

Ympäristövastuullisen elämäntavan taustatekijät

Syyt ja merkitykset omakohtaisissa kertomuksissa

Pro gradu –tutkielma

Kirsikka Hynönen

Kasvatustieteiden tiedekunta

Luonto- ja kestävyyskasvatus

Lapin yliopisto

kevät 2024

Lapin yliopisto

Tiedekunta: Kasvatustieteellinen tiedekunta

Työn nimi: Ympäristövastuullisen elämäntavan taustatekijät. Syyt ja merkitykset omakohtaisissa kertomuksissa.

Tekijä: Kirsikka Hynönen

Koulutusohjelma/oppiaine: Luonto- ja kestävyyskasvatus

Työn laji: Pro gradu -tutkielma/Maisteritutkielma

Sivumäärä: 88, liitteiden lukumäärä: 2

Vuosi: kevät 2024

Tiivistelmä:

Tutkielma käsittelee ympäristövastuullisen elämäntavan syitä ja merkityksiä yhteiskunnallisesti aktiivisten toimijoiden kertomina. Pyrin selvittämään, minkälaiset tekijät ekologisuuteen pyrkivien vastaajien elämässä ovat vaikuttaneet heidän kykyynsä ja haluunsa tehdä kestäviä elämänvalintoja. Aihe on ajankohtainen, sillä ekologisten haasteiden pahenemisesta huolimatta luonnonvarojen kulutus lisääntyy jatkuvasti. Aihetta tutkimalla voidaan saada näkökulmia siihen, millaiset yksilöön vaikuttavat seikat edistävät yhteiskunnan kestävyttä. Yksilöiden ajatuksia ja kokemuksia tutkimalla päästään käsiksi elämisen arkeen ja sosiokulttuurisiin realiteetteihin.

Aineistona on käytetty teemakertomuksia, jotka on kerätty tutkielmaa varten sähköisen lomakkeen avulla. Tutkimukseen haettiin osallistujia, jotka pyrkivät arkielämässään ekologiseen kestävyteen kokonaisvaltaisesti. Kertomuspyynnössä kehoitettiin tarkastelemaan ympäristövastuulliseen ajatteluun ja käytökseen johdattaneita tekijöitä, kokemuksia ja ajatuksia koko elämänpolun varrelta. Aineiston 12 kertomusta analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin avulla.

Tutkielman tulosten mukaan ympäristövastuullisten toimintamallien kehittymistä tuki jo lapsuudessa opitut perheen vähäkuluttavat käytännöt, omaksutut arvot sekä kokemukset luonnon parissa. Nuoruudessa ja aikuisuudessa painottui tiedon saanti ja sen aiheuttamat voimakaat havahtumiskokemukset, sekä sosiaaliset ryhmät. Tunteiden käsittely nousi merkittäväksi seikaksi tiedonkäsittelyn kannalta, näyttäytyen tärkeänä tekijänä tiedon reflektiivisen omaksumisen ja käyttäytymisen muuttamisen välillä. Ympäristövastuullisuus hahmottui yhteiskunnallisten suhteiden ja asemien kautta kietoutuen sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen, ja ympäristövastuulliseen elämäntapaan pyrkiminen näyttäytyi sekä luonnon että kaiken inhimillisen suojeluna. Vastaajat näkivät yhteiskunnallisen vaikuttamisen kaikista tärkeimpänä keinona kestävyysmurrokselle, ja henkilökohtaisen elämäntavan merkittävänä osana suurempaa muutosvoimaista joukkoa. Omaa elämäntapaa pidettiin hyvänä ja täytenä tapana elää sekä esimerkkinä ja vastapainona paljon kuluttavalle normaalille.

Avainsanat: ekologinen kestävyys, elämäntavat, vaikuttaminen, laadullinen sisällönanalyysi

Tutkielma ei sisällä muita kuin tekijän omia henkilötietoja

Sisällys

1. Johdanto.....	5
2. Kestävä elämäntapa	7
2.1 Arjen kestävyys.....	9
2.2 Kulutuksen vähentäminen.....	11
2.3 Kulutuskäytännöt identiteettinä.....	14
2.4 Syyt käytöksen taustalla	15
2.5 Affektit ja tunteet.....	18
2.6 Yksilön vastuu.....	21
2.7 Maailmansuhde vahvimpana vipukohtana.....	22
3. Tutkielman toteutus.....	27
3.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys.....	27
3.2 Kertomusten tutkiminen	28
3.3 Aineistonkeruu	31
3.4 Laadullinen sisällönanalyysi.....	33
3.5 Luotettavuus ja tutkimusetiikka	35
3.6 Tutkijan rooli.....	38
3.7 Tutkimusjoukon kuvaus.....	39
4. Tulokset.....	42
4.1 Kestävän elämäntavan syyt	42
Kasvuympäristö.....	42
Tarpeellisuuden toteaminen tiedon perusteella.....	45
Syvällisiin muutoksiin tunteiden kautta	49
Sosiaaliset ryhmät.....	53
Identiteetti ja henkilökohtaiset ominaisuudet.....	56
Esteet	58
4.2 Kestävän elämäntavan saamat merkitykset	60
Vastarinta ja vaikuttaminen	60
Hyvä elämä ja muut henkilökohtaiset hyödyt.....	63
Ainoa eettisesti hyväksyttävä vaihtoehto	65
5. Johtopäätökset.....	67

6. Pohdinta	70
6.1 Yksilön vai yhteiskunnan valinnat	72
6.2 Identiteetti ja maailmansuhde	73
6.3 Tunteiden käsittelyn rooli.....	74
6.4 Niukkuuden ja hyväosaisuuden ristiriita.....	75
6.5 Tulosten soveltaminen kestävyyskasvatuksen suunnitteluun	75
6.6 Tutkielman rajoitteet ja jatkotutkimusehdotukset.....	77
Lähteet	79
Liitteet	87
Liite 1. Kertomuspyyntö	87
Liite 2. Vastauslomake.....	88

1. Johdanto

Ylikulutus on länsimaiden suuri, rakenteellinen ongelma, ja yhteydessä kaikkiin ympäristökriiseihin. Vaikka asiat ovat yleisesti tiedossa ja suurin osa ihmisistä suhtautuu positiivisesti ympäristön suojeluun, ei arkielämän todellinen ekologisuus ole lisääntynyt, päinvastoin: vaikka tieto ilmastonmuutoksesta, ihmisen vaikutuksista siihen ja ekologisista katastrofeista on kasvanut, niin ovat myös kasvihuonepäästöt ja luonnonvarojen kulutus myös Suomessa (Salonen ym. 2018). Erilaiset yhteiskunnalliset toimijat ja yksilöt pyrkivät vastaamaan kestävyysnäkökulman tarpeeseen omalla toiminnallaan, sopeuttamalla elämäntapansa vähemmän kuluttavaksi tai muilla keinoilla edistämään yhteiskunnallista siirtymää kestävämpiin rakenteisiin. Tutkimusni olen kiinnostunut siitä, miksi ja miten osa ihmisistä päätyy ympäristövastuulliseen käytökseen elämässään. Tutkimuksen lähtöoletuksena on, että ympäristömyönteinen asenne muovautuu kasvun ja henkilökohtaisten kokemusten vaikutuksesta. Ympäristövastuullista käytöstä selittävän tiedon avulla voidaan etsiä konkreettisia keinoja siihen, miten tällaista normien, arvojen ja rutiinien muutosta voidaan edistää huomioiden tottumukset, mukavuuden tarve ja arkielämän sujuvuus. Kestävyysmurroksen kannalta yksilötason arkea, aikomuksia ja maailmankuvaa on perusteltua tarkastella, sillä ne edustavat kestävyysnäkökulman voimakkainta muutosvoimaista vipukohtaa (Fischer & Riechers 2019).

Ympäristömyönteistä käytöstä ja elämänpolkuja ekologiseen aktivismiin on tutkittu runsaasti useilla eri tieteenaloilla ja eri näkökulmista. Yksiselitteistä kaavaa käytökselle ei ole esitetty, mutta siihen on liitetty aikaisemmissa tutkimuksissa muun muassa vastuuntunne, toiminnan helppous eli ulkoiset kannustimet, sosiokulttuuriset syyt, tärkeät elämäntapahtumat ja luontosuhde (Siivonen ym. 2022, 213; Piroshka Otte 2021; Chawla 2010). Ekologinen elämäntapa on tutkimuksissa osoittautunut monitahoisemmaksi ja kokonaisvaltaisemmaksi kuin yksittäiset ekoteot, joita käytetään ekologisen elämäntavan esimerkkeinä mediassa ja politiikassa (Ovaskainen 2019, Garnelo-Gomez ym. 2022).

Esittelen seuraavassa teorialuvussa aikaisempaa tutkimustietoa ympäristömyönteiseen käytökseen liittyen kulutustottumusten, käyttäytymisteorioiden ja sosiokulttuuristen seikkojen näkökulmasta.

Tutkielman aineistona on käytetty tutkielmaa varten kirjallisesti kerättyjä teemaomaelämänkerrallisia kertomuksia, jotka on analysoitu laadullisen sisällönanalyysin keinoin. Kertomuspyyntöön vastanneet ovat aikuisia, jotka kokevat ekologisen ajattelun ja siihen pohjautuvat elämänvalinnat tärkeiksi oman arkensa toteuttamisessa. Tutkielmassa tarkastellaan ympäristövastuullisen elämäntavan syitä ja merkityksiä ympäristövastuullisten toimijoiden omakohteisissa kertomuksissa. Tulosluvussa lähestyn tutkimuskysymystä kahden alakysymyksen avulla. Ensin esittelen, mikä on johtanut vastaajien ympäristövastuulliseen käytökseen, minkä jälkeen kuvaan, millaisia merkityksiä ekologinen elämäntapa saa vastaajien elämässä.

Tutkielma kuuluu kestävyyskasvatuksen alaan. Kestävyyskasvatuksen kysymyksiä on kestävä kehityksen tavoitteiden takaaminen, edistäminen ja elinkelpoisen planeetan säilyttäminen tuleville sukupolville kasvatuksen keinoin. Kestävyyskasvatus on pyrkinyt muun muassa vahvistamaan luontosuhteita, tutkinut eettisen kuluttamisen ja ympäristömyönteisen asennoitumisen rakentumista sekä kriittisen, systeemisen ajattelun syntyä. Tutkielma tutkii yhteiskunnallisesti aktiivisten aikuisten ekologisten arjen valintojen takana olevia kokemuksia, ajatuksia ja tunteita. (Soini ym. 2022.)

Tämä tutkielma pyrkii aiheellaan ja vaikutuksillaan arvostamaan yhteiskuntaa, ympäristöä ja monimuotoisuutta hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. (TENK 2023.)

2. Kestävä elämäntapa

Tässä teorialuvussa käsittelemme aikaisempaa tutkimusta ja teoriaa liittyen kestäväan ja vähemmän kuluttavaan elämäntapaan. Tutkielmassa keskitymme ylikuluttavan länsimaisen yksilön ja yhteiskunnan näkökulmaan suhteessa kestäväan elämäntapaan pyrkimisessä. Avaan ensin yleisesti kestävyystutkimuksen ja muiden aiheen tutkimusalojen keskusteluja ja kuvailen arjen kestävyyttä. Esittelen tässä osiossa myös keskustelua yksilön asemasta, vastuusta ja vaikutusmahdollisuuksista, kestäväan elämäntapaan kannustavista tai johtavista tekijöistä aikaisemman tutkimuksen valossa sekä maailmansuhdetta osana kestävyysajattelua.

Ekologisesti kestäväällä tai ympäristövastuullisella elämäntavalla tarkoitetaan tutkielmassani kestäväan kehityksen mukaista määritelmää, jonka mukaan ekologisesti kestävä ihmisen toiminta säilyttää luonnon monimuotoisuuden ja ekosysteemien toimivuuden ja sopeutuu luonnon kantokykyyn. Päämääränä on säilyttää riittävän hyvät elinolosuhteet nykyisille ja tuleville sukupolville. Ekologinen kestävyys kietoutuu sosiaaliseen kestävyYTEEN, joka pyrkii turvaamaan hyvinvoinnin edellytykset ja tasa-arvon kaikille ihmisille. (Esim. Soini ym. 2022, Salonen 2010, 15-16.) Ekologisen ja sosiaalisen oikeudenmukaisuus ovat yhteen kietoutuneita, sillä jokainen ihminen on riippuvainen maapallon ekosysteemeistä. Ekosysteemipalvelujen saavutettavuus sekä niiden hyödyntämiseen ja suojelemiseen liittyvät poliittiset päätökset vaikuttavat yhteisöjen elinehtoihin sekä toimeentulon ja hyvinvoinnin mahdollisuuksiin, minkä takia ympäristöön liittyvässä päätöksenteossa on huomioitava sosiaalinen ulottuvuus (Dawson ym. 2018). Ekosysteemeistä saatu vauraus ja ekosysteemien huonontumisen aiheuttamat ekologiset ja sosiaaliset haitat eivät myöskään jakaudu tasaisesti, vaan ekologiset ongelmat ja yhteiskunnallinen epätasa-arvoisuus keskittyvät globaalisti alueille, joilla populaatio on köyhintä ja kulutus vähäistä (Agyeman 2013).

Tällä hetkellä länsimainen kulutus ei ole kestäväan kehityksen mukaisella tasolla, vaan esimerkiksi Suomi on ylittänyt kestäväan kulutuksen vuosittaisen laskennallisen rajan joka vuosi aikaisemmin, vuonna 2022 jo maaliskuussa (YLE 2022). KestävyYTEEN siirtyminen on siis suuri haaste. Globaalissa maailmassa "planetaarisen kansalaisen" lähes jokainen teko kytkeytyy tu-

hansiin muihin, eri puolilla elävien ihmisten elämään sekä ei-inhimilliseen maailmaan (Siivonen ym. 2022, 232), ja ympäristökriisin kiihtymisellä on suuria seurauksia myös sosiaaliseen kestävyys erityisesti globaalissa etelässä. Länsimaisen “planetaarisen”, paljon kuluttavan kansalaisen valinnoilla on jopa sata kertaa suurempi vaikutus kuin globaalin etelän asukkaalla (Siivonen ym. 2022, 232). Kestämätön elintapa ei ole osa ihmisyyttä vaan kulttuuria: maailmassa on paljon ihmisiä ja kansoja, joiden toiminta ei kiihdytä ekokriisiä, mutta jotka ovat ekokriisin seurausten suurimpia taakankantajia (Halonen ym. 2022). Monien alkuperäiskansakulttuurien, esimerkiksi saamelaisten elämäntapa on perinteisesti ollut sosiaalisesti ja ekologisesti kestävä, joskin kolonisaatio ja teknologisoituminen on muuttanut myös saamelaista yhteiskuntaa (Guttorm 2022).

Suomen kontekstissa kestävän kehityksen suhteen tämänhetkisen suunnan heikkoutena nähdään luonnonvarojen korkea käyttö, mitä pidetään korkean hyvinvoinnin saavuttamisen sivuvaikutuksena, sekä eriarvoisuuden kasvu (Saari 2022). Suomalaiset ovat siirtyneet kauemmas kestävydestä käytöksessään (Salonen ym. 2018), ja suomalaisten huoli ympäristön tilasta oli vuonna 2004 korkeintaan Euroopan keskitasoa (Massa & Ahonen 2006). Suomalaiset ovat tietoisia ilmastonmuutoksesta, mutta ilmastomyönteisiä tekoja on vain vähän. Yleisesti arkeen juurtuneita tekoja ovat kierrättäminen, jonka ympäristövaikutukset ovat valitettavasti vähäisiä, sekä pyrkimys käyttää autoa “kohtuullisesti”. Suomalaiset suhtautuvat ekologisen elämäntavan tarpeeseen myönteisesti mutta passiivisesti, eli ymmärtävät ylikuluttavan elämäntavan olevan vakava ongelma, mutta jatkavat omaa ylikulutustaan. (Salonen ym., 2018.)

Suomalaiset kannattavat ympäristön suojelua varsinkin, jos se ei vaadi henkilökohtaista panostusta tai muutoksia omaan elämiseen. Tällaista asennoitumista kutsutaan vapaamatkustajuudeksi, missä toiveena on ympäristön tilan kohentuminen muiden panostuksen seurauksena. Epäily muiden vapaamatkustuksesta heikentää yksilön omaa motivaatiota ympäristövastuulliseen toimintaan. (Uusitalo 1997 & 1986.)

Kestävydestä on tullut maailmanlaajuinen kehitysnäkemyks. Termiä on kuitenkin myös kritisoitu siitä, että sitä käytetään enimmäkseen jo olemassa olevien kasvukeskeisten polkujen sovittamiseen, samalla kun kilpailevat paradigmat kuten kasvukriittiset, paikalliset ja alkupe- räiskansojen mallit jätetään huomiotta. Toisaalta käsitteet ovat jatkuvassa muutoksessa, mikä

mahdollistaa potentiaalinen kestävyys uudelleenymmärtämiselle. (Woiwode ym. 2021.) Käytän tässä tutkielmassa termejä kestävä elämäntapa sekä ympäristövastuullinen elämäntapa kuvaamaan kestävä kehityksen mukaista pyrkimystä elää aiheuttamatta tuhoa niin ei-inhimilliselle luonnolle kuin muille ihmisille.

2.1 Arjen kestävyys

Arkielämän kestävyysteemoja on tutkittu useilla eri tieteenaloilla, kuten yhteiskuntatieteellinen ympäristötutkimus, elämäntapa- ja elämäkertatutkimus, kulutustutkimus sekä filosofia. Uudehkona, 2000-luvun alussa esiteltynä ratkaisukeskeisenä tutkimussuuntana on syntynyt kestävyystutkimus, joka pyrkii vastaamaan kiireelliseen ratkaisujen ja muutosten tarpeeseen monitieteisesti. Koska monien kestävyteen liittyvien ongelmien juuret kietoutuvat tieteseen ja teknologiaan, vaaditaan myös uudenlaista tapaa tunnistaa ja ratkaista kestävyden haasteita. Kestävyystieteen lähtökohtana on ratkaista käytännön elämään liittyviä ongelmia, ja kestävyystieteen tutkimuskohteet ovat aina yhteiskunnallisen ja ekologisen yhteenliittymiä. (Soini ym. 2022.)

Käytännön- ja yksilötason kestävyysseikat liittyvät arjen valintoihin, kuten elämäntyyliin, kulutukseen ja poliittiseen aktiivisuuteen. Yksilöllistä kestävyttä on tutkittu paljon erityisesti haastatteluaineistojen avulla. Yleisimmin tutkimus on keskittynyt erilaisten ympäristömyönteisten ryhmien tutkimukseen, tosin esimerkiksi Hsu (2007) teki vertailututkimusta tärkeistä elämäntapahtumista ympäristömyönteiseen asennoitumiseen liittyen myös passiivisia henkilöitä tarkastelemalla. Tutkimuksissa mitattavien todellisten ekologisten vaikutusten arvioiminen on harvinaista, yleensä keskitytään ennemminkin kulutusvalintojen tuottamiin merkityksiin ja symboleihin, sekä kulutukseen itsensä toteuttamisena ja itseilmaisuna (Ahonen 2006). Kestävä elämäntapa näyttäytyy siis tutkimuksissa useimmiten itsemäärittelyn kautta. Aiheen haasteena on, että ympäristömyönteiset asenteet eivät aina johda ympäristövastuulliseen käytökseen. Henkilön todellista kulutuskuormaa ennustaa vahvemmin hänen toimeentulonsa kuin ympäristöasenteensa: hyvin toimeentulevat kuluttavat enemmän kuin pienituloiset, asenteesta riippumatta. (Joutsenvirta & Salonen 2020.) Ympäristöasennetta ja yksilöllistä ympäristön kuormitusta on siis käsiteltävä erillisinä muuttujina.

Kestävän elämäntavan toteuttamisessa voidaan tutkimuskirjallisuuden perusteella hahmottaa kaksi erilaista tyyppiä: luonnonläheisyyttä ja teknologista ekotehokkuutta edustavat suunnat. Ensimmäisessä näistä korostuu henkilökohtainen luontoyhteys, omavaraisuus ja lähi-luonnon kanssa tasapainossa eläminen, joskus myös yhteisöllinen elämäntapa ja paikallisen hallinnon korostus. Kaupunkia pidetään kulutuskeskeisenä, luonnosta vieraantuneena ympäristönä. Jälkimmäisessä taas painottuu kaupunkilaiskuluttajan elämäntyyli, jota tukee laajat teknologiset järjestelmät. (Hagbert & Bradley 2017.) Urbaanin kansalaisen asunnot, työpaikat ja palvelut ovat lähellä, ja ekologisuus perustuu hiilijalanjälkilaskelmiin ja nyky-yhteiskunnan "lainalaisuuksien" kautta perusteltuun näkemykseen kestävydestä (Mesimäki 2006). Myös Ovaskainen (2019) teki väitöskirjassaan huomion eroista siinä, nähdäänkö ekologinen elämä kulutusvalintojen ja vähähiilisyden, vai luonnon arvostuksen ja kiertokulun mukaan elämisen kautta.

Myös kulutukseen suhtautumisessa on löydettävissä kaksi suuntausta. Perinteisesti ympäristöliike suhtautuu kulutukseen kriittisesti, mutta ekomodernistit näkevät ekotehokkaan teknologian mahdollistaman kulutuksen vähemmän huonossa valossa (Ahlqvist & Heiskanen 2006). Teknologian asemaan ilmastokriisin ratkaisuna suhtaudutaan kriittisesti, koska se ei ole vielä tuottanut vaadittavaa tulosta ja kompastuskivenä on rebound-ilmiö, jossa kokonaisenergian käyttö todellisuudessa kasvaa energiatehokkuuden seurauksena (Massa 2006, 107).

Arki on yhteiskunnallista

Arjen näkökulmat eivät liity vain yksilön valintoihin, vaan myös yhteiskunnan rakenteet ovat keskeisessä roolissa luodessaan puitteita, esteitä ja kannustimia kestäväälle toiminnalle (Massa & Ahonen 2006). Tämänhetkissä yhteiskunnan rakenteissa vahvasti kestävään elämiseen sitoutuneet ihmiset kokevat muutoksen lähes mahdottomaksi (Joutsenvirta & Salonen 2020, 178). Siksi pelkkiin yksilönvalintoihin keskittyminen huomioimatta yhteiskunnallisen päätöksenteon synnyttämiä rakenteita on ongelmallista.

Systemitason muutoksen tarpeesta huolimatta kestävyys siirtymiä ei voida pitää vain kasvotomien järjestelmien vastuuna. Vaikka yhteiskunta ja talous muovaavat toiminnan puitteita,

arkinen elämä muokkaa yhteiskunnan rakenteita. Koska ihmiset ovat rakenteiden muutostoi-
mijoita (Siivonen ym. 2022, 200), sekä arjen käytännöt että vaikuttaminen ja yhteiskunnalli-
nen aktiivisuus ovat huomionarvoisia asioita yhteiskunnallisessa muutoksessa. Aktivismin
haasteena on, että osoittaessaan epäkohtia ja vaatiessaan niiden korjaamista, se tuottaa ajas-
saan epämukavuutta ja negatiivisia reaktioita. Kuitenkin aktivismi on historiallisesti paranta-
nut yhteiskunnallisia oloja, jotka voivat jälkikäteen herättää esimerkiksi kansallista ylpeyttä.
(Nikula & Rohweder 2022, 253.)

2.2 Kulutuksen vähentäminen

Kestävää toimintaa käsittelevässä tutkimuksessa ihmiset kuvataan usein pääasiassa kulutta-
jan roolissa. Tätä on pidetty luontevana, sillä talouskasvun varaan rakennetuissa yhteiskun-
nissa kansalaisen päätehtäväksi jää työssä käyminen ja kuluttaminen (Siivonen ym. 2022, 231).
Kestävyystoimissa vastuulliseen kuluttajuuteen keskittyminen voi olla riittämätöntä, sillä ku-
luttajuus ei muuta vallitsevia rakenteita. Kuitenkin kulutuskäyttäytymistä on tutkittu elämän-
tavan osalta huomattavasti enemmän kuin esimerkiksi poliittista toimijuutta, ja ihmiset myös
useammin perustavat vihreän identiteettinsä juuri kuluttamiseen (Kortetmäki 2020). Kulutus-
keskeisyys vaikuttaa siis juurtuneen sekä identiteettiin ja kulttuuriin että tutkimuskentälle.

Kestävää elämäntapaa on hahmoteltu kulutustutkimuksessa joko kulutuksen määrän säilymi-
senä tai vähentämisenä. Kulutuksen määrän säilyttävä elämäntapa perustuu vaihtoehtoiseen
kuluttamiseen, eli tuotteiden tai palvelujen vaihtamiseen vihreämpään vaihtoehtoon. Tällöin
huomio kiinnitetään kulutusvalintoihin, ja ostoskärryn sisältö puntaroidaan ekologisten ja so-
siaalisten vaikutusten mukaan. Tämä edellyttää kuluttajalta paljon tietoa tuotteiden vaiku-
tuksista, ja usein pyrkimyksenä on valita lähellä tuotettuja tuotteita. Esteitä tällaiselle toimin-
nalle on muun muassa tuotteiden heikko saatavuus tai korkea hinta. (Longo ym. 2019.) Vih-
reässä kuluttajuudessa vastuu yksilöllistyy, ja ajattelutapa on osa kapitalistisen yhteiskunnan
taloudellista ja poliittista liberalismia (Cherrier ym. 2011). Vihreä kuluttaminen ei riitä teke-
mään elämäntavastamme todellisuudessa kestävä, vaan teollistuneissa maissa kulutus on
niin suurta, että kestävyys vaatisi suurempia elämäntapojen ja kulutuskaavojen muutoksia
(Garcia-de-Futos ym. 2018).

Kestävä elämäntapa kulutuksen määrää laskemalla keskittyä kulutettavien hyödykkeiden vähentämiseen, ja kulutuksella itsessään tiedostetaan olevan ekologisia ja sosiaalisia seurauksia. Kulutusta vähennetään tai lopetetaan kokonaan esimerkiksi lopettamalla auton tai lentokoneen käyttö, vähentämällä työtunteja tai panostamalla omien hyödykkeiden valmistamiseen tai korjaamiseen, sekä käyttämällä ei-markkinakeskeisiä vaihtotapoja, kuten yhteisiä hyödykkeitä. Tässä ajattelutavassa aineellisen vaurauden sosiaalinen ja kulttuurinen tehtävä uudelleenajatteluaan. Markkinoiden tuottaman manipuloinnin merkitys vähenee, ja yksilön ei tarvitse paneutua jokaisen tuotteen elinkaareen, ympäristövaikutuksiin ja valmistusolosuhteisiin, joita voi olla myös haastava luotettavasti jäljittää. (Longo ym. 2019.) Cherrier ym. (2011) huomasivat tutkiessaan kestävyysorientoituneita amerikkalaisnaisia, että kulutuksen vastustaminen oli tärkeämpi osa naisten elämää kuin kestävä kuluttaminen: naiset kertoivat, etteivät he yleensä osta vihreinä markkinoituja tuotteita eivätkä tuotteet ole heille käyttökelpoisia. Kulutusvastaisuuteen liittyy ostamatta jättämisen lisäksi muut vähentämisen muodot, kuten laitteiden käyttämättä jättäminen ja pyykkäämisen tai valaistuksen vähentäminen. (Cherrier ym. 2011.)

Kukaan ei kykene elämään kieltäytyen täysin kuluttamisesta, ja harvoin kuluttamisen vähentäminen tarkoittaakaan jostain kieltäytymistä täysin. Kulutusta vähennetään elämän eri osa-alueilla kieltäytymisen, rajoittamisen ja vaihtoehtojen etsimisen käytännöillä. Tällaisia vaihtoehtoisia käytäntöjä voivat olla esimerkiksi kiertotalouteen pyrkiminen ja uusiokäyttö, kestävämmän tuotteen tai palvelun valitseminen tai ennakoiva kuluttaminen eli tulevaisuuden kulustarpeet minimoiva tapa käyttää tuotteita. (Luukkonen 2020.)

Kulutusvastaisuus

Vaikka kaupallinen tutkimus ja taloustutkimus on ollut ennen kaikkea kiinnostunut vihreiden tuotteiden valinnasta, "vihreästä kuluttamisesta", myös kulutusvastaisuutta on tutkittu. Kulutusvastaisuus nähdään osana arvojen ja identiteetin ilmaisua siinä missä muukin kulutusikäyttäytyminen. Kuten kulutuksen vähentämisessä, myös kulutusvastaisuudessa nähdään keskeisinä kieltäytymisen, vähentämisen ja uudelleenkäytön käytännöt (rejecting, reducing,

reclaiming). Tutkimuksissa on keskitytty paljolti kulutusvastaisuuden taustalla vaikuttavien syiden, asenteiden ja intentioiden tutkimiseen. (Garcia-de-Futos ym. 2018.)

