163.) Tämän vuoksi fenomenologisessa tutkimusmenetelmässä vaaditaan edellisessä luvussa kuvaamaani tutkijan esiymmärryksen auki kirjoittamista ja sulkeistamista, sekä teoreettisesta asenteesta pidättäytymistä (Giorgi, 2012, s. 89–93; Laine, 2015, s. 35–37; Lehtomaa, 2011, s. 163).

Edellä kuvatut näkökulmat huomioiden olen pyrkinyt tavoittamaan haastateltavien kokemusmaailmoja niin avoimesti kuin käytössäni olleiden tutkimusmenetelmien valossa on ollut mahdollista. Haastattelutilanteissa pyrin avoimuuteen välttämällä muun muassa keskustelun johdattelua. Toisaalta on muistettava, että haastattelututkimuksessa tuotettu aineisto on aina puheissa ja haastattelijan sekä haastateltavan vuorovaikutuksessa tuotettua aineistoa (ks. esim. Hirsjärvi & Hurme, 2000, s. 189; Lumme-Sandt, 2005, s. 125, Lehtomaa, 2011, s. 174–175). Tässä piilee fenomenologisen tutkimuksen haaste. Lehtomaa (2011, s. 174–175) huomauttaakin, että fenomenologisen tutkimuksen luotettavuutta arvioidessa on

keskeistä tarkastella sitä, kuinka tutkija on kyennyt tavoittamaan ilmiön sellaisena, kuin se tutkittaville ilmenee. Tämän vuoksi tutkijan tulisikin palata sulkeistamiseen läpi tutkimusprosessin. Niin ikään tutkijan tulisi arvioida kriittisesti sitä, millainen rooli hänellä itsellään on ollut haastattelutilanteessa. (Lehtomaa, 2011, s. 174–175.)

Tutkielmani luotettavuutta arvioidessa tulee huomioida myös se, että olen itse kääntänyt englanninkielistä haastatteluaineistoa suomenkielelle. Vaikka olen tehnyt käännöstyötä huolella ja tarkkuudella, voi käännöksissäni olla pieniä vivahde-eroja alkuperäisiin lausumiin nähden.

5. IKÄÄNTYVÄ MATKAILIJA KEHOLLISESTI OLEVANA

Tutkielmani päätutkimuskysymys hakee vastauksia siihen, millaisia Lapin-matkanaikaisia kehokokemuksia ikääntyvillä matkailijoilla on. On kuitenkin tärkeää huomioida myös se, millaisia ihmisiä ja matkailijoita haastateltavat ovat, ja kuinka he kokevat elämänsä, terveytensä ja kehonsa ylipäättään. Ymmärrys siitä, millaisista (kehollisista) lähtökohdista matkustaminen tapahtuu auttaa ymmärtämään paremmin myös sitä, millaisiksi, miten ja miksi (kehollisuuden) kokemukset matkan aikana rakentuvat. Matkan aikaiset kehollisuuden kokemukset voivat olla erisuuntaisia kuin arkiympäristössä tai kotona, sillä usein matkalle lähdetään rentoutumaan, hakemaan uusia kokemuksia ja irtautumaan arjen rutiineista. Yhtäältä matkan aikana voi tapahtua asioita, jotka muokkaavat matkailijan kokemusta ja käsitystä kehollisesta itsestään. Vaikka kokemus omasta kehollisesta itsestä ja maailmassa olemisen luonteesta voi olla erilainen eri konteksteissa, on matkalla ja arjessa aina jossain määrin yksi ja sama kehollinen henkilö.

Yhtäältä fenomenologisessa ajattelussa huomautetaan, että ihmistä ja hänen kokemusmaailmaansa ei voida ymmärtää irrallisena tätä ympäröivästä maailmasta. Toisin sanoen ihmisen olemassaolo ja kokemukset rakentuvat siinä maailmassa ja niistä lähtökohdista, joissa hän elää. (Ks. esim. Laine, 2015, s. 30–31.) Näin ollen aloitan tutkielmani analyysiosion tekemällä katsauksen haastateltavien kokemusmaailmaan yleisemmällä tasolla. Tässä luvussa tarkastelen haastateltavien olemassaoloa heidän jakamiensa kokemusten valossa: miten aineistossa kuvataan elämää ikääntyvänä, millaisia arjen sekä matkan aikaisia olemassaolon kokemuksia haastateltavilla on, ja miten haastateltavat puhuvat terveydestään ja kehostaan.

5.1 Kokemuksia kehosta ja iästä

Ikääntymisen fysiologisesta näkökulmasta vanheneminen nähdään kehollisena prosessina, missä keho ja sen toiminnot vähitellen rappeutuvat ja hidastuvat. Ikääntyminen näkyy ja tuntuu kehossa solutasolla. Ikääntyminen ja sen *kokeminen* on kuitenkin aina yksilöllistä. Sen lisäksi, että oman kehon, terveyden ja ikääntymisen kokemukset voivat olla eri ihmisten välillä hyvinkin erilaisia (Fairhurst, 1998; Heikkinen ym., 2013; Hunter-Jones & Blackburn, 2007), voidaan niiden kuvaaminen kokea vaikeaksi (Julkunen, 2003, s. 20–21). Kysymykseen ”*miltä* ikä tai vanheneminen ja sen mukanaan tuomat muutokset kehossa tuntuvat?” ei

välttämättä ole olemassa yksiselitteistä vastausta. Julkunen (2003, s. 21) kuvaakin, että omaa ikää, vanhenemista ja terveyttä reflektoidessa yhtenä päivänä olo voi olla mitä mainioin, kun taas toisena päivänä tilanne voi olla täysin päinvastainen. Lumme-Sandt puolestaan huomauttaa, että oman iän kokemukset vaihtelevat eri tilanteissa, toisinaan jopa yhden vuorovaikutustilanteen aikana. Esimerkiksi tutkimushaastattelu on yksi vuorovaikutuksen tilanne, jossa tuotetaan merkityksiä iästä. Näin ollen oman iän kokemukset ja niille annetut merkitykset saattavat vaihdella useitakin kertoja saman haastattelun aikana. (Lumme-Sandt, 2005, s. 125.)

Tutkimusaineistossa omaa kehoa, terveydentilaa ja kuntoa kuvailtiin pääasiassa hyväksi. Terveydentilan muutosten ja mahdollisten sairauksien kanssa oltiin opittu elämään, eikä niiden koettu rajoittavan elämää merkittävästi. Sairaudet, vaivat ja terveydentilan muutokset näkyivät haastateltavien puheissa lähinnä asioina, joihin oli lääkitys. Niin ikään iän ei koettu vaikuttavan terveydentilaan tai kuntoon kielteisesti. Kokemukset omasta ikääntyvästä kehosta, terveydestä ja kunnosta näyttäytyivät tutkimusaineistoissa positiivisina.

Kaikki haastateltavat kuvailivat itseään aktiivisiksi. Haastateltavat viettivät aktiivista elämää arjessa ja kotona, harrastaen ja tehden itselleen mieluisia asioita. Haastateltavien päivät kuuluivat muun muassa ulkoilun, liikunnan, ja puutarhanhoidon parissa. H9 kertoi kokevansa itsensä terveeksi muun muassa siksi, että elää niin aktiivista elämää: (...) *en oikeastaan koskaan ole sisällä. Tykkään kävellä, pyöräillä, pelata golfia, mitä vain, mikä pitää minut ulkona. Hoidan puutarhaa, rakastan puutarhaani.* Vuoden eläkkeellä ollut H6 kertoi kokevansa itsensä terveemmäksi ja parempikuntoiseksi kuin työssäoloaikanaan, koska hänellä on enemmän aikaa puuhastella itselleen mieluisten asioiden parissa sekä huolehtia omasta hyvinvoinnistaan. Myös itseään aktiivisiksi kuvailevat H1 ja H2 huomauttivat, ettei ikä ole hidastanut heitä fyysisellä tasolla juuri lainkaan. He kertoivat olevansa aktiivisia, liikkuvansa ja tekevänsä paljon niin kotona kuin työssäänkin. Niin ikään itsekseen kiipeilyä ja seikkailupuistoja sekä puolisonsa H8 kanssa karavaanausta harrastava 71-vuotias H7 toisti muistakin haastatteluista tuttua lausahdusta: (...) *tykkään olla aktiivinen.*

Ikääntymisen kokeminen nähtiin aineistossa myös ennen kaikkea *asennekysymyksenä*. H5 kuvaili, kuinka jotkut ikääntyvät ehdoin tahdoin haluavat olla vanhoja (...) *oi, olen niin vanha, en voi tehdä sitä.* H3 puolestaan huomautti, ettei iällä ole mitään tekemistä sen kanssa, mitä voi tehdä ja mitä ei. Hän totesi yhteen ääneen H5 kanssa, että kyse onkin ennen kaikkea omasta asenteesta ja *halusta* matkustaa, tehdä asioita ja olla aktiivinen. Omaan ikään, kuntoon

ja vointiin vetoaminen nähtiin *tekosyiden keksimisenä (H3)*, joiden varjolla olla passiivinen ja jäädä kotiin. Niin ikään H6 kutsui ikääntymistä *mielentilaksi*. H9 puhui puolestaan *positiivisen asenteen* merkityksestä ikääntymisessä. Hän totesi, että mikäli fyysinen kunto on hyvä ja jalat kantavat, positiivisen asenteen avulla pystyy mihin vain.

Omaan kehoon, ikään ja terveyteen suhtauduttiin myönteisesti, mutta myös kiitollisesti ja kunnioittavasti. Terveystilan ja iän välistä suhdetta koskevissa keskusteluissa puhuttiin muun muassa *onnekkuuudesta*. Haastateltavat kokivat olevansa onnekkaita, koska olivat terveitä ja hyväkuntoisia. H9 kertoi, ettei kuitenkaan pidä hyvää terveyttä ja kuntoa itsestään-selvyyksinä, (...) *koska tiettyyn ikään tullessaan sitä odottaa saavansa ongelmia*. Niin ikään terveestä ja hyväkuntoisesta kehostaan kiitollisuutta kokeneet H1 ja H2 kertoivat, etteivät koe *sitä puolta iästään*. ”Sillä puolella” he viittasivat ikääntymisen mukanaan tuomiin fyysisiin rajoitteisiin, vaivoihin ja aktiivisuuden tason laskuun.

Ikääntymiseen tiedettiin liittyvän biologian näkökulmasta kehollista rappeutumista, mutta omissa kehoissa sellaista ei koettu kaikissa tapauksissa tapahtuvan — ainakaan ikääntymisestä johtuen. Terveysten, kuntoon ja vointiin liittyvien kehollisten muutosten ei koettu olevan absoluuttisesti kytköksissä ikääntymiseen, vaan omaan kehoon sellaisenaan, iästä riippumatta. Pohtiessaan ikääntymisen kokemuksia H5 huomautti, että (...) *fyysisesti tietenkin tunnet [ikääntymisen], on särkyjä ja kipuja niin kuin kaikilla. Mutta henkisesti, jos on suurin piirtein järjissään, ei siinä ole eroa, sitä vain näyttää eriltä katsoessaan peiliin*.

Joissain puheissa ikääntymisen koettiin kuitenkin vaikuttaneen omaan kehoon, vaikka terveys ja kunto sinänsä koettiin hyväksi. H7 ja H8 kertoivat ikääntymisen hidastaneen heitä hieman, ja he kokivat uupuvansa aktiviteeteissa nopeampaa kuin nuorempana. Niin ikään H9 koki hidastuneensa aavistuksen, joskin hän kertoi tekevänsä edelleen samoja asioita kuin aiemminkin – ainoastaan hitaammin ja rauhallisemmin. Ikääntymiseen liitetyt kehollisuuden kokemukset näkyivätkin puheissa lähinnä kehon ja sen liikkeen *hidastumisena* sekä nopeampana *väsymisenä* aktiviteettien tai rasituksen jälkeen.

Ikääntyneeseen kehoon suhtauduttiinkin aineistossa pienellä *varovaisuudella*. Puheissa ilmeni ymmärrys siitä, että ikääntyvä keho palautuu ja toipuu hitaampaa rasituksista ja haavereista kuin nuorempi vertaisensa. H2 huomautti, että hänen kohdallaan ikä ei sinänsä vaikuta onnettomuusalttiuteen, kuten siihen, loukkaantuuko tai satuttaako itsensä. Sen sijaan ikä vaikuttaa siihen, kuinka nopeaa haavereista toipuu: (...) *fakta on, että mitä vanhemmaksi tulee, ei vain parane niin nopeaa. Saatoin reväyttää nivelsiteen parikymppisenä pelatessani*

jalkapalloa tai sellaista (...) ja se parani parissa viikossa, nyt se on pari kuukautta. Se on se ero. (H2.)

Omaa kehoa kunnioitettiin, ja siitä haluttiin pitää huolta paitsi terveellisillä ja aktiivisilla elämäntavoilla myös kuuntelemalla sen tarpeita ja tunteja. Eleyt vuodet olivat opettaneet oman kehon tuntemusta. Vaikka keho koettiin hyvinvoivana, tunnistettiin sen jaksamisen ja pystymisen rajat paremmin. Muun muassa 63-vuotias H1 kertoi muuttuneensa varovaisemmaksi oman kehonsa suhteen: (...) *tunnen, että meidän iässä on todennäköisempää loukata itsensä. Jos olisimme 40 vuotta nuorempia, emme varmaankaan murehtisi niin paljoa.*

Vaikka oma kunto ja terveys koettiin hyväksi, piili taustalla ajatus ikääntyvän kehon toimintakyvyn heikkenemisestä. Eläkkeelle jäännin jälkeiset vuodet nähtiinkin aineistossa *kultaisina vuosina* (H6), jolloin toteuttaa itseään ja elää elämäänsä. H5 kertoi tekevänsä aviomiehensä H6 kanssa niin paljon kuin mahdollista, kun vielä pystyvät. Samaa sanoi H9, joka huomautti, että niin ikääntymisen kuin elämän arvaamattomuuden vuoksi (...) *kaikki pitää tehdä silloin kun vielä voi.* H6 puolestaan totesi ikääntymisen mietityttävän. Hän kertoi pohtineensa sitä, kuinka pitkään hyvä kunto säilyy ja millainen on terveydentila muutaman vuoden kuluttua. Toisaalta elämän arvoituksellisuuden ei nähty liittyvän välttämättä ikääntymiseen:

H4: *Koskaan ei tiedä mitä tapahtuu.*

H6: *Ei niin, missään iässä.*

Aineistossa esiintyneet teemat aktiivisuudesta sekä ikääntymisen määrittelystä mielentilana toistavat Charpentierin (2004) ja Fairhurstin (1998) artikkeleista tuttua ajatusta kehon ja minuuden erottamisesta. Tutkimuskirjallisuudessa onkin pohdittu sitä, kokevatko ikääntyvät moraaliseksi velvollisuudekseen aktiivisen elämän ylläpidon (ks. Jyrkämä, 2005; Kautto, 2004). Yhtäältä tieteellisissä keskusteluissa on pohdittu sitä, pyritäänkö iättömällä minuudella vastustamaan ympäröivän kulttuurin rakentamia vanhuuskäsityksiä ja stereotyyppioita (ks. Charpentier, 2004). Vaikka haastateltavat saattoivat kokea kehoissaan fyysisiä muutoksia ikääntymiseen liittyen, nähtiin ikääntyminen ensisijaisesti ”korvien välissä olevana asiana”. Niin ikään käsillä olevan tutkimusaineiston valossa ikääntyneet näyttivät tekevän elämästään aktiivisista ennen kaikkea omasta halustaan johtuen.

Alla oleva aineistonäyte kuvaakin humoristisin mutta realistisin ottein tämän päivän ikääntymiskeskustelun muuttunutta luonnetta:

H7: (...) *Uskon, että kun tulee vanhemmaksi, pitäisi jatkaa asioiden tekemistä. Ei pitäisi vain istua kotona ja olla onneton, ja olla, odottaa kuolemista-tyyppinen juttu.*

Haastattelija: *Aivan.*

H8: *Niin, meillä oli ohjelma *Waiting for god*, se tuli ennen televisiosta.*

Haastattelija: *Niinkö?*

H7: *(naurua)*

H8: *Kyllä, *Waiting for god*. Kiitos erittäin paljon (naurua).*

Ikääntymistä ja vanhuutta ei nähdä eletyssä elämässä tai tutkimuskirjallisuudessa (ks. esim. Jyrkämä, 2005; Karisto, 2005; Karisto & Konttinen, 2004; Kautto, 2004) enää pakollisena pahana, välttämättömänä välivaiheena nuoruuden ja kuoleman välillä. Sen sijaan se nähdään aktiivisena itsensä toteuttamisen ja elämän elämisen aikana. Haastateltavien kokemukset kehostaan, iästään ja terveydestään toistavat ikääntymiskeskusteluista tuttua huomiota: ikääntyminen on yksilöllinen tapahtuma ja subjektiivinen kokemus. Yhtäältä se toisti tutkimuskirjallisuudesta tuttua käsitystä kolmannesta iästä aktiivisen toimijuuden aikana.

