

**KULUTUS JA HYVINVOINTI VUOSINA 2010 JA 2011 ME  
NAISET –LEHDEN PÄÄKIRJOITUKSISSA**

**Henna Laakkonen  
Pro gradu –tutkielma  
Yhteiskuntapolitiikka  
Yhteiskuntatieteiden ja  
filosofian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Kevät 2012**

## TIIVISTELMÄ

### KULUTUS JA HYVINVOINTI ME NAISET -LEHDEN PÄÄKIRJOITUKSISSA VUOSINA 2010 JA 2011

Henna Laakkonen  
Yhteiskuntapolitiikka  
Pro gradu-tutkielma  
Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
Ohjaaja: Tiina Silvasti  
Kevät 2012  
57 sivua + liite 2 sivua

Tutkimuksen tavoitteena on tarkastella, millainen kulutuksen ja hyvinvoinnin suhde on Me Naiset -lehden pääkirjoituksissa vuosina 2010 ja 2011. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, mistä hyvinvointi pääkirjoitusten mukaan koostuu ja millainen rooli kulutuksella on hyvinvoinnin toteutumisessa.

Tutkimuksen näkökulma on hyvinvoinnin ja kulutuksen suhteessa arkielämän tasolla. Kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteensovittamiseen yksilötasolla liittyy ristikkäisiä paineita, joista on tullut modernin elämän keskeinen piirre. Hyvinvointi koostuu erilaisista ulottuvuuksista, joissa objektiivinen elintaso ja subjektiivinen hyvinvoinnin kokemus määrittelevät ihmisten elämänlaatua. Elintaso ei kuitenkaan riitä kertomaan subjektiivisesta hyvinvoinnista, eikä kulutuksen kasvu vauraissa länsimaissa enää tutkimusten mukaan lisää onnellisuutta. Kestävä kulutus on käsite, joka pyrkii vastaamaan kulutuksen ja hyvinvoinnin väliseen haasteeseen ottaen huomioon kulutuksen ekologiset rajat ja siten luomaan ihmisille hyvinvointia mahdollisimman pienellä luonnonvarojen käytöllä. Kestävää kulutusta tavoitellaan ostamalla ympäristöystävällisiä tai eettisesti tuotettuja tuotteita tai kuluttamalla vähemmän.

Tutkimus on laadullinen ja analyysimenetelmänä on käytetty teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Tutkimuksen aineiston muodostavat Me Naiset -lehden pääkirjoitukset vuosilta 2010 ja 2011, joita on yhteensä 96. Niistä tehdyt havaintoyksiköt on jaettu viiteen hyvinvoinnin ja kulutuksen suhdetta hahmottavaan kategoriaan, joiden perusteella vastataan tutkimuskysymyksiin.

Tutkimustulokset osoittavat, että kulutus luo hyvinvointia välillisesti, mutta pääosin hyvinvointi koostuu muista asioista kuin kulutuksesta. Ajankäyttö on ratkaisevassa asemassa ihmisten hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä. Tärkein syy henkilökohtaisen kulutuksen vähentämiseen on hyvinvoinnin lisääminen muun muassa panostamalla ihmissuhteisiin ja vapaa-aikaan. Jopa kulutusorientoituneessa naistenlehdessä kulutukseen suhtaudutaan kriittisemmin. Tutkielman tuloksista voidaan päätellä, että hyvinvointia tulisi lisätä sosiaalisia suhteita vaalimalla, sillä ihmisillä on kaipuu yhteisöllisyyteen. Hyvinvointia on pyrittävä arvioimaan muistakin kuin talouden näkökulmasta. Kuluttamattomuus ja työajan lyhentäminen ovat muutoksia, joihin yksittäiset kuluttajat eivät yhdessäkään pysty, vaan toteutukseen tarvitaan suurempia yhteiskunnan ja talouden rakenteen muutoksia.