Kulutusvastaisuus on osa kestäväää elämäntapaa, mutta ei aina seurausta ympäristönäkökohdista. Perusteena voi yhtä hyvin olla pyrkimys minimalistiseen elämään, taloudelliset syyt tai pyrkimys kuulua sosiaaliseen yhteisöön (Cherrier ym. 2011, Ahonen 2006). Kulutusvastaisille käytännöille luodaan myös henkilökohtaisen hyödyn merkityksiä, esimerkiksi junamatkustus vapauttaa aikaa lukemiselle tai ekologinen käytäntö on myös taloudellisesti edullisempi. (Cherrier ym. 2011.)

Kulutusvastaisuuteen voi liittyä vastustaminen, paheksunta tai vastenmielisyys kulutusta kohtaan. Ekologinen huolen synnyttämä kulutusvastaisuus voidaan kuvata vastarintana suhteessa kulutuskulttuuriin. Tähän liittyy kuluttajan ymmärtäminen rationaalisenä päätöksentekijänä. Ekologisiin syihin perustavan kulutusvastaisuuden oleelliset piirteet ovat, että teko on tiedostettu ja vapaavalintainen, ja siihen liittyy itseilmaisullinen funktio, mikä on osa kaikkia kulutusilmentymiä. (Garcia-de-Futos ym. 2018.) Vastarintaiset kulutuksen tai kuluttamatta jättämisen käytännöt ovat tulosta universaalista samanmielisyydestä siitä, mitä sosiaalisesti tai ekologisesti vastuuttomia tuotteita tai brändejä vältetään. Usein näiden käytäntöjen narratiiveihin liittyy vastakkainasettelu, jossa vastakkaisena osapuolena on jokin brändi tai koko kapitalistinen järjestelmä, tai vaihtoehtoisesti muu, kestävämmällä tavalla kuluttava ihmisryhmä. (Cherrier ym. 2011.)

Tutkimusten mukaan pienten kulutusvastaisten käytäntöjen tuominen omaan elämään on suhteellisen helppoa, eikä sillä välttämättä ole suuria muutoksia elämäntyyliin tai käsitykseen itsestä. Nämä teot ovat usein hyvin yksittäisiä, eivätkä sisällä esimerkiksi laajempaan yhteiskunnalliseen muutokseen pyrkimistä tai radikaalia materiaalisen elämän yksinkertaistamista. Nämä pienet teot eivät kuitenkaan riitä siihen laajaan kestävyysmurrokseen, jota useiden tutkijoiden mukaan vaaditaan, jotta ihmisen toiminta ja maapallon kantokyky olisivat tasapainossa (Cherrier ym. 2011). Kulutusvastaisuus ei myöskään aina kerro henkilön todellisesta kulutuskuormasta; kulutusvastaiset elämäntavat näyttäytyvät monissa tutkimuksissa enemmän identiteetin kuin käytännön kautta. Siksi kulutusvastaisuus ilmiönä olisi näiden tapausten mukaan enemmän liitettävissä elämänprojektiksi tai filosofiaksi, kuin konkreettisia tuloksia

tuottavaksi elämäntavaksi (Garcia-de-Futos ym. 2018). Kuitenkin kun huomioidaan maailmansuhteen muuttumisen hitaus, tulisi kulutusvastaiset elämänilosofiat ja aatteet nähdä aloitteena uuden, ei kulutuskeskeisen maailmansuhteen syntymiselle. Kulutusvastaisuuden haitat ovat lähinnä haittoja markkinataloudelle, ja mahdollisesti ensiaskeleita talouden uudelleenjärjestelylle.

2.3 Kulutuskäytännöt identiteettinä

Identiteetti voidaan jakaa persoonalliseen ja sosiaaliseen identiteettiin, joista persoonallinen sisältää luonteenpiirteet, käyttäytymisen ja moraaliset arvot, ja sosiaalinen on näkemys itsestä osana jotain tiettyä sosiaalista ryhmää. Kestävä elämäntapa voi olla sosiaalisen tai persoonallisen identiteetin ilmaisun tapa. Garnelo-Gomez ym. (2022) tekivät tutkimuksessaan motivaatioista ja identiteetinilmauksista huomion, että henkilöt, joiden kestävä toiminta liittyi persoonalliseen identiteettiin ja sisäiseen motivaatioon, olivat vahvasti sitoutuneet kestävyteen, mutta kokivat eniten riittämättömyyttä. Niillä, joilla kestävyys liittyi sosiaaliseen identiteettiin, korostui sosiaalisen statuksen saavuttaminen, ja he kokivat suurempaa tyytyväisyyttä, mutta heidän sitoutumisensa kestävyteen oli heikompaa. Kokonaisvaltaisesti kestäville henkilöillä nämä kaksi identiteettiä olivat yhteneväisiä ja tasapainossa. Neljännellä ryhmällä, vahingossa kestäville, kestävyys liittyi esimerkiksi taloudelliseen pakkoon, ja he olivat vain vähän sitoutuneita kestävyteen. (Garnelo-Gomez ym. 2022.)

Kestävyysvalintoihin vaikuttaa identiteetti, ja identiteettien väliset ristiriidat. Eri identiteetin osa-alueilla voi olla keskenään ristiriitaiset pyrkimykset, ja identiteettien henkilökohtaisella tärkeyden kokemuksella on eroja. Ympäristömyönteinen käytös voi sopia joihinkin identiteetin osa-alueisiin, mutta jos toimintatapa haastaa jonkun toisen tärkeän identiteetin tai minuuden elementin, sen valinta hankaloituu. Tällaisia ristiriitaisesti motivoituneita identiteetin osa-alueita voivat olla esimerkiksi ”ympäristötietoinen” ja ”isä”, minuudelle keskeisiä elementtejä taas esimerkiksi koti ja oma keho. (Cherrier ym. 2011.) Ristiriitatilanteissa valinta tapahtuu siis vahvistamaan henkilökohtaisesti tärkeintä identiteettiä, tai muodostaa kompromisseja eri identiteetin osa-alueiden säilyttämiseksi. Identiteetti ja kollektiivisen samaistumisen muodot ovat myös markkinoiden tuottamia hallintakeinoja, ja vihreä kuluttaja on yksi

kuluttajaidentiteetti, jolla kulutuskeskeisiä elämäntapoja pidetään yllä (Eräranta & Moisan-der).

Valinnoilla sekä identiteeteillä ja ryhmään kuulumisen kokemuksella on perusta kulttuurisissa normeissa ja mielikuvissa. Vihreän kansalaisen tai kuluttajan asemasta sosiaalisesti hyväksyttävänä hahmona on ristiriitaisia tutkimustuloksia. Vuonna 2006 Ahonen totesi tutkimuksessaan kuluskriittisistä suomalaisista, että ”vihreä” oli monille karikatyyrimäinen hahmo, ja ei sopinut itseään tavallisena pitävälle kuluttajalle. Ahosen mukaan hippinä tai radikaalina ympäristöaktivistina nähty henkilö ei ollut yleisesti samaistuttava, kun taas tiedostava, rationaalinen ja moraalisesti esimerkillinen kuluttaja oli kulttuurisesti miellyttävämpi mielikuva. Sen sijaan Aution ja Wilskan tutkimuksessa nuorten aikuisten ympäristöasenteista vuonna 2003 käy ilmi, että vihreän kuluttajan toiminta oli sulautunut osaksi ”tavallisen kuluttajan” toimintaa: esimerkiksi kirpputorilla käynti ja kierrättäminen nähtiin normaalina. On mahdollista, että karikatyyrimäisen hahmon säilymisestä huolimatta osa ympäristömyönteisistä käytännöistä on normalisoitunut. Kulutustapojen ja valintojen lisäksi tulisikin tutkia normaalin rajoja, niiden muutoksia sekä yhteiskunnallista liikkumatilaa (Ahonen 2006). Toisaalta on huomioitava, että vihreyden normalisoitumisesta huolimatta kulutuksen määrä ei ole laskenut.

2.4 Syyt käytöksen taustalla

Ympäristömyönteistä ja altruistista käytöstä on yritetty selittää erilaisten käyttäytymisteorioiden ja mallien avulla. Norm Activation model (NAM) pyrkii selittämään yksilön ympäristövastuullisia tekoja. Teorian mukaan ihmisen on oltava tietoinen tekojensa seurauksista ja hyväksyttävä oma vastuunsa, jotta henkilökohtainen ympäristövastuullinen käyttäytymisnormi aktivoituu. NAM tunnistaa lisäksi henkilökohtaiseen normiin liittyvät tunteet kuten ylpeyden ja syyllisyyden, jotka ohjaavat arvojen mukaiseen toimintaan. Henkilön on ongelman ja ratkaisun tiedostamisen lisäksi tunnettava itsensä kyvykkääksi ratkaisuun eikä hän koe mahdollisuutta kiistää vastuutaan. Value Belief Norm Theory lisää tähän kestävyyskäyttäytymisen ketjuun uskomukset ja arvot liittyen ihmisen ja muun luonnon yhteyteen, luokitellen arvo-orientaatioiksi biosfäärisen, altruistisen ja egoistisen orientaation, joista kaksi ensimmäistä

lisäävät kestävän toiminnan aktivoitumista. Arvo-orientaatiot ovat vahvasti yhteydessä maailmansuhteeseen, jota käsittelen lisää teoriaosuuden viimeisessä kappaleessa. (Manning 2021.)

Laajemmin tunnettu ja esimerkiksi terveyskäyttäytymisessä hyödynnetty psykologinen teoria, Theory of planned behavior, selittää aikomusten ohjaavan käyttäytymistä. Aikomuksen muodostaa kolme osatekijää: henkilökohtainen asenne käyttäytymisen suhteen, subjektiiviset normit koskien esimerkiksi muiden suhtautumista asiaan sekä ymmärrys oman käyttäytymisen hallinnasta. (Brookes 2021.)

Käyttäytymisteorioiden mukaan avainasemassa ekologisten tekojen, tai ainakin aikomusten, suhteen ovat ulkoiset ja sisäiset normit, asenteet ja arvot, riittävä tieto ja ymmärrys syy-seuraussuhteista, henkilökohtaisen vastuun hyväksyminen sekä kyvykkyyden kokemus. Käyttäytymisteorioissa on kuitenkin todettu huomattavia ristiriitoja: aikomus on todellisuudessa usein ristiriidassa toiminnan kanssa, eli ympäristövastuullisesta aikomuksesta huolimatta henkilö ei käyttydy vastaavalla tavalla (Longo ym. 2019). Tätä voidaan syyttää virhepäätelmästä, että ihminen toimisi pääasiassa käytettävissä olevan tiedon perusteella, huomioimatta tarpeeksi emotionaalisia polkuja, jotka vaikuttavat ihmisen todelliseen käytökseen. Vaikka ihmisellä olisi tietoa, motivaatiota ja aikomusta, toiminta saattaa olla ristiriidassa näiden kanssa. Uusitalon (1986) mukaan on mahdollista, että ympäristöasenne ja käyttäytymismalli syntyvät eri tiedon perusteella, eivätkä ole yhteydessä toisiinsa. Ympäristöön liittyvät asenteet syntyisivät sosiaaliseen hyvinvointiin liittyvän tiedon kannalta johtaen esimerkiksi asenteisiin, että ympäristön huonontuminen on vahingollista ja sitä tulisi välttää. Käyttäytymismalli sen sijaan perustuisi yksilölliselle hyötyinformaatiolle, eli omaa toimintaa ohjaisi henkilökohtaiseen hyötyyn liittyvä tieto. Yhteiset sosiaaliset normit vähentäisivät ympäristöasenteen ja käyttäytymismallin ristiriitaisuutta. (Uusitalo 1986.)

Kun on tutkittu ympäristömyönteisiä asenteita, keskeisiksi osiksi on muodostuneet identiteetti ja sosiaaliset realiteetit, ympäristömyönteisiä valintoja tukeva infrastruktuuri, riittävä tieto sekä systeeminen kyky hahmottaa syy-seuraussuhteita. Lisäksi luontosuhteen vaikutusta on tutkittu paljon erityisesti kasvatustieteissä, ja lapsuudessa muotoutunut luontosuhde ja kokemukset luonnossa olemisesta tukevat ympäristömyönteisiä asenteita (Chawla

& Cushing 2007). Vaikka vahva luontosuhde yhdistyy ympäristömyönteiseen käytökseen, läheiseksi mielletty luontosuhde ei välttämättä tarkoita kestäviä käytäntöjä (Siivonen ym. 2022). Esimerkiksi suomalaisuuteen liitetty luonnonläheisyys ja luontosuhde ei ole johtanut planetaarisen kestävyiden kannalta tarvittaviin toimenpiteisiin. Yksi syy tähän saattaa olla maailmankuvaan liittyvä luonnon ja kulttuurin erottelu, jonka seurauksena syntyy ongelmallinen ristiriita yksilön turvallisuuden kokemuksen suhteen; yksilö on edelleen riippuvainen luonnosta ja koko sosioekologisesta järjestelmästä, mutta hänen turvallisuudentunteensa on enemmän riippuvainen taloudellisesta turvallisuudesta kuin selviytymistä ylläpitävästä järjestelmätason turvallisuudesta (Paloniitty ym. 2022, 151). Taloudellisen turvallisuuden maksimointi siis vähentää sosioekologista turvallisuutta (Siivonen ym. 2022).

Tiedon ja aikomuksen lisäksi ympäristömyönteisen käytöksen toteuttamiseen tarvitaan motivaatiota. Garnelo-Gomez ym. (2002) tutkivat kestävästä käytöksestä motivaatioita, ja löysivät neljä kestävään elämäntapaan ajavaa asiaa. Näitä oli 1. halu saavuttaa asema, tunnustus tai taloudellinen vakaus, 2. halu sitoutua esimerkiksi vanhempiin, kumppaniin, ystäviin, paikallisyhteisöön tai muuhun sosiaaliseen ryhmään, 3. halu puolustaa uskomuksiaan ja arvojaan sekä planeettaa ja sillä eläviä ja 4. halu oppia lisätäkseen omaa ja muiden panosta kestävyteen sekä toimia esimerkkinä ja opastaa muita. Motivaatio näyttäytyy siis pitkälti sosiokulttuuristen seikkojen tuloksena.

Tietämyksen ja toiminnan suhde on monimutkainen. Toisaalta tieto ja ymmärrys on tärkeää, jotta ihminen kykenee ylipäättään hahmottamaan ja punnitsemaan toimiensa vaikutuksia. Toisaalta runsas määrä tietoa voi joidenkin tutkijoiden mukaan johtaa myös liiallisen tiedon aiheuttamaan ylikuormitukseen aikaansaaden hämmennystä ja ahdistusta, mikä heikentää kestäviin toimintamalleihin sitoutumista. Longon ym. (2019) mukaan tiedon ylikuormitus ei välttämättä ole syy vaikeuksiin, vaan ennemminkin ihmisen tiedonhaun kautta syntynyt käsitys kestävyiden monimutkaisuudesta ja vaikeudesta sen ideaalin kokonaisvaltaisesta tavoittelusta. Kestävyystieto siis loisi realistista kuvaa systeemisestä monimutkaisuudesta, joka vaikeuttaa yksilön päätöksiä, sillä hän ymmärtää toimiensa rajoitteet ja kestäväntöiden loukut. Ymmärrys omasta asemasta kestäväntöissä ketjussa voi aiheuttaa stressiä ja ahdistusta ja vähentää tietoisten kulutuskokemusten mielekkyyttä, muistuttaen oman toi-

minnan puutteista ja vähentäen onnellisuuden tunnetta. Tämä on kestävyystiedon epämiellyttävä vaikutus ympäristössä, jossa kestävä elämä ei ole helppoa tai välttämättä edes mahdollista, vaan sotii yhteiskunnan perusmekanismien kanssa. Tällöin yksilö joutuu psyykkisesti raskaaseen tilanteeseen, jossa taloudelliset yhteiskunnalliset järjestelyt vetävät tavoitteisaan ja toimintalogiikassaan eri suuntaan, kun yksilön tietoon perustuvat kestävyyspyrkimykset. (Longo ym. 2019.)

Tunteiden käsittely on tärkeää yksilön kyvyssä omaksua ja muuttaa käytöstään saadun tiedon perusteella. Ahdistuksen sietäminen on olennainen osa todellisuuden kohtaamista, ja epämiellyttävien ympäristötunteiden käsittely mahdollistaa eteenpäin vievän asennoitumisen kestävyteen, välttämättä kieltämisen ja vastuunsiirron tarpeen (Weintrobe 2012). Voikin olla, että kestävyysviestinnän strategia epäonnistuu pyrkiessään levittämään tietoa ympäristökriiseistä, jos haaste ympäristötoimiin sitoutumisella ei olekaan riittämätön tieto, vaan riittämätön kyky kamppailla tiedon aiheuttamien tunteiden ja sisäisten konfliktien kanssa (Lertzman 2012). Seuraavaksi esittelen kestävyysajattelun yhteyttä tunteisiin.

2.5 Affektit ja tunteet

Kuten edellisessä luvussa todettu, affektit vaikuttavat erilaisten kestävyyspäätösten taustalla tehden käyttäytymisteorioista vaillinaisia niiden jättäessä huomiotta tiedon ja toiminnan väliset emotionaaliset polut. Affekti tarkoittaa tunnetilaa, ja tunteet ovat affektien kognitiivisia representaatioita, ikään kuin kielellisesti ja kulttuurisesti jäsenneiltyjä affekteja. Affektit vaikuttavat erilaisten ilmiöiden ja käytäntöjen taustalla. Ne toimivat koko ajan pinnan alla, mutta saavat konkreettisia ilmaisuja tilanteissa ja hetkissä muodostaen affektiivisia käytäntöjä. Affektit ovat olennaisia ihmisyhteisöissä ja sosiaalisissa ryhmissä, sillä jaetut tunnerepertuaarit ja tulkintarepertuaarit pitävät yhteisöjä kasassa. Affektit ja tunteet ovat performatiivisia, ja niiden toistamisessa muodostuu rutiineja. Sitä kautta affektit luovat yhteenkuuluvuutta, ja niiden ympärille koostuu sosiaalisia ja kulttuurisia ryhmiä. (Rinne ym. 2020.) Narratiivit, kuten tämän tutkielman elämäkertomukset, ovat aina affektiivisia (Thisted 2022).

Emotionaalinen luontoyhteys eli kiintymys ja empatia luontoa kohtaan tunnustetaan luontoyhteyden osaseksi, mutta affektien yhteyttä kestävään käyttäytymiseen on tutkittu vähänlaaisesti. Ympäristötunteista on puhuttu vasta viime vuosina enemmän, ja esimerkiksi Pihkala (2017) on lisännyt työllään keskustelua ympäristöahdistuksesta ja muista ympäristökriisiin liittyvistä tunteista sekä niiden käsittelystä. Erityisesti toivon merkityksestä on sittemmin puhuttu, ja sen herättämistä pidetään oleellisena toimintakyvyn mutta myös hyvinvoinnin kannalta. Toivoa ei pidä sekoittaa hyväuskoiseen tulevaisuusoptimismiin, vaan toivoon vaaditaan todellisuuden kohtaaminen mutta kyky silti säilyttää tunne omista vaikutusmahdollisuuksista. (Siivonen ym. 2022, 214.)

Ympäristömyönteisen aktiivisuuden kannalta tunteiden käsittely on oleellista. Apatian korvautuessa ristiriitaisuuden tunteilla, surulla, shokilla, menetyksellä tai muilla vaativilla emotionaalisilla prosesseilla, asioita alkaa tapahtua (Lertzman 2012). Epämiellyttävien tunteiden käsittelyn lisäksi vaaditaan rakastavien ja välittävien tunteiden ympäristöä kohtaan tavoittamista (Weintrobe 2012). Tunteiden käsittelyn haasteet taas voivat johtaa ympäristömyönteisen käytöksen ja päätöksenteon kannalta vahingolliseen denialismiin, vastuun siirtoon ja muihin kieltämisen käytäntöihin. Tällaisilla mielen suojakeinoilla pyritään suojelemaan itseä ahdistukselta. Myös ympäristö- ja kestävyystietoiset kuluttajat järkeistävät omaa kestäväntoimintaa suojellakseen itsetuntoaan ja ylikuormittumista, lamaannusta ja epäonnistumisen tunteita (Longo ym. 2019).

Esimerkki ympäristömyönteisiin toimintatapoihin vaikuttavista tunteista, jotka voivat herättää myös defensiivisyyttä, ovat syyllisyys ja häpeä. Syyllisyys on moraalinen tunne, joka liittyy tekoihin, ja pääosassa on oma sisäinen tunne väärin toimimisesta. Häpeä taas on sosiaaliseen paheksutuksi tulemiseen liittyvä tunne, joka liittyy siihen, keitä me olemme. Häpeä on haastava minuuteen kohdistuva tunne, jonka on todettu aiheuttavan tunteen pienuudesta, arvottomuudesta ja voimattomuudesta, ollen näin syyllisyyttä raskaampi ja tuskallisempi. Tämän takia häpeän tuottaminen voi tuntua moraalisesti väärältä, vaikka häpeän ja syyllisyyden tunteet voisivat itsereflektion kautta vaikuttaa positiivisesti ympäristökäyttäytymiseen. Häpeän ja syyllisyyden herättämistä esimerkiksi ympäristöviestinnässä on hankala välttää, sillä yksilöllinen taipumus tulkita viesti häpeää tai syyllisyyttä aiheuttavaksi vaihtelee. Häpeäntunteen

käsittely vaikuttaa lupaavalta maailmankuvan muuttumisen suhteen: syyllisyyden muuttamalla yksittäisiä uskomuksia, arvoja ja toimia, häpeä voi aiheuttaa muutoksia kokonaisissa uskomusten, arvojen ja tekojen järjestelmissä, kyseenalaistaen laajempaa suhdetta esimerkiksi luonnon kanssa. Häpeän sietämistä voidaan pitää moraalisenä kypsyytenä, ja kyky kohdata häpeä myötätuntoisena ja nöyränä vähentää defensiivistä käytöstä. (Aaltola 2021.) Tunteiden käsittelyn merkitys kestäväälle toiminnalle tukee Lertzmanin (2012) ehdotusta siitä, että tiedon ollessa jo helposti saatavilla ympäristöviestinnässä olisi syytä järjestää tilaa herääville tunteille ja dilemmoille sekä niiden käsittelylle.

Ilmastonmuutos herättää vaikeita tunteita ja ahdistusta monista syistä: se pakottaa luopumaan autonomian illuusiosta todeten riippuvuutemme luonnosta, ja asettaa teknologian roolin kyseenalaiseksi, sillä teknologiset läpimurrot ovat ihmisen aiheuttaman ilmastonmuutoksen juurisyitä. Ilmastonmuutos haastaa ennustettavan tulevaisuuden ja herättää turvattuutta kokiessamme, ettei johtaminen ole kyennyt puuttumaan ongelmaan. Se saattaa myös havahduttaa omaan inhimilliseen tuhoisaan puoleemme. (Weintrobe 2012.)

Affektiiviset syyt voivat estää ympäristömyönteisen toiminnan, vaikka henkilöllä olisi riittävä ymmärrys ja ympäristömyönteinen näkemys. Tällaisia syitä ovat esimerkiksi vähäinen usko todellisista mahdollisuuksista toimia tai omasta kyvystä muuttaa olosuhteita, samanmielisen yhteisön puute tai usko, että on jo liian myöhäistä. Oleellisena esteenä on myös se, etteivät poliittiset rakenteet tue kestäviä valintoja. (Hogget 2012.) Ympäristöahdistus voi tuoda mukanaan rationaalista pessimismia, missä usko ihmislajin kykenemättömyydestä muuttaa ympäristökäytäntöjään edistää epätoivoa ja sitoutumattomuutta ja johtaa pahimmillaan ekomisanthropiaan. Tällaisten riskien vähentämiseksi Norlock (2009) esittää säilyttävää anteeksi-antoa, valmiutta inhimillisten virheiden hyväksymistä, osaksi ekologista kansalaisuutta. Hänen mukaansa tällainen epätoivoa vähentävä ja ihmisiin sitoutumista lisäävä tekijä saa pysymään ympäristöaktivismissa tai sitoutumaan ympäristömyönteiseen käytökseen muiden epätäydellisten, erehtyvien mutta kyvykkäiden ihmisten kanssa (Norlock 2009).

Ympäristökriisin herättämien tunteiden hyvinvointi- ja käyttäytymisvaikutusten lisäksi ne vaikuttavat suhtautumiseen yhteiskunnallisiin muutospyrkimyksiin. Uusien käytösmallien ja siirtymien hyväksyminen ja sopeutuminen vaatii positiivista emotionaalista sitoutumista ja sitä

kautta halua muutokselle. Ihmisten tunteet voivat siis olla tukena tai jarruna yhteiskunnallisille aloitteille tai muutoksille ja olla näin kriittisiä osia kestävyys siirtymien onnistumisille. Tunteiden ja kognition välillä on vahva linkki, ja tunteet vaikuttavat päätöksentekoon ja avoimuuteen uuden tiedon suhteen. Ne voivat paljastaa näkymättömiä realiteetteja ihmisten käyttäytymisen takana. (Martiskainen & Sovacool 2021.)

2.6 Yksilön vastuu

Yhteiskunnallisessa keskustelussa kestävydestä nousee usein esille erilaiset näkökulmat yksilön vastuusta ja vaikutusmahdollisuuksista. Yksilökeskeistä näkökulmaa vastaan nousee autonomisen kuluttajasubjektin kyseenalaistaminen; markkinat ohjaavat kuluttajan käytöstä monin tavoin, esimerkiksi identifikaation keinoin. Näin ollen on helppo ohjailta ja rakentaa vihreää kuluttajasubjektia säilyttäen silti kulutuskeskeiset elämäntavat. Eräranta ja Moisander (2006) esittävät, että individualistinen näkemys itsenäisestä kuluttajasta on taloustieteen ja liberaalin politiikan näkemyksiä, jotka on sallittua kyseenalaistaa. Talousliberaalissa ajattelussa ihmisiä tarkastellaan kulttuurista ja instituutioista erillisinä toimijoina, joiden yksilölliset ja rationaaliset valinnat kumuloituvat markkinakysynnäksi, joten kestävyyskysymykset palautuvat yksilöiden moraalisiin valintoihin jättäen huomiotta arjen toiminnan poliittiset, sosiaaliset ja historialliset rajoitteet. Markkinoiden ja politiikan tuottaman ohjauksen ja manipuloinnin takia vihreitä valintoja tulisi heidän mukaansa käsitellä vallan verkostojen kautta, ei yksilön moraalisiin valintoina (Eräranta & Moisander 2006, 26). Yksilön toiminnan vaikutuksia saatetaan myös pitää liian vähäisinä ja merkityksettöminä todellisten yhteiskunnallisen vaikutuksen ja muutoksen kannalta (Hormio 2020), vähentäen yksilönvalintoihin keskittymisen mielekkyyttä.

Kuitenkin ihmisten kokemukset, hiljainen tieto, elämäntavat ja kulttuurisen muutoksen näkökulma on perusta kestäväälle kulttuurille (Massa & Ahonen 2006). Yksilöille ei haluta kasata kaikkea vastuuta tilanteesta, mutta yksilöt ja yhteisöt ovat kykeneväisiä muuttamaan rakenteita. Vaikka demokraattisessa järjestelmässä vastuu on siirretty yksilöiltä järjestelmälle, siir-

ron epäonnistuksessa, eli suunnitelmien ja poliittisen tahdon puutteessa, vastuu palautuu takaisin yksilöille. Tällöin asia täytyy hoitaa itse tai muodostaa uusia kollektiivisia toimijoita, joille vastuu delegoidaan. (Hormio 2020.)

Filosofiassa yksilön ja yhteisön vastuuta ympäristöetiikassa on pohdittu yhteisvastuun kautta. Koska olemme osallisia epäoikeudenmukaisuutta tuottaviin sosiaalis-rakenteellisiin prosesseihin, olemme jaetussa vastuussa myös niiden muuttamisesta (Kortetmäki 2020). Hormio (2020) kyseenalaistaa yksilön vastuun ja vaikutusten mitätöinnin ja näkee keskustelun yksittäisten ihmisten päästöjen haitattomuudesta harhaanjohtavana; vaikka yksilön teon ja kollektiivisesti aiheutetun haitan välillä ei ole selkeää syy-seuraussuhdetta, yksilön teot eivät ole harmittomia. Sen lisäksi, että yksilöllisillä päästövähennyksillä on merkitystä, meillä on monia rooleja sosiaalisessa todellisuudessa. Koska pystymme vaikuttamaan yhteisöjemme ajatuksiin ja päästöihin, ajatusten edistäminen omassa piirissä on merkityksellistä. Asenneilmapiirin muokkauksessa yksilö voi olla osana muutosvoimaista kollektiivia. (Hormio 2020.)