5.2 Vapaus koettuna (olo)tilana

Ikääntyvien matkustamista koskevassa keskustelussa on usein tuotu esiin vapauden ja riippumattomuuden näkökulmat. Ikääntyvillä on havaittu olevan hyvät ajalliset ja taloudelliset resurssit, jonka ansiosta muun muassa matkustaminen vapaa-ajanviettotapana on ollut mahdollista. (Ks. esim. Bauer, 2012, s. 60; Karisto & Konttinen, 2004.) Ikääntyvien on katsottu olevan joustavia matkustusajankohdissaan, jonka vuoksi heidät on nähty potentiaalisena kohderyhmänä täyttämään matkailusesonkien hiljaisia ajanjaksoja (Borges Tiago ym., 2016, s. 19).

Vapauden teema korostui myös tutkielmani aineistossa. Vapauden voidaan nähdä aineiston perusteella muodostuvan kahdesta ulottuvuudesta: *ajallisesta* sekä *taloudellisesta*. Ajallisessa ulottuvuudessa korostui eteenkin työelämästä eläkkeelle siirtyminen. Osa haastateltavista kertoi kokeneensa eläköitymisen jälkeisen elämän vapauttavana ja rentouttavana. Työelämä koettiin jossain määrin stressaavana ja sen nähtiin asettavan rajoitteita ja reunaehtoja vapaa-

ajanvietolle, kuten matkustamiselle. Jo eläkkeellä oleva H3 kuvasi työelämän aikaista elämää velvollisuuksien täyhteiseksi (...) *tiedäthän, minun täytyy herätä aamulla mennäkseni töihin, tehdä sitä, tehdä tätä ja tehdä tuota (...)*

Edelleen työelämässä olevat H1 ja H2 kokivat myös arjen ja työn ajoittain stressaavaksi. Matkustaminen koettiin vapauttavana, ja sen koettiin vähentävän stressiä, lisäävän henkistä hyvinvointia ja niin ikään lisäävän jaksamista työelämässä. (...) *olisin varmaankin jäänyt jo eläkkeelle, ellei minulla olisi näitä mahdollisuuksia matkustaa ja päästä pois [arjesta] (...)*

Eläkkeelle jäännin tuoman vapauden koettiin helpottavan niin matkustamista kuin asioiden ja arkiaskareiden hoitoa ylipäätään. H4 huomautti, että eläkkeelle jäätyään hän on voinut vapaasti päättää koska huolehtii kodin askareista, kuten pyykkäyksestä. (...) *jos ei huvita pyykätä maanantaina, voi pyykätä perjantaina tai ensi viikolla tai koska nyt haluttaakaan pyykätä.* Saman hän sanoo pätevän eläkkeelle jäännin jälkeiseen matkustamiseen: *jos haluan lähteä matkalle, voin lähteä matkalle (H4).* H5 totesi matkustamisen olevan eläkeläisenä huolettomampaa ja rentouttavampaa, koska työasiat ja töihin paluun velvollisuus eivät pyöri mielessä.

Eläkkeellä olon tuoman ajallisen joustavuuden koettiin tekevän matkustamisesta huolettomampaa myös silloin, jos jokin oli menevä vikaan matkan aikana. H5 ja H6 kertoivat kokeneensa stressaavana sen, kun eräs vuosien takaisen lomamatkan paluulento oli viivästynyt vuorokaudella:

H6: (...) *tietysti panikoimme töistä (...)*

H5: *Ei tarvitse [panikoida töistä eläkeläisenä], on helpompaa.*

Matkasuunnitelmien tekeminen ja matkalle lähtö koettiin eläkeläisinä helpommaksi, sillä loma-ajankohtien ja aikataulujen järjestäminen työpaikalla ei ollut enää tarpeen. Matkalle pystyttiin lähtemään sellaisina ajankohtina, jolloin se ei aiemmin ollut mahdollista. Tämä näkyi muun muassa mahdollisuutena matkustaa hiljaisempina, sesonkien ulkopuolisina, ajankohtina, jolloin matkakohteissa oli rauhallisempaa ja hinnat alhaisemmat. Niin ikään se näkyi mahdollisuutena matkustaa usein. Työelämästä irtaantuminen ja sen mukanaan tuoma vapaus koettiin tilaisuutena tehdä *omaa juttua (H6)*, olipa kyseessä sitten matkustaminen tai muu ajanviettotapa.

Vapauden taloudellinen ulottuvuus ilmeni aineistossa taloudellisena riippumattomuutena. Kohtuullisten ja hyvien eläketulojen, sekä muuttuneiden elämäntilanteiden ansiosta

matkustaminen koettiin helppona ja siihen nähtiin olevan varaa. Lapset olivat kasvaneet aikuiseksi ja lentäneet pesästä, asuntolainat oli maksettu, ja laskuja oli maksettavana vähemmän kuin ennen.

Nuorempana tilanne oli toinen. H9 kertoi, etteivät he juurikaan matkustaneet perheen kesken Iso-Britanniaa tai Ranskaa kauemmas lasten ollessa pieniä (...) *ei ollut varaa siihen*. H1 ja H2 puolestaan kertoivat, kuinka onnistuivat matkustamaan 40 vuotta sitten Euroopan halki 10 Yhdysvaltojen dollarin päiväbudjetilla. Budjettimatkailu onnistui paitsi syömällä eväsleipää ravintolaruoan sijaan myös viettämällä kaikki päivät pienessä autossa (...) *koska ei ollut tarpeeksi rahaa muuhun*. Vakaavaraisuuden koettiin tuovan vapautta ja vähentävän stressiä paitsi arjessa myös matkustamisessa. Vaikka nuoruuden budjettimatkoja muisteltiin nostalgisesti, ei niiden perään haikailtu varsinaisella kaiholla. *En tekisi sitä enää*, sanoi H1 viitaten 40 vuoden takaiseen Euroopan budjettimatkaansa. *Eikä tarvitse, se on se hyvä asia siinä (H2)*.

Vaikka H1 ja H2 olivat yhä työelämässä, luonnehtivat he matkustamista vapaammaksi ja helpommaksi kuin nuorempana. Matkustaminen koettiin myös rentouttavaksi, koska vakaan taloudellisen toimeentulon ansiosta *penniä ei täytynyt venyttää (H1)*. Mikäli rahat hupenevat matkalla, tietävät he palaavansa takaisin töihin ja ansaitsevansa lisää rahaa. Taloudellisesta riippumattomuudesta puhuttiin myös vitsailevaan sävyyn: (...) *koska et voi viedä rahojasi mukana [kuollessasi], sinun täytyy kuluttaa ne [nyt] (H6)*. H9 kertoi naurahtaen, että hänellä ja puolisoillaan on enemmän rahaa kulutettavana muun muassa siksi, että lapset ovat kasvaneet aikuiseksi eivätkä ole enää *ottamassa heidän rahojaan*. Toisaalta taloudelliseen toimeentuloon suhtauduttiin myös harkitsevaisemmin: *kun on eläkkeellä, täytyy olla hieman varovaisempi rahan kuluttamisessa (H7)*.

Fenomenologisen tarkastelukulman valossa voidaan tulkita, että aineistossa koettu vapaus on eräänlainen haastateltavien maailmassa olemisen tapa. Eläkkeellä oleminen vapauttaa henkilön työstä (riippumatta siitä, miten työelämä itsessään on koettu) ja mahdollistaa sellaisen olemisen tavan, mikä ehkä työssäoloaikana ei ollut mahdollista. Myös ikääntymisen myötä muuttuneet elämänsisällöt ja arkirutiinit sekä taloudellinen vakaavaraisuus voivat mahdollistaa uudenlaiset maailmassa olemisen tavat, jotka puolestaan voivat johtaa uudenlaisten kokemusmaailmojen syntyyn. Vapaus voidaan näin ollen nähdä eräänlaisena ajallisen ja taloudellisen riippumattomuuden tuottamana *tilana*, jossa haastateltavat kokivat

elävänä. Toisaalta vapaus voidaan nähdä myös haastateltavien kokemana *olotilana*, tunteena vapaudesta ja autonomiasta.

5.3 Älä jätä huomiseen sitä, minkä voit tehdä jo tänään – Aktiivisuus, asenne ja vapaus matkustamiseen suuntaavina

Haastateltavat kertoivat matkustavansa paljon. Aktiivisuus, asenne ja utelias luonteenlaatu kuljettivat haastateltavia matkalta toiselle, niin kotimaassa kuin ulkomaillakin.

Matkustaminen koettiin mieluisana ajanviettotapana. Haastateltavien puheissa matkailu näyttäytyi mahdollisuutena kokea ja oppia uusia asioita, nähdä maailmaa, rentoutua sekä viettää aikaa ystävien ja perheen parissa. Vaikka matkustusmotiivien, matkakohteiden valinnan ja matkojen sisältöjen koettiin olevan pääasiassa samanlaisia kuin ennenkin, luonnehdittiin matkustamista ikääntyvänä erilaiseksi kuin nuorempana.

Kuten edellisessä luvussa kuvasin, ikääntymiseen koettiin tutkimusaineistossa liittyvän taloudellisesta ja ajallisesta ulottuvuudesta muodostuvaa vapautta, jonka puolestaan koettiin helpottavan matkustamista erityisesti eläkepäivillä. Paljon matkustanut H5 kuvailee matkustamista eläkeläisenä ja ikääntyvänä *paljon helpommaksi* kuin nuorempana. Niin ikään ajallisen vapauden mukanaan tuomasta matkustamisen helppoudesta puhuu H3. *Aika on helpompi myös (...), koska ihmiset kokevat, että heidän pitää mennä koululomien aikaan kun on kalliimpaa. Me voimme mennä juuri nyt, tammikuussa, maaliskuussa, syyskuussa ja lokakuussa, kun on hieman edullisempaa ja vähemmän väkeä (H3)*. H6 sen sijaan huomautti, että tyypillisesti edullisempaan hintaan saatavat äkkilähdöt onnistuvat helpommin eläkeläisenä kuin työelämässä olevana.

Myös H1 ja H2 puhuivat matkustamisen helppoudesta ikääntyvänä. Matkustamiseen koettiin liittyvän lisääntyvää turvallisuudentunnetta, erityisesti matkustettaessa kenties turvattommiksi miellettyillä alueilla. (...) *kun menee paikkoihin, siellä ei ole koskaan turvallisuusongelmia kun on vanha ja harmaa (H1)*. Muun muassa Lähi-idässä matkustaneet H1 ja H2 vitsailivat, että koska he ovat vanhoja ja harmaita, heitä ei luulla vakoojiksi, CIA:n agenteiksi tai koeta muutenkaan uhkaksi paikallisten silmissä. Siinä missä he kokivat lisääntyntä turvallisuudentunnetta matkustaessaan ”riskialueilla”, uskoivat he paikallisten ihmisten kokevan heistä samoin: (...) *joskus se on helpompaa, tunnen itseni vapaammaksi. Erityisesti kun olemme olleet turvattomammissa paikoissa — ehkä? Kuten Jordaniassa,*

Syyriassa ja Iranissa, noissa paikoissa tavallaan tuntee, ettei näytä henkilöltä joka olisi uhka. Ihmiset ovat aina miellyttäviä kun olet vanhempi. (H1.)

Paljon matkustavien H1:n ja H2:n reflektoinnit omasta ikääntyvästä ja matkustavasta itsestään tuovat kiinnostavan lisän Germann Molzin pohdintoihin kosmopoliitista kehosta. Germann Molzin mukaan usein matkailijat eivät halua herättää huomiota, erottautua ulkoisesti paikallisesta väestöstä tai vaihtoehtoisesti muista matkailijoista, vaan päinvastoin kameleonttimaisesti sulautua ympäristöihin, joissa matkustavat (Germann Molz, 2006, s. 13). Joissain tapauksissa ”joukkoon sulautumisen” ei nähty olevan edes täysin mahdollista ulkoisten piirteiden tai vaikkapa seksuaalisen suuntautumisen vuoksi. Lisäksi ulkoisten ominaisuuksien, kuten ihonvärin tai sukupuolen nähtiin vaikuttavan joissain tapauksissa siihen, miten matkailijaa määriteltiin ja tulkittiin erilaisissa ympäristöissä. (Germann Molz, 2006, s. 13–17.) Niin ikään H1 ja H2 kokivat joillain matkoilla erottautuvansa paikallisista mutta tietyllä tapaa myös muista matkailijoista ikänsä puolesta. Heidän kokemuksissaan erottautuminen oli tapahtunut niin heidän itsensä kuin paikallistenkin eduksi, koska ”vanhaa ja harmaata” matkailijaa ei pidetty uhkana.

Matkustamisen helppous liitettiin puheissa myös elettyyn aikaan ja ajan saatossa kehittyneeseen teknologiaan. Internetin koettiin helpottavan paitsi matkanaikaista yhteydenpitoa myös matkaa edeltävää tiedonhakua sekä matkasuunnitelmien tekoa. H1 ja H2 kertoivat, että 40 vuotta sitten matkustaessaan tuskin pitivät yhteyttä kotiin, koska puhelimet olivat niin kalliita ja internetiä ei ollut: (...) *olimme poissa 3 kuukautta ja soitimme kotiin ainoastaan syntymäpäivinä (H1)*. Tänä päivänä matkanaikainen yhteydenpito perheeseen tapahtui tiheään internetin ja sosiaalisen median välityksellä. Niin ikään H9 huomautti, että matkustaminen on tänä päivänä varsin helppoa kehittyneen teknologian ja internetin ansiosta. Matkasuunnitelmien tekeminen ei vaadi enää *lehtisten selailua (H9)* vaan tieto on hiiren klikkauksen päässä.

Siinä missä ikääntyvänä matkustamista tässä ajassa kuvattiin helpoksi, kuvattiin itseä ikääntyvänä matkailijana *aktiiviseksi ja kokeilunhaluiseksi*. Sama elämänmyönteinen asenne mikä näkyi haastateltavien puheissa arjesta, näkyi myös puheissa matkustamisesta. Matkalla kokeiltiin rohkeasti uusia asioita ja aktiviteetteja. 70-vuotias H9 kertoi olevansa matkoillaan aina valmis haasteisiin ja kokeilevansa mielellään erilaisia aktiviteetteja. Matkoilla haluttiin tehdä, nähdä ja kokea niin paljon kuin mahdollista. Kotonakin aktiivista elämää viettävä H6 kertoi odottavansa lomamatkoja innolla, koska ne tarjosivat tilaisuuden olla fyysisesti entistä

aktiivisempi. Myös kotonaan touhukasta elämää elävät H1 ja H2 kertoivat olevansa aktiivisimmillaan matkustaessaan. He huomauttivat, että jo pitkä välimatka Australiasta Eurooppaan itsessään saa heidät olemaan liikkeessä matkoillaan aina aamunsarastuksesta auringonlaskuun. Yhtäältä tekemisen täyhteiset lomat korostuivat erityisesti lyhyiden lomien yhteydessä. Koska matkalle oltiin lähdetty ja siellä vietettiin vain määrätty lyhyt aika, haluttiin matkasta saada irti niin paljon kuin mahdollista.

Aktiivisuuden ja kokeilunhalun ohella itseä ikääntyvänä matkailijana luonnehdittiin *järkeväksi ja viisaaksi*. H2 kuvaili, ettei tekisi enää samanlaisia *järjettömyyksiä* kuin nuorena miehenä. Oman kehon rajat ja jaksaminen tunnistettiin: (...) *täytyy olla järkevä tekemissään asioissa, ettei loukkaa itseään (H2)*. Niin ikään kokeilunhaluinen ja itseään haastava H9 kertoi, että johonkin kohtaan oli vedettävä raja aktiviteettien kokeilun suhteen. Hän kuvasi tuon rajan menevän muun muassa luistelun ja benjihypyn kohdalla: *Saattaisin tehdä benjihypyn mielessäni ajatellen, että olisin ok, mutta saattaisin [oikeassa hypyssä] reväyttää lihaksen tai loukata itseni (H9)*. Kehollista itseä haluttiin haastaa, muttei tyhmänrohkealla tavalla. Matkoilla haluttiinkin kokeilla uusia aktiviteetteja ja asioita, mutta oman kehon sallimissa rajoissa. H4 huomautti, että olisi ajattelematonta lähteä matkalle tai osallistua aktiviteetteihin, mikäli ei kokisi mielessään ja ruumiissaan pystyvänsä niihin.

