

## OMAEHTOISEN SEIKKAILUN MOTIIVIJÄRJESTELMÄ

Seikkailuaktiiviteetti sisäisesti motivoivana, elämishakuisuutta tyydyttävänä toimintana

Antti Tili

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Kevät 2002

Opettajankoulutuslaitos

Jyväskylän yliopisto

*"You cannot stay on the summit forever; you have to come down again – so why bother in the first place? Just this; what is above knows what is below; but what is below does not know what is above.*

*One climbs, one sees, one sees no longer, but one has seen."*

*– Daumal, Rene –*

*(1967, 103)*

Tilli, A. 2002. Omaehtoisen seikkailun motiivijärjestelmä. Seikkailuaktiiviteetti sisäisesti motivoivana, elämyshakuisuutta tyydyttävänä toimintana. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma. 109 sivua.

## TIIVISTELMÄ

Tutkimuksen tarkoituksena oli ymmärtää omaehtoiseen, aidossa luontoympäristössä tapahtuvaan seikkailuaktiiviteettiin liittyvää yksilön motiivijärjestelmää. Tutkimuksen lähtökohtana oli oletus omaehtoisen seikkailun elämän laatua nostavasta vaikutuksesta. Elämän laadun kohoamisen oletettiin perustuvan elämyshakuisuuden tyydyttämiseen ja toimintaa energisoivaan sisäiseen motivaatioon, jonka lähtökohtina ovat toiminnassa koetut tunteet itsemääräämisestä ja pätevydestä.

Tutkimusaineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Tutkimusjoukkoon kuului kolme suomalaista seikkailijaa: 25-vuotias nainen sekä 30- ja 50-vuotiaat miehet. Tutkimusjoukon jäsenten valinnalle oli asetettu vaatimukset seikkailuaktiiviteetin aktiivisesta harrastamisesta ilmiharrastuksen tasolla sekä yleisestä harrastuneisuudesta luontoliikuntaan. Tutkimusaineiston analyysi noudatti laadullisen menetelmän perusrakennetta: aineisto jakautui aluksi analyysin (suppea merkitys) kautta luokkiin ja yhdistyi sitten synteessin avulla uudelleen kokonaisuudeksi. Prosessi sisälsi runsaasti laadulliselle tutkimukselle tyypillistä merkitysten tulkintaa.

Tutkimus osoitti, että sitoutuminen omaehtoiseen seikkailuun perustuu toisaalta toiminnassa koettujen, kognitiivisiin tarpeisiin vastaavien itsemääräämisen ja pätevyden tunteiden herättämään sisäiseen motivaatioon. Toisaalta tulosten mukaan myös elämyshakuisuuden tyydyttäminen sekä rakentamattoman luontoympäristön mahdollistamat emootiot ja elämykset liittyvät varmasti seikkailijan yksilöllisesti painottuneeseen motiivijärjestelmään. Tutkimustulokset antoivat lisäksi aiheita olettaa henkilökohtaisen luontosuhteen olevan viime kädessä tekijä, joka suuntaa tarpeiden energisoiman toiminnan aitoon luontoympäristöön sijoittuvien seikkailuaktiiviteettien pariin.

Tutkimus muistutti erityisesti kasvattajia ihmistä sisäisesti motivoivan seikkailun arvosta. Seikkailu perustuu haasteen tietoiseen kohtaamiseen sekä luottamukseen omasta osaamisesta – kiehtovaan arvoitukseen omien kykyjen ja pystymisen rajoista. Vaikka se perinteisesti liittyykin rakentamattomaan luontoon, seikkailun kokemukselle ei voida asettaa ympäristövaatimuksia. Seikkailu on mielentila, joka herättää todellista mielenkiintoa, vaatii konkreettista toimintaa, tuottaa todellisia tunteita ja saa aikaan luovia ongelmanratkaisuyrityksiä.

Avainsanat: harrastus, sisäinen motivaatio, seikkailu, elämyshakuisuus, flow, luontosuhde, temahaastattelu.

# SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ .....	3
SISÄLTÖ .....	5
1 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT .....	8
2 HARRASTUKSET JA VAPAA-AIKA .....	10
2.1 Vapaa-aika.....	10
2.2 Harrastuneisuus .....	10
2.3 Harrastus.....	11
2.3.1 Harrastuksen viriäminen.....	11
2.3.2 Omaehtoinen harrastus .....	13
3 MOTIVAATIO .....	14
3.1 Motivaatio, motiivit ja motiivijärjestelmä.....	14
3.2 Sisäinen motivaatio .....	14
3.2.1 Pätevyys.....	16
3.2.2 Itsemäärääminen .....	17
3.3 Kognitiivinen evaluaatioteoria .....	17
3.4 Sisäinen motivaatio ja fyysiset aktiviteetit.....	19
4 SEIKKAILU .....	21
4.1 Seikkailun määritelmät ja lähikäsitteet .....	21
4.1.1 Seikkailuaktiviteetti .....	24
4.1.2 Epävarmuus .....	24
4.1.3 Riskit, vaarat ja onnettomuudet.....	25
4.1.4 Kompetenssi .....	27
4.2 Seikkailun filosofia.....	27
4.3 Eläm्यshakuisuudesta .....	29
4.4 Riippuvuus vaarasta .....	30
4.5 Vahvempaan minäkäsitykseen .....	32
5 OPTIMAALISEN HAASTEEN KOHTAAMINEN .....	34

5.1 Optimaalinen kokemus.....	34
5.2 Tietoisuuden merkitys kokemiselle.....	35
5.3 Tietoisuuden tilat.....	36
5.4 Flow.....	37
5.4.1 Flow:n perusominaisuudet.....	38
5.4.2 Syvä flow-kokemus.....	38
5.4.3 Persoonan kehittyminen.....	39
6 LUONTO SEIKKAILUYMPÄRISTÖNÄ.....	40
6.1 Luonnon merkitys seikkailijalle.....	41
6.1.1 Luonto itseisarvona.....	41
6.1.2 Luonto havainto- ja elämysympäristönä.....	42
6.1.3 Luonto toimintaympäristönä.....	42
6.1.4 Luonto virkistäjänä ja uudistajana.....	44
6.2 Seikkailijan luontosuhde.....	45
6.2.1 Humanismi.....	46
6.2.2 Mystisismi.....	47
7 TUTKIMUS OMAEHTOISEN SEIKKAILUN MOTIIVEISTA.....	48
7.1 Tutkimusongelma ja hypoteesit.....	48
7.2 Tutkimuskohteena ihminen.....	50
7.2.1 Fenomenografia.....	51
7.2.2 Teemahaastattelu tiedonkeruumenetelmänä.....	52
7.3 Haastattelun teemarakenne ja sisältö.....	53
7.4 Analyysin vaiheet.....	54
7.5 Seikkailijat.....	59
8 TUTKIMUSTULOSTEN KUVAILU.....	61
8.1 Tausta.....	62
8.2 Luonnon itseisarvo.....	64
8.3 Elämykset ja emootiot seikkailuaktiviteeteissa.....	66
8.4 Konkreettinen toiminta seikkailuaktiviteeteissa.....	68
8.5 Uudistuminen.....	78
9 TUTKIMUSTULOSTEN TARKASTELU.....	80

9.1 Itsemäärääminen osana seikkailijan motiivijärjestelmää .....	81
9.2 Pätevyys osana seikkailijan motiivijärjestelmää .....	84
9.3 Elämishakuisuus osana seikkailijan motiivijärjestelmää .....	87
9.4 Muut seikkailijan motiivijärjestelmän osat .....	90
9.5 Yhteenveto seikkailijan motiivijärjestelmästä .....	92
10 POHDINTA .....	95
10.1 Tutkimuksen luotettavuudesta.....	95
10.2 Tulosten merkitys seikkailijoille ja kasvattajille .....	98
LÄHTEET .....	101
LIITE 1: Teemahaastattelun runko .....	107
LIITE 2: Esimerkki teemahaastattelun kulusta.....	108
LIITE 3: Tutkimusjoukon jäsenet .....	109

## 1 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Ihmisen tarpeet voidaan karkeasti jakaa kahteen luokkaan: orgaanisiin ja ei-orgaanisiin. Ensimmäinen luokka viittaa elimellisiin tarpeisiin (*primääritarpeet*); toinen luokka perustuu ihmisen kognitiivisiin ja emotionaalisiin tarpeisiin. Tutkimukseni keskittyy tarkastelemaan jälkimmäisenä mainittujen *sekundääristen*, korkeampien tarpeiden täyttymistä aitoon luontoympäristöön sijoittuvan seikkailuharrastuksen kontekstissa. Tutkimukseni kohteina ovat seikkaileva ihminen ja hänen toimintaansa ohjaavat motiivit.

Useissa tutkimuksissa (mm. Csikszentmihalyi 1990) käsitellään ihmisen ahdistusta ja pahaa oloa. On havaittu, että yhteiskunta ei pysty irrationaalisuudessaan ja luonnottomuudessaan tarjoamaan ihmiselle mahdollisuuksia kokea itsearvostuksen tai oman elämän hallitsemisen tunteita. Ihminen kaipaa tilaisuutta ottaa vastuuta itsestään. Historiansa aikana hän on aina taistellut ympäristönsä uhkia vastaan. Nyt vaarojen väistyttyä ihmistä uhkaa vajoaminen passiivisuuteen. Hän tarvitsee edelleen samoja haasteita kuin esi-isät, jotka suojautuivat myrskyjä vastaan erämaassa ja väijyivät riistaa pimeässä metsässä. Nykyajan ihminen tarvitsee konkreettista toimintaa, jota arkielämä yhä harvemmin tarjoaa.

Vapaa-aika on tutkimukseni konteksti. Se antaa ihmiselle uuden mahdollisuuden suuntautua haluamallaan tavalla. Mutta miksi yksilö tahtoo tällöin kohdata haasteita, jotka altistavat hänet korkeille riskeille? Nykyaikana vallitseva ihmiskäsitys on humaninen. Ihminen nähdään aktiivisena olentona, joka pyrkii kehittämään itseään ja hallitsemaan ympäristöään. Onko tässä selitys toiminnalle? Tutkimukseni tavoitteena on etsiä vastausta ja selvittää ihmisten motiiveja sitoutua omaehtoiseen seikkailuun. Hän, joka osaa vastata näihin kysymyksiin, ymmärtää uskoakseni jotain hyvin olennaista ihmisyydestä.

Motiivini tutkimukseen jakautuvat kahtia. Toisaalta olen henkilökohtaisesti kiinnostunut löytämään selityksen, jotta ymmärtäisin itseänikin paremmin. Toisaalta näen myös mahdollisuuden kehittyä ammatillisesti. Vastaus kysymykseeni ei koske mielestäni peruskoulun, tulevaisuuden työympäristöni, piirissä ainoastaan seikkailupedagogisia tuokioita. Oppilaitaan ymmärtävällä opettajalla olisi mahdollisuus rakentaa koko pedagoginen toimintansa sellaiseksi, että todellisen



sisäisen motivaation saavuttaminen olisi mahdollista. Sisäisesti motivoitunut toiminta johtaa tuloksiin, joita ei millään ulkoisella voida korvata. Yksilön havaitseman omakohtaisen pätevyyden on esimerkiksi todettu vahvistavan hänen minäkäsitystään voimakkaasti (Ewert 1983). Ja on vaikea löytää peruskoulun tavoitteista tärkeämpää päämäärää kuin lapsen vahva ja realistinen minäkäsitys. Jokaisen kasvattajan olisi tärkeää ymmärtää aktiivista ja seikkailujen kiehtomaa ihmistä. Passiiviset sijaiskokemukset eivät voi koskaan korvata todellisen toiminnan synnyttämiä tunteita ja ajatuksia.

Seikkailu on kiehtonut tutkijoita. Viime vuosina on Jyväskylän yliopistossa valmistunut muutamia seikkailua käsitteleviä pro gradu -tutkielmia. Opettajankoulutuslaitoksella on tutkittu seikkailukokemuksia ja seikkailukasvatuksen toteuttamista peruskoulussa (ks. Fossi & Jokinen 1997, Kalliokoski & Saikkonen 1999, Ronni & Vaismaa 1999). Liikuntatieteellisessä tiedekunnassa ja psykologian laitoksella on tarkasteltu mm. seikkailijoiden persoonallisuutta sekä heidän henkisiä ominaisuuksiaan seikkailuaktiviteeteissa (ks. Polari 1995, Hurme & Rantala 1997, Saukko & Kettunen 1999).

Vaikka yksittäisten tutkimusten lisäksi Suomesta löytyy muitakin tahoja, jotka tutkivat tätä laajaa ilmiötä (mm. seikkailukoulutuskeskus KOTA), suomenkielinen lähdeaineisto on kuitenkin varsin vähäistä. Merkittävämmät teokset ovat peräisin Cavénilta (1992a) ja Aaltoselta (1995). Näitä poikkeuksia lukuun ottamatta tutkija joutuu turvautumaan ulkomaiseen materiaaliin, jota edustavat mm. Miles ja Priest (1990) sekä Ewert (1983).

Työni suuntautuu organisoidun seikkailukasvatuksen ulkopuolelle. Tulen tarkastelemaan omaehtoista seikkailua ja sen taustalta löytyvää motiivijärjestelmää. Tästä syystä minulla on ilo tutustua varsin laajalta sektorilta koottuun lähdeaineistoon. Decin ja Ryanin (1985, Deci 1975) teoksia sisäisestä motivaatiosta täydentävät sekä Csikszentmihalyin (1975, 1990) teoria *flow*-ilmiöstä että muut liikunnan psykologisia aineksia käsittelevät teokset. Telaman (1992) tutkimus luontoliikunnan motivoivista tekijöistä on puolestaan apunani teemahaastattelun suuntaviivojen hahmottelussa. Haastatteluaineiston analyysin yhteydessä tukeudun erityisesti Syrjälän, Ahosen, Syrjäläisen ja Saaren (1994) sekä Hirsjärven ja Hurmeen (2000) julkaisuihin laadullisesta tutkimuksesta.

## 2 HARRASTUKSET JA VAPAA-AIKA

Omaehtoinen seikkailu merkitsee tutkimukseni kontekstissa vapaa-ajan aktiviteettia. Vaikka joidenkin ihmisten yhteydessä voisi aivan perustellusti todeta seikkailun olevan heidän ammattinsa, haluan rajata sekä taloudellisia etuja tavoittelevan että yhteiskunnan viralliseen kasvatuseritykseen liittyvän seikkailun pois tarkastelustani. Käsittelemääni seikkailua määrittävät sanat vapaa-aika, harrastus ja omaehtoinen.

### 2.1 Vapaa-aika

Csikszentmihalyi (1979) määrittelee *vapaa-ajan* kahdella tavalla. Yleisempi määritelmä viittaa vietettyyn aikaan palkallisen työn ja muiden vastaavien velvollisuuksien ulkopuolella; tarkempi määritelmä tarkoittaa aikaa, joka käytetään itsessään palkitseviin ponnisteluihin.

Entwistlea (1979) tulkiten Metsämuuronen (1995, 18) näkee, että ihmisellä on elämässään mahdollisuus suuntautua haluamallaan tavalla. Metsämuuronen haluaisi korostaa "saa tehdä" -ajatusmallia "pitää tehdä" -asenteen sijasta niin vapaa-ajan kuin työelämänkin kohdalla. Hän kieltää työnteolla ja vapaa-ajan harrastuksilla olevan todellista eroa, mikäli molempiin motivoi mielenkiinto sanan laajimmassa merkityksessä.

### 2.2 Harrastuneisuus

Metsämuuronen (1995, 21) määrittelyn mukaisesti *harrastuneisuus* on "suhteellisen pysyvä tiettytyyppisiin toimintoihin positiivissävyisenä toimintavalmiutena yksilön toiminnallisella, kognitiivisella ja affektiivisella alueella ilmenevä jatkuva omaehtoinen suuntautuminen." Esimerkkinä harrastuneisuudesta voitaisiin ajatella ihmistä, joka suhtautuu myönteisesti esimerkiksi liikuntaan luonnossa. Kiinnostuksen alkuperäinen herättäjä oli oman fyysisen kunnon ylläpitäminen. Hänessä on kuitenkin oman huomion kohdistumisen kautta herännyt arvostus ja kunnioitus

ympäristöä kohtaan. Henkilö saattaa ryhtyä lukemaan *Latu ja polku* -lehteä sekä osallistua Luontoliiton toimintaan. Tällaisesta henkilöstä voisi sanoa, että hän on harrastanut luontoliikuntaan.

### 2.3 Harrastus

Metsämuuronen (1995, 20–22) esittää harrastuneisuuden kohdistuvan laajempaan harrastusalueeseen, kun taas *harrastus* rajautuu tiettyyn, erityiseen kohteeseen. Hän esittelee tekstissään sekä Telaman että Hirsjärven määritelmät harrastukselle.

Telaman määrittelemänä harrastus on "suhteellisen pysyvä tiettyihin toimintoihin kiinnostusta osoittavien käyttäytymistendenssien kokonaisuus, joka ei kuulu henkilön jokapäiväisiin velvollisuuksiin tai toimeentulon hankkimiseen" (Metsämuuronen 1995, 20).

Hirsjärven määrittelemä harrastus on puolestaan "positiivissävyinen toimintavalmius jotakin tiettyä asiaa kohtaan" (Metsämuuronen 1995, 20). Metsämuuronen huomauttaa termin toimintavalmius ilmaisevan hyvin harrastajan potentiaalia toimia kokonaisvaltaisesti.

Harrastuksen yhteydessä esimerkkinä voi edelleen toimia luontoliikuntaan harrastanut henkilö. On oikeastaan hyvin todennäköistä Metsämuurosenkin (1995, 21) mielestä, että harrastus seuraa harrastuneisuutta. Esimerkkihenkilön uusi *ilmiharrastus* (esim. vaeltaminen) olisi hänen aiemman harrastuneisuutensa spesifimpi, tarkemmin kohdistunut ilmenemismuoto.

Harrastamisen aktiivisuus on ymmärrettävä Metsämuurosen (1995, 19) mukaan hyvin laaja-alaisesti. Esimerkiksi päättyneen vaelluksen varustelistan arvioiminen, eräkirjallisuuden lukeminen ja seuraavan retken suunnittelu ovat kaikki erävaellusta harrastavan henkilön aktiivista harrastustoimintaa.

#### 2.3.1 Harrastuksen viriäminen

Harrastuksen alkamiselle, *viriaämiselle*, nähdään tärkeänä tekijänä harrastuneisuus sitä harrastusaluetta kohtaan, jonka piiriin uusi ilmiharrastus kuuluu.

Viriämisprosessiin Metsämuuronen (1995, 34–38; 1997, 29–35) löytää kolmiportaisen mallin.

Mielenkiinto toimii mallin ensimmäisenä portaana. Se voi olla alkuperältään joko sisäistä tai ulkoista (Metsämuuronen 1997, 28–29). Vaikka jälkimmäisessä tapauksessa ensimmäinen askel harrastuksen piiriin on luonteeltaan pakonomainen, tällainenkin tutustuminen saattaa herättää kokijassa mielenkiintoa itse toimintaa kohtaan. Kaikki itse asiassa riippuu mallin toisesta askelmasta eli positiivisten kokemusten saamisesta harrastuksen piirissä. Myönteiset kokemukset voivat olla esimerkiksi tunteita vapaudesta itsensä toteuttamiseen tai omasta pätevyydestä toiminnan yhteydessä. Ruohotie (1976, 25–26) pitää tällaista positiivista affektia tekijänä, joka usein liittyy harrastuksen alkamiseen. Positiivisten kokemusten herättämä sisäinen mielenkiinto on Metsämuurosen (1997, 29, 34–35) mallin kolmas askel. Se seuraa yksilön sisäisten tarpeiden tyydyttämisestä.

Metsämuurosen (1995, 34–38) esittämässä mallissa on kaksi toisiaan ruokkivaa sykliä. Positiiviset kokemukset motivoivat yksilöä toimimaan niin kognitiivisella, affektiivisellä kuin emotionaalisellakin tasolla. Kokonaisvaltainen aktiivisuus tarjoaa uusia sisäisiä palkkioita, mikä puolestaan saa aikaan yhä suuremman sisäisen motivaation.

Harrastaminen on Metsämuurosen (1995, 36) mukaan yksilön toimintaa omien tarpeiden tyydyttämiseksi ja motiivien realisoimiseksi. Csikszentmihalyi (1979, 3–6) puolestaan nostaa harrastamisen tärkeimmäksi syyksi toiminnasta saatavan nautinnon, vaikka luettelee saavutettaviksi eduiksi myös useita persoonan kokonaisvaltaisen kehittymisen osa-alueita. Lähestymistavat ovat yhteneviä, mikä havaitaan tarkastelemalla toiminnasta saatavia palkkioita. Molemmat lähtökohdat perustuvat palkitseviin sisäisiin kokemuksiin.

Edellä esitetyt mallit ovat hyvin ideologisia käsitellessään harrastuksia sisäisesti motivoituneena toimintana. Metsämuuronen (1995, 38–40) muistuttaa myös arkipäiväisemmistä perusteista harrastuksen valintaan. Hänen mukaansa syyt saattavat olla ulkoisia, kuten sosiaalisista paineista tai ulkoisista resursseista johtuvia. Myös persoonalliset tekijät on huomioitava. Yksilö voi olla harrastunut tiettyyn harrastusalueeseen, mutta hän ei ole kuitenkaan riittävän motivoitunut aloittamaan varsinaista toimintaa.

### 2.3.2 Omaehtoinen harrastus

Metsämuuronen (1997, 19) käyttää termiä omaehtoinen oppiminen tilanteessa, jossa oppijalla on itsellään "halu oppia, halu tietää, halu taitaa ja halu omaksua." Tässä kappaleessa määrittelen hänen avullaan *omaehtoista harrastusta*. Teen tietoisesti harppauksen oppimisen piiristä harrastuksen puolelle. Kontekstin vaihdon mahdollisuutta tukevat seuraavat seikat.

Kyse on ainoastaan termistä omaehtoinen, jonka semanttinen merkitys pysyy samana kontekstistaan riippumatta. Termi kuvaa ainoastaan yhteyteensä liitetyn toiminnan luonnetta.

Toisaalta oppimisella ja harrastamisella on selkeä yhteys. Metsämuuronen (1995, 59) esittää Markovaa (1990) lainaten, että tarpeiden energisoima ja suuntaama harrastustoiminta vakiinnuttaa oppimistoiminnan perusteet. Omaehtoisen oppimisen voidaan siis nähdä toteutuvan omaehtoisen harrastamisen tarjoamien kokemusten kautta. Aihetta on käsitelty myös Syrjälä ym. (1994, 121).

Omaehtoisen toiminnan luonteeseen kuuluu intentio: yksilön halu ja tarkoitus toimia (Metsämuuronen 1997, 20). Tässä yhteydessä täytyy myös kysyä, onko itsenäinen ja autonominen toiminta välttämättä omaehtoista. Metsämuuronen (1997, 21) ei pidä näitä termejä toistensa synonyymeinä. Itsenäinen viittaa toimintaan, jonka prosessissa yksilö toimii yksin. Autonominen puolestaan tarkoittaa prosessin omakohtaista säätelyä. Kumpikin näistä termeistä voi kuitenkin viitata yhtä hyvin omaehtoiseen kuin pakonomaiseenkin toimintaan. Pakonomaisessa toiminnassa yksilöllä ei välttämättä ole omaa osallistumisen halua.

Metsämuuronen (1995; 1997, 22) pitää harrastamista hyvänä esimerkkinä omaehtoisesta toiminnasta. Hän mainitsee tämän siitä huolimatta, että varsinkin korkeita tavoitteita käsittävässä harrastuksessa itsekontrolli, itsehillintä, tietyn asteinen vapauden rajoitus ja ulkoinen opastus näyttävät tekevän toiminnasta ulkoisesti säädeltyä. Näin ei kuitenkaan ole. Harrastajan oma mielenkiinto pitää toiminnan omaehtoisena (Metsämuuronen 1995, 17).

### 3 MOTIVAATIO

Jokainen motivaatioteoria on ainoastaan epätäydellinen malli todellisuudesta. Teoriat pystyvät parhaimmillaankin vastaamaan vain tietyn alueen tarkasta kuvauksesta menettäen voimaansa siirryttäessä kauemmas tästä polttopisteestä. Olen pyrkinyt valitsemaan tutkimukseni käyttöön teorian, joka olisi pätevä juuri tutkimuskohteeni alueella. Vaatimukseni on esimerkiksi ihmisen aktiivisuudelle perustuvien kokemusten sisäisen palkitsevuuden painottaminen. Tällä perusteella valitsen työni taustalle Decin ja Ryanin (1985, ks. myös Deci 1975) esittämän mallin sisäisestä motivaatiosta.

#### 3.1 Motivaatio, motiivit ja motiivijärjestelmä

Metsämuuronen (1995; 1997, 8) määrittelee Ballin (1977, 2–5) ja Lahtelan (1982, 57) avulla *motivaation* käsitteelliseksi skeemaksi, joka auttaa ymmärtämään käyttäytymistä ja pyrkii selittämään inhimillisen toiminnan perimmäisiä syitä.

Metsämuuronen (1995; 1997, 8) lisää motivaation olevan tila, jonka *motiivit* aikaansaavat. Motiivit ovat ihmisen sisäisiä, toimintaa aktivoivia ja energisoivia tiloja. Käyttäytymistä ei kuitenkaan ohjaa päämäärän suuntaan ainoastaan yksi motiivi, vaan suhteessa toisiinsa heikompien ja vahvempien motiivien joukko: *motiivijärjestelmä*.

Energia ja suunta ovat motivaatioteorioiden peruskäsitteitä. Teorioiden on huomioitava sekä ihmisen sisäisten ja ulkoisten ominaisuuksien luomat tarpeet (energia) että ulkoisille ja sisäisille ärsykeille merkityksen antavat kognitiiviset prosessit, jotka samalla osoittavat toiminnan suuntaa kohti päämäärää (Deci & Ryan 1985, 3).

#### 3.2 Sisäinen motivaatio

Motivaatiotutkimuksen edetessä 1900-luvulla tuli yhä selkeämmäksi näkemys mekanististen teorioiden riittämättömyydestä selitettäessä inhimillistä käyttäytymistä

koko laajuudessaan (Deci & Ryan 1985). Mekanistiset mallit olivat ihmisen passiiviseksi vastaanottajaksi, joka pyrkii ainoastaan vastaamaan fyysisiin primääritarpeisiinsa eli viettiensä kutsuun tai ympäristönsä esittämiin vaatimuksiin. Motivaatiotutkimuksen oli etsittävä teoriaa, joka huomioi elimellisistä tarpeista riippumattomien palkkioiden energisoiman käytöksen. Vastauksena oli teoria *sisäisestä motivaatiosta*.

Eri tutkijat yrittivät selittää sisäistä motivaatiota joko fyysisistä lähtökohdista tarpeella optimaaliseen kiihtymykseen (optimal arousal) tai psykologisesta näkökulmasta haluna kohdata epävarmuutta ja ristiriitaa (psychological incongruity). Teorioiden ideana oli ihmisen toiminta fyysisen tai psykologisen ristiriidan pienentämiseksi. Niillä oli kuitenkin kaksi ongelmaa. Ne ainoastaan osoittivat toiminnan suuntaa, mutta eivät pystyneet selittämään käyttäytymistä energisoivia inhimillisiä tarpeita. Ne myöskin olivat toiminnan suuntautuvan aina jännitteen pienentämiseksi, vaikka toisaalla oli havaittu ihmisten toiminnan suuntautuvan juuri optimaalisen jännityksen ylläpitämiseksi. (Deci & Ryan 1985, 11–26.)

Edellä esitetyt puutteet ovat varsin keskeisiä esimerkiksi seikkailuharrastuksen motiiveja tutkittaessa. Harrastuksen luonteenomaisia piirteitä ovat juuri jännityksen elementti, ihmisen aktiivisuus ja sisäiset palkkiot. Decin ja Ryanin (1985, 32–35; Deci 1975) määritelmä sisäisestä motivaatiosta huomioi nämä seikat.

Decin ja Ryanin (1985, 32) mukaan sisäinen motivaatio perustuu sisäiseen tarpeeseen kokea pätevyyttä (competence) ja itsemääräämistä (self-determination). Sisäinen motivaatio energisoi käyttäytymistä ja psykologisia prosesseja, joiden pääasiallisina palkkioina ovat tunteet tehokkuudesta ja autonomiasta. Sisäiset tarpeet eroavat ihmisen primäärisistä tarpeista alkuperänsä ja ilmenemistapansa vuoksi. Ne eivät perustu elimellisiin tarpeisiin. Ne eivät myöskään ilmene sykleissä esimerkiksi nälän tavoin, joka tyydyttämisen jälkeen poistuu tietoisuudesta. Sisäisiä tarpeita voisi pitää jatkuvana prosessina, jota primääritarpeet "häiritsevät" oman aikataulunsa mukaisesti.

Maslow (1954, 80–91; 1971) jakaa tarpeet korkeampiin (sisäiset) ja matalampiin (primääri). Tarvehierarkian keskeinen idea on, että alemman tason tarpeet luovat pohjaa korkeamman tason tarpeiden tyydyttämiseksi: korkeampaa kognitiivista tarvetta itsensä toteuttamiseksi ei voi tyydyttää ennen kuin alemmat fysiologiset ja sosiaaliset tarpeet on tyydytetty.

Deci ja Ryan (1985, 32) pitävät sisäisiä tarpeita pätevyyteen ja itsemääräämiseen motiiveina ihmisen jatkuvaan optimaalisten haasteiden etsintään. Optimaalisella haastella tarkoitetaan tehtävää, joka on vaikeustasoltaan juuri sopiva suhteessa toimijan kykyihin.

Sisäisesti motivoivan haasteen selvittämistä kuvaavat Decin ja Ryanin (1985, 34) mukaan luovat ratkaisuyritykset. Toinen olennainen osa tällaista toimintaa on tunteiden läsnäolo. "Ulkoiseen motivaatioon liittyy pyrkimys saada ulkoisia palkkioita [raha, asema] toiminnoista ja suorituksista. Sisäinen motivaatio saa alkunsa suoraan suoritettavasta työstä" (Metsämuuronen 1997, 9).

### 3.2.1 Pätevyys

Sisäinen tarve kokea *pätevyyttä* merkitsee Decin ja Ryanin (1985, 58–59) mukaan yksilön halua kokea tehokkuutta toimintaympäristössään, mikä tarkoittaa havaintoa oman subjektiivisen toiminnan suoraviivaisesta vaikutuksesta tapahtumien kulkuun. White (1959, Decin & Ryanin 1985, 19 mukaan) viittasi jo paljon aiemmin samaan asiaan termillä *tehokkuusmotivaatio* (effectance motivation). Hänen mukaansa yksilön ominaisuuksien harjoittaminen ja kehittäminen aiempaa tehokkaammaksi tuottaa tyydytyksen tunnetta toimijalle. Tyydytyksen tunne vahvisti edelleen tehokkuusmotivaatiota saaden aikaan uusia yrityksiä hallita omaa toimintaa haasteellisessa ympäristössä.

Käsitellessään Whiten teoriaa tehokkuusmotivaatiosta Deci ja Ryan (1985, 29) pitävät pätevyyden tarpeen biologisena ulottuvuutena yksilön selviytymistä elinympäristössään. Evoluution tuloksena ihmiset ovat oppineet löytämään nautintoa tilanteista, joissa he saavat tuntea pystyvänsä vaikuttamaan konkreettisesti omaan selviytymiseensä. Esimerkiksi pienet lapset opittuaan kävelemään taapertavat puhtaasti uuden taidon tuoman nautinnon vuoksi. Riemu uudesta taidosta ei kuitenkaan kestä kauan. Decin ja Ryanin (1985, 29) mukaan se tarjoaa motivoivaa toimintaa hetkeksi, mutta vaatii jo pian taitojen venyttämistä yhä pidemmälle. Deci (1975) tiivistääkin, että tarve pätevyyteen johtaa ihmiset jatkuvasti koettelemaan taitojaan optimaalisissa haasteissa ja pätevyys kehittyy ainoastaan haasteellisen toiminnan parissa.



### 3.2.2 Itsemäärääminen

*Itsemäärääminen* tarkoittaa mahdollisuutta tehdä valintoja omaa toimintaa koskien ilman palkkioiden tai rangaistusten painetta (Deci & Ryan 1985, 38). Tämän toteutuessa toimija kokee toiminnan kausaliteetin sijainnin olevan sisäinen, toisin sanoen yksilö valitsee toimintansa itsenäisesti ilman ulkoisia vaikuttimia.

Whenever a person experiences himself to be the locus of causality for his own behavior – – he will consider himself to be intrinsically motivated. Conversely, when a person receives the locus of causality to be external to himself – – he will consider himself to be extrinsically motivated. (de Charms 1968, Decin & Ryanin 1985, 30 mukaan.)

De Charms korostaa itsemääräämisen tärkeyttä sisäisen motivaation kokemiselle. Itsemääräämisen ja pätevyyden suhde ei kuitenkaan ole Deciä ja Ryania tarkasteltaessa yhtä selvä. Mm. Angyalia (1941, Decin & Ryanin 1985, 30–38 mukaan) näkee itsemääräämisen tason riippuvan pätevydestä. Tämän ajatuksen mukaan yksilön on omattava tiettyjä taitoja säilyttääkseen kontrollin omasta toiminnastaan haasteellisessakin ympäristössä. Pätevyyden mahdollistama toiminnan kontrolli siis antaa tilaisuuden itsemääräämiselle. Toisaalta itsemäärääminen sallii sitoutumisen sisäisesti motivoiviin aktiviteetteihin, joiden avulla puolestaan pätevyyttä voidaan edelleen vahvistaa.

Itsemäärääminen on inhimillinen ominaisuus. Deci ja Ryan (1985, 38) painottavat, että ympäristön ominaisuudet voivat joko tukea tai estää tämän autonomian saavuttamista. Itsemääräämisen aste riippuu kuitenkin ainoastaan yksilön toiminnasta.

### 3.3 Kognitiivinen evaluaatioteoria

Sisäinen motivaatio on ihmisen sisäinen ominaisuus, joka saa hänet aidosti kiinnostumaan ja toimimaan, etsimään ja voittamaan haasteita. Se on luonteeltaan spontaania ja perustuu ihmisen tarpeelle olla pätevä ja itsenäinen. Hallitsemalla toimiaan haasteellisessa ympäristössä yksilö tyydyttää kompetenssin tarvettaan ja vahvistaa sisäistä motivaatiotaan toimintaa kohtaan.

Sisäinen motivaatio ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys (Deci & Ryan, 1985, 43). Se on kaiken aikaa yksilön ulkopuolelta tulevien vaikutteiden alainen. Nämä ulkoiset vaikuttimet voivat vaikuttaa sisäiseen motivaatioon joko vahvistavasti tai vähentävästi. Suoraa johtopäätöstä ulkoisen palkkion sisäistä motivaatiota muuttavasta vaikutuksesta ei voida tehdä. Tutkiessaan näitä suhteita Deci ja Ryan (1985, 62–64) päätyivät selitysmalliin, joka tunnetaan *kognitiivisena evaluaatioteorian*a. Suomalaisista tutkijoista mm. Ruohotie (1998, 66–68) on käsitellyt tätä teoriaa.

Kognitiivinen evaluaatioteoria tarkastelee sellaisten ulkoisten tekijöiden vaikutuksia, jotka aiheuttavat tai säätelevät käyttäytymisen muutoksia motivaation tasoa muuntelemalla (Deci & Ryan 1985). Teoria kiinnittää erityistä huomiota ulkoisiin tekijöihin, jotka vaikuttavat yksilön kokemuksiin itsemääräämisestä ja pätevydestä. Teoria koostuu neljästä propositiosta.