Vaikka kestäväälle muutokselle keskeisenä pidetään sitä, että ihmisiä ohjataan kestävämpiin tuotanto- ja kulutusvalintoihin, yksittäiset yhteiskunnalliset keinot eivät muuta käytöstä syvällisesti ja pitkäkestoisesti. Kestävyyismurroksen tavoitteita ovat talousjärjestelmän ja kulutukseen pohjautuvan elämäntavan muuttaminen. Sen suhteen, syntyykö tämä yhteiskunnallinen, maailmankuvallinen ja elämäntapaan liittyvä muutos ylhäältä alaspäin suuntautuvilla toimilla vai kansalaisyhteiskunnasta, on erimielisyyksiä. (Soininen ym. 2022.)

2.7 Maailmansuhde vahvimpana vipukohtana

Maailmankuvalla ja maailman ymmärtämisellä systeemisenä kokonaisuutena, missä asioilla on syy-seuraussuhteita ja eri tasoisia vaikuttavia mekanismeja, pidetään oleellisena yksilön kestävyysorientoitumisen kannalta. Maailmansuhteeseen kuuluu muitakin kuin tiedonkäsittelyyn liittyviä seikkoja, kuten arvot ja näkemys ihmisen asemasta maailmassa muun elollisen ja elottoman luonnon kanssa. Maailmansuhdetta voidaan pitää antroposentrisenä, jossa ihminen on luonnon huipulla ja hänellä on etuoikeus muihin, tai ekosentrisenä, jossa ihminen nähdään osana luontoa ja luonto hahmotetaan itseisarvoisena.

Ekosentrinen maailmansuhde on osa yksilön ekologista orientoitumista (Ovaskainen 2019, 31), ja luonnon ja oman itsen inkluusio on yhteydessä ympäristömyönteiseen käytökseen (Weintrobe 2012). Luonto nähdään osana kaikkea ihmisten toimintaa, johtaen vahvempaan kestävyteen ja planetaaristen rajojen ymmärtäminen rajoina myös ihmisen toiminnalle (Siivonen ym. 2022, 204). Antroposentrinen maailmansuhde hahmottaa luonnon yhteiskunnasta erillisenä resurssien lähteenä. Jos maailmansuhde on hyvin antroposentrinen, vahva luontosuhde saattaa tarkoittaa paikallisluonnon arvostusta ja halua suojella ihmiselle tärkeäksi tai kauniiksi koettua luontoa, ilman systeemistä ymmärrystä globaalista näkökulmasta ja ihmisen riippuvuudesta luonnonprosesseista. Ihmisen luontoyhteyden palauttamista tai lisäämistä on ehdotettu yhdeksi tekijäksi kestävyysongelmien ratkaisemisessa, ja yhteiskunnallista luonnosta vieraantumista pidetään yhtenä ekologisten ongelmien juurisyistä (Ives ym. 2018, Woiwode ym. 2021).

Luontoyhteyteen liittyy materiaalistien ja kokemuksellisten yhteyksien lisäksi kognitiiviset, kuten tietämys, uskomukset ja asenteet, emotionaaliset, kuten kiintymys ja affektiiviset reaktiot sekä filosofiset yhteydet, eli näkemys inhimillisen yhteydestä muuhun luontoon. Vahvempi yhteys usealla näistä alueista voisi potentiaalisesti toimia vipuvoimana kohti syvällistä sosiaalista muutosta kohti kestävyttä. Näiden tekijöiden välillä on yhteyksiä, esimerkiksi lapsuudessa koetut kokemukset luonnossa lisäävät ympäristöön liittyviä uskomuksia, ja emotionaaliset ja kognitiiviset seikat lisäävät hakeutumista luontokokemusten äärelle. Luonnosta vieraantumisen syinä pidetään laajoja yhteiskunnallisia muutoksia, kuten materialismin ja ylikulutuksen määräävän aseman nousua. Suurempaa empiiristä todistusaineistoa kerännyt tutkiminta on kognitiivinen erkaantuminen ihmisen toiminnan seuraamuksista luonnolle, mikä johdetaan globaalien resurssisysteemien monimutkaistumisesta. Välittömiä syitä vieraantumiselle on löydetty esimerkiksi urbanisaatiosta, vähentyneestä pääsystä vihreille alueille, sosiaalisten normien ja käsitysten muutoksista sekä sähköisen median noususta. Vieraantumisen seurauksia on esimerkiksi vähentyneet luonnonympäristön hyödyt lasten kehitykselle ja oppimiselle sekä ihmisten hyvinvoinnille ja kestäväälle käytökselle. Suuremmassa mittakaavassa ihmiskunnan lisääntyvää erkaantumista luonnosta pidetään jopa yhtenä suurimmista uhista ympäristölle, ja luontoyhteyden palauttamista yhtenä parannuksena kestävyyskriisiin. (Ives ym. 2018.)

Vipuvaikutusteoria (Meadows 1999), jota pidetään lupaavana näkökulmana kestävyystieteessä, korostaa maailmansuhteen merkitystä kestävyysmurroksessa. Vipukohtaksi kutsutaan kohtaa, jossa suhteellisen pieni toimenpide johtaa suureen muutokseen lopputuloksessa. Vipuvaikutusteorian mukaan mitä voimakkaampaan vipukohtaan pieni toimenpide kohdistetaan, sitä suurempaan murrokseen se johtaa. Maailmansuhteen muuttumista pidetään tehokkaimpana yhteiskunnan kestävyyttä edistävänä vipukohtana. Pinnalliset vipukohdat, kuten materiaalien virtoihin vaikuttaminen, ovat riittämättömiä systeemisten muutosten aikaansaamiseksi. Tällä voidaan selittää esimerkiksi sitä tosiasiaa, etteivät poliittisesti asetetut tavoitteet ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi ole johtaneet riittäviin toimiin: interventiot kohdistuvat pinnallisiin tekijöihin ja heikkoihin vipukohtiin, ja systeemisten kausaalisuhteiden ymmärtäminen on vähäistä. (Fischer & Riechers 2019, Woiwode ym. 2021, Ives ym. 2018.)

Vipuvaikutusteorian mukaisesti suurin vaikutus kestävyuden toteutumisen kannalta olisi maailmankuvaan vaikuttaminen, mikä sisältää ihmisten ajattelutavat ja paradigmat. Kulttuurin ja maailmankuvan vipukohta on täynnä hiljaista, totunnaista tietoa, joka on osana arkista maailmaa. Vaikka pinnallisilla toimilla, kuten tuuppaamisella ja uudella teknologialla voi olla vaikutusta sen hetkiseen käytökseen, se ei muuta käytöstä syvällisesti kestäväksi. Tehokkaampi vaikutus on sillä, mikä nähdään kulttuurisesti normaalina ja toivottavana, ja sen muutoksen uskotaan voivan saada aikaan nopeita ja suuria murroksia. (Siivonen ym. 2022.) Pienetkin muutokset vahvoissa vipukohtissa voivat aikaansaada suuria vaikutuksia. Sisäisiä, voimakkaita vipukohtia luontoyhteyden kannalta ovat filosofiset ja emotionaaliset ajattelun ja kokemisen tavat (Ives ym. 2018). Vipukohdan suurena haasteena on, että vahvoihin vipukohtiin, kuten maailmansuhteen muuttumiseen, vaikuttaminen on käytännössä hyvin vaikeaa, vaikka sen hyödyt voisivat olla huomattavat. Pinnallisiin vipukohtiin vaikuttaminen taas on verrattain helppoa, mutta ei johda tarvittaviin tuloksiin. (Fischer & Riechers 2019.)

Woiwode ym. (2021) esittävät, että yksilön sisäistä transformaatiota osana kestävyysmurrosta on huomioitu ja tutkittu liian vähän, huolimatta sen asemasta syvimpänä vipukohtana. Aiheen tutkijat alleviivaavat enenevässä määrin, että teknis-tieteellisen fokuksen lisäksi on tarve ihmiselämän psykologisen, kulttuurisen, taiteellisen ja henkisen ulottuvuuden huomioi-

miselle kestävyysmurroksen välttämättömänä osatekijänä. Sisäisen transformaation prosessit voidaan jakaa henkilökohtaiseen, kollektiiviseen ja kulttuuriseen prosessiin, jotka ovat erottamattomasti yhteydessä toisiinsa. Näkemys, jonka mukaan henkilökohtaisella ja kollektiivisella tasolla on siirryttävä minäkeskeisestä maailmankuvasta ekosentriseen maailmankuvaan, huomioi itsen ja yhteiskunnallisen muutoksen vuorovaikutuksen, itsensä kehittämisen ja sosiokulttuurisen transformaation yhteyden. Myös Joutsenvirta ja Salonen (2020) peräänkuuluttavat uudessa edistyskertomuksessaan henkilökohtaisen kasvun, kaiken kattavan huolenpidon ja laajojen tietämisen tapojen ymmärtämisen merkitystä sosiaalisesti ja ekologisesti kestäväen yhteiskunnan rakentumiselle.

Sisäinen kestävyysmuutos osana kulttuurista muutosta sisältää subjektiivisen hyvinvoinnin ja fyysisen terveyden, itsereflektion ja tietoisuuden, ei-materialististen ydinarvojen aktivoitumisen, ympäristömyönteiset ja sosiaaliset asenteet, tietoiset, joustavat ja sopeutuvat asenteet sekä yhteenkuuluvuudentunteen, myötätunnon ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden tajun. Haasteena sisäisen transformaation lähestymistavoissa on muutostarpeen kiireellisyys ja sisäisen transformaation vaatima aika ja hitaus. Vie aikaa kehittää reflektiota ja avoimuutta itseä, muita ja luontoa kohtaan. Toisaalta tämän haasteellisuuteen liitetään myös yhteiskunnan nopea elämänrytmi, mikä ei jätä aikaa sisäiselle kasvulle. (Woiwode ym. 2021.)

Konkreettisia ruohonjuuritason aloitteita kohti kestävämpää yhteiskuntaa ja talousjärjestelmää on jatkuvasti meneillään eri puolilla maailmaa. Tällaisia järjestelmää kritisoivia, mutta myös uudelleen luovia elämäntapoja ja aloitteita on esimerkiksi ekokylät sekä urbaanimmat, olemisen tapoja haastavat yksilölliset ja yhteisölliset aloitteet, erilaiset tuotantoyhteisöt ja paikallisesti hallitut yhteisresurssit ja palvelut. Nämä aloitteet toimivat elämäntapana ja yhteisönä, joka kritisoi dominoivaa sosiaalista paradigmaa luoden vaihtoehtoisia käytäntöjä tuottavuudelle ja kuluttamiselle sekä uudelleenorganisoi sosiaalisia rakenteita ja jokapäiväisiä käytäntöjä kestävämpään suuntaan. (Casey ym. 2020.) Tämä on yhteisöllistä aktivismia, joka on yksi kansalaisyhteiskunnan yleistynyt ratkaisu ekologiseen kriisiin. Usein itseorganisointineissa kestäväen elämän aloitteissa yhdistyy sekä syvät että pinnalliset vipukohdat, kuten esimerkiksi yhteisöpuutarhan hoitamisessa: materiaallinen yhteys, oppiminen, terapeuttiset hyödyt ja sosiaalinen koheesio (Ives 2018). Transformatiivisen ja transgressiivisen oppimisen

lähtökohtien mukaan pelkästään keskittyminen kestävyteen, lieventämiseen, sopeutumiseen ja suojelemiseen eivät riitä, sillä ne eivät kyseenalaista toimimattoman järjestelmän perustaa eivätkä pyri muuttamaan sen perusteita luoden kokonaan parempaa järjestelmää (Pisters ym. 2020).

3. Tutkielman toteutus

3.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymys

Massa ja Ahonen peräänkuuluttivat vuonna 2006 ympäristöelämäkerrallisen tutkimuksen laajentamista, missä tavallisten ihmisten kokemukset, elämäntavat ja kulttuuriset muutokset tulevat esille. Myös Woiwode ym. (2021) esittävät, ettei yksilöiden sisäistä kestävyysmuutosta ole tutkittu tarpeeksi. Tutkielma pyrkii pääsemään käsiksi näihin kokemuksiin ja elämäntapoihin, ja kokoaa subjektiivisia tulkintoja kestävästä elämäntyylin kehittymisestä ja kulttuurisesta tilasta sen suhteen. Tutkielma on yksi näkökulma osana monitieteistä ympäristötutkimusta ja kestävyystutkimusta.

Tämän tyyppisten tutkielmien tarve on perusteltavissa sillä, että se pyrkii edistämään siirtymää ekologisesti kestävämpään elämäntapaan. On oleellista tietää, mitkä asiat käytännön tasolla vaikuttavat yksilöiden ja yhteisöjen valintoihin sekä toimijuuden tunteeseen. Aihe on ajankohtainen, sillä lisääntyneestä tiedosta ja teknologioista huolimatta suomalaisten kulutus jatkaa kasvamistaan kestäättömissä mittasuhteissa (Salonen ym. 2017). Aikaisemmissa tutkimuksissa ei ole saatu yksiselitteisiä tuloksia ympäristömyönteisen käytöksen taustalle, vaan ilmiö on monitahoinen ja vaatii monitieteistä tarkastelua. Kestävyyskasvatuksen kannalta mielenkiintoista on arjen, oppimisen ja elämäntapahtumien vaikutus ympäristömyönteiselle orientoitumiselle, sekä tietämyksen ja toiminnan ristiriidan tutkiminen.

Yksilöiden toiminta on osa kestävästä yhteiskunnan rakentumisesta (Siivonen ym. 2022), ja siksi sitä on mielekästä tutkia. Tieto ihmisten ajatuksista kestävyysvalintoihin liittyen on tärkeää myös, kun suunnitellaan rakenteita ja muutoksia, jotka tukevat kestävästä elämäntapaa. Yhteiskunnallinen ohjaus luo erilaisia kasvu- ja elämäntarinoita, jotka vaikuttavat ihmisten kykyihin ja toimintaan ja edelleen heidän rakenteita muokkaavaan toimijuuteensa.

Tutkielman tarkoituksena on selvittää vastaajien omia näkemyksiä siitä, millaiset tapahtumat heidän elämänsäpolussaan ovat vaikuttaneet haluun ja kykyyn toimia ympäristövastuullisesti. Tutkielman pyrkii tuomaan esiin yksilötason näkökulmaa siihen, miksi osa ihmisistä päätyy

tekemään elämänvalintoja, jotka vastaavat ekologisen kriisin vaatimaan elämäntavan ja kulutuksen muutokseen. Poimimalla yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia aineistojen tarinoista ja suhteuttamalla sitä aikaisempaan tutkimukseen voidaan tehdä oletuksia siitä, millaiset sisäiset ja ulkoiset asiat vaikuttavat positiivisesti yksilöiden ympäristövastuulliseen käytökseen.

Tutkielman tutkimuskysymys on seuraava:

Miten ympäristövastuulliset toimijat ovat päätyneet elämäntapaansa?

Tutkimuskysymys on jaettu alakysymyksiin, jotka jäsentävät tutkimuskysymykseen vastaavia tuloksia. Alakysymykset ovat:

1. Mikä on johtanut ympäristövastuulliseen käytökseen?
2. Mitä ekologinen elämäntapa merkitsee vastaajille?

Tutkielma on toteutettu laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus ei pyri yleistettävyyteen, vaan ilmiön kuvaamiseen, ymmärtämiseen ja mielekkääseen teoreettiseen tulkintaan. Laadullinen aineisto ei vastaa suoraan tutkimuskysymyksiin, vaan alakysymykset on muotoiltu sen perusteella, millaisia asioita aineistosta nousi. (Ruusuvuori ym. 2010.)

3.2 Kertomusten tutkiminen

Tutkielman aineisona on käytetty kirjallisia kertomuksia. Kertomuksia käytetään, kun halutaan selvittää ihmisten kokemuksia, käsityksiä ja tapaa kuvata ilmiötä, tässä tapauksessa suhteessa kestävään elämäntapaan ja käytäntöihin (Koppa 2014). Kertomusten käyttäminen tutkielmassa oli perusteltua myös tutkimuskysymyksen avoimuuden takia: vapaassa tutkimusasetelmassa kertomusten tutkiminen on luontevampaa, kuin taas formaali asetelma kaipaa strukturoituja kysymyksiä toimiakseen paremmin. Kirjallinen ilmaisu ja elämänkertateksti ovat informaaleja aineistoasetelmia. Kertomuksia käyttämällä tutkijan ohjaavuus aineiston tuottamisessa vähenee, ja aineistossa painottuu se, mitä tekstin tuottaja on halunnut ilmaista ja millaisia assosiaatioita hänelle syntyy. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.)

Kertomukset perustuvat aina kokemuksiin. Kertomukset ovat henkilökohtaisia ja muistinvaraisia, eikä niiden voida tulkita kuvaavan todellisuutta sellaisenaan objektiivisesti. Kertomukset, kuten muunlainenkaan aineisto harvoin, jos koskaan, kuvaa tutkittavaa ilmiötä suoraan, vaan aineisto on tutkijan tiedon tuottamisen väline. (Ronkainen ym. 2014, 122.) Kertomuksia tutkimalla voidaan saada valtavan laajasti tietoa eri näkökulmista ja erilaisin rajauksin, ja niissä yhdistyy monesti sosiaaliset, kulttuuriset ja emotionaaliset merkitykset. Kertomuksia aineistona käyttäessä on tiedostettava, että ne sisältävät usein myös sepitteitä, jotka pyrkivät esimerkiksi vaikuttamaan tunteisiin tai hämärtämään tulkintaa. Nämä seikat ovat oleellinen osa kertomusten tutkimista, eikä tutkijan rooliin kuulu kyseenalaistaa tai spekuloida kokemusten todenperäisyyttä. Kokemuksia tutkittaessa tutkija ei voi asettua pelkän tarkkailijan asemaan, vaan hän on myös osa tutkimaansa kohdetta. Myös tutkijan kokemukset muodostuvat kertomuksista, ja on tärkeää, että hän pyrkii vapaaksi omista ennako-oletuksistaan. (Tölkki 2018.)

Kertomus on ajattelua, muistelua ja päättelyä; elämän ja olemassaolon ymmärtämistä, tulkintaa ja välittämistä (Aaltonen & Leimumäki 2010, 125). Kertomus koostuu tilanteiden subjektiivisesta kuvauksesta ja kontekstista, tapahtumien ajallisesti järjestäytyneestä kulusta, kokemuksellisuudesta ja viittauksista ulkopuoliseen maailmaan. Kertomus etenee sekä ajallisesti tapahtumien etenemisenä että tekstinä, ja siinä nousevat teemat tulee suhteuttaa etenemiseen. Tietyt teemat saattavat kutsua uusia, kertomuksen sisäisiä kerronnallisia kohtia. Kerronnat sisältävät ennakoitua, takaumia ja jälkiviisautta. Kertomukset ovat siis ilmauksia, jotka mahdollistavat kuulijan tai lukijan rakentaa mielessään tapahtumakulkuja, ja aineiston lisäksi lukijalla nousee tulkinnan tueksi kulttuuriset käsikirjoitukset ja odotukset. Usein kertomuksissa on yhtenä vaiheena myös siirtyminen tapahtuman ajasta kertomisen hetkeen. Kertomukset eivät keskity vain siihen, mitä tapahtui, vaan myös siihen, mitä ei tapahtunut. Kertomuksia tutkiessa voidaan analysoida monia eri asioita, kuten prosesseja, aikakehyksiä ja tekijöitä. Prosesseja ovat esimerkiksi kertomusten materiaaliset, henkiset ja suhdeprosessit. Tämän tutkielman aineistossa korostuu erityisesti henkiset prosessit, jotka koskevat ihmisen sisäisen maailman prosesseja, mutta myös havaittavissa maailmassa tapahtuvia prosesseja. Suhdeprosessit asettavat asioita suhteeseen toistensa kanssa. (Hyvärinen 2010.)

Henkiset prosessit voidaan jakaa ajattelemisen, havaitsemisen ja affektiivisiin prosesseihin. Kertoja voi asemoida itsensä ajattelijan, tarkkailijan tai kokijan positioon. Käyttäytymisen prosesseja tarkastellessa on erityisen mielenkiintoista erilaiset aistimisen prosessit, kuten katsella ja nähdä, joissa vaihtelee se, tuleeko kokemus sisältä ulos vai ulkoa sisälle. Prosessien kautta voidaan tarkastella kertomisen tapoja, esimerkiksi miksi yksi kertoja keskittyy materiaaliin ja toinen henkisiin prosesseihin, millaisia subjektiasetelmia otetaan ja annetaan sekä kertomusten ja jaksojen painopisteiden vaihtelut. Kertomusten analyysissä voitaisiin sisällön lisäksi saada tietoa esimerkiksi yksilön tavasta käsitellä menneisyyttä ja nykyisyyttä (Aaltonen & Leimumäki 2010). (Hyvärinen 2010.)

Kertomuksissa näkyy subjektiasetelmia ja erilaisia identiteettejä (Törrönen 2010). Tyypillisesti kerronnasta kertova minä ottaa etäisyyttä menneeseen minään, tai toisinaan samaistuu käyttäen preesenssiä. Toisto voi kertoa voimakkaasta kokemuksesta ja menneisyyden odotusten vastaisuudesta. Kertomuksessa kertoja merkityksellistää kokemusta, joka päättyy sillä hetkellä kerrotuksi kokonaisuudeksi. (Aaltonen & Leimumäki 2010.)

Ihmisillä on suuri määrä odotuksia siitä, miten asiat normaalisti kulkevat kertomusmuotoisesti. Kertomukset ovat kommentteja, jotka yleensä kommentoivat jotain odotusten vastaista tapahtumasarjaa. Kertomuksen analyysissä on siis olennaista, mihin odotukseen kertoja on kommentillaan ja kertomuksellaan vastaamassa. (Hyvärinen 2010.) Tämän takia se, missä kontekstissa ja kenelle kertomus esitetään, on olennaista kertomuksen sisällön kannalta, ja tämän tutkielman kertomuspyyntö ja vastaajille annettu muu tieto tutkielman tarkoituksesta luo vastaajalle kuvaa siitä, kenelle hän kertomustaan kertoo ja mitkä ovat kuulijoiden odotukset ja oletukset kertomukselta.

Tässä tutkielmassa en ota erityisen tarkastelun alle sitä, miten kerrotaan tai millainen kertomus rakenteeltaan on, vaan mitä kerrotaan, eli olen kiinnostunut sisällön merkitysten erittelystä.

3.3 Aineistonkeruu

Tutkielman aineistona on 12 kirjallista kertomusta, jotka on kerätty sähköisen kirjoituspyynnön avulla keväällä 2023. Kirjoitukset ovat pituudeltaan yhdestä sivusta kolmeen sivuun. Yhteensä aineistoa on 23 sivun verran. Aineiston kertomuksia voidaan pitää omaelämäkerrallisina teemakertomuksina, sillä kertomuspyynnössä yhdistyi pyyntö kuvata omaa elämäntaakartta ja teemana ekologisen kestävyuden roolia elämänvaiheissa (Ronkainen ym. 2014). Aineistoa voidaan luonnehtia myös ”miten minusta tuli”-aineistoksi, sillä kertojat kuvaavat omaa olemustaan ja kehitystään suhteessa identiteettiin tai rooliin kestävyysvalintoja tekevänä ihmisenä. Laadulliselle, kerronnalliselle aineistolle tyypillisesti aineistosta ei voida vetää yleistettäviä johtopäätöksiä, mutta sen voidaan nähdä kuvaavan ilmiötä ja sen taustoja kulttuurisessa ja ajallisessa kontekstissa.

Aineistonkeruutavaksi valikoitui omakohtainen kertomus, sillä halusin tutkia ympäristövastuullisen elämäntavan kehittymisen prosessinomaista luonnetta. Lähtökohtana oli käsitys, jonka mukaan ympäristövastuullinen käytös ei pohjaudu vain yhdelle tekijälle, vaan rakentuu erilaisten elämäkokemusten kautta. Ajattelin, että kertomusmuotoisessa, strukturoimattomassa vastauksessa tulee parhaiten esiin kertojien erilaiset kokemukset eri elämänvaiheissa.

Kirjoituspyynnössä (liite 1) haettiin henkilöitä, jotka ovat tehneet elämässään valintoja tai elämäntapamuutoksia ekologisten syiden perusteella, ja mieltää toimineensa näin myös muissa kuin ostoksiin liittyvissä valinnoissa. Kohderyhmäksi valikoituminen tapahtui kirjoittajan itsensä harkinnasta, eli vastaajien riittävän kestävästä elämäntyyliä ei arvioitu tai määritelty aineiston rajaamiseksi. Tarkoituksena oli saada aineistoksi näkemyksiä siitä, mitkä seikat vaikuttavat ja ovat läsnä ympäristötietoisien ihmisten elämässä, joilla kestävyteen pyrkiminen jo konkretisoituu omassa elämänvalinnoissa, ja on itse tunnistettu osa arvoja ja identiteettiä. Vastaajien haussa olennaisempaa, kuin laskennallisilta vaikutuksiltaan mahdollisimman kestävästi kuluttavat ihmiset esimerkiksi hiilijalanjäljen perusteella oli vastaajien oma näkemys itsestä kestävästi kuluttamiseen ja ekologiseen elämäntapaan pyrkivänä ihmisenä. Vastaajien laskennalliset päästöt ja ympäristövaikutukset voivat olla keskenään erilaisia, eikä tässä tutkielmassa päästä käsiksi näihin kvantitatiivisiin seikkoihin. Sen sijaan tutkielmassa tutkitaan kestävyysajattelun kulttuurisia, affektiivisia ja sosiaalisia vaikuttimia.

Aineiston keräämistapa vaikuttaa siihen, ketkä valikoituvat vastaajiksi. Tutkijan täytyy tunnistaa aineiston syntyehdot ja tiedostaa, että kerronta on aina kulttuuriin ja kerronnan foorumiin liittyvää. Kerrontaan vaikuttaa kirjoituspyyntö, kerronnallisen kirjoittamisen normit sekä oletus siitä, kenelle kirjoitetaan. (Ronkainen ym. 2014.) Minun roolini vastaajien rajaamisessa kertomuspyynnön ilmausten lisäksi oli alustat, joille kertomuspyyntöä levitin. Koska halusin tavoittaa henkilöitä, joille kestävyysajattelu on tärkeä osa arkea ja jotka eivät hahmota kestävyyttä pelkästään kulutusvalintojen kautta, lähetin kertomuspyyntöä järjestöille ja verkostoille, joilla uskoin olevan tällaisia henkilöitä. Näitä alustoja olivat kestävään elämäntapaan ja ympäristönsuojeluun keskittyvien ruohonjuuritason verkostojen ja järjestöjen suljetut kommunikaatiokanavat, joille kirjoituspyyntö välitettiin pyynnöstäni. Kun näiltä kanavilta sain vain muutaman vastauksen, laajensin kutsua aiheeseen liittyviin Facebook-ryhmiin. Sosiaalinen media oli selvästi tehokkaampi tapa kerätä aineistoa, ja poistin kirjoituspyynnön alustoilta vuorokauden päästä lähettämisestä, sillä vastauksia alkoi tulla jo liikaa gradun laajuuteen nähden.

Sähköpostissa tai sosiaaliseen mediaan julkaistussa kertomuspyynnössä oli linkki Google Forms –lomakkeeseen (Liite 2), johon kuka tahansa linkin saanut pystyi vastaamaan anonyymisti. Vaikka kirjoituspyyntö on suhteellisen strukturoimaton aineistonkeruumenetelmä, aiheetta tukemassa lomakkeessa oli myös muutama ehdotus pohdittaviksi kysymyksiksi, kuten ”Miten ekologinen elämäntapa tai siihen pyrkiminen on näkynyt eri elämänvaiheissasi?” ja ”Milloin aloit nähdä ekologisen elämäntavan tärkeänä ja miksi?”. Taustatiedoiksi lomakkeessa pyydettiin sukupuolta, asuinseutua (kaupunki/taajama tai maaseutu) sekä syntymävuotta.