Elämäkokemus ja eletyt vuodet olivat opettaneet paitsi omasta kehosta myös maailmasta ja elämästä ylipäättään. Tuleviin ja oleviin matkakohteisiin haluttiin pääasiassa tutustua ennen matkaa, eikä matkoille haluttu lähteä kuin ”soitellen sotaan”. Muun muassa H5 kertoi tekevänsä kattavaa taustatutkimusta kohteista, joihin puolisonsa H6 kanssa matkustaa. Paljon maailmaa nähneet H1 ja H2 puolestaan kokivat tärkeänä ymmärtää sen, millaiseen maailmaan ovat matkoillaan astumassa: *Mielestäni yksi asia ikääntymisessä on se, että ymmärtää paljon enemmän maailmasta, kuinka se toimii, mitä todellisia ongelmia on, mitä vaaroja on (H2)*. Elämäkokemuksen tuoma viisaus on niin ikään yksi ikääntymiskeskusteluissa tunnistetuista ikääntymisen piirteistä. Tutkimuskirjallisuudessa on muun muassa huomautettu, että viisauden tarkastelu ikääntymiskeskusteluissa on tärkeää, koska ”sitä on pidetty eräänä harvoista ihmisen vanhenemisen myötä kehittyvistä ominaisuuksista”. (Heikkinen ym., 2013, s. 227.) Keskusteltaessa maailman ymmärtämisestä ja matkustamiseen liittyvistä turvallisuusnäkökulmista H2 huomautti, ettei turvallisuusseikkojen tiedostaminen ja korostaminen ole välttämättä suoranaisesti ikäkysymys, ellei sitten viisauksikysymys: (...) *En ajattele sen olevan ikäni funktio, ellei se sitten ole viisauden funktio. Et halua laittaa itseäsi vaaraan.*

Viisaus ja ymmärrys maailmasta sekä oman kehon jaksamisen rajoista ohjasi haastateltavien matkustamista. Matkoilla haluttiin tehdä, nähdä ja kokea paljon, mutta oman voinnin rajoissa. Toisinaan tekemisentäytteiset ja aktiiviset lomat kuitenkin verottivat matkailijan kehoa. Halu nähdä ja kokea mahdollisimman paljon tuntui haastateltavien kehossa toisinaan *väsyyksenä*. H1 huomautti, että ikääntyneenä *yleinen energiataso ei ole sama kuin nuorempana*. Aktiivinen arjen rutiineista poikkeava tekeminen, kokeminen ja liikkuminen koettiin yhtäältä hyvää oloa tuottavana mutta myös uuvuttavana. H4 kuvaili huomaavansa väsymyksen erityisesti pysähtytyään paikoilleen aktiviteettien jälkeen. Väsymys ei kuitenkaan estänyt aktiivista toimimista lomilla, vaan sen pikemminkin nähtiin kuuluvan osaksi matkustamista. H1 ja H2 kuvasivat pilke silmäkulmassa, kuinka matkoilla he patistavat itseään tekemään niin paljon kuin mahdollista (...) *niin pitkään kun on auringonvaloa, jatkamme menemistä. Koska on niin paljon asioita tehtävänä (H2)*.

Ajoittaisesta uupumuksesta huolimatta matkustamisen koettiin tuottavan tutkimus-kirjallisuudestakin (ks. esim. Hunter-Jones & Blackburn, 2007) tuttua *fyysistä ja henkistä hyvinvointia*. H1 ja H2 kertoivat kokevansa itsensä terveemmäksi matkojensa jälkeen matkan aikaisen aktiivisuuden vuoksi. Matkoilla liikuttiin ja käveltiin paljon, minkä koettiin lisäävän fyysistä hyvinvointia. Yhtäältä matkojen koettiin lisäävän henkistä hyvinvointia. Matkustaminen nähtiin mahdollisuutena rentoutua ja kokea uutta, jonka puolestaan koettiin lisäävän arjessa jaksamista. Tutkimusaineistossa esiintyneet puheet hyvinvoinnin lisääntymisestä vahvistavatkin aiempien tutkimusten havaintoja matkailun hyvinvointivaikutuksista. Muun muassa Hunter-Jones ja Blackburn (2007, s. 511–512) havaitsivat ikääntyvien matkailijoiden terveyden kokemuksia käsitelleessä tutkimuksessaan, että matkustamisen koettiin lisäävän kehollista fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Kuten käsillä olevassa tutkielmassa, myös Hunter-Jonesin ja Blackburnin (2007, s. 512) tutkimuksessa havaittiin, että ikääntyvät matkailijat haluavat olla aktiivisia ja haastaa itseään sekä kehoaan sen voinnin sallimissa rajoissa.

70-vuotias H9 huomauttikin matkustavansa nyt, koska siihen on paitsi halua, myös ajallisia, taloudellisia sekä terveydellisiä resursseja. Hän sanoi, ettei halua istua kotonaan miettimässä asioita, joita olisi pitänyt tehdä silloin, kun se oli vielä mahdollista. Sen sijaan hän haluaa istua kotonaan miettimässä niitä asioita, joita teki: (...) *älä jätä huomiseen sitä, minkä voit tehdä jo tänään (H9)*. Utelias ja myönteinen elämänasenne sekä mahdollisuus ja halu matkustaa kuljettivat haastateltavat H9 tavoin matkoille ympäri maailmaa.

6. TALVINEN LAPPI KEHOLLISESTI KOETTUNA

Edellinen luku loi pohjaa sille, millaisia kehollisia kokijoita tämän tutkielman haastateltavat ovat ja millaiseksi he kokevat matkustamisen i'issään, kehoissaan ja elämäntilanteissaan. Tiedämme nyt hieman, ja vain hieman, enemmän siitä, miten haastateltavat ovat olemassa tässä maailmassa kehollisina matkailijoina ja miten he kokevat oman kehollisen olemassa olonsa terveytensä, vointinsa sekä ikänsä näkökulmista.

Tässä luvussa suuntaan tarkastelun kehollisuuden kokemuksiin Lapin matkailuympäristössä. Talvisen Lapin tiedetään olevan kylmä, luminen ja pimeä. Ilmasto ja sääolosuhteet yhdessä lyhyiden päivien ja taivaalla toisinaan loimuavien revontulten kanssa muovaavat matkailijalle joissain tapauksissa eksoottisiksikin luonnehdittua matkailuympäristöä. Talvinen Lappi poikkeaa haastateltavien kotiympäristöistä muun muassa lämpötilan, sään ja ilmaston puolesta. Tämä näkyi myös haastateltavien puheissa niihin liittyvinä kokemuksina, joita tulen seuraavana lähemmin tarkastelemaan.

6.1 Havainnot kekokemusten rakentumisen perustana

(...) tullessamme lentokentältä, katsoimme edessä olevan auton renkaita, ja lumi tanssi tiellä. En ole koskaan nähnyt sellaista. (H2.)

Matkailija kehollisena olentona on aistiva (ks. Matteucci, 2014; Small, 2007; Veijola & Jokinen, 1994). Kokemukset rakentuvat matkailijan haistellessa, maistellessa, kuunnellessa, katsellessa ja tunnustellessa ympäröivää maailmaansa (Obrador Pons, 2003, s. 56–57). Aistit liittävät matkailijan ympäristöönsä (Veijola & Jokinen, 1994), tekevät ympäristön olevaksi matkailijalle. Matkailija tuntee auringonpoltteen ihollaan. Yhtäältä auringonpolte tulee tunnetuksi siksi, koska kehollinen olento on tuntemassa auringonpoltteen ihollaan. Ilman kehoa, aistivaa ja tuntevaa kokijaa, poltetta ei tuntuisi.

Aistihavainnot tulivat aika-ajoin puheeksi myös tutkimushaastatteluisissa, vaikka aistikokemuksista keskusteleminen ei sinänsä ollut haastatteluiden keskeisenä teemana. Yhtäältä haastateltavien puheissa esiintyivät heidän tekemänsä havainnot matkakohteesta ylipäätään. H1 ja H2 olivat vierailleet Islannissa ja Norjassa ennen saapumistaan Rovaniemelle, ja vertailivat havaintojaan Rovaniemestä tekemiinsä havaintoihin Islannista ja Norjasta. He

kuvailivat huomanneensa heti Rovaniemelle saavuttuaan, kuinka taivas ja luonnonvalon laatu olivat kirkkaampia kuin kokemuksensa mukaan Islannissa ja Norjassa. Tämä siitakin huolimatta, että kaikissa vierailuissa kohteissa oli koettu aurinkoisia ja kirkkaita päiviä. H1 ja H2 olivat myös yllättyneitä tammikuisen Rovaniemen lumen määrästä: *Mikä meille on niin erilaista, on yksinkertaisesti lumen määrä. Emme näe tällaista lunta Australiassa olenkaan. Emme ole nähneet tällaista Norjassa tai Oslossa, emme näin paljoa (H2)*. Lunta oli paljon, mutta sen nähtiin olevan laadullisesti erilaista kuin muualla nähty. Tämän luvun alussa oleva aineisto-ote kuvasi, kuinka H1 ja H2 olivat nähneet lumen tanssivan tiellä matkustaessaan lentokentältä Rovaniemen keskustaan. He kertoivat, etteivät ole nähneet edes kotimaassaan Australiassa esiintyvän, erittäin hienojakoisen hiekkapölyn tekevän vastaavaa.

Luoston -matkallaan lumen laatua ja määrää ihailnut H9 niin ikään kertoi, kuinka lumi näytti erilaiselta Lapissa kuin kotonaan Walesissa. Hän kertoi, kuinka ei voi lakata ihailemasta Luoston lumisia puita ja lumen kauneutta. Niin ikään hän kuvasi kelkkasafarilla kokemaansa taianomaista hetkeä seuraavin sanoin:

Ja kun menimme moottorikelkoilla eilen illalla, olimme todella korkealla. En tiedä minne menimme, näytti siltä että menimme tunturin yli ja kauemmas. Ja siellä oli vielä erilaisempaa, koska puut olivat lumen peitossa. Ja moottorikelkkojen valojen vuoksi se [lumi] kimalteli, se oli kerrassaan taianomaista. Ja se näytti siltä, kuin se ei koskaan putoaisi alas, vaikka se varmaankin putoaa. Mutta se sai minut haltioihinsa. Koin niin, vain katsoessani lunta, ja puhdasta lunta. Koska kotona saamme lunta, mutta se ei kestä kauaa. Se saattaa kestää päivän tai kaksi, sitten se muuttuu sohjoiseksi ja.. Mutta tämä näyttää hieman pysyvämmältä, vaikka tiedän että se ei ole. (H9.)

H9 kuvaili, kuinka tuntureiden lumi näytti *puhtaalta* ja *pysyvältä*. Moottorikelkkojen valot olivat osuneet tykkylumen kuorruttamiin puihin ja saaneet lumen kimaltelemaan. H9 oli kokenut hetkessä jotain taianomaista. H9 kokemus hetken taianomaisuudesta oli syntynyt nimenomaan edellä kuvatussa ympäristössä: tunturin laella, koskemattomassa, luonnon-tilaisessa, lumisessa ja puhtaassa ympäristössä. H9 oli näin ollen kehollisena olentona tuossa kuvailemassaan tilanteessa ja maailmassa: aistimassa ja siten kokemassa sen hetkistä ympäristöä.

Naisten lomakokemuksia tutkinut Small huomauttaa, että tavanomaisesti matkailijan kokemusmaailman tarkastelu aistihavaintojen näkökulmasta on kohdistunut lähinnä matkailijan katseeseen ja näköaistimuksiin. Tutkimuskirjallisuudessa on puhuttu muun muassa ”katseen voimasta” ja katseesta eräänlaisena matkailijaa ja tämän liikettä ohjaavana tekijänä. (Ks. Small, 2007, s. 78–79.) Vaikka matkailijan katseen ja näköaistimusten

korostamista sekä yhtäältä muiden aistien ”huomiotta jättämistä” on kritisoitu, korostuivat käsillä olevan tutkielman aineistossa erityisesti *näköhavaintojen* merkitykset kehollisuuden kokemuksen rakentajina. Haastateltavat itse painottivat keskusteluissa kokemuksiinsa liittyviä näköhavaintoja, ja kuvasivat kokemusmaailmansa rakentumista usein nimenomaan katseen näkökulmasta. H9 kuvasi lunta ja lumista maisemaa *kauniiksi*. Niin ikään maisemien kauneudesta puhuivat muun muassa H1 ja H2. Ympäristön kauneuteen liittyvät havainnot ja kokemukset näkyivät haastateltavien puheissa ennen kaikkea näköaistimuksina. Talvisessa Lapissa matkailijoiden katse puhutti myös pimeyden näkökulmasta. Vaikka kaamos oli sinänsä ohi haastattelutilanteiden aikaan, olivat päivät edelleen tavanomaista lyhyempiä. H1 ja H2 kuvasivat lyhyitä päiviä talviselle Arktiselle matkustamisen *kääntöpuoleksi*.

Näköhavaintojen ohella tutkimusaineistossa puhuttiin *tuntemisesta*. Vieraillemiensa maiden välillä vertailua tehneet H1 ja H2 kertoivat, kuinka Lappi tuntui kylmemmältä kuin Norja. Toisaalta he huomauttivat, ettei ilma Rovaniemellä tuntunut niin kylmältä, kuin mitä he olivat pelänneet. Kylmyyden tuntemisen kokemuksista puhui myös H3: *(...) Olen ollut Kanadassa ja siellä oli aavistuksen kylmempää, mutta myös hieman kuivempaa. Se oli kuivempi kylmyys, joten siellä ei välttämättä tuntenut lämpötilaa niin paljon kuin täällä, koska täällä on vähän kosteampaa. (H3.)* Haastateltavat pyrkivät ymmärtämään ja kielellistämään Lapissa kokemaansa kylmyyttä vertaamalla sitä muissa paikoissa kokemaansa kylmyyteen. Toisaalta tuntemisen kokemukset ilmenivät myös lumen kokemisena. H1 ja H2 kertoivat, kuinka liukkailla kaduilla kulkeminen oli Norjassa, kuin lasin päällä kävelyä. Rovaniemellä he eivät kokeneet ongelmaksi kävelemistä kaduilla, sillä ne olivat heidän kokemustensa mukaan lumisia eivätkä näin ollen liukkaita.

6.2 Kuvauksia havaintoihin perustuvista kekokemuksista

Talvinen Lappi näyttäytyi haastateltavien puheissa muun muassa havaintoina kylmyydestä, pimeydestä ja lumesta. Mutta millaisia kehollisen olemisen kokemuksia havaintojen hahmottamassa ympäristössä tarkemmin katsottuna koettiin ja miten matkailijat kokivat kehon havainnoimassaan ympäristössä? Kylmyys koettiin haastateltavien kehoissa eri tavoin. Kuten edellisessä alaluvussa käyty keskustelu osoitti, oli matkailijoilla tuntemuksia kylmyydestä Lapissa. Niin ikään kylmyyden tuntemuksia vertailtiin aiempiin kokemuksiin

kylmyydestä muissa paikoissa. Tätä tehtiin mahdollisesti siksi, että sillä tavoin kylmyyden kokemusta pystyttiin kuvaamaan ja merkityksellistämään kielellisesti.

Kokemukset kylmyydestä olivat erilaisia eri kehoissa. H9 kertoi pitävänsä kylmyydestä erityisen paljon ja viihtyvänsä paremmin kylmässä kuin kuumassa ympäristössä: *Olen ollut lämpimissä paikoissa, mutta olen onnellisempi kylmissä kuin kuumissa olosuhteissa, fyysisesti, en, lämpö ei sovi minulle (H9)*. Kylmä ympäristö tuli H9:lle kehollisesti olevaksi tilaksi, jossa hän koki paitsi viihtyvän, myös olevan paljon energisempi kuin lämpimässä. Alla oleva haastattelunäyte kuvaa H9:n kokemusmaailmaa kylmässä ja lämpimässä ilmastossa matkustamisesta:

Haastattelija: *Mainitsit aiemmin pitäväsi enemmän kylmästä ilmastosta?*

H9: *Minä pidän, minä pidän. Olen ollut maissa, Etelä-Afrikassa, missä olin, ja Costa Ricassa, missä olen ollut kipeä kuumuuden vuoksi. Koska minun kehoni ei vain jostain syystä pidä lämmöstä, joten.. Mutta en ole koskaan kipeä kylmässä maassa, en koskaan. En ole kipeä kipeä, mutta saan auringonpistoksia, tiedäthän. Minun täytyy olla varovainen lämmössä.*

Haastattelija: *Aivan, kyllä. Ja kylmässä jos on asianmukainen vaatetus ja niin edelleen.*

H9: *Niin, no mietin, että kylmässä voi laittaa vaatetta päälle, mutta kun on kuuma ja on jo ottanut kaiken pois päältä ja silti on kuuma, ei voi.. Voi vain istua vedessä tai, ei voi viilentää itseään, en pidä siitä. En pidä siitä.*

Kylmästä ilmasta pitänyt H9 ei kokenut viihtyvänsä lainkaan liian kuumassa ilmastossa ja koki olonsa niin ikään vaikeaksi, jopa kipeäksi, liian lämpimässä. Lapin matkakohteeksi valinnut H9 kertoikin valitsevansa aina viileän matkakohteen lämpimän sijaan, eikä näin ollen kokenut talvista Lappiakaan liian kylmäksi, päinvastoin ilmastoltaan sopivaksi (...) *rakastan kylmää, ja rakastan kylmää ilmaa*. H9 koki kylmää ilmastoaa kehollaan, niin ikään hän koki kylmän ilmaston kehossaan. Hänen kehossaan kylmän kokemukset tuntuivat miellyttäviltä, ja niiden koettiin lisäävän jaksamista ja hyvinolontunnetta. H9 kertoi kokeneensa jopa tervehtymisen tunteita Lapin kylmässä ilmastossa. Hän kertoi sairastaneensa flunssaa jo jonkin aikaa, mutta oli kokenut olonsa paremmaksi tultuaan Luostolle.