Ensimmäinen propositio liittyy itsemääräämisen tarpeeseen (Deci & Ryan 1985, 62). Tämän mukaan sisäisen motivaation tasoon voi vaikuttaa havaittu muutos toiminnan kausaaliteetin sijainnissa. Termi viittaa kognitiiviseen rakenteeseen, joka kuvaa yksilön havaitsemaa itsemääräämisen astetta toiminnan yhteydessä. Yksilön sisäistä motivaatiota aliarvioivat tapahtumat (palkkion tarjoaminen, rangaistuksen välttäminen) siirtävät käyttäytymisen kausaaliteettia pois toimijasta ja vähentävät sisäistä motivaatiota. Ilman ulkoisia paineita toimiva yksilö kokee määräävänsä itse toiminnastaan. Tällöin toimintaan liittyy sisäinen motivaatio.

Toinen propositio liittyy tarpeeseen olla pätevä ja hallita optimaalisia haasteita (Deci & Ryan 1985, 63). Muutos pätevyuden kokemisessa vaikuttaa sisäisen motivaation tasoon. Ruohotie (1998, 67) kiteyttää tämän toteamalla, että "sisäinen motivaatio lisääntyy sitä mukaa kuin pätemisen tunne vahvistuu, ja vähenee sitä mukaa kuin tuo tunne heikkenee." Positiivinen palaute siis lisää sisäistä motivaatiota, mutta negatiivinen vähentää sitä. Deci ja Ryan (1985, 63) lisäävät, että tämä pitää positiivisen palautteen yhteydessä paikkansa ainoastaan, jos toiminta on itsemäärättyä ja optimaalisesti haasteellista. Negatiivinen palaute vaikuttaa aina sisäistä motivaatiota vähentävästi.

Kolmas propositio liittyy ulkoisen palautteen luonteeseen, joka saattaa olla informoiva, kontrolloiva tai ei-motivoiva (amotivating). Informoiva palaute tarjoaa pätevyyttä koskevaa tietoa ilman ulkoisia paineita; kontrolloiva palaute pyrkii vaikuttamaan yksilön käyttäytymiseen palkkioin tai rangaistuksin. Informoiva

palaute myös vahvistaa sisäistä motivaatiota antamalla tilaa autonomisuudelle, kun kontrolloiva palaute puolestaan estää itsemääräämisen tunnetta vähentäen sisäistä motivaatiota. Ei-motivoiva palaute vähentää sisäistä motivaatiota kertomalla omien toimien kontrollin olevan toimijan saavuttamattomissa. (Deci & Ryan 1985, 64.)

Neljäs propositio käsittelee ulkoisten tekijöiden sijasta yksilön sisäisen palautteen vaikutusta sisäiseen motivaatioon. Tutkijat toteavat samojen sääntöjen toimivan kuin ulkoisenkin palautteen yhteydessä. (Deci & Ryan 1985.)

Deci ja Ryan (1985) huomauttavat, että rajana sisäiselle ja ulkoiselle tekijälle ei ole iho, vaan ihmisen oma kokemus itsestä (self). Kausaliteetin sijainnin ollessa sisäinen yksilö kokee toiminnan syyn olevan yhtenevä hänen itsensä kanssa. Ulkoiseksi koetun kausaliteetin kuvaama toiminta puolestaan nähdään sellaisten tapahtumien käynnistämäksi, jotka toimija kokee olevan oman itsensä ulkopuolella. Tämä tarkoittaa, että sisäinen, luonteeltaan kontrolloiva palaute on yksilön sisäisestä havainnosta huolimatta peräisin ei-autonomisesta lähteestä.

Kognitiivisen evaluaatioteorian mukaan tilanne, joka ei tarjoa kokemusta pätevyydestä tai itsemääräämisestä, aiheuttaa ihmisessä avuttomuutta ja masentuneisuutta (Deci & Ryan 1985). Tällaisessa tilanteessa yksilö ei voi kontrolloida tapahtumia tai omia toimiaan. Kontrollin puute ei kuitenkaan aina johda sisäisen motivaation katoamiseen. "Epäonnistumiselle" seikkailuaktiiviteeteissa löytyy usein selkeät perusteet, esimerkiksi ympäristön epävakaat olosuhteet. Voidaan myös tarkastella uudelleen asetettuja tavoitteita. Onko epäonnistumista edes tapahtunut? Oliko päämääränä kokemusten hankkiminen vai tietyn konkreettisen tavoitteen saavuttaminen? Voidaanko edes olettaa, että ihminen pystyy tietyssä ympäristössä täydellisesti hallitsemaan toimiaan?

### 3.4 Sisäinen motivaatio ja fyysiset aktiiviteetit

Alderman (1974, 38) on pelien psykologiaa tutkiessaan päätellyt Whiten (1959, Decin & Ryanin 1985, 19–35 mukaan) tehokkuusmotivaatioteorian avulla ihmisen tyydyttävän tehokkaasti pätevyyden tarvettaan osallistumalla erilaisiin fyysisiin aktiiviteetteihin. Myös Deci ja Ryan (1985) pitävät syinä urheilun kiehtovuuteen näitä samoja psykologisia tarpeita. Esimerkiksi nykyisen työnkuvan johtaessa autonomisuuden ja identiteetin katoamiseen taloudellisten ja teknologisten voimien

edessä ihmiset pyrkivät vapaa-aikanaan hakeutumaan harrastuksiin, jotka vielä sallivat autonomian ja luovan ilmaisuuden sosiaalisen interaktion kontekstissa.

Pätevyyden kokemisen ja sisäisen motivaation vahvistumisen ehdoiksi Deci ja Ryan (1985, 58–59) asettivat seuraavat vaatimukset. Toiminnan tulee olla alkuperältään itsemäärättyä ja vaikeustasoltaan riittävän haasteellista. Liian helppo tai vaikea tehtävä ei voi kohottaa toimijan sisäistä motivaatiota. Ensimmäinen vaihtoehto ei tarjoa riittävää iloa onnistumisesta ja jälkimmäisessä vaihtoehdossa onnistumista ei tapahdu. Haasteellisessa tehtävässä koettu pätevyys on kuitenkin hyvin voimakas tuki sisäiselle motivaatiolle. Optimaalisesti haasteellisen ongelman selvittäminen voi olla niin vahva elämys, että voidaan puhua ns. huippukokemuksesta (Priest 1990a, 158). Houston (1967, 636) kuvailee haastetta seuraavasti:

Above all is the challenge to be met, the risk to be taken and won. A burning desire to do the impossible has led man alone of all the animals to the blessings - and the burdens - of civilisation. To reach beyond his grasp has always been man's unique spur. Man never conquer mountains any more than mountains conquer men. In the pursuit of what the mountains offer, men find more than victory.

Tarkasteltaessa sisäistä motivaatiota seikkailun kontekstissa on korostettava kognitiivisen evaluaatioteorian neljättä esitystä, koska luontoon sijoittuvassa fyysisessä aktiviteetissa ei yleensä ole mahdollisuutta saada suorituksesta ulkopuolista palautetta. Subjektivistista kokemusta pidetäänkin tässä yhteydessä sisäisen motivaation kannalta tärkeimpänä tekijänä. Useissa lajeissa on myös ns. sisäänrakennettu palautejärjestelmä. Esimerkiksi hiihdettäessä rinteiden jyrkkyys tarjoaa yhdessä kineettisen aistin välityksellä tietoa tehtävässä suoriutumisesta. Kokemukset omasta pätevyydestä riippuvat kuitenkin viime kädessä standardeista, jotka toimija on itselleen ja suoritukselleen asettanut. (Deci & Ryan 1985.)

*Epäsuora kilpailu* (indirect competition) on seikkailuaktiviteettien kannalta mielenkiintoinen käsite. Epäsuorassa kilpailussa vastustaja on persoonaton tekijä (tasonormi, oma ennätys). Tällainen kilpailun määritelmä sallii tarkastelun piiriin myös seikkailuaktiviteetit kuten vuorikiipeilyn, kuntoliikunnan ja melonnan. Itse asiassa epäsuora kilpailu voi Decin ja Ryanin (1985) mukaan olla mikä tahansa vapaasti valittu aktiviteetti, joka auttaa ihmisiä kokemaan itsemääräämisen ja pätevyyden tunteita. Voittaminen tässä kontekstissa merkitsee palkitsevaa

subjektiivista kokemusta ja sisäisen motivaation kasvua. Toisaalta häviämisenkään ei tarvitse johtaa sisäisen motivaation vähenemiseen, koska ulkoisten paineiden puuttuessa toiminnan lähtökohdat ovat henkilökohtaiset. Sisäisen motivaation taso riippuu ihmisen omasta asenteesta ja kokemuksesta. Nähdäänkö suoritus mahdollisuutena koetella omaa osaamista vai tunnetaanko painetta ylittää tietyn ulkoisen standardin mukainen tulos?

#### 4 SEIKKAILU

Seikkailu on laaja käsite. Se kattaa allensa tarvittaessa kaiken lähtien pienen lapsen ryömimisestä kodin takapihalle viritettyyn intiaaniteltaan ja päätyen löytöretkeilijän askeliin äärimmäisissä olosuhteissa alueella, jossa ihminen ei ole koskaan aiemmin käynyt. Seikkailu on kokonaisvaltainen kokemus. Se koettelee osallistujan voimia. Siitä selviäminen vaatii tietoja ja kysyy taitoja. Ilman oikeaa asennetta ei selviä. Seikkailu sitoo ihmisiä yhteen. Se herättää tunteita. Heinosen (1995, 10) mukaan seikkailu on ennen kaikkea tunteella koettava tapahtuma. Seikkailu saavuttaa merkityksensä osallistujan mielessä tämän omien kokemusten kautta.

##### 4.1 Seikkailun määritelmät ja lähikäsitteet

Cavén (1992b, 62) piirtää seikkailun äärioviivoja prosessin etenemisen avulla. Hänen mukaansa seikkailussa on oleellista ottaa haaste vastaan, selviytyä uudesta ja vaativasta tehtävästä, kohdata omat kyvyt ja rajat sekä saavuttaa huippuelämys. Seikkailu on Cavénin mukaan onnistumisen kokemus osana luontoa ja inhimillistä ympäristöä. Hän painottaa myös mahdollisuutta kokonaisvaltaiseen taitojen ja valmiuksien kehittämiseen, minäkuvan selkiytymiseen ja itsetunnon vahvistumiseen. Cavénin määritelmästä näkyy selkeästi toimintaterapeutin ote.

Priest (1990b, 115) puolestaan näkee seikkailun alakäsitteeksi vapaa-ajan kokemukselle. Vapaa-aika asettaakin seikkailulle muutaman vaatimuksen:

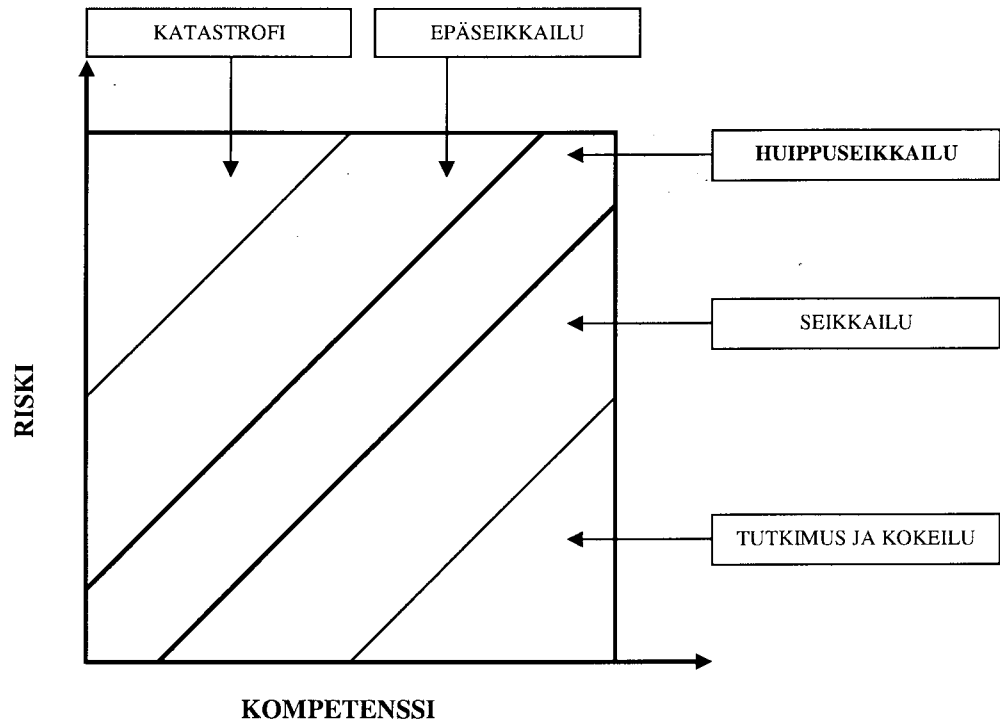
esimerkiksi kokemusprosessin on oltava lopputulosta tärkeämpää sekä toiminnan luonteen vapaaehtoista ja itsessään motivoivaa. Näiden vaatimusten täytyttyä toiminta voidaan Priestin mukaan lukea vapaa-ajan aktiviteettien joukkoon. Kokemus on kuitenkin seikkailua vasta, kun kolmas vaatimus, epävarmuus lopputuloksesta, täyttyy.

Priestin määritelmä kuvaa seikkailua, johon Bowles (1995, 73–74) viittaa termillä *relative adventure*. Tämä on yksi seikkailun kolmesta perustyyppistä, jonka Bowles on laajan käsitteen yhteydestä löytänyt. Kaksi muuta lajia ovat *community adventure* (yhteisöllinen seikkailu) ja *alienated adventure* (etääntynyt seikkailu).

Relative adventure eroaa yhteisöllisestä seikkailusta päämääränsä vuoksi. Yhteisöllisellä seikkailulla on nimensä mukaisesti kulttuurinen päämäärä. Esimerkkinä Bowles mainitsee eskimolasten kajakkileikit. Jännittävän toiminnan lisäksi lapset oppivat kulttuurinsa mukaisia taitoja aikuisuutta varten. Relative adventure sallii seikkailun sen itsensä tai seikkailijan päämäärien vuoksi.

Etääntyneellä seikkailulla on puolestaan hedonistisia ja narsistisia piirteitä. Haluan tehdä eron tämän alalajin ja oman kiinnostukseni kohteena olevan seikkailun välille. Etääntynyt seikkailu on Bowlesin (1995, 74) mukaan kadottanut filosofian ja tekniikan tärkeän yhteyden "adrenaliinipiikkien" metsästyksessä. Kontrollia suorituksen läpiviemiseksi ei ole, vaan seikkailijasta tulee passiivinen matkustaja. Bowlesin esimerkki etääntyneestä seikkailusta on benji-hyppy muiden massoille suunnattujen, seikkailullisten kokemusten jonon jatkona.

Seikkailun määritelmien moninaisuudesta huolimatta ilmiöllä on tietyt muuttumattomat, yleisesti hyväksytyt perusominaisuutensa. Yksi näistä piirteistä on henkilökohtaisuus. Heinonen (1995, 11) muistuttaa seikkailun varsinaisesti tapahtuvan kokijan mielessä pikemminkin löytöretkenä omaan itseensä kuin ympäröivään maailmaan. Vaikka tämä tietysti riippuu paljolti seikkailijan asettamista tavoitteista ja aiemmasta kokemuksesta, ajatuksensa perusteissa Heinonen on varmasti oikeassa. Kohdatut haasteet yhdessä omattavien taitojen ja yksilöllisen elämystahokkuuden kanssa muodostavat kokemuksen, jonka toimija mieltää seikkailuksi *Kuvion 1* (Priest 1990a, 158) mukaisesti.



KUVIO 1. Havaittujen riskien ja oletetun kompetenssin suhteen vaikutus seikkailun kokemiseen

Kuviossa on kaksi akselia. Vertikaalinen kuvaa seikkailijan havaitsemien riskien tasoa, kun horisontaalinen puolestaan viittaa seikkailijan arvioon kompetenssinsa tasosta. Tavoitteena on diagonaalisesti nouseva huippuseikkailun suora, mihin päästään ainoastaan taitojen ja riskien suhteen ollessa optimaalisessa tasapainossa. Kompetenssin korostuminen johtaa tylsempään kokemukseen, jota Priest (1990a, 157) luonnehtii termeillä tutkimus ja kokeilu. Liian suuret riskit suhteessa taitoihin puolestaan johtavat lamauttavaan pelkoon ja katastrofiin. Mortlockin (1987) vastaavat termit seikkailun tasoille ovat leikki, seikkailu, rajaseikkailu ja epäseikkailu.

Seikkailun kokeminen perustuu persoonallisiin (kompetenssi) ja tilanteellisiin (riskit) tekijöihin (Priest 1990a, 158). Tämä tarkoittaa tiettyyn hetkeen ja ympäristöön sijoittuvan kokemuksen olevan yhdelle henkilölle seikkailu, kun taas toiselle se ei välttämättä ole. Seikkailu on mielentila, joka saa alkunsa todellisuudesta havaituista ominaisuuksista.

#### 4.1.1 Seikkailuaktiiviteetti

*Seikkailuaktiiviteetti* tarkoittaa tutkimukseni yhteydessä yksilön seikkailuun kohdistuvan harrastuneisuuden synnyttämää spesifiä ilmi-harrastusta. Se merkitsee pääosin samaa, mihin Priest (1990b, 114) viittaa termillä *outdoor pursuits*. Tämä käsite on alisteinen yleisesti vapaa-aikana ulkoilmassa tapahtuville harrastuksille. Outdoor pursuits eli luontoliikunta viittaa omilla lihaksilla aikaansaatuun fyysiseen aktiivisuuteen, joka tapahtuu aidossa tai osin rakennetussa luontoympäristössä (ks. myös Telama 1992, 61). Muutamia yleisiä esimerkkejä luontoliikunnasta ovat esimerkiksi retkeily, juokseminen, melonta, pyöräily, purjehdus ja hiihto. Samaan yhteyteen voidaan kuitenkin liittää myös seikkailullisempia lajeja kuten vuorikiipeily, hoidettujen rinteiden ulkopuolelle sijoittuva vapaalasku ja kalliokiipeily. Priest sulkee listaltaan pois mm. sellaiset harrastukset kuin ratsastus ja vetokoirajelu, vaikka ne ovatkin filosofialtaan paljon lähempänä luontoliikuntaa kuin esimerkiksi moottorikelkkailu.

Luontoliikunta merkitsee luontoon sijoittuvien haasteiden kohtaamista ja jonkin asteisten riskien hyväksymistä. Ja vaikka se työni yhteydessä on lähes seikkailuaktiiviteetin synonyymi, termeillä on kaksi selkeää eroa. Tutkimuksessani seikkailuaktiiviteetin ympäristö voi olla ainoastaan aito, rakentamaton luonto (ks. kpl. 6). Luontoliikunta voi lisäksi viitata hyvin perinteiseenkin ulkoiluun (saunalenkki, marjastus), kun taas seikkailuaktiiviteetin yhteyteen on välttämättä aina liitettävä vahvempi objektiivisen riskin elementti. Vaikka termit ovat osittain yhteneviä, niiden luonne-eron vuoksi on oletettavaa, että motiivijärjestelmät kumpaakin toimintaa kohtaan ovat ainakin jossain määrin erilaisia. Luontoliikunnan alaisia aktiiviteetteja voidaan harrastaa seikkailuaktiiviteetteina, jos toiminnalle asetetaan riittävän korkea vaatimustaso.

#### 4.1.2 Epävarmuus

*Epävarmuus* lopputuloksesta on yksi vaatimus toiminnan lukeutumiselle seikkailuaktiiviteettien joukkoon. Lopputulos on Priestin (1990b, 115) mukaan epävarma, kun tehtävän suorittamisen tai ongelman ratkaisemisen kannalta tärkeää informaatiota ei ole saatavilla tai se on tuntematonta. Epävarmuuden voivat aiheuttaa



inhimillinen tekijä (puutteellinen taito), toimintaympäristö (kylmyys) tai molemmat yhdessä. Epävarmuus syntyy riskin olemassaolon vuoksi.

#### 4.1.3 Riskit, vaarat ja onnettomuudet

*Riski* on Bowlesin (1995, 76–77) mukaan termi, johon kaikki seikkailun määritelmät jollain tapaa viittaavat. Hän näkee riskin määritelmien hakevan apua käsitteistä turvallisuus ja kontrolli.

Joillekin riski on turvallisuusohjeiden ja -toimien kohde. Havaittuja riskejä poistetaan esimerkiksi lain ja säännöksiä avulla. Somerkoski (1992, 95) muistuttaa, että "hyvinvointiyhteiskunta ei siedä ajatusta riskeistä." Hän ja Bowles ilmaisevatkin harminsaa, että vastuu ihmisen turvallisuudesta arkielämässä on pääosiltaan ulkopuolista holhoamista. Kun luonnostaan toimiva ja ajatteleva ihminen opetetaan luottamaan passiivisesti johonkin ulkoiseen rakenteeseen, kadotetaan todellisuuden elementti.

Bowles (1995, 76) muistuttaa toisten määrittelevän riskin kontrollin käsitteen avulla. Nämä ovat hänen mukaansa usein henkilöitä, jotka ovat ottaneet osaa seikkailuaktiviteetteihin. Heidän näkökulmansa korostaa ihmisen omaa toimintaa riskien välttämiseksi. "Seikkailun turvallisuus ei siis ole riskien kiertämistä, vaan niiden hallintaa –", toteaa Somerkoski (1992, 96).

Priestin (1990b, 115–116) mukaan riski tarkoittaa mahdollisuutta menettää jotain tärkeää. Riskejä omaavassa tilanteessa ei kuitenkaan voida olla varmoja, että menetys (fyysinen, mentaalinen, sosiaalinen, taloudellinen) tapahtuu. Riskit nähdään usein seikkailijoiden vihollisina, vaikka niillä on toinenkin puolensa. Legendaarinen vuorikiipeilijä Chris Bonington (Hattingh 1998) muistuttaa riskin elementin olevan avain kiipeilyn mahdollisuuteen tarjota jotain enemmän kuin tavallinen urheilu. Vuoriston konkreettiset *vaarat* syventävät toiminnan luonnetta vaatimalla täydellistä sitoutumista suoritukseen. Olemassa olevat vaarat aiheuttavat riskejä.

Vaarat voidaan jakaa subjektiivisiksi ja objektiivisiksi. Koska subjektiivinen vaara on peräisin inhimillisestä tekijästä (huolimattomuus), se on seikkailijan kontrolloitavissa. Objektiivinen vaara perustuu puolestaan ympäristöön (jäätikön railo, lumivyöry). Se ei ole seikkailijan kontrollin alainen.

Kalakosken (1995, 21) mukaan Suomessa ulkoilijaa uhkaa käytännössä kolme tekijää: kylmyys, jano ja nälkä. Näiden lisäksi on huomioitava myös kyky sietää henkistä painetta. Psykologiset tekijät – pelko, kipu, väsymys ja yksinäisyys – saattavat lamauttaa oikean toiminnan, vaikka eivät itse olekaan vaarallisia. Ihminen voi omalla rationaalisella, subjektiivisella toiminnallaan vaikuttaa suoraviivaisesti omaan selviytymiseensä ehkäisemällä kolmea edellä mainittua objektiivista vaaraa toiminnan alusta lähtien.

Jos seikkailija altistuu samanaikaisesti sekä objektiivisille että subjektiivisille riskeille ja kohtaa menetyksen, on tapahtunut *onnettomuus*. Onnettomuus on odottamaton tapahtuma. Se johtaa varsinaiseen hätätilanteeseen, jos onnettomuuden uhrin tai muut paikalla olijat eivät toimi vaaditulla tavalla. (Priest 1990b, 115.)

Tutkimukseni käsittelee myös *hyväksyttäviä onnettomuuksia*. Priest (1990b, 115) viittaa näihin termeillä *incident* ja *close call*. Ne tarkoittavat pientä onnettomuutta, jonka voitaisiin ajatella olevan vaikkapa pieni ruhje tai läheltä piti - tilanne. Hyväksyttävän onnettomuuden taso riippuu yksilöstä.

Riskien jaottelu subjektiivisiksi ja objektiivisiksi ei ole ainoa tapa luokitella tätä termiä. Priest (1990b, 116) tekee toisen jaottelun vetämällä rajan *todellisen* ja *havaitun riskin* välille (ks. myös Graydon & Hanson 1997, 442–443).

Ensin mainittu on seikkailijan konkreettisesti kohtaama tosi riski. Todellista riskiä voidaan ajatella salaisena lukuarvoja, josta parhaimmatkin oletukset ovat ainoastaan subjektiivisia arvioita. Todellisen riskin arvioista puhuttaessa tarkoitetaan havaittua riskiä. Arvioiden tarkkuus riippuu henkilön kokemuksesta. Joskus ei paraskaan arvio ole riittävän hyvä.

Seikkailijan tulee hyväksyä riskejä ennakkotietojen pohjalta asetettuun, henkilökohtaiseen rajaansa saakka (Graydon & Hanson 1997, 443). Tämä ohjeellinen raja (*sphere of acceptable risk*) on määriteltävä tarkasti ja sen noudattamista on tarkkailtava toiminnan aikana.

Himalajalla kadonnut suomalaiskiipeilijä kertoi ajatuksiaan harrastuksensa riskeistä ja vaaroista ennen viimeistä retkikuntaansa seuraavasti:

Vuorilla on aina omat riskinsä, mutta en voi sanoa pelkääväni. Ei vuorille voi lähteä hysteerisenä pelkäämään. – – Hyvä kiipeämistekniikka on tärkeä, mutta sitäkin oleellisempaa on kyky ennakoida ja tulkita tilanteita. On ymmärrettävä, milloin pitää lähteä alaspäin tai jäädä teltaan myrskyn alla. (Viitanen 2000.)

#### 4.1.4 Kompetenssi

Myös *kompetenssin* yhteydessä Priest (1990b, 117) jakaa termin todelliseen ja havaittuun. Kompetenssi tarkoittaa taitojen, asenteen, tiedon, käyttäytymisen, (itse)luottamuksen ja kokemuksen yhdistelmää, jonka avulla seikkailija pyrkii ratkaisemaan kohtaamansa haasteet.

Todellinen kompetenssi merkitsee yksilön kyvykkyyden totuudellista astetta, jolla hän pystyy toimimaan paineenkin alaisena. Todellista kompetenssia voi luonnollisesti yrittää arvioida, mutta absoluuttisesti oikeaan arvioon päätyminen on Priestin (1990b, 117) mukaan mahdotonta. Paras arvio todellisesta kompetenssista on havaittu kompetenssi.

#### 4.2 Seikkailun filosofiaa

Seikkailukasvatus on kasvatustoimintaa, joka hyödyntää seikkailuaktiviteetteja. Sen tavoite on saada aikaan henkilökohtaista kasvua ja kehitystä. Omaehtoisella seikkailulla on sama päämäärä. Vaikka siltä puuttuu virallinen organisaatio ympäriltään, seikkailijat kokevat toteuttavansa ja kehittävänsä itseään sisäisesti motivoivan toiminnan kautta. Heinonen (1995, 10) pitääkin elämässä kohdattavia seikkailuja osana ihmisen jatkuvaa kasvuprosessia. Haasteet on tietoisesti otettu vastaan ja astuttu johonkin uuteen tuntemattomaan. Seikkailu on hänen mukaansa kuilun täyttämistä olemassa olevan ja jonkin tulevan välillä. Yksi seikkailujen mahdollistama ihanne on ihmisen rooli oman elämänsä sankarina loukkaamatta muiden oikeutta toteuttaa tätä samaa ihannetta. Seikkailun filosofinen perusta tiivistyy kysymyksessä ihmisen kehittymisestä.

Kysymys parhaasta keinosta lasten kasvattamiseen aikuisuuden tuomia vaatimuksia ja velvollisuuksia varten on esitetty jo antiikin Kreikan aikoina. Hunt (1990, 119–128) on käsitellyt tätä kysymystä Platon "Tasavallan" keskusteluiden pohjalta. Hän pitää Platon ajatuksille olennaisena korostusta, että ihmisen kyvyt kehittyvät parhaiten konkreettisten toimien ja kokemusten kautta. Tämä tarkoittaisi esimerkiksi tulevan sotilaan tarvitsevan kokemuksia taistelusta. Taistelu ei ole kuitenkaan tavoite. Se on ainoastaan keino, joka on tietyssä mittakaavassa oikeutettu yksilöiden kehittämiseksi. Samanlaiseen johtopäätökseen on päätytty myös James

(1949, Huntin 1990, 119–128 mukaan). Seikkailulliset tilanteet vaativat juuri todellisten vaarojensa vuoksi ihmisen olennaisten kykyjen käyttöä. Tällaisen kasvatuksen avulla uskottiin voitavan kehittää mm. viisautta, rohkeutta ja oikeudenmukaisuutta.

Vaikka on ristiriitaista vertailla edellisiä yleviä päämääriä ja esitettyjä keinoja, on muistettava, että taistelua käytettiin ainoastaan esimerkkinä haasteellisesta ja jännittävästä tilanteesta. Toisaalta James on myös esittänyt vaatimuksen parempien keinojen löytämiseksi nuorten tärkeitä ominaisuuksia kehitettäessä. Hyvä vaihtoehto löytyi saksalaisen Kurt Hahnin yhdistäessä Platon, Aristoteleen ja Jamesin ajatuksia käytännön toimiksi. 1930-luvun fasismin keskelle syntyi järjestö nimeltä Outward Bound. Outward Bound ja fasistinen filosofia käyttivät molemmat hyväksi seikkailuaktiviteetteja nuorison kouluttamisessa. Kurt Hahn teki kuitenkin selväksi eron näiden kahden välille. Hänen Outward Boundinsa kunnioitti fasismista poiketen myös oikeudenmukaisuutta. Hahnia pidetään yhtenä seikkailukasvatuksen syntymisen tärkeimmistä vaikuttajista. (Hunt 1990, 121.)

Hunt (1990, 123) on löytänyt filosofisen perusrakenteen, joka yhdistää Platona, Aristotelea, Jamesia ja Hahnia. Jokainen heistä korosti ihanteeksi asetettujen taitojen ja kykyjen olevan ainoastaan välineitä vielä jonkin tärkeämmän saavuttamiseksi. Faarinen (1994, 4) kuvaa tätä toteamalla: "Tuntuu hyvältä sanoa 'tunnen tunturit' tai 'tunnen erämaan'." Hänen mukaansa on totta, että seikkailuaktiviteeteissa ihminen voi oppia luonnollisesta ympäristöstään useita tietoja, taitoja ja asenteita. Näitä tuloksia ei tulekaan vähätellä. Kuitenkin tärkeintä on, että se "minkä tunnet paremmin on oma itsesi. Erämaa, tunturit ja meri vain auttoivat sinua siinä" (Faarinen 1994, 4).

Edellä on kuvailtu hankalaa kysymystä seikkailun päämäärästä. Yhtä paljon huomiota on luultavimmin vaatinut myös ihmetystä herättänyt pohdinta ihmisen itsensä altistamisesta riskeille. Unsoeld (Hunt 1990, 123) on nähnyt riskin arvokkaana välineenä. Sen olemassaolon kieltäminen tai eliminoiminen olisi vastoin seikkailun perusajatusta. Se olisi vastoin jopa itse elämän perusluonnetta. Todellisuushan toimii seikkailun tavoin. Läheisinkään hetki tulevaisuudessa ei voi koskaan olla täysin ennustettavissa.

Unsoeldin ajatusten juuret perustuvat metafyyssiseen huomioon "to be is to become" (Hunt 1990, 124). *Become* (tulla joksikin) merkitsee tässä yhteydessä ihmisen uskaltautumista kulkea todelliseen maailmaan ja oppia. Hunt (1990, 124) on

selvittänyt kyseessä olevan ihmisen olemuksen syvimmän ristiriidan. Toisaalta ihminen kaipaa turvallisuuteen ja varmuuteen. Hän haluaa pitää kiinni olemuksestaan ja menneisyydestään. Toisaalta ihmisen tulee elää ja kehittyä.

Huntin (1990, 124) mukaan on muistettava, että täydellinen turvallisuus on mahdotonta. Sitä ei takaa syöksyminen tulevaisuuteen eikä menneeseen takertuminen. Tämä on hänen vastauksensa kysymykseen riskin tarpeellisuudesta seikkailussa. Todellisuuden kieltäminen, riskin lakaiseminen maton alle piiloon, puuduttaa ja pysäyttää ihmisen mielen. Seikkailun olemus onkin kietoutunut vastakohtien ympärille. Se voi tuottaa kokijalleen iloa ja pelkoa. Se vaatii tasapainoilua riskien ja turvallisuuden välillä. Siinä voidaan onnistua tai epäonnistua. Seikkailun filosofia perustuu tavoitteeseen kehittyä – välttää pysähtyneisyyttä.

You emphasize safety, but you don't kill the risk. You emphasize safety as a rational man's effort at survival, but we're going to go right ahead and stick our head in the noose... that's the game. But we're going to be careful in doing it -- that delicate balance --. (Hunt 1990, 124.)

#### 4.3 Elämyshakuisuudesta

1900-luvun puolivälissä julkaistiin tutkimustuloksia, jotka antoivat aiheetta epäillä silloisten motivaatioteorioiden kykyä sulkea alleen kaikki inhimilliset toiminnot. Uskottiin, että pelkkä passiivinen reagointi elimistön esittämiin vaatimuksiin ei voinut antaa kattavaa selitystä mm. sitoutumisesta harrastuksiin. Vastakohtana Freudin teorialle mahdollisimman alhaista jännitettä tavoittelevasta keskushermostosta uskottiin, että pikemminkin olisi aiheetta olettaa aivojen etsivän optimaalista aktivaatiotasoa. (Zuckerman 1978, 487–488.)

Tuloksena uudesta ajattelusta oli teoria *elämyshakuisuudesta*. Kyseessä on Haapasalon (1992, 9) mukaan persoonallisuuden piirre, joka kuvaa eroja aivojen vireystilaan vaikuttavien ärsykkeiden vastaanottamisessa. Zuckerman (1979, 10; 1983, 37) itse määrittelee käsitteen seuraavasti:

The most current definition of sensation seeking as a human trait is: a trait defined by the need for varied, novel, and complex sensations and experiences and the willingness to take physical and social risks for the sake of such experiences.

Määrittelyssä tulevat esille yksilölliset erot sekä vaihtelun, jännityksen ja seikkailujen kokemisen tarpeissa että halussa ottaa fyysisiä ja sosiaalisia riskejä uusia kokemuksia tavoiteltaessa. Zuckermanin (1979) teorian mukaisesti elämishakuisten ihmisten optimaalinen aktivaatiotaso on tavanomaista korkeampi. Koska ihmiset kokevat liian alhaisen aktivaatiotason tarpeena etsiä uusia kokemuksia, voidaan korkean optimaalisen stimulaatiotason omaavia henkilöitä kutsua elämishakuisiksi.

Elämishakuisuutta mitattaessa (elämishakuisuuskyselyllä) kysymykset jakautuvat neljään kategoriaan. Eysenckin (1983, 15) mukaan nämä kysymykset käsittelevät joko taipumuksia hakeutua jännittäviin, seikkailullisiin harrastuksiin ja uusiin kokemuksiin tai taipumusta estottomuuteen ja ikävystymisalttiuteen. Haapasalo (1992, 15) huomauttaa, että erityisesti jännittäviin ja seikkailullisiin harrastuksiin hakeutumisen taipumukseen kohdistuneita kysymyksiä on pidetty luotettavina elämishakuisuuden mittareina. Zuckerman (1978, 491) tarkentaa tätä ensimmäistä kategoriaa kuvaamalla sen sisältöä ei-kilpailullisiksi luontoliikunnan harrastuksiksi, jotka omaavat korkean riskitason. Esimerkkeinä hän mainitsee mm. sukeltamisen, pitkän matkan purjehtimisen, vapaalaskun ja vuorikiipeilyn.