Epäilin, että tutkimukseen voi olla haastava löytää osallistujia, sillä tehtävä on suhteellisen työläs, vaatii itsereflektiota, ajattelua ja suhteellisen pitkää tekstiä, sekä tietysti vaivaa kirjoittaa. Uskon, että tämä hankaloitti vastaajien löytymistä. Myös jälkeenpäin ajateltuna kutsu ei tehnyt kynnyksestä osallistua mahdollisimman matalaa: aineistosta käy ilmi, että ihmiset olivat hyvin vaatimattomia näkemyksissään omien tekojen ekologisuudesta tai riittävydestä, eivätkä monet välttämättä kokeneet omaa panostaan riittävänä, jotta voisivat vastata tällaiseen kertomuspyyntöön. Kirjoituspyynnön ja sitä jakaneiden tahojen perusteella voidaan olettaa, että kirjoittajat olivat valveutuneita ekologisuuden suhteen, toimivat eri yhteisöissä

aktiivisesti tai seurasivat yhteiskunnallista toimintaa. Kirjoituspyyntöön vastaaminen edellyttänee myös tietynlaista akateemista tai kirjallista tottumusta lukemisen, kertomisen ja kirjoittamisen suhteen sekä kutsussa ja kysymyksessä esitettyjen konseptien ja termien tuttuutta. Voi siis olla, että vastaajissa painottuu akateemisesti orientoituneet ihmiset.

Kutsussani jätin ekologisten valintojen määrittelyn avoimeksi muuten, paitsi rajasin ulos pelkästään kulutusvalintoihin liittyvät toimet, jolla tarkoitin yleistajuisesti ostokäyttäytymiseen liittyviä valintoja. Kulutusvalinnat on siitä haastava termi, että yhteiskunnassamme lähes kaikki valintamme kytkeytyvät kulutukseen, ja ekologiset valinnat liittyvät kulutuksen vähentämiseen. Pelkkien ostosvalintojen määrittämisen kestävästä elämäntavan rajasin ulos huomattuani aikaisemmissa tutkimuksissa paljon markkinatutkimukseen ja vihreään kuluttamiseen liittyviä tutkimuksia, jotka olivat samankaltaisia oman tutkimukseni kanssa, mutta keskittyivät esimerkiksi selvittämään vihreän kuluttajan ostovalintojen taustoja. Koska vihreä kuluttaminen ei ole välttämättä perusteltu ratkaisu ekologiseen kriisiin, halusin rajata pelkästään tähän keinoon tukeutuvat vastaajat pois. Vastauksissa korostuikin kulutuskriittisyys, mikä soljui hyvin yhteen Cherrier ym. (2010) tutkimusten kanssa, missä vertailtiin kulutuskriittistä elämäntapaa suhteessa ekologiseen ja taloudelliseen ajatteluun. Tutkimuksessa todettiin, että kulutuskriittisyys ei läheskään aina liity motiiveiltaan ekologisuuteen, vaan motivaattoreina voivat olla myös esimerkiksi vähävaraisuus tai minimalistinen elämäntyyli. Myös saamissani kertomuksissa kertojat kuvaavat erityisesti lapsuudessa koettua niukkuutta, jossa kulutuksen ja uusien hyödykkeiden hankkimisen vähäisyys oli pitkälti taloudellinen kysymys.

3.4 Laadullinen sisällönanalyysi

Laadullisessa sisällönanalyysissä huomio on tutkittavien näkökulmassa, merkityksissä ja näkemyksissä. Tavoitteena on kokonaisvaltainen ymmärrys tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009.) Sisällönanalyysia käytetään, kun ollaan kiinnostuneita kielestä kommunikaation välineenä ja todellisuuden kuvana, ja erityisesti kielen sisällöistä ja prosesseista (Tuomi & Sarajärvi 2009, 47).

Laadullisessa sisällönanalyysissä aineisto pelkistetään pilkkomalla se käsitteellistettäviin osiin. Aineiston pelkistäminen raakahavainnoiksi tekee aineistosta hallittavamman. Analyysi on prosessi, jossa lajittelun lisäksi tutkija tuottaa havaintoja aineistosta aineiston ja aikaisemman tutkimuksen keskustelun pohjalta (Ronkainen ym. 2014). Tämän tutkielman analyysia voidaan kutsua aineistolähtöiseksi, eli analyysiyksiköitä ei ole määritelty etukäteen eikä teoria ohjaa aineiston analyysia (Tuomi & Sarajärvi 2009, 95). Analyysiyksiköt on valittu aineiston mukaan sisällönanalyysin ja teemoittelun avulla. Todellisuudessa mikään analyysi ei ole täysin aineistolähtöinen, sillä tutkija ei koskaan ole täysin irrallinen aikaisemmista käsitteistä tai teoriasta (Ruusu vuori ym. 2010, 19). Tunnistin aikaisemman tutkimuksen, teorian ja ennako-odotusten roolin erityisesti siinä, että se auttoi analyysivaiheessa hahmottamaan, mitä aineistosta puuttui suhteessa aiheen aikaisempaan tutkimukseen. Keskityin aineiston analyysissä samankaltaisuuksien ja yhdistävien piirteiden löytämiseen.

Tutkielman tutkimusongelma muodostui selkeäksi jo alkuvaiheessa, mutta tutkimuskysymyksen asettelussa oli haasteita aiheen avoimuuden ja laajuuden takia. Tutkimuskysymys muotoutui ja tarkentui tutkielman edistyessä, mikä on tavallista aineistolähtöiselle laadulliselle tutkimukselle.

Aloitin aineiston analysoinnin läpilukemalla aineistoa ja kirjasin sieltä nousevia ilmauksia ylös, yhdistellen ilmauksia alateemoiksi. Kävin aineiston tämän jälkeen uudelleen läpi etsien ja merkatien aineistosta nousseita teemoja värikoodein. Tämä ensimmäinen vaihe oli aineiston jäsentelyä, käsitteellistämistä ja raakahavaintojen tekoa. Näitä havaintoja teemoittelin ja yhdistelin, muodostaen niistä ryhmiä teemojen alle.

Seuraavana askeleena tarkastelin teemoja tutkimuskysymyksen valossa, ja muodostin niistä yläkäsitteitä, joista on mahdollista lähteä erittelemään vastauksia tutkimuskysymykseen. Tässä vaiheessa arvioin edellisen vaiheen havaintojen merkityksellisyyttä tutkimusongelman kannalta, ja osa havainnoista jäi pois epärelevantteina. Apuna tässä vaiheessa käytin tutkimuskysymyksestä johdettuja analyysikysymyksiä, joita olivat esimerkiksi seuraavat: Mitä syitä kestäville valinnoille annetaan? Mikä on johtanut ympäristövastuulliseen käytökseen? Mitä ristiriitoja ja esteitä huomataan? Millaisia merkityksiä ympäristövastuullinen elämäntapa saa? Analyysikysymykset pilkkoivat tutkimuskysymystä osiin ja helpottivat vastausten hakemista aineistosta.

Viimeisenä analyysivaiheena jäsentelin ja järjestelin tuloksia luontevaksi kokonaisuudeksi puhtaaksikirjoittamista varten. Vasta tässä vaiheessa tutkimuskysymys sai alleen kaksi alakysymystä, jotka muodostuivat aineiston perusteella: erottelin tuloksiksi pääkysymykseen ympäristövastuullisen käytöksen syyt ja ympäristövastuullisen elämäntavan merkitykset.

Aineiston teemoittelussa tuotti haasteita luokkien päällekkäisyys ja sidoksisuus. Esimerkiksi affektit näyttäytyivät aineistossa enemmän teemoja yhdistävänä ja ylittävänä solmukohtana kuin irrallisena teemana. Toisaalta luokittelun kuuluukin toimia vain ensimmäisenä selkeyttävänä apuvälineenä, ja luokittelun rajoja voidaan seuraavassa analyysin vaiheessa ylittää kiinnostavien tuloksien saamiseksi. Aineistosta on tarkoitus saada irti jotain, mikä ei ole läsnä suorissa lainauksissa, minkä takia palasin aineiston läpilukuun useita kertoja analyysin aikana. (Ruusu vuori ym. 2010.)

Tutkielmaan saatu kertomusaineisto oli monipuolista ja laajasti aihetta käsittelevää, ja sen sisältöjä olisi voinut tarkastella monista muistakin näkökulmista ja erilaisilla metodeilla, mikä haastoi analyysin rajaamista. Sisällönanalyysin sijaan aineistosta olisi hyvin voinut lähteä etsimään vastauksia esimerkiksi diskurssianalyysin keinoin. Tutkielmassa keskityttiin siis erittelemään kertomusten asiasisältöjä, ei esimerkiksi kertomisen tapaa. Myös kertomuspyynnön runko oli suunniteltu tähän analyysitapaan sopivaksi. Päädyin laadulliseen sisällönanalyysiin, sillä minua kiinnosti tarkastella monipuolisesti aineistosta nousevia syitä ja kokemuksia kesätyöajattelun taustalla. Tarkastelun ja tutkimuskysymyksen ollessa laajoja, myös tutkimustulokset jäivät ehkä pinnallisemmiksi, kuin mitä aineisto olisi mahdollistanut, jos aiheen olisi rajannut tiukemmin. Koska tarkoitus oli saada laajempi kokonaiskuva ja kysymyksenasettelu palveli tutkimuskysymystä, rajausta voidaan pitää silti perusteltuna.

3.5 Luotettavuus ja tutkimusetiikka

Aineiston kuvaamiseen liittyviä rajauksia oli vastaajien henkilöllisyyden suojaamisen osalta. Vaikka en saanut anonyymien vastauslomakkeen kautta tietooni vastaajien nimiä, paikkakuntia

tai yhteystietoja, kertomuksille tyypillinen henkilökohtaisuus ja intiimiys vaatii erityistä huomiota anonymiteetin suojaamiseksi (Hirsjärvi ym. 1997, 219). Tämä vaikuttaa siihen, millaisia nostoja voin tehdä aineistosta ja kuinka yksityiskohtaisesti kuvata vastaajien kertomuksia. Kuten kertomuspyynnössä ilmoitin, en nosta aineisto-otteissa tunnistamista mahdollistavia tietoja, kuten paikkakuntia tai nimiä esiin.

Tutkielmassa on huomioitu hyvän tieteellisen käytännön vaatimuksia luotettavuus, rehellisyys, arvostus ja vastuunkanto (TENK 2030). Viittauksissa ja käytetyissä lähteissä on pyritty täsmällisyyteen ja kriittisyyteen, sekä tutkimustiedon tuoreuteen. Tutkimusaineiston käytössä on noudatettu tietoon perustuvaa suostumusta, ja tutkimukseen osallistuminen on vaatinut osallistujien omaa aktiivisuutta. Ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen eettisten periaatteiden mukaisesti tutkielmassa on huomioitu tutkittavien arvostava kohtelu, tässä tapauksessa heidän omakohtaisten kertomustensa arvostava käsittely, sekä tutkimuksen mahdollisesti aiheuttamat haitat (TENK 2019). Mahdollisia haittoja tämän tutkielman suhteen ovat tutkimuksen aiheen aiheuttama epämukavuus ja tunnelataus. Tunnepitoiset seikat olivat vastaajien tiedossa ennen osallistumista, ja osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, vastaajat pystyivät tarkastelemaan vastauslomaketta ennen päätöstään osallistua ja keskeyttämään vastaamisen halutessaan. Aineiston käsittely ja suojaus oli ilmaistu kirjoituspyynnössä, ja osallistujien oli mahdollista olla yhteydessä minuun sähköpostitse. Tutkielma ei sisältänyt henkilötietojen käsittelyä.

Tutkimusaiheen ja -kysymyksen valinta on myös eettinen kysymys (Tuomi & Sarajärvi 2009, 129). Tutkielmassa on pyritty huomioimaan se, kenen ehdoilla tutkimusta tehdään ja miksi. Tutkimuksessa ei tutkita haavoittuvaisia tai marginalisoituja ryhmiä, mutta tutkimuksen aihe voi olla tunteita herättävä ja luoda joissain yhteyksissä vastakkainasetteluja. Käytännössä tutkielma on aiheeltaan ja toteutukseltaan kuitenkin hyvin harmiton. Yhteiskunnallisesti tutkielma on eettisesti perusteltu kestävän kehityksen tavoitteiden mukaisesti.

Dokumentaatioissa on pyritty yksityiskohtaisuuteen luotettavuuden arvioitavuuden lisäämiseksi. Tutkielman validiteettia ja luotettavuutta on pohdittu tutkimuksen edetessä ja suhteessa tutkimusmenetelmään. Tutkimuksen luotettavuuden lisäämiseksi tutkimuskysymys

tarkentui aineiston analyysin seurauksena sen perusteella, millaisiin kysymyksiin aineisto antoi vastauksia. Pyrin tutkimuksen edetessä pysymään avoimena tutkimuksen suunnan muutokselle, jos aineisto sitä vaatii. Tiedostin myös, että tutkittavien näkökulma aiheeseen voi olla eri, kuin oma näkökulmani kertomuspyyntöä kirjoittaessani. Tutkimuksen aineiston laajuus on suhteutettu opinnäytetyön laajuuteen niin, että aineisto on pystytty käsittelemään tarpeeksi syvällisesti.

Tutkielman tulokset eivät ole yleistettäviä pienen tutkimusjoukon ja tutkimusmenetelmän takia. Laadullinen tutkimus pyrkii yleistettävyyden sijaan löytämään lisää tietoa ilmiöstä, ja tutkielman tulokset ovat yksi näkökulma aiheeseen. Tieto on luotettavaa vain suhteessa paikkaan ja aikaan, jossa se on tuotettu. Tutkimus voitaisiin toteuttaa sellaisenaan uudella tutkimusjoukolla, ja tulokset voivat olla samankaltaisia tai poikkeavia, riippuen tutkimusjoukosta ja tutkijasta. Tulosten keskinäinen poikkeavuus ei selity tulosten virheellisyydellä, vaan tutkimusjoukon ja paikan eroilla. Tutkimusta toistamalla ja vertaamalla aikaisempiin tutkimuksiin ja tietoon voidaan kuitenkin arvioida tutkimuksen tulosten uskottavuutta ja vahvistettavuutta eli sitä, ovatko tutkimuksen tulokset linjassa aikaisemman tiedon kanssa ja saadaanko samoilla tai muilla tutkimusmenetelmillä samaan ongelmaan samansuuntaisia vastauksia. Tämän tutkielman tulokset vaikuttavat yhteensopivilta aikaisemman tutkimuksen kanssa.

Tutkielman luotettavuuden kannalta on oleellista huomioida aineistonkeruun aiheuttamat mahdolliset vinoutumat vastaajajoukossa, joiden vuoksi tulokset eivät ole yleistettävissä väestöön. Tämän tutkielman tutkimusjoukko vaikuttaa olevan melko korkeasti koulutettua ja tottunutta kirjalliseen ilmaisuun, ja syynä lienee aineistonkeruun tapa. Tutkimusjoukossa painottuu kaupungissa asuvat ja puuttuu esimerkiksi maaseudun elinkeinojen harjoittajat. Vastaajissa on kaikkia sukupuolia, mutta naisten osuus on ylikorostunut. Sen sijaan ikäjakauma on suhteellisen tasainen kaikissa ikäluokissa 1950-luvulla syntyneistä 1990-luvulla syntyneisiin. Tutkimusjoukon kuvaus -kappaleessa kuvaan tarkemmin tutkimusjoukkoa, ja kuvaus kertoo, minkälaiseen joukkoon suhteutettuna tulokset ovat luotettavia.

3.6 Tutkijan rooli

Koska aineisto on kokonaisuudessaan kerätty kirjallisen kertomuspyynnön kautta, vaikutukseni siihen määrittäytyi pitkälti kirjoittamani kutsun, tiedotuskanavien ja vastauslomakkeen tekstien kautta, sekä analyysivaiheessa. Kertomuskutsu ja sen foorumi rajasi vastaajia ja loi vastaajille käsityksen siitä, mitä vastauksissa haetaan (Ronkainen ym. 2014), tutkimuslomakkeen vapaaehtoiset apukysymykset taas suuntasivat kirjoituksen odotuksia, sisältöjä ja teemaa. Kertomusten kohdalla odotusten rooli on merkittävä: kertomisen tapa riippuu siitä, minäkalaisiin oletuksiin kertoja ajattelee vastaavansa (Hyvärinen 2010). Kirjallisen ja anonyymien palautuksen takia minulla ei ollut mahdollista kysyä lisää tai palata aiempaan aiheeseen, joten saamani kirjoitukset ovat sellaisia, mitä kirjoittajalla sillä hetkellä tuli aiheesta mieleen, mihin hänellä oli aikaa, jaksamista ja motivaatiota. Voi olla, että kasvokkain toteutetussa, vuorovaikutuksellisessa haastattelussa olisin saanut laajempia ja pidempiä vastauksia, ja olisin voinut suunnata vastauksen teemaa paremmin. Toisaalta nyt vastauksissa korostuu se, mitä vastaaja on nähnyt tarpeelliseksi tai huomionarvoiseksi tuoda esiin, ja aineisto on suhteellisen tiivistä.

Tutkimusaiheen osalta on huomionarvoista tiedostaa myös oma positioni tutkielmassa. Kaikki tieteelliset menetelmät sisältävät tutkijan vaikutuksen, sillä tutkimukseen liittyy aina tulkittaa, valintoja ja päättelyä (Ronkainen ym. 2014, 70). Tutkielmassa haastetta toi se, että tutkimusaihe on minulle myös henkilökohtaisesti tärkeä, ja aiheen affektiivisuuden ja poliittisuuden vuoksi vaati erityistä tietoista reflektiota omien ennako-oletusten ja itsestäänselvyyksinä pitämieni seikkojen tiedostamisesta. Toisaalta tutkijan kiinnostus aiheeseen voi tuoda myös syvyyttä ja sitoutuneisuutta tutkielmaan ja herättää luottamusta vastaajissa. Tutkittavat saattavat olettaa aiheen ja aineistonkeräysfoorumien takia minulla olevan samanlaista tietoa tai ymmärrystä aiheesta kuin heillä itsellään, jolloin he saattoivat jättää kirjoituksistaan pois asioita tai toteamuksia, joista uskovat tutkijalla olevan jaettu käsitys. (Ronkainen 2014, 71.) Vaikka ekologinen ja sosiaalinen kestävyys ovat minulle henkilökohtaisesti tärkeitä arvoja ja tavoitteita, minulla ei ole käsitystä siitä, miksi osa ihmisistä näihin arvoihin tai toimintatapoihin päätyy. Tästä lähti tutkimuskysymyksen muotoutuminen, ja suhtauduin saamaani aineistoon ja tietoon suurella mielenkiinnolla, nähden vastaajat ensisijaisesti informanteina ja oman position tarkkailijana tai myötäeläjänä (Ronkainen 2014).

3.7 Tutkimusjoukon kuvaus

Koska kestäväälle tavalle elää ei ole yksiselitteistä määritelmää, kuvaan ensin millaista elämäntapaa aineisto käsittelee, eli millaiseksi kestävä elämäntapa muodostuu vastaajien kertomuksissa. Lisäksi kuvaan vastaajien taustatiedot, mikä kertoo, millainen otos on ollut.

Tutkielmaan sisällytettyjä vastauksia on 12 kappaletta. Kertomuspyyntöön päätyi vastaamaan pääasiassa kaupungissa asuvat naiset, joita oli yli puolet vastaajista. Muunsukupuolisia ja miehiä oli vastaajissa muutama, yhteensä hieman alle puolet vastaajista, ja maalla asuvia vain yksi, mutta monet vastaajista olivat asuneet maalla jossain vaiheessa elämäänsä. Vanhimmat vastaajat olivat syntyneet 50-luvulla ja nuorimmat 90-luvulla. Suuri osa vastaajista kertoi olevansa korkeasti koulutettuja, ja monen kertomuksessa tuli ilmi arvostus kulttuuria ja taidetta kohtaan. Vastaajilla oli valtavasti tietoa ja perehtyneisyyttä ekologisen kestävyysaiheisiin. Vastaajat olivat siis suhteellisen hyvin pärjääviä ja akateemisesti orientoituneita ihmisiä, jotka kokivat huolta tai ahdistusta ympäristön tilasta ja vaikutuksestaan siihen. He näkivät vaikuttamismahdollisuutensa hyväksi ja suhtautuivat kestävään elämään pyrkimiseen positiivisesti, joskaan eivät olleet kovinkaan luottavaisia tekojen riittävyden suhteen kriisin suuruuden rinnalla.

Elämäntapa arjen ja elämän valintoina

Vastaajien valinnoissa ja teoissa kestävyyslisäämisessä omassa arjessaan oli paljon yhteneväisyyksiä, ja monet esiin nousseet asiat ovat julkisesti keskusteltuja ja liitetty yleisessä keskustelussa ekologiseen kestävyysaiheeseen. Kaikki vastaajista mainitsi pyrkimyksensä pääasiassa kasvisruokailuun. Jotkut painottivat luomuruokaa ja ruokahävikin ehkäisemistä, osa pyrki syömään sesongin mukaisia kasviksia ja huomioimaan kestävyysaiheeksi syömällä suomalaista järvikalaa tai dyykattua ruokaa. Vastaajat huomioivat ostokäyttäytymisensä kestävyysaiheeseen, ja ostivat vain tarpeellisia tuotteita sekä käytettyjä vaatteita ja huonekaluja, ja ilmaisivat vastustavansa pikamuotia. Muiksi arjen ekologiseksi teoiksi mainittiin esimerkiksi kuukupin käyttö, tarkka kierrätys, biojätteen kompostointi, pienimuotoinen viljely ja epäeettisiksi koettujen asioiden yleinen välttäminen.

Lasten hankkiminen nostettiin usein kestävyyskysymykseksi, ja monet vastaajista olivat päättäneet olla hankkimatta biologisia lapsia kestävyysyistä, tai hankkia korkeintaan kaksi lasta. Osa vastaajista oli perheellisiä, joista osalla oli sijaislapsia tai uusperhe. Lapset ja lapsenlapset mainittiin yhtenä suurena tekijänä halulle muuttaa toimintaansa ja yhteiskuntaa kestävämmäksi.

Iso osa vastaajista kertoi asuvansa kerrostalossa. Joillekin se oli tietoinen kestävyysvalinta, osa taas kertoi ideaalinsa olevan maalla asuminen. Asumisen ekologisuuteen pyrittiin vaikuttamaan sähkön, veden ja lämmityksen säästämällä, aurinkosähkön valinnalla ja omakotitalossa esimerkiksi aurinkopaneelien avulla. Lentämistä kartettiin tai vastustettiin, ja jotkut eivät matkusta lainkaan kotimaan ulkopuolella. Suuri osa kertoi julkisten ja polkupyörän käytöstä. Auton omistusta kompensoitiin kaasu- tai etanoliautolla tai auton lainaamisella myös muiden käyttöön. Kestävyyspyrkimyksellä oli vaikutusta myös koulutukseen ja uraan: osa vastaajista oli vaihtanut alaa tai lisäkouluttautunut ekologisempaan työhön, vaikka sen palkka olisi ollut huonompi tai tulevaisuus epävarmempi. Myös palkkatyön vaihtaminen kansalaisaktivismiin tai pyrkimys pärjätä ilman säännöllistä palkkatyötä, jotta pystyy tehdä poliittista toimintaa, mainittiin. Työ ei saanut olla pahasti ristiriidassa omien kestävyysarvojen kanssa, tai se aiheutti merkityksettömydentunnetta, kuten eräällä alaa vaihtaneella vastaajalla.

Vaikka vastaajat asuivat kaupungissa ja hyötyivät joistain teknologisista järjestelmistä, luottamus teknologiaan vaihteli, ja oli pääasiassa melko kriittistä. Syyn ilmastokriisin torjumistoi-
mien hitauteen ei uskottu olevan teknologian puutteessa, vaan poliittisessa tahdossa ja markkinajärjestelmässä.

Moni vastaaja kertoi haaveistaan asua maalla, olla osittain omavarainen tai rakentaa toimeentulonsa siellä ja elää yhteisöllisesti. Vastaajat erosivat siinä, näkivätkö he luonnonläheisenä maalla-asumisen todellisesti kestäväenä ja haviteltavana vai eivät. Osalle se oli unelma tai pyrkimys, joka mahdollistaisi yhteisöllisyyttä, omavaraisuutta, hidasta elämää ja kulutuksesta irrottautumista, osalle se näyttäytyi romantisoituna haaveena, jolla ei olisi kestävyysperustetta, tai joka olisi liian haastava toteuttaa heidän elämäntilanteessaan sen vaativuuden, epä-

mukavuuden tai oman palkkatyön takia. Osalla maalaisidyllihaaveeseen liittyi muistot lapsuudesta tai oma mökki ilman mukavuuksia. Vanhemmilla vastaajilla maalla asuminen tai luomuviljely oli ollut osa jotain elämävaihetta aikuisuudessa, ja näyttäytyi positiivisessa valossa. Maalla asumisen kestävyteen yhdistyi yhteisöllisyyden lisäksi ruoan tuottaminen itselle tai toimeentulona ja kyky vaikuttaa itse asumisen järjestämiseen ja ratkaisuihin esimerkiksi energiankäytön suhteen.

Poliittinen vaikuttaminen suurimpana tekona

Vaikka jokainen vastaaja kertoi omassa arjessaan tekemistään valinnoista ja teoista, he tiedostivat, että ne eivät välttämättä ole riittäviä toimia kokonaisvaltaisen yhteiskunnallisen muutoksen aikaansaamiseksi. He kertoivat poliittisen vaikuttamisen olevan tärkeää, ehkä tärkeämpääkin kuin omat valinnat. Lähes kaikki vastaajat kertoivat olevansa mukana kansalais- ja järjestötoiminnassa, kuten järjestöissä tai suoraa toimintaa tai mielenosoituksia järjestävissä ruohonjuuritason liikkeissä. Aktivismi nähtiin isomman kuvan ymmärtämisenä ja pyrkimyksenä muuttaa yhteiskuntaa kestävämpään suuntaan. Aineistossa ilmeni myös politiikassa mukana oloa, mutta luottamus kansalaistoimintaan korostui selvästi. Se, että vastaajat olivat poliittisesti aktiivisia ei ole ihme, sillä vastaajia etsittiin kansalaistoiminta-alustoilla.

4. Tulokset

Ensimmäisessä tulosluvussa tarkastelen, millaisia syitä aineistosta löytyy kestävien valintojen ja tekojen taustalta, sekä minkälaisia esteitä kertojat kuvaavat. Toisessa tulosluvussa eritellen, millaisia merkityksiä ympäristövastuullinen elämäntapa saa.

4.1 Kestävän elämäntavan syyt

Kestävän elämäntavan syyt oli kertomuspyynnön selkein kysymyksenasettelu, ja kertojat pyrkivät vastaamaan siihen kattavasti kertomuksissaan. Kestävään elämäntapaan kannustaneet syitä löytyy kahdenlaisia: niitä, jotka liittyvät siihen kuka ja millainen olen, mihin kuuluu henkilökohtaisten ominaisuuksien lisäksi kasvuun liittyvät elämäntapahtumat esimerkiksi lapsuudessa. Lisäksi on ajatteluun ja toimintakykyyn vaikuttavia syitä, jotka liittyvät ulkoisiin mahdollisuuksiin ja esteisiin, todellisuuden kohtaamisen kokemuksiin ja ajattelua muokkaaviin elämäntapahtumiin.

Kasvuympäristö

Kasvuympäristö ja lapsuus vaikuttavat yksilön kehitykseen kaikilla osa-alueilla, niin identiteetin ja toimintatapojen kuin arvojen, normien ja asenteiden osalta. Suuri osa vastaajista löysi lapsuuden kasvuympäristöstään joko ekologisia piirteitä tai ainakin omaan ympäristömyönteisyyden lisääntymiseen liittyneitä seikkoja. Useissa perheissä ekologisuutta vaalittiin ja siihen kannustettiin, toiset taas kertoivat, että ympäristökysymyksistä puhuttiin, mutta kestävyys ei näkynyt arjessa, jolloin omat toimintatavat vakiintuivat vasta myöhemmin elämässä.

Lapsuus näyttäytyy kertomuksissa aktiivisena ja luonnonläheisenä, ”tervehenkisenä” lapsuutena, jossa luonnossa liikutaan ja harrastetaan, hiihdetään, retkeillään ja osallistutaan resursienhankintaan, kuten kalastukseen ja hedelmien poimimiseen. Luonto oli läsnä myös lapsuuden maalaisidylli kuvauksissa, joista monilla oli kokemusta joko lapsuudenkotinaan tai paikkana, jossa vietettiin lomia tai käytiin sukulaisilla. Maaliskertomuksiin liittyi omavaraisia piirteitä, kuten vihannesten itse viljely, marjastus, kantovesi ja ulkokuusi. Monet kertojista

kuvasivat tarkasti, millaisiin askareisiin olivat lapsuudenkodissa tai mökillä osallistuneet, ja olleet näin kosketuksissa ruoan ja muiden resurssien alkuperään ja valmistukseen. Ruoan alkuperän ja luonnonvaraprosessien ymmärrys on osa systeemistä käsityskykyä ja yhdistyy ihmisen ymmärrykseen omasta riippuvuudesta luonnosta. Kertomukset maaseudusta ja omavaraisista käytännöistä saavat idyllisiä piirteitä, ja esiintyy myös vahvana vastaajien tulevaisuudenhaaveissa. Kiinnostusta omavaraisuuteen sekä alkutuotannon parissa työskentelyyn on ja siihen suhtaudutaan positiivisesti. Sittemmin suurin osa vastaajista on päättänyt jäädä kauunkiin asumaan, ja kosketus alkutuotantoon on rajoittunut puutarhaharrastukseen, mihin on saattanut vaikuttaa lapsuuden omavaraisuuden kokemukset.