Australiasta kotoisin olevien H1:n ja H2:n suhtautuminen kylmään oli toisenlainen, ja niin olivat heidän kokemuksensakin kylmästä. He olivat perehtyneet jo ennen matkaansa siihen, kuinka kylmäksi pakkasen Lapissa saattoi kiristyä. He kokivat kylmyyden eksoottisena ja kiinnostavana, mutta jossain määrin myös pelkoa aiheuttavana asiana. He vitsailivat muun muassa siitä, kuinka tulisivat ”jäätymään” revontuliretkellä ja kuinka pakkasen kiristyessä koviin lukemiin, he eivät liikkuisi hotellihuoneestaan mihinkään. Vaikka pariskunta vitsaili pärjäämisestään kylmässä Lapissa, kokivat he sopeutuneensa Pohjoiseen kylmyyteen hyvin. He kuvailivat siitä olleen apua, että olivat matkustaneet ensin Islantiin ja Norjaan ja lopuksi vasta Suomeen. Näin ollen he olivat pystyneet totuttautumaan kylmään ilmastoon rauhassa ja

asteittain. H1 uskoi, että mikäli he olisivat matkustaneet suoraan Australiasta Suomen Lappiin, olisivat he kokeneet ilmaston *shokeeraavan kylmänä*. H1 ja H2 eivät H9:n tavoin kuitenkaan missään vaiheessa maininneet viihtyväänsä erityisen hyvin kovin kylmässä ilmastossa. Niin ikään he eivät maininneet varsinaisesti hakeutuvansa kylmiin matkakohteisiin ja olosuhteisiin. Kylmä ilmasto näyttäytyikin heidän kokemuksissaan pikemmin matkustusympäristöön liittyvänä realiteettina; tilana, jossa he matkailijoina sattuiivat olemaan, ja johon he kehollisina matkailijoina sopeutuivat.

Niin ikään H7 ja H8 puhuivat kylmyydestä. H7 kertoi pitävänsä kylmästä ilmasta, mutta kumppaninsa H8 ei niinkään. H8 naurahti, että vaikkei varsinaisesti pidäkään kylmästä ilmasta, oli laskettelemaan silti lähettävä, oli sää mikä hyvänsä. H7 puolestaan kuvaili, kuinka muutama vuosi sitten oli lasketellut Rukalla -30 asteen pakkasessa. Hän kertoi, kuinka jokaisen alas laskun jälkeen keho oli kauttaaltaan jäässä, aina silmäripsistä lähtien. H7 huomautti, ettei kylmä ilma tai sää ylipäättään estänyt häntä tuolloin menemästä laskettelemaan, (...) *eikä se estäisi minua nytkään (H7)*.

Ilmaston suhdetta ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailman rakentumiseen tarkastelivat muun muassa Hunter-Jones & Blackburn. He havaitsivat, että matkailijat kokivat matkustamisen aurinkoiseen kohteeseen lisäävän henkistä hyvinvointia. Matkailijat olivat kokeneet masentuvansa kotona, harmaassa säässä, ja näkivät edessä siintävän aurinkomatkan myönteisenä piristeenä arjen harmauteen. (Hunter & Blackburn, 2007, s. 511.)

Samoin koki Lapin pimeydestä ja ”arjen harmaudesta” puhunut H7. Hän kuvasi Hunterin ja Blackburnin artikkelissa havaitun tavoin masentuvansa kotona, mutta piristyväänsä päästessään matkalle. Hunterin ja Blackburnin havainnosta poiketen H7 koki kuitenkin piristyväänsä nimenomaan talvisessa Lapissa, missä auringonvaloa ei tammikuussa ollut paljoakaan nähtävillä. Kysyttäessä, kokivatko hän ja H8 väsyttävänä aikaisin tulevan pimeyden, vastasivat he seuraavasti:

H7: *En täällä, kotona olen masentunut. Joinakin päivinä on niin kuin tällaista, tiedäthän, joinakin päivinä kotona saattaa olla tällaista koko päivän, ei tule kunnolla valoa, ja inhoan sitä.*

H8: *Ja tummat vaatteet siihen lisäksi.*

H7: *Ja sataa koko päivän ja on kurjaa, oi kyllä, inhoan sitä. Kun tulee tänne, se on [mieltä] ylentävää.*

H8: *No, lumi maassa on vähän vaaleampaa kuin vesisade pitkin maata (...).*

Talvinen Lappi näyttäytyi paikkana, missä valon vähyyttä ei koettu ongelmana. Sen sijaan ”harmaa” kotiympäristö Irossa-Britanniassa koettiin masentavana. H7 kuvasi vihaavansa harmaata ja hämärää kotipaikkakuntaansa, mutta Lapista nautittiin, harmaudesta ja hämäryydestä huolimatta. Hunter-Jones ja Blackburn (2007, s. 511) analysoivat aiemman tutkimustiedon viitoittamalla tiellä, että auringonvalo ja lämpö näyttävät lisäävän tiettyjen kemikaalien määrää aivoissa, jotka puolestaan lisäävät onnellisuutta sekä hyvinolontunnetta. Lapin matkailuympäristössä näyttäisi siltä, että hyvinolontunteita koettiin huolimatta siitä, että oli pimeää, kylmää ja lumista. Tutkimusaineiston valossa kyse näyttäisikin olevan pikemmin henkilökohtaisista mieltymyksistä, eli siitä, millaisessa ympäristössä ihminen kokee viihtyvänsä. Niin ikään ympäristössä syntynyt hyvinolontunne näyttäisi olevan yhteydessä lähemmin matkustamiseen ja pois pääsyyn arkisesta ympäristöstä. Tästä näkökulmasta voidaan pohtia, onko arjen harmaus pikemminkin metafora ja viittaus eletyn ja koetun arjen ankeuteen, kuin varsinaisiin harmaisiin taivaisiin tai ikävänä koettuun vesisateeseen arkiympäristössä.

Talvisen Lapin pimeyden kokemista olivat pohtineet myös H1 ja H2. Pimeyttä ”arktiselle matkustamisen kääntöpuoleksi” kuvannut pariskunta koki ongelmallisena sen, että pimeys tuli niin aikaisin. Matkoillaan aamunsarastuksesta auringonlaskuun liikkeessä olevat H1 ja H2 kokivat päivän lyhyden konkreettisesti siinä, että heidän niin sanottu aktiivisen liikkeessäolon aika lyheni. Toisaalta he kertoivat nauttivansa hitaista aamuista hotellilla aamiaisen parissa: *(...) emme kiirehdi ulos, koska aurinko ei oikeastaan nouse ennen puolta kymmentä, ja, joten tämä ilmasto täällä on oikeastaan tehnyt tästä melko rentouttavaa meille (H1)*. Pimeys nähtiin näin ollen myös myönteisenä talvisen Lapin piirteenä. Pimeyden koettiin mahdollistavan kehollisen rauhoittumisen ja rentoutumisen, koska aktiviteetteihin ei ollut tarvetta kiirehtiä.

6.3 Sopeutuva keho

Matkailijan kehollisuutta matkailuympäristöön sopeutumisen näkökulmasta ovat tarkastelleet muun muassa Germann Molz (2006), Bauer (2012) sekä Cooper (2006). Matkailijan on katsottu olevan kehollinen toimija, jonka matkustaminen on niin ikään kehollista sopeutumista ja olemista. Matkailijan kehollinen sopeutuminen ja matkalle valmistautuminen ovat näkyneet tutkimuskirjallisuudessa muun muassa erilaisina hankintoina tulevaa matkaa

varten. Kosmopoliitin matkailijan kehollista liikkuvuutta tarkastellut Germann Molz (2006, s. 7) havaitsi, että matkailijat valmistautuivat matkustamiseen ja näin ollen keholliseen sopeutumiseensa muun muassa ottamalla asianmukaiset rokotteet ennen matkaa. Niin ikään hän havaitsi, että tulevaa matkaa varten tehtiin valmisteluja hankkimalla matkaympäristöön soveltuvat vaatetukset sekä matkan kannalta välttämättömät varusteet (Germann Molz, 2006, s. 7–8).

Matkalle valmistautuminen näkyi myös haastattelemieni matkailijoiden puheissa.

Haastateltavat olivat tiedostaneet Lapin olevan kylmä ja luminen matkakohde, ja näin ollen he olivat valmistautuneet tulevaa matkaa varten hankkimalla lämmintä vaatetta ja asianmukaiset kengät. Paljon matkustaneet H1 ja H2 kertoivat matkustuskokemuksen opettaneen paljon, myös oikeanlaisen varustautumisen osalta. He kertoivat osaavansa arvioida, millainen vaatetus missäkin matkakohteessa on tarpeen ja mitä matkalle olisi hyvä ottaa mukaan. Pohjois-Euroopan matkalle he olivat tuoneet mukanaan paitsi nastoilla varustetut talvikengät myös Merinovillaiset lämpökerrastot: (...) *pidimme huolen siitä, että meillä on superlämpimät vaatteet, koska tiesimme, että [Lapissa] tulisi olemaan kylmempi kuin missään, missä olimme aikaisemmin olleet (H1).*

Niin ikään Lapissa useammin vierailleet H7 ja H8 kertoivat oppineensa, millaisin varustein ja vaatetuksin talvisen Lapin olosuhteissa tulisi matkustaa. He kertoivat muun muassa kuljettavansa mukanaan reppua, josta löytyy tarpeen vaatiessa lisää lämmintä päälle pantavaa. Oikeanlaisen ja lämpimän vaatetuksen merkityksen olivat oivaltaneet muutkin haastateltavat. H5 kertoi, kuinka oli hankkinut valtavan määrän talvisia vaatteita ennen matkaansa Leville. Harmikseen hän oli matkakumppaneidensa H3, H4 ja H6 kanssa huomannut, että talvivaatteet olivat turha hankinta, sillä matkanjärjestäjä tarjosi matkan ajaksi käyttöön lämpimät haalarit.

Haastateltavat olivat talvisessa Lapissa kehollisina matkailijoina, yhtäältä he olivat talvisessa Lapissa kehollisina *sopeutujina*. Ymmärrys siitä, että talvinen Lappi on sääolosuhteidensa puolesta kylmä ja luminen, oli ohjannut matkailijoita varustautumaan matkalle asianmukaisella tavalla. Siitä huolimatta, että matkalla olivat mukana kaikki tarpeelliset pohjoiseen ilmastoon sopivat vaatteet, saattoi pukeutumisen suhteen tapahtua arviointivirheitä. H9 kertoi, että vaikka pitääkin kovasti kylmästä ilmasta, oli hän kokenut kovaa kylmyyttä moottori-kelkkasafarilla. Hän kuvaili, kuinka ei ollut tullut pukeneeksi tarpeeksi vaatetta päälle, mutta ottaneensa tästä opikseen tulevia ulkoilma-aktiviteetteja ajatellen. Oppia talvisen Lapin ympäristöön pukeutumisesta oli ottanut myös H6. Hän kertoi oppineensa, että puuvillaisia

alusvaatekerrastoja ei tulisi käyttää kylmässä ilmastossa, sillä ne imivät kosteuden ja näin ollen pitivät kylmää yllä. Opit asianmukaiseen pukeutumiseen liittyen olivat yhtäältä kehollisesti tunnistettuja havaintoja talvisesta Lapista. Ikääntyvän matkailijan kehollisuutta terveystieteellisestä näkökulmasta tarkastellut Cooper (2006, s. 221) huomauttaakin, että kylmässä ilmastossa koetut kehon terveydelliset ongelmat johtuvat tyypillisesti vääränlaisesta valmistautumisesta kylmään ympäristöön.

Tutkimusaineiston näkökulmasta on kiinnostavaa tarkastella, kuinka haastateltavat hämmästelivät paikallisten ihmisten ”kykyä” elää pohjoisessa, kylmässä, lumisessa ja pimeässä talvisessa ympäristössä. H9 ihmetteli, mitä paikalliset tekevät kaamosaikaan, kuinka he elävät elämäänsä ja mitä ylipäättään on mahdollista tehdä vuoden pimeimpänä vuodenaikana. Niin ikään haastateltavia askarrutti se, miten paikalliset toimivat pakkasen kiristyessä ennätyslukemiin. Vaikka haastateltavat olivat omien sanojensa mukaan hakemassa talvisesta Lapista elämyksiä, olivat he yhtäältä itsekkin sopeutuneet juuri hämmästelemiinsä pohjoisiin, talvisiin olosuhteisiin. He olivat varustautuneet lämpimillä vaatteilla kylmää vastaan ja pukeneet jalkaansa nastalliset kengät, jotteivät kaatuisi liukkailla teillä. Niin ikään he olivat asennoituneet kulkemaan talvisessa ympäristössä. He olivat valmistautuneet kohtaamaan talvisen Lapin kehollisina matkailijoina.

Sopeutuminen puhutti myös haastattelupäivänä vallinneen sään näkökulmasta. Haastattelupäivänä Levillä oli erittäin tuulinen ja luminen, suorastaan myrskyinen, ilma. Sää ei ollut kuitenkaan estänyt haastateltavia lähtemästä ulos tai osallistumasta aktiviteetteihin. Sen sijaan sen olisi nähty estävän ulkoilun kotimaassa Isossa-Britanniassa: *Se on se ero tämän [Lapin] ja Iso-Britannian välillä. Jos tämä ulkona oleva [sää] olisi Iso-Britanniassa, mieltisit voi hyvänen aika, en mene ulos, kun taas täällä, laitat vain ulkoilupuvut päälle ja menoksi. (H6.)*

H6 koki vallitsevaan säähän suhtautumisen erilaiseksi kotimaansa ja Suomen Lapin välillä. Sää, ilmasto ja niihin sopeutuminen nähtiin Suomen Lapissa pääasiassa asennekysymyksenä, niin paikallisten asukkaiden kuin matkailijoiden itsensä kokemana. Haastateltavat olivat tehneet valmisteluja matkalle, hankkineet sopivan vaatetuksen ja varusteet, ja näin ollen sopeutuneet kehollisina matkailijoina talviseen Lappiin. H2 huomauttikin olemassa olevan sanonnan soveltuvuudesta talviseen Lappiin: *(...) ei ole olemassa huonoa säätä, on vain vääränlaista pukeutumista.*

7. LAPISSA AKTIIVINEN KEHO

Tutkimusaineiston haastateltavat kuvasivat itseään aktiivisiksi, kokeilunhaluisiksi ja elämänmyönteisiksi ihmisiksi. He kokeilivat mielellään uusia aktiviteetteja ja asioita niin arjessa kuin matkallakin, toisinaan jopa itseään ja kehoaan haastaen. Tämä näkyi niin ikään Lapin-matkan aikana erilaisten aktiviteettien kokeilemisena. Tässä kolmannessa, ja viimeisessä, analyysiluvussa tarkastelen lähemmin millaisiin aktiviteetteihin haastatellut henkilöt osallistuivat Lapin-matkansa aikana. Poimin tutkimusaineistosta muutamia esimerkkejä, joiden valossa tarkastelen matkailijoiden kehokokemuksia lähemmin. Tutkin millaisia kehollisuuden kokemuksia näissä aktiviteeteissa koettiin, ja millaiseksi kehollisuuden kokemukset rakentuivat näiden aktiviteettien kautta.

7.1 Ikääntyvät matkailijat kehollisesti aktiivisina toimijoina

Ikääntyvien matkailua koskevassa tutkimuskirjallisuudessa on havaittu, että ikääntyvät ovat yhä seikkailun- ja kokeilunhaluisempia matkailijoita. He ovat kiinnostuneita ja halukkaita kokeilemaan erilaisia aktiviteetteja ja asioita, sekä hakemaan elämyksiä uusien erilaisten kokemusten kautta. (Borges Tiago ym., 2016; Norman ym., 2001; Patterson, 2006; Patterson & Pegg, 2009; Patterson & Pegg, 2011.) Yhä useammin aktiviteeteilta toivotaan myös fyysistä haastetta. Omaa kehoa halutaan haastaa, mutta sitä ei haluta asettaa vaaratilanteisiin. (Patterson & Pegg, 2011, s. 182.) Tutkimuskirjallisuudessa onkin esitetty, että tämän päivän ikääntyvät matkailijat eroavat suuresti aiempien aikakausien stereotyyppisestä käsityksestä, jonka mukaan ikääntyvät matkailijat ovat ”heikkoja, riippuvaisia, yksinäisiä, tai fyysisesti tai henkisesti rajoittuneita, ja jotka kaipaavat ainoastaan johdonmukaisuutta ja ennustettavuutta matkustaessaan” (Chen & Shoemaker, 2014, s. 60). Sen sijaan tämän päivän ikääntyvät matkailijat nähdään kokeilunhaluisina ja aktiivisina toimijoina, jotka kokeilevat ennakkoluulottomasti uusia asioita kehonsa sallimissa rajoissa.

Matkanaikainen aktiivisuus näkyi myös käsillä olevan tutkielman tutkimusaineistossa. *Kaikki* haastateltavat osallistuivat aktiviteetteihin Lapin-matkansa aikana. Haastateltavat kokeilivat avoimin mielin erilaisia aktiviteetteja aina lumikenkäilystä ja moottorikelkkailusta laskettelemiseen ja koiravaljakkoajeluun (ks. Taulukko 2.) Haastatteluissa korostuikin kokeilunhalu ja kiinnostus oppia ja nähdä uutta. Yhtäältä haastatteluissa korostui käytettävissä

olevan ajan rajallisuus sekä ajatus tekemisentäytteisestä lomasta (ks. 5.3 tässä tutkielmassa); kun matkalle oltiin lähdetty, haluttiin matkalla tehdä ja kokea niin paljon kuin mahdollista.