Elämishakuisuuden ilmenemisessä on huomattu tiettyjä eroja (Haapasalo 1992; Zuckerman 1978, 1983). Miehet ovat keskimäärin naisia taipuvampia hakeutumaan uuteen ja jännittävään toimintaan kaikissa muissa kategorioissa paitsi sosiaalisten kokemusten yhteydessä. Elämishakuisuuden on todettu myös tasaisesti laskevan iän mukana. Korkean aktivaatiotason keskiarvohuippu osui 20–29-vuotiaiden ryhmään.

#### 4.4 Riippuvuus vaarasta

Virtanen (2000) kirjoittaa Helsingin Sanomissa:

Extreme lajeihin liittyy suorituksen äärimmäinen fyysinen ja psyykinen kuormittavuus sekä suuri onnettomuuden riski. Juuri näihin tekijöihin perustuu se mielihyvänkokemus, jonka harrastaja saa onnistuneen suorituksen jälkeen. – – Tämäkin [flow -kokemus] voidaan viedä äärimmäisyyteen, mitä kuvaa erään extreme-harrastajan toteamus: "Se on kuin ajaisi autolla päin kalliota ilman turvavyötä, mutta tietäisi turvatyynyn pelastavan."

Seikkailuaktiviteettien ja *extreme*-lajien välinen raja on epäselvä, koska termiä *extreme* ei ole määritelty aukottomasti. Virtasen mukaan *extreme*-lajeiksi luetaan esimerkiksi kiipeilyn eri alalajit, vapaalasku ja laskuvarjohyppy kiinteiltä alustoilta (*base jump*). Ainoastaan *base jump*illa on vaikeuksia lukeutua määrittelyni seikkailuaktiviteettien joukkoon, koska sen harrastaminen ei välttämättä liity aitoon luontoympäristöön.

Sanalla *extreme* viitataan äärimmäiseen ja sillä on tänä päivänä harteillaan muoti-ilmiön paine. Eri seikkailuaktiviteettien harrastajat ovatkin ilmaisseet pettymyksensä median leimatessa lähes kaiken reppu selässä tapahtuvan liikunnan *extremeksi*, vaikka he eivät itse koekaan tekevänsä mitään äärimmäistä. Yleisesti on myös esitetty pohdintoja seikkailijoiden addiktoitumisesta vaarallisten tilanteiden yhteydessä kehoon vapautuneelle adrenaliinille.

Quinn (1990, 145–148) näkee riskien olemassaolon tekijänä, joka edistää optimaalisen kokemuksen saavuttamista (ks. kpl. 5.1). Hän mainitsee haasteen selvittämisen ja optimaalisen kokemuksen voivan olla myös addiktiivisia kokemuksia. O'Neill (Quinn 1990, 146) kuvaa henkisen riippuvaisuuden prosessia:

Those who succeed and do not push on to greater failure are spiritual middle classers. Their stopping at success is the proof of their compromising insignificance – – Only through the unattainable does man achieve a hope worth living and dying for – and so attain himself.

Virtanen (2000) toteaa vähemmän dramaattisesti kyseen olevan pohjimmiltaan ainoastaan ihmisen tarpeesta hallita ympäristöään. Onnistuneilla suorituksilla rakennetaan hänen mukaansa minäkuvaa ja vahvistetaan itsetuntoa.

Jos Quinnin maalaama uhkakuva on todellinen, se on samalla myös hyvin inhimillinen. Se liittyy mielestäni "ikuiseen" kysymykseen omien mahdollisuuksien rajoista. Oman kapasiteetin koettelu luonnon konkreettisen haasteen edessä on äärimmäisen kiehtovaa. Seikkailija kokee tällöin toteuttavansa itseään ja tekevänsä jotain merkityksellistä. Uskaltautuessaan tuntemattomaan hän voi löytää syvän keskittymisensä ja kokonaisvaltaisen toimintansa kautta yksinkertaisia tunteita hurmiosta ja kauneudesta (ks. myös Bowles 1995, 78). Quinn (1990, 146–147) lisäksi muistuttaa, että tasapainoinen ja nöyrä seikkailija saavuttaa rauhan haasteen kohtaamisen kautta. "Adrenaliinipiikkien" metsästäjät eivät sitä saavuta.

Peace is the state of fulfilling the deepest desire of the soul. It is the condition of flying within the greatest impulse that enters us from the unknown. -- To fly -- lies close to the heart of the experience of adventure. Peace comes from confidence gained and the fulfillment of success. (Lawrence 1936, 117–118.)

Seikkailijoiden adrenaliiniaddiktio on noussut esiin lähiaikoina median pohtiessa korkeita riskejä sisältävien harrastusten sisältöä (mm. Nevanlinna 2000). Vaikka tällaiset näkemykset ovat ymmärrettäviä, ne ovat mielestäni yksinkertaisesti vääriä. Seikkailu ei ole normaalissa merkityksessään pakkomielteen kierre, yksi kemikaali aivoissa huippukokemuksen hetkenä, makea *trippi* tai epätoivoinen pyrkimys sankaruuteen asettamalla oma keho kuolemaa vastaan. Seikkailu on merkitysten kokonaisuus, joka todentuu subjektiivisessa toiminnassa; inhimillinen perusominaisuus, jonka alkuperä on geneissämme (Quinn 1990, 145–148; Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi 1990, 149–155). Seikkailun vuoksi on tehty historiassa löytöretkiä uusille mantereille. Tänä päivänä nuo löytöretket johtavat seikkailijan itsensä sisälle. Päämäärä on kuitenkin sama: etsiä ja löytää.

#### 4.5 Vahvempaan minäkäsitykseen

Klinton (1990, 163) mukaan mahdollisuus ihmisen fyysiseen, kognitiiviseen, sosiaaliseen ja affektiiviseen kehittymiseen on yksi seikkailukokemuksen perusominaisuuksista. Erityisesti ihmisen affektiivisen alueen kehittäminen seikkailun avulla on kiinnostanut monia. Tätä aluetta kuvaavat esimerkiksi termit minäkäsitys, motivaatio tai yksinkertaisesti "luonne", kuten Kurt Hahn asian ilmaisi.

Hahnin alkuperäisenä ajatuksena oli kehittää nuorten merimiesten luonnetta ja selviytymistaitoja seikkailullisten kokemusten avulla. Hahnin konsepti oli niin toimiva, että se levisi Outward Bound -järjestön muodossa ympäri maailmaa. Järjestön myötä syntyneen seikkailukasvatuksen teho perustui hyvin yksinkertaiseen asiaan, kokonaisvaltaisuuteen. Seikkailu koskettaa ihmisen fyysisen ja älyllisen puolen lisäksi myös affektiivista aluetta. (Klinton 1990, 163.)

Cavén (1993, 15) määrittelee minäkäsityksen yksilön havainnoiksi ja käsityksiksi itsestään. Hänen mukaansa näihin käsityksiin kuuluu mm. se, millainen ihminen uskoo olevansa ja millainen hän haluaisi olla. Esimerkiksi positiivisen ja realistisen minäkuvan omaavan henkilön on Fitts (Cavén 1993, 15) todennut olevan



varma, tyytyväinen ja itseään arvostava ihminen, joka ei koe itseään uhatuksi uusien tai vaikeiden tilanteiden edessä.

Teorian löytäminen minäkäsityksen kehittymiselle on ollut pitkä prosessi (Klint 1990, 163–171; ks. myös James 1890). Kehitystyön tuloksena on malli, jonka mukaisesti nykyään ymmärrämme minäkäsityksen perusominaisuudet. Klintin (1990, 165; ks. myös Weiss 1987) mukaan seuraavat ominaisuudet kuuluvat minäkäsitykseen:

- Minäkäsitys kehittyy sosiaalisessa interaktiossa.
- Minäkäsitys on moniulotteinen.
- Tunteet liittyvät minäkäsityksen kehittymiseen.
- Palaute haasteen selvittämisestä vaikuttaa minäkäsitykseen suhteessa siihen, kuinka tärkeäksi toiminta koetaan.
- Minäkäsityksen taso vaikuttaa motivaation asteeseen.

Useat tutkimukset ovat todistaneet minäkäsityksen vahvistuvan seikkailukokemusten myötä. Varsinkin Ewert (1983) on kasannut yhteen mittavan tutkimustulosten luettelon, jossa hän on käsitellyt niin survival-koulutuksen, erämaa kokemuksen kuin eri seikkailuohjelmienkin (mm. Outward Bound) vaikutuksia minäkäsitykseen. Samankaltaisia tuloksia raportoi myös Cavén (1992b, 71). Molemmat huomauttavat myös kohdanneensa tutkimuksen, joka osoitti vastakkaista tulosta. Syyksi poikkeavaan tulokseen Ewert (1983, 11) esittää olettamusta kokemuksen tarjoamasta uudesta, aiempaa realistisemmasta minäkuvasta, joka ei tilanteen vaativuudesta johtuen ole välttämättä kaunis ja itsetuntoa kohottava. Tämän hän ei silti nähnyt vähentävän kokemuksen arvoa.

Seikkailututkimukset ovat siis pystyneet raportoimaan kokemusten myönteisestä vaikutuksesta minäkuvaan. Ne ovat kuitenkin epäonnistuneet selittämään, kuinka kyseiseen tulokseen päästään (Klint 1990, 104). Cavén (1992b, 67) tarjoaa vastaukseksi Outward Boundin yksinkertaista reseptiä:

- – tekemällä, selviytymällä ja suorittamalla tehtävän loppuun saavuttaa henkistä voimaa, itseluottamusta. Ottamalla haaste vastaan saavuttaa laajempaa näkemystä. Ryhmän tuen ja kannustuksen avulla saavuttaa kestävästä ystävyys ja luottamuksen. Auttamalla muita saavuttaa valveutuneisuutta ja vastuuntuntoa.

Cavénin mukaan myönteiset muutokset ovat mahdollisia ainoastaan, jos osallistuja on motivoitunut toimintaan. Toisaalta seikkailullisten tilanteiden ja

tapahtumien luonteeseen liittyy luonnostaan toimijaa motivoivaa ainesta. "Tilanteesta ei selviä, ellei itse – – tee jotain", kuvailee Caven (1992b, 63) tätä ominaisuutta.

## 5 OPTIMAALISEN HAASTEEN KOHTAAMINEN

### 5.1 Optimaalinen kokemus

*Optimaalinen kokemus* on määritelty tunteeksi tilanteen kontrolloimisesta. Tätä henkistä tilaa kuvaavat tunne oman kohtalon ohjaamisesta ja kyseisen havainnon tuottama innostus. Optimaalinen kokemus voi tarjota toimijalle niin suuren nautinnon, että sen tuottama muistijälki säilyy aina muistuttamassa kokemuksen merkityksellisyydestä. (Csikszentmihalyi 1975, 1990; Jackson 1999.)

Verbit kontrolloida ja ohjata paljastavat optimaalisen kokemuksen aktiivisen luonteen. Csikszentmihalyi (1990, 3) korostaa tällaisen kokemuksen vaativan kehon ja mielen kapasiteettien venyttämistä toiminnassa yksilöllisille äärirajoille saakka. Tästä syystä toimijan olotila ei olekaan aina miellyttävä juuri toiminnan hetkellä. Kokemuksen sisäisen palkitsevuuden vuoksi hän on kuitenkin valmis sitoutumaan toimintaan suuria uhrauksia tehden. Tilanteen hallinta ei tarkoita asemaa olosuhteita kontrolloivana voimana, vaan oman sisäisen kontrollin ylläpitämistä.

Kaikki positiiviset kokemukset eivät ole vaatimuksiltaan samanlaisia. *Tyydytys* (pleasure) tarkoittaa tunnetta, joka seuraa geeniperimän biologisten ja sosiaalisten ohjeiden täyttämisestä, kuten nesteen nauttimisesta janoisena. Csikszentmihalyin (1990, 46) mukaan kyseessä on elämän laadun kannalta tärkeä komponentti. Primäärisen tarpeen tyydyttäminen palauttaa järjestyksen *tietoisuuteemme* (consciousness) poistamalla entropiaa aiheuttavat tekijät.

Tyydytys ylläpitää tasapainoa, mutta se ei saa aikaan kehitystä tai tunnetta sisäistä palkkiosta. Pohdittaessa onnellisuutta ihmiset muistelevatkin kokemuksia, jotka ovat tarjonneet *nautintoa* (enjoyment). Nautinto saavutetaan Csikszentmihalyin (1990, 46) mukaan, kun kognitiivisesti asetetut odotukset tai tunnetut tarpeet

täyttyvät ja ylitetään yksilön olettava henkilökohtainen raja saavuttamalla jotain odottamatonta.

Ainoastaan nautintoa tuottavissa aktiviteeteissa voidaan saavuttaa optimaalinen kokemus. Nämä aktiviteetit vaativat tiivistä keskittymistä eli psyykkisen energian investointia käsillä olevaan toimintaan ja tarjoavat toimijalle mahdollisuuden kehittää itseään. Toiminta nautinnon vuoksi on luonnollista ja itsessään palkitsevaa. Se saa ihmisen asettamaan tavoitteita, tekemään suunnitelmia ja toimimaan. Hyviä esimerkkejä nautintoa tuottavista toiminnoista ovat mm. seikkailuaktiviteetit.

## 5.2 Tietoisuuden merkitys kokemiselle

Optimaalisen kokemuksen saavuttaminen riippuu toimijan kyvystä kontrolloida tietoisuuttaan. Tietoisuuden kontrolloiminen on ihmisen keino hallita ympäröiviä voimia luomalla harmonia itsensä ja ympäristön välille. Kysymys ei siis ole ulkoisten voimien alistamisesta oman kontrollin alle. (Csikszentmihalyi 1990, 5.) Esimerkiksi vuorikiipeilijän on mahdotonta hallita vuoriston objektiivisia vaaroja. Hän voi ainoastaan yrittää minimoida riskit oman toimintansa avulla. Vaikka kiipeilijän täytyykin hyväksyä ympäristönsä riskejä tiettyyn subjektiivisesti asetettuun rajaan asti, hänen tavoitteenaan tulee silti olla täydellinen kontrolli oman tietoisuutensa sisällöstä.

Csikszentmihalyi (1990, 23–24) esittää tietoisuuden olevan peräisin kaiken humanin käyttäytymisen tavoin ihmisen biologisista ominaisuuksista. Se perustuu äärettömän monipuoliseen hermostoon, joka rakentuu kromosomien proteiinimolekyylien sisältämän ohjeen mukaisesti. Tietoisuus ei kuitenkaan ohjaudu ainoastaan biologisesti, vaan se on kehittynyt monilta osin itseohjautuvaksi. Se toimii ulkoa tulevan informaation tulkkina ja suodattimena. Tietoisuus saa ihmiset arvioimaan aistien välittämää informaatiota mahdollistaen reagoinnin, joka ei perustu refleksiin. Seikkailija, joka epäonnistuu tietoisuutensa hallinnassa, ahdistuu ympäristön vaarojen keskellä.

Tietoisuudella on kehittyneisyydestään huolimatta tarkat rajansa. Se pystyy käsittelemään samanaikaisesti vain tietyn määrän informaatiota. Kaikki tämän kapasiteetin ylittämät tiedot putoavat pois tietoisuudesta. *Huomio* (attention) on

tietoisuuteen saapuvaa informaatiota säätelevä tekijä (Csikszentmihalyi 1990, 30–31).

Huomio tunnistaa aistien välittämästä informaatiosta tiettyjä piirteitä ja yhdistää ne aiempien tietorakenteiden sisältöihin. Samalla se jättää miljoonat muut arvottomiksi arvioidut tietoyksiköt vaille käsittelyä. Esimerkiksi laskettelijan huomio saattaa poimia reitin varrelta korkean lumivyöryriskin omaavan rinteeseen. Laskettelija arvioi tilanteen ja valitsee mielestään oikean toiminnan.

Huomio pystyy tietoisuuden tavoin prosessoimaan samanaikaisesti vain rajallisen määrän informaatiota. Csikszentmihalyin (1990, 31–33) mukaan tietoisuuttaan hallitseva ihminen voi hallita myös huomiotaan. Huomio voidaan keskittää tarkasti rajattuun kohteeseen ja sulkea ylimääräiset häiriötekijät pois sen piiristä. Huomio on psyykkistä energiaa, joka mahdollistaa työn. Se määrää pitkälti myös sen, millaisia kokemuksia toiminnasta saadaan.

### 5.3 Tietoisuuden tilat

Csikszentmihalyi (1990, 36) esittää tietoisuuden tilojen ääripäiksi *järjestyksen* ja *epäjärjestyksen*. Epäjärjestykselle (psyykkinen entropia) on useita nimiä. Sitä kutsutaan tilanteesta riippuen mm. kivuksi, peloksi, raivoksi, ahdistukseksi tai mustasukkaisuudeksi. Olennaista tietoisuuden epäjärjestykselle on sen alkuperä, joka liittyy ympäristön tarjoamaan palautteeseen. Epäjärjestyttä luova informaatio on ristiriitaisessa suhteessa asetettuihin tavoitteisiin. Toisin sanoen palaute kertoo, että toiminta ei edistä asetettujen tavoitteiden saavuttamista. Tällainen viesti saa toimijan huomion kohdistumaan varsinaisen toiminnan sijasta epäolennaiseen. Väärin kohdistunut psyykkinen energia on tehotonta. (Csikszentmihalyi 1990, 36–41.)

Psyykkisen entropian vastakohta on tietoisuuden järjestys. Tässä tilassa ympäristöstä saatu palaute kertoo jokaisen toimen vievän lähemmäksi tavoitteen saavuttamista. (Csikszentmihalyi 1990, 42–43.) Tilannetta voidaan havainnollistaa esimerkiksi suunnistajasta, joka juostessaan huomaa maaston kiintopisteiden ilmestyvän eteensä samassa järjestyksessä kuin kartalla. Jokainen yksittäinen kiintopiste tarjoaa myönteistä palautetta. Tällaisessa tilanteessa suunnistajalla ei ole mitään aihetta huoleen. Omaa persoonaa ei uhkaa mikään, koska pelkoa

epäonnistumisesta ei ole. Suunnistajan huomio voi keskittyä vapaasti olennaiseen. Hän tuntee hallitsevansa tilanteen ja psyykinen energia *virtaa* (flows) vahvasti.

#### 5.4 Flow

*Flow* on Csikszentmihalyin (1975, 36; 1990, 40; ks. myös Jackson 1999, 3–31) termi optimaaliselle kokemukselle. Hän havaitsi tutkimustensa yhteydessä useiden haastateltavien kuvaavan tunteitaan äärimmäisen miellyttävässä kokemuksessa ilmaisuilla "ajelehtia virran mukana" tai "virrata". Seuraavassa on kahden kalliokiipeilijän kuvaukset flow-kokemuksistaan.

It's a pleasant feeling of total involvement. You become like a robot... no, more like an animal... getting lost in kinesthetic sensation... a panther powering up the rock. (Csikszentmihalyi 1975, 86.)

The investment is bigger. It's exhilarating to come closer and closer to self-discipline. You make your body go and everything hurts; then you look back in awe of the self, at what you've done, it just blows your mind. It leads to ecstasy, to self-fulfilment – –. (Csikszentmihalyi 1975, 95.)

Csikszentmihalyi (1975, 36) painottaa flow:n yhteydessä täydellistä paneutumista toimintaan yksilön kaikkien muiden ajatusten ja tunteiden kustannuksella. Kyse on huomion keskittämisestä vain ja ainoastaan käsillä olevaan toimintaan. Jackson (1999, 5) liittää flow-ilmioon myös harmonisen kokemuksen: mieli ja keho työskentelevät vaivattomasti yhdessä antaen toimijalle tunteen siitä, että jotain erityistä on tapahtumassa. Optimaalisessa kokemuksessa toimija vajoaa liikkeen luonnolliseen rytmiin ja siitä tulee hänen totaalinen maailmansa.

Optimaaliseen kokemukseen on viitattu termillä *autotelinen* kokemus. Kreikan kielestä peräisin oleva termi (auto = itse; telos = päämäärä) viittaa sisäisesti palkitsevaan toimintaan, jota tehdään toiminnan itsensä vuoksi. Vapaa käänös *itsetarkoituksellinen* kuvaa hyvin flow-toimintaa. (Jackson 1990, 11.)

#### 5.4.1 Flow:n perusominaisuudet

Csikszentmihalyi (1990, 48–49) ja Jackson (1999, 15) ovat havainneet, että varsinaisen toiminnan luonteesta riippumatta ihmiset ympäri maailman kuvaavat optimaalisia kokemuksiaan, toiminnan aikana prosessoituja psyykkisiä toimintoja sekä tunnettuja tunteita lähes identtisesti. Kulttuuritausta, yhteiskunnan kehitysaste, sosiaaliluokka, ikä tai sukupuoli eivät myöskään aiheuttaneet eroja kuvauksille.

Optimaalisen kokemuksen ja sen mahdollistamien psykologisten olosuhteiden oletetaan olevan universaaleja. Csikszentmihalyi (1990, 48–70) ja Jackson (1999, 15–31) esittävät ainakin seuraavien piirteiden olevan luonteenomaisia seikkailuaktiviteettien tyypilliseen toimintaan liittyville flow-kokemuksille:

- Kohdattava haaste on optimaalisessa tasapainossa suhteessa toimijan kykyihin. (vrt. Kuvio 1.)
- Huomion täydellinen keskittyminen toimintaan sulkee kaiken ylimääräisen tietoisuudesta.
- Suorituksen spontaanisuuden ja automaation tasot ovat korkeat.
- Tavoitteet ja saatava palaute ovat selkeinä toimijan mielessä, mikä mahdollistaa suorituksen vaiheen tarkan tunnistamisen.
- Pelko tilanteen kontrollin menettämisestä häviää, ja toimija nauttii potentiaalisesti vaarallisten tilanteiden kontrolloimisesta.
- Tietoisuus itsestä katoaa minuuden käsitteen lipuessa yksilön huomion ulkopuolelle mielenkiintoisessa ja persoonan kannalta turvallisessa toiminnassa.
- Keskittäessään energiansa täydellisesti toimintaan yksilö kokee olevansa osa suurempaa toiminnallista kokonaisuutta. Hän lakkaa olemasta tietoinen itsestään toiminnasta erillisenä olentona.

#### 5.4.2 Syvä flow-kokemus

Csikszentmihalyi (1975, 88–99) mainitsee joidenkin tutkimuksiinsa osallistuneiden henkilöiden esittäneen erityisen vahvoja kuvauksia kokemuksistaan optimaalisesti haasteellisen toiminnan aikana. Näitä kokemuksia kuvailevat sanat uskonnollinen, yliaistillinen, visionäärinen ja ekstaasi.

On olennaista muistaa tällaisten mainintojen olevan ainoastaan toimijan subjektiivisia tulkintoja hänen aiemmista kokemuksistaan. Lisäksi on huomattava, että vain harvat seikkailijat ovat yleensä kertoneet tällaisista tuntemuksista.

Csikszentmihalyin (1990, 89) mukaan ns. syvä flow-kokemus on erittäin merkityksellinen kokijansa kannalta. Vaikka se muokkaa vahvasti harrastajan suhdetta harrastukseensa, syvän flow-kokemuksen roolia toimintaan kohdistuvassa motiivijärjestelmässä on kuitenkin vaikea arvioida. Eräs vuorikiipeilijä on kuvannut tuntemustaan sulautumisena ympäristöön:

After one prolonged climb in bad weather without food, I had this experience of having always climbed, always will. Once on top I felt as if I could open my arms and merge with the whole surroundings. I felt part of the greater whole – oneness. (Csikszentmihalyi 1975, 92.)

Csikszentmihalyi (1975, 91) muistuttaa, että olisi väärin olettaa kaikkien olevan tietoisia tai edes kiinnostuneita toiminnan mahdollisuudesta saavuttaa symbolisia mittasuhteita kokijan omassa kokemusmaailmassa. "Syvien" kokemusten alkuperä on pikemminkin spontaanissa osallistumisessa ja hetkellisyydessä kuin tarkoituksenmukaisessa symbolisessa korvaavuudessa.

#### 5.4.3 Persoonan kehittyminen

Optimaalisen kokemuksen mahdollistama persoonan kehittyminen aiempaa monipuolisemmaksi tapahtuu kahden psykologisen prosessin, *integroitumisen* ja *differentioitumisen*, seurauksena. Flow-kokemus on persoonan kehityksen kannalta differentioitumista muista ihmisistä entistä ainutkertaisemmaksi yksilöksi, vaikka samalla on mahdollista integroitua ajatusten ja tunteiden tasolla muihin samankaltaisia kokemuksia omaaviin ihmisiin. (Csikszentmihalyi 1990, 41.)

Persoonan kehitys perustuu toimijan syvään sitoutumiseen käsillä olevaan, intensiiviseen toimintaan. Kokonaisvaltainen, sisäisesti motivoiva toiminta saa aikaan luovia ongelmanratkaisuyrityksiä, jotka tuovat toimijan persoonaan jotain uutta. Toimija havaitsee tämän muutoksen vasta reflektiossa normaalin henkisen tilan palauduttua. (Csikszentmihalyi 1990, 41–42.)

Flow-kokemuksen aikaansaama differentioituminen ei ole luonteeltaan negatiivista, koska tapahtuman myötä tapahtuu myös integraatiota. Kokemus

harmoniasta oman itsen, muiden ihmisten ja koko maailman välillä saa aikaan tunteen aiempaa vahvemmassa yhteydestä oman persoonan ulkopuolelle. Csikszentmihalyin (1990, 41) haastattelema kiipeilijä kuvasi tilannetta seuraavasti:

[There's] no place that more draws the best from human beings – – [than] mountaineering situation. Nobody hassles you to put your mind and body under tremendous stress to get to the top – – Your comrades are there, but you all feel the same way anyway, you're all in together. – – People after the same self-discipline as yourself, following the deeper commitment. – – A bond like that with other people is in itself an ecstasy.

## 6 LUONTO SEIKKAILUYMPÄRISTÖNÄ

Liikuntaympäristöt voidaan jakaa kolmeen kategoriaan: aitoon, muokattuun ja rakennettuun (Vuolle 1991, 598–599). Aito luontoympäristö ei sisällä mitään rakenteellisia ratkaisuja (latu-urat tai laskettelurinteet) ja puhtaimmillaan se tarkoittaa erämaata. Aito luontoympäristö on seikkailuaktiviteettien tapahtumapaikka.

Tarkasteltaessa aitoon luontoon sijoittuvan seikkailun motiiveja on huomioitava sekä luonnon että seikkailuaktiviteettien ominaisuudet. Eri aktiviteeteissa näiden tekijöiden suhde vaihtelee huomattavasti. Retkeilijälle fyysinen toiminta saattaa olla ainoastaan keino päästä nauttimaan luonnosta; alpinistille luonto tarjoaa ympäristön fyysiseen toimintaan. Kysymys on erityisestä yhtälöstä, jonka luonnon ja liikunnan yhdistäminen saavat aikaan (Miles 1990, 326). Progen (1979, 237) kuvaa tätä yhtälöä luonnon asettamiksi haasteiksi (rinteet, aallot, kallioseinät), joihin ihminen yhdistää omat ominaisuutensa, kokemuksensa ja tavoitteensa konkreettisen toiminnan (rinteen laskeminen) kautta. Kokonaisvaltaisessa luontokokemuksessa on ihmiselle jotain sellaista, mitä rakennettuun ympäristöön sijoittuvat tilanteet ja tapahtumat eivät pysty tarjoamaan.



## 6.1 Luonnon merkitys seikkailijalle

Luonnon merkitys ihmiselle voidaan Telaman (1992; ks. myös 1991, 607–615) mukaan jakaa neljään tasoon: luonto itseisarvona, havainto- ja elämisympäristönä, toimintaympäristönä sekä uusintajana ja virkistäjänä. Tämä jaottelu luonnon merkityksestä sopii mielestäni erinomaisesti kuvaamaan myös seikkailijoiden suhdetta aitoon luontoympäristöön.

### 6.1.1 Luonto itseisarvona

Telaman (1992, 63) mukaan luonnon itseisarvo perustuu sen symboliseen merkitykseen elämän itsensä edustajana. Tämä tulee ilmi mm. luonnon kiertokulun myötä, missä sykliset kasvut ja lakastumiset seuraavat toisiaan. Luonnon kiertokulku symboloi ihmisille jatkuvuutta ja pysyvyyttä. Se edustaa ihmistä suurempia voimia.

Erämaan hiljaisuudessa, sen erikoisen rauhoittavassa tasapainossa, heräsi usein yllättävä kysymys siitä, onko inhimillisellä tietoisuudella mitään merkitystä. – – Usein koin piinallisesti, ettei ihmisellä ole oikeastaan mitään virkaa. – – Lapin luonnon mahtavuudessa on jotakin inhimilliselle tietoisuudelle ylittämätöntä. (Telama 1992, 63.)

Luonto on suuruudessaan mysteerinen. Telama (1992, 63) mainitsee voimakkaan yhteyden luontoon olevan hyvin lähellä uskonnollista kokemusta, josta ovat esimerkkinä luonnonkansojen uskonnolliset riitit.

Progen (1979, 238) puolestaan näkee luonnon suuruuden havaitsemisessa kaksi mahdollisuutta. Toisaalta ihminen voi tuntea itsensä hyvin rajalliseksi haastaessaan ympäristönsä valtavat voimat. Esimerkiksi vuorikiipeilijät saavuttaessaan Everestin huipun ovat usein kuvanneet tuntemuksiaan sekä helpottuneiksi että pelonsekaisiksi, toisin sanoen hyvin inhimillisiksi ilman mielikuvaa voittamattomuudesta.

– – jag pratar oavbrutet till videokameran och även om jag nånstans är glad – eller anar att jag borde vara det – – är jag mest rädd. – – Jag vill bara ner nu. Jag vågar inte mer. Nu sticker jag. Hoppas jag överlever, och så stapplar jag iväg – –. (Lagercrantz 1999, 148.)

Toisaalta taas on mahdollista kokea myös ainutlaatuista yhtenäisyyttä luontoon (Progen 1979, 240). Tunne perustuu kehon välittämiin tuntemuksiin intensiivisessä toiminnassa, joka vaatii omien kykyjen kapasiteetin venyttämistä äärirajoilleen. Tuntemuksilla hän tarkoittaa toimijan täysin uudenlaista havaintoa omasta itsestään aktiivisen kehonsa välityksellä. Havainto liittyy sekä Csikszentmihalyin (1990) määrittelemään flow-kokemukseen että vahvan henkisen latautumisen purkautumiseen tavoitteen saavuttamisen yhteydessä. Kokemukseen liittyvät tunteet elävyydestä, täyttymyksestä ja merkityksellisyydestä. (Progen 1979, 238, 240–242.)

### 6.1.2 Luonto havainto- ja elämisympäristönä

Luonnonvaraiset maisemat asetetaan ympäristön esteettisyyttä arvioitaessa rakennettujen maisemien edelle. Luonnollisissa maisemissa katsojaa viehättää kompleksisuus, maiseman kiinnekohta (vesistö, syvyys, tms.) ja luonnon geometria, jossa suoraviivaisen tyylin sijaan korostuvat ympyräiset ja spiraalit muodot. Seikkailuaktiiviteeteista saatuja emotionaalisia ja esteettisiä kokemuksia pidetään yhtenä toiminnan keskeisimmistä anneista. (Telama 1992, 63–64.)

Esteettisyyden kokemukseen yhdistyy usein toimijan aktiivisuus. Tähän liittyy luonnon voimakas kokeminen osana itseään. Hiihtäessään neitseellistä hankea lumisateen jälkeen toimija kokee ympäristönsä aktiivisesti kaikilla kehonsa aisteilla. Tapahtuma on hyvin yksilöllinen. (Progen 1979, 237–238.)

### 6.1.3 Luonto toimintaympäristönä

Luontoympäristö tarjoaa ihmiselle mahdollisuuksia toimintaan. Toiminta voidaan jakaa kahteen pääluokkaan: luonnon tarjoamiin haasteisiin sekä pakenemis- ja eristäytymismahdollisuuksiin. (Telama 1992, 64–68.)

Luonnon esittämät haasteet ovat kautta aikojen kuuluneet erottamattomasti ihmisen elämään. Nyt erämaiden ollessa lähes kauttaaltaan valloitettu, ihmiset kaipaavat samanlaisia, konkreettisia haasteita, joita heidän edeltäjänsä kohtasivat elämässään (Miles 1990, 327). Ihmisten luonnosta etsimät haasteet ovat olemukseltaan objektiivisia ja lähtöisin joko luonnonvoimista (koski, kylmyys) tai

maastosta (meri, kallioseinä). Ihminen muokkaa näitä haasteita liittämällä niihin omat subjektiiviset tavoitteensa (esim. tietyn reitin kulkeminen). Olennaista nämä objektiiviset haasteet ja subjektiiviset tavoitteet yhdistävälle toiminnalle on riskin ottamisen motivaatio, omien rajojen ja kykyjen testaus sekä jännityksen kokeminen.

Sisältämistään objektiivista vaaroista huolimatta luonto on minäkäsityksen kannalta turvallinen paikka. Turvallisuus perustuu vaarojen suuntautumiseen oman persoonan ulkopuolelle. Ympäristöstä saatava, toiminnan sisäisen palautejärjestelmän (ks. kpl. 3.4) tarjoama palaute kertoo ainoastaan edistymisestä tavoitteen suunnassa tai mahdollisesta toiminnan korjaamisen tarpeesta. Toimijan persoona ei ole missään vaiheessa uhattuna, mikä perustuu luonnon ennustettavuuteen (Telama 1992, 66). Luonnossa ei ole yhteiskunnalle ominaisia irrationaalisia aineksia. Kaikki luontoympäristössä tapahtuvat muutokset ovat ennustettavissa rationaalisen päättelyn avulla.

Niin persoonan turvallisuutta kuin henkilökohtaisen pätevyyden tunnettakin lisäävä tekijä ympäristön ennustettavuuden ohella on luonnon tarjoama mahdollisuus kokemukseen kontrollin siirtymisestä yksilölle itselleen (Telama 1992, 66). Luonto ei ole alisteinen samankaltaiselle sääntöviidakolle yhteiskunnan kanssa, vaan siellä vallitsevat neutraalit ja objektiiviset lait. Tämä suo toimijalle erittäin korkean autonomisuuden asteen epäsuoran kilpailun ominaisuuksien määrittämissä seikkailuaktiiviteeteissa.

– – non-game sports, such as mountain climbing, – – allow for a greater feeling of being free in the sense of being dependent on self for survival or success and in providing for more creative expression through choices and action. (Progen 1979, 240.)

Useissa lähteissä (Telama 1992; Progen 1979; Csikszentmihalyi 1975) on lisäksi todettu korkeita riskejä hyväksyvien seikkailijoiden arvioivan harrastamansa seikkailuaktiiviteetit tavallista arkielämää turvallisemmiksi. Tämä perustuu edellä esiteltyyn seikkailijan mahdollisuuteen minimoida objektiiviset ja subjektiiviset riskit omalla huolellisella, järkevällä toiminnalla.

Haasteiden lisäksi luonto tarjoaa ihmiselle tilaisuuksia hakeutua rauhaan ja yksinäisyyteen. Irtautuminen normaalista elämästä voidaan tehdä sekä fyysisellä että psyykkisellä tasolla. Luonnon tarjoama vapaus perustuu sekä henkilökohtaiseen

riippumattomuuteen että autonomiaan päätöksenteossa ja toiminnassa. (Telama 1992, 67).