“elimme vanhassa omakotitalossa, alkuvuodet meillä oli vielä ulkovessa ja kantovesi. Myöhemminkin äiti teki kasvisruokaa omasta kotitalostaan saamista perunoista ja leipoi sämpylät kotitalonsa jauhoista, omenat kerättiin itse ja käytiin tuoremehuasemalla puristamassa mehuksi, myös lapset vietiin mustikkaan keräämään marjoja ym. Televisiota ei perheeseen hankittu ennen kuin olin itse noin 14-vuotias, karkkia ei syöty lapsina lainkaan. Osaksi monet perheeni valinnat johtuivat myös taloudellisista syistä, rahaa ei yksinkertaisesti ollut paljon, toisaalta tiedän, että nämä olivat myös eettisiä valintoja.” (kertoja 1)

“Varmaan perusta ajattelulle on muodostunut lapsena ennen kymmenettä ikävuotta, jolloin asuimme perheemme kanssa järven rannalla kesäpaikaksi vuokratussa talossa kesäkuun alusta elokuun loppuun [--] Tuontihedelmiä ei juuri ollut ja jos olikin, hinta oli aika kova. Säännöllinen poikkeus oli joulun aikaan punaiset tanskalaiset omenat, joilla koristeltiin joulukuusi. Elimme siis kesäisin osittaisessa omavaraisuudessa sekä huvin että pakon vuoksi, sillä opettajille ei maksettu hääppöisiä palkkoja.” (kertoja 12)

Kuten edellisissä sitaateissa, monet kertojat kuvasivat lapsuuden niukkuutta, mikä yhdistyi kulutusvastaisiin käytäntöihin. Vaikka niitä perusteltiin myös taloudellisilla syillä, sen uskottiin osassa tapauksista olevan myös eettinen valinta. Niukkuudesta, säästäväisyydestä ja sinnikkydestä huolimatta lapsuus kuvattiin hyvänä, ja nälkää tai puutetta ei kerrottu olleen. Niukkuus tai kestävyys näkyi käytettyinä vaatteina, teknologian vähyytenä, vähäisenä matkustamisena ja ylimääräisen kuluttamisen puutteena. Monissa perheissä kulttuuri oli arvostettua,

ja niissä luettiin paljon, mikä edisti tiedon kerryttämistä myös myöhemmin elämässä. Luonnossa olemisen ei ainakaan mainittu jääneen aikuiselämään tavaksi, sen sijaan eräs vastaajista kuvasi, että vaikka piti luonnossa retkeilystä, ei halua priorisoida sitä ajankäytössään aikuiselämässä. Sitä vastoin kulutuksen vähyys, autottomuus ja kierrätettyjen tavaroiden hankkiminen oli jäänyt monelle niistä kertoneille tavaksi myös aikuiselämässä.

Arjen toiminnot ovat rutiinipäätöksiä, jotka ovat usein tiedostamattomia ja vaikeasti muutettavia, mikä voi selittää lapsuudenkodin toimintatapojen siirtymistä aikuiselämään. Ihmisillä on myös taipumus toistaa lähiympäristön, kuten perheen toimintamalleja, ja ne tuntuvat itsestään selvästi oikeilta toiminta- ja ajattelutavoilta. (Lybäck 2002, 226-227.)

Ympäristömyönteisen ajattelun kehittymiseen kasvuiässä liittyen mainittiin vanhemmat, joiden ohjenuorana oli hyvään pyrkiminen ja aikaiset kokemukset yhteiskunnallisesta vapaaehtoistyöstä, sekä perheen ymmärtäväisyys omia varhaisia eettisiä päätöksiä kohtaan, kuten päätökseen olla syömättä lihaa lapsena. Myös koulun ja harrastusten kannustus ympäristönsuojeluun, vastuullisuuteen ja luonnossa liikkumiseen tunnistettiin.

“Olen maalta kotoisin ja lapsuudesta saakka on kannustettu ekologiseen elämään niin kotona kuin koulussakin. Esimerkkinä roskaamisesta olisi seurannut heti tupenrapinat. Kuitenkin vasta yliopistoikäisenä tajusin miten vahvasti teot ja puheet olivat ristiriidassa sillä vaikka ekologisuudesta puhuttiin, niin sitä ei mitenkään kytketty poliittiseen vaikuttamiseen ja yksilöteotkin jäivät tuolle roskienkeruun tasolle (esimerkiksi jokaisessa talossa oli useita autoja eikä julkista liikennettä käyttäneet kuin koululaiset).” (kertoja 5)

Kertojan 5 sitaatista käy ilmi havahtuminen siihen, että lähipiirin aikuisten ympäristömyönteinen kannustus on ristiriidassa todellisen kulutuksen kanssa. Vaikka suuri osa vastaajista koki lapsuudenympäristönsä tukeneen ja olleen myönteisiä ympäristövastuullisen toiminnan suhteen, todellinen ympäristömyönteinen toiminta ja valinnat koettiin myöhemmin riittämättömiksi. Kasvatuskeinona tarkasteltuna tämä viittaa haluun muuttaa tulevien sukupolvien käytöstä kestävämmäksi, mutta omista vakiintuneista toimintatavoista ei olla niin valmiita joustamaan. Uusitalo (1986) huomasi tutkimuksessaan suomalaisten kulutuskäyttäytymisen

ympäristöystävällisyydestä, että ympäristönsuojelun kannattaminen oli huomattavasti suositumpaa kuin ympäristöystävällisen käytöksen valitseminen, eli suomalaisilla oli vahva taipumus vapaamatkustajuuteen, jossa odotetaan muiden tekemän vaadittavat uhraukset tai muutokset. Suosituimmat keinot ympäristön suojeluksi olivat myös ne, jotka eivät vaadi henkilökohtaista panosta. (Uusitalo 1986.) Havaittu ristiriita aikuisten puheissa ja teoissa voi aikaansaada epäluottamuksen tunteita ja tekopyhän vaikutelman. Monien kertojien kohdalla se on aiheuttanut tarpeen kokonaisvaltaisemman kestävyuden avainten omatoimiselle tutkimiselle, ja on toisaalta osoitus varhaisesta kriittisestä ajattelu- ja havainnointikykyästä.

Ne, joilla lapsuudenympäristön asenteet ja toimintatavat olivat täysin ristiriidassa myöhemmin omassa elämässä kehittyneiden ympäristövastuullisten toimintatapojen kanssa, kertoivat ahdistuksestaan ja turhautumisestaan lapsuuden kasvuympäristöön, ja kokivat nykyisen elämän, jossa pystyvät vaikuttamaan kyseisiin asioihin, tyydyttävämpänä.

Kasvuympäristön vaikuttimista nousi esille siis kulutusvastaiset käytännöt lapsuudenkodissa, luontokokemukset, kasvuympäristön vastuullisuutta korostavat arvot sekä itsehuomatut ristiriidat puheiden ja tekojen välillä.

Tarpeellisuuden toteaminen tiedon perusteella

Siinä, missä elämänvaiheessa vastaajat kertovat alkaneensa huomioimaan elämäntapansa kestävyttä enemmän, oli eroja, mutta monet kertojat kuvasivat jonkinlaisia tiedonsaannin tuottamia havahtumiskokemuksia kestävyden tarpeeseen tai ympäristökriisin todellisuuteen. Monesti nämä havahtumiset tapahtuivat nuoruusiässä ja opiskeluaikana, mutta myös myöhemmin esimerkiksi osana suurta elämänmuutosta, kuten erään vastaajan työuupumusta. Havahtumis- ja käännekohtakokemusten on huomattu olevan tärkeässä asemassa maailmankuvan ja elämäntavan muuttumisen suhteen, ja tutkimuksessaan ympäristövastuullisten ja passiivisten ihmisten elämäkokemusten eroista huomattiin, että ympäristövastuulliset henkilöt ilmaisivat enemmän merkittäviä elämäkokemuksia (Hsu 2007). Havahtuminen on aina jonkinlainen kriisi liittyen siihen, kuka olen, keneksi tulen ja miten tahdon elää. Nämä kokemukset muovaavat minä- ja maailmankuvaa sekä omaa toimintaa ja sopeutumista ympäröiviin normeihin. (Randall 2012).

Kestävyysmuutoksen tarve todettiin yleensä informaation pohjalta. Vastaajat olivat todella sitoutuneita tiedon keräämiseen, ja tietoa kestävyysasioista oli saatu lukemalla kirjoja, artikkeleja ja blogeja, opiskelun, oman työn, asiantuntijoiden tai järjestötoiminnan kautta sekä uutisista, televisiosta ja lehdistä. Vastaajat kuvasivat eettisen ja ekologisen ajattelunsa kehittymistä jatkuvana oppimisena ja viisastumisena. Seuraavat sitaatit ilmentävät kertojien oppimishalua ja ekologisen ajattelun arvostusta ja kehittymistä tiedonsaannin kautta:

”15-vuotiaaksi tullessa olin lukenut keskeiset maailmankirjallisuuden klassikot. Tällä oli suuri merkitys haluuni hankkia tietoa lehdistä ja kirjallisuudesta. Niinpä luin Pentti Linkolan kirjoituksia ja suomennettuja saksalaisten feministien teoksia.” (kertoja 12)

”Mielenkiintoista minulle itselleni on että e.-ajatteluni ei ole pysähtynyt, se kehittyy ja muuntuu viisastumiseni ja uuden tiedon ja tekojeni myötä.” (kertoja 8)

Monet kertoivat tietyn kirjan, dokumentin tai elokuvan olleen voimakkaasti vaikuttanut tekijä. Media oli tiedon lähde niin ennen arkisen tietokoneteknologian kehittymistä kuin sen jälkeenkin, mutta vastaajilla oli kiinnostusta ja tiedonjanoa etsiä tietoa myös itsenäisesti. Tiedon saatavuutta ja aiheiden esillä oloa ja saavutettavuutta lisäsi teknologian kehittymisen ja levittäytymisen lisäksi erään vastaajan mukaan yleisen keskusteluilmapiirin muutos ja ekologisen ajattelun lisääntyminen 60-luvulla. Tieto saatiin aktiivisesti itse opiskelemalla tai omaaloitteisen itsensä altistamisen kautta, joskus myös opintojen vaikutuksesta, kuten kertojan 10 tapauksessa:

”Rooman klubin Kasvun rajat oli eräs tenttikirjoista ja se avasi silmäni. Vaikka silloin ajateltiin, että kulutuksella, edistyksellä ja resursseilla vain taivas on rajana, oli kirja hyvä herätys. Rajat tulevat vastaan, jos emme muuta kehityksen suuntaa.” (kertoja 10)

Tiedon saannissa oli myös voimakas sosiaalinen ulottuvuus. Seuraamalla sosiaalista mediaa ja keskustelufoorumeja saatiin informaatiota ja liityttiin erilaisiin sosiaalisiin ryhmiin. Sosiaaliset suhteet olivat myös tärkeitä samaistumisen ja tiedonsaannin kanavia, esimerkiksi kertoja 12 kertoo muuttaneensa valintojaan asumisyhteisönsä jäseneltä saadun tiedon perusteella:

”Mutta olin pari vuotta kasvissyöjä 70-luvun lopulla, kun asuin yhteisössä ja sain kuulla toiselta asukkaalta, että lihantuotanto vie noin kymmenen kertaa laajemman maa-alan kuin kasvisruokatuotanto.” (kertoja 12)

Tiiviissä sosiaalisissa suhteissa valinnat eivät välttämättä liity vain yhteisön tietoon, vaan valintoihin voi sitouttaa myös sosiaalinen paine. Ystävillä ja elämänkumppanilla oli suuri vaikutus tiedon saantiin ja mielipiteen muokkaamiseen. Kertoja 4 kuvaa alla suhdettaan puolisoonsa, joka toi hänen elämäänsä syvempää sitoutuneisuutta ympäristövastuullisuuteen. Yhteisöltä kaivattiin samanlaisia arvoja, ja monet löysivät niitä kansalaistoiminnan kautta. Käsitellen sosiaalista ulottuvuutta lisää myöhemmin.

”Hänellä [puolisolla] oli/on aina mielenkiintoista kerrottavaa ympäristöpolitiikasta, ja arvostan edelleen hänen mielipidettään kaikkeen mikä liittyy energiaan tai ympäristöpolitiikkaan. Hän myös korjasi minusta pois populäärivihreyden yleiset harhaluulot ja zombiajatukset.” (kertoja 4)

Tiedon aiheuttamia elämäntapamuutoksia perusteltiin joko affektiivisilla tai käytännönläheisillä syillä. Käytännönläheisissä perusteluissa jokin saavutettu informaatio ekologisista vaikutuksista toimi suorana kimmokkeena muuttaa jokin oman elämän toiminta, jotta toiminta olisi rationaalista ja oikein.

”Puun poltto tuhoaa paitsi ilmaston, myös Suomen luonnon. Siksi yritämme sen sijana käyttää aurinkosähköä, hyvin kallista sähköä.” (kertoja 8)

”Pidän ruoanlaitosta ja hyvästä ruoasta, ja kiinnitän myös huomiota ruoan terveellisyyteen. Ruokahävikin torjunta on minulle kuitenkin yleensä vielä terveellisyyttäkin tärkeämpää. Puntaroin pitkään myös vegaaniksi ryhtymistä. Cowspiracy-elokuvan nähtyäni käsissäni oli selviä lukuja siitä, miten kestävämpi eläintuotanto on luonnolle ja ilmastolle. Ensimmäiset yritykset kariutuivat jugurtin käytön lopettamisesta aiheutuneisiin vatsavaivoihin, mutta lopulta 2020 tammikuussa onnistuin. Edes juustoja tai maitosuklaata ei ole uuteen ruokavalioon totuttamisen myötä ollut ikävä.” (kertoja 6)

Kertojien 8 ja 6 sitaateissa yhdistyy selkeästi saatu informaatio ja siitä seurannut rationaalinen toiminnan muutos, joka ei aina ole ollut helppo, kuten kertojalla 6. Kyseisissä aineisto-otteissa ei tuoda ilmi informaatioon ja toimintaan vaikuttavia tunteita, vaan teot perustellaan käytännönläheisesti ja pyritään toimintaan, joka ei ole ristiriidassa saavutetun tiedon kanssa. Kertoja 6 mainitsee myös ruokahävikin torjunnan ja ruoan terveellisyyden vaikutuksen päätöksiinsä, mikä paljastaa arvojen ja mieltymysten merkityksen.

”Jonkun keskustelukumppanin kanssa todettiin että ihmisillä on eri tapoja suhtautua kriiseihin. Jos vain pystyn, mun tapani käsitellä asioita on saada mahdollisimman paljon tietoa siitä mikä on ongelmana, ja yrittää selvittää tilanne. Keskustelukumppanini totesi rehellisesti oman kriisinsieto-keinonsa olevan asioiden positiivisen puolen korostus ja jos mahdollista elämästä nauttiminen.” (kertoja 7)

Kertoja 7 tuo mielenkiintoisesti esiin tiedonhaun tarpeen riskienhallintaan ja kriisinsietoon liittyvien henkilökohtaisten keinojen näkökulmasta. Ote herättää pohtimaan, liittyvätkö yksilöiden tekemät elämän ympäristövastuulliset päätökset juuri ratkaisu- ja informaatiokeskeiseen kriisinhallintatyyliin. Joissain aikaisemmissa tutkimuksissa ympäristövastuullista käytöstä onkin hahmotettu juuri riskienhallinnan kautta.

Henkisyys esiintyi aineistossa vain vähän. Tieteen ja henkisyyden välillä ei kuitenkaan nähty ristiriitaa silloin, kun henkisyys mainittiin. Henkisyys edusti arvoja ja uskomuksia maailman luonteesta ja tietynlaisesta luonnollisesta aitoudesta.

Saatu tieto siis vaikutti vahvasti ekologisen käyttäytymisen tarpeeseen, tärkeimpinä tekijöinä nousivat havahtumiskokemukset, oppimishalu sekä sosiaalisten ryhmien tieto ja normit. Käytännönläheisesti puntaroitujen valintojen lisäksi aineistossa esiintyi runsaasti affektiivisia ilmauksia erityisesti suhteessa informaation tai havainnon aiheuttamaan suureen tunnekokemukseen, joita erittelen seuraavaksi.

Syvällisiin muutoksiin tunteiden kautta

Affektit ja tunteet nousivat aineistossa vahvasti esille, ollen pohjana vastaajien käyttäytymisvalintojen muutoksiin. Tunteiden käsittely ja kirjallinen ilmaisu on kertojilla ilmeisen hyvin hallussa. Edellisessä alaluvussa esittelin jo hieman tiedon tai havainnon aiheuttamia voimakkaita tunnekokemuksia, jopa elämää lopullisesti muuttavia hetkiä. Tunteista kertominen oli yhteydessä ympäröivään maailman menoon ja sen suhteeseen omaan itseän. Tunnekokemuksella perusteltu toiminnan muutos toimi osana henkilön tunnesäätelyä ja pyrki vähentämään toiminnan ja aikomuksen välistä ristiriitaa, säilyttäen tunteen omasta pyrkimyksestä hyvään ja oikeudenmukaiseen. Kertoja 5 kertoo Greta Thunbergin synnyttämän vääryyden tunteen aiheuttaneen ristiriidan ja sisäisen tarpeen oman toiminnan muuttamiselle. Myös kertoja 6 kuvailee tiedon aiheuttamaa tunnetta, joka vähensi energian kuluttamisen mielekkyyttä. Hänen tarinassaan tieto ja sen aikaansaama tunne kertyivät pikkuhiljaa, aikaansaaden matkan varrella pieniä elämäntapamuutoksia.

”Kaikkein merkittävin tapahtuma oli kuitenkin Greta Thunberg. Muistan hyvin miten rikki menin kun näin ensimmäisen uutisen yksinäisestä teinistä osoittamassa mieltään tulevaisuutensa puolesta. Tajusin miten suuri vääryys lapsia kohtaan tämä kaikki on ja olisi hyvin vaikeaa elää itsensä kanssa mikäli en edes yritä korjata sitä.” (kertoja 5)

”Ilmastonmuutokseen tosiasiana heräsin vuonna 2006 Al Goren Epämiellyttävän totuuden nähtyäni. Tuntui pahalta polttaa edes jouluvaloja lumettomana talvena. [...] Tietoa tuli medioista ja monista eri lähteistä, ja tein hyvin hitaasti pieniä ratkaisuja kerrallaan. Vasta loppuvuodesta 2017 tein päätöksen luopua lentämisestä. Ajatuskin lentokoneeseen astumisesta tuntui tuskalliselta.” (kertoja 6)

Edellisissä sitaateissa kertojat kuvaavat suoraan saadun tiedon aiheuttamaa tunnereaktiota ja sen vaikutusta siihen, millaista toimintaa voi itselleen sallia. Joissain kertomuksissa yhteys ei ollut näin selkeästi sanoitettu, mutta silti havaittavissa. Kertomusten perusteella informaation tai havainnon aiheuttamat suuret tunnekokemukset muuttivat ihmisen käsitystä maailmasta, yhteiskunnan toimintaverkoista ja omasta asemastaan, eli vahvoista vipukohdista, kaikista radikaaleimmin. Heräävät tunteet tekevätkin tiedosta ja tapahtumista kokemuksellisia,

ja kokemuksellinen tieto vaikuttaa yksilön toimintaan enemmän, kuin tekninen tieto (Uusitalo 1986, Lybäck 2002).

Erityisen vahvana aineistosta nousi kielteisiä, tuskallisiakin tunteita, kuten syyllisyyttä, häpeää ja turhautumista läheisten tai yhteiskunnan toimintaan, sekä surua muiden, erityisesti lasten kärsimyksestä. Usein nämä kielteiset tunteet olivat taustalla päätöksissä toimia, eli toiminta näyttäytyi osaltaan tunnesäätelynä ja itsensä sopeuttamisena ympäröivään maailmaan eettisenä ja arvostettavana toimijana. Tunteet olivat ajaneet päätöksiin niin kulutuskäytöksen, kuten lentämisen tai energiankulutuksen suhteen, kuin elämänvalintoihin kuten lapsettomaksi jättäytymiseen.

"ilmastokriisiuutiset, artikkelit, "doomscrollaus" pysäytti elämäni. Näin jälkepäin ajatellen luultavasti masennuin. Opiskelin toista vuotta yliopistossa ja aiheet eivät vielääkään oikein olleet arkipäivää, mutta enemmän pöydällä kuin ennen. Joka tapauksessa koin jääväni lähes yksin ilmastoahdistuksen kanssa. Tuntui että ympärilläni olevia ihmisiä ei kiinnostanut tai huolettanut nämä aiheet yhtä paljon, silloin oli myös hankalampi toimia. Aloin kuitenkin käymään mielenosoituksissa ja yritin lyöttäytyä yhteen aktivistien kanssa. Aloin löytämään samanhenkisiä ihmisiä ympärilläni." (kertoja 7)

Kertoja 7 kuvaa, miten suuri määrä kriisiuutisia ja tietoa aiheuttivat toiminnan sijaan ylikuormitusta, johtaen lamaannukseen ja toivottomuuteen. Tilaa pahensi tunne yksin jäämisestä asian kanssa ja yleisen ympäristöahdistuskeskustelun puute, mikä nousi esiin useissa kertomuksissa. Monesti ympäristön tilaan liittyvä lamaannus poistui toiminnan ja yhteisön seurauksena, kuten kertoja 7 kuvaa.

Aineistossa painottui voimaantuneisuuden ja elämäntavan myönteisiä tunteita herättävät vaikutukset, mutta aineistossa oli myös osia, joissa tilanne näyttäytyi toivottomana, kuten kertojan 3 sitaatissa. Tällöin ympäristökriisiä edistävä yhteiskunnallinen tilanne nähtiin liian vahvana ja vakiintuneena, jotta sen muuttaminen olisi mahdollista, tai aiheutunut tuho oli jo liian suurta.

”Nyt kun olen paikallisessa ympäristöaktivismissä tullut yhä tietoisemmaksi mitä kaikkea tuhoa lähiympäristössämme kuten myös Suomessa ja maailmalla on meneillään olen luopunut toivosta että ihmiset pystyisivät parantamaan tapansa ja korjaamaan aiheuttamansa tuhot.”
(kertoja 3)

Oman toiminnan puute aiheutti jonkin verran turhautumista ja häpeää, ja aina toimintaan ei haluttu tarttua. Jos esteet olivat ulkopuolisia, kuten rakenteelliset esteet liittyen esimerkiksi asuinpaikan mahdollisuuksiin, niiden hyväksyminen vaikutti mutkattomammalta, mutta omaan itseensä liittyvät, häpeää aiheuttavat syyt olivat tuskallisempia, ja niitä saatettiin itsekin kuvata ”tekosyinä”. Tällaisia syitä olivat esimerkiksi mukavuudenhalu ja tottumus tiettyyn elintasoon.

”Totesimme yhdessä, että jos on pakko elää palavassa maailmassa, niin ainakin siitä pitää yrittää nauttia. Elämää ei voi tuhjata lyöden päätänsä seinää vasten.” (kertoja 4)

Vaikka ilmaistiin skeptisyyttä tarpeeksi nopean muutoksen suhteen eikä Siivosen ym. (2022, 214) esittämää ”hyväuskoista tulevaisuususkoa” esiintynyt, kertojien toimijuus, toimintakyky ja luotto oman elämän kantavuuteen näytti pääasiassa säilyneen, ja he halusivat pystyä nauttimaan elämästä, kuten kertoja 4 oli todennut puolisonsa kanssa. Siitä huolimatta, että kaikki kertojat tiedostivat ympäristökriisin vakavuuden, lamaantumista enemmän kertomuksissa esiintyi erilaisia pyrkimyksiä kannatella omaa hyvinvointia ja pystyvyyttä tilanteen katastrofaalisuudesta huolimatta. Monille juuri kestävyteen pyrkiminen omassa elämässä ja parhaansa tekeminen toi merkityksellisyyttä ja onnea elämään, poistaen ristiriitaisuuden kokemuksia. Toiminta loi vastaajille positiivisia tunnekokemuksia. Aineistosta välittyy monessa kohtaa tunnesäätelyn taidot, kyky rauhoitella itseä ja järkeillä omaa toimintaa, sekä löytää elämästä ja maailmasta myös positiivisia asioita.

Suuri osa heränneistä tunteista liittyi myötäelämiseen ja empatiaan, kuten pyrkimys olla aiheuttamatta tuskaa tuleville sukupolville, eläinten kärsimyksen ja sosiaalisen epätasa-arvon vähentämiseen. Myötäelämisenä voidaan nähdä myös luonnon tuhoutumiseen liittyvä kärsi-

mys, nähtiin luonto sitten koostuvan kaikesta elollisesta ja elottomasta, tai ihmisestä erillisenä olevaisena. Luontoa kohtaan kuvattiin rakkautta ja yhteyttä, ja sen tuhoutumisen näkeminen tuotti tuskaa. Luonnon tuhoutuminen koettiin myös menetyksenä.

”Vaikka yritän että en välitä ja olen onnellinen -jo toisaalta tässä myös jossain määrin olen onnistunut- suren sitä että metsät ja muu villi luonto on nyt ihmisten pilaamaa ja ilmastokriisi ja massasukupuutto vain etenevät.” (kertoja 3)

Kertoja 3 tuo esiin surunsa luonnon tuhoutumisesta ja pyrkimyksen olla silti onnellinen, tilanteen toivottomuudesta huolimatta tai sen kanssa tasapainotellen. Ympäristökriisien käsittely sisältää rakastavien tunteiden luontoa kohtaan kohtaamisen ja menetetyin luonnon suremisen (Weintrobe 2012), kuten edellisessä sitaatissa sekä laajemmin aineistossa.

Tunteet kietoutuvat vahvasti vastuuseen, jota pidetään osana kuviota myös eettistä toimintaa käsittelevissä käyttäytymisteorioissa. Useat kertojat kuvasivat suoraan oman toimintansa olevan seurausta moraalisesta vastuusta tai velvollisuudesta. Vastuuntunteessa yhdistyi myötäelämisen ja informaation lisäksi uskomus omasta osuudesta ongelman synnyssä.

”Tajusin miten suuri vääryys lapsia kohtaan tämä kaikki on ja olisi hyvin vaikeaa elää itsensä kanssa mikäli en edes yritä korjata sitä.” (kertoja 5)

”Jaksamiseni takia minun oli monta kertaa kieltäytyttävä mielenosoituksen kasaamisesta. En malttanut kuitenkaan olla kantamatta korttani kekoon kun viimeisintä [tapahtumaa] järjestettiin. Nuorempia oli neuvottava ja luonnon puolesta pidettävä ääntä, sillä useimmat poliitikot eivät suhtaudu ympäristökriisiin tieteen vaatimalla vakavuudella.” (kertoja 6)

Kertoja 5 tuntee vastuuta lapsia kohtaan, ja aineistossa esiintyikin paljon puhetta lasten, lastenlasten ja yleisesti tulevien sukupolvien asemasta ympäristövastuulliseen käytökseen velvoittajana. Kertoja 6 taas kuvaa vastuullisuuttaan vaikuttavan yhteisön osana. Oman vastuun tiedostaminen osana yhteiskunnallista muutosta ajoi vastaajia kansalais- ja järjestötoimintaan, eikä antanut kertojille lupaa luovuttaa tai lipsua. Puhuessaan vastuullisuudesta, kertojat

asemoivat itsensä osaksi laajempaa yhteisen päämäärän yhteisöä, vaikka hieman ristiriitaisesti yksilön rooli nähdään kertomuksissa vähäisenä.

Positiiviset tunnekokemukset seurasivat usein omista toimenpiteistä tai sosiaalisesta vuorovaikutuksesta. Oma toiminta on vahvistanut toimijuuden tunnetta, tuonut tärkeitä ihmissuhteita, yhteenkuuluvuutta ja toivoa. Erityisen myönteisiä tunnekokemuksia oli tyytyväisyys omaan elämään ja arvostus itseä ja muita kohtaan. Sosiaalisilla tunteilla oli myös kääntöpuolensa, ja yhteenkuuluvuuden lisäksi monet kertojat kuvasivat ulkopuolisuutta tai hyljeksintää. Seuraavassa alaluvussa erittelen kertomusten sosiaalisia ja yhteiskunnallisia osa-alueita.