Taulukko 2. Lapin -matkan aikaiset aktiviteetit

Haastateltava	Aktiviteetti
H1, H2	lumikenkäily, revontuliretki, kulttuuri (museot)
H3, H4, H5, H6	moottorikelkkailu, koiravaljakkoajelu, vierailu porotilalla
H7, H8	laskettelu, uinti, moottorikelkkailu, koiravaljakkoajelu, pulkkamäki, porotilavierailu, pilkkiminen
H9	moottorikelkkailu, lumikenkäily, koiravaljakkoajelu, potkukelkkailu, porotilavierailu

Matkapäivät täytyivät erilaisista aktiviteeteista, joiden valintaa olivat ohjanneet pitkälti omat mieltymykset ja mielenkiinnonkohteet. Laskettelusta pitävä H7 kertoi hänen ja kumppaninsa H8 matkan pääasialliseksi tarkoitukseksi laskettelun. Jo 1990-luvulta lähtien eripuolille Suomen Lappia matkustanut H7 kertoi nauttivansa laskettelusta nimenomaan Lapissa, jossa rinteet ovat kokemansa mukaan haastavuudeltaan sopivia eikä niissä ole ruuhkaa kuten esimerkiksi Alpeilla. Hän kertoi, ettei pidä Alppien ruuhkaisista rinteistä joissa ihmisiä *viuhahtelee ohi edestä ja takaa (H7)*. Levi ja Lapin tunturilomakohteet näyttäytyivät paikkoina, joissa sai lasketella rauhallisesti omaan tahtiin, ilman häiritseviä väentungoksia. Laskettelusta puhui myös H9, joka oli puolisonsa kanssa Luostolla juhlimassa 70-vuotis-syntymäpäiväänsä. Haastatteluhetkelläkin laskettelemassa ollut H9:n puoliso oli H9 kertoman mukaan ahkera lasketteliija. Sen sijaan H9 kertoi, ettei itse pidä laskettelusta, jonka vuoksi hän ei tehnyt sitä Luostollakaan.

Uteliaisuus ja henkilökohtaiset mieltymykset suuntasivat Lappiin saapuneita matkailijoita eri aktiviteettien pariin, mutta halu tehdä ja osallistua näkyi myös haluna opetella uutta. Vuosikymmeniä laskettelua harrastaneen H7:n kumppani H8 kertoi, että halusi puolisonsa tavoin opetella laskettelemaan. Niinpä hän oli päättänyt ottaa laskettelutunteja Lapissa jo kolmena peräkkäisenä vuonna. H7 puolestaan kertoi halunneensa kokeilla murtomaahiihtoa muutamia vuosia sitten ollessaan Lapissa lomalla ja kuvaili kokemusta jokseenkin epämiellyttäväksi: *[se oli] kauheaa, vietin enemmän aikaa selälläni (...) kaaduinkin selälleni tuon tuosta, joten*

luovutin. Pitäydyn laskettelemisessa. Ajattelin, tiedäthän, että kun tulen vanhemmaksi se olisi varmaankin helpompaa, mutta ei, ei.

Oppimiskokemukset eivät liittyneet aineistossa ainoastaan haluun opetella ja kokeilla uusia aktiviteetteja. Yhtäältä tutkimusaineistossa korostui kiinnostus oppia ylipäätään elämästä Pohjois-Suomessa. Haastateltavien puheissa tämä näkyi haluna tietää enemmän muun muassa saamelaisuudesta, Lapissa esiintyvistä lintu- ja kasvillisuuslajeista, pohjoisista elinkeinoista sekä Venäjän maantieteellisesti läheisen sijainnin vaikutuksista Lappiin. Niin ikään matkailijoita kiehtoivat muun muassa koiravaljakkoajeluilla kohtaamansa huskyt. Erityisesti H5 koki kiinnostusta oppia enemmän siitä, miten koirat kokevat valjakkoajelut ja millaisia koiria huskyt ylipäätään olivat. H5 kertoikin erääksi matkansa kohokohdista informatiiviseksi osoittautuneen vierailun Levin huskytilalla: (...) *se on tietoa meille myös, haluamme tietää asioista.*

Kuten aktiivisuus, myös halu oppia on tutkimuskirjallisuudessa havaittu ikääntyvien matkailua kuvaava piirre. Ikääntyvät matkailijat antavat yhä enemmän painoarvoa sille, että oppivat uutta matkoillaan niin matkakohteesta ja sen kulttuurista kuin aktiviteeteista, joihin osallistuvat (ks. Patterson & Pegg, 2011; Small, 2007). Patterson ja Pegg kuvaavat, kuinka matkalla oppiminen voi näkyä paitsi oppimiskokemuksina eri aktiviteeteissa myös osallistumisena erilaisille kurseille. Ikääntyvät matkailijat haluavat yhä useammin laajentaa ymmärrystään erilaisista asioista ja ympäröivästä maailmasta, minkä vuoksi oppimiskokemuksia arvostetaan ja niitä yhtäältä haetaan matkalla ollessa. (Patterson & Pegg, 2011, s. 182–185.)

Pääasiassa omaa ikää tai kehoa ei nähty esteenä tai rajoitteena aktiviteetteihin osallistumiselle. Sen sijaan oma keho nähtiin toimivana välineenä ja työkaluna, jolla kokeilla uusia asioita ja aktiviteetteja sekä ylläpitää ennestään tuttuja mielenkiinnonkohteita. H5 huomautti, ettei hän edes mieti *murtuneita lonkkia ja sen sellaista* kokeillessaan erilaisia aktiviteetteja. Jos aktiviteetteihin haluttiin osallistua, niihin osallistuttiin sen kummempia epäröimättä. Kokeilunhaluinen ja erilaisille aktiviteeteille avoin H9 kertoi, että kokeilee mielellään uusia asioita. Hän ei nähnyt iällä olevan juurikaan tekemistä sen kanssa, millaisiin aktiviteetteihin matkalla voisi osallistua ja millaisiin ei. Niin ikään jo tutuksi tullut myönteinen asenne näkyi H9 puheissa. Hän kuvasi naurahtaen suhtautumistaan erilaisten aktiviteettien kokeiluun seuraavin sanoin: (...) *En usko, että ikä, sanon, että se on mielen asia, täytyy olla positiivinen ja ajatella, että voi tehdä sen. Ja sitten jos on todistettu ettei pysty tekemään sitä, ei yritä enää*

toiste (H9). Levillä laskettelua opetellut H8 ei myöskään kokenut ongelmana sitä, että opetteli laskettelemaan ”vasta” 68-vuoden iässä. Päinvastoin hän näki kehonsa mitä mainioimpana välineenä uuden harrastuksen opettelemiseen.

Haastateltavat kertoivat, ettei ikä juurikaan vaikuta siihen, millaisia aktiviteetteja matkoillaan kokeilevat. Aktiviteetteihin osallistumisen nähtiin perustuvan ensisijaisesti henkilökohtaisiin mieltymyksiin, positiiviseen asenteeseen ja haluun kokeilla uusia asioita. Toisaalta jossain puheissa ja joidenkin aktiviteettien kohdalla haastateltavat kokivat ikänsä ja ikääntyvän kehonsa esteenä tai rajoitteena aktiviteettiin osallistumiselle. Omaan kehoon suhtauduttiin yhä pienellä varovaisuudella, joka näkyi rajanvetona siihen, mitä aktiviteetteja päätettiin lähteä kokeilemaan. Tämä toistaa muun muassa Pattersonin ja Peggin (2011) merkille panemaa havaintoa siitä, kuinka ikääntyvät matkailijat haluavat haastaa itseään ja kehoaan aktiviteeteissa – oman kehonsa sallimissa rajoissa. Niin ikään se toistaa aiempaa tässä tutkielmassa tehtyä havaintoa siitä, kuinka matkailijoilla oli ymmärrys itsestään kehollisena olevana: omalla keholla haluttiin tehdä, muttei tyhmänrohkealla tavalla.

H1 ja H2 kertoivat, että vaikka ikä ei sinänsä vaikuta heidän matkustamiseen sitä rajoittavasti, vaikuttaa se jossain määrin siihen, millaisia aktiviteetteja he valitsevat matkoillaan tehdä: (...) *teemme omaa juttuamme, mutta se vaikuttaa meidän valintoihimme, aktiviteetteihin, joihin osallistumme (H1)*. He kuvailivat, etteivät välttämättä osallistuisi kaikkiin sellaisiin aktiviteetteihin, joihin uskoivat nuorempien osallistuvan. Niin ikään he kertoivat, etteivät Rovaniemen-matkallaan halunneet kokeilla esimerkiksi hiihtämistä, laskettelua tai moottori-kelkkailua. Tämä johtui siitä, että he olivat matkustaneet Rovaniemelle osallistuakseen konferenssiin, eivätkä halunneet asettaa itseään tilanteeseen, jossa saattaisivat loukata itsensä. Sen sijaan he kertoivat osallistuvansa mielellään lumikenkäilyyn, josta heillä oli jo aiempaa kokemusta.

Niin ikään aktiviteetteihin osallistumisen rajanveto näkyi H7 ja H8 puheissa. Kuten aiemmin mainittu, oli H7 kokeillut aiemmin hiihtoa ja todennut sen olevan *kamalaa*. Hän kertoi, ettei haluaisi enää hiihtää, muttei myöskään kokeilla lumilautailua: *En usko, siinä pitää olla ketterä ja hyväkuntoinen, ja.. Ehkä jos sitä on tehnyt lapsesta asti, ehkä, mutta ei, en ole, en ole. Siinä on yksi asia, johon tavallaan vedän rajan. (H7.)* H7 ja H8 huomauttivat, että lumilautailussa pitää hyppiä paljon, eikä se ole heitä varten. Yhtäältä oman kehon rajoista ja sen satuttamisen vaaroista puhui H9, joka kertoi jättäytyvänsä laskettelusta, koska ei pidä siitä. H9 kuvasi, kuinka oli aikoinaan harrastanut laskettelua, eikä koskaan juuri kokenut sitä

omaksi jutuksean. Hän totesi että tämän hetkisessä iässään lasketteluaktiiviteetin uudelleen henkiinherättäminen ei olisi viisasta, koska hänen taitonsa ovat vuosien saatossa ruostuneet niin paljon, että hän saattaisi *kaatua ja katkaista jalkansa (H9)* tai muuten loukata itsensä.

Vaikka haastateltavat kuvasivat aktiiviteetteihin osallistumista pääasiassa preferenssi- ja asennekysymyksenä, ilmeni joissain puheissa huoli oman kehon satuttamisesta aktiiviteettien lomassa. Ikää ei nähty esteenä aktiivisuudelle, mutta ikääntyvää kehoa ei myöskään haluttu altistaa vaaroille ja loukkaantumiselle. Aktiiviteetteihin osallistuttiin oman kehollisen itsen sallimissa rajoissa. Haastateltavat arvioivat omaa kehoaan ja sen pystyvyyttä aktiiviteeteissa pärjäämiseen, ja tekivät valinnat kokeilemistaan aktiiviteeteista osaltaan myös tuon arvion valossa.

7.2 Keho aktiiviteeteissa kokevana

Aktiiviteetteihin osallistuttiin laidasta laitaan ja niissä koettiin kehollisesti eri tavoin. Tutkimusaineiston valossa aktiiviteeteissa syntyneitä kehollisuuden kokemuksia kuvattiin pääasiassa myönteisessä ja joissain tapauksissa hieman humoristisessakin valossa. Vakavammilta loukkaantumisilta oli vältytty, vaikka aktiiviteetit olivat sisältäneet kummelluksia, vauhtia ja paikoin vaarallisiakin tilanteita.

Keho oli kokevana laskettelussa. Levin-matkan aikana lasketelleet H7 ja H8 olivat nauttineet rinteiden ruuhkattomuudesta ja sopivasta vaikeusasteesta. Erityisesti paljon lasketellut 71-vuotias H7 kertoi kokevansa laskettelu Levin rinteissä rentouttavana, helppona ja ennen kaikkea itselleen ja keholleen sopivana: *(...) pääsen täältä ylhäälle, gondolihissille ja rinteisiin, ja pääsen Etelärinteille ja ympäri toiselle puolelle. Se on melko helppoa, ei tarvitse ponnistella paljoa, hmm, tiedäthän, joten tavallaan – ikäisilleni ihmisille tämä on mielestäni mahtava paikka. (H7.)* Alpeillakin lasketellut H7 koki Alppien rinteet epämiellyttäväksi, sillä ympärillä vilisti paljon muita laskettelijointa. Levin rinteet sen sijaan näyttäytyivät rauhallisina laskettelupaikkoina, joihin oma kehollinen itse sopi, joissa oli tilaa, ja joista oma kehollinen itse pystyi nauttimaan omaan tahtiinsa. H7 kuvasi kokemusmaailmaansa laskettelusta seuraavalla tavalla:

Voi mennä niin hitaasti kuin haluaa, tiedäthän, ei tarvitse mennä nopeaa, vai mitä. Tämä on asia, jota en ymmärrä. Ihmiset ajattelevat, että se on kuin syöksylaskua, laskemista nopeaa. Ja sanon heille, että ei, voit mennä hitaasti ja pysähtyä katselemaan maisemia, ja sitten taas laskea vähän enemmän. Se on ihanaa. Se tekee hyvää, se tekee hyvä iholle ja mielelle. (H7.)

Laskettelu koettiin aktiviteettina, jossa sai edetä rauhalliseen ja itselle sopivaan tahtiin. Niin ikään se koettiin rentouttavana tilaisuutena nauttia eletystä hetkestä kauniiden maisemien äärellä. Toisaalta laskettelu vuosikymmeniä harrastanut H7 kertoi kokeneensa, että laskettelu ikääntyvänä oli erilaista kuin nuorempana. Hän kertoi lasketelleensa aiemmin hyvin jyrkissäkin rinteissä, mutta kun ikää oli tullut lisää, olivat jyrkät rinteet vaihtuneet loivempiin. Yhtäältä hän kertoi viettäneensä nuorempana koko päivän lasketellen, aina hissien aukeamisesta sulkeutumisaikaan. Nykyään hän kertoi väsyvänsä lasketellessa helpommin. Näin oli käynyt myös haastattelua edeltävänä päivänä: *(...) olin aikeissa lasketella takaisin [Levin keskustaan] tunturin yli (...), mutta laskin rinteiden alas ja totesin olevani väsynyt, ajattelin, että menen sittenkin takaisin bussilla. Tarkoitin, että nuorempana pystyin laskettelemaan takaisin, mutta nykyisin tunnistan koska olen väsynyt, koska silloin onnettomuudet tapahtuvat. (H7.)*

Oman kehon tuntemus ja niin ikään sen havainnointi ja kuunteleminen näyttäytyivät aktiviteettien kautta rakentuneissa kekokokemuksissa. Eletty elämä ja omassa kehossa vietetyt vuodet olivat opettaneet tunnistamaan, milloin on aika hidastaa ja milloin syytä lopettaa. Oman kehon tuntemus näkyi H7 kuvauksissa paitsi rinteiden alas laskemisessa, myös hissillä ylös nousemisessa: *(...) jopa tuoli hissistä poistuminen, se ei ole niin kuin ennen, kun pystyin tavallaan hyppäämään pois hissistä. Olen varovainen kun teen sen, etten tipahda ja loukkaa itseäni. (H7.)*

Laskettelemaan opetellut H8 puolestaan kertoi havainneensa, että lasketteleminen erilaisissa sääolosuhteissa sekä oli erilaista että tuntui erilaiselta. Lasketteleminen lauhemmissa lämpötiloissa ja lumisissa rinteissä oli koettu vaikeammaksi, kuin laskettelu lumettomissa ja jäisissä rinteissä. Tuore lumi oli tehnyt rinteistä liukkaampia ja näin ollen myös nopeampia laskea. H8 huomautti, ettei kuitenkaan ollut vielä valmis laskemaan rinteitä kovin nopeaa, jonka vuoksi hän oli myös kokenut liukkaammassa rinteessä laskettelemisen vaikeammaksi. H8 kuvasi itseään hitaaksi laskettelijaksi. Vaikka rinteet olivat jäisempinä hitaampia ja näin ollen H8:n kokemuksen mukaan helpompia laskea, oli H8 kokenut uuden haasteen haastattelupäivänä iskeneeseen lumimyräkkään liittyen: *(...) kasvoille sataa myös lunta, mikä ei auta ollenkaan, kun yrittää keskittyä laskettelemaan rinteessä (H8).*

Vaihtelevat olosuhteet olivat tehneet lasketteluopettamisesta haastavaa. H8 kehollisena lasketteluoppilaana ei opetellut ainoastaan laskettelemisesta sellaisenaan, vaan myös laskettelemisesta erilaisissa olosuhteissa. Kehonfenomenologisen tarkastelukulman valossa on

kiinnostavaa huomioida, kuinka kehollisuuden kokemukset laskettelusta rakentuvat aina erilaisiksi riippuen paitsi ympäristöstä ja sen muuttuvista olosuhteista myös tutkittavan muuttuvasta olotilasta. Niin ikään samaan aktiviteettiin, samassa paikassa ja samassa ajassa osallistuneiden H7:n ja H8:n kokemukset laskettelusta ja omasta kehollisesta itsestään olivat toisistaan poikkeavia. Tämä kuvaa konkreettisesti sitä fenomenologisen tutkimuksen keskeistä ajatusta, jonka mukaan kokijat ovat aina yksilöinä ympäröivässä maailmassa ja näin ollen kokevat ilmiöitä yksilöllisistä lähtökohdista käsin (ks. esim. Laine, 2015). H7:n kokemusmaailma kokeneen laskettelijan katsontakulmasta rakentui erilaiseksi kuin H8:n kokemusmaailma kokemattomamman laskettelijan näkökulmasta. Toisaalta H7 ja H8 ovat eri ihmisiä, erilaisia kehollisia kokijoita, jotka näin ollen kokevat ympäristöä kumpainkin omalla, subjektiivisella tavallaan.