Vaikka luontoon hakeutumisen motiiveissa korostuu usein yksilön tarve saada aikaa ja tilaa itselleen, on kyseessä yleensä pienen ryhmän hakeutuminen yksinäisyyteen. Luontoon sijoittuva sosiaalinen kokemus tarkoittaa läsnä olevien ihmisten erottumista muusta yhteiskunnasta omaksi intiimiksi kokonaisuudekseen. Luontoon liittyvät pakenemis- ja eristäytymismahdollisuudet vaihtelevat siis akselilla yksin–yhdessä. Näitä ääripäitä ei tule kuitenkaan nähdä toistensa vastakohtina. Ne ilmaisevat myös kokemusten luonnetta: luonnossa ollaan usein yhdessä yksin.

Progen (1979, 241) on havainnut sosiaalisten suhteiden vahvistuvan erämaaympäristössä.

Comradeship, regardless of race or creed, is forged among high mountains, through the difficulties and dangers to which they expose those who aspire to climb them, the need to combine their efforts to attain their goal, the thrill of a great adventure shared together. (Hunt 1953, 231.)

Sitaatti painottaa yksilöiden yhtenäisyyttä luontoympäristössä tapahtuvassa toiminnassa. Kokemus toiminnasta saatta olla vahvasti ryhmän sisäinen. Pienen ryhmän intiimisyyttä seikkailuaktiiviteeteissa tukee erona tavallisiin urheilulajeihin yleisön ja keinotekkoisten standardien puuttuminen (Progen 1979, 241).

#### 6.1.4 Luonto virkistäjänä ja uudistajana

Luonnon virkistävä ja uudistava vaikutus perustuu sekä fyysisen aktiivisuuden psykofysiologisiin vaikutuksiin että kaikkiin edellä kuvattuihin, aitoon luontoympäristöön sijoittuvien seikkailuaktiiviteettien tarjoamiin elämyksiin. Energisoivana tekijänä luontoon sijoittuvassa toiminnassa on sisäinen motivaatio. (Telama 1992, 68.)

Telama (1992, 67) esittää luontoon sijoittuvan fyysisen aktiivisuuden perustuvan Iso-Aholan (ks. Telama 1991, 613–614) laatiman kahden faktorin -mallin mukaiseen esitykseen. Sen kaksi ulottuvuutta ovat *yksilöllinen–sosiaalinen* ja *uhkaavien tilanteiden välttäminen–miellyttävien tilanteiden etsiminen*. Ihminen pakenee omia yksilöllisiä uhkaavia tilanteita (parisuhteessa, työpaikalla) luontoon etsiäkseen miellyttäviä, sisäisesti palkitsevia aktiviteetteja (yksin tai ryhmässä). Malli

näkee luonnon roolin eräänlaisena turvapaikkana. Samalla se kuvaa hyvin edellä käsiteltyjä luontoympäristön ominaisuuksia. Luonnosta etsitään tyydytystä niille sisäistä motivaatiota vahvistaville tarpeille, joita moderni yhteiskunta vähättelee.

## 6.2 Seikkailijan luontosuhde

Vuolle (1991, 598) nostaa yksilölle muodostuvan luontosuhteen tärkeimmiksi osatekijöiksi henkilön omakohtaiset tiedot ympäristöstä ja aiemmin koetut luontokokemukset. Hänen mukaansa myös fyysisellä aktiivisuudella voi olla tärkeä rooli luontosuhteen muodostumisessa.

Luontosuhteen muodostumisessa on huomioitava kaksi seikkaa. Missä määrin henkilö on kiinnostunut kyseisestä fyysisestä aktiviteetista? Ja millaisessa luontoympäristössä harrastaminen tapahtuu? On selvää, että jo aiemmin mainitut kolme erilaista luontoympäristöä (aito, muokattu, rakennettu) vaikuttavat hyvin eri tavoin luontoon kohdistettujen asenteiden muokkautumiseen. Esimerkiksi aitoon luontoympäristöön liitettyjä ominaisuuksia ovat ihmisen ja luonnon suhteen tasapainottuminen, demokraattiset mahdollisuudet ja haasteet, emotionaalisuus sekä objektiivinen palaute (Vuolle 1991, 599–600). Aidossa luontoympäristössä painottuu yksilön oma aktiivisuus suhteen muodostamisessa. Tällaista mahdollisuutta ei ole muokatussa tai rakennetussa ympäristössä, joissa ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ja palaute ovat yksipuolisempia sekä subjektiivisia arvoja välittäviä (esim. mainonta).

Pietarinen (1991, 581–587) jakaa ihmisten luontosuhteet neljään tyyppiin: humanistiseen, mystiseen, utilistiseen ja naturalistiseen. Työssäni tarkastelen vain kahta ensimmäistä. Utilistinen asenne näkee luonnon korkeaa teknologiaa hyväksikäyttävän harrastuksen (esim. ralli) ympäristönä; naturalistinen asenne asettaa liiankin jyrkkiä kieltoja luonnossa tapahtuvalle toiminnalle. Näitä asenteita ei oletettavasti löydy seikkailuaktiviteetteja harrastavien ihmisten joukosta.

### 6.2.1 Humanismi

Humanismi on ihmiskeskeinen asenne, jonka ihanteena on kehittää ihmisessä älyllistä aktiivisuutta, moraalista vahvuutta, kauneuden ymmärtämistä, ystävyyttä ja henkistä harmoniaa. Se merkitsee halua Sokrateen korostamien intellektuellien ja moraalisten ominaisuuksien vahvistamiseen luonnon avulla.

Humanismi luokittelee luonnon raa'aksi ja primitiiviseksi ympäristöksi, joka voi kuitenkin tarjota mahdollisuuden oppimiseen ja kasvamiseen. Jokaisella ihmisellä on oikeus käyttää luontoa tässä tarkoituksessa, mutta teknologian hyödyntäminen luontoympäristössä tulisi rajoittaa ainoastaan humanismin mukaisten tavoitteiden saavuttamisen välineiksi. Tällaista teknologian hyödyntämisen astetta nimitetään eettiseksi järkevyydeksi, jonka vastakohtana on liiallinen mukavuuden ja ylellisyyden tavoittelu. (Vuolle 1991, 583.)

Humanismi uskoo myönteiseen kehitykseen, vaikka aika ajoin ihmiskunta kohtaakin koettelemuksia. Yksi myönteisen kehityksen mahdollistamia seikkoja on itsehillintä, joka luetaan yhdeksi ihmisen hyveistä humanistisessa ajattelussa. Luontoa täytyisi hyödyntää resurssina ihmisten henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin takaamiseksi. Humanismi korostaa tämän lisäksi vastuuta luontoa kohtaan. Se merkitsee ihmisen ja luonnon harmoniaa, jonka toivotaan leviävän koko yhteiskuntaan. (Vuolle 1991, 583–584.)

Humanistinen luontosuhde pitää fyysisiä aktiviteetteja tärkeinä välineinä työssä ihmisen kehittämiseksi. Twight ja Martin (1999, 223) eivät näekään esimerkiksi pelkällä mekaanisella vuorikiipeilyyn liittyvällä suorituksella olevan lainkaan arvoa. Fyysinen toiminta saavuttaa merkityksensä vasta yksilön sitoutuessa siihen motiivinsa voimalla saavuttaakseen tavoitteensa ja kehittyäkseen ihmisenä. Vuorikiipeilijä Walter Bonatti muotoili aikoinaan ajatuksen ytimen seuraavasti. Sanoillaan hän osui syvälle humanistisen luontosuhteen ytimeen. "The value of the high mountains is that of the men who measure themselves against them: otherwise they are no more than heaps of stone" (Twight & Martin 1999, 223).

## 6.2.2 Mystisismi

Mystisistinen ajattelu liittää ihmisen täydellisesti osaksi suurempaa ja vahvempaa luontoa. Tällainen ajattelu johtaa ajan ja tilan hämärtymiseen. Tilalle saadaan kokemus jonkin voittamattoman, ikuisen ja pyhän läsnäolosta. (Vuolle 1991, 584.)

Mystisismi näkee luonnon henkisenä ja ylimaallisena kokonaisuutena. Sen mukaan teknologia on haitallista. Teknologia sekä vahingoittaa luonnon henkisyttä että estää ihmistä kokemasta luontoa täydellisesti. (Vuolle 1991, 585.)

Vuolle (1991, 585) näkee mystisismiin arvokkaana ajatuksena yksilölle, mutta samalla kumoaa sen mahdollisuuden yhteiskunnallisessa mittakaavassa. Hänen mukaansa mystisismiin edustajatkään tuskin haluavat yhteiskunnan palaavan primitiiviseen aikaan. Kyse on pikemminkin henkilökohtaisesta asenteesta.

Mystisismiin sopivia harrastuksia kuvaa keskittyminen, rauhallisuus ja herkkyyt. Seikkailuaktiviteettien yhteydessä mystisismi tuntuisi liittyvän vain tiettyyn toiminnan vaiheeseen. Toiset hetket vaativat voimakasta ponnistelua ja keskittymistä motorisiin suorituksiin, toiset taas tarjoavat tilaisuuden pohdintaan ja ympäristön ihmettelyyn. Ja mikä osoittaisikaan seikkailijalle paremmin ihmisen roolin osana suurta luontoa kuin myrskytuulet, joita hän kuuntelee teltassaan ja toivoo niiden laantuvan aamuun mennessä?

The rhythm of movements. A relaxation of flow of the inner essence, continuity of being, moving through any movement, harmony. I run up the mountain. I flow down the mountain. In time with the movement. In pace with the universe. Watching from inside out. Unity with all. (Progen 1979, 240.)

## 7 TUTKIMUS OMAEHTOISEN SEIKKAILUN MOTIIVEISTA

### 7.1 Tutkimusongelma ja hypoteesit

Varto (1992, 27) esittää tutkijan aihettaan kohtaan tunteman mielenkiinnon olevan olennainen osa jokaista alkavaa tutkimusprosessia. Mielenkiinnon lähde voi olla hänen mukaansa ulkoinen tai sisäinen. Mielenkiinto ei tässä yhteydessä tarkoita tavanomaista uteliaisuutta, vaan tutkimuksellista kiinnostusta, jota voi kuvata termillä intressi. Omassa intressissäni yhdistyivät niin Varton mainitsema tutkimuksellinen mielenkiinto kuin aito omakohtainen uteliaisuuskin.

Tutkimukseni aiheen valinta perustui harrastuksiini. Olen aina ollut yleisesti harrastunut luontoliikuntaan. Harrastan aktiivisesti mm. maastajuoksua ja -hiihtoa, telemarkia sekä kiipeilyä ja vaeltamista. Vielä hyvin alussa olevan vuorikiipeilytaustani kautta olen myös kokenut ymmärtäväni ihmisiä, jotka sitoutuvat erittäin vaativiin ja korkean riskitason omaaviin nousuihin. Vaikka olen tiennyt syyt heidän toimintaansa vaistomaisesti, halusin pystyä todella ymmärtämään näitä motiiveja – ja siten myös itseäni. Seikkailuaktiviteetit ja luontoliikunta ovat aina olleet minulle enemmän kuin fyysinen suoritus. Ne ovat tapa toteuttaa ja kehittää itseäni. Siksi päätin tutkia seikkailua.

Asettamassani tutkimusongelmassa oli kaksi ulottuvuutta. Ensimmäinen liittyi haluuni saada vastaus kysymykseen miksi. Miksi ihminen vapaaehtoisesti altistaa itsensä fyysiselle ja psyykkiselle rasitukselle sekä todellisille vaaroille? Uskoin vastauksen liittyvän ihmisen perusolemukseen. Tämä oli tutkimusongelmani toinen ulottuvuus. Tutkimukseni avulla toivoin myös ymmärtäväni jotain ihmisen perusluonteesta. Millä perusteilla hän valitsee toimintansa? Mikä motivoi häntä?

Tämän ajatusketjun perusteella asetin tutkimusongelmakseni kysymyksen seikkailuun kohdistuvasta motiivijärjestelmästä. *Mitkä tekijät motivoivat ihmistä osallistumaan omaehtoiseen seikkailuun?*

Seikkailu tulee ymmärtää tutkimukseni yhteydessä kappaleessa 4.1 esittämäni Priestin (1990, 115) määritelmän mukaisesti. Samassa kappaleessa esille tulleet Cavénin (1992b, 62) ja Bowlesin (1995) määritelmät tukevat Priestiä sekä antavat lukijalle arvokasta apua seikkailun luonteen ymmärtämiseksi.



Tutkimuksessani korostui seikkailun ja riskin läheinen suhde (ks. kpl. 4.1.3). Seikkailussa hyväksyttävän riskin pohtiminen olikin yksi tutkimukseni keskeisimpiä osia. Itse asiassa uskoin tutkimusongelmani vastauksen liittyvän osaltaan juuri tämän riskin elementin ympärille. Toisaalta myös seikkailun omaehtoisuus ja sen asema vapaa-ajan harrastuksena antoivat motiivien pohdinnalle oman värinsä. Tutkimukseni päähypoteesin mukaisesti päättelin, että *omaehtoisesti valittu seikkailu nostaa ihmisen elämän laatua*.

Elämän laadun kohoaminen tarkoittaa työssäni yksilön havaintoa omien toimien ja kokemusten aiempaa suuremmasta merkityksellisyydestä, toisin sanoen kasvavaa myönteistä tunnetta itsensä toteuttamisesta sisäisesti motivoivan toiminnan kautta. Elämän laatu tulee siis ymmärtää yksilön kognitiiviseksi havainnoksi hänen oman elämismaailmansa mielekkyydestä.

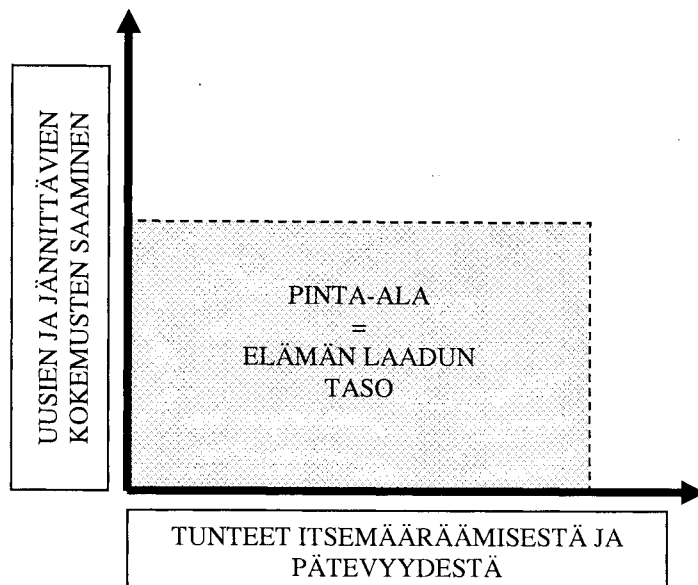
Elämän laadun kohoamisen uskoin toteutuvan seuraavien alahypoteesien mukaisten olettamusten täytyessä:

- *Aidossa luontoympäristössä tapahtuva seikkailuaktiviteetti vastaa ihmisen tarpeisiin kokea itsemääräämistä ja pätevyyttä* (1. alahypoteesi).
- *Uusiin jännittäviin kokemuksiin hakeutuminen aidossa luontoympäristössä tyydyttää fyysisellä ja psyykkisellä tasolla ilmenevää elämishakuisuutta* (2. alahypoteesi).

Elämän laadun kohoaminen on mahdollista ainoastaan ihmisen ollessa sisäisesti motivoitunut sitoutumaansa toimintaan. Sisäinen motivaatio perustuu itsemääräämisen ja pätevyyden tunteiden kokemiseen riittävän haasteellisessa toiminnassa. (ks. 1. alahypoteesi.)

Jokainen ihminen on myös tietyssä määrin elämishakuinen. Elämishakuisuus perustuu uusien ja jännittävien kokemusten tarpeeseen aivojen optimaalisen aktivaatiotason turvaamiseksi. Aktivaatiotason laskiessa ihminen ei koe elävänsä tyydyttävällä tavalla. Seikkailulliset kokemukset vastaavat elämishakuisuuden tarpeeseen ja nostavat siten osaltaan elämän laatua. (ks. 2. alahypoteesi.)

*Kuvio 2* havainnollistaa alahypoteesien suhdetta päähypoteesiin, toisin sanoen elämishakuisuuden tyydyttämisen sekä itsemääräämisen ja pätevyyden tunteiden kokemisen vaikutuksia havaintoon elämän laadusta.



KUVIO 2. Elämishakuisuuden tyydyttämisen sekä itsemääräämisen ja pätevyiden tunteiden kokemisen vaikutukset havaintoon elämän laadusta

## 7.2 Tutkimuskohteena ihminen

Tutkimuskohteenani oli ihmisen motiivijärjestelmä omaehtoista seikkailua kohtaan. Kohteen olemus asetti työlleni tiettyjä erityisvaatimuksia. Mm. Hirsjärvi ja Hurme (2000, 16–19) ovat eritelleet näitä ihmistutkimuksen lähtökohtia. Tärkeimmiksi huomioitaviksi piirteiksi oman tutkimukseni kannalta erottuivat seuraavat piirteet.

Ihminen ei ainoastaan reagoi passiivisesti, vaan on luonteeltaan aktiivinen. Hänen monimuotoiset, kompleksiset toimensa ja intentionsa heijastavat ympäröivää todellisuutta. Todellisuus ei ole kuitenkaan ihmiselle absoluuttinen arvo, vaan se perustuu hänen subjektiivisiin, aiemman kokemustaustan pohjalta tehtyihin tulkintoihin. Tutkittaessa tällaista kohdetta ei voida nojautua kovin pitkälle ulotettuun rationalisointiin. Liialliset yleistykset menettävät helposti otteensa ihmisen perusluonteesta. Tästä syystä valitsin työssäni kvalitatiivisen tutkimusstrategian, joka pyrkii tarkastelemaan kohdettaan, todellista ja moninaista elämää, mahdollisimman kokonaisvaltaisesti, ihmistutkimuksen ankaruuden vaatimus huomioiden (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 160–168; ks. myös Varto 1992, 14). Valinnalla toivoin edistäväni seikkailijoiden näkökulman ymmärtämistä, mikä oli perustavanlaatuisin

vaatimus tarkasteltaessa humaanin toiminnan motiiveja ja motiivien laatuja. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 152.)

Tutkimukseni vaatimus seikkailijan subjektiivisen näkökulman ymmärtämiseksi tiivistyy tajunnan ominaisuudessa. Tajunta on ominaisuus, joka Hirsjärven ja Hurmeen (2000, 23) mukaan mahdollistaa kokemukseen perustuvan käyttäytymisen säätelyn sekä uusien päämäärien luonnin ja tulevaisuuden hahmottamisen. Ainoastaan sallimalla kokemusten tulkinta ja kontekstuaalisuuden huomioiminen haastattelun molemmille osapuolille oli mahdollista saavuttaa riittävä ymmärrys vastapuolen ajattelusta.

Ihmistä tutkittaessa oli lisäksi huomioitava hänen koko elämismaailmansa. Elämismaailma tarkoittaa sellaista mielekästä kokonaisuutta, jossa ihmistä yleensä voidaan tarkastella. Koska laadullinen tutkimus näkee elämismaailman vain ihmisen toiminnan tuloksina syntyneiden merkitysten kautta, se itse asiassa tutkii maailmaa puhtaasti humaanin toiminnan ilmentymänä. (Varto 1992, 23.) Tämä lähtökohta sopi erityisen hyvin tavoitteeseeni ymmärtää ihmisen toimintaa maailmassa, joka arvottaa määrittelijästä riippuen tietyn harrastuksen miksi tahansa sulasta hulluudesta puhtaaseen nautintoon.

### 7.2.1 Fenomenografia

Suorittamaani tutkimusta ei voida puhtaasti liittää mihinkään yksittäiseen laadulliseen tutkimustyyppiin. Työstäni on kuitenkin löydettävissä monia *fenomenografisen* tutkimuksen piirteitä. Fenomenografisen tutkimuksen kohteiksi mainitaan yksilöiden tavat kokea maailmansa ilmiöitä. Kuinka ympäröivän todellisuuden ilmiöt (mm. seikkailu) rakentuvat ihmisen tietoisuudessa? Haastattelu, jossa haastateltava pyrkii herättämään vastapuoleltaan uudenlaista tietoisuutta käsiteltävästä ilmiöstä, on fenomenografisen aineiston yleisin hankintamenetelmä. Analyysivaiheessa tutkijalla on valmiina selkeä kuva tutkimuksen tarkoituksesta ja tuloksista, mutta prosessin edetessä hänen mielensä on avoin oppimiselle ja uudelle ainekselle. Fenomenografiaa ovat käsitelleet mm. Hirsjärvi ja Hurme (2000, 168–169) sekä Syrjälä ym. (1994, 113–160).

### 7.2.2 Teemahaastattelu tiedonkeruumenetelmänä

Jos haluan ymmärtää ihmisen toimintaa, miksi en antaisi hänen itse kertoa valintoihinsa vaikuttaneista tekijöistä? Miksi kahlitsisin hänen ajatuksensa ennalta pohtimilleni urille? Ymmärtääkseni ihmistä minun oli nähtävä hänet ainutkertaisena yksilönä ja päästävä lähemmäksi hänen kokemuksiaan. Minun tuli kuunnella hänen ajatuksiaan.

*Tutkimushaastattelu* on haastatteluun perustuvan tieteellisen tiedonkeruumenetelmän yleiskäsite. Tutkimushaastattelusta löydetään kolme erilaista alatyyppeä, joiden välinen jaottelu perustuu kysymysten muotoilun asteeseen. Lomakehaastattelu on ennalta täysin strukturoitu haastattelu. Toista ääripäätä edustaa strukturoimaton haastattelu, jonka päämäärä on saada haastateltava rekonstruoimaan tutkimuksen kohteena olevaa aluetta omien kokemustensa perusteella. Halutessani sekä tukea haastateltavieni omaa tulkintaa että varmistaa välttämättömiksi katsomieni teema-alueiden käsittelyn valitsin tiedonkeruumenetelmäksi puolistrukturoidun *teemahaastattelun*. (Hirsjärvi & Hurme 1985, 24–29; 2000, 43–46.)

Teemahaastattelu perustuu kohdennettuun haastatteluun (focused interview). Vaikka sille ei olekaan tarkkaa määritelmää, teemahaastattelu täyttää puolistrukturoidun haastattelun määritelmän aina toisen haastattelutilanteen perustekijän (kysymys, vastaus) ollessa muodoltaan avoin (Merton, Fiske & Kendall 1956, 15–16).

Merton ym. (1956, 12) nostavat kohdennetun haastattelun yhteydessä esille neljä keskeistä ominaisuutta (ks. myös Hirsjärvi & Hurme 1985, 36):

- Laajuus: haastateltavien tulisi saada esittää vastauksissaan kaikki haluamansa näkökohdat.
- Spesifisyys: haastateltavissa heränneiden reaktioiden tulisi olla mahdollisimman tarkkoja suhteessa kyseiseen ärsykkeeseen.
- Syvyys: haastattelun tulisi auttaa haastateltavia kuvaamaan affektiivisia, kognitiivisia ja evaluatiivisia merkityksiä ko. kontekstista.
- Henkilökohtainen konteksti: haastattelussa tulee ottaa huomioon haastateltavien aiemmat kokemukset, mitkä saattavat vaikuttaa annettaviin vastauksiin.

Mertonin ym. (1956) mallin pohjalta kehitetty teemahaastattelu ei vaadi kokeellisesti aikaansaattua yhteistä kokemusta, mikä osaltaan mahdollisti tämän metodin käytön tutkimuksessani. Teemahaastattelulla voidaan tutkia kaikkia yksilön

kokemuksia, ajatuksia, uskomuksia ja tunteita. Teemahaastattelun eduksi on laskettava myös se, että huomio voidaan kohdistaa olennaiseen eli keskustelun etenemiseen tiettyjen teemojen varassa, mikä osoittautui tärkeäksi pyrittäessä ymmärtämään haastateltavan subjektiivisia tulkintoja. Ominaisuuksiltaan teemahaastattelu on lähempänä strukturoimatonta haastattelua kuin strukturoitua, koska se sallii haastateltavan suhteellisen vapaan roolin omien kokemusten tulkinnassa. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 43–46.)

Tutkimukseni teemahaastattelut suoritettiin loka- ja marraskuussa 2001.

### 7.3 Haastattelun teemarakenne ja sisältö

Haastatteluiden sisällön suunnittelussa pääpaino oli olennaisten teema-alueiden kartoittamisessa ja teemoja kohti vievän lähestymistavan määrittelyssä. Tärkeää oli luottaa myös haastateltavien aktiivisuuteen. Halusin antaa heille esille tuomani teeman sisällä suhteellisen vapaan roolin, jotta erityisesti yksilölliset painotukset käsiteltävän asian merkityksistä tulisivat mahdollisimman selkeästi esille. Esitin tarkemmin kohdistettuja kysymyksiä vasta halutessani tarkentaa jonkin tietyn vastauksen yhteyttä tutkimuksessani esiintyviin olettamuksiini.

Huolellisesta valmistautumisesta huolimatta pidin mahdollisena ennustaa täydellisesti tutkimusjoukon jäsenten yksilöllisten painotusten vaatimia teema-alueita. Tässäkin tapauksessa katsoin parhaaksi tarjota haastateltavilleni tilaisuutta nostaa esille heidän tärkeiksi kokemansa, käsittelyn ulkopuolelle jääneet asiat. Menetelmällä oli kuitenkin rajoituksensa. Ihmisen on vaikeaa tunnistaa spontaanisti elämismaailmansa ilmiöitä niiden todellisessa roolissaan ilman ulkopuolista apua tai haastattelutilanteeseen sopimatonta pohdinta-aikaa (Varto 1992, 39).

Ennalta valitsemieni teema-alueiden sisällä päätin toteuttaa suppilotekniikkaa, joka etenee yleisemmän tason kuvailusta syvemmälle spesifimpään ainekseen. Varsinkin spesifimmän aineksen käsittelyssä halusin jälleen antaa tilaa haastateltavieni omalle aktiivisuudelle.

Teemahaastattelun sisällön suunnittelussa Hirsjärvi ja Hurme (2000, 66) nostavat esille ongelman tutkimukselle asetettujen hypoteesien käsittelystä. Ongelmallisena piirteenä he pitävät tutkimuskohteen kompleksisuutta. Etenkin käsiteltäessä ihmisen intentionaalista toimintaa, argumentointia tai arvomaailmaa on

gyrkien hypoteesien asettaminen kyseenalaista. Tämän en kuitenkaan katsonut muodostavan ongelmaa työlleni, koska hypoteesini saivat tukea aiemmista, luotettavista tutkimuksista (Deci & Ryan 1985, Zuckerman 1979). Lisäksi olin pikemminkin kiinnostunut tutkittavan ilmiön perusluonteesta ja ominaisuuksista sekä mahdollisesti uusien hypoteesien löytämisestä kuin pelkästä asetettamiini hypoteesien testaamisesta ja todistamisesta. Näiden tavoitteiden mukainen analyysi osoittautui seikkailun syvemmän ymmärtämisen kannalta antoisaksi prosessiksi.

Haastattelun teemarungon kokosin Telaman (1992, 61–67; ks. myös 1991, 607–615) luontoliikunnan motivaatiota käsittelevän artikkelin avulla. Uskoin tämän lähestymistavan kokoavan yhteen seikkailuaktiviteetin kontekstin kannalta kaikki ensiarvoisen tärkeät teemat, sillä seikkailuaktiviteetin sisältämien harrastusten perusominaisuudet (ideologia, rakenne, olemus) ovat identtiset verrattuna luontoliikunnan alaisiin aktiviteetteihin. Haastattelun varsinainen teemarunko on *Liite 1*. *Liite 2* kuvailee pääpiirteissään haastatteluiden etenemisen mukaista teemajärjestystä. Jokainen haastattelu oli tietenkin täysin oma kokonaisuutensa.

Teemahaastattelussani oli kolme pääaluetta (ks. Liite 1). Ensimmäiseksi kartoitin tarpeellisia taustatietoja haastateltavistani. Tämän jälkeen teemat voitiin karkeasti jakaa liittyviksi joko ympäristön ominaisuuksiin tai ympäristön mahdollistaman toiminnan luonteeseen. Vaikka näitä kahta tekijää ei seikkailuaktiviteetin yhteydessä olekaan mahdollista erottaa toisistaan, pyrin silti tutkimuksen selkeyden kannalta keskittämään huomioni pääpainon kysymysten asetteluun avulla yhteen kategoriaan kerrallaan.

#### 7.4 Analyysin vaiheet

Hirsjärvi ja Hurme (2000, 136; ks. myös Kvale 1996) muistuttavat tutkijaa analyysimenetelmän pohtimisen tärkeydestä jo aineistoa kerätessä. Tietoisuus käytettävästä metodista ohjaa tutkijaa sellaisen aineiston kokoamiseen, jonka käsittely olisi mielekäästä tutkimuksen tarkoitusta vastaavalla analyysimetodilla. Oman tutkimukseni kohdalla tämä toteutui haastattelussa esiintyvien ilmiöiden toistuvuuden havainnointina ja arviointina. Tekemiini huomioiden ohjaamat jatkokysymykset johdattivat keskustelua sellaisiinkin aiheisiin, joita en ollut erityisesti huomionnut haastattelun teemoja etsiessäni.

Varsinaisen analyysin lähtökohta tutkimuksessani oli litteroitu tutkimusaineisto. Tarkoitukseni oli luottaa analyysissä hyvin pitkälti omaan intuitiooni. Tämä ei kuitenkaan tarkoittanut uhkaa tutkimuksen objektiivisuudelle, koska oman kokemustaustani mukaista päättelyä tuki työn perustana olevan teoriataustan hallinta. Analyysini sisälsi runsaasti varsinkin laadulliselle tutkimukselle ominaista merkitysten tulkintaa (Hirsjärvi & Hurme 2000, 137). Spekulaatiivisen tulkinnan tavoitteena oli mahdollistaa haastattelussa lausutun tekstin takana olevien piirteiden löytäminen.

Tulkinta ei ollut luonteeltaan rajoittamatonta, vaan näkökulmani oli sidottu hypoteesien mukaiseen ajatusmalliin. Analyysini kulkikin abduktiivisen päättelyn kautta, jonka lähtökohdan mukaisesti mielessäni oli valmiina tiettyjä teoreettisia johtideoita, joiden uskoin myös löytyvän aineistosta tulkintojen avulla (Hirsjärvi & Hurme 2000, 136). Pidin kuitenkin tärkeänä myös joustavuuden säilyttämistä. Analyysin edetessä oli tarpeellista pystyä omaksumaan teoreettisiin lähtökohtiin uusiakin piirteitä aineiston niin vaatiessa (ks. kpl. 7.2.1).

Analyysin ensimmäinen vaihe käsitti useita tutkimusaineiston lukukertoja. Tarkoituksena oli kerätyn materiaalin hahmottaminen kokonaisuutena. Jokainen lukukerta toi mukanaan uusia mielenkiintoisia havaintoja, jotka olivat luonteeltaan joko hypoteesieni mukaisia, vastaisia tai täysin uusia. Tärkein tulos tässä vaiheessa oli kuitenkin käsitys niistä sisällöistä, jotka esiintyivät tutkimusaineistossa.

Metodini seurasi laadullisen analyysin perusrakennetta. Prosessi käynnistyi analyysivaiheella (suppea merkitys, ks. Hirsjärvi & Hurme 2000, 143), jossa aineistokokonaisuus jaetaan luokkiin. Toinen vaihe koostui puolestaan synteesisistä, jossa luokat yhdistetään uudelleen kokonaisuudeksi tulkinnan avulla (Hirsjärvi & Hurme 2000, 145).

*Taulukossa 1* olen esittänyt tutkimusaineistosta nousseet 12 ns. *todellista teemaa*. Tämä oli (suppeasti määritellyn) analyysin edistynein vaihe. Aineisto oli jaettu pienimpiin mahdollisiin, järkeviin teemoihin. Todelliset teemat, jotka nousivat suoraan vastausten sisällöistä, olivat tiettyyn rajaan asti ennustettavissa teoriaosan ohjaaman, ennalta suunnitellun haastattelurakenteen vuoksi.

Taulukossa on esitetty myös kunkin todellisen teeman sisältäneiden vastausrivien lukumäärä litteroidussa haastattelussa. Teemojen esiintymistiheydet kertovat haastatteluiden painopiste-eroista. Eniten käsitellyssä olleet teemat

osoittautuivatkin tutkimustulosten pohdinnassa yleensä varsin tärkeiksi tekijöiksi haastateltavan motiivijärjestelmässä.

Vastausrivi merkitsee haastateltavan yhtä kokonaista puheenvuoroa. Taulukkoa tutkittaessa on huomioitava, että yksi vastausrivi saattoi sisältää aineksia useammasta teemasta, toisin sanoen todellisia teemoja sisältävien rivien summa esimerkiksi haastateltava 1:n kohdalla on enemmän kuin koko haastattelun rivimäärä 121.

TAULUKKO 1. Tutkimusaineistossa esiintyvät todelliset teemat

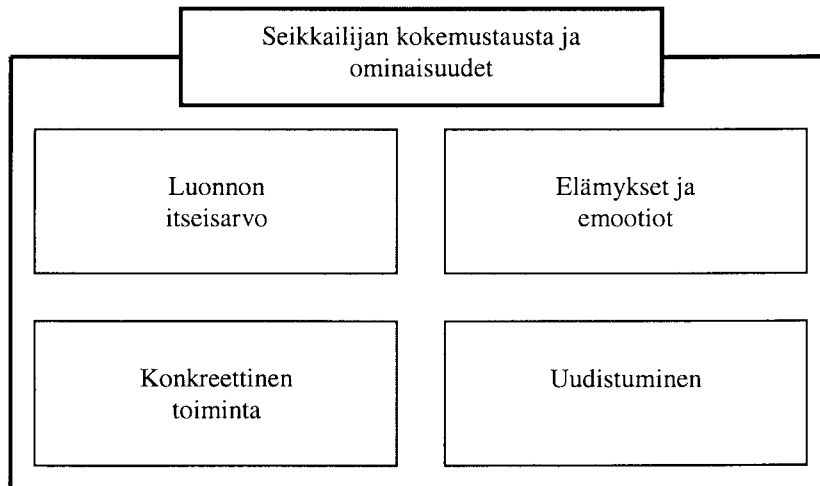
Nro.	Todelliset teemat	Todellisia teemoja sisältäneiden rivien lukumäärä litteroidussa haastattelussa		
		Haastateltavat:		
		1	2	3
1	Taustatiedot	3	5	2
2	Harrastustavoitteet	7	1	9
3	Aito luontoympäristö	7	12	18
4	Luontosuhde	13	4	10
5	Haasteet	21	9	28
6	Fyysinen aktiivisuus	12	8	5
7	Riskit	16	13	34
8	Toiminnan kontrolli	25	7	37
9	Autonomia luonnossa	12	8	9
10	Sosiaaliset suhteet	15	3	7
11	Uudistuminen	10	7	12
12	Seikkailuaktiviteetit	18	10	24
		Haastattelun kokonaisrivimäärä:		
		121	73	152

Todellisten teemojen pohjalta alkoi analyysini ensimmäinen todella luovaa ajattelua vaativa vaihe. Tässä vaiheessa etsin merkkejä eri teemoja yhdistävistä tekijöistä. Tämä 12 teemaan jakautunut aineisto yhdistyi uudelleen synteessin kautta 5 pääluokan alaisuuteen. Pääluokat ovat peräisin haastattelun teemarungosta.