**Avainsanat:** hyvinvointi, kulutus, kestävä kulutus

# SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	4
2 KULUTUKSESTA KESTÄVÄÄN KULUTUKSEEN.....	6
2.1 Kulutus sosiologisena ilmiönä.....	6
2.2 Kulutus ja hyvinvoinnin ulottuvuudet.....	8
2.3 Talouskasvu, kulutus ja hyvinvointi.....	10
2.4 Kulutus nyt.....	11
2.5 Kulutuksen kasvun rajat.....	12
2.6 Kestävä kulutus.....	15
3 KEINOJA KESTÄVÄN KULUTUKSEN EDISTÄMISEKSI.....	18
3.1 Ekologinen modernisaatio ja kuluttajan rooli.....	19
3.2 Talouskasvusta luopuminen eli degrowth.....	21
3.3 Kohtuullistaminen eli downshifting.....	22
3.4 Ajankäyttö ja kulutus.....	22
3.5 Kulutuskulttuurin medialisuminen.....	25
3.6 Kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteyksiä.....	26
4 TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT.....	27
4.1 Aineistona Me Naiset –lehden pääkirjoitukset.....	27
4.2 Sisällönanalyysi tutkimusmenetelmänä.....	29
4.3 Sisällönanalyysin suorittaminen käytännössä.....	32
5 KULUTUKSEN JA HYVINVOINNIN KATEGORIAT.....	34
5.1 Kulutus antaa näkökulman sosiaaliseen todellisuuteen.....	34
5.2 Pyrkimys parempaan kulutukseen.....	36
5.3 Pyrkimys elämän yksinkertaistamiseen.....	39
5.4 Kriittinen suhtautuminen kulutusyhteiskuntaan.....	40
5.5 Ajankäyttö ja sosiaaliset suhteet.....	42
6 HYVINVOINNIN JA KULUTUKSEN SUHDE AINEISTOSSA.....	45
7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KESKUSTELUA.....	50
LÄHTEET.....	53
LIITTEET.....	58

# 1 JOHDANTO

Tutkin pro gradu -tutkielmassani kulutuksen ja hyvinvoinnin suhdetta käyttäen aineistonani Me Naiset -naistenlehden pääkirjoituksia. Kiinnostukseni kulutuksen ja hyvinvoinnin väliseen suhteeseen on herännyt hiljalleen, kun mediassa on yhä enemmän kulutukseen kriittisesti suhtautuvaa sisältöä. Lehtijutuissa on käsitelty elämän hidastamista, kotoilua, työelämästä jättäytymistä ja pyrkimystä vähentää materiaalista omaisuutta kierrättämällä ja karsimalla turhaa tavaraa. Televisiossa erilaiset korjaus-, kunnostus- ja askarteluohjelmat saavat yhä enemmän katseluaikaa. Vaikuttaa siltä, että kaikenlainen arkinen puuhailu on ihailtavaa ja tavoittelemisen arvoista toimintaa. Aloin pohtia näitä ilmiöitä suuremmissa mittakaavassa ja miettiä, mistä tällainen halu muutokseen kumpuaa. Yhteiskuntapoliittisesti ajateltuna edellä mainitut hidastamisen ja karsimisen ilmiöt näyttävät liittyvän vallitsevan, kiireisen elämäntyylin kritiikkiin, jota toteutetaan eri tavoin. Ihmisten kokema hyvinvointi koostuu jostain muusta kuin kulutuksen lisäämisestä ja aineellisesta vauraudesta. Kuluskritiikki on valtavirtaistunut.

Sosiologiassa on tutkittu kulutusta ja kuluttajuutta paljon, koska kulutus antaa näkökulman sosiaaliseen todellisuuteen ja tarjoaa erinomaista aineistoa lähestyä yhteiskunnallista muutosta (Ilmonen 2007). Niinpä tutkimalla naistenlehden pääkirjoituksia pyrin saamaan tietoa siitä yhteiskunnallisesta muutoksesta, jonka prosesseissa kulutuksen merkitys muuttuu. Ihmisten arkielämästä on uudemman kulutussosiologian mukaan tullut jatkuvaa markkinavälitteistä kuluttamista, sillä yhteiskuntaelämässä mukana pysyminen edellyttää yhä päivittäisiä käyntejä ostoskeskuksissa ja supermarketeissa. Kulutukseen osallistumisesta väitetään tulleen tärkein sosiaalinen käytäntö, jonka avulla yksilö kiinnittyy yhteiskuntaan. (Räsänen 2008, 127.) Tarkastelen tätä väittämää kriittisesti tutkimuksessani.

Tutkimukseni keskittyy arkielämän näkökulmaan, jonka vuoksi valitsin aineistoksi Me Naiset -lehden. Ympäristö ja kulutus on melko vakiintunut tutkimussuuntaus, ja kansalaisten ympäristötietoutta on tutkittu paljon, mutta elämäntavan muutoksen ja laajempi kulttuurin muutosten tutkiminen eivät ole olleet riittävästi esillä (Massa ja Ahonen 2006, 9-11). Naistenlehdet ovat viihdettä ja arjen piristystä, ja huomionarvoista

on, että ne ovat itsessään kulutustuotteita. Täytyy lisäksi huomioida, että lehden lukijoista suurin osa, 87 prosenttia, on naisia. Tutkimukseni ei kuitenkaan varsinaisesti asetu naistutkimuksen lajityyppiin.