Laskettelun ohella keho oli kokevana muun muassa moottorikelkkailussa. H9 kertoo osallistuneensa puolisonsa kanssa moottorikelkkasafarille silkasta mielenkiinnosta ja kokeilunhalusta. Kelkkailu oli kuitenkin saanut yllättävän käänteen, kun kelkka oli ajautunut pois kelkkareitiltä peräti kahteen otteeseen. Toinen ulosajoista oli tapahtunut H9:n ollessa kuljettajana. Kelkka oli paiskautunut ulos reitiltä, kaatunut ympäri ja pudottanut sekä kuskin että kyydittävän pois kelkan päältä. H9 ja miehensä selvisivät säikähdyksellä ja mustelmilla, mutta H9 kuvaa vaaranpaikan olleen todellinen: *(...) se on ainoa [Luostolla kokeiltu] aktiviteetti, jossa olisin saattanut loukkaantua vakavasti.*

Kelkkahaaverin säikäyttämä H9 kuvaa kelkkailukokemustaan seuraavasti:

Kyllä, se on ensimmäinen kerta, kun olemme tehneet sitä. Se on melko vaikeaa, hmm, siinä todella täytyy keskittyä siihen, mitä tekee. Siksi mieheni sanoi, että ajauduimme ulos reitiltä. Hän sanoi, että koska ajoin liian lujaa mutkaan, minun olisi pitänyt hiljentää. Luulen, että kuvittelin kai olevani autossa, en tiedä. Ja sitten vain, sitten vain ajauduimme ulos, puihin, kaaduimme. En, en varsinaisesti... Se oli aivan ok, mutta koin, ettei se vain ollut kovin rentouttavaa, koska siinä täytyi todella keskittyä siihen, mitä teki. (H9.)

H9 kuvailee, ettei kokenut moottorikelkkailua kovinkaan rentouttavana aktiviteettina, sillä siinä täytyi todella keskittyä siihen, mitä oli tekemässä. H9 huomautti, että vaikka kelkkasafarin alussa annettiin hyvät ohjeet ja perehdytys siitä, kuinka kelkkaa ajetaan, ei hän tosipaikan tullen enää muistanut annettuja ohjeita.

Haastattelija: *Antoivatko he hyvät ohjeet ja neuvot?*

H9: *Antoivat, antoivat. Mutta siinä on paljon vastaanotettavaa [tietoa], jos ei ole ennen ajanut kelkalla. Hän seisoo siellä sanomassa "tadtadtadtadtad" ja mietit, jääkö se kaikki*

mieleen, tiedäthän. Ja uskon, että se tapahtui minullekin. Aviomieheni sanoi, etten painanut hätäkatkaisinta. Siellä on hätäkatkaisin, jota painamalla kaikki pysähtyy, mutta olin siellä [tilanteessa] vain ”oooo” ja sitten olimme jo ajautuneet ulos. Ei siinä mieti napin painamista. Tarkoitan, että he kyllä kertovat..

Haastattelija: *He kertovat alussa, ennen kuin käynnistät..?*

H9: *Niin, ja tarkoitan, etteivät he ole siellä vieressäsi istumassa, kun nämä asiat tapahtuvat.*

H9 huomautti, etteivät kelkkasafarin alussa annetut ohjeistukset jääneet ensikertalaisella mieleen. Hän koki olonsa avuttomaksi, kun ei voinut pyytää apua kesken ajon ja yllättäen eteen tulleen vaaratilanteen. Yhtäältä hän koki haastavana kelkan ajamisen ylipäättään, ja kuvailikin sitä *kovaksi työksi (H9)*. Moottorikelkkailu näyttäytyi H9:lle jossain määrin stressaavana kokemuksena, vaikkakin hän nauroi tapahtuneelle jälkikäteen. Toisaalta kaikki H9:n moottorikelkkailuun liittyvät kokemukset eivät saaneet ikäviä piirteitä, kuten kuvaus hänen kokemastaan taianomaisesta hetkestä kelkkasafarilla osoittaa (ks. 6.1 tässä tutkielmassa).

Laskettelun ja moottorikelkkailun ohella matkailija oli kehollisena kokijana muun muassa lumikenkäilyssä. H1 ja H2 kertoivat kokeilleensa lumikenkäilyä aiemminkin, joten heillä oli jonkinlainen olemassa oleva käsitys aktiviteetin luonteesta. He kuvailivat lumikenkäilyä *hauskaksi* ajanviettotavaksi, ja niin ikään heidän kokemuksensa lumikenkäilystä Rovaniemellä oli positiivinen, joskin H1 oli kokenut pientä jalkojen väsymystä aktiviteetin aikana. Siinä missä heidän aiempi kokemus lumikenkäilystä oli tapahtunut haastavahkossa maastossa, oli Rovaniemen kävely koettu vaikeusasteeltaan helpommaksi. Samansuuntaisia kokemuksia oli myös H9:llä, joka kertoi Luostolla miehensä kanssa kokeileman lumikenkäilyn olleen miellyttävää. Niin ikään lumikenkäilyä aiemmin Sloveniassa kokeillut H9 kuvasi, kuinka Luoston reitit olivat vaikeusasteeltaan paljon helpompia kuin Slovenian, missä kävelyyn sisältyi paljon kiipeämistä.

Kehollisuuden kokemukset rakentuivat erilaisiksi edellä kuvatuissa esimerkeissä.

Aktiviteeteissa oli koettu muun muassa rentoutumisen tunteita, stressiä sekä avuttomuutta.

Keho oli ollut aktiivisena toimijana niin laskettelussa, moottorikelkkailussa kuin lumikenkäilyssäkin. Niin ikään jokaisen kokijan keho oli ollut kokemassa tilannetta ja ilmiötä omista lähtökohdistaan.

7.3 Periksiantamaton, onnistuva ja onnellinen keho

Lappiin saapunut ikääntyvä matkailija oli tutkimusaineiston valossa aktiivinen ja kokeilunhaluinen. Yhtäältä Lappiin saapuvaa ikääntyvää matkailijaa luonnehti tämän *periksi-antamattomuus*. Vaikka aktiviteeteissa koettiin haasteita ja vaikeuksia, eivät haastateltavat halunneet antaa periksi ja luovuttaa. H7 kuvaili, kuinka laskettelurinteiden tuolihissistä poistuminen ei käynyt enää yhtä ketterästi kuin nuorempana. Hän kuitenkin huomautti, ettei oman kehon ketteryyden tai liikkuvuuden hidastuminen tarkoittanut sitä, että hän luovuttaisi ja jättäisi asioita tekemättä: (...) *en totisesti antaisi periksi. (H7.)*

Periksiantamattomuus näkyi myös laskettelemaan opetelleen H8:n puheissa. Hän kuvasi laskettelu opettelemista mielenkiintoiseksi matkaksi, jossa vuoroin koettiin haasteita, vuoroin onnistumisia. Laskettelu oppimatkalalle sattui muun muassa kaatumisia, mutta sen katsottiin kuuluvan asiaan ja siihen suhtauduttiin tutuksi tulleella, positiivisella ja humoristisella asenteella:

Haastattelija: *Kaaduitko?*

H8: *Oi kyllä (naurua).*

Haastattelija: *Useasti?*

H7: *Vain kerran.*

H8: *Menin katselemaan puita (naurua).*

H7: *Hän ajautui ulos [rinteestä].*

Haastattelija: *Ja löysit itsesi keskeltä puita?*

H8: *Suoraan keskeltä puita, mutta siellä on melko paljon pehmeää lunta, joten... (naurua).*

Haastateltavien puheista välittyi elämänmakuinen ote matkustamiseen ja aktiviteetteihin. Oma ikääntyvä keho ei otettu turhan vakavasti, vaan sillä haluttiin osallistua, leikitellä ja kokeilla huvittavaltakin tuntuvia asioita. H9 kuvaili nauraen, kuinka olivat miehensä kanssa kokeilleet potkukelkkailua Luostolla. Kelkkailu alamäkeen oli tuntunut pelottavalta, mutta H9 kertoi nauraneensa miehensä kanssa huvittavaksi kokemalleen aktiviteettikokeilulle. Niin ikään H7 ja H8 olivat kokeilleet pulkkamäkeä edellisvuonna Saariselällä ja kokeneet sen yhtäältä hilpeyttä herättäneenä kokeiluna. Sekä H9 ja miehensä potkukelkkailua että H7 ja H8 pulkkamäkeä yhdisti sama ajatus aktiviteetin kokeilemisesta: sen nähtiin olevan hauskaa, eikä siinä ei koettu voivan loukata itseään pahasti.

Kaatumiset kuuluvat asiaan, ja tekeväälle sattuu. Keho koettiin työvälineenä, josta aina voi oppia jotain uutta. H8 kertoi huvittuneena kokemuksistaan 68-vuotiaana lasketteluoppilaana: *kun opettelee laskettelemaan minun iässäni, lihakset joita käyttää, jotka löytää, eivät ole olleet käytössä 50 vuoteen. Ne ovat hieman arkana aika ajoin. (H8.)* Aktiviteetit opettivat kehollisesta itsestä. Omasta kehosta löydettiin uusia lihaksia, vuosia piilossa olleita voimavaroja. Oman kehon huomattiin taipuvan asentoihin, liikkeisiin ja tekemisen tiloihin, joihin sen ei ehkä ennen tarkastelun alla ollutta matkaa tiedetty taipuvan. H9 kertoi huvittuneena, että on Luoston -matkallaan oppinut ainakin sen, että osaa ajaa moottorikelkan ulos reitiltä, saada sen kaatumaan ja vielä selvitä ehjin nahoin tuosta onnettomuudesta. Matkailijoiden kehot olivat tasapainoilleet moottorikelkkojen, suksien, potkukelkkojen ja pulkkien päällä. H9 kuvasi oppineensa, kuinka koiravaljakkoajelussa oli pitänyt hallita kelkkaa, tasapainotella ja kontrolloida sitä, jottei törmäisi edellä juokseviin koiriin. Kelkalla tasapainoileva matkailija oli matkailija kehollisena olevana.

Matkailijoiden kehollisuuden kokemuksia flamencotanssin näkökulmasta tarkastellut Matteucci niin ikään havaitsi, että tanssitunnit ja oppi tanssista näyttäytyivät tilana, jossa matkailija saattoi oppia uutta sekä kehollisesta itsestään että suhtautumisestaan kehoonsa. Tanssin opettelun katsottiin avaavan uusia näkökulmia siihen, miten omaa kehoa ymmärrettiin ja miten sitä käytettiin tanssin kontekstissa. Tanssi opetti matkailijoille tunnetiloja ja fyysisiä kokemuksia kehon taipumisista tanssin vaatimiin asentoihin. (Matteucci, 2014.)

Myös Lapin matkan aikaiset aktiviteetit näyttäytyivät tiloina, joissa matkailija pystyi oppimaan kehollisesta itsestään. Ne olivat myös tilanteita, jotka tuottivat matkailijalle hyvää oloa, virkistymistä ja onnistumisen tunteita. H9 kertoi, ettei koe aktiviteetteihin osallistumista lainkaan uuvuttavana, vaan päinvastoin virkistävänä: *(...) saatat istua sisällä ja miettiä, että uff. Mutta heti kun pääset ulos, hengität ilmaa, se on mahtavaa. Se tuntuu hyvältä. (H9.)* Onnistumisen tunteet näkyivät puolestaan H5:n puheissa voimaannuttavasta koiravaljakkoajelusta ja H4:n puheissa onnistuneesta hetkestä moottorikelkkaillen: *(...) emme ole tehneet sitä koskaan aikaisemmin, joten siinä koki, että todella onnistui (H4).* H7 ja H8 niin ikään kuvailivat olevansa iloisia ja tyytyväisiä päivän aktiviteettien jälkeen, erityisesti silloin, kun kokivat saavuttaneensa jotain sellaista mihin eivät uskoneet pystyvänsä. Vaikka aktiviteetit koettiin jossain määrin väsyttävänä, niistä suoriutumisen koettiin lisäävän tyytyväisyyttä ja onnellisuutta: *(...) on mukavaa mennä illalla hotellille ja miettiä että kyllä, onnistuin hiihtämisessä, tiedäthän (H7).* Aktiviteeteissa pärjäämisen ja niistä suoriutumisen

koettiin tuottavan hyvänolontunteita ja sitä kautta onnellisuutta (ks. myös Hunter-Jones & Blackburn, 2007). Aktiviteeteissa ei tutkimusaineiston valossa oltu koettu pettymyksen tai epäonnistumisen tunteita, kokemuksia siitä, ettei pystyisi. Sen sijaan aktiviteetit näyttäytyivät kehollisen osallistumisen ja olemisen tilana, missä itsestä oppiminen, omaa kehoa koskevan ymmärryksen laajentaminen, sekä onnistuminen olivat mahdollista tulla koetuiksi.

8. YHTEENVETO

Tässä tutkielmassa olen tarkastellut ikääntyvien matkailijoiden kokemusmaailmaa kehollisen kokemisen näkökulmasta. Keskityin tarkastelussani tutkimaan Suomen Lappiin saapuvien ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden kehollisuuden kokemuksia ikääntymis- ja kehollisuuskeskusteluiden viitekehyksessä. Olen painottanut tarkastelussani kehonfenomenologista näkökulmaa, jonka mukaan ihminen on maailmassa oleva, maailmaan suuntautunut ja maailmaa kokeva kehollinen subjekti. Kehonfenomenologisen tarkastelukulman valossa keho nähdään henkisen ja materian liittona, ja ihminen näin ollen elävänä ja kokevana kehollisena olentona. Tämän teoreettisen ja filosofisen viitekehyksen valossa olen hakenut vastauksia tutkielmani tutkimustehtävään: Millaisia Lapin-matkan aikaisia kehollisuuden kokemuksia ikääntyvillä kansainvälisillä matkailijoilla on?

Ensimmäisessä alaluvussa nivon tutkielmani tulokset yhteen ja vastaan tutkielmani päätutkimuskysymykseen. Pohdin sitä, mitä tutkielman tulokset kertovat tämän päivän ikääntyvistä matkailijoista Lappiin matkustamisen ja kehollisuuden kokemuksen valossa. Toisessa alaluvussa pohdin, millaisia käytännön merkityksiä tutkimustuloksilla on Lapin matkailun näkökulmasta. Viimeisessä luvussa arvioin tutkimusprosessin onnistumista ja esitän tutkimusprosessin aikana heränneitä ehdotuksia jatkotutkimusaiheiksi.

8.1 Lappiin matkustavat ikääntyvät matkailijat kehollisina kokijoina

Tämän tutkielman valossa Lappiin saapuvat ikääntyvät matkailijat näyttäytyvät aktiivisina ja elämänmyönteisinä ihmisinä. He kokevat itsensä pääasiassa terveiksi ja hyvinvoiviksi, ja heidän suhtautumisensa omaan ikääntyvään kehoonsa näkyy myönteisenä suhtautumisena omaan itseensä. Vaikka ikääntymisen mukanaan tuomat keholliset muutokset näkyivät haastateltavien puheissa muun muassa kokemuksina kehon hidastumisesta ja väsymisestä, ei niiden koettu estävän tai rajoittavan aktiivista elämää ja toimimista, kuten matkustamista. Ikääntyminen näkyikin tutkimusaineistossa ennen kaikkea asennekysymyksenä. Terveestä ja hyvinvoivasta kehosta oltiin kiitollisia, mutta ikääntymisen nähtiin olevan myös ”korvien välissä oleva asia”: oman kehon katsottiin pystyvän juuri siihen, mihin sen itse haluttiin pystyvän.

Tutkimushaastateltavat matkustivat paljon. Aktiivisuus, asenne sekä halu nähdä ja kokea, kuljettivat haastateltavia matkoille ympäri maailmaa. Ikääntyvien matkallelähden edellytykset näkyvät tutkielmassa muun muassa ajallisina ja taloudellisina resursseina. Analyysissä nuo resurssit määrittyivät ajallisen ja taloudellisen ulottuvuuden muodostamaksi, koetuksi vapauden (olo)tilaksi. Ikääntyvänä matkustamista luonnehdittiin aineistossa ennen kaikkea helpoksi, itseä ikääntyvänä matkailijana sen sijaan kuvattiin kokeilunhaluiseksi, aktiiviseksi, järkeväksi sekä viisaaksi. Eletyt vuodet ja niiden tuoma elämäkokemus olivat opettaneet haastateltaville paitsi maailmasta, myös omasta kehosta ja sen jaksamisen rajoista.

Tutkielma toisti tutkimuskirjallisuudesta tuttua huomiota ikääntymisestä subjektiivisena kokemuksena (ks. esim. Heikkinen ym., 2013). Haastateltavien kokemukset omasta ikääntyvistä itsestään olivat samansuuntaisuudestaan huolimatta aina yksilöllisiä. Niin ikään kokemusten yksilöllisyys näkyi subjektiivisina kehollisuuden kokemuksina Lapin-matkan aikana. Matkanaikaiset kehollisuuden kokemukset rakentuivat tässä tutkimuksessa kahdessa eri ulottuvuudessa: talvisen Lapin ympäristössä sekä talvisen Lapin aktiviteeteissa.