Ensimmäinen pääluokka oli puhtaasti haastateltavien kokemustaustan ja harrastusten lähtökohtien kuvaamiseen tarkoitettu *tausta* (ks. Kuvio 3). Loput luokat



hahmottuivat Telaman (1992, 61–67) luontoliikunnan motivaatiota käsittelevän artikkelin rakenteen mukaisesti. Vaikka sama artikkeli oli toiminut haastattelurungon perustana, en kuitenkaan pitänyt etukäteen selvänä, että analyysivaiheen jaottelu tulisi välttämättä noudattamaan samaa kaavaa. Tämä ratkaisu kuitenkin osoittautui selkeimmäksi. Neljän jälkimmäisen pääluokan tarkastelulla havaitsin pystyväni sekä kuvailemaan hypoteesejani että vastaamaan pääosin asettamaani tutkimusongelmaan. Nämä luokat ovat *luonnon itseisarvo*, *elämykset ja emootiot*, *konkreettinen toiminta* sekä *uudistuminen*. Kuvio 3 esittää niiden aseman seikkailijan motiivijärjestelmän osina. Harrastajan ominaisuudet yhdessä hänen aiemman kokemustaustansa kanssa ovat myös vaikuttavia tekijöitä tehtäessä päätöstä seikkailuun sitoutumisesta.



KUVIO 3. Seikkailijan motiivijärjestelmän osat

Analyysini oli pääluokkien muodostumisen vaiheessa itseään korjaava. Synteesin ensimmäinen vaihe ei tarkoittanut haastattelussa tietyn teeman alla esiintyneen vastauksen luokittamista suoraviivaisesti vastaavan luokan alaisuuteen. Analyysissä luokittelun määräävänä tekijänä pidin sisältöä. Tämä tarkoitti siis todellisten teemojen merkityksen säilymistä oikeassa yhteydessään synteesivaiheen läpi aina tulkintoihin saakka.

Pääluokat tulevat työssäni esille tutkimustulosten kuvailussa (ks. kpl 8–8.5). Tulosten kuvailua pidetään aiheellisesti itse analyysin perustana (Hirsjärvi & Hurme 2000, 145–146). Tulosten kattavalla, mutta silti tarkasti valikoidulla kuvailulla pyrkimyksenäni oli selvittää lukijalle haastateltavien elämismaailmaa ja ajatuksia mahdollisimman lähellä vastauksiin liittyvien harrastusten kontekstia, koska uskoin

heidän motiivijärjestelmissään olevan selkeitä eroja jo pelkästään eri aktiviteettien tarjoamien erilaisten toimintamahdollisuuksien vuoksi. Ilman tällaista pohjatietoa myöhemmin esitettyjen tulkintojen ymmärtäminen olisi mahdotonta.

Lisäksi tavoitteenani oli pystyä ns. vahvaan kuvaukseen, jonka mm. Geertz (1973) määrittelee tutkittavan ilmiön luonteen perinpohjaiseksi kuvaukseksi. Tutkimustulosten kuvailussa pyrin tuomaan haastateltavien vastauksissa esille puhtaan faktatiedon ohella myös heidän ajatuksiaan kuvailevia piirteitä. Vahvan kuvauksen katsoin edistävän haastateltavieni intentioiden ymmärtämistä erityisesti lausutun tekstin takana olevien rakenteiden osalta.

Perusteena Telaman (1992) mukaiselle jaottelulle pääluokkien kohdalla oli toisaalta tutkimustulosten kuvailun mielekkyys. Tällöin aineisto jaottui haastattelunrunгон mukaisiin teemoihin, joiden sisällöt oli kuitenkin tarkistettu todellisten teemojen avulla. Toisaalta taas Telaman malli oli myös turvallinen valinta analyysin pohjaksi. Hänen käsittelemänsä luontoliikunta on lähtökohdiltaan hyvin pitkälti yhtenevää toimintaa seikkailuaktiviteettien kanssa. Periaatteellinen mutta silti merkittävä ero esiintyi ainoastaan seikkailussa kohdattavien haasteiden ja riskien vahvempana roolina. Tästä syystä oletin myös toimintaan hakeutumisen motiivien olevan molemmissa pitkälti samankaltaiset. Hahmottelemalla seikkailuaktiviteettien motiivijärjestelmää luontoliikunnan esimerkin mukaisesti varmistin luotettavan pohjan spesifimmälle tarkastelulle.

Hirsjärvi ja Hurme (2000, 150) muistuttavat luokkien kuvauksen asteelle jääneen tutkimuksen olevan luonteeltaan latteaa ja "hengetön". Yhä pidemmälle viedyn synteessin avulla pyrinkin tarkastelemaan löytämiäni tuloksia suhteessa asetettuihin hypoteeseihin. Tämä ei tarkoittanut ainoastaan hypoteesien mekaanista testausta, vaan paljon laajempaa ajatustyötä. Tässä vaiheessa tarkastelin aineistoa sekä henkilökohtaisen kokemuksen että teoriaosan herättämien ajatusten avulla. Päämääränä oli ymmärtää kohdeilmiötä monipuolisesti. Halusin sijoittaa aineiston oikeaan teoreettiseen yhteyteen, vaikka koin tärkeäksi myös säilyttää laadullisen tutkijan herkän, tulkitsevan otteen. Prosessi perustuikin viime kädessä tulkintoihin, joita tein haastateltavien omista tulkinnoista. Sisäkkäisten tulkintojen esiintyminen on tyypillistä laadulliselle analyysille (Hirsjärvi & Hurme 2000, 151).

Tutkimustulosten tarkastelu suhteessa asetettuihin hypoteeseihin ja tutkimusongelmaan oli työssäni synteessin edistynein vaihe. Tutkimustulosten tarkastelu käsittää kappaleet 9.1–9.4.

## 7.5 Seikkailijat

Tutkimusjoukkoni koostui kolmesta suomalaisesta seikkailijasta. Valintavaiheessa olin asettanut etsimilleni henkilöille seuraavat kriteerit:

- 1 Tutkimusjoukon jäsenen tuli harrastaa ainakin yhtä seikkailuaktiviteettia ilmiharrastuksen (ks. kpl. 2.3) tasolla.
- 2 Lisäksi oli toivottavaa, että henkilö olisi yleisesti harrastunut (ks. kpl. 2.2) luontoliikuntaan ja seikkailuaktiviteetteihin.

Harrastamisen tuli olla vapaa-ajan toimintaa, joka liittyi elannon hankkimisen sijaan itsessään palkitseviin kokemuksiin. Sen tuli myös kohdentua suhteellisen tarkasti tiettyihin lajeihin sekä olla melko aktiivista ja säännöllistä. Aktiivisuudelle ei ollut mahdollista asettaa tarkkaa vaatimusta termin laaja-alaisen määritelmän vuoksi (Metsämuuronen 1995, 19).

Riittävän korkeasta aktiivisuuden tasosta kertoi varsin hyvin henkilön yleinen harrastuneisuus luontoliikuntaan ja seikkailuaktiviteetteihin. Harrastuneisuus viestitti mielestäni harrastuksen vahvasta asemasta osana yksilön omaa maailmankuvaa (Metsämuuronen 1995, 21). Kaikki tutkimusjoukkoni jäsenet täyttivät harrastuneisuuden ehdot selkeästi ainakin seikkailuaktiviteettien kohdalla.

Tutkimusjoukkoa kootessani etsin henkilöitä, joiden lähtökohdat harrastuksiinsa olivat mahdollisimman erilaiset. *Liite 3* kertoo tiivistetyssä muodossa tutkimusjoukon jäsenien perustiedot.

Variaatiot tutkimusjoukon jäsenten harrastusluettelossa olivat kaikesta huolimatta varsin vähäisiä. Tämä johtui pitkälti harrastusympäristön vertikaalisesta elementistä, joka sekä mahdollistaa että vaatii tiettyjen toimien yhdistämistä. Vuorikiipeilijä voi halutessaan laskea suksilla alas kiipeämältään huipulta; extreme-hiihtäjän on yleensä hallittava vuorikiipeilyä saavuttaakseen tavoittelemansa laskureitin lähtöpisteen.

Vuorikiipeilijä ei voi rajata harrastuksestaan pois jotakin tiettyä kiipeilyn alalajia. On tietysti mahdollista valita noustavaksi vain puhtaita kallio- tai jääreittejä, mutta yleisesti vuorikiipeily sulkee alleen kaikki vuoriston elementit (kallio, lumi, jää) sekä niihin liittyvät tekniikat (kallio-, tekninen-, lumi-, jääkiipeily). Vuoristoreitin nouseminen yleensä vaatii jokaisen osa-alueen taitojen yhdistämistä. Kiipeilyyn, joka yhdistää nämä mainitsemani osa-alueet sekä kattaa vielä tavallisen vuoristossa tapahtuvan vaeltamisenkin, olen tutkimuksessani viitannut termillä

*mountaineering*. Suomalainen vastine *vuorikiipeily* on liian yksipuolinen tässä yhteydessä.

Mountaineering viittasi työssäni niin vuorikiipeilyyn, vuoristovaellukseen kuin kaikkiin vuorikiipeilyn osa-alueisiin itsenäisinäkin harrastuksina. Koska termi ei esittänyt vaatimuksia harrastusten tapahtumapaikoille, saatoinkin tarkastella sen alla yhtä hyvin vuoristossa tapahtuneita aktiviteetteja kuin jääputouskiipeilyä Kuusamossa. Termin käyttöä tuki myös se, että vain paria poikkeusta lukuun ottamatta koko tutkimusaineiston sisältö viittasi juuri kaikkia kiipeilytekniikoita yhdistävään, vuorilla tapahtuvaan *mountaineeringiin*. Keskustelun ohjautumisen vuoristo-olosuhteisiin aiheutti varmasti vaatimukseni seikkailukokemusten ympäristön aidosta luonnontilasta. On silti tärkeää muistaa, että jokainen tutkimusjoukon jäsen ilmoitti harrastavansa kaikkia kiipeilyn eri muotoja myös itsenäisinä harrastuksina.

Jos *mountaineering*-termin kattamaan toimintaan lisätään ehto suksien tai lumilaudan käytöstä pääasiallisena etenemis- tai laskeutumisvälineenä, on tutkimuksessani viitattu tällaiseen harrastukseen termillä *ski-mountaineering*.

Liitteen 3 viimeisenä sarakkeena oleva aika, joka käytetään harrastuksiin vuodessa, on ymmärrettävä varsin suhteellisenä arvona. Jokainen haastateltava ilmoitti esitetyn luvun aikana, jossa oli huomioitu harrastusten vaatimassa matkustamisessa kuluva aika. Jokainen haastateltava huomautti lisäksi, että todellinen ajan käyttö saattaa olla ilmoitettua suurempi. Esitetyissä luvuissa ei esimerkiksi ole mukana kotimaassa tapahtuvan harjoittelun viemä aika. Luvussa ei ole myöskään huomioitu seikkaa, että harrastustoiminnan jälkeen jäljelle jäävä aika käytetään pitkälti seuraavan reissun mahdollistamiseksi. Tämä aika käsittää esimerkiksi varainhankintaa, suunnittelua, sponsoreiden tapaamista sekä luonnollisesti myös sosiaalisten suhteiden ylläpitoa läheisiin ihmisiin.

Taulukossa ei ilmoitettu haastateltavien harrastuskokemusta, jota olisi vaikea määritellä mielekkäällä tavalla. Mikä lasketaan kuuluvaksi esimerkiksi *ski-mountaineeringia* harrastavan henkilön harrastuskokemukseen? Lajia harrastetaan lähes poikkeuksetta hoidettujen rinteiden ulkopuolella, mutta taitoja hankitaan ja hiotaan hiihtokeskuksissa. Karkeasti arvioiden haastateltavien harrastusaika voitiin määritellä seuraavasti: haastateltava 1: 2 vuotta, haastateltava 2: 10 vuotta, haastateltava 3: 20–35 vuotta. Ajat eivät ole keskenään täysin vertailukelpoisia.

Esimerkiksi haastateltava 1:n harrastusaika on ollut koko ajan hyvin aktiivista, kun taas haastateltava 3:n aktiivisuus oli uran alkuaikoina varsin satunnaista.

Haastateltavat 1 ja 2 omasivat hyvin samanlaisen ammattitaustan. Molemmat olivat opiskelleet yliopistossa, mutta tutkimusaineistoa kerätessä työskentelivät rahoittaakseen harrastustensa. Freelance-toimittajan työt (ks. Liite 3) käsittävät artikkeleiden kirjoittamista harrastusjulkaisuihin. Toimitussihteerin ja -johtajan virat liittyvät internetissä julkaistavaan seikkailuaiheiseen verkkopalveluun.

Ammattitaustaa tarkasteltaessa haastateltava 3 erosi selkeästi kahdesta edellisestä. Hänen siviiliammattinsa ei liittynyt lainkaan valittuihin harrastuksiin, mikä heijastui vastauksissa työ- ja vapaa-ajan vahvana vertailuna ja vastakkainasetteluna. Työtehtäviin liittyviä ajatuksia leimasi velvollisuudentunne ja pakonomaisuus, kun taas harrastuksiin liittyi selkeä sisäinen motivaatio. Haastateltavilla 1 ja 2 ei esiintynyt vastaavaa pohdintaa.

## 8 TUTKIMUSTULOSTEN KUVAILU

Tässä kappaleessa olen kuvaillut tutkimukseni tuloksia. Olen pyrkinyt esittämään tässä sekä tutkimusongelman että siihen liittyvien hypoteesien kannalta huomionarvoisia vastauksia. Tutkimusongelmaan ja hypoteeseihin liittyvän materiaalin lisäksi olen nostanut esille myös aineistoa, joka kuvaa tutkimusjoukon jäsenten luonnetta, elämismaailmaa, arvoja ja ajattelua. Seikkailuun kohdistuva motiivijärjestelmä on inhimillinen ja kompleksinen ilmiö, jota ei voitaisikaan tarkastella laadullisen tutkimuksen vaatimusten mukaisesti ilman sen täyttä luonnollista kontekstia. Tutkimuskohteet on liitettävä kaikkiin niiden ympäristön merkityksiin (Varto 2000, 108).

Haastateltavien vastauksissa kaksi peräkkäistä ajatusviivaa (– –) merkitsee poisjättöä; kolme pistettä (...) merkitsee (ajatus)taukoa.

## 8.1 Tausta

Ilmiharrastusten viriämisprosessissa on usein taustalla harrastuneisuus suurempaa harrastusaluetta kohtaan (Metsämuuronen 1995, 34–38). Tämä lähtökohta näytti nousevan esille etenkin haastateltavien 1 ja 3 kohdalla. Haastateltava 2 puolestaan mainitsi toisen, aiemmin virinneen ilmiharrastuksen vaatimukset perusteina uuden lajin valitsemiselle. On toki muistettava, että myös hänen kohdallaan saattoi taustalla olla samanlainen harrastuneisuus kuten muillakin haastateltavilla.

*1: – – mä oon naksahnut näihin ulkoilmajuttuihin. Et se on mun elämässä se ykkönen. – – se, et mä käyn tekemässä reissuja, kiipeen vuorilla tai jotain muuta, mut se et saa olla ulkona ja on mitä tehdä.*

*2: Mun päälaji on lumilautailu ja laskeminen ylipäänsä – – ja sitte kaikennäköistä kiipeilyä – – mä harrastan sitä [kiipeilyä] sen takia, et tulee monesti mentyä laskemaan semmisiin paikkoihin, missä kiipeilytaidot on tarpeellisia.*

*3: Mä vaan ajauduin. Ei se tapahtunut yhtäkkiä – –. Jonkun lajin seurauksena tullut aina toinen laji.*

Harrastamisen päämäärä on yksilön omien tarpeiden tyydyttäminen ja motiivien realisoiminen (Metsämuuronen 1995, 36). Harrastamisen peruste voi olla myös yksinkertaisesti toiminnasta saatava nautinto (Csikszentmihalyi 1979, 3–6).

Tarpeiden energisoima ja suuntaama harrastustoiminta on erinomainen esimerkki omaehtoisesta toiminnasta, jonka tärkein tunnusmerkki on harrastajan mielenkiinto toimintaa kohtaan.

*1: Mulla on sellanen olo, että tänne [luontoon] mä kuulun ja täällä mun on hyvä olla – – Mä pystyn tekemään ja mä tiedän mitä mä teen ja mulla on kaverit, joista mä tiedän, mitä ne on. – – Tääl [kaupungissa] on olo, et mä en kuulu tänne... näitten ihmisten joukkoon.*

*2: – – hauskanpidosta on kysymys. Et laskeminen on kivaa ja siitä saa hyviä fiiliksiä. – – toisinaan taas ei hirveesti tunnu miltään, et sitä vaan lähtee tekemään – – ei sen*

*mun mielestä tarvi olla hauskaa. Mä niinkun vaan lasken, koska mä lasken..., eikä siinä sen kummempaa*

*3: – – [Harrastaminen] avartaa mun elämäni – –. mä vaan odotan, että pääsisin kiipeilemään tai laskettelemaan. – – Kun tulee tällöinen [viesti], mikä koskee kiipeilyprojekteja ja vastaavia, niin tavallaan rupee elämään uudestaan... Pulssi varmaan nousee sataan.*

Harrastusten luonnetta ja ominaisuuksia tulkittiin vaihtelevasti. Haastateltavat 1 ja 3 painottivat toiminnan roolia subjektiivisista lähtökohdistaan kokemusten tarjoajana; haastateltava 2 tarkasteli harrastuksiensa olemusta objektiivisesti. Kyseiset erot vastaustyyliissä säilyivät jossain määrin läpi haastatteluiden.

*1: Ne on vapauttavia! – – vauhtia ja vapauden tunnetta. Sulla ei oo rajoituksia. – – Sä voit valita..., et rajat tulee omissa kyvyissä. – – Mä pyrin joka päivä tekemään jotai..., koska se on, että mä saan nollattua itteni.*

*2: [Kiipeilyssä ja laskemisessa] ollaan tekemisissä vertikaalisen elementin kanssa. Nehän on aika pitkälti vastakkaisia. Laskeminen vie alas ja kiivetessä mennään ylös. Mut henkiseltä puolelta ne on hyvin samanlaisia – – joutuu henkisesti valmistautumaan... ja minkälaista se keskittymine on.*

*3: Haastavina. [Harrastukset] on just semmonen, mikä pistää sielun elämään... Ja se on yks syy, minkä takia mä tykkään tehdä tätä hommaa. Ottaa ne haasteet vastaan.*

Omia tavoitteitaan seikkailuaktiiviteeteissa haastateltavat kuvasivat seuraavasti.

*1: – – oppia mahdollisimman paljon ja niinku tulla parhaaks maholliseks, mitä mun taidoilla ja kyvyillä pystyy. – – Elää sillee, et mä tunnen, että mä teen oikein ja toteutan itteeni.*

2: *En mä oo oikeastaan asettanut mitään tavoitteita... lukuun ottamatta niitä, että haluaa käydä jossain laskemassa. – – Jokainen lasku on yhtä tärkeä, et ei sillä oo mitään väliä, et saavuttaako jonkun maalin joskus.*

3: *Mä sanon unelmia. Ja mä pyrin toteuttamaan ne unelmat. – – Et aina niinku vaikeempia ja korkeampia. – – Ja mä haluaisin, että vapaalasku, mitä mä teen, niin et mä nautin siitä paljon. Se [suoritus] on hyvin äkkiä ohi. – – että sä nautit jokaisesta sekunnista, minkä sä teet sitä. Kokeminen on kaikkein tärkein.*

## 8.2 Luonnon itseisarvo

Luonnossa saadut myönteiset kokemukset herättävät todellista mielenkiintoa ympäristöön. Tällöin ihminen havaitsee aiempaa herkemmin luonnon piirteitä ja tulee siten tietoiseksi rakentamattoman ympäristön arvosta (Hakonen 1995, 228).

Tutkimuksessani varsinkin haastateltavat 1 ja 2 korostivat ihmisen roolia osana ympäröivää luontoa. Haastateltava 3:n vastauksissa luonto sai seikkailijan vastustajan osan.

1: *Reissussa sä oot suoraan siinä kaikissa elementeissä. Sulla on niinku maata siinä, sulla on niinku happee, jota sä hengität, sun vesi tulee lumesta. Sä oot todella lähellä niitä. – – Ihmisen on hyvä olla vuorilla. Se on niinku kaiken sen keskipisteessä. – – Mulle tärkein asia on se luonto ja mä nautin ihan siitä, että mä pääsen ulos.*

2: *Jos rupee kamppailemaan jotain [luontoa] vastaan, niin ollaan pahasti hakoteillä. – – Mun mielestä kamppailla voi ainoastaan sellasia asioita vastaan, jotka suuntaa toimintaa ulospäin. Tietysti voi tulla huono keli, mutta eihän sinne huipulle voi päästä ilman vuorta. Että turha yrittää kiivetä, jos ei ole mitään mihin astua. – – Se auttaa sua pääsemään sinne ylös.*

3: *Mä haluan kokea sen [luonnon] vastustajana. Kuitenkin sellasena vastustajana, että sä tiedät ihan varmaan, että sä häviät siinä. Sun täytyy olla sellanen nöyrä vastustaja luonnolle. – – Sitä on kunnioitettava.*



Yksilön luontosuhteen tärkeimpiä osatekijöitä ovat omakohtaiset tiedot ympäristöstä ja aiemmin koetut luontokokemukset. Myös fyysisellä toiminnalla voi olla tärkeä rooli luontosuhteen muodostumisessa. (Vuolle 1991, 598.)

Luontosuhteen muodostumisessa on huomioitava sekä yksilön että ympäristön ominaisuudet. Aidossa luontoympäristössähän painottuu suhteen muodostamisen osalta yksilön aktiivisuus, koska ympäristö ei sisällä subjektiivista informaatiota tai valmiita ajatusmalleja. Haastateltavien 1 ja 3 luontosuhteissa tulivat esille oletetusti humanistiset ainekset. Luonto tarjoaa heille mahdollisuuksia oppimiseen ja kasvamiseen. Haastateltava 2 ei esittänyt vastaavia huomioita.

*1: Mä en tiedä, et miten se [luonto] sen tekee, mut siellä niinku kasvaa henkisesti kyllä... Sellanen niinku kykeneminen. Et sä pystyt tekemään jotain. Sä oot ehkä ylittänyt ittes. – – Sit fyysisellä tasolla just se, että voi tehdä sitä mitä tykkää. Se tarjoaa sen, että sä pystyt oppimaan – – itsestä, toisista..., siitä luonnosta.*

*3: Luonnolla on kahdenlaista annettavaa. Sen pitää olla tällanen... raju. Mitä pahempi myrsky, sen parempi. Se viehättää mua. Siinä huomaa ittensä tosi pieneks. Se on hyvä kouluttaja. Et se kouluttaa siis positiivisesti... ja negatiivisessa mielessä. Ja kasvattaa... – – Että mä niinku nautin siitä myrskyssä olemisesta.*

Haastateltavien 1 ja 2 kokemuksista erottui mystisistisen luontosuhteen aineksia, jotka liittyvät kokemukseen, että ihminen on osa itseään suurempaa ja vahvempaa kokonaisuutta. Haastateltava 3 ei ilmoittanut kokeneensa vastaavaa.

Mystisistinen luontosuhde merkitsee hyvin henkilökohtaista tunnetta, joka liittyy ihmisen ja luonnon saumattomaan kohtaamiseen. Haastateltavat eivät kokeneet ajatusta tällaisten tuntemusten selittämisestä mielekkäänä – tai aina edes mahdollisena. Toisaalta oli myös oletettavaa, että kyseisiä kokemuksia ei voisi ymmärtääkään ilman tilanteen täyttä kontekstia (Jackson 1999, 159–160).

*1: Luonto herättää mussa todella vahvoja tunteita! Jotain rakastamisen tunnetta tai jotain semmosta... Et tulee vaan niinku todella hyvä mieli, semmosta iloo ja intoo. – – Kyl mä aika monestikin olen kokenut semmosta [mystistä]. Sitä kaikkea ei oikein voi pukea sanoiksi, et sinne pitää viedä se ihminen.*

2: – – ehkä jotain niin sanottuja kokemuksia on ollutkin. – – Kyllä sitä on päässä niksahdellut ja naksahdellut... Mut niitä on tosi vaikee ruveta erittelemään. Ne on vaan asioita, joita ei voi käsitteillä kuvata. Selityshän on vaan selitys. Eikä se tunnu kovin mieluisalta ajatukselta, vaikka se ei ehkä olis siitä jutusta itsestään pois mitään. – – mutta en mä näe estettä miks niitä ei voisi kokea vaikka Uudenmaankadulla Helsingissä... Ei se oo mun mielestä mitenkään paikkaan ja tekemiseen sidottu millään lailla.

### 8.3 Elämykset ja emootiot seikkailuaktiviteeteissa

Aidolla luontoympäristöllä on vahva emotionaalinen lataus, joka perustuu luonnon itseisarvoon ja esteettisyyteen (Vuolle 1991, 599–600). Arvioidessaan harrastusympäristönsä luonnonvaraisia maisemia haastateltavat arvostivat puhtaasti esteettisten ominaisuuksien lisäksi luonnon herättämiä tunteita ja elämyksiä.

1: Se on tosi kaunista. Sinne pitää mennä. – – Vuoret on hyvännäköisiä ja siellä on kauas kantavaa... Kauas näköalaa ja kauniita värejä. – – saattaa olla myrskyä, joka on todella upeeta ja sitte saattaa olla kauniita aurinkoisia päiviä, jotka on upeita.

2: Tietysti se vuoristolla oleva esteettinen puoli on tosi tärkeä useimmille ihmisille, jotka näitä hommia harrastaa... Et ne paikat on kauniita ja suhteellisen koskemattomia – – täysin puhtaasti luonnontilassa olevia paikkoja on hankala [löytää]. Tosi tärkeä aspekti se luonnon koskemattomuus ja kauneus.

3: – – ruska-aikaan, komeet kelit, pieni pakkasyö. Lappiin liittyy se esteettinen puoli... Mä nautin siitä rauhasta ja komeesta maisemasta. Ja hiljaisuus... Siellä on hyvää aikaa rauhottua. – – Komeet revontulet, pakkanen... Nämä elementit pitää olla. Mitä kovempi pakkasen niin tietysti aina parempi.

Seikkailuaktiviteettien luonteen vuoksi ympäristön esteettisyyden yhdistyy usein toimijan fyysisen aktiivisuuden tuottamat kehon psykofysiologiset muutokset. On mahdotonta päätellä aukottomasti kokemuksen laatua, josta olisi pystytty eliminoimaan toinen osapuoli pois. Seuraavat lainaukset pyrkivät kuitenkin

havainnollistamaan tätä eroa. Ensin haastateltavat käsittelivät suhdettaan yleisesti fyysisiin aktiviteetteihin, minkä jälkeen he toisissa kommentteissaan kuvailivat luonnossa tapahtuvaa seikkailuaktiviteettia psykofyysisenä kokonaisuutena.

*1: Joo, ehkä se [fyysinen toiminta] on itseilmaisua... Tuntuu, et mun keho ja mut on tehty liikkumaan ja tekemään ja siitä mä tykkään ja siitä mulle tulee hyvä olo.*

*2: On se mun mielestä tosi tärkeätä... Kyl se ihminen on kuitenkin, miten sen nyt sanois, ensisijaisesti fyysinen olento. Ruumis on olemassa ja sitä on kiva käyttää, kun semmonen nyt on.*

*3: En mä nää mitään mieltä siinä, että mennään bussilla hissien viereen, kävellään pari metriä ja hissi vie ylös. Mä haluan nähdä vaivaa sen homman suorittamiseen. mitä vaikeemman työn takana se saavuttaminen on, sitä paremmalta se tuntuu.*

*1: Sehän se just on, että missä on. – – Jos aattelee, et olis vaikka kuntosalilla. Teet yhtä rankan päivän siellä [kuin luonnossa]. Ei kukaan viittis tehdä sitä. Et se kauneus niinku ympärillä vie ajatukses, kaiken... Et se on syy, miks sä liikut ja jaksat.*

*2: – – jos on hienot olosuhteet... satanut paljon lunta ja muuta... toi pehmeen lumen laskeminenhan se kaikkei hauskinta on... Se vain on todella hauskaa! Usein tekis vaan mieli kiljua riemusta ja ilosta... Joskus jopa niin on tehnytkin. – – mikä niistä tekee hyviä laskuja on tapauskohtaista sekkin – – klassinen lasku tai yksinkertaisesti hienon näkönen vuorensinä.*

*3: Ei ole mahdollista kokea samalla tavalla [ilman luontoympäristöä]. – – Mulle tulee aina se fiilinki, että... ei jumalauta tää..., et se on varmaan sama tunne, kun jokin uskovainen tulee näihin transseihin ja rupee puhumaan kielillä. Sä tunnet sitä onnistumisen riemua, että tää... onnistuu tää lasku. Et siinä on kaikki... varpaatkin mukana siinä laskussa.*

Haastateltavien 1 ja 2 vastaukset olivat melko yhteneviä. Molemmat korostivat ihmistä fyysisesti toimivana olentona ja toivat esille myös luontoympäristön ominaisuudet tärkeänä osana kokonaista kokemusta. Haastateltava

3:n vastaus oli vaikeammin tulkittavissa. Ympäristön ominaisuudet tuntuivat silti antavan myös hänen toiminnalleen merkityksen – idean. Toisaalta on huomattava, että haastateltava 2:n ja 3:n jälkimmäiset kommentit saattavat sisältää pelkän ympäristön pohdinnan lisäksi myös aineksia optimaalisista kokemuksista.

Seikkailu on joka tapauksessa kompleksinen ilmiö, jonka kokemiseen vaikuttavat monet tekijät: kaunis ja merkittävä ympäristö, täydellistä ja kokonaisvaltaista sitoutumista vaativa fyysinen ongelmanratkaisutehtävä sekä toimijan henkilökohtaiset ominaisuudet.

*1: Sä oot liikkunut, tietenkkin tulee endorfiineja, ja se tuo sulle hyvää oloa. Sä saatat olla just tehnyt raskaan työn... Kiipeilyssähän vaaditaan voimaa, motoriikkaa, tämmöst venyvyyttä. Siinä vaaditaan päätä. Sä ratkaset ongelmia. Et sä oot niinku pystynyt tekee sen, mitä pitää tehdä... ja sit sä oot siinä ja keittelet kuumaa vettä. Siinä on se tunne. Se on niinku valtava ja se tulee siitä kaikesta.*

*2: Joskus on ollut vaan semmosta täysin yhdentekevää itse asiassa, että onks sen laskenut nyt vai ei... Ehkä se myöskin on tietyllä tavalla kivaa, että sen on laskenut, mutta ei sillä sinänsä ole mitään merkitystä sitte... Ja sit joskus on vaan todella hauskaa. Kyl ne tuntemukset on ihan erilaisia. Riippuu aina en tiedä mistä.*

Haastateltava 1 kuvasi seikkailun kokonaisvaltaiseksi kokonaisuudeksi. Hänen seikkailunsa on sekä keholla että tunteella koettava tapahtuma. Haastateltava 2 puolestaan näki aidossa luontoympäristössä tapahtuvan seikkailun hyvin eri tavalla. Hänen näkökulmansa on melko vieras perinteiseen seikkailuun osallistuvalla henkilölle korostaessaan seikkailun perusolemukseen kuuluvan psyykkisen prosessin sijaan lumilautailua puhtaasti itseisarvona.

#### 8.4 Konkreettinen toiminta seikkailuaktiiviteeteissa

Halu kohdata fyysisiä ja psyykkisiä rajoja venyttävä ongelma on inhimillinen perusominaisuus (Quinn 1990, 145–148; Csikszentmihalyi 1990, 149–155). Seikkailuaktiiviteetit tarjoavat ihmisille mahdollisuuksia kohdata todellisia ja konkreettisia haasteita.

Kommentoidessaan suhdettaan haasteisiin tutkimusjoukon jäsenet esittivät hyvin erilaisia ajatuksia. Haasteltava 3:lle haaste on seikkailun ydin; haastateltava 1:lle sopiva lisämauste. Haastateltava 2 korosti tässäkin yhteydessä toiminnan itseisarvoa tietoisesta tavoitteellisuudesta sijaan.

*1: Haasteet on ihan kivoja. – – Jos on helppoo, niin ei saa välttämättä itseensä keskitettyä, mut sit jos tulee vaikeempi paikka nii sä uppoudut jonnekin muualle. Tulee sellanen erilainen tunne..., niinku hyvä olo. On mukavaa, et on vähän vaikeempaa välissä.*

*2: Mä en varsinaisesti usko mihinkään itseni ylittämiseen..., voittojen saavuttamiseen tai muuhun sellaiseen vuorten valloittamiseen. – – Haasteet ei oo mulle mitään kauheen tärkeitä, mut toisaalta opittavaa ja tekemistä riittää kyllä. Ja oppiminen on hyvin mukavaa. Ehkä sitä voi pitää haasteena?*

*3: Ottaa ne haasteet vastaan. – – Siihen mun harrastaminen rakentuu. Ja sit se, että haasteiden kautta sä pystyt siirtämään sun omia rajojas.*

Haasteen kohtaaminen on sisäisesti motivoivaa mahdollistaessaan erityisesti pätevyyden tunteen kokemisen (Deci & Ryan 1985, 32). Seikkailussa kohdatut haasteet toimivatkin sisäisen motivaation havaitsemisessa suurennuslasin tavoin. Yhdistettynä ympäristön tarjoamaan autonomiaan ja itsenäisyyteen ne auttavat seikkailijaa näkemään oman yksilöllisen toimintansa suoraviivaisen vaikutuksen toiminnan lopputulokseen.

Liian matalat haasteet eivät kuitenkaan voi tarjota palkitsevia tunteita pystymisestä. Haastateltava 1:n kuvaukseen oman optimaalisen haasteensa kohtaamisesta liittyivät flow-kokemukselle ominaiset tunteet sekä huomion että fyysisen kapasiteetin täydellisestä keskittämisestä käsillä olevaan toimintaan.

*1: Mä luulen, et siinä [optimaalisesti haasteellisessa tilanteessa] menee jonneki syvemmälle itteensä tai sillä lailla, et siin niinku kaikki muu maailma häviää, et aistit on niinku paljon valppaammat. Et sä oot paljon terävämpi ja sä huomaat asiat ja sä toimit paljon joustavammin ja paremmin.*

Haastateltava 2:n osalta optimaalisen haasteenoton kuvauksessa painottui toiminnan korkea automaation aste. Kuvauksen mukaan hän yksinkertaisesti lakkasi olemasta tietoinen itsestään toiminnasta erillisenä olentona. Mm. Robinson (1969, 6–8) on huomauttanut tällaisiin kokemuksiin usein liittyvän tunteen yksilön rajojen työntymisestä kauemmas. Toimija löytää itsestään jotain, mitä ei ole aiemmin tiennyt olevansa.

Haastateltava 3 puolestaan kuvasi optimaalisesti haasteellisen toiminnan arvoa itselleen korostamalla kokonaisvaltaisen ongelmanratkaisun täydellistä nautinnollisuutta.

*2: Jos katsoo taidenäyttelyssä jotain teosta, joka on mestarillinen, pääsee osalliseksi siitä loistavuudesta, mikä siihen liittyy. Se on vielä ihan eri asia, jos ite tekee semmosen jutun. Se on sitten vielä ihan toisella tasolla. Tekee vaan jotain sellasta, mitä periaatteessa ei pitäis osata, tai mikä ei olis mahdollista... Pystyy vaikka laskemaan niin jyrkän vuorensinän, että sitä ei ylipäänsä pitäis pystyä laskemaan. Tekee vaan jotain sellasta, että vois sanoa, että en minä tätä tehnyt, en mä osaa tollasta... Se vaan tapahtuu.*

*3: Se [optimaalinen haasteen kohtaaminen] on mulle just ihanne olotila. Se, että mä voin olla sellasessa olotilassa on se, miks mä hakeudun näihin hommiin... Tulee niin sanottu kruksi kohta, missä sun omat rajat on enää... rajoilla. Niin just se on se, missä sun pitää käyttää järkee, omaa fysiikkaa, tekniikkaa... Kaikki, mitä sä osaat.*

Optimaalisen haasteen kohtaaminen tarkoittaa liikkumista omien taitojen rajoilla, mikä vaatii tarkkaa arviota omasta todellisesta kompetenssista ja objektiivisista riskeistä. Kohtalainenkin virhemarginaali tässä yhteydessä altistaa seikkailijan liian suurille riskeille suhteessa omiin kykyihin. Haastateltavat 1 ja 2 suhtautuvat tietoiseen omien rajojen etsintään varsin negatiivisesti.