Koska kiinnostuin hyvinvoinnin ja kulutuksen aiheista seuraamalla erilaisia naistenlehtiä, päätin että ne muodostavat myös tutkimukseni aineiston. Naistenlehdet esittelevät viimeisimpiä muoti-ilmiöitä ja trendejä ja myös heijastelevat lukijoidensa ajankohtaisia mielenkiinnon kohteita. Siksi valitsin tutkimukseni aineistoksi lehden pääkirjoitukset, jotka kuvastavat lehden yleistä linjaa.

Tutkimukseni tavoitteena on selvittää:

1. Miten kulutus ja hyvinvointi tulevat esille Me Naiset -lehden pääkirjoituksissa?
2. Mistä hyvinvointi pääkirjoitusten mukaan koostuu?
3. Millainen rooli kulutuksella on hyvinvoinnissa?

Tutkielmani etenee siten, että luvussa 2 perustelen kulutuksen tutkimista yhteiskuntapoliittisesta näkökulmasta. Käsittelen kulutusta sosiologisena ilmiönä, kulutuksen yhteyttä hyvinvointiin sekä kulutuksesta ihmisille ja ympäristölle aiheutuvia ongelmia. Luvussa 3 keskityn kestävän kulutuksen hahmottamiseen ja esitän keinoja sen toteuttamiseksi. Luvun lopuksi esitän kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteyttä kootusti. Luvusta 4 alkaa työni empiirinen osuus, jossa kerron tutkimusaineistosta ja tutkimusmenetelmän valinnasta. Analyysivaihe on kuvattu luvussa 5, jonka jälkeen esitän aineiston analyysin tuottamat vastaukset tutkimuskysymyksiini luvussa 6. Johtopäätökset ja keskustelu ovat luvussa 7.

## 2 KULUTUKSESTA KESTÄVÄÄN KULUTUKSEEN

### 2.1 Kulutus sosiologisena ilmiönä

Tässä luvussa esittelen kulutuksen historiaa sosiologisesta näkökulmasta. Pohdin, miten kulutus rakentaa yhteiskunnallista todellisuutta ja miten kulutuksen tie hyvinvoinnin aikaansaamisessa on muodostunut. Tukeudun tutkimuksessani Kaj Ilmosen teoksiin, koska hän määrittelee kulutusta sosiologisena ilmiönä ja ihmisten yhteiskuntaan kiinnittymisen välineenä.

Kaj Ilmonen on tutkinut kulutuksen historiaa sosiologisesta näkökulmasta teoksessaan *Tavaroiden taikamaailma* (1993). Hänen mukaansa kulutuksen murros tapahtui 1800-luvulla, kun teollinen tuotanto, jakelun vallankumous ja markkinoiden laajeneminen saivat aikaan tuotannon ja kulutuksen sekä työn ja vapaa-ajan eriytymisen. Kehityksen keskiössä olivat elinkeinorakenteen vähittäinen muutos teollisuusvetoiseksi ja paikallisten markkinoiden korvautuminen kansallisilla markkinoilla. Ihmisten väliset riippuvuudet kasvoivat ja moninaistuivat, kun yhteiskunnallinen työnjako syveni. Omaan käyttöön tarkoitettujen hyödykkeiden sijasta alettiin valmistaa tuotteita markkinoille, jolloin niitä ilmaantui kysymään uusi yhteiskunnallinen toimija, kuluttaja. Tuottajat ja kuluttajat ovat toiminnallisia, funktionaalisia yhteiskunnallisia asemia sosiaalisessa elämässä, jotka edellyttävät toisiaan. Toisaalta niiden välillä vallitsee jyrkkiä intressivastakohtaisuuksia, jotka sijoittuvat tarpeiden järjestelmän perusolottuvuuksille: suhteessa luontoon, toisiin ihmisiin ja itseen. Ristikkäisten paineiden yhteensovittamisesta yksilötasolla on tullut modernin elämän keskeinen piirre.

Ilmonen (2007) jakaa kulutuksen sosiologian historian vaihteita kolmeen aaltoon. Ensimmäinen aalto sijoittuu 1800-luvun loppuun, jolloin teollistumisen seurauksena kulutusesineitä alkoi tulvia markkinoille. Kulutus nähtiin jo osana modernia elämäntapaa ja muotia sen keskeisenä ilmiönä. Kulutussosiologian klassikoilta Georg Simmeliltä ja Thorstein Vebleniltä on peräisin trickle down -teoria, jonka mukaan vallitseva muoti valuu yhteiskunnallisen hierarkian ylemmiltä kerroksilta alemmille. Ylempien luokkien oli jatkuvasti hankittava kulutushyödykkeitä oman asemansa kohentamiseksi ja erottuakseen

alemmista luokista. Kulutus sai tästä liikevoimansa ja trickle down –mekanismi edelleen huomiota osakseen.