Talvinen Lappi oli kehollisuuden kokemusten syntypaikkana kylmä, pimeä ja luminen. Tämä niin ikään näkyi tutkimusaineistossa niissä ja niistä tehtyinä kehollisina (aisti)havaintoina. Kylmyyteen liittyvät kehollisuuden kokemukset näyttäytyvät tutkimuksessa muun muassa kokemuksina kylmyyden pelottavuudesta, kylmyyden miellyttävyydestä, sekä kylmyyteen sopeutumisesta. Kehon koettiin jaksavan paremmin kylmässä kuin lämpimässä ilmastossa. Toisaalta huolta aiheutti se, miten keho kestäisi koettua kylmyyttä. Niin ikään keho-kokemukset rakentuivat pimeyden havainnoista. Talvisten päivien lyhyden oli koettu lyhentävän myös kehollisesti aktiivista aikaa. Toisaalta tämän koettiin tarjoavan mahdollisuuden rauhallisesti ottamiseen ja kehon rentoutumiseen. Talvinen hämäryys näyttäytyi niin ikään mielialaa kohentavana kehon kokemuksena. Arjen harmaus ja hämäryys koettiin kotona masentavina, mutta Lapissa päinvastoin piristävinä. Paikkansa oli myös lumella, joka niin ikään valaisi haastateltavien kokemuksia talvisen hämärästä Lapista, tehden siitä kokemuksissa jopa taianomaisen. Yhtäältä lumi oli kylmyyden ohella elementti, jonka kohtaamiseen oli valmistauduttu varustautumalla asianmukaisin vaateuksin. Talvinen Lappi ei näyttäydykään tutkimuksessa ainoastaan kehollisen havainnoinnin paikkana, vaan myös kehollisen sopeutumisen ympäristönä.

Haastattelijoiden aktiivisuus ja kokeilunhalu näkyivät niin ikään erilaisiin aktiviteetteihin osallistumisena Lapissa. Haastateltavat heittäytyivät kehollaan ja kehossaan avoimin mielin

erilaisten aktiviteettien vietäväksi. Toisaalta ymmärrys ja tieto oman kehon pystymisen ja jaksamisen rajoista asetti rajan siihen, mitä aktiviteetteja matkan aikana haluttiin kokeilla. Kehot olivat tulleet aktiviteeteissa koetuksi muun muassa rentoutuvina, pelokkaina ja leikkikkäinä. Aktiviteetit olivat sisältäneet niin kehollisia rauhoittumisen hetkiä kuin huolestumisia oman kehon mahdollisesta satuttamisesta. Aktiviteeteissa rakentuneet kekokemukset olivat niin ikään kokemuksia oppimisesta. Oppikokemukset olivat niin oppeja ympäristöstä kuin omasta kehostakin. Tutkimuksessa opit omasta kehosta näkyivät muun muassa oman kehon rajojen ja kykyjen testaamisena. Tämä ilmeni tutkimuksessa muun muassa kehon periksiantamattomuutena, onnistumisena sekä kokemuksina itsensä ylittämistä.

Käsillä oleva pro gradu -tutkielma kertoo Lappiin saapuvan ikääntyvän matkailijan olevan kehollisesti oleva ja kokeva, Lappiin matkansa aikana suuntautunut, kehollinen olento. Matkailijat kokivat ympäristöä ja aktiviteetteja yhtäaikaisesti kehollaan ja kehossaan. Nuo kehollisuuden kokemukset tulivat olevaksi kylmyyden tuntevassa kehossa, kylmyydestä nauttivassa kehossa ja kylmyydeltä suojautuvassa kehossa. Niin ikään ne tulivat olevaksi särkyinä jaloissa, pakkasen puremina kasvoilla, kaatumisina aktiviteeteissa, sekä uusina löydettyinä lihaksina. Kehonfenomenologisesti ymmärrettynä ihminen on elävä ja kokeva keho (Heinämaa, 2000; Oinas, 1998; Parviainen, 1994; Parviainen, 1998). Tästä näkökulmasta Lappiin saapuva ikääntyvä kansainvälinen matkailija on matkalla elävä, eli kokeva, keho. Yhtäältä hän on tuolla matkalla kokemassa ja elämässä kehoaan. Näin ollen hän on samanaikaisesti sekä matkalla – eletty keho, että matkalla eletty – keho.

8.2 Tutkimustulosten merkitykset Lapin matkailun näkökulmasta

Mikä merkitys tutkimustuloksilla on sitten Lapin matkailun ja sen kehittämisen näkökulmasta? Ensinnäkin tutkimus antaa kuvauksen siitä, millaisia Lappiin saapuvat ikääntyvät matkailijat ovat. Tämän tutkielman valossa Lappiin saapuvat ikääntyvät matkailijat ovat aktiivisia toimijoita, jotka haluavat osallistua erilaisiin aktiviteetteihin matkansa aikana. Niin ikään tutkimus kertoo, että Lappiin saapuvat ikääntyvät matkailijat itsensä terveeksi ja hyvinvoivaksi kokevia, paljon matkustaneita ja maailmaa nähneitä matkailijoita, jotka ovat kiinnostuneita tutustumaan Lappiin niin itsenäisesti kuin osana ohjattua ryhmääkin.

Toiseksi, tutkielma on paljastanut niitä kehollisen kokemuksen tilanteita ja tiloja, joita ikääntyvät matkailijat itse ovat korostaneet puheissaan Lapista. Tällaisia ovat esimerkiksi kokemukset kylmyydestä ja pimeästä sekä sopeutuminen talviseen Lapin ympäristöön. Kylmyys ja pimeä näyttäytyivät haastateltavien puheissa paitsi eksoottisina, myös miellyttävänä talvisen Lapin piirteinä. Tietoa voidaan hyödyntää esimerkiksi uusien (ja jo olemassa olevien) matkailupalveluiden ja -tuotteiden suunnitteluun sekä matkailun markkinointiin.

Kolmanneksi tutkielmassa tarkasteltiin, millaisiin aktiviteetteihin ikääntyvät matkailijat kehollisesti aktiivisina kokijoina suuntaavat ja miten he kokevat kokeilemansa aktiviteetit. Tutkielma paljasti erilaisista aktiviteeteista, kuten laskettelusta, moottorikelkkailusta, koiravaljakkoajelusta sekä lumikenkäilystä, sellaista tietoa, jonka valossa matkailupalveluita voidaan kehittää edelleen. Muun muassa analyysiosiossa esitetty kuvaus moottorikelkkasafarille osallistuneen haastateltavan vaaratilanteesta antaa ajattelemisen aihetta sille, tulisiko kelkkasafareiden ohjeistus- ja opastustapoja kehittää niin, että ne vastaisivat paremmin matkailijan tarpeisiin.

8.3 Tutkimuksen arviointia ja jatkotutkimusehdotuksia

Tutkielmani edustaa fenomenologista ja niin ikään laadullista tutkimussuuntausta. Näin ollen tutkielman tarkoituksena ei ole ollut tehdä määrällisiä havaintoja tai yleistyksiä tutkittavasta ilmiöstä, vaan pikemminkin luoda siitä kuvauksia yksilöiden kokemusten näkökulmasta. (Alasuutari, 1999; Eskola & Suoranta, 1998; Laine, 2015; Porter & Cohen, 2013.) Arvioni mukaan, olen onnistunut kuvaamaan Lappiin saapuneiden ikääntyvien matkailijoiden kehollisuuden kokemuksia kehonfenomenologisen tarkastelukulman viitekehyksessä. Niin ikään arvioin, että olen onnistunut vastaamaan tutkielmani alussa asettamiini tutkimuskysymyksiin ja tieteellisiin tavoitteisiin käsissäni olleen tutkimusaineiston valossa.

Lapin kehollinen kokeminen ikääntyvien kansainvälisten matkailijoiden näkökulmasta on varsin laaja ja käsitteellisesti laava tutkimusaihe, joka niin ikään kirkastui minulle tutkimusprosessin aikana. Koska tutkimusaihe on niin laaja, monimerkityksellinen, sekä useita näkökulmia ja teoreettisia keskusteluja sisältävä, koin aiheen kokonaisvaltaisen ja pikkutarkan haltuunoton haastavaksi pro gradu -tutkielman laajuudessa työssä. Tutkielmani

tarkoituksena olikin tehdä kuvauksia ikääntyvien matkailijoiden kehollisuuden kokemuksista, ja tuohon tehtävään katson tutkielmani vastanneen tarkoituksenmukaisella tavalla.

Tutkimusprosessin aikana heräsi lähes loputon määrä jatkotutkimusideoita. Ensinnäkin tutkielman kohderyhmäksi valikoituivat kansainväliset ikääntyvät matkailijat, jotka tässä tapauksessa olivat kotoisin Australiasta ja Isosta-Britanniasta. Vastaavanlaisen tutkimuksen tekeminen suomalaisten ikääntyvien matkailijoiden lähtökohdista voisi tuoda erilaista näkökulmaa paitsi ikääntymis- ja kehollisuuskeskusteluihin myös Lapin matkailua koskevaan tutkimukseen. Kehokokemuksia käsittelevän tutkimuksen tekeminen erilaisen kulttuuritaustan omaavien ikääntyvien näkökulmasta voisi niin ikään tuoda toisenlaista näkökantaa ikääntymis- ja kehollisuuskeskusteluihin. Millaisia ovat vaikkapa kiinalaisten, japanilaisten tai brasilialaisten ikääntyvien matkailijoiden kehollisuuden kokemukset Lapin matkailun kontekstissa? Toiseksi kehollisen kokemusmaailman tutkimuksessa olisi mahdollisuuksia ja tarvettakin perehtyä kekokokemusten tarkasteluun lähemmin eri aktiviteettien, tilojen, aikojen ja paikkojen näkökulmasta. Millaiseksi kekokokemukset muodostuvat vaikkapa moottorikelkkailussa, murtomaahiihdossa tai koiravaljakkoajelulla? Entäpä millaisia kehollisuuden kokemuksia ikääntyvällä matkailijalla on erilaisissa majoituspaikoissa, kuten lumihotellissa tai lasi-iglussa, tai miten esimerkiksi erilaiset kulkuneuvot, julkiset tilat tai sauna tulevat kehollisesti koetuiksi? Kolmanneksi tämä tutkielma keskittyi tarkastelemaan ikääntyvien matkailijoiden kehollisuuden kokemuksia talvisessa Lapissa kolmen eri kohteen näkökulmasta. Tarkastelun voisi niin ikään siirtää toiseen vuodenaikaan tai sitoa yhteen tiettyyn matkakohteeseen, kuten vaikkapa Rovaniemelle tai Ylläkselle. Kaupunki- ja tunturilomakohde voivat vetää puoleensa erityyppisiä matkailijoita, jolloin myös heidän kekokokemuksensa voivat olla keskenään hyvin erilaisia. Matkustavatko aktiivisimmat ikääntyvät kohteisiin, joissa välttämättä ole selkeää rakennettua kaupunkiympäristöä ja esimerkiksi kulttuurikohteita?

Katson ikääntyvien matkailijoiden kekokokemusten tarkastelun tärkeäksi ja kiinnostavaksi tutkimusaiheeksi, jota koskevaa tutkimustietoa tulisi lisätä. Tämän päivän ikääntyvät poikkeavat kaksi- tai viisikymmentä vuotta sitten eläneistä ikääntyvistä. Ennustusten valossa voidaan olettaa, että taas kahden- tai viidenkymmenen vuoden kuluttua elävät ikääntyvät poikkeavat tämän päivän vertaisistaan. Näin ollen on tärkeää ja tarpeellista taltioida kuvauksia siitä, millaisia ovat aikamme ikääntyvät ja millaisia kehollisuuden kokemuksia heillä on matkustamiseen liittyen tässä ajassa. Ikääntyvien kekokokemusten tarkastelu matkailun valossa ei avaa ikääntymisilmiötä ainoastaan matkailun tai kokemuksentutkimuksen

näkökulmista, vaan myös laajemmin. Näin ollen tutkimusaihe ei ole kiinnostavaa pelkästään matkailututkimuksen, vaan myös yleisemmin yhteiskunta-, sosiaali- ja terveystieteiden näkökulmasta. Tämä tutkielma pyrki osaltaan täyttämään tutkimuskirjallisuudessa havaittua aukkoa ikääntymisen, kehollisuuden kokemuksen sekä matkustamisen yhdistävästä tutkimuksesta. Lisää tieteellistä keskustelua aiheesta tarvitaan vielä.

Kiitokset

Lopuksi haluan kiittää lämpimästi kaikkia niitä henkilöitä, jotka ovat mahdollistaneet ja edesauttaneet tutkielmani valmistumisen. Ensimmäiseksi haluan kiittää haastattelemiani henkilöitä, joita ilman tämän tutkielman tekeminen ei olisi ollut mahdollista. Erityiskiitos haastateltaville siitä, että he ennakkoluulottomasti suostuivat spontaanisti esittämäni haastattelupyyntöön, jakoivat hetken matka-ajastaan ja raottivat minulle avoimesti kokemuksiaan ikääntymiseen, kehoon ja matkustamiseen liittyen.

Niin ikään haluan kiittää ohjaajiani José-Carlos García-Rosellia ja Sanna Kyyrää, joita ilman tämä tutkielma ei olisi nyt tässä. Kiitokset hyvistä kommentteista, rakentavasta kritiikistä, inspiroivista ohjauspalaverikeskusteluista, joustavuudesta, sekä loputtomasta kannustuksesta tutkimusprosessini aikana. Arvostan paitsi teidän asiantuntevia kommentteja työhöni liittyen, myös sitä, että luotitte ja uskoitte minuun läpi tutkimusprosessin.

Haluan kiittää myös tutkielmaseminaarissa työtäni ja tutkimusideoitani kommentoineita Soile Veijolaa, Monika Lüthjea sekä Markku Vierua. Kiitos myös Heli Ilolalle työni teknisten- ja ulkoasuseikkojen kommentoinnista. Lämpimät kiitokset kuuluvat myös seminaari- ja opiskelukavereilleni. Kiitos hyvistä kommentteista, keskusteluista, kannustuksesta ja vertaistuesta, jotka olivat arvostettuja ja ensiarvoisen tärkeitä läpi tutkimusprosessin. Lopuksi haluan kiittää lähipiiriäni, perhettäni ja ystäviäni, joiden kannustuspuheet olivat niin ikään ehtymätön voimavara tämän tutkimusprosessin loppuun saattamisessa.

LÄHTEET

- Alasuutari, P. (1999). *Laadullinen tutkimus*. Tampere: Vastapaino.
- Alén, E., Domínguez, T. & Losada, N. (2012). New opportunities for the tourism market: Senior tourism and accessible tourism. Teoksessa M. Kasimoglu (toim.), *Visions for global tourism industry - Creating and sustaining competitive strategies* (s. 139–166). Rijeka: InTech.
- Bauer, I. (2012). Australian senior adventure travelers to Peru: Maximising older tourists' travel health experience. *Travel Medicine and Infectious Disease*, 10(2), 59–68.
DOI:10.1016/j.tmaid.2012.03.002
- Borges Tiago, M. T. P. M., Couto, J. P. A., Borges Tiago, F. G. & Dias Faria, S. M. C. (2016). Baby boomers turning grey: European profiles. *Tourism Management*, 54, 13–22.
DOI:http://dx.doi.org/10.1016/j.tourman.2015.10.017
- Brown, s. D., Cromby, J., Harper, D. J., Johnson, K. & Reavey, P. (2011). Researching “experience”: Embodiment, methodology, process. *Theory & Psychology*, 21(4), 493–515.
DOI: 10.1177/0959354310377543
- Charpentier, S. (2004). Vanheneminen, postmoderni lähestymistapa ja erot. Teoksessa E. Jokinen, M. Kaskisaari & M. Husso (toim.), *Ruumis töihin! Käsite ja käytäntö* (s. 77–96). Tampere: Vastapaino.
- Chen, S. C. & Shoemaker, S. (2014). Age and cohort effects: The American senior market. *Annals of Tourism Research*, 48, 58–75.
DOI:http://dx.doi.org/10.1016/j.annals.2014.05.007
- Chronis, A. (2015). Moving bodies and the staging of the tourist experience. *Annals of Tourism Research*, 55, 124–140. DOI: http://dx.doi.org/10.1016/j.annals.2015.09.008
- Cooper, M. C. (2006). The elderly travellers. *Travel Medicine and Infectious Disease*, 4(3–4), 218–222. DOI:10.1016/j.tmaid.2005.06.004
- Darcy, S. & Buhalis, D. (2011). Introduction: From disabled tourists to accessible tourism. Teoksessa D. Buhalis & S. Darcy (toim.), *Accessible tourism. Concepts and issues* (s. 1–20). Bristol: Channel View.
- Eichhorn, V. & Buhalis, D. (2011). Accessibility: A key objective for the tourism industry. Teoksessa D. Buhalis & S. Darcy (toim.), *Accessible tourism. Concepts and issues* (s. 46–61). Bristol: Channel View.
- Edelheim, J. (2007). Hidden messages: A polysemic reading of tourist brochures. *Journal of Vacation Marketing*, 13(1), 5–17. DOI:10.1177/1356766706071202