*1: En mä tiedä etsinkö mä rajojani. En mä tiedä miks mun pitäis... En mä oikein usko semmoseen. – – Ja mikä se raja on? Onko se, et sä elät ja sitte kuolet?*

*2: En mä niitä mitenkään etsi. Että joskus on tultu käytyä sen rajan lähellä, mitä osaat tehdä, mut ei se oo varsinaista etsimistä. Se on ihan tervettä tuntea ja tietää ne.*

– – *Ja sit vielä, ei niitä rajoja loppupelissä ole olemassa, että sehän riippuu kaikenlaisista tekijöistä. Ei se oo mikään absoluuttinen yhtälö.*

Haastateltava 3:lle seikkailut ovat juuri löytöretkiä omille oletetuille rajoille. Palkkioina uskaltautumisesta oman kompetenssin suhteen tuntemattomalle alueelle ovat hurmion tunteet omien rajojen laajentuessa ja jonkin kätketyn löytyessä (Bowles 1995, 78).

*3: Olen etsinyt ja koettanut rajojani. – – Aina haluaa siirtää rajoja enemmän ja enemmän. Mä koen onnistumisen riemua, että mä oon taas ylittänyt yhden rajan. – – Varmasti jossain tulee vastaan fyysinen tai henkinen raja, mitä ei sit pysty enää... Taidot ei riitä tai mitä tahansa. – – Se on tän homman suola, että sä elät omilla rajoillasi, mutta mä en puhu nyt mistään hengenvaarasta.*

Korkeita riskejä sisältävään seikkailuun liittyy usein kysymys toiminnan turvallisuudesta. Tämä termi on saanut tutkimuksessani kahdenlaisia merkityksiä. Toisaalta on käsitelty turvallisuutta perinteisesti fyysisiin riskeihin liittyen, toisaalta se on liittynyt myös yksilön persoonan turvallisuuteen.

Haastateltava 3 piti seikkailuaktiviteettien ympäristöä minäkäsityksen kannalta turvallisena paikkana Hänen mukaansa todellista persoonaa uhkaavaa ainesta ei luonnossa ole. Vaikka kommentissa korostuivat sosiaaliset tekijät, syvempi pohdinta paljastaa merkittävimmän tekijän olevan luonto ominaisuuksineen. Objektiiivisiä riskejä sisältävässä ympäristössä todelliset vaarat suuntautuivat minän ulkopuolelle; todelliset vaarat auttavat oikean arvojärjestyksen löytämisessä. Huomiota tukee haastateltava 1.

*3: Kyllä siinä on aikamoinen ero tulla tänne. Et se on monta kertaa – – vaikka täällä on perhe ja kaikkee, niin ei tavallaan viittis tulla, kun tää kulttuuriero on niin valtava. Pahinta on, kun lähtee mun ammattiin sitte parin päivän päästä. Niitä valittavia mummoja... – – Vuorilla joskus huudetaan toisille, mutta ei sillä oo mitään merkitystä. Täällä voi vastaavasti tapahtua mitä tahansa. Siinä on aika paljon eroja, että mikä toimii siellä huomattavasti paremmin.*

*1: – – [ihmiset], jotka on täällä... Niillä on hirvee ongelma joku todella vähäpätönen asia. Huomaa, et ku ihmiset elää pienissä ympyröissä, niin sitten on johonkin pakko käyttää sitä energiaansa... Kiukuttelee jostain turhanpäiväisestä.*

Persoonan turvallisuus perustuu luonnon ennustettavuuteen. Yhteiskunnalle ominaisia irrationaalisia aineksia ei luonnossa ole, vaan kaikki muutokset ympäristössä ovat pääteltävissä rationaalisesti. (Telama 1992, 66.) Tämä pätee myös seikkailijaa uhkaavien objektiivisten riskien havaitsemiseen. Periaatteessa kokenut, ympäristön tunteva henkilö pystyy toimimaan turvallisesti vaikeissakin olosuhteissa. Monet tekijät, kuten väsymys ja pelko kuitenkin heikentävät rationaalista päättelyä. Haastateltava 1 uskoi pystyvänsä kontrolloimaan omia toimiaan seikkailuaktiiviteeteissa.

*1: Kyl mä uskon, et voi saavuttaa täyden kontrollin omasta toiminnasta. Se..., että keskittyy riittävän hyvin. Että sulla on hakku varmasti, et se on siinä – – hyvin kiinni. Sitte toinen hakku.. Sä varmistat, että kaikki on hyvin. Sitte teet seuraavan muuvin.*

Haastateltavat 2 ja 3 olivat kriittisempiä tässä kysymyksessä. On huomattava, että he pohtivat seikkailuaktiiviteettien kokonaisuutta, jolloin on luonnollista tarkastella seikkailijan toimia luonnonvoimien rajoittamina. Haastateltava 1 keskittyi edellä pelkästään omien subjektiivisten toimien tarkasteluun. Ehkä vastausten lähtökohdista on löydettävissä asenne-eroja?

*2: Ei ole mahdollista [kontrolloida omaa suoritusta täydellisesti]. Kaikki tällaset harrastukset, missä ollaan tekemisissä luonnonvoimien kanssa on aina auttamatta vaarallisia. Sille ei yksinkertaisesti voi mitään. Se pitää vain hyväksyä.*

*3: Pitäis pystyä kontrolloimaan. – – se on sit eri juttu pystyykö. Ääri rajoilla kaikki, mitä sä et pysty kontrolloimaan, on vaaraks sulle... ja muille. – – Se, että sä pystyt kontrolloimaan riskejä, niin se antaa jotain. – – Eniten antaa se, kun se riski tulee odottamatta. Sun täytyy tehdä nopeat päätökset ja vastaamaan näin.*

Kontrollin ylläpitäminen on monessa suhteessa seikkailun tärkein osa. Se liittyy turvallisuuteen. Kontrolli tapahtumien kulusta merkitsee niin keskittymisen



säilyttämistä, kykyä hakeutua suojaan myrskyn alla kuin varmoja motorisia suorituksiakin. Kontrollin käsitteessä tiivistyvät mahdollisuudet itsemääräämisen ja pätevyyden kokemiseen. Seuraavat haastateltavien kommentit kuvasivat juuri tätä subjektiivisten toimien ja ajatusten tärkeyttä seikkailun onnistumiseksi.

*1: Henkisesti erittäin rankkaa. – – Vuoret vaatii nöyryyttä ja paljon malttia. Pitää tuntea itses. – – mut myöskin niiden muitten ihmisten tunteminen ja sitte tietenki tää ympäristön lukeminen. Osa lukea lunta, jäätä, niitä muotoja ja sit et miten sää muuttuu. – – Ja taito liikkua, mikä se elementti sitte onkaan. Ja myöskin on osattava toimia sillon, jos jotain sattuu. Et sä pystyt säilyttämään malttis.*

*2: Pitää olla sinut sen ympäristön kanssa, mitä aika harvat suomalaiset on. Jatkuvasti tarkkailee, mitä ympärillä tapahtuu, et onks olosuhteet suotuisat tähän hommaan. Jos ne ei siltä vaikuta, ni voi mennä tekemään muuta. Eihän siinä just muu vaikutakaan. Toimii näitten järkevien pelisääntöjen mukaan. Ehkä sitä vois sanoa riskien hallinnaksi, vaikka ei se oo hallintaa? Se on riskien ja vaarojen tiedostamista ja sen mukaisesti toimimista. – – epävarmuuden kanssa elämistä.*

*3: – – kunnialla loppuun saakka. Pelkkä huipulla käynti ei riitä. Huomio ei saa herpaantua. Pitää tulla hengissä takaisin kotiinkin. – – Ne vuoret [Himalaja] on niin äärettömän isot ja aggressiiviset.*

Kontrollin ylläpitäminen merkitsee korkeita riskejä sisältävässä toiminnassa joskus pelon ja paniikin hallitsemista. Haastateltavat arvostivat tätä ominaisuutta varauksetta. Tutkimuksen kannalta haastateltavien suhde pelkoon tarjosi materiaalia pohdinnoille elämyshakuisuudesta.

*1: Tietyllä lailla pelkää, mut pelkookin on monenlaista. Et se ei ois mitään hirveetä pelkoo, vaan tiedostaa, et pitää olla varovainen. – – olin tosi jäässä ja väsynyt, niinku et sitä vois ruveta [pelkäämään], mut mä keskityin siihen, mitä mä tein. Mä tiesin, että mä en voi ruveta pelkäämään. – – en anna sille ylivaltaa. Mä selvitän, miks mä pelkään, ja mitkä on todelliset vaarat. Mä en pelkää enää, kun mä oon siinä.*

2: *En oo lamaantunut, mutta on ollut lähellä pari kertaa. Et on joutunut kokoamaan itsensä. Sitä on vaikea selittää, mutta on pelottanut tosi paljon. Ei voi muuta, kun pelätä. – – onneks toi touhu on semmosta, että aina voi jäädä paikoilleen. – – Laskiessa ja kiivetessä aina voi tehdä jotain, millä turvaa selustansa. – – ihminen, joka ei pelkää on varmasti vaarallinen itselleen. Se [pelko] valmistaa suoritukseen, vaikka se voi estääkin toimintaa.*

3: *Pieni pelkohan on ihan terveellistä. Mutta, kun se pelko kasvaa... Mulle tulee, et mä meen lukkoon. En pysty välttämättä harkitsemaan. Mä en kuitenkaan mee paniikkiin semmosessa tilanteessa.*

Useiden lähteiden (mm. Progen 1979, Telama 1992) mukaan luonnon mahdollistama havainto toiminnan kontrollin siirtymisestä ihmiselle itselleen koetaan virkistävänä. Tarkasteltaessa oman toiminnan säätelyä vapauden merkityksessä tärkeimmiksi tekijöiksi seikkailuaktiviteetissa nousevat ulkopuolisen kontrollin puuttuminen ja mahdollisuus luonnolliseen elämänrytmiin. Nämä näkökulmat esiintyivät haastateltavien 1 ja 3 ajatuksissa. Haastateltava 2 puolestaan korosti hyvin erilaista kokemusta luonnon seikkailijalle tarjoamista mahdollisuuksista.

1: *Vapautta on, että – – pystyt oleen ja pärjäämään siellä yksin. Sä et periaatteessa tarvitse ketään. – – Aika vaan soljuu eteenpäin. Et on vaan aamu, on vaan ilta. – – Kaikki tapahtuu luonnollisesti. Jos pitää toimia, niin toimii. Jos ei pidä, niin on tekemättä. – – Siellä on etäisyyttä. Kukaan ei voi soittaa ja sanoa, et tee sitä tai tätä.*

2: *Vapaushan on vaan käsite. Yhtä hyvin vois sanoa olevansa laskiessa olosuhteiden vanki. Ei siitä lentoon lähdetä, vaikka kuinka tekis mieli. – – Mut mun mielestä ei oo mitenkään oleellista, että onko tässä touhussa vapaa vaiko eikö. – – Tietysti voin ajatella, että jätän vapaana miehenä sen lumimuurin tekemättä teltan ympärille, jolloin se kaatuu. – – että mä en ookaan vapaa jättämään sitä muuria rakentamatta, vaan mun on pakko rakentaa se..., ikään kuin jos mä haluan pysyä hengissä.*

3: *Aamulla lähetään auringonnousun aikaan, koska siihen aikaan elämä on näissä paikoissa parhaimmillaan. Ja monta kertaa nukkumaan auringon laskiessa. Eletään*

*niinku auringon rytmin mukaan. Ei tartte kelloo, eikä mitään muutakaan. – – Jos tulee oikein hieno paikka, missä on kiva olla, niin mä oon siinä vaikka viikon.*

Riskin elementti antaa merkityksen oman toiminnan kontrolloimiselle. Ilman sitä ei olisi olemassa seikkailua. Luonnon objektiiviset riskit luovat perustan subjektiivisesti asetetulle haasteelle. Tuskin kukaan haluaisi kiivetä vuorelle tai laskea koskea alas, jos se ei sisältäisi mahdollisuutta epäonnistua.

Haastateltavat hyväksyivät sekä riskien olemassaolon että niiden arvon harrastuksissaan. Heidän kuvauksissaan riskit määrittyivät kontrollin käsitteen avulla (ks. Bowles 1995, 76). Järkeviä riskejä pyritään välttelemisen sijaan hallitsemaan.

*1: Mä en ota turhia riskejä. [Sellaisia], että mun taidot eivät välttämättä riitä... Mä tiedän, et tää voi olla vähän vaarallista, et ehkä äiti ei ihan tykkäis... Mut jos must tuntuu, että mä pystyn hallitsemaan sen.*

*2: Ainahan laskemiseen pieni riski sisältyy. Eihän se missään nimessä ole turvallista. Mutta vaarallisiakin asioita voi tehdä turvallisesti. – – paikoissa, mitkä mä tunnen todella hyvin, mä oon mennyt täysin vapaaehtoisesti tietäen, että siellä lumivyöryriski on viisi [asteikolla 1–5]..., koska mä tiedän miten siellä voi toimia ja miten ne hommat pitää tehdä.*

*3: Sillä riskillä on iso merkitys tässä harrastuksessa. – – riskin ottaminen antaa uusia elämyksiä. – – Kun kiivetään paikkoihin, missä putoaminen voi päättyä kuolemaan, niin riskihän pyritään tekemään mahdollisimman pieneksi. – – mutta se riskin ottaminen on asia, mikä niinku antaa pontta koko tälle systeemille. Joo, kyllä sillä riskillä on arvoa itsessään.*

Riskit vaativat huomion täydellistä keskittämistä käsillä olevaan toimintaan edistäen samalla optimaalisen kokemuksen saavuttamista (Quin 1990, 145–148). Riskien kohtaaminen, flow-kokemus ja omien rajojen etsiminen kiehtovat ihmistä. Usein on epäilty seikkailijoiden mahdollista adrenaliiniaddiktiota. Haastateltavat eivät pitäneet tätä todennäköisenä omalla kohdallaan.

1: En hyväksy, et mä oisin adrenaliiniaddikti tai jotain... Mä nautin muustakin, kun että on pelkästään kovat paikat. – – Mä nautin et mä pääsen vaan ulos. Mun ei tarvi joka kerta kokeilla jotai kovaa juttua, et tulis se filis. Se on ihan kiva, et se tulee aina välillä... Mut se ei oo pääasia.

2: Kyllä mäkin tiedän, miten psyykkeeseen vaikuttaa se, että jatkuvasti on sellasen hormonivirran vallassa. Kyl siit varmasti on mahdollista tulla riippuvaiseksi. Mut mä en oo ihminen, joka helposti tulee riippuvaiseks mistään. – – ois kuitenkin aika yksoikonen tapa selittää tota koko touhua toi riippuvaiseks tuleminen. Mä en usko, että monikaan maailman huippukiipeilijöistä tai extreme-laskijoista on ollenkaan koukussa siihen..., koska mun mielestä se on hirveän vaarallista.

3: En mä usko, että oon riippuvainen riskeille, kyllä mä teen paljon asioita, joihin ei liity omasta mielestä riskiä. – – Mutta kyllä siinä aina haetaan edes hivenen sitä riskiä..., joka paikasta niinku koetetaan kepillä jäätä, että löytyskö tuolta sitä.

Tiedostaessaan riskin elementin olevan osa omaa harrastustansa seikkailija yleensä asettaa tietyt subjektiiviset rajat toiminnalleen. Tämä merkitsee mm. hyväksyttävän riskin tason määrittelyä.

1: Hyväksyttävä riski on semmonen, josta voi selviytyä. – – Jos on sellanen tilanne, et sun on tietty riski otettava, et sä pääset siitä olosuhteesta pois, niin sillohan se on hyväksyttävä riski. Mutta mä en mielestäni hyväksy kovinkaan suuria riskejä.– – Toisaalta taidostahan se riippuu.

2: Haaverit, jotka paranee muutaman viikon sisällä [ovat hyväksyttäviä]. – – Et jos joku luu murtuu, niin yleensä sitä on vain tyytyväinen, ettei käynyt pahemmin.

3: Liian suuri riski olis vakava loukkaantuminen. Joku luun murtuma ei oo vakavaa. Mutta se, että sun mahdollisuudet – – harrastaa tätä lajia loppuu sen loukkaantumisen myötä.

Aito luontoympäristö tarjoaa toimintamahdollisuuksia myös pakenemis- ja eristäytymismahdollisuuksien muodossa. Nämä liittyvät usein pienen ihmisryhmän erottumiseen muusta yhteiskunnasta omaksi intiimiksi yhteisökseen.

Haastateltavat korostivat kanssaihminen tärkeää roolia osana seikkailun kokemusta. Toisaalta usein jo lajien luonne vaatii ryhmän yhteistoimintaa esimerkiksi turvallisuuden varmistamiseksi. Varmasti juuri tästä syystä kommentteissa tuli esille mainintoja yksilöiden välisestä kunnioituksesta ja luottamuksesta.

*1: Siellä ne asiat tapahtuu ihan luonnollisesti. Jos joku tarvii omalle ittelleen aikaa, niin sille ei mennä puhumaan. Siellä ollaan välillä tosi ärtysiä eikä sitte puhuta sanaakaan. – – Se sitte on niinku kemiaa, miten mikäkin ryhmä toimii, vaikka oiskin samassa pinteessä.*

*2: Mä en koe sitä [yksin harrastamista] niin antoisaksi, kun kavereiden kanssa. Ja yksin on hieman vaarallisempaa liikkua, jos käy jotain. Ei ole sellasta turvaa toisesta ihmisestä. – – Ne suhteet menee sillee joko tai... Tullaa pois ylimpinä ystävinä tai sitte ei enää niin hyvinä kavereina, kun sinne mentiin. Se johtuu varmaan siitä, että joissain tilanteissa pitää luottaa toiseen... Jos se osoittautuu sen luottamuksen arvoiseksi, niin se vahvistaa sitä sidettä tosi paljon.*

*3: Retkikunnissa pitää aina ottaa toiset huomioon. On pakko aatella toisia. Jos sä huomaat, että sä et itse pysty, niin sun täytyy pystyä auttamaan muita, et ne pääsee huipulle... – – Siinä tulee omat rutiininsa. Ei tarvi käskee. Kaikki menee automaattisesti. Se on niin täydellinen tiimi. Sinne lähtee samanhenkistä porukkaa. – – Porukka, jonka kanssa mä kiipeen niin luottamus on täydellinen.*

Erityisen vahvat kokemukset saattavat merkitä yksilön differentioitumista muista ihmisistä entistä ainutkertaisemmaksi yksilöksi. Samalla on mahdollista myös integroitua ajatusten ja tunteiden tasolla muihin samankaltaisia kokemuksia omaaviin ihmisiin. (Csikszentmihalyi 1990, 41.)

*1: Nyt jälkikäteen on tajunnut, että niissä [muut seikkailijat] on niitä vähän vähemmän ystäviä ja enemmän ystäviä. Riippuu ihmisestä ihan. – – [henkilö], joka*

*oli reissussa... Sen huomasi, että meillä homma toimi. Molemmilla oli samanlainen tyyli tehdä. Me tajuttiin, että me liikuttiin ja tehtiin asiat yhdessä.*

*2: Ystävyyssuhteet, mitkä on päässyt kehittymään, on tosi voimakkaita. Vastaavia suhteita ei kauheen usein kehity ilman semmosia kokemuksia. Mä en oo käynyt armeijaa, mut – – voisinkin kuvitella, et se on jotain samaa. Mut tämä meidän touhuan on enemmän vapaaehtoselta pohjalta kun pakosta. Et se varmaan kehity eri lailla. Et mulle ne ystävät, mitä on tullu niin on todella tärkeä juttu.*

*3: Mä oon saanut hyviä kavereita – – ympäri maailmaa. Se sosiaalinen kanssakäyminen siellä eri maitten ihmisten kanssa – – , kun mennään elämään perusleiriin, niin se on tavallaan oma maailma, mikä sulla siellä on. Se on yks kiipeilyn hienoimpia puolia tää perusleirielämä. Eletään ankeissa olosuhteissa. Kaikilla samat probleemat ja olosuhteet. Kaikki on niinku samalla viivalla.*

Haasteellisessa toiminnassa syntynyt luottamus voi olla vahvojen, yhteisten kokemusten ohella toinen tekijä, joka muokkaa seikkailuaktiviteeteissa syntyneiden suhteiden laatua. Haastateltava 3:n mukaan yksilöt tavallaan sosiaalistuvat ryhmänsä kulttuuriin yhteisten kokemusten kautta. Haastateltava 1 muistutti myös pakollisesta henkilökemiasta.

## 8.5 Uudistuminen

Pohdittaessa luonnon ja seikkailuaktiviteettien uudistavia ja virkistäviä vaikutuksia haastatteluissa käsiteltiin ihmisenä kehittymisen ympärille liittyviä kysymyksiä. Haastateltavien ajatuksissa oli jälleen vahvoja yksilöllisiä eroja. Haastateltavat 1 ja 3 olivat kokeneet seikkailut kasvattaviksi tapahtumiksi; haastateltava 2 ei halunnut liittää seikkailukokemusten ja kehittymisen välille suoraviivaista kausaalisuhdetta.

*1: Kyl must tuntuu, et reissut kasvattaa hirveesti. – – Yks tärkeimpiä asioita, mitä mä oon oppinut on se, et turha murehtia etukäteen. Sä voit tehdä kaiken, mitä sä voit tehdä etukäteen, mut on turhaa enää murehtia sitä, miten siellä käy. Et, kun se tilanne tulee päälle, niin yleensä aina löytyy joku ratkasu.*

2: *Monethan ajattelee, että siitä ois hyötyä [arkielämään], mut mä en oo vielä... Tietysti vois aatella, että ehkä stressinsietokyky on parempi, mut siitä mä en oo kyllä ihan varma. Noikin menee niin tapauskohtaisesti. On taas hankala sanoa, että minkä verran ne johtuu tästä harrastamisesta ja minkä verran muista tekijöistä. Mut varmaankin tää on muuttanut mua.*

3: *On ne harrastukset kyl muuttaneet mua. Ne on opettaneet ainakin sen, että meillä on tässä yks elämä ja sitä ei pidä jättää elämättä. – – Mä oon kasvanut siinä mielessä, että mä en näe tätä maailmaa täällä enää pelkästään laput silmillä..., vaan mä näen sen värikuvina täysin. Oon oppinut kulkemaan mieli avoinna. – – Tällanen luonnon kunnioittaminen on kasvanut vielä enemmän, kun noita [onnettomuuksia] on tapahtunut.*

Seikkailun on todettu muokkaavan tehokkaasti mm. osallistujan minäkäsitystä (Ewert 1988). Suorituskykynsä ääri rajoilla käynyt henkilö tulisi tämän ajatuksen mukaan aiempaa tietoisemmaksi omasta realistisesta kapasiteetistaan. Ainoastaan haastateltava 1 yhtyi tähän näkemykseen. Vastauksia tulkittaessa oli kuitenkin huomioitava seikka, että minäkäsityksen pohtiminen ei kuulu jokaisen seikkailijan tapoihin. Tämä ei kuitenkaan välttämättä merkitse, että kehitystä ei kokemusten myötä olisi tapahtunut.

Minäkäsityksen kehittymisen pohdinta haastattelutilanteessa saattoi olla termien valinnan vuoksi luotettavuudeltaan heikkoa. Esimerkiksi haastateltava 3 ei uskonut tässä yhteydessä minäkäsityksensä kehittyneen, vaikka mainitsi toisaalla seikkailut kasvattaviksi ja kouluttaviksi kokemuksiksi. Kasvattavaan kokemukseen ei tietenkään välttämättä tarvitse liittyä minäkäsityksen kehitystä, mutta tässä yhteydessä on myös mahdollista, että yleiskieleen kuulumaton termi minäkäsitys johti väärinkäsitykseen.

1: *Mä uskon, et [käsitys itsestä] on muuttunut aika paljonki. Sillai, et tietää, mihin pystyy. Ja mä uskon, et joku semmonen – – minäkuva on paljon parempi. Käsittää, mikä on asema muitten ihmisten joukossa tai jotain.*

3: *En ole koskaan miettinyt [minäkäsityksen muuttumista]. – – Se vaatis vertailua, että millanen mä olin ja millanen mä olen nyt. Mä oon mielestäni aina ollut tällanen.*

Seikkailukokemuksen merkitys ihmisen kehitykselle sai siis varsin erilaisia tulkintoja henkilöstä riippuen. Toisille seikkailu saattaa merkitä elämänhallintaa ja itsensä kehittämistä, toisille taas puhtaasti nautinnollista hetkeä mielenkiintoisen toiminnan parissa. Haastateltavat olivat kuitenkin täysin samaa mieltä kysymyksessä seikkailun vaikutuksesta arkipäiväisten tilanteiden kokemiselle.

*1: Yks todella erilainen kun muilla, on et kaikesta selviintyy. Jos ei onnistu, niin joku toinen mahdollisuus on aina. Ei tunnu, että mä en selviytyis, vaikka mä oisin ihan hajalla.– – [Ihmiset], jotka on täällä, niin niillä on hirvee ongelma joku todella vähäpätönen asia.*

*2: Mä en osaa sanoa, että onko mulla nyt jonkun reissun takia ratkaisevasti katsantokanta muuttunut mihinkään suuntaan... Ja, jos on, niin mihin? – – Mut ehkä se mihin tollaset [kokemukset] vaikuttaa on se, että jotkut ihan pienet jutut, jotka monet kokee suuriksikin hankaluuksiksi, niin ei hötkäytä puoleen tai toiseen.*

*3: [Suhtautuminen yleisiin asioihin] muuttuu joka kerta. Mitä enemmän on kokenut, niin sitä vähemmän tällaset tavanomaiset tuntuu... Jos joku tulee vaikka viisi minuuttia myöhässä niin ei sillä ole merkitystä. Ei se haittaa.*

## 9 TUTKIMUSTULOSTEN TARKASTELU

Tutkimukseni tavoitteena oli löytää ja ymmärtää niitä tekijöitä, jotka motivoivat ihmistä osallistumaan omaehtoiseen seikkailuun. Termin omaehtoinen johdattalemana päättelin, että toiminnan täytyi olla sisäisesti palkitsevaa. Päähypoteesini mukaisesti oletin, että seikkailuun osallistuminen nostaa ihmisen elämän laatua. Löytämällä perustelut hypoteesilleni antaisin siis samalla myös vastauksen tutkimusongelmaani (ks. kpl. 7.1). Päähypoteesini tarkastelua varten asetin työssäni seuraavat alahypoteesit:



- Aidossa luontoympäristössä tapahtuva seikkailuaktiiviteetti vastaa ihmisen tarpeisiin kokea itsemääräämistä ja pätevyyttä.
- Uusiin jännittäviin kokemuksiin hakeutuminen aidossa luontoympäristössä tyydyttää fyysisellä ja psyykkisellä tasolla ilmenevää elämishakuisuutta.

Elämän laadun määrittely sekä alahypoteesien suhde päähypoteesiin on esitetty tarkemmin kappaleessa 7.1.

Ennen siirtymistä tutkimustulosten tarkasteluun halusin muistuttaa laadullisen analyysin yhteydessä yksilöiden välisten tulkintaerojen merkityksellisyydestä. Tämä liittyy ihmisen tapaan hahmottaa elämismaailmansa ilmiöt välineinä johonkin tiettyyn käyttöön, mikä estää ilmiöiden näkemisen todella sellaisina kuin ne itsessään ovat (Varto 1992, 39). Olisi esimerkiksi suuri vääryys olettaa kaikkien seikkailijoiden olevan kiinnostuneista toimiensa psykologisista ulottuvuuksista. Tutkija ei saa kuitenkaan kadottaa otettaan yksilön harrastusten motiivijärjestelmään liittyvien tekijöiden huolellisesta tulkinnasta, vaikka seikkailija ei itse toimiensa perusteita pohtisikaan.

Johtopäätökset tutkimustuloksista on esitetty kootusti kappaleessa 9.5.

### 9.1 Itsemäärääminen osana seikkailijan motiivijärjestelmää

Ensimmäinen alahypoteesi käsitteli yksilön halua kokea itsemääräämistä eli tunnetta mahdollisuudesta tehdä valintoja omasta toiminnasta ilman ulkoisia vaikuttimia.

Itsemäärääminen liittyy seikkailuaktiiviteeteissa pätevyyden käsitteeseen. Seikkailijan on omattava tietty taitotaso, jotta hän voisi kokea olevansa autonominen haasteellisessakin toimintaympäristössä. Toisaalta itsemäärääminen on tekijä, joka juuri mahdollistaa osallistumisen omaa pätevyyttä tukeviin aktiviteetteihin. Se luo perustan sisäisesti motivoivalle toiminnalle.

Ympäristön ominaisuudet voivat joko tukea tai estää autonomian kokemista. Tässä suhteessa aito luontoympäristö on ainutlaatuinen miljöö objektiivisuutensa vuoksi. Voidaan sanoa, että aito luonto ei sisällä lainkaan keinotekoisesti luotuja arvoja. Tilanne on vastakohta yhteiskunnan luomien merkitysten paineelle.

Kaikki luontoympäristön ainekset ovat neutraaleja ja luonnollisia, mikä antaa yksilölle tilaa ja vapautta sekä fyysisellä että henkiselällä tasolla. Tämä tuli vahvasti

ilmi haastateltavilla 1 ja 3. Haastateltava 1 kuvasi tunnettaan tavallisesta arkipäivästä "tukahtumiseksi". Haastateltava 1:lle kaupunkiympäristö ei yksinkertaisesti tarjoa riittävästi mahdollisuuksia toteuttaa itseään. Kyse ei ollut yhteiskunnan rakenteiden tai palveluiden kieltämisestä tai leimaamisesta tarpeettomiksi. Hän tarkoitti ainoastaan luonnon olevan elementti, joka tarjoaa omimman olotilan. Tähän vaikuttivat mm. mahdollisuudet kontrolloida omia toimiaan ja tuntea ne ihmiset, joiden kanssa on tekemisissä. Rajoitettuun ihmismäärään onkin helpompi ja turvallisempi integroitua. Voi myös olettaa, että valikoituneesta ihmisryhmästä löytyy enemmän samankaltaisia persoonallisuuksia ja luonteenlaatuja kuin satunnaisesti poimitusta joukosta. Kaikki haastateltavat toivat vastauksissaan esille tältä osin hyvin yhteneviä aineksia.

Periaatteessa yksilöllä on luonnossa täydellinen valinnanvapaus. Häntä eivät sido mitkään ulkopuolisesti asetetut säännöt. Käytännössä tämä tilanne ei välttämättä ole täysin realistinen. Haastateltava 2 muistutti luonnon myös vaativan seikkailijalta tiettyjä rutiineja. Kaavamaisesti ajatellen nämä toimet voidaan nähdä pakollisina. Vuorikiipeilijän on esimerkiksi noudatettava tarkasti tiettyjä fysiologisia sääntöjä oman kehonsa totuttamiseksi korkeaan ilmanalaan. Halusin kuitenkin nähdä luonnon tarjoaman autonomian tällaista puhtaasti konkreettista toimintaa syvempänä ilmiönä. Vapaus, jonka luonto tarjoaa, on luonteeltaan henkistä vapautta: henkilökohtaista riippumattomuutta ja päätöksenteon autonomiaa.

Harrastusaktiviteetteja käsiteltäessä toimintaympäristön ja toiminnan ominaisuudet sekoittuvat. Vaikka kaikki omaehtoinen harrastaminen on toimintaa yksilön omien tarpeiden tyydyttämiseksi ja motiivien realisoimiseksi, aivan erityinen yhtälö muodostuu seikkailuaktiviteettien, aidon luontoympäristön ja epäsuoran kilpailun ominaisuuksien yhdistyessä. Haastateltava 1 koki toteuttavansa itseään juuri sellaisessa fyysisessä toiminnassa, jossa nämä edellä mainitut tekijät ovat läsnä. Vahvimmiksi havainnoiksi nousivat tunteet rajoitusten puuttumisesta sekä luovuudesta ja spontaanisuudesta. Vauhti ja vapaus toimia omien kykyjen rajoissa tarjosivat hänelle tilaisuuden "nollata itsensä", mikä erityisesti kertoi mielestäni toiminnan vaistonvaraisuudesta. Fyysinen toiminta oli tässä yhteydessä rentouttavaa. Seikkailijan voi ajatella vajoavan toiminnan luonnolliseen rytmiin, jossa kaikki reaktiot ovat refleksiivisiä, vailla kognitiivista pohdintaa.

Itsemäärääminen ja autonomisuus viittaavat sekä vapauten tehtävissä valinnoissa että mahdollisuuteen olla omaa toimintaa kontrolloivana voimana.

Jälkimmäinen merkitys perustuu tilaisuuteen kohdata todellisia riskejä. Riskeillä on sekä itseis- että välinearvoa. Seikkailua ei voisi olla edes olemassa ilman riskejä. Riskitöntä luontoliikuntaa harrastettaisiin täysin eri syistä kuin käsittelemiäni seikkailuaktiviteettejä. Omaehtoisen seikkailun autoteliset lähtökohdat vaihtuisivat kenties välineellisiin päämääriin?

Tutkimukseni kohteena olevien harrastusten syvin luonne liittyy riskin elementtiin: päämäärään minimoida riskit ja hallita omaa toimintaa. Tässä tulee esille riskien itseisarvo. Riskien välinearvo puolestaan perustuu yksilön tilaisuuteen kokea autonomiaa ja itsemääräämistä haasteellisessa, potentiaalisesti vaarallisessa tilanteessa. Kohdattavasta riskistä tulee seikkailijan todellinen maailma; halu kontrolloida itseä ja omaa selviytymistä haasteessa sitoo kaiken huomion. Prosessi perustuu riskin ottamisen motivaatiolle ja vaatii valtavasti psyykkistä energiaa. Jokaisella haastateltavalla oli oman toiminnan hallitsemisen mahdollisuudesta vahvat, yksilölliset mielipiteet.

Haastateltava 1 uskoi mahdollisuuteensa kontrolloida omaa toimintaansa seikkailuaktiviteetissa täydellisesti. Hän kuvaili tässä yhteydessä toiminnan fyysisten ja fyysismotoristen vaatimusten lisäksi tarvittavia henkisiä ominaisuuksia ja toiminnan henkistä kuormittavuutta. Oman taitotason rajalla olevien riskien kohtaaminen vaatii hänen mukaansa erittäin pitkän palautumisjakson juuri henkisen kuormittavuuden vuoksi.

Haastateltava 3:n mukaan seikkailussa on aina tavoite kontrolloida omaa toimintaa. Hän painotti hallinnan nautinnollisuutta etenkin pitkäkestoisen toiminnan yhteydessä, mutta samalla kielsi kontrollin ylläpitämisen olevan varmaa mm. ympäristön ominaisuuksien vuoksi.

Haastateltava 2 näki vielä edellistäkin vahvemmin harrastustensa olevan auttamatta oman kontrollin ulkopuolella. Hän sisällytti vastaukseensa voimakkaasti myös luonnonvoimien objektiivisen elementin, kun taas esimerkiksi haastateltava 1 rajasi vastauksensa ainoastaan subjektiivisiin toimiin. Haastateltava 2 korosti riskien tiedostamista, tämän luonnollisen asetelman hyväksymistä ja tilanteen mukaista toimintaa. Täydellisen hallinnan tavoittelu johtaa toivottomaan taisteluun, jonka lopputuloksena voi olla vain seikkailijan ahdistuminen (Twight 1999, 21–24).