Kulutussosiologian toinen aalto ajoittuu maailmansotien väliseen ja toisen maailmansodan jälkeiseen aikaan, jolloin kulutus nähtiin myös suurkaupunkielämän ilmentäjänä. Populaarikulttuuria pidettiin modernin elämän ilmentäjänä ja sitä syytettiin tavarafetisismien yleistymisestä. Muoti muuttui pikemminkin ajasta kuin luokasta kertovaksi ilmiöksi. Kuluskriittisyys liittyi kuluttajien manipulointiin markkinoinnin avulla, tuotteiden keinotekoiseen vanhentamiseen ja edelleen kapitalistisen yhteiskunnan kritiikkiin. Toisaalta kuluttajat nähtiin aktiivisina toimijoina ja heidän ajateltiin kulutuksessaan välittävän omia arvojaan ja tavoitteitaan. (Ilmonen 2007, 22.)

Kolmas aalto kulutussosiologiassa sijoittuu 1970-luvun lopulle, jolloin kuluttamisen moralisointi vaihtui kulutuksen merkitykseen yhteiskunnallisena toimintana. Kulutus avaa näkökulman vallitseviin sosiaalisiin jakoihin ja yhteiskunnalliseen aikaan. 1980- ja 1990-luvuilla kulutussosiologiassa painottui kulutuksen merkitys sosiaalisten identiteettien muodostuksessa. Kun kulutus on nähty oleellisena identiteetin osana, sitä on alettu pitää tärkeänä ajan hengen muutoksen ilmaisijana. Yksi kulutussosiologian suuntaus pohtii tarpeita ja haluja kulutuksen lähtökohtina ja tuloksena. Tarpeet nähdään kulttuurisen suodattimen välittiminä ja historiallisesti muuttuvina voimina, jotka tyydyttymättöminä toimivat kulutusyhteiskunnan kasvualustana. (Ilmonen 2007, 23–25.)

Nykysuuntia kulutussosiologiassa ovat mielenkiinto kulutuksen kokemukselliseen puoleen ja esine-henkilö-suhteen emotionaaliseen sidokseen, kulutusritiineihin ja arkielämän kulutukseen sekä kulutuksen lopputuotteiden, jätteiden, käsittelyyn ja kierrätykseen. Kulutukseen liittyvien merkitysten ja sen tutkiminen, miten ne kytkeytyvät yhteiskunnan ajallis-paikallisiin ja sosiaalisiin rakenteisiin sekä identiteetin muodostamiseen jatkuu edelleen. (Ilmonen 2007, 26–29.)

Ilmosen (1993, 2007) mukaan kulutusta ei voi ymmärtää yksin taloudesta käsin, koska kulutus sijoittuu valtion, talouden ja kansalaisyhteiskunnan saumaan. Elämismaailmaan siirryttyään kulutus avustaa arkielämän rakentamista, sosiaalisten siteiden ylläpitämistä, sosiaalisten erojen julkittomista ja oman sosiaalipsykologisen minuuden rakentamista. Kulutus ja tavarat ovat keskeisiä tekijöitä siinä tapahtumaketjussa, jossa ihmiset tuottavat

itsensä yhteiskunnassa. (Ilmonen 2007, 78.) Kulutus antaa arkipäivälle mielen, rytmittää sitä ajallisesti ja sijoittaa meidät sosiaalisiin tilanteisiin (Ilmonen 1993, 11).

## **2.2 Kulutus ja hyvinvoinnin ulottuvuudet**

Erik Allardt (1976) käsitteistö hyvinvoinnin ulottuvuuksista muodostaa tutkimukseni teoreettisen pohjan, jota vasten tarkastelen kulutusta. Kulutus on ensisijaisesti nähty elintaso nostattavana toimintana, mutta kulutuksen avulla luodaan myös identiteettiä ja sosiaalisia suhteita. Elintaso, elämänlaatu ja onnellisuus ovat hyvinvointiin liittyviä käsitteitä, joilla on kuitenkin erilaiset painoarvot.