- Edensor, T. (2001). Walking in the British countryside: Reflexivity, Embodied practices and ways to escape. Teoksessa P. Macnaghten & J. Urry (toim.), *Bodies of nature* (s. 81–103). London: Sage.
- Erola, J., Wilska, T-A. & Ruonavaara, H. (2004). Johdanto. Teoksessa J. Erola & T-A. Wilska (toim.), *Yhteiskunnan moottori vai kivireki? Suuret ikäluokat ja 1960-lukulaisuus* (s. 13–28). Jyväskylä: Minerva kustannus. SoPhi 92.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- European Commission & Economic Policy Committee (2014). The 2015 Ageing Report. Underlying Assumptions and Projection Methodologies. Haettu 24.10.2016 osoitteesta http://ec.europa.eu/economy_finance/publications/european_economy/2014/pdf/ee8_en.pdf
- Fairhurst, E. (1998). “Growing old gracefully” as opposed to mutton dressed as lamb: The social construction of recognizing older women. Teoksessa S. Nettleton & J. Watson (toim.), *The body in everyday life* (s. 258–275). London: Routledge.
- Fleischer, A. & Pizam, A. (2002). Tourism constraints among Israeli seniors. *Annals of Tourism Research*, 29(1), 106–123. PII: S0160-7383(01)00026-3
- Germann Molz, J. (2006). Cosmopolitan bodies: Fit to travel and traveling to fit. *Body and Society*, 12(3), 1–21. DOI:10.1177/1357034X06067153
- Giorgi, A. (2012). *The descriptive phenomenological method in psychology. A modified Husserlian approach* (4. painos). Pittsburgh: Duquesne University Press.
- Harper, S. & Leeson, G. (2008). Introducing the Journal of Population Ageing. *Population Ageing*, 1(1), 1–5. DOI: 10.1007/s12062-009-9012-6
- Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.). (2013) *Gerontologia* (3. painos). Helsinki: Duodecim.
- Heinämaa, S. (1996). *Ele, tyylä ja sukupuoli. Merleau-Pontyn ja Beauvoirin ruumiinfenomenologia ja sen merkitys sukupuolikysymykselle*. Helsinki: Gaudeamus.
- Heinämaa, S. (2000). *Ihmetys ja rakkaus: esseitä ruumiin ja sukupuolen fenomenologiasta*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Nemo.
- Helén, I. (2000). Ruumiillistunut sosiologia. Teoksessa I. Kangas, S. Karvonen & A. Lillrank (toim.), *Terveys sosiologian suuntauksia* (s. 154–175). Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2000). *Teemahaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hotanen, J. (2010). Merleau-Ponty ja ruumiillinen subjekti. Teoksessa T. Miettinen, S. Pulkkinen & J. Taipale (toim.), *Fenomenologian ydinkysymyksiä* (s. 134–148). Helsinki: Gaudeamus.

- Hung, K. & Lu, J. (2016). Active living in later life: An overview of aging studies in hospitality and tourism journals. *International Journal of Hospitality Management*, 53, 133–144. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijhm.2015.10.008>
- Hunter-Jones, P. & Blackburn, A. (2007). Understanding the relationship between holiday taking and self-assessed health: an exploratory study of senior tourism. *International Journal of Consumer Studies*, 31, 509–516. DOI:10.1111/j.1470-6431.2007.00607.x
- Ingold, T. & Kurttila, T. (2001). Perceiving the environment in Finnish Lapland. Teoksessa P. Macnaghten & J. Urry (toim.), *Bodies of nature* (s. 183–196). London: Sage.
- Jang, S. & Ham, S. (2009). A double-hurdle analysis of travel expenditure: Baby boomer seniors versus older seniors. *Tourism Management*, 30(3), 372–380. DOI:10.1016/j.tourman.2008.08.005
- Jennings, G. (2010). *Tourism research* (2. painos). Milton: John Wiley and Sons Australia.
- Jokinen, E. (1997). Vihjeet. Teoksessa E. Jokinen (toim.), *Ruumiin siteet* (s. 7–18). Tampere: Vastapaino.
- Jokinen, E., Kaskisaari, M. & Husso, M. (2004). Ruumiin taju. Rakenteet, kokemukset, subjekti. Teoksessa E. Jokinen, M. Kaskisaari & M. Husso (toim.), *Ruumis töihin! Käsité ja käytäntö* (s. 7–13). Tampere: Vastapaino.
- Jordan, F. (2007). Life's a beach and then we diet: Discourses of tourism and the “beach body” in UK women's lifestyle magazines. Teoksessa A. Pritchard, N. Morgan, I. Ateljevic, & C. Harris, (toim.), *Tourism and gender: Embodiment, sensuality and experience* (s. 92–106). Oxfordshire: CABI.
- Julkunen, R. (2003). *Kuusikymmentä ja työssä*. Jyväskylä: Kopijyvä Kustannus.
- Julkunen, R. (2004). Sosiaalipolitiikan ruumis. Teoksessa E. Jokinen, M. Kaskisaari & M. Husso (toim.), *Ruumis töihin! Käsité ja käytäntö* (s.17–40). Tampere: Vastapaino.
- Jyrkämä, J. (2005). Syntynyt 1947, kuollut...? Suuret ikäluokat ja elämäntulevaisuus. Teoksessa A. Karisto (toim.), *Suuret ikäluokat* (s. 347–363). Tampere: Vastapaino.
- Karisto, A. (2005). Suuret ikäluokat kuvastimessa. Teoksessa A. Karisto (toim.), *Suuret ikäluokat* (s. 17–58). Tampere: Vastapaino.
- Karisto, A. & Konttinen, R. (2004). *Kotiruokaa, kotikatua, kaukomatkailua. Tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä*. Helsinki: Palmenia.
- Kautto, M. (2004). Ikääntyneet resurssina, ikääntyminen mahdollisuutena. Teoksessa Valtioneuvoston Kanslia, *Ikääntyminen voimavarana, Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5* (s. 7–23). Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.

- Koskinen, S. (2004). Ikääntyneiden voimavarat. Teoksessa Valtioneuvoston Kanslia, *Ikääntyminen voimavarana, Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5* (s. 24–90). Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia.
- Kuula, A. (2013). *Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys* (3. painos). Tampere: Vastapaino.
- Laine, T. (2015). Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa R. Valli & J. Aaltola (toim.), *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin* (s. 29–51). Jyväskylä: PS-kustannus.
- Lapin liitto (2015). Lapin matkailustrategia 2015–2018. Haettu 11.3.2017 osoitteesta http://www.lappi.fi/lapinliitto/c/document_library/get_file?folderId=1252845&name=DLE-24497.pdf
- Lehtomaa, M. (2011). Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: Haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa J. Perttula & T. Lomaa (toim.), *Kokemuksen tutkimus: merkitys – tulkinta – ymmärtäminen* (s. 163–194) (4. painos). Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.
- Loman, P. (2012). "Mitä minä kotona tekisin? Ikävystyisin": seniorimatkoilijoiden toimijuuden koordinaatit ET-lehden matka-artikkeleissa. Pro gradu -tutkielma. Lapin yliopisto, Yhteiskuntatieteiden tiedekunta, Matkailututkimus.
- Losada, N., Alén, E., Domínguez, T. & Nicolau, J. L. (2016). Travel frequency of seniors tourists. *Tourism Management*, 53, 88–95. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tourman.2015.09.013>
- Lumme-Sandt, K. (2005). Vanhan ihmisen kohtaaminen haastattelutilanteessa. Teoksessa J. Ruusuvaara & L. Tiittula (toim.), *Haastattelu: tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus* (s. 125–144). Tampere: Vastapaino.
- Macnaghten, P. & Urry, J. (2001). Bodies in the woods. Teoksessa P. Macnaghten & J. Urry (toim.), *Bodies of nature* (s. 166–182). London: Sage.
- Matteucci, X. (2014). Forms of body usage in tourists' experiences of flamenco. *Annals of Tourism Research*, 46, 29–43. DOI:<http://dx.doi.org/10.1016/j.annals.2014.02.005>
- Miettinen, T., Pulkkinen, S. & Taipale, J. (2010). Johdanto. Teoksessa T. Miettinen, S. Pulkkinen & J. Taipale (toim.), *Fenomenologian ydinkysymyksiä* (s. 9–22). Helsinki: Gaudeamus.
- Nettleton, S. & Watson, J. (1998). Body in everyday life: An introduction. Teoksessa S. Nettleton & J. Watson (toim.), *The body in everyday life* (s. 1–23). London: Routledge.
- Nielsen, K. (2014). Approaches to seniors' tourist behaviour. *Tourism review*, 69(2), 111 – 121. DOI:<http://dx.doi.org/10.1108/TR-05-2013-0021>

- Norman, W. C., Daniels, M. J., McGuire F. & Norman, C. A. (2001). Whither the mature market: An empirical examination of the travel motivations of neo-mature and veteran-mature markets. *Journal of Hospitality & Leisure Marketing*, 8(3/4), 113–130. DOI: http://dx.doi.org/10.1300/J150v08n03_08
- Nylander, S. (2006). Ikääntyvien suomalaisten vapaa-ajan kokemukset kotimaanlomilla: ET-lehden matkailuartikkelit tarkastelussa. Pro gradu -tutkielma. Joensuun yliopisto, Maantieteenlaitos, Vapaa-ajan ja virkistyspalvelujen maisteriohjelma.
- Obrador Pons, P. (2003). Being-on-holiday: Tourist dwelling, bodies and place. *Tourist Studies*, 3(1), 47–66. DOI: 10.1177/1468797603040530
- Oinas, E. (1998). Ruumiillisuuden sosiologiaa. Teoksessa K. Koskinen (toim.), *Sosiologisia karttalehtiä* (s. 181–190). Tampere: Vastapaino.
- Parviainen, J. (1994). *Tanssi ihmisen eksistensissä. Filosofinen tutkielma tanssista*. Filosofisia tutkimuksia Tampereen yliopistosta. Tampereen yliopisto.
- Parviainen, J. (1998). *Bodies moving and moved. A phenomenological analysis of the dancing subject and the cognitive and ethical values of dance art*. Akateeminen väitöskirja. Tampere: Tampere University Press.
- Parviainen, J., Kinnunen, T. & Kortelainen, I. (toim.). (2016). *Ruumiillisuus ja työelämä: Työruumis jälkiteollisessa taloudessa*. Tampere: Vastapaino.
- Patterson, I. (2006). *Growing older. Tourism and leisure behaviour of older adults*. Oxfordshire: CABI.
- Patterson, I. & Pegg, S. (2009). Marketing the leisure experience to baby boomers and older tourists. *Journal of Hospitality Marketing & Management*, 18(2–3), 254–272. DOI: 10.1080/19368620802594136
- Patterson, I. & Pegg, S. (2011). Ageing travelers: Seeking an experience – not just a destination. Teoksessa D. Buhalis & S. Darcy (toim.), *Accessible tourism. Concepts and issues* (s. 174–190). Bristol: Channel View.
- Porter, E. J. & Cohen, M. Z. (2013). Phenomenology. Teoksessa A. A. Trainor & E. Graue (toim.), *Reviewing qualitative research in the social sciences* (s. 180–196). London: Routledge.
- Pritchard, A., Morgan, N., Ateljevic, I., & Harris, C. (2007). *Tourism and gender: Embodiment, sensuality and experience*. Oxfordshire: CABI.
- Small, J. (2007). The emergence of the body in the holiday accounts of women and girls. Teoksessa A. Pritchard, N. Morgan, I. Ateljevic, & C. Harris, (toim.), *Tourism and gender: Embodiment, sensuality and experience* (s. 73–91). Oxfordshire: CABI.

- Small, J. & Darcy, S. (2011). Understanding tourist experience through embodiment: The contribution of critical tourism and disability studies. Teoksessa D. Buhalis & S. Darcy (toim.), *Accessible tourism. Concepts and issues* (s. 73–97). Bristol: Channel View.
- Suomen virallinen tilasto, (2016). Syntyneet 2015. Helsinki: Tilastokeskus. Haettu 15.2.2017 osoitteesta http://www.stat.fi/til/synt/2015/synt_2015_2016-04-14_tie_001_fi.html
- Swain, M. B. (2004). (Dis)embodied experience and power dynamics in tourism research. Teoksessa J. Phillimore & L. Goodson (toim.), *Qualitative research in tourism. Ontologies, epistemologies and methodologies* (s. 102–118). Abingdon: Routledge.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2013). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* (11., uudistettu laitos). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- UN, United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2015a). World Population Ageing 2015, (ST/ESA/SER.A/390). New York: United Nations.
- UN, United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2015b). World Population Prospects: The 2015 Revision, Key Findings and Advance Tables. Working Paper No. ESA/P/WP.241. New York: United Nations.
- Urry, J. & Larsen, J. (2011). *The tourist gaze 3.0*. London: Sage.
- Valtonen, A. & Veijola, S. (2011). Sleep in tourism. *Annals of Tourism Research*, 38(1), 175–192. DOI:10.1016/j.annals.2010.07.016
- Veijola, S. & Jokinen, E. (1994). The body in tourism. *Theory, Culture and Society*, 11(3), 125-151. DOI: <https://doi.org/10.1177/026327694011003006>
- Veijola, S. & Valtonen, A. (2007). The body in tourism industry. Teoksessa A. Pritchard, N. Morgan, I. Ateljevic, & C. Harris, (toim.), *Tourism and gender: Embodiment, sensuality and experience* (s. 13–31). Oxfordshire: CABI.
- Visit Finland. Annual trend. Haettu 13.3.2017 osoitteesta <http://www.visitfinland.com/travel-trade/graph/vuositason-kehitystrendi/>
- Wang, Y. (2011). Ageing travel market and accessibility requirements. Teoksessa D. Buhalis & S. Darcy (toim.), *Accessible tourism. Concepts and issues* (s. 191–200). Bristol: Channel View.
- WHO, World Health Organization, (2002). Active Ageing: A Policy Framework.

LIITE 1: TUTKIMUSSUOSTUMUS

LETTER OF CONSENT

Dear Prospective Participant,

My name is Petra Lemmetty. I am a Tourism Research Master Student at the Multidimensional Tourism Institute (MTI), University of Lapland (Rovaniemi, Finland) under the supervision of Senior Lecturer PhD José-Carlos García-Rosell and Doctoral Researcher M.Sc. Sanna Kyyrä.

We kindly ask you to take part in an interview, which is part of my master thesis “Phenomenological study on ageing travelers’ experiences of embodiment in Lapland”. The purpose of the study is to investigate what kind of experiences of embodiment ageing travelers have and how is the ageing body experienced when traveling in Lapland. The result of the study will be published as part of my master thesis and other academic publications (peer-reviewed articles and book-chapters).

By signing this letter, you give consent to the MTI, University of Lapland to use the interview material confidentially, anonymously and exclusively for research purposes. The research follows the principles for responsible conduct of research dictated by the Finnish Advisory Board on Research. Your participation is completely voluntary. You can withdraw your permission after signing this document, there will be no penalty.

Further information regarding the study and the use of the interview material can be obtained from my supervisors José-Carlos García-Rosell (jgarcia@ulapland.fi, Tel. +358 40 484 4190) and Sanna Kyyrä (sanna.kyyra@ulapland.fi, Tel. +358 40 484 4492)

Sincerely,

Petra Lemmetty
Master Student, Tourism Research
plemmett@ulapland.fi

I give consent to use the interview as data for the purpose mentioned above.

Signature

Date

Print Name

LIITE 2: TEEMAHAASTATTELURUNKO

INTRODUCING THE INTERVIEWER AND THE RESEARCH

- The purpose and the course of the interview
- Letter of consent
- Confidentiality of the interview

INTERVIEWEES' BACKGROUND INFORMATION

- Name (to be anonymized)
- Country and city of origin
- Age
- Occupation (working, retired, student etc.)

TRAVELING

- What kind of a trip You are on at the moment in Rovaniemi/Lapland (how, where, for how long, with who, is it your first time)?
- Could You please describe your present/current travel habits (where, how, when, how often, with who, what type of traveling)?
 - How do you find traveling as an ageing traveler?
 - If You have previous traveling experience do you think traveling nowadays differs from traveling before/in a younger age? Would You please describe how? What kind of changes have You experienced and how they have affected You and Your travelling experiences?

BODY-RELATIONSHIP

- Do you find that Your age or Your overall health has an effect on Your body and its ability to function? Could you please describe how?
 - How is this reflected in your travelling?
 - Do You have any conditions, allergies, physical challenges, accessibility requirements etc. that have an impact or effect on Your travelling? What kind of effects and how do You find/experience them when traveling?

BODY THAT TRAVELS

- How do You find traveling in Rovaniemi/Lapland? How is it like (easy/effortless, difficult/challenging etc.)?
- What kind of physical experiences have You had during your stay in Rovaniemi/Lapland?

- Positive/negative?
 - Challenges/successes?
 - Something unexpected?
- Do You feel Your body is suitable or fit for traveling? Why, why not?
- Do You feel Your body is suitable or fit for traveling in this visit in Rovaniemi/Lapland? Why, why not?
- Has traveling changed the way You perceive Your body? Could You please describe how?
- Has Your trip to Rovaniemi/Lapland changed the way You perceive and view your body? Could You please describe how?

CLOSURE

General discussion on the topic.

- Is there anything You would like to ask/add?
- Do You have feedback regarding the interview?

THANK YOU!