Haastateltavat muotoilivat ajatuksiaan riskien kohtaamisesta niiden hallinnan kautta. Mielipiteiden eroista huolimatta yhtenäinen linja näytti toteutuvan kysymyksessä omien toimien tärkeydestä kohdattavien vaarojen kontrolloimiseksi.

Vastausten lähtökohdat kuitenkin kertoivat mielestäni tutkimusjoukon jäsenten motiivijärjestelmien todennäköisistä eroista.

Useissa yhteyksissä haastateltava 1 kuvaili juuri oman kontrollin tunteen tärkeyttä korkeampia riskejä sisältävässä toiminnassa (mountaineering, ski-mountaineering). Hänen kohdallaan tulivat esille myös maininnat halusta kokea henkistä vapautta fyysisen toiminnan yhteydessä. Nämä kommentit liittyivät erityisesti harrastuksiin, joiden riskitaso oli puolestaan varsin matala (juoksu, maastopyöräily). Halu olla vastuussa omasta itsestään ja kokea vapautta staattisesta, arkipäiväisestä olotilasta näyttivät muodostuvan tämän henkilön kohdalla tärkeimmiksi motiiveiksi harrastaa aitoon luontoympäristöön sijoittuvia seikkailuaktiviteettejä. Harrastukset antavat haastateltavalle 1 tilaisuuden olla autonominen.

Vaikka haastateltavien 2 ja 3 vastaukset sisälsivät samanlaisia aineksia, heidän kohdallaan seikkailuaktiviteettien muut ominaisuudet tuntuivat kohoavan itsemääräämiseen liittyviä motiiveja merkityksellisemmiksi.

## 9.2 Pätevyys osana seikkailijan motiivijärjestelmää

Ensimmäinen alahypoteesini liittyi myös yksilön haluun kokea pätevyyttä eli tunnetta oman subjektiivisen toiminnan suoraviivaisesta vaikutuksesta tapahtumien kulkuun. Sisäisesti motivoivan pätevyyden kokemiselle on asetettu vaatimukset autonomisesta päätöksestä toimintaan sitouduttaessa sekä riittävän korkeasta haasteellisuuden asteesta suhteessa toimijan kykyihin. Pätevyys on itsemääräämisen ohella edellytys sisäisen motivaation olemassaololle. (Deci & Ryan 1985.)

Haasteet ovat arvokkaita sisäisen motivaation lähteitä. Luonnon esittäminä ne ovat aina kuuluneet ihmisen elämään. Nyky-yhteiskunta on kuitenkin etäännyttänyt jäsenensä näistä elementeistä kauemmaksi kuin koskaan aikaisemmin. Ihmiset silti edelleen kaipaavat haasteita, jotka ilmenevät niin fyysisellä, sosiaalisella kuin kognitiivisellakin tasolla. Tässä kiteytyy haasteiden välinearvo. Niiden puuttuessa vaaroina ovatkin tylsistyminen, passiivisuus ja psyykkinen pahoinvointi. Ihmisellä on tarve pätevyyden kokemiseen todellisessa toiminnassa. Autonomisella päätöksellä sitouduttaessa sisäisesti motivoivaan ja riittävän haasteelliseen, kokonaisvaltaiseen

aktiviteettiin on mahdollista saavuttaa myönteisiä, minäkäsitystä tukevia kokemuksia omasta kompetenssista.

Suorittamissani haastatteluissa haastateltavat 1 ja 3 kuvailivat seikkailuaktiviteettien konkreettisesta toiminnasta löytyvien haasteiden kohtaamista inspiroivaksi, kiehtovaksi ja vapauttavaksi elementiksi. Haastateltava 3 painotti tässä yhteydessä haasteiden elementin olevan olennaisin peruste hänen harrastamiselleen.

Haastateltava 2 puolestaan kuvasi oman suhteensa haasteisiin varsin neutraaliksi. Hän ei pitänyt mielekkäänä ajatusta yksittäisten tavoitteiden asettamisesta harrastuksilleen. Haastateltava 2:n vastauksissa painottuivat spontaanit valinnat toiminnan kohteista sekä halu pitkäjänteiseen oppimiseen. Tässä on kuitenkin kiinnitettävä huomiota vielä haastateltavan harrastustaustaan. Seikkailu ja luontoliikunta ovat hänen harrastuneisuutensa kohteita. Laaja-alaisen mielenkiinnon ohjaamasta prosessista oli olennaista muistaa, että päätös toimintaan sitoutumisesta on aina tietoinen. Koska seikkailuaktiviteetin riskit on arviotu ennakoita, myös haasteiden täytyy olla tietoisesti valittuja. On siis todennäköistä, että seikkailija löytää ainakin jossain määrin palkitsevia kokemuksia haasteiden kohtaamisesta.

Toisaalta myös itse luonto seikkailuaktiviteettien tapahtumapaikkana on ainutlaatuinen tuki henkilökohtaisen pätevyyden kokemiselle. Tämä perustuu ympäristön mahdollistamiin objektiivisiin haasteisiin ja neutraaliin palautejärjestelmään. Haastateltavat 1 ja 3 eivät pitäneetkään mahdollisena saada seikkailuaktiviteettien kaltaisia kokemuksia ilman luonnollisen ympäristön tarjoamia aitoja vaatimuksia. Tuomalla toiminta rakennetun ympäristön keinotekoiisiin haasteisiin tuhottaisiin heidän mukaansa mahdollisuus samanlaiseen kokemukseen kuin aidossa ympäristössä. Toiminnalla ei olisi tällöin todellista arvoa, vaan sen rooli olisi välineellinen.

Haastateltava 2 kuvasi omalla kohdallaan fyysisten aktiviteettien ja toimintaympäristön suhdetta samoin kuin haastateltavat 1 ja 3. Hän lisäksi uskoi, että yksilöstä riippuen on mahdollista kokea edellä ainoastaan luontoon liitettyjä elämyksiä millaisessa ympäristössä tahansa. Tutkimustuloksia pohtiessani pidin tätä totena vain tiettyyn rajaan saakka. On muistettava, että ainoastaan aito luonto voi tarjota yksilölle täydellisesti objektiivisen toimintaympäristön. Kaikki muu ympäristön laatu riippuu aina sen sisältämisestä subjektiivisista arvoista. Tällainen ympäristö ei voi tarjota aitoon luontoon verrattuna yhtäläistä tukea henkilökohtaisen pätevyyden ja toiminnan merkityksellisyyden kokemiselle.

Mustavalkoisesti ajateltuna myös aidossa luontoympäristössä tehdyt ongelmanratkaisuyritykset joko onnistuvat tai epäonnistuvat. Epäonnistumisella ei ole kuitenkaan tässä välttämättä negatiivista sävyä. Epäsuoralle kilpailulle tyypillinen palaute on turvallista minäkäsityksen ja pätevyyden kokemisen kannalta, koska se kohdistuu toimijan persoonan sijasta puhtaasti toimintaan. Itse asiassa jo epäonnistumisen pohtiminen osoittautui haastateltaville yllätykseksi. He eivät ole kokeneet epäonnistuvansa seikkailuissaan, vaikka toiminnan alkuperäinen tavoite olisi jäänyt saavuttamatta. Toiminnan luonne seikkailuaktiviteeteissa on sellainen, että absoluuttista rajaa onnistumiselle ei edes voida asettaa. On vain olemassa tarpeellisia toimia, jotka tulee tehdä. Haasteesta peräytyminen voi olla oikea päätös. Itse asiassa on oletettavaa, että juuri tällaiset ratkaisut ovat antoisimpia liittyessään yleensä toiminnan tärkeimpään tavoitteeseen eli oman turvallisuuden varmistamiseen vaarallisissa olosuhteissa. Epäonnistumiseksi haastateltavat luokittelivat ainoastaan tilanteen, jossa seikkailija ei edes yrittäisi suoriutua haasteesta.

Vahvin tuki omakohtaiselle pätevyydelle saadaan optimaalisen haasteen parista. Vaikka tällaisen haasteen kohtaaminen vaatii valtavasti energiaa jo yksistään riittävän syvän keskittymisen saavuttamiseksi, toiminnan sisäiset palkkiot ovat ylittämättömät. Kaikki toiminnasta saatava palaute ylläpitää järjestystä yksilön tietoisuudessa kertomalla omien toimien edistävän etenemistä tavoitteen saavuttamisen suunnassa. Haastateltava 3 kuvasi tällaista hetkeä kokonaisvaltaisena onnistumisen riemuna, jota voisi kuvailla "uskovaisen vaipumisena transsiin".

Optimaalinen kokemus, flow, ei kuitenkaan osoittautunut tutkimusaineistoni perusteella kovinkaan yksiselitteiseksi käsitteeksi. Eri yksilöt näyttivät kokevan sen hyvin eri tavoin. Vaikka haastateltava 3 koki flow:n edellisestä kuvauksesta poiketen myös äärimmäisen kuormittavana tilanteena liikuttaessa omien kykyjen rajoilla, hän silti mainitsi molemmat esimerkit itselleen erityisen nautinnollisiksi.

Haastateltava 2 puolestaan kuvaili erästä omaa optimaalisesti haasteellista tilannettaan aluksi jopa yhdentekeväksi. Toiminta oli automaattista, lähes omasta tahdosta riippumatonta. Tietoisuus suorituksen vaativuudesta ja merkittävydestä selkeni hänelle vasta toiminnan lakattua, mikä osaltaan kertoo sitoutumisen syvyydestä.

Tutkimukseni alkuvaiheissa en pitänyt mahdottomana ajatusta nautinnollisesta optimaalisesta kokemuksesta yhtenä vahvimmista syistä osallistua seikkailuaktiviteetteihin. Haastateltavien vastauksia pohtiessani tulin silti

johtopäätökseen, jonka mukaan flow-kokemus ei mahdollisesti voisikaan olla ensisijainen syy osallistua seikkailuaktiviteettiin. Flow:n ilmeneminen on ainutlaatuinen tapahtuma. Tuntemukset omasta suorituksesta riippuvat myös haastateltava 2:n mukaan "en aina tiedä mistä". Ehkäpä flow on ainoastaan miellyttävä lisä jo muutenkin kiehtovassa toiminnassa? Ehkä seikkailijoista on vain tärkeää tietää, että tällainen kokemus voi tapahtua uudelleen? Haasteen kiehtovuus todennäköisimmin liittyy ikuiseen arvoitukseen oman kapasiteetin rajoista. Omien rajojen ja pystymisen koetteleminen on varmasti tärkein tekijä pohdittaessa pätevyyden kokemista osana seikkailijan motiivijärjestelmää.

Haastateltavilla 2 ja 3 tuntui olevan tarkempia kokemuksia optimaalisten haasteiden herättämistä tuntemuksista kuin haastateltava 1:llä. Tämä voisi olla jälleen yksi mahdollinen merkki eroista haastateltavien motiivijärjestelmissä. Haastateltava 1:n vahvimmat kokemukset liittyivät fyysisten ponnisteluiden sekä ympäristön emotionaalisten ja esteettisten aineiden yhdistymiseen. Hän kertoi myös välttävänsä henkilökohtaisesti äärimmäisten haasteiden kohtaamista. Haastateltava 3 puolestaan kommentoillaan haasteiden merkityksestä tuntui luokituttavan seikkailijaksi, jolle kokemukset omasta kompetenssista ovat juuri tärkeimpiä syitä harrastaa seikkailuaktiviteettejä. Hän mainitsi mm. omien rajojen etsimisen ja koettelemisen olevan kiehtovaa ja palkitsevaa toimintaa.

Haastateltava 2 reflektoi tarkasti optimaalisten haasteiden kohtaamista. Hän ei silti korostanut näiden kokemusten tärkeyttä itselleen, vaan tuntui arvostavan jokaista kokemustaan tasapuolisesti. Haastateltava 2:n asenne haasteisiin on rauhallinen ja realistinen. Haastateltava 3:n suhdetta voi kuvata puolestaan omistautuneeksi.

### 9.3 Elämyshakuisuus osana seikkailijan motiivijärjestelmää

Tutkimukseni toinen alahypoteesi käsitteli elämyshakuisuutta yhtenä motiivijärjestelmän osana sitouduttaessa omaehtoiseen seikkailuun. Elämyshakuisuus oli määritelty inhimilliseksi piirteeksi, jota kuvaavat taipumukset hakeutua fyysisistä ja sosiaalisista riskeistä huolimatta vaihtelun, jännityksen ja uusien kokemusten pariin. Esimerkiksi seikkailuaktiviteetteihin hakeutumisen on todettu toimivan luotettavana merkkinä tavallista korkeammasta elämyshakuisuuden asteesta. (Zuckerman 1979.)

Elämysthakuisuus on varmasti yksi tekijä tehtäessä valintaa sitoutumisesta omaehtoiseen seikkailuun. Mutta kuinka tärkeä on elämysthakuisuuden tyydyttämisen rooli osana motiivijärjestelmää? Tästä kertoivat mielestäni parhaiten seikkailijoiden ajatukset riskien hyväksymisestä ja kohtaamisesta.

Jokainen haastateltava oli omaksunut ja hyväksynyt ajatukset todellisten riskien elementistä harrastamissaan seikkailuaktiiviteeteissä. Haastateltavat 2 ja 3 määrittivät hyväksyttävän riskin tason varsin konkreettisesti. Heille pieni, väliaikainen loukkaantuminen olisi vielä hyväksyttävää. Haastateltava 1 puolestaan käytti apunaan kontrollin käsitettä, mikä onkin varsin tyyppinen tapa määritellä toiminnassa hyväksyttävät riskit. Hän piti hallittavaa riskiä hyväksyttävänä, mikä tietysti liitti riskin tason toimijan kokemukseen ja osaamiseen.

Riskien tason kasvaessa lähemmäs henkilökohtaisen osaamisen rajaa tulevat seikkailuaktiiviteeteissä kysymykseen myös yksilölliset ominaisuudet henkisen paineen ja pelon sietämisestä. Annettujen vastausten mukaisesti haastateltavat hakeutuvat harrastuksissaan aina uudelleen toimintaan, joka mitä todennäköisimmin herättää pelkoa.

Pelkoa käsiteltäessä haastateltavien vastaukset olivat yhteneviä. Jokainen heistä muistutti vastauksessaan pelon eri muodoista. Normaali itsesuojeluvaiston herättämä pelko mainittiin seikkailijan kannalta välttämättömäksi ominaisuudeksi, jonka kokemista ei myöskään pidetty epämiellyttävänä. Haastateltava 2:n mukaan täysin peloton ihminen olisi itselleen vaarallinen.

Jokainen haastateltava toi esille myös omakohtaisia kokemuksia ns. lamauttamasta pelosta. Tällä tarkoitettiin järjellä selittämätöntä pelkoa, joka mahdollisesti estää tarkoituksenmukaista toimintaa. Lamauttavan pelon yhteydessä tuli lisäksi esille vaatimus oman henkisen kontrollin säilyttämisestä eli oman tietoisuuden hallitsemisesta, kunnes seikkailija on selvittänyt kohtaamansa vaarallisen tilanteen. Haastateltava 3 näkikin pelon mentaalisenä tekijänä, jonka tulisi lannistumisen sijaan energisoida johdonmukaista toimintaa. Haastateltavien suhtautumista ei-rationaaliseen pelkoon saattoi kuvata rauhalliseksi ja tiedostavaksi.

Pelkoa herättäviä riskejä pidettiin haastateltavien joukossa arvokkaina tekijöinä. Tässä yhteydessä syy on sama kuin tarkasteltaessa äärimmäistä fyysistä rasitusta. Vaikka toiminnan hetkellä kehoa kuormitetaan valtavasti, reflektio tapahtumista tuo mukanaan nautinnollisia tunteita pystymisestä ja itsensä voittamisesta. Haastateltavat 1 ja 3 myönsivät riskien elementin arvokkaaksi asiaksi.



Kaikki haastateltavat painottivat myös vaatimuksia huolelliseen ja realistiseen toimintaan riskejä kohdattaessa.

Tutkimukseni taustateoriassa esitin kysymyksen seikkailijoiden mahdollisesta riippuvuussuhteesta riskien ottamiseen. Haastateltavieni kanta kysymykseen oli selkeä. Vaikka vastauksista löytyi mainintoja riskien luoman jännityksen ja epävarmuuden palkitsevuudesta, niitä ei kuitenkaan pidetty millään tavalla välttämättöminä mielekkäälle ja nautinnolliselle toiminnalle. Haastateltavat 1 ja 3 kumosivat suoraan riippuvuussuhteen mahdollisuuden omilla kohdillaan. Heidän suhteensa riskeihin on ainakin pääosiltaan välineellinen. Riskien arvo perustuu kognitiiviseen havaintoon mahdollisuudesta hallita vaaraa ja minimoida se subjektiivisten toimien avulla.

Haasteltava 2 käsitteli tätä kysymystä hieman tarkemmin. Hän uskoi riippuvuussuhteen mahdollisuuteen, vaikka pitikin sitä liian yksinkertaisena selityksenä sitoutumiselle korkeita riskejä sisältävään toimintaan. Itseään hän kuvasi henkilöksi, jolle ei helposti synny riippuvuussuhdetta. Hän piti mahdottomana myös ajatusta kokeneiden seikkailijoiden adrenaliiniaddiktiosta.

Haastateltava 2:n huomio muistutti optimaalisesti haasteellisen seikkailuaktiviteetin vaativan seikkailijalta täydellistä kontrollia omasta itsestään. Riippuvuus estäisi tällaisessa toiminnassa mm. flow-kokemuksen saavuttamisen, koska flow vaatii ilmetäkseen täydellistä oman tietoisuuden hallintaa. (Jackson 1999, 164.) Tämä ei tietystikään sulje pois riippuvuussuhteen muodostumisen mahdollisuutta. Kysymyksen tarkempi käsittely vaatisi riippuvuuden psykologian spesifimpää tietämystä. Ilmiön perusteita on hahmoteltu lyhyesti kappaleessa 4.4.

Tutkimusjoukkoni jäsenistä haastateltavaa 2 voisi vastausten laatuja perusteella pitää elämyshakuisimpana persoonana. Hän asetti useat tyypillisesti relative adventure -tyyppisiin seikkailuaktiviteetteihin (ks. kpl. 4.1) osallistuviin henkilöihin liitetyt perusoletukset (esim. luonnon tarjoaman vapauden arvostaminen) kyseenalaisiksi. Hänen vastauksissaan ei myöskään painottunut mikään yksittäinen seikka, kuten luonnon itseisarvo ja toiminnan kontrollointi haastateltava 1:n tai konkreettisten haasteiden kohtaaminen haastateltava 3:n kohdalla.

Haastateltava 2 toi vastauksissaan vahvimmin esille omat harrastuksensa puhtaasti autotelisina toimintoina. Hänen vastaustensa perusteella uskoin löytäväni suurimmaksi harrastamisen perusteeksi konkreettiset harrastustoiminnot.

Lumilautailun perusteluna oli lumilautailu ja siitä saatavat elämykset. Jokainen koettu lasku on arvokas itsessään sen vaativuudesta tai tärkeydestä huolimatta.

Haastateltava 2 kuvaili harrastustensa yhteydessä myös tarkemmin määrittelemättömiä ilon, onnellisuuden ja kuulumisen elämyksiä. Aluksi koin vaikeuksia löytää näille kommenteille oikeaa yhteyttä. Lopuksi päädyin tulokseen, jonka mukaan ne liittyivät todennäköisimmin elämysten etsimiseen.

#### 9.4 Muut seikkailijan motiivijärjestelmän osat

Tutkimukseni tavoitteita hahmotellessani oli selvää, että tavoitteenani oli ymmärtää omaehtoiseen seikkailuun sitoutumisen syitä mahdollisimman perusteellisesti. Tästä syystä etsin teemahaastatteluni runkoa luontoliikunnan motiiveja tarkastelevan julkaisun (Telama 1992) avulla. Valitsemassani artikkelissa käsiteltiin yksilön motiiveja niin fyysiset, kognitiiviset, affektiiviset, emotionaaliset kuin esteettisetkin tarpeet huomioiden.

Oman tutkimukseni kannalta pidin kaikkien edellä mainittujen alueiden informaatiota tärkeänä. Syitä tähän oli kaksi. Ensinnäkin halusin tarjota tutkimusjoukkoni jäsenille riittävän horisontaalisen laajuuden haastattelussa käsiteltävien teemojen suhteen. Toisaalta monipuolinen aineisto antoi minulle mahdollisuuden tarkastella tutkimuskohdettani hieman laajemmin, minkä uskoin olevan eduksi tutkimukseni tuloksia tarkasteltaessa.

Tutkimushypoteeseja asettaessani uskoin Decin ja Ryanin (1985) esitysten sisäisestä motivaatiosta olevan elämyshakuisuuden teorian (Zuckerman 1978) ohella riittävät selittämään osallistumista omaehtoiseen seikkailuun. Tutkimustulokset osoittivat toisin. Työni liittyi seikkailuaktiiviteettien erityisalueeseen. Vaikka Decin ja Ryanin (1985) teoria sisäisestä motivaatiosta on varmasti kattava, näin tarpeelliseksi tuoda esille sellaisia seikkailuaktiiviteeteissa ilmeneviä erityisiä piirteitä, jotka tuntuivat saaneen tärkeän roolin haastateltavien vastauksissa. Vaikka nämä piirteet saattavat olla riittävän pitkälle tulkittuina ainakin osittain päällekkäisiä sisäisen motivaation ja elämyshakuisuuden teorioiden kanssa, ne silti tarjoavat spesifimpää tietoa tutkimusjoukon jäsenten ajattelusta.

Tutkimusaineistoa tarkasteltaessa oli helppoa havaita luonnon vahva rooli vastauksissa. Itse asiassa kaikki seikat, joiden koin ansaitsevan vielä tässä vaiheessa

erillisen maininnan, liittyvät juuri luonnon ominaisuuksiin. Yksi seikkailuaktiviteettien ominaisimmista piirteistä on juuri toimijan voimakas yhteys toimintaympäristöönsä, aitoon luontoon. Haastateltava 2 totesikin tällaisen toiminnan olevan mahdotonta ilman luontoympäristöä. Luonto ei ainoastaan tarjoa seikkailijalle yksittäisiä haasteita, vaan se todella mahdollistaa koko toiminnan. Toisaalta taas yksilön kokonaisvaltainen toiminta on perusta ympäristösuhteelle, joka todennäköisimmin on yksi tärkeimpiä tekijöitä valittaessa muotoja harrastuksille. Elämishakuisen ihmisen toimintahan voisi saada myös hyvin erilaisia piirteitä.

Kaikki haastateltavat luokittuivat selkeästi humanistisen luontosuhteen piiriin, vaikka erityisesti haastateltava 1:n kohdalla tuli esille myös mystisistisen luontosuhteen piirteitä.

Jokainen haastateltava mainitsi myös luonnon esteettisyyden itselleen tärkeäksi tekijäksi. Vaikka he arvioivat aidon luonnon kauneudessaan selkeästi rakennetun ympäristön edelle, katsoin tämän olevan varsin vähäinen tekijä itse seikkailuaktiviteetteihin hakeutumiselle. On silti huomioitava, että luonnon esteettiset ominaisuudet saavat aivan uuden merkityksen yhdistyessään fyysiseen aktiivisuuteen. Seikkailu psykofyysisenä kokonaisuutena on enemmän kuin osiensa summa. Siihen vaikuttavat monet tekijät: fyysisen aktiivisuuden psykofysiologiset tuntemukset yhdistyvät mielen ja kehon kuormittamiseen, ympäristön kauneuteen ja arvoon sekä mahdollisesti tunteisiin pätevyydestä, vapaudesta ja tilanteen kontrolloimisesta. Varsinkin haastateltava 1 kuvasi tällaisia tuntemuksia. Hänen kommenttinsa kertoivat täydellisen kuulumisen ja harmonian tunteista. Haastateltava 1:n kohdalla luonnon arvo ja sen tarjoamat elämykset näyttivät olevan toiminnan hallitsemisen ja vapauden kokemisen rinnalla tärkeimpiä syitä hakeutua omaehtoiseen seikkailuun.

Tutkimusjoukon jäsenet toivat kommentteissaan esille myös luonnon tarjoaman mahdollisuuden laadukkaampaan sosiaaliseen kanssakäymiseen, kun kysymyksessä oli ainoastaan pieni, valikoitunut joukko motiiveiltaan varsin homogeenisiä yksilöitä. Haastateltava 1 arvosti tässä yhteydessä turvallisuuden tunnetta ja luottamusta. Hän mainitsi tärkeäksi myös ympäristön tarjoaman tilaisuuden saada riittävästi aikaa itselle tiiviinkin ryhmän sisällä, mikä perustuu luonnossa vallitsevaan elämänrytmiin ja henkiseen autonomiaan. Haastateltava 3 puolestaan kertoi arvostavansa ennen kaikkea eri kulttuureista olevien ihmisten kohtaamista ja yksilöiden tasa-arvoa.

Haastateltava 2 pohti sosiaalisten suhteiden yhteydessä lähinnä ystävyyssuhteiden kehittymistä. Hän päätyi tulokseen, jonka mukaan luonto antaa tilaisuuden tiiviin suhteen luomiselle. Suhteen kehittymiselle tärkeitä elementtejä ovat erityiset, yhteiset kokemukset, jotka integroisivat ryhmän henkilöitä toisiinsa. Haastateltava 2 näki tämän kehityksen olevan riippuvainen samoista ihmissuhdesäännöistä, jotka toimivat missä tahansa ympäristössä. Luottamus oli hänen mukaansa tärkein ihmisiä yhdistävä tekijä seikkailuaktiiviteeteissä.

Haastateltavien kommentit osoittivat sosiaalisten tekijöiden olevan tärkeitä sekä harrastustoiminnan onnistumisen että positiivisten kokemusten saamisen kannalta. Ne eivät kuitenkaan ole itsessään syy hakeutua seikkailuaktiiviteetteihin.

Lopuksi olen sivunnut haastateltavien esittämiä ajatuksia henkilökohtaisesta kehittymisestä. Kehittymisen tavoite löytyy sekä humanistisen luontosuhteen että seikkailukasvatuksen ytimestä.

Seikkailijat näyttivät olevan tietoisia kasvun ja kehityksen mahdollisuuksista harrastuksensa piirissä. Olisi kuitenkin väärin olettaa kaikkien ajattelevan samoin tai olevan edes kiinnostuneita näistä tilaisuuksista. Tässä kysymyksessä on suuria yksilöllisiä eroja, joita näin rajallisella tutkimuksella ei ole mielekäästä tarkastella. Joillekin seikkailu on itsensä kehittämisen muoto, toisille taas yksinkertaisesti tapa elää haluamallaan tavalla: toteuttaa itseään ja seurata arvojaan.

### 9.5 Yhteenveto seikkailijan motiivijärjestelmästä

Aito luontoympäristö, haasteellinen luontoliikunta ja epäsuora kilpailu sisältävät kaikki elementtejä, jotka tukevat yksilön itsemääräämistä ja autonomiaa. Näiden tekijöiden määrittämä seikkailuaktiiviteetti tukee yksilön sisäistä motivaatiota tarjoamalla tilaisuuksia tehdä omaa toimintaa koskevia valintoja ilman ulkoisia vaikuttimia. Tutkimukseni tulokset osoittivat aidossa luontoympäristössä tapahtuvan seikkailuaktiiviteetin *yleensä* tarjoavan tilaisuuksia kokea itsemääräämistä. Itsemäärääminen merkitsee ihmiselle henkistä vapautta ja autonomiaa suhteessa ulkopuolisiin velvollisuuksiin.

Rakentamaton luonto toimintaympäristönä mahdollistaa myös subjektiivisten ja objektiivisten haasteiden kohtaamisen. Olennaisinta luonnon tarjoamille haasteille näytti tutkimustulosten mukaan olevan niiden konkreettisuus, mikä auttaa yksilöä

havaitsemaan omien toimien suoraviivaisen vaikutuksen toiminnan lopputulokseen. Merkittävää on myös ympäristön tarjoaman palautteen objektiivinen luonne. Se poistaa ulkoisten vertailujärjestelmien puuttumisen ja kanssaihminen turvallisuuden avulla epäonnistumisen negatiivisen merkityksen. Nämä tekijät tarjoavat yksilölle mahdollisuuden kokea tunteita kompetenssista ja persoonan turvallisuudesta. Aidossa luontoympäristössä tapahtuva seikkailuaktiviteetti tarjoaa tutkimustulosteni mukaan tilaisuuksia kokea pätevyyttä. Havaintoa pätevyydestä voisi kuvata tunteeksi "pystymisestä".

Riskit ja epävarmuus toiminnan lopputuloksesta ovat seikkailuaktiviteettien tärkeimpiä piirteitä. Nämä tekijät liitetään myös elämyshakuisuutta tyydyttävään toimintaan. Tutkimustulosten perusteella voisi olettaa haastateltavien omaavan suhteellisen korkeat, yksilölliset elämyshakuisuuden tasot. Perustelin tätä johtopäätöstä mm. hakeutumisella yhä uudelleen toimintaan, jota luonnehtivat riskit ja niiden aiheuttama epävarmuus.

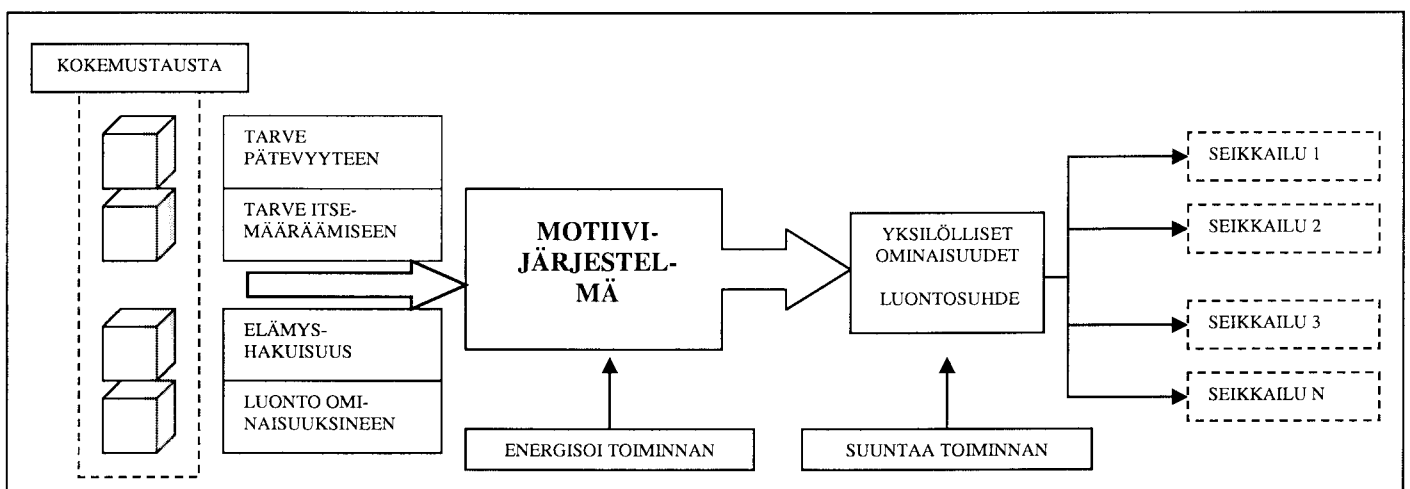
Riski on paradoksaalinen käsite. Sen läsnäolo antaa seikkailulle merkityksen. Vaikka ilman riskiä ei olisi edes olemassa kiehtovia haasteita, sen merkitys kuitenkin todentuu vasta mahdollisuudessa minimoida vaara subjektiivisilla toimilla. Riski liittyy sekä itsemääräämisen että erityisesti pätevyyden kokemiseen. Toisaalta taas riskejä sisältävä toiminta myös aktivoi toimijan aivoja jännityksellään. Tutkimustulokset tukivat oletusta, että seikkailu vastaa tarpeisiin kokea uusia ja jännittäviä kokemuksia eli tyydyttää sekä fyysisellä että henkisellä tasolla ilmenevää elämyshakuisuutta. Tämän motiivin vahvuutta ei voitu tutkimukseni avulla arvioida.

Asetetut alahypoteesit eivät pystyneet selittämään tyhjentävästi tutkimukseni päähypoteesia. Tutkimustulosten mukaan myös aito luontoympäristö tarjoamiensa emootioiden ja elämysten vuoksi on yksi primäärisistä syistä hakeutua seikkailuaktiviteetteihin. Toisaalta seikkailijan luontosuhde on viime kädessä muiden henkilökohtaisten ominaisuuksien (mm. harrastuneisuus) ohella tekijä, joka ohjaa itsemääräämisen, pätevyyden ja elämyshakuisuuden tarpeiden energisoiman toiminnan juuri aidossa luontoympäristössä tapahtuvien seikkailuaktiviteettien pariin.

Seikkailuaktiviteettien puhdas autotelinen luonne näytti myös olevan mahdollinen syy harrastamiseen. Tämä piirre oli vaikea asettaa minkään edellä mainitun hypoteesin alle. Ehkäpä kysymyksessä on Csikszentmihalyin (1990, ks. myös Jackson 1999) mainitsema itsetarkoituksellinen toiminta, jossa toiminta itse on toiminnan päämäärä?

Alahypoteesieni saadessa tukea tutkimustuloksista ja huomioitaessa myös edellinen lisäys katsoin päähypoteesini tulleen perustelluksi. Omaehtoinen seikkailu nostaa ihmisen elämän laatua, mikä on yksilön peruste harrastaa seikkailuaktiviteetteja ilmiharrastuksen tasolla. Elämän laadun kohoaminen merkitsi tutkimuksessani yksilön kasvavaa myönteistä tunnetta itsensä toteuttamisesta sisäisesti motivoivan toiminnan avulla.

*Kuvio 4* esittää tiivistetysti seikkailijan motiivijärjestelmän rakentumisen ja motiivijärjestelmän energisoiman toiminnan suuntautumisen toimijan yksilöllisten ominaisuuksien ja luontosuhteen mukaisesti.



KUVIO 4. Motiivijärjestelmän rakentuminen ja motiivien energisoiman toiminnan suuntautuminen omaehtoisen seikkailun kontekstissa

Motiivit painottuvat yksilöllisesti, seikkailijan aiemman kokemustaustan mukaisesti. Ne muodostavat yhdessä motiivijärjestelmän, joka energisoi valittavan toiminnan. Tutkimukseni kontekstissa, aitoon luontoympäristöön sijoittuvassa seikkailussa, yksilön luontosuhde muiden henkilökohtaisten ominaisuuksien ohella kohdentaa valittavan toiminnan niin yleisesti luonnossa tapahtuvaan seikkailuun kuin tarkemmin juuri tietyn tyyppisiin seikkailuaktiviteetteihinkin.

## 10 POHDINTA

### 10.1 Tutkimuksen luotettavuudesta

Tieteelliselle tutkimukselle on esitetty vaatimukset työn *reliabiliteetista* (luotettavuudesta) ja *validiteetista* (pätevyydestä). Reliabiliteetti viittaa tutkimustulosten toistettavuuteen, mikä tarkoittaa tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Validiteetti puolestaan tarkoittaa tutkimusmenetelmän kykyä mitata tarkoitettua kohdetta. Reliabiliteetti ja validiteetti ovat syntyneet kvantitatiivisen tutkimuksen yhteydessä, mikä heijastuu niiden jäykissä objektiivisuuden vaatimuksissa. (Hirsjärvi ym. 2000, 213–214.)