Erik Allardt (1976) määrittelee teoksessaan *Hyvinvoinnin ulottuvuuksia* hyvinvointia tarpeen käsitteen avulla, jolloin hyvinvointi on tila, jossa ihmisillä on mahdollisuus saada keskeiset tarpeensa tyydytetyksi. Hyvinvoinnin analyysi edellyttää toivotun asiointilan tai ”hyvän yhteiskunnan” mallia, mikä onnistuu paremmin määrittelemällä ensin huonot olosuhteet, sillä ihanteellisen tilan määrittelemiseksi ei ole tieteellisiä mahdollisuuksia. Hyvinvointiarvojen toteutuminen muuttaa huonoja olosuhteita ja samalla ihmisten tarpeita ja tavoitteita. Tarpeen käsitteellä on kaksi keskeistä käyttötapaa, jolloin siihen viitataan toisaalta sosiaali- ja yhteiskuntapoliittisten ohjelmien vaikuttimena, toisaalta inhimillisen käyttäytymisen selittäjänä. Tarpeita tutkimalla päästään selville tavoitteista ja arvoista, jotka määrittävät hyvinvoinnin käsitettä. Kun hyvinvointi asetetaan hyvän yhteiskunnan perustaksi ja sanotaan hyvinvoinnin edellyttävän tiettyjen tarpeiden tyydyttämistä, ilmaistaan samalla sosiaalisia arvoja. Arvot edustavat sellaista, mikä on tavoittelemisen arvoista tai mistä on puutetta. Hyvinvointiarvot määritellään väestön tarpeiden perusteella.

Allardt (1976) esittelee hyvinvoinnin, onnellisuuden, elintason ja elämänlaadun eroja. Hyvinvoinnin aste määräytyy tarpeentyydytyksen asteesta, kun tarpeilla tarkoitetaan perustarpeita, joiden tyydyttymättä jääminen tarkoittaa huonoja olosuhteita. Onnellisuuden aste määrittyy sen mukaan, kuinka onnelliseksi ihmiset itsensä kokevat eli subjektiivisten kokemusten ja tunteiden mukaan. Elintaso koostuu aineellisista resursseista, joiden avulla yksilö voi ohjata elinehtojaan. Elintaso liittyy tarpeisiin, joiden tyydytys määritellään aineellisten resurssien, kuten tulojen, asunnon ja työllisyyden, avulla. Sen sijaan



sosiaalisten ja itsensä toteuttamisen tarpeiden tyydytys määrittellään inhimillisten suhteiden laadun perusteella, toisin sanoen elämänlaadulla.

Hyvinvoinnin analysoiminen edellyttää Allardtin (1976) mukaan hyvinvoinnin ulottuvuuksien määrittelyä. Hyvinvoinnin ulottuvuudet määrittellään siten, että ne voidaan liittää sekä inhimillisiin tarpeisiin että yhteiskuntarakenteen ominaisuuksiin. Silloin todellista maailmaa verrataan toivottuun maailmaan, jolloin vertailuista tulee helposti epärealistisia. Sen vuoksi hyvinvoinnin tasoa arvioitaessa on tärkeää verrata todellisia tilanteita vertaamalla eri yhteiskuntia tai samaa yhteiskuntaa eri aikoina. Hyvinvointi määräytyy historiallisesti, ja se täytyy määrittellä uudelleen kun historialliset olosuhteet muuttuvat.

Allardt (1976) jakaa keskeiset hyvinvointiin vaikuttavat tarpeet kolmeen ulottuvuuteen: elintasaan (Having), yhteisyys-suhteisiin (Loving) ja itsensä toteuttamisen muotoihin (Being). Allardtin mukaan elintason osatekijöitä ovat tulot, asumistaso, työllisyys, koulutus ja terveys. Yhteisyys-suhteisiin kuuluvat paikallisyhteisyys, perheyhteisyys ja ystävyys-suhteet. Itsensä toteuttamisen muotoja ovat arvonanto, korvaamattomuus, poliittiset resurssit ja mielenkiintoinen vapaa-ajan toiminta. Osatekijät voivat olla myös ristikkäisiä, esimerkiksi koulutus ammattipätevyyden antajana kuuluu elintasaan, kun se sivistyksenä on itsensä toteuttamisen muoto. Yksilökeskeisen näkökulman mukaan tarpeentyydytys ja arvojen toteutuminen tuottavat yksilölle resursseja, jotka taas edistävät muiden tarpeiden tyydyttämistä. (Allardt 1976, 50.)

Allardtin (1976) mukaan objektiivisia ja subjektiivisia elinoloja pitäisi tarkastella rinnakkain, koska objektiivinen elintaso ja subjektiiviset kokemukset ovat yllättävän irrallaan toisistaan. Hyvinvointi koostuu elintasosta ja elämänlaadusta, joita molempia voidaan mitata ja molempien tutkimisessa voidaan käyttää sekä objektiivisia että subjektiivisia kriteereitä. Tutkimukseni näkökulma on hyvinvoinnin subjektiivisissa kokemuksissa, sillä lehtijutut välittävät subjektiivisia kokemuksia lukijoille.