Tunteiden osalta merkityksellisiksi nousivat siis tiedon synnyttämät vahvat tunnekokemukset, vastuu ja kärsimyksen vähentäminen, rakkaus luontoa ja muuta maailmaa kohtaan sekä toiminnan luomat myönteiset tunnekokemukset.

Sosiaaliset ryhmät

Sosiaalinen ja yhteiskunnallinen ovat aineistossa läpileikkaavia teemoja, joiden merkitys tulee ilmi useissa kohdissa. Tämä ei ole ihme, sillä sosiaalisuus ja siihen liittyvät kiinnittymisen kokemukset ovat ihmiselle olennaisia tarpeita. Sosiaaliset suhteet vaikuttivat vastaajien tiedonsaantiin ja loivat yhteenkuuluvuuden ja ulkopuolisuuden tunteita. Niiden ilmaiset kertomuksissa kertovat kokemuksista kuulua tietynlaisiin sisäryhmiin ja eritellä joitakin ulkoryhmiä. Yleisesti kertomuksissa ulkoryhmänä nähtiin ylikuluttava valtakulttuuri, jossa eläessä koettiin myös ulkopuolisuutta. Ulkopuolisuuden tunteeseen liittyi omien tunteiden ja arvojen huomiotta jättävä tai torjuva ympäristö, kuten kertojien 3 ja 11 sitaateissa:

”Joskus koen ulkopuolisuutta luontosurun ja huolen takia. Että jos tällaisista edes sanoo jotain niin on ilon ja tunnelmanpilaaja.” (kertoja 3)

”Koin, että minulla oli kertynyt paljon tukahdutettua turhautumista ympäristön kohtelusta perheessä, jossa olin kasvanut: lihansyönti, pikamuodin kuluttaminen, pitkät suihkut, vastuuton sähkön kulutus, tunteiden tukahduttaminen ja lista voisi jatkua pitkään.” (kertoja 11)

Kertoja 3 kuvaa ulkopuolisuuden tunnetta ympäristössä, jossa muut eivät tunne luontosurua tai huolta. Hän tuo esiin aiheen olevan tabu, mikä vahvistaa ulkopuolisuuden ja toivottomuuden tunteita, jättäen kertojan vaille emotionaalista tukea. Myös kertoja 11 kokee turhautumista muiden ihmisten kestävämmästä toiminnasta, ja kokee tukahduttaneensa asiaan liittyvät tunteensa. Ulkopuolisuutta aiheutti sekä suora palaute ympäristöstä, kuten työpaikan tai sukulaisten kriittisyys omaa kestävyystarpeen ilmaisua ja toimintaa kohtaan, tai se kumpusi muiden ihmisten kestävämmän toiminnan havainnoimisesta ja kokemuksesta, että muut eivät ymmärrä tai arvosta ekologiseen kestävyyspyrkimistä tarpeeksi. Heidän toimintansa saattoi näyttäytyä vastaajille itsekeskeisenä ja välinpitämättömänä.

Kokemus omasta, kestävyysorientoituneesta sisäryhmästä ja ylikuluttavasta yhteiskunnan valtakulttuurista ulkoryhmänä luo omalle elämälle merkitystä yhteiskunnallisena vastaliikkeenä, ehkä myös uuden normin luomisena ja vaikuttamisena. Toisinaan kuvattiin vielä valtakulttuurista erillistä ryhmää, joka soti kestävyysarvoja vastaan, kuten ilmastodentialistit. Ulkopuolisuuden ja toisinaan yksinäisyydenkin kokemuksista huolimatta se sosiaalinen piiri, joka jakoi kestävyysarvot ja pyrkimyksen muutokseen, nähtiin erittäin tärkeänä ja voimauttavana, ja sen etsimiseen oli nähty myös vaivaa. Joillekin tämä tärkeä yhteisö löytyi kansalaistoiminnan kautta, toisille se oli kumppani tai läheiset, ja joillekin tätä palveli keskustelufoorumien tai sosiaalisen median yhteisöt. Tietyt yhteiset arvot jakavilta ryhmiltä odotetaan joitain samankaltaisuuksia, jotka eivät aina toteudu kuten kertojalla 1, jolla oli toiveita samankaltaisen yhteisön löytämisestä steinerkoulun kautta. Parhaimmillaan samankaltaisten ihmisten löytäminen saattoi tarkoittaa läheisten ystävyysuhteiden ja emotionaalisen tuen mahdollisuutta, kuten kertojalla 7.

”Lapset halusin Steinerkouluun, jonka koin arvoillemme sopivimmaksi – enemmän taideaineita, kokonaisvaltainen ekologinen suhtautuminen maailmaan ja lasten kehitysvaiheisiin. Ajattelin, että siellä on mahdollista tavata ihmisiä, jotka jakavat samat arvot. Osaksi näin kävi, mutta osaksi turhauduin siihen, miten vanhempien kauniit puheet yhteisöllisyydestä eivät toteutuneet siinä vaiheessa, kun piti tehdä käytännön työtä vaikkapa luokan rahankeruun eteen” (kertoja 1)

”Se [kansalaistoiminta] helpottaa ilmastoahdistusta ja on tuonut valtavasti merkityksellisiä kokemuksia ja jopa rakkaita ihmissuhteita elämääni. On helppo ystäväystyä kun jakaa samat arvot ja voi puhua avoimesti peloista ja toiveista tulevaisuuden suhteen.” (kertoja 7)

Omat arvot muokkaavat sitä, millaisiin yhteisöihin hakeudutaan, mutta yhteisö muokkaa ja tukee myös oman ajattelun ja toiminnan kehittymistä, kuten seuraavissa kertojien 9 ja 11 sitaateissa. Heidän kohdallaan sosiaalisen piirin arvot ja asenteet vaikuttivat voimakkaasti oman ympäristömyönteisen ajattelun kehittymiseen. Myös esimerkiksi asumisyhteisö oli muokannut joidenkin kertojien ruokavaliota kasvispainotteiseksi, ja järjestötoiminnan kautta luodut yhteydet tukivat osallistumista mielenilmauksiin.

”Päädyin keskustelufoorumeille, joilla ihmisiä yhdistävänä tekijänä oli mm. ekologisuus ja ns. tiedostavuus, ja nämä yhteisöt vaikuttivat minuun voimakkaasti ja pysyvästi.” (kertoja 9)

”Muutin Suomeen 9 vuotta sitten ja aloitin nollassa vailla tietoa mihin voisin kuulua. Ensimmäisiä merkkejä siitä, että olen halunnut mennä ekologisia valintoja kohti olivat uusien ystävien etsinnässä jotka olivat ympäristötietoisia. Opin oikeastaan heiltä paljon vaikeivat suoraan minulle opettaneet mitään.” (kertoja 11)

Joskus julkisuuden henkilö tai ihailun kohteena oleva asiantuntija inspiroi suuresti omalla esimerkillään, mainittuina esimerkiksi Greta Thunberg ja Antti Nylén. Myös oma toiminta nähtiin esimerkin antamisena muille sekä kestävästä elämäntavan mielekkyyden todisteluna ulospäin, eräänlaisena elävänä esimerkkinä muutoksen mahdollisuudesta.

Sosiaaliseen puoleen liittyy myös yhteiskunnallinen asema, minkä osa kertojista kertoo suoraan olevan suhteellisen hyvä tai keskiluokkainen, ja minkä voi joistain kertomuksista päätellä kertojien korkeakoulutustaustan tai muun vaurauden perusteella. Taloudellisen aseman ja turvallisuuden tiedostetaan olevan suuri tekijä oman toiminnan ja valinnanmahdollisuuksien taustalla. Kertoja 7 tiedostaa keskiluokkaisen asemansa tuovan hänelle erityisiä mahdollisuuksia toteuttaa elämäntapaansa, ja tuo esiin, että kestävä elämäntapa ei välttämättä ole mahdollinen, jos ei nauti kyseisistä etuoikeuksista. Sen sijaan kertojalla 3 riippuvuus tuloista ja taloudellisen turvallisuuden takaaminen estää häntä tavoittelemasta haaveitaan liittyen

ekologiseen ja yhteisölliseen elämäntyyliin, joskin toiseksi syyksi nousee sosiaalisten ryhmien haasteet.

”Tällä hetkellä keskiluokkainen taustani suojaa minua ja antaa aikaa pohtia ja jopa nauttia hitaasta elämästä, ja mahdollisesti opiskella uudelle alalle tulevaisuudessa. Kaikki ympärilläni eivät nauti samoista etuoikeuksista. Toisaalta en minäkään varmaan koko elämäni. Ja taas toisaalta toivon että onnellinen ekologisesti ja sosiaalisesti kestävä elämä olisi kaikille mahdollinen.” (kertoja 7)

”tienaamaan sen verran ok ja työ on toisaalta mielenkiintoista vaikka ei olekaan luontokeskeistä että en ehkä jaksa vaihtaa johonkin yrittäjyyteen. Lisäksi minun vakaat tulot ovat tärkeitä taloudellemme, mies on käsityöläisyrittäjä ja sillä tienäminen on haastavaa. Ekoyhteisön onnistumisen suhteen luulen että se saattaisi kosahtaa ihmisten välisiin ristiriitoihin ja vaikka toisaalta yhteisöllinen elämä puhuttelisi niin ehkä se ei ole realistista.” (kertoja 3)

Hyvän aseman ja koulutuksen onkin todettu lisäävän ympäristömyönteisiä asenteita ja esimerkiksi oman vastuun tunnetta ympäristöongelmien suhteen (Autio & Wilska 2003, Uusitalo 1986), sekä avaavan vaikutusmahdollisuuksia ja lisäävän valinnanvapautta. Tosin, vaikka yleisempää koulutetussa väestössä, ympäristömyönteisten asenteiden on todettu ennustavan ympäristövastuullista käytöstä huonosti; sen sijaan taloudellinen asema ennustaa todellista kulutusta, eli hyvin toimeentulevat kuluttavat huonosti tienaavia enemmän luonnonvaroja ympäristömyönteisestä asenteesta huolimatta (Joutsenvirta & Salonen 2020, 61).

Sosiaalisissa syissä nousi esiin erityisesti yhteenkuuluvuudesta voimaantuminen, ulkopuolisuuden ja vastustamisen asetelmat, ryhmän normit ja esimerkki sekä yhteiskunnallinen sosiaalinen asema.

Identiteetti ja henkilökohtaiset ominaisuudet

Vaikka suuri osa kertomusten tekstistä vastaa kysymykseen ”miten minusta tuli”, oli tekstissä myös ilmaisuja siitä, ”millainen minä olen”. Omat arvot, piirteet ja ominaisuudet toimivat

alustana imeä tietoa ja toimintaa muokkaavia kimmokkeita. Arvojen onkin todettu olevan pohjana oppimiselle (Siivonen ym. 2022).

”Eeettistä ja ekologista toimijuuttani ovat edistäneet... hmmm... - perisyntini pohtia aina asioita ja aina erilaisesta näkökulmasta - varmaan viehtymyksen tulevaisuuden tutkimukseen, työkaluna ja elämän lähestymistapana - rakkaus elämään ja luontoon, kauneuteen ja hyvyyteen mutta myös niiden rujoihin puoliin” (kertoja 8)

Keroja 8 tuo esiin oman tiedonjanon ja pohtivaisuuden, sekä elämää rakastavan puolensa, olleen hänen ympäristömyönteistä käytöstään edistäneitä ominaisuuksia. Useat vastaajat kuvasivat itseään vastaavalla tavalla tiedonjanoisiksi, pohdiskeleviksi, kiinnostuneiksi ja vastaanottavaisiksi, mikä oli johtanut itsenäiseen tiedon hakemiseen ja oman käsityksen reflektiiviseen muuttamiseen. Joskus muutos ajattelussa tapahtui yllättäenkin, kuten eräällä poliittisesti vihreitä vastustaneella kertojalla, joka kertoo, että ilmastonmuutoksesta luettuaan alkoikin nähdä vihreiden poliittiset linjat oikeina.

Tiedonjanon lisäksi kuvattiin omaa pohjimmaista rakkautta elämää ja luontoa sekä ympäröiviä ihmisiä kohtaan. Erityisesti tuotiin esiin myös omaa vastuullisuutta joko luonteenpiirteensä tai taipumuksena ottaa vastuuta erilaisissa yhteisöissä, kuten vanhempainyhdistyksessä, harrastuksissa tai järjestötoiminnassa.

Suoria identiteetin ilmaisuja oli aineistossa vähän. Eräs vastaajista kuitenkin kertoi olleensa lapsesta asti kiltti tyttö. Tämä kiltti tyttöys yhdistyi myös elämän kestävyteen, liittyen tarpeeseen huomioida muita ja varmistaa, että muilla on hyvä olla. Kertojan esiin nostama sukupuoliin liittyvä kiltin, huomioivan tytön rooli ja siihen kasvu on mielenkiintoinen seikka vastuun ja kestävyden näkökulmasta. Naiseuteen on usein liitetty huolenpito ja epäitsekkyys, jossa kestävyteen pyrkimyksessä loppujen lopuksi lienee kyse. Yhteiskunnassamme tytöt ja naiset ovat kasvaneet pitämään huolta ja kantamaan emotionaalista taakkaa. Sekä Uusitalo (1986) että Autio ja Wilska (2003) ovat huomanneet tutkimuksissaan suomalaisten kulutuskäyttäytymisestä, että sukupuoli ennustaa merkittävästi ympäristömyönteisiä asenteita. Naiset ovat miehiä enemmän huolestuneita ympäristöasioista, kannat-

tavat enemmän kollektiivisiä keinoja ympäristöongelmien ratkaisussa ja heillä oli ympäristömyönteisemmät arvot (Uusitalo 1986). Tytöt suhtautuivat poikia pessimistisemmin teknologian ratkaisevaan rooliin ympäristökysymyksissä ja olivat valmiimpia laskemaan omaa kulutustaan (Autio & Wilska 2003).

Sukupuoli selittää ympäristöasenteita jopa paremmin kuin koulutustausta, ja yksi syy saattaa olla perinteisessä heteroperheen roolituksessa, jossa nainen on perheen kuluttaja ja mies nähdään tienaaajana (Autio & Wilska 2003). Näin ollen suurempi vastuu arjen pyörittämiseen liittyvästä suunnittelusta, toteuttamisesta ja sitä kautta kulutusvalintojen miettimisestä jää naiselle. Myös Mac Gregor (2006) pohtii, jääkö ympäristövastuullisuus parisuhteessa erityisesti naisten harteille. Tässä tutkielmassa sukupuolen tarkastelu jää vähäiseksi, sillä aineistossa ei ole tarpeeksi tietoa vastaajien sukupuolittuneista rooleista ja kertojat ovat käyttäneet paljon sukupuolineutraaleja ilmaisuja kertoessaan elämästään. On kuitenkin huomionarvoista, että aineistossa ei esiinny vahvasti perinteisiä sukupuolten roolituksia. Miesvastaajat esimerkiksi kuvaavat huolenkantoa lapsista ja heidän tulevaisuudestaan ympäristövastuullisuutensa syyksi siinä missä muutkin vastaajat, ja eräs miesvastaaja kertoo tärkeän ympäristötekonsa olevan lapsista huolehtiminen, jotta puoliso voi osallistua ympäristötoimintaan. Saattaa olla, että vastaajat ovat erityisen valveutuneita sukupuolikysymysten suhteen.

Henkilökohtaisten ominaisuuksien osalta oleellisiksi aineistosta nousivat siis vastuullisuus, rationaalisuus, rakastavuus sekä vastaanottavainen ja avoin suhtautuminen muutoksen tarpeeseen.

Esteet

Myös esteet ohjaavat käyttäytymistä, ja tässä aluvuossa esittelen aineistosta nousseita kestäväää elämää estäviä tekijöitä.

Omaan itseen liittyviä, häpeää aiheuttavia esteitä olivat omat ”luonteenlujouden” puutteet, jollaiseksi nähtiin esimerkiksi mukavuudenhalu tai houkutus helpottaa elämää kestävä-

mäksi nähdyllä ratkaisulla. Myös turhamaisuus tai oman statuksen nosto ylimääräisen materiaalin avulla kerrottiin houkuttavan, mutta houkutusta pyrittiin, ja onnistuttiinkin hillitsemään.

Vaikka kertojat ovat kokeneet sosiaalista ulkopuolisuutta, he eivät juurikaan kerro sen johtaneen päätöksiin olla jatkamatta omia toimintatapoja aikuisiällä, paitsi lapsiperheessä se on voinut johtaa kompromisseihin konfliktien välttämisen vuoksi. Sen sijaan lapsuudessa kasvuympäristön ylikuluttavat ja kestävyyttä huomioimattomat toimintatavat ja yleinen ilmapiiri saatettiin nähdä olleen esteenä omien arvojen varhaisemmalle kehittämiselle ja niiden mukaan elämiselle. Sosiaalisen piirin puute taas saattoi estää tavoittamasta joitain kestävyteen liittyviä haaveita tai toiveita, kuten yhteisöön muuttamista tai mielenosoituksiin osallistumista.

Vaikka kertojat olivat pääasiassa hyvinvoivia ja onnellisia, kävi myös ilmi, että mielenterveysongelmat ja jaksamisen haasteet olivat vaikuttaneet joissain elämänvaiheissa tai edelleen niiden tavoitteiden saavuttamiseen, joita omalle kestävyydelle oli laitettu, kuten kertoja 6:lla. Itseen suhtauduttiin kuitenkin myötätuntoisesti, ja voimaa löydettiin kestävästä elämäntavasta itsestään.

”Synnynnäiset energioresurssini eivät ole kovin suuret, olen kärsinyt jonkin verran mielenterveysongelmista, ja tiedän etten esim. selviytyisi kokopäiväisestä työnteosta. Uskon kuitenkin että saan lähitulevaisuudessa toteutettua asuinympäristöni muutoksen.” (kertoja 6)

Myös ero, työuupumus ja yksityiselämän muut kriisit ja murheet aiheuttivat vastaajien mukaan katkoksia kykyyn pohtia ja pyrkiä kohti kestävyyttä omassa elämässään.

Yhteiskunnan rakenteissa ja fyysisessä ympäristössä olevat seikat olivat usein esteenä ympäristövastuullisen elämäntavan toteutumiselle. Tällaisia esteitä olivat työ sekä ajankäytön, paikkaan sitovuuden että ylipäättään kestävä työn löytämisen suhteen. Työ nähtiin toisinaan esteenä kansalaistoiminnalle, toisilla arvojen mukainen työ taas toimi kestävyden edistämisen lisäksi toimeentulona, kuten luomuviljely, jätehuolto ja kirjoittaminen. Julkisen liikenteen puute tai välimatkat pakottivat valitsemaan enemmän kuluttavia matkustuksen muotoja. Kertojat tiedostivat kunnallisten ja kaavoituksellisten ratkaisujen vaikutukset arjen päästöihin

esimerkiksi lämmitysmuotojen ja kierrätyksen suhteen. Aineistossa mainittiin myös kestävien tuotteiden kalleus ja vaikeus selvittää tuotteiden todellinen alkuperä ja ekologinen jalanjälki.

4.2 Kestävän elämäntavan saamat merkitykset

Aineistosta nousset kestävä elämäntavan merkitykset kuvaavat sitä, millaiseksi oman elämän nähdään muodostuneen ja mitä tarvetta kestävyteen pyrkivä elämäntapa palvelee itselle ja ympäröivälle maailmalle. Merkitysten muodostumista on edeltänyt kertojien toteuttamat elämän- ja ajattelutavan muutokset, ja elämäntavan merkityksellisyys ylläpitää sen toteuttamista. Aineistosta nousseet merkitykset jakautuivat kolmeen osioon: ympäristövastuullinen elämäntapa merkitsi kertojille vastarintaa ja vaikuttamista, henkilökohtaisia hyötyjä sekä ainoa eettisesti hyväksyttävää tapaa elää.

Vastarinta ja vaikuttaminen

Kertomuksissa pyrkimys kestävä elämäntapaan sai roolin vaihtoehtoisen normin elämisenä ja tasapainona vallitsevalle paljon kuluttavalle elämäntavalle, kuten kertoja 6 kuvaa ruokavaliionsa tarpeellisuutta:

“Maassamme käytetään niin paljon liikaa lihaa ja eläintuotteita, että vastapainoksi tarvitaan niitä, jotka vetävät nollalinjaa. En silti usko, että lihansyöntiä saadaan maailmasta kokonaan lopetettua, tai että sitä kannattaisi yrittääkään.” (kertoja 6)

Koska luonnonvarojen kulutuksen vähentäminen ja elämäntavan muuttaminen nähtiin välttämättömänä mutta ei riittävänä osana valtavirtaista pyrkimystä tai poliittista keskustelua, pyrittiin oman elämänpiirin keinoin panemaan toimeen. Tämä nähtiin myös harjoitteluna ja esimerkin antamisena muille, kuten kertojan 4 tapauksessa, sekä osana omaa vaikuttamista ympäröiviin ihmisiin ja yhteiskuntaan.

“Miellämme elämäntapamuutokset enemmänkin eräänlaisen esimerkin antamiseksi ja toisaalta totutteluksi. [--] Ympäristövihamielisten apologiat usein liittyvät näkemykseen, jossa

nykyinen elämäntyyli on ainoa realistinen. [--] Jos ympäristöystävällinen elämä on kerta niin vaikeaa ja mahdotonta, mistä kaikki nämä autottomat vegaanit oikein tulevat?” (kertoja 4)

Lisäksi kertoja 4 esittää ajatuksen, että ympäristövastuuton käytös liittyy vaihtoehtojen näkemisen puutteisiin. Kommentti tuo esiin, että ympäristövastuullinen elämäntapa vaihtoehtojen todisteluna oli myös ei-konfrontatiivista vastarintaa ympäristövihamielisille näkemyksille ja käytänteille. Elämäntapa ei näyttäytynyt pelkästään vastustamisena, vaan kertojilla oli myös visioita siitä, millaiseen maailmaan pyritään, jolloin elämäntapa näyttäytyi valtakulttuurina murentavan sijasta tai lisäksi uusintavana ja rakentavana kulttuurina.

Vaihtoehtoisen normin elämisessä korostuu oman elämäntavan sosiaaliset ja kulttuuriset vaikutukset. Vaihtoehtoinen tapa olla, kuluttaa, arvostaa ja ajatella ympäristövastuullisesti nähtiin itsessään muutosvoimaisena, vaikka yksittäisen henkilön todellinen päästökuorma ei olisikaan laskennallisesti riittävän vähäinen kestävään tasoon verrattuna.

Vaikka tutkielma keskittyi pitkälti arkisiin valintoihin ja kertojat olivat vahvasti sitoutuneita niihin omassa elämässään, kestävyyskriisin ratkaisua ei haluttu sysätä yksilöiden vastuuksi, tai varsinkaan yksilöllisten kulutusvalintojen syyksi. Perustelu tähän oli isomman, systeemisen kokonaisuuden hahmottaminen niin, että ongelmien juurisyyt nähtiin muualla kuin yksittäisten henkilöiden valintojen ulottuvissa ja ratkaistavissa.

Kertojat näkivät itsensä valintoineen osana muutosta ja suurempaa, muutosvoimaista yhteisöä, haastaen myös vallitsevan yksilökeskeisen ajattelutavan. Strategia oli ennemminkin poliittisena liikkeenä vaikuttaminen, kuin elämänvalinnoilla vaikuttaminen. Nämä kaksi kuitenkin kulkivat käsi kädessä kertojien vastauksissa, ja vaikuttaminen saattoi kohdistua systeemisten muutosten lisäksi yritysten, yhtiöiden, työyhteisön tai ystävien arkisiin valintoihin.

“Isoin ekologinen tekoni on ollut osallistua aktivismiin. Tämän takia en jaksa olla turhan tarkka oman elämäni ekologisuudesta vaan yritän nähdä asioiden suuremman kuvan. Se helpottaa ilmastoahdistusta ja on tuonut valtavasti merkityksellisiä kokemuksia ja jopa rakkaita ihmissuhteita elämäni.” (kertoja 7)

“Aloin tiedostaa, etteivät yksilön kulutusvalinnat riitä, ja liityin omalla pienellä panoksellani Maan ystävien kampanjaan ilmastolain säätämiseksi [--] Aktivistit usein hakeutuvat politiikkaan saadakseen enemmän vaikutusmahdollisuuksia, mutta uskon eettisesti ja ekologisesti ajattelevien poliitikkojen tarvitsevan tuekseen vahvaa kansalaisyhteiskuntaa.” (kertoja 6)

Kertoja 7 pitää aktivismiin osallistumistaan suurimpana ympäristömyönteisenä tekonaan, yksilönvalintoja tärkeämpänä. Lisäksi hän tuo esiin toiminnan positiiviset sivuvaikutukset elämäänsä. Samoin kertoja 6 toteaa liittyneensä ympäristöaktivismiin, kun omat teot tuntuivat riittämättömiltä. Hän näkee kansalaistoiminnan tärkeänä osana myös parlamentaarista politiikkaa.

Kuten sitaateissa käy ilmi, kansalaisyhteiskunnan vaikutus aktiivisena yhteisönä ja liikkeenä nähtiin tärkeässä, aineistosta nousseen perusteella tärkeimmässä roolissa kestävyysmuutoksen suhteen. Kaikki vastaajista toimivat jollain tavalla osana erilaisia kansalaisjärjestöjä, verkostoja tai liikkeitä, jotka pyrkivät vaikuttamaan poliittiseen päätöksentekoon ja ilmapiiriin tai yleiseen mielipiteeseen. Järjestäytyneen toiminnan lisäksi kertojat käyttivät vaikutusvaltaansa kirjoittamalla lehtiin ja jakamalla ajatuksiaan elinpiirissään, tai mahdollistamalla muiden, esimerkiksi puolison toiminta hoitamalla arjen välttämättömät työt, kuten lastenhoito.

“Syvällisen tutkimus- ja muuhun tietoon perustuvan pohdinnan perusteella päädyin jo 00-luvulla lopulla siihen, että valtiojärjestelmä edustuksellisine demokratioineen ja vaalisykleineen ei kykene vastaamaan planetaariseen ympäristöromahdukseen - nythän jo merkittävä osa IPCC:n tutkijoistakin on tätä mieltä - ja tältä pohjalta päädyin tietysti anarkistiksi, joka merkitsee organisoitumista alhaalta ylöspäin ja suoraa demokratiaa. Kasvupakkoinen markkinatalous ei tästä katastrofista selviä.” (kertoja 12)

“Pikkuhiljaa aloin huomata vihreiden sitoutuneen uusliberalistiseen talousajatteluun ja (vihreään) talouskasvuun, jonka näin olevan ristiriidassa ekologisten tavoitteiden kanssa. Varsinaisen syvänvihreä heräämiseni tapahtui yliopistosta valmistumisen jälkeen vähän alle kolmikymppisenä, kun olin pitkään työttömänä. Luottamukseni yhteiskunnan rakenteisiin ja politiikkaan väheni; näin meidän elävän kieroutuneessa systeemissä, jonka on vaikea lakata tuhoamasta luontoa ja elämisen edellytyksiä.” (kertoja 6)

Kertojan 12 otteesta käy ilmi perehtyneisyys vaihtoehtoihin hallinto- ja päätöksentekotapoihin, kuten horisontaaliseen päätöksentekoon ja suoraan demokratiaan. Kertojien 12 ja 6 sitaatteja yhdistää epäluottamus vallitsevan järjestelmän kykyyn korjata toimintaansa ympäristöhaasteiden vaatimalla tavalla. Kertojalla 12 päätelmä on tiedonhaun ja pohdinnan tulosta, kertojalla 6 taas työttömäksi jääminen aloitti luottamuksen yhteiskuntaan vähenemisen. Kummallakin kertojalla luottamuksen vähentyminen lisäsi kansalaistason organisoitumisen tarvetta. Useat kertojat olivat pettyneitä valtion ja poliittisen järjestelmän vastuunottoon, mikä aiheutti luottamuksen puutetta ja toisaalta omaa aktivoitumista. Parlamentaarisen politiikan ei nähty ottaneen tieteellistä tietoa ympäristökatastrofista sen vaatimalla vakavuudella.