Ihmistä tutkivissa tieteissä on tavoite objektiivisesta täsmällisyydestä korvattu vaatimuksella *ankaruuteen* (Varto 1992, 14). Ankaruus merkitsee tutkimuskohteiden tarkastelua tavalla, joka säilyttää niihin kuuluvan merkitysten kokonaisuuden. Ankaruuden toteutumista työssäni tuki mm. aineistonkeruumenetelmä, joka salli haastateltaville aktiivisen roolin haastatteluissa sekä mahdollisuuden vaikuttaa itse käsiteltäviin teemoihin. Teemahaastattelu mahdollisti haastateltaville omien seikkailukokemusten ja oman seikkailijan roolin vapaan tulkinnan.

Haastattelusisältöjen huolellinen valmistelu oli toinen tärkeä tekijä tutkimuskohteen merkitysten säilymisessä. Haastattelun teemarungon oli katettava kaikki toimintaa määrittävät, seikkailijan ulkopuoliset tekijät (seikkailuaktiiviteetin ja aidon luontoympäristön ominaisuudet). Ainoastaan tällaisen perinpohjaisen kontekstuaalisuuden kautta oli mahdollista huomioida tutkimuksessa koko harrastajan *elämämaailma* (Varto 1992, 23). Haastattelun teemojen kartoittamisessa osoittautui eduksi tukeutua jo päteväksi havaitusta tutkimuksesta peräisin olevaan rakenteeseen. Vaikka Telaman (1992) tutkimuskohde oli hieman eriävä, luontoliikunta oli kuitenkin lähtökohdiltaan (ideologia, rakenne, olemus) riittävän samankaltainen tutkimukseni seikkailuaktiiviteettien (ks. kpl. 4.1.1) kanssa. Erityisesti apuna oli tutkimuksen tarjoama horisontaalinen laajuus teemojen suhteen, mikä tarjosi riittävän kattavan kuvan niin omaehtoiseen seikkailuun hakeutumisen motiivien kuin näiden aktiiviteettien luonteenkin ymmärtämiselle. Aineistonkeruun edetessä tekemäni ratkaisu osoittautui oikeaksi. Täysin uusia teemoja ei tarvinnut

liittää haastatteluiden sisältöön missään vaiheessa, vaan ennalta suunnittelemani kokonaisuudet johdattivat keskustelun tarpeelliseen laajuuteen.

Tutkimuksen kannalta ihminen on kompleksinen kohde. Tämä asetti haasteen kokonaisvaltaiselle lähestymiselle mm. tutkittavan ilmiön rajaamisen yhteydessä. Tarkkuuden säilyttäminen vaati erityisesti täsmällistä taustateoriaa ja analyysiin sopivan aineistonkeruumenetelmän löytämistä. Molemmat tekijät olivat tutkimuksessani mielestäni varsin hyvin rakentuneita ja perusteltuja. Ongelmaksi osoittautui tätä vastoin *triangulaation* (ks. Hirsjärvi & Hurme 2000, Hirsjärvi ym. 2000) puute. Kuinka edetä päättelyssä loogisesti eteenpäin aineiston tullessa "liian tutuksi" tarjoten loputtomalta tuntuvan määrän yksityiskohtaista tietoa? Tutkijakollegan tarjoama näkökulman vaihto olisi ollut hyödyllinen resurssi. Toisaalta taustateorian ja tutkimusmetodin perinpohjaisen hallinnan kautta tutkijan on uskoakseni mahdollista havaita analyysin kehittämisprosessi ja ohjata työtään kohti tavoitetta.

Selkeä heikkous tutkimusasetelmassa liittyi mielestäni kysymykseen seikkailijan minäkäsityksen kehittämisestä. Uskoakseni lähestyin aihetta liian suoraviivaisesti. Rauhallisempi eteneminen olisi tarjonnut haastateltaville mahdollisuuden aitojen kokemusten tulkintaan. Haastatteluissa käyttämäni, yleiskieleen kuulumaton *minäkäsitys* termi vaikutti heikentävästi vastausten laatuun esimerkiksi estämällä haastateltavien luonnollisen kerronnan.

Myös johtopäätösten tekeminen tutkimustuloksista oli yleisesti melko vaikeaa. Kompleksisen ilmiön yhteydessä oli mahdotonta osoittaa tiettyjen kokemusten liittyvän juuri yhteen, tarkasti rajattuun motiiviin. Tämä johti mm. päällekkäisyyksiin tutkimustulosten tarkastelussa.

Tutkimuksessa yksilöiden seikkailuun kohdistuvista motiiveista kontekstuaalisuus ja mahdollisuus tulkintaan ovat ehdottomasti vahvuuksia (ks. Hirsjärvi & Hurme 2000, 188). Tämä perinteisen tutkimusasetelmavaliditeetin merkityksen hylkäävä lähtökohta vapautti työni ongelmien vyyhdistä ja rakensi perustan luovan ja tulkitsevan ajattelun mahdollisuudelle. Tilannesidonnaisuus ei kuitenkaan poistanut vaatimusta olla herkkä tarkasteltavalle ilmiölle, jotta jokainen vaikuttava tekijä tulisi huomioiduksi riittävällä tarkkuudella. Itse asiassa ainoastaan näiden tekijöiden kautta oli mahdollista tulla esille todellisessa laajuudessaan mm. haastateltavieni kokemustausta ja yksilöllisyys. Lisäksi jokainen tutkimusjoukon jäsen suhtautui haastatteluun myönteisesti ja avoimesti. Heidän aktiivisuutensa ja



yksilöllisyytensä olivat arvokkaita tekijöitä aineiston kokoamisen kannalta. Luonteenlaatuisten eroavaisuudet ja yksilöllisesti painottuneet motiivien hierarkiat näkyivät rikkaana ja monipuolisena tutkimusmateriaalina.

Laadullinen tutkimus vaatii esimerkiksi tulkinnan mahdollisuuden vuoksi subjektiivisen näkökulman sallivat reliabiliteetin ja validiteetin käsitteet. Tämä ei silti tarkoittanut laadullisen tutkimuksen tekijälle lupaa tehdä mitä tahansa. Hirsjärvi ja Hurme (2000, 189) korostavatkin tutkijalla oltavaa pyrkimystä kohdeilmion mahdollisimman pätevään kuvaukseen. Tärkeimmäksi tekijäksi tämän tavoitteen edessä nousee tutkimuksen *rakenteen validiteetti*, mikä tarkoittaa sekä vaatimusta perusteltuihin ratkaisuihin työn jokaisessa yksittäisessä vaiheessa että aineiston virheetöntä litteroimista ja huomiointia. Näiden kysymysten edessä työni rakenteen täytyy puhua puolestaan. Eteneminen teoriaosan hahmottelun kautta metodin pohdintaan ja varsinaiseen tutkimukseen tapahtui mielestäni johdonmukaisesti. Vasta taustateorian selkiytyttyä oli mahdollista etsiä oikeaa tiedonkeruumenetelmää ja analyysitapaa. Toisaalta myös tutkimustulosten tarkka kuvailu oli tärkeää. Ainoastaan huolellisen kuvailun kautta lukijan on mahdollista saada haastateltavien elämismaailmasta riittävän laaja kuva myöhemmässä vaiheessa tehtyjen tulkintojen ymmärtämiseksi. Laadullisessa tutkimuksessa olikin perusteltua käyttää kerättyä aineistoa mahdollisimman rikkaasti pilkottujen merkitysten välttämiseksi. Tällaista *vahvaa kuvausta* käsitteelin kappaleessa 7.3.3.

Laadullisen tutkimuksen luonteen vuoksi perinteinen, määrällisen tutkimustradition piiristä lähtöisin oleva tutkimustulosten yleistettävyyden aste ei ollut mahdollista työssäni. Hirsjärvi ja Hurme (2000, 188) neuvovat laadullista analyysimenetelmää käyttävää tutkijaa erityisesti huomioimaan ja käyttämään hyväkseen metodinsa vahvuutta, tutkimuskohteiden ainutkertaisuutta. Mutta missä määrin tutkimustulokset ovat yleistettävissä, kun päätelmät kunkin seikkailijan motiivijärjestelmästä ovat ainoastaan tulkintojen pohjalta tehtyjä tulkintoja? Vaikka korkean yleistettävyyden asteen odottaminen ei ollutkaan realistista, uskoin suhteellisen laajan *intersubjektivisuuden* (ks. Hirsjärvi & Hurme 2000, 186), yhteisymmärryksen saman tieteenalan tutkijoiden välillä, olevan täysin mahdollinen kysymyksessä tutkimusjoukon jäsenten motiivijärjestelmästä omaehtoisen seikkailun suhteen. Arvioin lisäksi työni ennustevaliditeetin varsin hyväksi. Tutkimukseni perusteella uskoakseni voidaan ennustaa vastaavan kaltaisia tuloksia saatavan myös seuraavissa seikkailumotiivien tutkimuksissa, koska tutkimukseni taustateoria, joka

laadittiin aiempien, luotettavien tutkimusten pohjalta, antoi tukensa tuloksia ennustaneille hypoteeseille.

## 10.2 Tulosten merkitys seikkailijoille ja kasvattajille

Seikkailijan motiiveja sitoutua harrastukseensa en voinut edes olettaa ymmärtäväni muuten kuin hyvin yleisellä tasolla, vaikka tutkimukselleni asetetut hypoteesit osoittautuivatkin suhteellisen päteviksi. Hypoteesien todentumisen vaiheessa ollaan vasta hahmotettu niitä hyvin yleisiä motiivijärjestelmän osatekijöitä, jotka ilmeisimmin löytyvät jollain tasolla jokaiselta seikkailijalta. Harrastuksiin kohdistuva sitoutumisen aste sekä etsittävien haasteiden tarkempi laatu ja vaatimustaso ovat esimerkkejä erityisemmistä piirteistä, jotka ovat vielä epäselviä. Vasta ymmärrettäessä seikkailijan henkilökohtaisten motiivien keskinäistä hierarkiaa ja tunnettaessa hänen luonnettaan, voidaan tehdä tarkempia päätelmiä yksilöllisistä kiinnostuksen kohteista (ks. Kuvio 4).

On kuitenkin muistettava, että tutkimukseni tavoite oli ymmärtää omaehtoisen seikkailun syitä etsimällä ja tarkastelemalla ennalta asetettujen, varsin yleisen tason hypoteesien laatuja. Toisaalta analyysimenetelmäni sallimat, hypoteesien suhteen täysin uudet johtopäätökset aidon luontoympäristön ja erityisesti seikkailijan luontosuhteen merkityksestä toimintaan hakeutumiselle tarjosivat mielestäni erittäin arvokasta materiaalia tutkittavan ilmiön syvempään ymmärtämiseen.

Tutkimustuloksista oli kiinnostavaa havaita myös elämyshakuisuuden selkeä rooli osana seikkailijan motiivijärjestelmää. Vaikka elämyshakuisuus on tullut esille aiemmissa julkaisuissa seikkailun ilmiöstä, sitä ei ole selkeästi liitetty juuri luontoliikunnan määrittämien seikkailuaktiviteettien yhteyteen. Elämyshakuisuuden rooli seikkailua käsittelevässä kirjallisuudessa on ollut luonteeltaan irrallinen. Haastateltavieni joukossa elämyshakuisuudella oli mitä todennäköisimmin varsin keskeinen osa yksilön motiivijärjestelmässä seikkailua kohtaan.

Seikkailu on aina ollut kiinnostava kohde tutkijoille. Tieteellisen tutkimuksen ja julkaisutoiminnan vuoksi seikkailun perusolemus ja ominaisuudet ovat varsin hyvin hahmotettuja. Näiden piirteiden näkyvyyttä on painotettu erityisesti seikkailukasvatusta käsittelevässä kirjallisuudessa. Ehkäpä on koettu kasvattajien

tarvitsevan tällaista perustietoa muuten hieman vaikeasti hahmotettavissa olevasta seikkailun ilmiöstä? Näkisin kuitenkin, että seikkailun tutkimuksella ja seikkailukasvatuksella olisi aika astua askel eteenpäin: pois yleisen tason kuvailusta kohti ilmiön spesifimpää tarkastelua. Seikkailijoiden motiivien ja tiettyjen persoonallisuuden piirteiden kuten luontosuhteen tutkiminen suhteessa valittavan seikkailuaktiviteetin laatuun olisi mielenkiintoinen tehtävä tulevaisuudessa.

Vaikka seikkailua tulee muistaa käsitellä ihmistä sisäisesti motivoivana, psykofyysisenä kokonaisuutena, on viime kädessä seikkailussa aina kysymys mielestä. Henkiset tekijät ovat vahvimpia vaikuttajia tässä ilmiössä, tarkastellaanpa sitten toiminnan syitä tai lopputuloksia. Esimerkiksi elämishakuisuuden ja henkilökohtaisen arvostuksen tunteen rooleja ei saisi unohtaa. Niiden perustat ovat aivoissa: optimaalisen viriketason etsimisessä ja korkeammassa kognitiivisissa motiiveissa. Nämä muodostavat ihmisen kehityksen perustan. Halu löytää uutta, etsiä rajoja ja hallita ympäristöä on aina johtanut ihmiset opettelemaan ja etsimään. Ihmisen on aina yhä uudelleen laitettava itsensä peliin kehittymisen ja psyykkisen hyvinvoinnin turvaamiseksi. Jälleen kerran on palattu seikkailun juurille kysymykseen ihmisen kehittämisestä. Mutta mitä seikkailulla todella saavutetaan?

Seikkailukasvatuksen kannalta suurimpia haasteita on varmasti ihminen, jonka kehittymätön luontosuhde (ks. Hakonen 1995, 228) ei salli luontoympäristön arvon ymmärtämistä tai joka ei uskalla kohdata itseään haasteen edessä. Kuinka hän kokee ensimmäisen seikkailuaktiviteettinsa? Kuinka hänen kokemuksensa kehittyvät tästä eteenpäin? Metsähän voidaan kokea myös pelkästään uhkaavana ja epämiellyttävänä. Ehkä nämä tuntemukset liittyvät ikävään tosiasiaan, että kaikki eivät ole edes saaneet tilaisuutta tutustua aitoon luontoympäristöön? Ehkä nämä mahdollisuudet lisäksi yhä vähenevät tulevaisuudessa? Seikkailu kuitenkin perustuu myönteiseen ajatteluun. Uskotaan tulevaisuuteen ja luotetaan omiin mahdollisuuksiin ratkaista edessä oleva ongelma. Ollaan silti realistisia. Olisi valitettavaa, jos kasvattajat eivät uskaltaisi ottaa ensimmäistä askelta ja viedä oppilaitaan luontoon. Seikkailun ei tarvitse olla äärimmäisen vaativaa. Se tapahtuu enimmäkseen kokijan omassa päässä. Lapsia ja nuoria ei siis tarvitse tulevaisuudessakaan viedä vuorille karaistumaan. Lähimetsässä on tilaa; mielikuviutus ei aseta rajoja ja Siperia opettaa.

Mikä oli siis työni merkitys yleisesti kasvatusalalle? Tutkimustuloksia tarkasteltaessa viesti on selkeä. Se antaa kasvattajille vahvan muistutuksen seikkailun

arvosta ja merkityksestä. Seikkailu ei ole ohimenevä trendi, vaan sisäisesti motivoivaa ja kehittävää, luonnollista toimintaa.

Seikkailuaktiviteetit vaativat todellista sitoutumista todellisessa ympäristössä. Toisaalta on muistettava, että seikkailu on varsinaisesti mielentila, joka voi löytyä mistä tahansa ympäristöstä. Seikkailuna voidaan tarkastella niin maalamista kuin matemaattisen ongelman ratkaisuaakin. Seikkailun luonteenomaiset piirteet – haasteen kohtaaminen, epävarmuus lopputuloksesta, omiin kykyihin luottaminen – ovat läsnä. Kasvattajien olisi muistettava sisäisesti motivoivan seikkailun arvo. Ihmiset rakastavat haasteita. He kiinnostuvat aidosti ja haluavat koetella osaamistaan. He etsivät sitä täydellistä, optimaalista haastetta – oman pystymisensä rajaa. Ja etsinnöissään he osaavat ja ovat luovia.

Maalla, merellä tai mielessä tapahtuvat seikkailut eivät tuota suoraan valmiita huomisen johtajia ja vaikuttajia, mutta rakentavat pohjaa oikeamielisen ja kokonaisen ihmisen kasvamiselle. Ainoastaan tekemisellä, joka koskettaa koko ihmistä, voidaan oppia tietojen ja taitojen lisäksi myös asenteita ja tunteita. Seikkailu tarjoaa kokemuksia sitoutumisesta, luottamisesta, uskaltamisesta, sietämisestä, nöyryydestä, yhteistyöstä, omistautumisesta, myötätunnosta ja onnistumisesta. Seikkailu osana kasvatusta tukee ehjän ja kokonaisen minäkäsityksen kehittymistä kokijalleen. Se perustuu luottamukseen niitä arvoja kohtaan, joiden on pelätty katoavan nuorten elämästä. Seikkailun voima nousee itsensä kohtaamisesta ja ainutlaatuisen ympäristön kokemisesta. Miksi kasvatettavien tulisi oppia pitkälle erikoistuneita tietoja ja taitoja, jos heillä ei ole sisällään arvoja kertomassa siitä, miksi ja minkä puolesta tulee omassa elämässä toimia?

Ei ole syytä väittää, että luonnossa tapahtuvat seikkailut poistaisivat kasvatuksen ongelmat. Ei, vaikka seikkailu pitää sisällään paljon asioita, joita voi hyödyntää mm. peruskoulun tavoitteiden saavuttamisessa. Toisaalta seikkailun asema suomalaisessa kasvatusjärjestelmässä ei ole vielä erityisen vahva. Tähän asemaan ei myöskään ole tiedossa tuntuvaa muutosta ennen kuin ilmiön tärkeys pystytään todistamaan numeroiden avulla. Yksittäisen opettajan vastuulle jää tässäkin yhteydessä paljon kannettavaa. Mutta tuon vastuun kantaminen on varmasti monille mielekästä. He tietävät asiansa tärkeyden, koska ovat sen itse kokeneet. He tietävät, että mitään ei voi tapahtua ellei ota riskiä. Ei pieniä haavereita, mutta ei mitään myönteistäkään.

## LÄHTEET

- Aaltonen, T. (toim.) 1995. Seikkailuohjaajan käsikirja. Helsinki: Lasten keskus Oy.
- Alderman, R. B. 1974. Psychological behavior in sport. Philadelphia: W. B. Saunders Company.
- Ball, S. 1977. Motivation in education. New York: Academic Press.
- Bowles, S. 1995. What is adventure education? Teoksessa J. Suoranta & J. Eskola (toim.). Liikkuva ihminen ja kasvatus. Lapin yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja. Julkaisusarja C. Katsauksia ja puheenvuoroja 7, 68–85.
- Cavén, S. (toim.) 1992a. Seikkailun mahdollisuus. Kansalaiskasvatuksen keskuksen julkaisuja 98. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen keskus.
- Cavén, S. 1992b. Terapeuttinen seikkailu. Teoksessa S. Cavén (toim.) Seikkailun mahdollisuus. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen keskus, 61–83.
- Cavén, S. 1993. Mitä se sellainen seikkailu on? Teoksessa H. Koiso-Kanttila (toim.) Koulun seikkailupäivä 1.6. Virikkeitä opettajalle. Helsinki: Lastensuojelun keskusliitto, 13–21.
- Csikszentmihalyi, M. 1975. Beyond boredom and anxiety. The experience of play in work and games. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. 1979. The value of leisure: towards a systematic analysis of leisure activities. University of Waterloo. Research Group on Leisure and Cultural Development; No. 2. Waterloo: Otium Publications.
- Csikszentmihalyi, M. 1990. Flow - the psychology of optimal experience. New York: HarperCollins Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. & Csikszentmihalyi, I. S. 1990. Adventure and the flow experience. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 149–155.
- Daumal, R. 1967. Mount Analogue. San Francisco: City of Lights Books.
- Deci, E. L. 1975. Intrinsic motivation. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. 1985. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum Press.
- Entwistle, H. 1979. Class, culture, and education. Uusittu painos. London: Methuen and Co Ltd.

- Ewert, A. 1983. Outdoor adventure and self-concept. A research analysis. Eugene, OR: University of Oregon.
- Eysenck, H. J. 1983. A biometrical-genetical analysis of impulsive and sensation seeking behavior. Teoksessa M. Zuckerman (toim.) Biological bases of sensation seeking, impulsivity, and anxiety. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 1–27.
- Faarinen, A. 1994. Seikkailu voi elää myös koulussa. Koululiikunta 19 (4), 4–5.
- Fossi, R. & Jokinen, S. 1997. Mitä on seikkailukasvatus? Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Geertz, C. 1973. The interpretation of cultures. Selected essays. New York: Basic Books.
- Gerber, E. W. & Morgan, W. J. 1979. Sport and the body. A philosophical symposium. 2. painos. Philadelphia: Lea & Febiger.
- Gould, D. & Weiss, M. (toim.) 1987. Advances in pediatric sport sciences. Behavioral issues. Vol. 2. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Graydon, D. & Hanson, K. (toim.) 1997. Mountaineering. The freedom of the hills. 6. painos. Seattle, WA: The Mountaineers.
- Haapasalo, J. 1992. Seikkailun psykologiaa. Vuorikiipeilyä vai varkauksia. Teoksessa S. Cavén (toim.) Seikkailun mahdollisuus. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen keskus, 9–24.
- Hakonen, N. 1995. Partiojohtajan käsikirja. Mahdollisuuksia ja vihjeitä. Helsinki: Suomen Partiolaiset - Finlands Scouter ry.
- Hattingh, G. 1998. The climber's handbook. London: New Holland Publishers.
- Heinonen, O. 1995. Löytöretki seikkailuun. Teoksessa T. Aaltonen (toim.) Seikkailuohjaajan käsikirja. Helsinki: Lasten keskus Oy, 10–15.
- Houston, C. S. 1967. Mountaineering. Teoksessa R. Slovenko & J. A. Knight. (toim.) Motivations in play, games and sports. Springfield IL: Charles C Thomas Publishers, 626–636.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 1985. Teemahaastattelu. 3. painos. Helsinki: Gaudeamus.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. 6. painos. Helsinki: Tammi.

- Hurme, T. & Rantala, M. 1997. Vaarallisten lajien viehätys. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Hunt, J. 1953. The ascent of Everest. New York: Dutton.
- Hunt, J. S. Jr. 1990. Philosophy of adventure education. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 119–128.
- Jackson, S. A. & Csikszentmihalyi, M. 1999. Flow in sports. The keys to optimal experiences and performances. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- James, W. 1890. The principles of psychology. New York: Henry Holt.
- Kalakoski, M. 1995. Ulkoilun turvallisuus. Teoksessa T. Aaltonen (toim.) Seikkailuohjaajan käsikirja. Helsinki: Lasten keskus Oy, 20–31.
- Kalliokoski, P. & Saikkonen, A. 1999. Seikkailukasvatus: "Ulos luokasta, mutta ei koulusta." Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Klint, K. A. 1990. New directions for inquiry into self-concept and adventure experiences. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 163–171.
- Koiso-Kanttila, H. (toim.) 1993. Koulun Seikkailupäivä 1.6. Virikkeitä opettajalle. Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.
- Kvale, S. 1996. Interviews. An introduction to qualitative research interviewing. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Lagercrantz, D. Göran Kropp. 8000+. Bokförlaget DN.
- Lahtela, K. 1982. Vanhemman yksilön toimintakyky ja persoonallisuus I. Turun yliopisto. Psykologian julkaisuja 58.
- Lawrence, D. H. 1936. Phoenix, the posthumous papers. New York: Viking Press.
- London, H. & Exner, J. E. Jr. (toim.) 1978. Dimensions of personality. New York: Wiley Interscience Publication.
- Lyytinen, T. & Vuolle, P (toim.) 1992. Ihminen - luonto - liikunta. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 81. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämisseätiö (LIKES).
- Markova, A. K. 1990. Motivation for learning in schoolchildren. Soviet Psychology 28 (6), 21–41.
- Maslow, A. E. 1954. Motivation and personality. New York: Harper & Brothers Publishers.

- Maslow, A. E. 1971. The farther reaches of human nature. Harmondsworth, Middlesex, England: Penquin Books.
- Merton, R. K., Fiske, M. & Kendall, P. L. 1956. The focused interview. A manual of problems and procedures. Glencoe, IL: Free Press.
- Metsämuuronen, J. 1995. Harrastukset ja omaehtoinen oppiminen. Sitoutuminen, motivaatio ja coping. Teoreettinen tausta, rakenneanalyysi ja sitoutuminen. Helsingin yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Tutkimuksia 146.
- Metsämuuronen, J. 1997. Omaehtoinen oppiminen ja motiivistruktuurit. Tutkimus 3. Helsinki: Opetushallitus.
- Miles, J. C. 1990. Wilderness. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 325–328.
- Miles, J. C. & Priest, S. (toim.) 1990. Adventure education. State College, PA: Venture.
- Mortlock, C. 1987. The adventure alternative. Cumbria, England: Cicerone Press.
- Nevanlinna, T. 2000. Mitä ajattelin tänään. Tavarahissifilosofin paluu. Helsingin Sanomat, Nyt -liite 22, 50.
- Oja, P. & Telama, R. (toim.) 1991. Sport for All. Proceedings of the World Congress on Sport for All. Tampere 3.–7.6.1990. Amsterdam: Elsevier Science Publishers B.V. (Biomedical Division).
- Pietarinen, J. 1991. Principal attitudes towards nature. Teoksessa P. Oja & R. Telama (toim.) Sport for all. Amsterdam: Elsevier Science Publishers B.V. (Biomedical Division), 581–587.
- Priest, S. 1990a. The adventure experience paradigm. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 154–162.
- Priest, S. 1990b. The semantics of adventure education. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 113–118.
- Progen, J. 1979. Man, nature and sport. Teoksessa E. W. Gerber & W. J. Morgan (toim.) Sport and the body. A philosophical symposium. Philadelphia: Lea & Febiger, 237–242.
- Polari, T. 1995. Psyykinen kestävyys pitkällä erämaavaelluksella. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta. Pro gradu -tutkielma.
- Quinn, B. 1990. The essence of adventue. Teoksessa J. C. Miles & S. Priest (toim.) Adventure education. State College, PA: Venture, 145–148.
- Robinson, D. 1969. The climber as visionary. Ascent (9), 4–10.



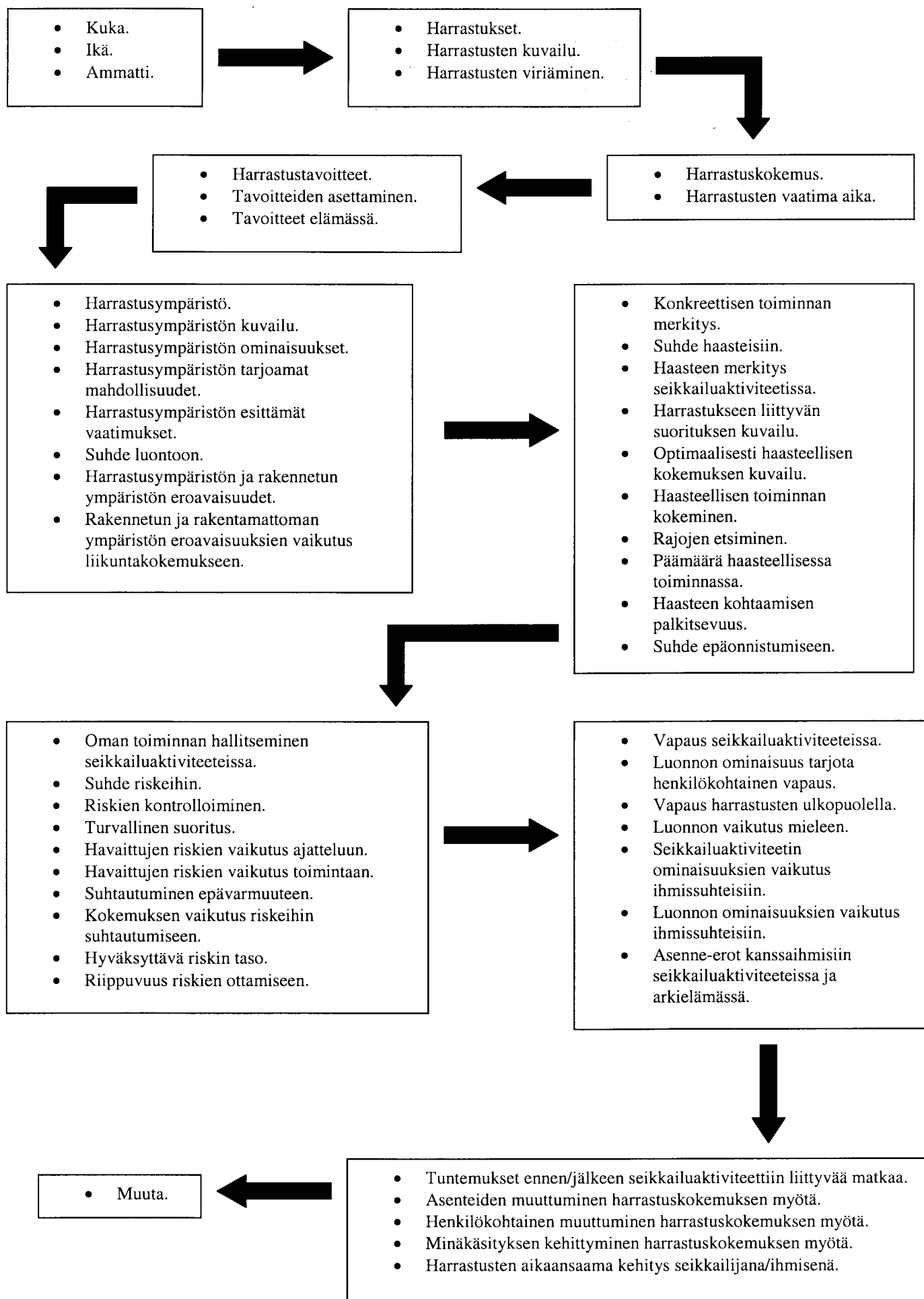
- Ronni, V. & Vaismaa, P. 1999. Seikkailu – pelkkää ramboilua vai ihmisenä kasvua? Tapaustutkimus Villi Sessio ry:n seikkailukasvatuskurssin kokemuksista. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Pro gradu -tutkielma.
- Ruohotie, P. 1976. Taideharrastukset ja taidesenteet eräiden ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden keskuudessa. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Julkaisusarja A. Tutkimusraportti 10.
- Ruohotie, P. 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Helsinki: Edita.
- Saukko, M. & Kettunen, S. 1999. Elä tai kuole. Extreme-lajien harrastajien persoonallisuuden rakenne ja toiminta sekä lajitoiminnan motiivit ja flow'n kokeminen. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Slovenko, R & Knight, J. A. (toim.) 1967. Motivations in play, games and sports. Springfield, IL: Charles Thomas Publishers.
- Somerkoski, K. 1992. Seikkailu kasvatuksessa. Teoksessa S. Cavén (toim.) Seikkailun mahdollisuus. Helsinki: Kansalaiskasvatuksen keskus, 84–103.
- Suoranta, J. & Eskola, J. (toim.) 1995. Liikkuva ihminen ja kasvatustieteellisiä julkaisuja. Jyväskylän yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja. Julkaisusarja C. Katsauksia ja puheenvuoroja 7.
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1994. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Telama, R. 1991. Nature as motivation for physical activity. Teoksessa P. Oja & R. Telama (toim.) Sport for all. Amsterdam: Elsevier Science Publishers B.V. (Biomedical Division), 607–615.
- Telama, R. 1992. Luontoliikunnan motivaatio. Luonto liikunnan harrastajan havainto-, elämys- ja kokemusmaailmana. Teoksessa T. Lyytinen, & P. Vuolle (toim.) Ihminen - luonto - liikunta. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden edistämiskeskitys (LIKES), 61–77.
- Twight, M. F. & Martin, J. 1999. The extreme alpinism. Climbing light, fast and high. Seattle, WA: The Mountaineers.
- Varto, J. 1992. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Weiss, M. 1987. Self-esteem and achievement in children's sport and physical activity. Teoksessa D. Gould & Weiss, M. (toim.) Advances in pediatric sport sciences. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, 87–120.
- Viitanen, K. 2000. Vapaus odottaa Himalajalla. Me Naiset 48 (14), 62–64.

- Virtanen, J. 2000. Ääriharrastukset vaativat uhrinsa. Helsingin Sanomat 21.5.2000, Vieraskynä.
- Vuolle, P. 1991. Nature and environments for physical activity. Teoksessa P. Oja & R. Telama (toim.) Sport for all. Amsterdam: Elsevier Science Publishers B.V. (Biomedical Division), 597–606.
- Zuckerman, M. 1978. Sensation seeking. Teoksessa H. London. & J. E. Exner Jr. (toim.) Dimensions of personality. New York: Wiley Interscience publication, 487–560.
- Zuckerman, M. 1979. Sensation seeking. Beyond the optimal level of arousal. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Zuckerman, M. (toim.) 1983. Biological bases of sensation seeking, impulsivity, and anxiety. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

## LIITE 1: Teemahaastattelun runko

Tausta	ikä, siviilisäätö, ammatti, harrastukset, harrastuskokemus, ajankäyttö, tavoitteet		SEIKKAILUAKTIVITEETTI KOKONAISVALTAISENA KOKEMUKSENA	
AITO LUONTO	Itseisarvona	<ul style="list-style-type: none"> <li>- symboli elämästä</li> <li>- jatkuvuuden ja pysyvyyden kokeminen</li> <li>- mysteerisyys</li> <li>- yhtenäisyys oman itsen ja itseä suuremman kanssa</li> </ul>		
	Havainto- ja elämysympäristönä	<ul style="list-style-type: none"> <li>- esteettisyys</li> <li>- emootiot</li> <li>- esteettisen ja fyysisen kokemuksen yhdistyminen</li> </ul>		
	Toimintaympäristönä	objektiiviset haasteet ja subjektiivisesti asetetut tavoitteet		<ul style="list-style-type: none"> <li>- konkreettinen toiminta</li> <li>- optimaalinen kokemus</li> <li>- objektiivinen, toimintaan kohdistuva palaute</li> <li>- epävarmuus lopputuloksesta</li> <li>- tunne pätevyydestä</li> </ul>
		kontrolli itsellä		<ul style="list-style-type: none"> <li>- ympäristön ennustettavuus</li> <li>- riskien otto</li> <li>- tunne itsemääräämisestä</li> </ul>
		pakenemis- ja eristäytymismahdollisuudet		<ul style="list-style-type: none"> <li>- läheisyys omaan pienryhmään</li> <li>- eristäytyminen massoilta</li> <li>- päätöksenteon ja toiminnan autonomia</li> </ul>
Uusintajana ja virkistäjänä	fyysinen aktiivisuus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- minäkäsityksen kehittyminen</li> <li>- psykofysiologiset vaikutukset</li> <li>- oppiminen (tieto/taito)</li> </ul>		
	luonnon ominaisuudet	<ul style="list-style-type: none"> <li>- turvallisuus ja myönteiset kokemukset</li> </ul>		

## LIITE 2: Esimerkki teemahaastattelun kulusta



## LIITE 3: Tutkimusjoukon jäsenet

nro	sukupuoli	siviilisäät	ikä	ammatti	harrastukset	harrastus- aika/a
1	nainen	naimaton	25	toimitus- sihteeri  freelance- toimittaja	maastopyöräily melonta ski-mountaineering mountaineering vaeltaminen jooga juoksu kuntosaliharjoittelu laitesukellus	n. 6 kk
2	mies	avoliitossa	30	freelance- toimittaja  elämyspal- veluopas  toimitus- johtaja	lumilautailu laskettelu ski-mountaineering mountaineering jooga	n. 4–6 kk
3	mies	naimisissa	50	autoilija	kuntosaliharjoittelu maastopyöräily hapkido ski-mountaineering laskettelu sukellus mountaineering matkailu	n. 6 kk