## 2.3 Talouskasvu, kulutus ja hyvinvointi

Läntisessä maailmassa edistysajatteluun kuuluu usko historian lineaariseen kehittymiseen. Tätä uskoa käytetään edelleen perusteluna talouden globalisaatiolle ja kulutuksen kasvulle. Globaalissa maailmantaloudessa edistystä mitataan sen perusteella, kuinka hyvin kansallisvaltioiden politiikka kykenee kasvattamaan taloudellisen toiminnan suuruutta, parantamaan tuotannontekijöiden tehokkuutta, poistamaan kaupankäynnin esteitä ja erikoistumaan ja yhdentymään muun maailman kanssa. (Tahlberth 2008, 41.) Perinteisessä taloudellisessa mallissa tie hyvinvointiin kulkee kulutuksen kautta; mitä enemmän ihmiset omistavat, sitä paremmin heillä menee. Kulutuksen kasvun ajatellaan kertovan hyvinvoinnin lisääntymisestä. (Jackson 2008, 74.)

Elintason mittarina on tapana käyttää henkeä kohti laskettua bruttokansantuotetta niin kansainvälisissä vertailuissa kuin yhden maan kehityksen kuvaajanakin. Lisääntynyt kulutus johtaa talouskasvuun, minkä vuoksi bruttokansantuotteen kasvattamisesta on tullut politiikan tärkeimpiä päämääriä. Henkeä kohti laskettu kansantuote on kuitenkin mittaluku tuotantotoiminnan ja vaihdantatalouden laajuudelle, joten se ei ole varsinaisesti elintason tai hyvinvoinnin kuvaaja. Bruttokansantuotteen arvoa lisäävät niin sosiaali- kuin sotamenot. BKT ei mittaa luonnonvarojen kulutusta eikä ympäristökuormitusta, kuten ei myöskään ihmisten hyvinvointia tai onnellisuutta. Suomessa elintaso BKT:lla mitattuna nousi 1900-luvun alusta ensimmäiseen maailmansotaan asti, kun työväestön palkat kehittyivät ja kulutusmahdollisuudet lisääntyivät. Tavaratuotanto lisääntyi ja teollisuustuotteet korvasivat kotona tehtyjä tuotteita. Elintason noususta huolimatta yhteiskunnallinen tyytymättömyys lisääntyi. (Karisto ym, 1997.)

Pekka Kuusi (1963) arvioi teoksessaan *1960-luvun sosiaalipolitiikka*, että hyvinvoinnin kehittämisen suurin este 1960-luvun Suomessa oli materiaallinen niukkuus, jonka vuoksi yhteiskuntapolitiikan painopisteeksi tulee ottaa talouskasvun edistäminen. Kuusen mukaan kansalaisen paras on, kun mahdollisimman monen elintaso kohoaa samanaikaisesti. Taloudellisen kasvupyrkimyksen ytimessä oli kansalaisen tarve kulutuksen lisäämiseen. Kuitenkin Kuusi arvioi, että suomalainen yhteiskunta voisi joskus 2000-luvulla saavuttaa sellaisen materiaallisen hyvinvoinnin tason, jossa taloudellisten tavoitteiden vetovoima heikkenee. Edelleen hän arvioi, että taloudellisen kasvun rajat määräytyvät ajan mittaan

juuri kansalaisten kulutuspyrkimysten mukaan, eikä sen mukaan miten aineellistekniset tekijät säätelevät kasvua. (Kuusi 1963, 30.)

Kulutushyödykkeiden lisääntyvä valinnanpaljous ja yksilöllisille kulutusvalinnoille annettu painoarvo mahdollistavat nyky-yhteiskunnan kulutusyhteiskuntana, jonka edellytyksenä ovat olleet teollistuminen ja massatuotanto. Kulutushyödykkeiden tarjonnan laajentuminen, hintojen lasku ja yleinen varallisuuden nousu ovat mahdollistaneet kulutuskäytäntöjen nousemisen keskeiseksi arkitoiminnoksi ja sosiaalisen identiteetin rakennusaineeksi. Nykyisissä kulutusyhteiskunnissa ihmisten tehtäväksi ei nähdä enää toimintaa materiaalisessa tuotannossa, vaan tehtävät siirtyvät palvelusektorille. Tuotantoon osallistumista ei enää koeta ensisijaiseksi yhteiskunnalliseksi tehtäväksi, sen sijaan kulutuksen roolista on tullut keskeinen jälkiteollisessa elämäntavassa. Tästä seuraa, että tuotannollisiin asemiin, kuten ammatti tai koulutus, liittyvien statusten merkitys sosiaalisen identiteetin muodostamisen ja tietyn elämäntyylin ylläpitämisen lähteenä vähenee ja tilalle nousevat vapaa-ajan kulutusrutiinit. (Räsänen 2008, 126.)