Kansalaistoiminta tapahtui pääasiassa ulkoparlamentaarisesti, joskin jotkut kertojat mainitsivat myös toimineensa puolueissa tai kannattavansa niitä. Vaikka osa kertojista ilmaisi ajatuksen, että valtio, maakunta tai kaupunki olisi avainasemassa ja vastuussa muutoksista, ei kukaan ollut erityisen toiveikas sen toteutumisen suhteen. Kertojia yhdisti näkemys muutoksen mahdollisuudesta alhaalta ylös suuntautuvana liikkeenä, jota tuottaa vahva kansalaisyhteiskunta ja mahdollisesti suoran demokratian käytännöt. Toimivan parlamentarismen tueksi vaadittiin kansalaisyhteiskunnan painetta.

Suurelta osin muutos nähtiin mahdottomaksi vallitsevassa järjestelmässä, jolloin vastaukseksi nousi järjestelmän muuttaminen, mistä kertojien kansalaisaktiivisuus pitkälti kumpusi. Poliitikkojen ja yhtiöiden harjoittama viherpesu ilman todellisia toimia selitettiin kapitalismin luonteelle ominaisena ongelmana. Niinpä kapitalistisessa järjestelmässä ei uskottu olevan todellisia mahdollisuuksia kestäväälle yhteiskunnalle, ainakaan pelkkien elämäntapamuutosten avulla.

Hyvä elämä ja muut henkilökohtaiset hyödyt

Vaikka joistain kestävyysnäkökohtaisista teoista oli vaivaa, kertojat kuvasivat elämäntapaansa merkitykselliseksi ja hyväksi elämäksi:

“Koen että ekologinen elämäntapa antaa paljon enemmän kuin ottaa. Tämä on rikasta elämää!” (kertoja 3)

*“Elämäntapani ei ole vaikeaa toteuttaa. Elämä on helppoa ja kiinnostavaa ilman turhaa kulu-
tusta ja sääntäilyä.” (kertoja 10)*

Tutkiminen, pohtiminen ja vaivannäkö teki elämästä kiinnostavaa ja palkitsevaa. Arvojen mukaan eläminen ja pyrkimys tekoihin, jotka eivät vahingoita itseä tai muita, ovatkin yksilön hyvinvoinnille tärkeitä. Arvojen mukaan toimiminen vähentää sisäisiä konflikteja parantaen hyvinvoinnin kokemusta (Lertzman 2012). Joskus onnellisuus vaati hetkittäistä pyrkimystä olla ajattelematta tai välittämättä liikaa tuskalliseksi koetusta maailman tilasta, mutta se ei poistanut kykyä tai tarvetta säilyttää kestävä toimintatavat omassa elämässä. Täyttä elämää ylläpiti myös elämänvalintojen sosiaalinen puoli, yhteisö ja samanhenkisiin ihmisiin tutustuminen.

“Maata pitkin matkustus vaati enemmän vaivaa ja suunnittelua, mutta osoittautui lopulta mahdolliseksi ja myös antoisammaksi.” (kertoja 6)

“Olen pitkälti voinut luopua mm. omista huonekaluista ja osasta kodinkoneita, koska nyt jaamme keittiön ja muut yhteiset tilat. Lisäksi saan seuraa ja turvallisuuden tunnetta yhteisöllisyydestä.” (kertoja 3)

Kertojen 6 ja 3 sitaateissa käy ilmi, että ympäristövastuullisesta elämäntavasta löydettiin myös henkilökohtaisia hyötyjä, kuten kertojan 6 päätös liittyen maata pitkin matkustamiseen ja kertojan 3 saama turvallisuuden tunne ja yhteisten hyödykkeiden käyttö yhteisöasumisessa. Kertomuksissa esiin tulleet henkilökohtaisen hyödyn kokemukset eivät olleet toiminnan pääperusteluja, vaan “ylimääräisiä” positiivisia seurauksia. Nämä hyödyt myös tekivät elämäntapojen ylläpitämisestä helpompaa. Muita elämäntapojen ylimääräisiä hyötyjä oli esimerkiksi se, että kertoja ei muutenkaan pitänyt lentämisestä tai lihan mausta, tai rakasti pyöräilyä. Aikaisemmassa tutkimuksessa onkin huomattu, että ihmiset löytävät kestävyysvalinnoistaan henkilökohtaisia hyötyjä, ja myös perustelevat valintojaan sen kautta. On jopa esi-

tetty, että juuri yksilöllinen hyötyinformaatio saa valitsemaan ympäristövastuullisen toimintamallin, kun taas tieto kollektiivisista haitoista vaikuttaa vain ympäristöasenteeseen, jolla ei ole suoraa yhteyttä omaan käytännön toimintaan (Uusitalo 1986).

Vaivalloisiltakin tuntuneet valinnat osoittautuivatkin kertojien mukaan jälkeinpäin antoisiksi tai nautinnollisiksi toteuttaa. Materiaalin ja rahan käytön välttäminen sekä tavaroiden yhteiskäyttö helpotti taloudellista tilannetta ja toi taloudellista ja sosiaalista turvallisuudentunnetta. Hyvän elämän toteutumisen kautta antoisa ja mielekäs elämä tuotti hyötyä ja mielihyvää itselle, samoin kuin sosiaalisten suhteiden löytymisen ja ylläpitämisen helppous samanhenkisessä yhteisössä. Näin ympäristövastuullinen elämä asettui palvelemaan ihmisen luonnollisia perustarpeita, kuten turvallisuuden, sosiaalisuuden ja sisäisen eheyden tarpeita.

Ainoa eettisesti hyväksyttävä vaihtoehto

Kestävään elämäntapaan pyrkiminen näyttäytyi solidaarisuutena kaikkia ihmisiä, muita eläimiä ja luontoa kohtaan. Pyrkimyksenä nousi myös halu horjuttaa itsen tai yleisesti länsimaisen ihmisen hegemonista asemaa suhteessa muuhun luontoon ja muihin ihmisiin. Sosiaalinen kestävyys ja oikeudenmukaisuus kietoutui puheeseen ekologisesta kestävydestä, ja oli kertojille tärkeää, kuten seuraavissa kertojien 7 ja 6 sitaateissa:

“Joka tapauksessa ekologisuuteen vakavissaan tähtäävä elämä merkitsee mulle nykyään luonnonläheiseen elämään pyrkimisen lisäksi ihmisläheisyyttä. Olen sitoutunut ekologiseen elämäni, koska luontokadon, ilmastokatastrofien, ja niihin liittyvien muiden ekososiaalisten kriisien edessä en tiedä mitä muutakaan tekisin. Ymmärrän että olemme todella epätoivoisten aikojen edessä, ja että monin paikoin maailmassa ihmiset ja ekosysteemit ovat jo pitkään olleet tuhoisten kriisien keskellä.” (kertoja 7)

“Deep adaptation -artikkelin ja muutaman muun huolestuttavan selonteon luettuani olen alkanut ymmärtää, että luonnonläheisempi, kohtuullisempi ja omavaraisempi elämäntapa on myös selviytymiskysymys, itsesuojelua” (kertoja 6)

Luontoa ja ihmiskuntaa kohtaan tunnettiin rakkautta ja hyväntahtoisuutta. Kuten kertoja 6 ilmaisee, elämäntapa nähtiin myös sekä muiden että oman olemassaolon puolustamisena. Tämä liittyy ymmärrykseen ekologisen systeemin turvallisuuden tarpeesta, poiketen yleisestä taloudellisen turvallisuuden korostumisesta (Paloniitty ym. 2022, Siivonen ym. 2022). Näin ympäristövastuullinen käytös näyttäytyy myös riskienhallinnan tapana.

Kokonaisuudessaan aineistossa ilmeni näkemys yhteisestä hyvästä ja siihen pyrkimisen arvokkuudesta. Kertojien yhteinen hyvä sisälsi planetaarisen huolenpidon piirit, eli huolenpidon ja vaalimisen arvoisena nähtiin itsen ja oman yhteisön lisäksi muu ihmiskunta ja koko muu luonto (Joutsenvirta & Salonen 2020).

“Koen, että pyrkimys mahdollisimman ekologiseen elämäntapaan on tässä maailmassa ainoa eettisesti mahdollinen ratkaisu, ja tunnen ahdistusta luontokadosta ja ilmastomuutoksesta.”
(kertoja 1)

“nähdäkseni minulla ei ole oikeutta antaa itselleni lupaa luovuttaa vaikka toivoa ei olisi.” (kertoja 5)

Kertojien 1 ja 5 sitaateista käy ilmi, että vaikka ympäristövastuullisen elämäntavan vaikutuksesta ja lopputuloksesta ei ole varmuutta, ei muita vaihtoehtoja pidetty itselle mahdollisina. Rakkaus ja huolenpito muita ihmisiä ja luontoa kohtaan synnytti vastuuta ja moraalisia velvoitteita, joita tuotiin kertomuksissa paljon esiin. Kertojat esittelivät pyrkimyksen kestäväan elämäntapaan yleisesti eettisenä tapana olla, vaikka sen vaikutus ei olisi kokonaiskuvassa riittävä. Vaihtoehtoja toisenlaiseen elämään ei yksinkertaisesti ollut, jos halusi säilyttää positiivisen ja arvokkaan käsityksen itsestään. Vaikka näkemykseen vaihtoehdottomuudesta yhdistyi oman vaikutusvallan mitättömyys suuressa mittakaavassa, oli vastaajilla toivoa siitä, että teot ovat jollain tasolla merkityksellisiä.

5. Johtopäätökset

Tutkielman tarkoituksena oli selvittää, millaiset asiat vastaajien elämässä ovat edistäneet tarvetta ja mahdollisuuksia ympäristövastuulliseen elämäntapaan. Tutkimuskysymys oli ”Miten ympäristövastuulliset toimijat ovat päätyneet elämäntapaansa?”, mikä jakautui alakysymyksiksi ”mikä on johtanut ympäristövastuulliseen käytökseen”, sekä ”mitä ekologinen elämäntapa merkitsee vastaajille”. Vastauksia etsittiin koko elämänpolun varrelta, lapsuudesta tähän hetkeen asti. Ympäristövastuullisen elämäntavan kehittymisen lisäksi kiinnostavaa oli sen ylläpitämiseen vaikuttavat tekijät. Aineisto koostui vastaajien subjektiivisista kokemuksista aiheeseen liittyen.

Tulokseksi saadut ympäristövastuulliseksi toimijaksi kasvamista tukeneet tekijät voidaan jakaa viiteen yläryhmään: kasvuympäristö, tiedonsaanti, tunteet, sosiaaliset tekijät ja henkilökohtaiset ominaisuudet (taulukko 1). Lähes kaikki kertojat viittasivat jokaiseen viidestä ryhmästä kertoessaan ympäristövastuulliseen käytökseen vaikuttaneista asioista elämässään.

Ympäristövastuullista käytöstä tukeneet tekijät				
Kasvuympäristö	Tiedonsaanti	Tunteet	Sosiaaliset tekijät	Henkilökohtaiset ominaisuudet
<ul style="list-style-type: none"> vähän kuluttavat käytännöt luontokokemukset vastuullisuutta korostavat arvot itse huomatut ristiriidat puheiden ja tekojen välillä 	<ul style="list-style-type: none"> havahtumis -kokemukset oppimishalu sos. ryhmien tieto ja normit 	<ul style="list-style-type: none"> tiedon synnyttämät vahvat tunnekokemukset vastuu ja empatia rakkaus luontoon ja maailmaan toiminnan aikaansaamat myönteiset tunnekokemukset 	<ul style="list-style-type: none"> yhteenkuuluvuudesta voimaantuminen ulkopuolisuuden ja vastustamisen asetelmat ryhmän normit ja esimerkki yhteiskunnallinen sosiaalinen asema 	<ul style="list-style-type: none"> vastuullinen rationaalinen rakastava vastaanottavainen, avoin muutokselle

Taulukko 1. Ympäristövastuullista käytöstä tukeneet tekijät

Kasvuympäristö vaikutti suuresti siihen, millainen suhde luontoon syntyi ja millaisiin kulutus-tottumuksiin kasvetiin. Lapsuuden luonnossa ja puutarhassa puuhastelu kasvatti luontosuhdetta ja kehitti systeemistä ymmärrystä luonnonvarojen alkuperästä. Kokemukset luonnosta ja maalta liittyivät monien vastaajien unelmiin osittaisesta omavaraisuudesta, mikä yhdistyi vähäkuluttaviin käytäntöihin ja mielikuviin luonnonmukaisuudesta. Kulutuskäytäntöjen kestävyys, kuten turhan ostamisen välttäminen ja käytettyjen tavaroiden hyödyntäminen oli selkeä käytösnormi, johon oli suurella osalla vastaajista saatu malli lapsuudenkodista. Vastaajilla oli muistoja lapsuudenympäristön positiivisesta ja kannustavasta suhtautumisesta ympäristönsuojeluun, mutta puheiden ja tekojen välillä alettiin kasvaessa nähdä ristiriitoja, joita omassa toiminnassa aikuisena yritettiin välttää.

Oppiminen ja tiedonsaanti kestävyysasioista oli oleellinen syy ympäristövastuullisuuden tarpeen toteamisessa. Monet kertojat kuvasivat olleensa kovia lukemaan ja perehtymään asioihin jo lapsena, mutta suurella osalla tiedonsaannin vaikuttavuus kasvoi opiskeluiässä ja jatkui myöhemmin aikuisuudessa. Järkyttävän informaation kohtaaminen oli merkittävä, maailmankuvaa muuttava havahtumiskokemus useille vastaajille. Järkyttävyydestä huolimatta aiheista haluttiin oppia lisää. Tiedon kannalta erittäin suureksi merkittäväksi tekijäksi nousi tiedon synnyttämät tunnekokemukset, jotka ohjasivat kertojien päätöksiä. Vastaajat pyrkivät säilyttämään näkemyksen itsestään rationaalisina, eettisinä ja hyvään pyrkivinä toimijoina muokattaessaan käytöstään kestävyysinformaation mukaisesti. Tunnesäätely nousi tärkeäksi tekijäksi ympäristövastuullisen käytöksen kannalta, ja kestävään elämäntapaan pyrkiminen synnytti vastaajille myönteisiä tunnekokemuksia.

Kestävän käytöksen sosiaalinen ulottuvuus oli merkittävä. Saatu tieto lisääntyi ja käyttäytymisnormit rakentuivat sosiaalisessa ryhmässä. Sosiaalinen, samoja arvoja ylläpitävä yhteisö vastasi yhteenkuuluvuuden ja turvallisuuden tarpeisiin, ja nähtiin korkeassa arvossa. Sosiaalista asemaa suhteessa valtavirtaisuuteen hahmotettiin myös ulkopuolisuuden ja vaihtoehtoisuuden kautta, mikä lisäsi omaksi mielletyn sosiaalisen ryhmän merkitystä.

Ympäristövastuulliseen elämäntyyliin päätymistä perusteltiin enemmän ulkoisten seikkojen aikaansaamana kuin oman henkilökohtaisen työskentelyn tai ominaisuuksien tuloksena. Ul-

koisten syiden vastaanottamiseen vaikutti kuitenkin henkilökohtainen oppimishalu ja kiinnostuneisuus sekä joustavuus ja avoimuus muutokselle, eli halu omaksua myös omien uskomusten kanssa ristiriitaista tai pahalta tuntuva tietoa. Vastaajat ilmaisivat olevansa luonteeltaan vastuullisia ja välittäviä. Suurimpina haasteina ympäristövastuulliselle käytökselle nähtiin oma mukavuudenhalu sekä rakenteelliset esteet, jotka rajoittivat kestävien valintojen tekemistä. Yhteiskunnan järjestäminen ja kannusteet nähtiin olevan ristiriidassa yksilötason kestävien elämäntapojen kanssa, mikä teki ympäristövastuullisista valinnoista toisinaan hankalia, epäkannattavia tai jopa mahdottomia. Kestämätön yhteiskunnan ja talouden rakenne vähensi myös oman kestävä toiminnan mielekkyyttä saaden omat teot näyttämään mitättömiltä suuressa kuvassa.

Ympäristövastuullinen elämäntapa merkityksellisti elämää, ja positiivisena koetut merkitykset tukivat elämäntapaan sitoutumista. Todellista itsestä aiheutuvaa ympäristökuormaa pyrittiin vähentämään, mutta sen ensisijaisuuden sijaan elämäntavat näyttäytyivät vastaajille pääasiassa vaikuttamisen ja vastarinnan muotona. Oma toiminta oli sosiaalisessa ja kulttuurisessa mittakaavassa edistyksestä, esimerkiksi antavaa ja kestävyden mahdollisuuden todistelu. Toiminta pohjautui näkemykselle kansalaisyhteiskunnan merkittävästä roolista yhteiskunnallisessa muutoksessa. Merkittävien muutosten aikaansaamiseksi nähtiin tarvittavan kollektiivista sitoutumista ja toimia, ja suuri osa vastaajista osallistuivat kestävyttä ajavaan kansalaistoimintaan.

Ympäristövastuullinen elämäntapa ylläpiti vastaajien hyvää elämää ja tarjosi myös henkilökohtaisia hyötyjä. Sisäisten ristiriitojen vähentäminen ja sosiaalinen yhteisö lisäsivät elämän mielekkyyttä. Yksittäiset kestävä arjen valinnat olivat toisinaan vaivalloisia, mutta vastaajilla oli taipumus löytää niistä hyödyllisiksi koettuja vaikutuksia. Kestävä elämäntavan pohjimmainen syy oli luonnon ja ihmiskunnan hyvinvoinnin itseisarvoisuus, eli elämäntavalla oli vahva arvopohja. Maailmaa kohtaan tunnettiin rakkautta ja yhteyttä, ja itsellä nähtiin eettinen vastuu olla vahingoittamatta sen tasapainoa tai muita elollisia. Meneillään olevista ekologisista ja sosiaalisista tuhoista koettiin syvää surua ja ahdistusta, eikä itselle haluttu antaa lupaa olla osallisina niihin. Niinpä ympäristövastuullisuuteen ja vaikuttamiseen pyrkivä elämäntapa nähtiin ainoana moraalisen vaihtoehdon olla ja elää vallitsevassa yhteiskunnassa.

Vastauksena pääkysymykseen, ympäristövastuullinen elämäntapa oli useiden, usein ulkoisten tekijöiden summa. Ympäristövastuullisen elämäntavan kehittyminen alkoi jo lapsuudessa, jossa siihen vaikutti kodin asenteet ja käytännöt. Ajattelu kehittyi aikuisuudessakin jatkuvasti saadun tiedon, tunteiden ja pohdinnan vaikutuksesta. Oikeaan aikaan vastaanotettu ympäristötieto ja kyky käsitellä sen aikaansaamia tunteita oli tärkeässä osassa periaatteellisten valintojen tekemisessä. Sosiaalinen ryhmä ja yhteiskunnan rakenteiden tarjoamat mahdollisuudet edistivät ympäristövastuullista toimintaa ja vaikuttamista. Ympäristövastuullista elämäntapaa haluttiin ylläpitää, sillä se nähtiin tärkeänä yhteiskunnallisen muutoksen keinona, antoisana elämäntyylinä ja se vähensi moraalisen ristiriitaisuuden tunteita.

6. Pohdinta

Tutkielmassa käsitelin, millaiset tekijät saavat yksilön tekemään ympäristövastuullisia elämänvalintoja. Tutkielman pohjana oli aikaisempi tieto liittyen kuluskriittisten käytäntöjen taustoihin, elämäntapaan vaikuttamisen ja identifioitumisen osana, ympäristötunteisiin sekä maailmankuvan muutokseen, jota on ehdotettu kestäväsiirtymän tärkeimmäksi tekijäksi yksilö- ja yhteisötasolla. Tutkielma perustuu aikaisempien tutkimusten näkemykselle ympäristövastuullisesta elämäntavasta kokonaisvaltaisena näkökulmana, johon vaikuttavat tekijät ovat moninaisia rakenteellisia, sisäisiä sekä sosiokulttuurisia seikkoja (mm. Ovaskainen 2019, Garnelo-Gomez ym. 2022). Analysoin kertomusaineistoa laadullisesti, poimien kertojien esiintuomia taustasyitä ja vaikuttimia heidän ympäristömyönteisen asenteen ja käyttäytymisen syntymiseen liittyen. Erittelin myös sitä, millaisia merkityksiä ympäristövastuullinen elämäntapa saa henkilökohtaisella tasolla.

Lähtöoletuksena oli, että ympäristövastuullinen käytös muodostuu kasvun ja henkilökohtaisten kokemusten vaikutuksesta oppimisprosessityyppisesti. Analyysin alussa aineisto ei tuntunut tukevan prosessinomaisuutta, vaan ympäristövastuullisten valintojen syyt näyttivät keskenään irrallisilta ja yksittäisiltä. Analyysin loppuvaiheessa kokonaisuudesta alkoi kuitenkin

hahmottua tyypillisiä tapahtumakulkuja ja erityisesti samankaltaisuuksia eri ikävaiheissa painottuneista tekijöistä. Koska prosessinomaisuus ei noussut merkittäväksi piirteeksi aineistossa, jätin sen syvällisemmän käsittelyn pois analyysistä.

Tutkielman keskeiset tulokset liittyvät sosiaalisen ympäristön merkittävään asemaan, tunteiden käsittelyyn osana tiedonkäsittelyä sekä vahvaan yhteiskunnalliseen kiinnostukseen ympäristövastuullisen käyttäytymisen taustalla. Tulokset osoittavat, että ympäristömyönteiseen käytökseen pyrkivät vastaajat ovat hyvin perehtyneitä aiheeseen ja hahmottavat ympäristömyönteiset valinnat osana laajempaa elämäntavan ja arvomaailman kokonaisuutta. Yksilölliset kestävyyspyrkimykset ovat osa kollektiivisesti muodostuvaa kestävästä yhteiskunnasta ja sosiaalisen ympäristön muotoutumista. Oleellisena ympäristömyönteisen ajattelun suhteen vastaajat näkivät eettistä, vastuuntuntoista ja kriittistä ajattelua tukeneen lapsuuden ympäristön sekä lukemisen ja muun tiedonsaannin mahdollisuudet. Konkreettisia kestävyysvalintoja taas tukivat ulkoiset rakenteet ja mahdollisuudet, ja kestävään toimintaan sitoutti sosiaaliset yhteisöt ja vastuuntunne. Vastaajat jakoivat näkemyksen siitä, että omalla toiminnalla on vaikutusta, jos ei konkreettisella tasolla niin ainakin sosiaalisten normien muutostekijänä.

Vaikka luonto oli osana monien kertojien lapsuudenkuvauksia ja luontoa arvostettiin, ympäristövastuullisen käytöksen vaatimuksia perusteltiin enemmän yhteiskunnallisten suhteiden kuin luontosuhteen kautta. Tämä oli aikaisempiin, luontosuhdetta painottaviin tutkimuksiin nähden uusi tulos. Luonnon ja yhteiskunnan kahtiajako ei näyttänyt aineistossa vahvalta, vaan luonnonympäristö integroitui kaikkeen inhimilliseen ja yhteiskunnalliseen. Niin ympäristönsuojelu oli osa yhteiskunnan ja inhimillisen hyvinvoinnin suojelua sekä riskienhallintaa. Mesimäki (2006) on ehdottanut, että juuri henkilön yhteiskunnallinen valveutuneisuus aiheuttaa tarpeen aktiiviselle tiedonhankinnalle, joka toimii pohjana kestäville valinnoille. Yhteiskunnallisen valveutuneisuuden alkuperä ei kuitenkaan ole tiedossa (Mesimäki 2006, 94). Tämän tutkielman aineiston pohjalta vaikuttaa, että suurella osalla vastaajista valveutuneisuus näyttäytyi jo lapsuudessa ja nuoruudessa kriittisyyden, tiedonjanon ja pohdinnan kautta, minkä perusteella voi olettaa jo varhaisen kasvu ympäristön ja lapsuudessa kehittyvien ominaisuuksien olevan yhteydessä yhteiskunnalliseen kiinnostukseen. Yhteiskunnallisen valveutuneisuuden vahvistumista ja siihen vaikuttavia tekijöitä olisi syytä tutkia lisää.

Uusitalon (1997 & 1986) mukaan niin sanottu vapaamatkustajuus on tyypillistä suomalaiselle ympäristöajattelulle, jossa ympäristöasiat nähdään tärkeinä ja toimenpiteiden arvoisena, mutta henkilökohtaisia muutoksia ollaan haluttomia tekemään. Tämän tutkielman ympäristömyönteisen asenteen omaksuneita vastaajia kuitenkin yhdisti vapaamatkustajuuden välttely. Päin vastoin kuin vapaamatkustajuudessa, osa vastaajista ilmaisi valintojensa toimivan vastapainona vapaamatkustavien muiden toiminnalle. Tätä selittää aineiston luonne, joka koostuu ympäristön suhteen aktiivisten henkilöiden kertomuksista.

Kestävän käyttäytymisen haasteena on todettu asenteiden ja toiminnan välinen ristiriita (esim. Wilska 2002). Tästä poiketen aineiston kertojat pyrkivät aktiivisesti välttämään kyseistä ristiriitaa ja toimimaan ympäristöasenteidensa mukaisesti. Tutkielma ei anna vastausta siihen, miksi näin tapahtui, ja se olisi mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe. Toisaalta, tutkimuksessa nimenomaan pyydettiin sekä asenteisiin että käyttäytymiseen vaikuttaneita tekijöitä, ja voi olla, että ristiriitojen esiin tuominen aineistossa jäi siksi vähäiseksi.

6.1 Yksilön vai yhteiskunnan valinnat

Aineisto sisälsi paljon vastaajien pohdintaa ja toteamuksia liittyen epävarmuuteen yksilönvalintojen merkityksellisyydestä. Pohdinta näyttäytyi kritiikkinä vallitsevalle, yksilökeskeiselle kuluttajakansalaisuudelle. Vastaajat näkivät kestävyyspyrkimyksen yhteisvastuun asiana: vastuuta ei toisaalta haluttu täysin ulkoistaa itseltä mutta ei myöskään sysätä yksilöiden ratkaistavaksi. Yksilöntekojen positiivisia vaikutuksia pidettiin riittämättöminä, ja rinnalle vaadittiin yhteiskunnallisia toimia ja ohjausta, mutta toisaalta epäekologisten yksilöntekojen aiheuttama vahinko tiedostettiin ja sitä haluttiin välttää.

Kuten Hormio (2020) esittää pohtiessaan yksilön vastuuta ympäristön suhteen, yksilön teot eivät välttämättä ole kovinkaan merkityksellisiä, mutta eivät myöskään harmittomia, ja suuri määrä vahingollisia valintoja yhdistyy merkitykselliseksi harmiksi. Ehkä yksilön kestäviä toimia onkin hahmotettava mahdollisimman pienen harmin aiheuttamisena, sillä käytöksen positiivisia seurauksia on yksilötasolla haastava havaita muuten kuin harmin vähentymisenä.

Tärkeäksi seikaksi nousi yksilön henkilökohtaisten valintojen ja vaikuttamiskäyttäytymisen tasapaino. Vastaajat eivät nähneet pelkkiä arjen valintojaan maailmaa muuttavina asioina ja

ilmaisivat suoraankin, etteivät halua ympäristövastuullisen elämäntyylin pelkistyvän niihin. Tärkeämpänä koettiin yhteiskunnallisen muutoksen ajaminen ja suuren kuvan hahmottaminen, jossa yksilön valinnat olivat vain yhtenä välttämättömänä osasena. Oman elämän kulutuksen vähentäminen nähtiin riittämättömänä, jos siihen ei liittynyt pyrkimystä vaikuttaa ja muuttaa ulkoista ympäristöä. Osallisuus näkyi siis vahvasti vastaajien suhteessa yhteiskuntaan, vaikka oma asema koettiin myös marginaalisena.

6.2 Identiteetti ja maailmansuhde

Henkilön todellisesta kulutuksen määrästä riippumatta kestävyys on todettu olevan vahva identiteetin osa-alue ja kestävien valintojen tekeminen identiteetin ilmaisun tapa, ja ympäristövastuullinen identiteetti näkyi aineistossa. Vastaajien kuvauksissa oli yksityisen kestävyyspiirteitä, eli kestävyys liittyi vahvasti persoonalliseen identiteettiin ja sisäiseen motivaatioon, he olivat erittäin vahvasti sitoutuneita kestävyyspiirteeseen mutta tunsivat myös jonkin verran riittämättömyyttä. Vaikuttaa siltä, että kestävyys oli osana persoonallisen lisäksi myös vastaajien sosiaalista identiteettiä, mikä yleensä tasapainottaa riittämättömyyden tunnetta ulkoisen palkitsevuuden kautta ja tekee toiminnasta kokonaisvaltaisesti ja julkisesti kestävä. (Garnelo-Gomez ym. 2022.)