Kapeasti ymmärrettyinä kulutus käsitteenä viittaa tuotteiden ja palveluiden ostotapahtumaan. Laajasti määriteltynä kulutus on se inhimillisen toiminnan alue, jossa talouden tuotoksia hyödynnetään ja jossa niiden arvo kulutetaan. Kulutuskeskustelu pyrkii siis ymmärtämään sitä, miten hyvin talous on valjastettu tuottamaan yksilöille hyvinvointia ja miksi ja missä oloissa tietyt materiaaliset hyödykkeet sitä tuottavat. (Jalas 2004, 212.) Kulutus voidaan määritellä monin tavoin. Kulutukseen vaikuttavat eri toimijat markkinoista julkiseen valtaan, kansainvälisiin organisaatioihin ja kansalaisjärjestöihin. Tässä tutkimuksessa keskityn kuitenkin yksilöihin, koska pyrin pitämään arkielämän näkökulman hyvinvoinnin ja kulutuksen tutkimisessa.

## **2.4 Kulutus nyt**

Kulutuksen merkitys hyvinvoinnin tuottamisessa on muuttunut sitä mukaa, kun vauraus on lisääntynyt. Kuten Kuusi (1963) ennakoi, 2000-luvulla on saavutettu sellainen materiaalsen hyvinvoinnin taso, että hyvinvoinnin edellytyksiä tulisi arvioida uudelleen. Useiden uusimpien tutkimusten mukaan hyvinvointia tuottavat muut kuin materiaaliset

arvot, kun mitataan ihmisten subjektiivista kokemusta hyvinvoinnista tai arvioidaan hyvinvointia muilla mittareilla kuin bruttokansantuotteella.

Esimerkiksi Elinkeinoelämän valtuuskunnan EVA:n vuosien 2004–2005 vaihteessa teettämän arvo- ja asennetutkimuksen mukaan suomalaisten valtaenemmistö (neljä viidestä tutkimukseen vastanneesta) kokee olevansa melko onnellisia. Onnen tärkeimmät osa-alueet tutkimukseen osallistuneiden mukaan ovat perhe-elämä ja sen ihmissuhteet, terveys ja turvattu perustoimeentulo. Sen sijaan hyvät tulot, varakkuus ja korkea elintaso saivat vähäisen painoarvon onnellisuuteen vaikuttavina tekijöinä. Tutkimuksen mukaan taloudellinen hyvinvointi korreloi lievästi positiivisesti onnellisuuden kanssa ja rahankäyttöään harkitsemaan joutuvien kokema onnellisuus on vähäisempää. Luonnosta nauttiminen koettiin keskitärkeäksi osaksi onnellisuuden kokemusta. Tutkimuksen valossa henkinen tarpeentyydytys jättää materian ja siihen liittyvät mieliteot kauas taakseen. Tutkimuksen yhteiseksi nimittäjäksi muodostuu elämän perusturvallisuus. (Torvi ja Kiljunen 2005.)

Tilastokeskuksen (2008) mukaan talouskasvu ei enää 1980-luvun lopun jälkeen ole lisännyt ihmisten kokemaa hyvinvointia, kun hyvinvoinnin mittarina käytetään aidon kehityksen indikaattoria Genuine Progress Indexiä eli GPI:tä. GPI on bruttokansantuloa korjaava mittari, jonka lähtökohtana ovat tulojaolla painotetut yksityiset kulutusmenot, joita korjataan erilaisten hyvinvointiin vaikuttavien tekijöiden taloudellisilla arvoilla. GPI huomioi lisäksi talouskasvun kestävyden ja talouden aiheuttamat ympäristövaikutukset hinnoittelemalla ympäristöhaitat. Suomen GPI kasvoi vuoteen 1989, mutta sen jälkeen kääntyi laskuun ollen 2000-luvulla 1970-luvun tasolla. Tuotannon kasvun aikaansaamat positiiviset hyvinvointivaikutukset eivät ole lisänneet tavallisen suomalaisen hyvinvointia. Hyvinvointia laskevat kasvavat tuloerot ja talouden elämänlaatua heikentävien vaikutusten ja ympäristövaikutusten lisääntyminen. (Tilastokeskus 2008.)

## **2.5 Kulutuksen kasvun rajat**

Kestävän kehityksen periaatteiden yleistymisen myötä myös kulutustapoihin kiinnitetään enemmän huomiota. Etenkin länsimaiden kulutustaso on kestävämmällä pohjalla, ja maapallon kantokyky ylittyy. Kestävän kulutuksen käsite voi olla ratkaisu kulutuksen ja

hyvinvoinnin väliseen ristiriitaan. Kulutuskulttuurin on muututtava kestävämmäksi, koska ekologiset kasvun rajat tulevat vastaan.