Huomionarvoista oli, että vaikka valintoja jonkin verran perusteltiin omilla vastuullisuuden ja moraalisen valveutuneisuuden piirteillä, vastaajat eivät pitäneet ympäristövastuullisen käytöksen omaksumista omana ansionaan, vaan kasvatuksen, oppimisen ja ympäröivien olosuhteiden tuloksena. Tämän perusteella voidaan olettaa, että yhteisön vaikutus ympäristövastuullisen ajattelun ja käytöksen muodostumisella on yksilön omaa roolia merkittävämpi.

Aineistossa omaa käytöstä pidettiin esimerkillisenä, mutta erityistä ylpeyttä tai paremmuutta ei juurikaan ilmaistu. Tunnustuksen sijaan korostui toiminnan vastuullisuus ja välttämättömyys, ja elämäntapa palveli elämän mielekkyyden kokemusta, mikä korostaa sisäisen motivaation ja kestävyysidentiteetin voimakkuutta. Oma panosta ei myöskään haluttu nähdä uhrautumisena, vaan antoisana elämäntapana.

Planetaarinen maailmansuhde näyttäytyi vahvasti tutkielman aineistossa, ja tukee teoriaa syvimmän vipukohdan, eli maailmansuhteen muuttumisen merkityksestä kestäväälle käytökselle. Aineistossa näkyi selvästi sisäisen kestävyysstransformaation osasia, kuten ei-materiaaliset ydinarvot, oikeudenmukaisuudentaju ja sisäinen kestävyysinformaatio (Woiwode ym. 2021). Ekosentrinen tai planetaarinen maailmansuhde on aikaisemmissa tutkimuksissa nähty osatekijänä ympäristömyönteisen käyttäytymisen taustalla, sen sisältäessä ymmärryksen ekologisesta riippuvuudesta ja luonnon inklusiosta itsessä (Weintrobe 2012, Siivonen ym. 2022, 204).

6.3 Tunteiden käsittelyn rooli

Tunteet nousivat keskeiseksi teemaksi aineistossa, minkä perusteella vaikuttaa siltä, että tunteenkäsittelyllä on oleellinen rooli kestävyysvalintojen suhteen. Sen sijaan, että suorana vaikuttimena henkilön käyttäytymiseen olisi ollut tieto, merkittävänä seikkana näyttäytyikin henkilön kyky käsitellä informaation synnyttämiä tunteita. Tunteiden käsittelyn taidoilla voi näin ollen olla keskeinen rooli siinä, kykeneekö henkilö käsittelemään ympäristön tilaan liittyviä uutisia, jotka kertovat tilanteen vakavuudesta. Vaikka aiheesta ei löydy paljoa tutkimuksia, on tunteenkäsittelyn rooli ympäristökysymysten kohdalla tiedostettu, varsinkin suhteessa denialismiin ja muihin kieltämisen käytäntöihin. Ympäristökriiseihin liittyvä tieto on nykyaikana helposti saatavilla ja voi aiheuttaa kuormittumista määrällään ja painavuudellaan. Tämän huomioiden on esitetty, että tiedon jakamisen sijaan kestävyystyössä olisi keskityttävä tarjoamaan apua ja työkaluja tiedon herättämien tunteiden käsittelyyn (Lertzman 2012). Toimiva ympäristötunteiden käsittely vähentäisi aiheen kuormittavuutta ja mahdollista lamaantuneisuutta ja lisäisi omatoimista ympäristömyönteisen käytännön valintaa.

Tutkielma ei anna vastauksia siihen, miksi affektit nousivat tässä aineistossa niin vahvasti esille, ja jatkotutkimus voisi olla tarpeen. Vastaajien kertomusta ohjaavissa apukysymyksissä kehoitettiin huomioimaan tunteet yhtenä osana, mutta tunteet eivät olleet keskeisessä osassa kertomuspyyntöä. Sitä, ovatko ympäristömyönteiseen käytökseen pyrkivät henkilöt erityisen herkkiä tunteiden suhteen tai taipuvaisempia tietoiseen tunneenkäsittelyyn, voitaisiin tutkia lisää. Emotionaalisten prosessien on todettu olevan oleellinen toimintaa ohjaava seikka, ja niitä tulisi kytkeä käyttäytymisteorioihin parantamaan niiden selitysvoimaa.

6.4 Niukkuuden ja hyväosaisuuden ristiriita

Monet kertojat liittivät varhaisen vähäkuluttavien elämäntapojen omaksumisen lapsuuden-perheessä vallinneeseen taloudelliseen niukkuuteen. Aineistossa ei ole sellaista köyhyyttä, joka olisi rajoittanut perustarpeiden tyydyttymistä, mutta ylimääräiseen tai holtittomaan kuluttamiseen ei ole ollut eräiden kertojien mukaan mahdollisuutta. Heillä oli kuitenkin muita resursseja tai suhteita, kuten mökki, sukulaisia maalla tai kulttuuria ja tiedettä arvostavat vanhemmat. Joka tapauksessa omaa taustaa kuvataan hyvänä ja sen tiedostetaan vaikuttaneen valinnanmahdollisuuksiin nuoruus- ja aikuisiässä, myös kestäviin elämänvalintoihin liittyen.

Matalampi toimeentulo voi selittää kulutusvastaisuutta (Cherrier ym. 2011), kun taas hyvin toimeentulevien asenteet ovat keskimäärin ympäristömyönteisempiä ja kulutuspäätökset vihreitä (Wilska 2002). Aineistossa oli viitteitä molemmista: kertomuksissa tuli esiin sekä materiaalsen niukkuuden kokemuksia erityisesti lapsuudenkodissa että aikuisuudessa huomiota omasta hyvästä asemasta ja keskiluokkaisesta taustasta.

Tulokset toivat esiin, että vastaajien arvot olivat ei-materiaalisia ja kulutusta vältettiin ympäristöystävällisyydestä. Näin ollen on mahdollista, että he olivat tavallista tyytyväisempiä myös hieman matalampaan tulotasoon ja vaalivat ei-materiaalista vaurautta (vrt. Joutsenvirta & Salonen 2020). Toisaalta jotkut vastaajista toivat esille elämäntapansa kalliita puolia, kuten ympäristöystävällisen energian.

6.5 Tulosten soveltaminen kestävyyskasvatuksen suunnitteluun

Yksi tutkielman tavoitteista oli etsiä kokemusperustaisia näkökulmia kestävyyskasvatuksen suunnitteluun. Kestävyyskasvatuksen kannalta tuloksista voidaan päätellä, että ympäristö vastuulliseen toimintaan kannustaa koettu yhteys luontoon ja alkutuotantoon sekä näiden parissa itse puuhastelu, tottuminen vähän kuluttaviin käytäntöihin sekä vastuullisuuden ja empatian arvostus kasvu-ympäristössä. Tällä perusteella esimerkiksi metsässä tapahtuva kasvatusta ja opetus, viljelyprojektit tai muut osallistavat luonnon parissa oppimisen tavat ovat erittäin perusteltuja ympäristövastuullisen käytöksen kannalta.

Tunteenkäsittely- ja jonkin verran myös sosiaalisten taitojen hallitseminen nousivat oleelliseksi kertojien ympäristömyönteisen käytöksen taustalla. Näiden taitojen oppiminen alkaa jo varhaislapsuudessa, mutta taitojen kehittäminen on mahdollista myös myöhemmällä iällä. Onkin huomioitava, että tiedonsaannin ja sisältöoppimisen lisäksi kestävyyskasvatuksen rooli tunne- ja vuorovaikutustaitojen vahvistajana tulee olemaan tärkeä käyttäytymisen ja maailmankuvan muutosten mahdollistamiseksi.

Sosiaalisella ryhmällä oli aineistossa myös osansa informaation lähteenä ja yhteisöllisen tiedonkäsittelyn tapana, mikä tukee yhteisöllisen oppimisen aloitteita. Toisaalta sisä- ja ulkoryhmiin asemoitumista voitaisiin tutkia lisää kestävyyskasvatuksen näkökulmasta. Ryhmään kuulumisen kokemus tukee osallisuutta ja uskoa omaan kykyyn vaikuttaa.

Tiedon saatavuuden lisäksi nuoruus- ja aikuisiällä keskeisiä olivat rakenteelliset seikat eli todelliset mahdollisuudet elää kestävää arkea, jossa on mahdollista säästyä sisäisiltä ristiriidoilta, sekä kestävyyttä edistävät toimintamahdollisuudet, jotka luovat myönteisiä tunnekokemuksia. Elinympäristö, jossa kestävät käytännöt ovat helppoja, kannustettavia ja palkitsevia luo arkea, joka vähentäisi vastaajien omassa lapsuudessaan kokemaan puheiden ja tekojen ristiriitaa.

Ympäristövastuullisesti toimivat ihmiset välittävät toimintamalleja omille lapsilleen (Wilska 2002). Tulokset osoittivat, että malli kestäväälle toiminnalle saatiin usein lapsuudessa ja lapsuuden turvalliset luontokokemukset olivat aineistossa merkittävässä osassa ikävaihetta, joten kestävä elämäntavan ylisukupolvisuus korostui. Laadukkaan kestävyyskasvatuksen toteuttaminen esimerkiksi koulussa tai helposti saavutettavissa harrastuksissa tasoittaa perhe- taustojen eroja ympäristövastuullisuuden omaksumisessa.

Kestävyyskasvatusta, jossa yhdistyy tunnetaidot, sosiaalinen oppiminen ja sisältötiedot tarvitaan. Kestävyyskasvatuksen kannalta haasteena on, että ne jotka ovat jo valmiiksi kiinnostuneita aiheista hakeutuvat niiden äärelle, kun taas vähiten kestävyyttä miettivien tavoittaminen voi olla vaikeampaa.

6.6 Tutkielman rajoitteet ja jatkotutkimusehdotukset

Tutkimukseen osallistui vain 12 henkilöä, jotka olivat syvällisesti perehtyneet ja sitoutuneet kestävään elämäntapaan. Tutkielman keskeiset rajoitteet liittyvätkin pieneen otantaan sekä tutkimusjoukon vinoumiin. Laadullisesta tutkielmasta ei voida vetää yleistettäviä johtopäätöksiä, vaan se tähtää ilmiön ymmärtämiseen ja kuvaamiseen (Ruusuvoori ym. 2010). Rajoituksena on myös, että aineisto ei sisällä näkemyksiä muilta, kuin ympäristövastuullisesti toimivilta henkilöiltä, ja vastaajat ovat valikoituneet satunnaisesti kohdejoukosta. Toisaalta rajaus toi esiin uusia ulottuvuuksia, kuten vahvan yhteiskunnallisen motiivin, joten siihen liittyy myös vahvuuksia. On huomioitava, että tutkielmaan osallistumisen kriteerinä oli itse määritetty kestävä elämäntapa, eikä tietoa henkilöiden todellisesta kulutuksesta ole. Tutkielma keskittyykin aiheen sosiokulttuuristen seikkojen tarkasteluun.

Tutkielmassa erityistä oli se, että kestävä elämäntapaa tarkasteltiin laajemmin kuin pelkkien kulutusvalintojen osalta, ja vastauksissa korostui kulutuskriittisyys ja kollektiivisen toiminnan merkitys. Tämän takia sen tuloksia ei voi suoraan verrata kulutuskäyttäytymistä tutkiviin tutkimuksiin. Enemmän tutkitun vihreän kulutuskäyttäytymisen rinnalle vaadittaisiinkin lisää tutkimusta ympäristövastuullisuuden aiheuttamasta kulutuksen välttämisestä. Vihreä kuluttajuus ja kulutusvastaisuus ovat siis erillisiä ilmiöitä, joista kulutusvastaisuutta on tutkittu vain vähän, ja siksi tässäkin tutkielmassa on käytetty myös vihreään kuluttajuuteen liittyvää tietoa huolimatta kulutusvastaisten käytäntöjen vallitsevasta roolista aineistossa.

Tutkielma on toteutettu kestävyyskasvatuksen näkökulmasta, ja tutkielma tuloksineen on suhteellisen pinnallinen mutta toisaalta monipuolinen katsaus ympäristövastuullisen käyttäytymisen taustalla vaikuttaneista kokemuksellisista tekijöistä. Koska syyt näyttävät kietoutuvan vahvasti tunteenkäsittelyyn, identiteettiin sekä sosiaalisiin ryhmiin, näitä ympäristövastuullisen käytökseen liittyviä syitä voisi käsitellä jatkotutkimuksissa syvemmin psykologisesta ja sosiologisesta näkökulmasta.

Tutkielman tulokset liittyvät ympäristövastuullista käytöstä lisääviin ulkoisiin ja sisäisiin seikkoihin: kasvu-ympäristöön, sosiaaliseen yhteisöön, tiedonsaantiin sekä tiedon ja tunteiden kä-

sittelyyn. Jatkotutkimusta tarvitaan erityisesti sisäisestä kestävyysmuutoksesta ja käyttäytymiseen vaikuttavasta tunnepitoisesta tiedonkäsittelystä. Tämän tutkimusten tulosten perusteella jatkotutkimuksissa voisi tutkia sitä, mitkä tekijät vähentävät asenteen ja toiminnan ristiriitaa sekä interventiotutkimuksen keinoin tarkastella kasvu- tai toimintaympäristön vaikutuksia sisäisen kestävyysmuutoksen kannalta. Näin saadaan uutta tietoa siitä, miten voidaan edistää ympäristövastuullista käytöstä kasvatuksen, viestinnän ja rakenteiden muutosten avulla.

Lähteet

- Aaltola, E. 2021. Defensive over Climate Change? Climate Shame as a Method of Moral Cultivation. *Journal of agricultural and Environmental Ethics* 34(6)
- Aaltonen, T. & Leimumäki, A. 2010: Kokemus ja kerronnallisuus – kaksi luentaa. Teoksessa Ruusuvoori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) *Haastattelun analyysi*. Tampere: Vastapaino, 119-152.
- Agyeman, J. 2013. *Introducing just sustainabilities. Policy, planning and practice*. Zed Books.
- Ahlqvist, K. & Heiskanen, E. 2006. Ekotehokkuus lapsiperheiden arjessa. Teoksessa Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) *Arkielämän ympäristöpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus, 57-71.
- Ahonen, S. 2006. Vihreän kuluttajan monet kasvot. Teoksessa Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) *Arkielämän ympäristöpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus, 72-86.
- Autio, M. M. & Wilska, T.-A. 2003. Vihertävät tytöt, vastuuttomat pojat - nuorten kuluttajien ympäristöasenteet. *Nuorisotutkimus* 21/2. s. 3-18.
- Brookes, E. 2023. The theory of planned behavior: behavioral intention. *Simply psychology*. <https://www.simplypsychology.org/theory-of-planned-behavior.html>. Luettu 17.1.2024.
- Casey, K., Lichrou, M. & O'Malley, L. 2020. Prefiguring sustainable living: an ecovillage story. *Journals of marketing management* 36, 17-18.
- Chawla, L. 1999. Life Paths Into Effective Environmental Action. *The Journal of Environmental Education*, 31:1, 15-26.
- Chawla, L. & Cushing, D. F. 2007. Education for strategic environmental behavior. *Environmental Education Research* 13, 437–452

Cherrier, H., Black, I. & Lee, M. 2010. Intentional non-consumption for sustainability, Consumer resistance and/or anti-consumption? *European Journal of Marketing* 11/12.

Dawson, N., Coolsaet, B. & Martin, A. 2018. Justice and equity. Teoksessa Schreckenber, K., Mace, G. & Poudyal, M. (toim.) *Ecosystem services and poverty alleviation. Trade-offs and governance.*

Eräranta, K. & Moisander, J. 2006. Miten kuluttajaa hallitaan markkinoilla ympäristöpoliittisena toimijana? Teoksessa Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) *Arkielämän ympäristöpolitiikka.* Helsinki: Gaudeamus, 17-32.

Fischer, J. & Riechers, M. 2019. A leverage points perspective on sustainability. *People and Nature* 2019;1, 115-120.

García-de-Futos, N., Ortega-Egea, J. M. & Martínez-del-Río, J. 2016. Anti-consumption for environmental Sustainability: Conceptualization, Review, and Multilevel Research Directions. *J Bus Ethics* 148, 411-435.

Garnelo-Gomez, I., Money, K. and Littlewood, D. 2022. From holistically to accidentally sustainable: a study of motivations and identity expression in sustainable living. *European Journal of Marketing*, 56 (12).

Guttorm, H. 2022. Saamelaisten perinteinen tieto kestävä kehityksen pohjana. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.). *Kestävyden avaimet.* Gaudeamus, 48-50.

Hagbert, P. & Bradley, K. 2017. Transitions on the home front: A story of sustainable living beyond eco-efficiency. *Energ Research & Social Science* 31, 240-248.

Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.) 2022. *Kestävyden avaimet: Kestävyystieteen keinoin ihmisen ja luonnon yhteisöön.* Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja Kirjoita. Helsinki: Tammi.

Hogget, P. 2012. Climate change denial in a perverse culture. Teoksessa Weintrobe, S. (toim.) Engaging with climate change. Routledge.

Hormio, S. 2020. Yksilön vastuu yhteisön jäsenenä. Teoksessa Kyllönen, M. & Oksanen, M. (toim.) Ilmastonmuutos ja filosofia. Gaudeamus, 104-125.

Hsu, S-J. 2009. Significant life experiences affect environmental action: a confirmation study in eastern Taiwan. Environmental Education Research, 15:4, 497-517.

Hyvärinen, M. 2010: Haastattelukertomuksen analyysi. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 90-118.

Ives, D., Abson, J., Wehrden, H., Dorninger, C., Klaniiecki, K. & Fischer, J. 2018. Reconnecting with nature for sustainability. Sustainability Science 13, 1389-1397.

Joutsenvirta, M. & Salonen, A. 2020. Sivistys vaurautena. Radikaalisti, mutta lempeästi kohti kestävää yhteiskuntaa.

Koppa, Jyväskylän yliopisto. Menetelmäpolkuja humanisteille. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/>. Luettu 12.1.2023.

Kortetmäki, T. 2020. Ilmastokriisi ja rakenteellinen epäoikeudenmukaisuus. Teoksessa Kyllönen, M. & Oksanen, M. (toim.) Ilmastonmuutos ja filosofia. Gaudeamus, 85-103.

Kyllönen, S. 2020. Reilu vastuunjako ja ilmastoetiikka sukupolvien välillä. Teoksessa Kyllönen, M. & Oksanen, M. (toim.) Ilmastonmuutos ja filosofia. Gaudeamus, 126-150.

Lertzman, R. 2012. The myth of apathy. Teoksessa Weintrobe, S. (toim.) Engaging with climate change. Routledge.

Longo, C, Shankar, A & Nuttall, P 2019. "It's Not Easy Living a Sustainable Lifestyle": How Greater Knowledge Leads to Dilemmas, Tensions and Paralysis. *Journal of Business Ethics*, vol. 154, no. 3, pp. 759-779.

Luukkonen, R. 2020. Kulutuksen vähentämisen tavat kestävässä kuluttamisessa. *Kulutustutkimus.Nyt* 14, 31-49.

Lybäck, K. 2002. Ympäristökysymykset mikrotason toimijoiden arjessa: asenteiden ja käyttäytymisen välinen ristiriita. Teoksessa Loukola, O., Lybäck, K & Tervo, M. *Arvot, ympäristö ja teknologia. Yhteiskunnallisten toimien uudet oikeutukset*. Yliopistopaino, Helsinki.

Manning, A. 2013: *Norm Activation & Value-Belief-Norm Theory. Strategies for sustainability*. Videoluento.

Martiskainen, M & Sovacool, B. 2021. Mixed feelings: A review and research agenda for emotions in sustainability transitions. *Environmental Innovation and Societal Transitions* 40, 609-624.

Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) 2006. *Arkielämän ympäristöpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus.

Massa, I. 2006. Perheen elämäntavan muutos ja arkielämän ympäristöpolitiikka. Teoksessa Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) *Arkielämän ympäristöpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus, 104-121.

Meadows D. H. 1999. *Leverage points: places to intervene in a system*. The Sustainability Institute, Hartland.

Mesimäki, M. 2006. Ympäristövastuullisen kaupunkilaisen elämäntapavalinnat. Teoksessa Massa, I. & Ahonen, S. (toim.) *Arkielämän ympäristöpolitiikka*. Helsinki: Gaudeamus, 87-103.

Nikula, J. & Rohweder, L. 2022: *Välttämätön aktivismi*. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.). *Kestävyuden avaimet*. Gaudeamus, 253-254.

Norlock, K. 2009. Forgivingness, Pessimism, and Environmental Citizenship. *J Agric Environ Ethics* 23, 29-42.

Ovaskainen, S. 2019. Ekologisen elämäntavan mahdollisuudet ja rajat Lapissa. *Alue ja Ympäristö*, 48:1, 137-140.

Paloniitty, T., Janasik, N., Levänen, J., Linnanen, L., Mustalahti, I. & Peltonen, L. 2022. Kestävyyden murros ja rakenteet. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.). *Kestävyyden avaimet. Gaudeamus*. 151-198.

Pihkala, Panu 2017. *Päin helvettiä? Ympäristöahdistus ja toivo*. Kirjapaja, Helsinki.

Piroschka Otte, P. 2021. What makes people act climate-friendly? A decision-making path model for designing effective climate change policies. *Current Opinion in Environmental Sustainability*, 52, 132-139.

Pisters, S. R., Vihinen, H. & Figueiredo, E. 2019. Inner change and sustainability initiatives: exploring the narratives from eco-villagers through a place-based transformative learning approach. *Sustainability Science* 15, 395-409.

Rinne, J., Kajander, A. & Haanpää, R. 2020. *Affektit ja Tunteet kulttuurien tutkimuksessa*. Ethnos, Helsinki.

Randall, R., 2012. Great Expectations: Some Psychic Consequences Of The Discovery Of Personal Ecological Debt. Teoksessa Weintrobe, S. (toim.) *Engaging with climate change*. Routledge.

Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. *Tutkimuksen Voimasanat*. Helsinki: WSOY.

Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) 2010. Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Saari, J. 2022. Kestävä Hyvinvointivaltio. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.). Kestävyyden avaimet. Gaudeamus, 43-45.

Salonen, A., Siirilä, J. & Valtonen, M. 2018. Sustainable Living in Finland: Combating Climate Change in Everyday Life. Sustainability 10:104.

Salonen, A. 2010. Kestävä kehitys globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnan haasteena. Väitöstudium. Helsingin yliopisto.

Siivonen, K., Cantell, H., Ihanainen-Rokio, O., Kurenlahti, M., Laakso, S., Latvala-Harvilahti, P., Pietikäinen, J. & Salonen, A. O. 2022. Kestävyyden keinoja. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.). Kestävyyden avaimet. Gaudeamus. 199-234.

Soini, K., Hukkinen, J., Kaljonen, M., Levänen, J. & af Rosenschöld, J. 2022. Mitä kestävyystiede on? Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.) Kestävyyden avaimet. Gaudeamus.

Soininen, N., Juhola, S., Kahiluoto, H., Korhonen-Kurki, K. & Salomaa, A. 2022. Kestävyyden muutosteoria. Teoksessa Halonen, T., Korhonen-Kurki, K., Niemelä, J. & Pietikäinen, J (toim.) Kestävyyden avaimet. Gaudeamus, 107-130.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkaus-epäilyjen käsitteleminen Suomessa. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf.

Tökkäri, V. 2018. Kokemuksen käsite ja käyttö. Teoksessa Toikkanen, J., & Virtanen, I. A. (toim.) Kokemuksen tutkiminen.

Törrönen, J. 2010. Identiteettien ja subjektiasemien analyysi haastatteluaineistossa. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino, 180-211.

Uusitalo, L. 1997. Kuluttajan ympäristöä koskevat valinnat. Liiketaloustieteellinen aikakauskirja, 1:1, 15–31

Uusitalo, L. 1986. Suomalaiset ja ympäristö. Tutkimus taloudellisen käyttäytymisen rationaalisuudesta. The Helsinki school of economics.

Weintrobe, S. 2012. The Difficult Problem Of Anxiety In Thinking About Climate Change. Teoksessa Weintrobe, S. (toim.) Engaging with climate change. Routledge.

Weintrobe, S. 2012. On the love of nature and human nature. Teoksessa Weintrobe, S. (toim.) Engaging with climate change. Routledge.

Wilska, T.-A. 2002. Me - A consumer? Consumption, identities and lifestyles in today's Finland. Acta sociologica 2002, vol. 45. S. 195-210

Woiwode, C., Schöpke, N., Bina, O., Veciana, S., Kunze, I., Parodi, O., Schweizer-Ries, P. & Wamsler, C. 2021. Inner Transformation to sustainability as a deep leverage point: fostering new avenues for change through dialogue and reflection. Sustainability science 16(3), 841-85

Yle 28.7.2022. Uusiutuvat luonnonvarat on tältä vuodelta käytetty - maailman ylikulutus-päivä on tänään. <https://yle.fi/a/3-12553715>. Luettu 17.4.2023.

Liitteet

Liite 1. Kertomuspyyntö

Hei!

Teen pro-gradu tutkielmaa luonto- ja kestävyyskasvatuksen maisteriohjelmassa Lapin yliopistossa. Etsin tutkimukseen osallistujiksi ihmisiä, jotka ovat tehneet elämässään valintoja ekologisten syiden perusteella.

Tutkimus toteutetaan laadullisena tutkimuksena, aineistona lyhyet omaan elämään perustuvat kertomukset, joita ohjaa asettamani apukysymykset. Osallistuminen tapahtuu kirjallisesti google forms-alustan kautta, kaikki vastaukset ovat anonyymeja eikä vastaaminen vaadi kirjautumista. Vastamalla kirjoituspyyntöön annat luvan käyttää aineistoa pro gradu –tutkielmassani. Tutkimuksessa ei julkaista mitään tunnistamisen mahdollistavia tietoja, kuten paikkakuntien tai ihmisten nimiä. Aineisto säilytetään yksityisellä tietokoneella salasanan takana ja hävitetään tutkimuksen päätteeksi.

Tutkimukseni käsittelee ekososiaalista toimijuutta ja sen kehittymistä. Näkemyksenä on, että maailmansuhde ja käyttäytyminen muokkautuvat yksilöllisenä ja kollektiivisena prosessina kokemusten kautta. Tutkimuksen aiheena on selvittää, millaisena tämä oppimisprosessi näyttäytyy vastaajien kertomuksissa: millaiset asiat ovat rakentaneet henkilön moraalista ajattelua, toimijuutta ja toimintakykyä?

Olet sopiva vastaaja, jos koet tehneesi ekologisia elämänvalintoja elämän eri osa-alueilla (ei pelkästään kulutusvalinnat). Linkki tutkimuslomakkeeseen: [\[linkki\]](#)

Kiitos jos pystyt osallistumaan! Jos tutkielman toteutuksesta herää kysymyksiä, olethan yhteydessä minuun.

Kirsikka Hynönen, khynonen@ulapland.fi

Ohjaaja: Ilkka Ratinen, ilkka.ratinen@ulapland.fi

Liite 2. Vastauslomake

Tutkielma ekologisen elämäntavan taustatekijöistä

Vastaamalla hyväksyt vastauksen käytön pro-gradu tutkielmassa. Vastaukset ovat anonyymeja. Kiitos osallistumisesta!

Sukupuoli

(Sukupuolen merkitseminen mahdollistaa seuraamaan, onko joku sukupuoli aineistossa yliedustettuna.)

- Nainen
- Mies
- Muu
- En halua vastata

Tämänhetkinen asuinalue

- Kaupunki/taajama
- Maaseutu

Syntymävuosi

[vastauslaatikko]

Kirjoita lyhyt (rajoitus 20 000 merkkiä) kertomus elämästäsi keskittyen siihen, miten olet päätenyt ekologisesti kestäviin elämänvalintoihin. Mitkä asiat elämänpolullasi ovat vahvistaneet eettistä ajattelua ja toimintakykyäsi? Mieti elämääsi lapsuudesta tähän hetkeen. Voit tarvittaessa käyttää pohdinnassasi apuna seuraavia kysymyksiä:

- Mitä ekologisia valintoja olet tehnyt?
- Miten ekologinen elämäntapa tai siihen pyrkiminen on näkynyt eri elämänvaiheissasi?
- Milloin aloit nähdä ekologisen elämäntavan tärkeänä ja miksi?
- Mitkä asiat ovat vaikuttaneet elämäsi varrella eettisen ajattelusi rakentumiseen?
- Mitkä asiat ovat edistäneet eettistä toimijuuttasi (tekoja)?
- Miksi olet sitoutunut ekologiseen elämänvalintaasi?
- Millaisia haasteita tai ristiriitoja ekologiseen elämänvalintaan on liittynyt?

Kertomuksessa voit huomioida esimerkiksi lapsuuden, perheen, ympäröivät olosuhteet, yksittäiset merkitykselliset kokemukset, tunteet, oppimisen, ihmissuhteet, luonteenpiirteet, yhteiskunnallisen aseman.

[vastauslaatikko]