Kulutusorientoituneet elämäntavat teollisuusmaissa ovat ympäristön kannalta kestävämpiä, koska ruuantuotanto, kuljetus ja asuminen muodostavat suurimman osan päästöistä, maankäytöstä, veden kulutuksesta ja materiaalivirroista. Siirtyminen kohti kestävästä yhteiskuntaa, jossa kaikkien tarpeet tulevat huomioiduiksi, vaatii tarpeiden uudelleenmäärittelyä. Ensimmäinen askel on tunnustaa, että monet tarpeistamme ovat sosiaalisessa kontekstissa muotoutuneita eivätkä sinänsä luontaisia ihmisille. (Michaelis 2004, 228.) Kulutuskeskeisessä kulttuurissa elämäntarkoitusta, tyydytystä ja hyväksyntää haetaan ensisijaisesti tavaroiden ja palvelujen kulutuksesta. Tämä voi esiintyä eri kulttuureissa eri tavoin, mutta kaikkialla se johtaa siihen, että suuri kulutus liitetään menestykseen ja hyvinvointiin. Tutkimusten mukaan lisääntyvä kulutus ei kuitenkaan välttämättä tuo yksilölle parempaa elämänlaatua. (Assadourian 2010, 35.)

Talouden tarkoitus tähän asti on ollut tuottaa yhä enemmän tuotteita ja palveluita johtaen talouskasvuun. Bruttokansantuotteella mitataan tuotannon taloudellista arvoa, mutta se kuvaa huonosti yhteiskunnan hyvinvointia, eikä kerro elämänlaadusta. Ilmastonmuutos, luonnonvarojen hupeneminen, tuhoutuvat ekosysteemit ja taloudellinen epävakaus kertovat tarpeesta siirtyä uudenaikaiseen taloudelliseen järjestelmään. Tässä järjestelmässä taloudellista edistystä mitataan hyvinvoinnin kasvulla, ei markkinatalouden suuruudella. Talouden mittarit on käännettävä mittaamaan, miten vähällä kulutuksella voidaan saavuttaa parannuksia elämänlaadussa. Edistystä on mitattava sen mukaan, miten nopeasti voidaan luoda puitteet uusiutuvalle energialle, tyydyttää inhimilliset perustarpeet ja lisätä inhimillistä ja luonnon pääomaa. (Talberth 2008, 44.)

Kotitalouksissa tapahtuva tuotanto, kuten ruuanlaitto, siivous, lastenhoito ja pienet korjaustyöt, eivät sisälly bruttokansantuotteeseen. Myös tavaroiden ja palvelujen siirtyminen epävirallisina vaihtokauppoina tai lahjoina kotitalouksien välillä jää BKT:n ulkopuolelle. Bruttokansantuotteen ulkopuolelle jää lisäksi yhteisvaurauden tuottamat palvelut, joita ovat esimerkiksi kaupunkien julkiset rakennukset, Internet, osa kouluista ja sairaaloista, tieteellinen tieto ja suuri osa populaari- ja korkeakulttuurista. Yhteisvaurautta ovat yhteiset metsät, kalastusalueet, auringon valo ja lämpö. Kaikkea tätä bruttokansantuotelaskelmien ja vallitsevan talouspuheen (jotka muodostavat virallisen

talouden) ulkopuolelle jäävää osaa kutsutaan epäviralliseksi taloudeksi. Yhdessä virallinen ja epävirallinen talous muodostavat laajennetun talouden. Jos yhteiskunnallisessa keskustelussa virallinen talous korvattaisiin laajennetulla taloudella, ympäristönsuojeluvaatimukset eivät uhkasi taloudellista kasvua, koska ympäristötuhot alentaisivat sitä. (Tammilehto 2008, 88–89.)

Brundtlandin raportti, Rion konferenssi ja Local Agenda 21:n laatiminen vuonna 1992 laajensivat ympäristöpolitiikan koskemaan myös kuluttamista ja kansalaisten paikallista toimintaa aiempaan tuotanto-orientoituneeseen näkökulmaan verrattuna (Ropke ja Reisch 2004, 4). Ekologisen modernisaation suuntaus yhdistettynä talouden liberalisointiin 1990-luvulla merkitsi yhä useampien toimijoiden sisällyttämistä liittyen globaaliin hallintaan ja ympäristön sääntelyyn. Parannuksia ympäristöön odotettiin tapahtuvaksi vapaaehtoisten toimenpiteiden avulla, poliittisten kuluttajien tukemana ja ympäristöystävällisten tuotteiden merkinnöillä. 1990-luvulla alkoi keskustelu kuluttajakansalaisen oikeuksista ja velvollisuuksista. Sitä luonnehti ekologisuus, eettisyys, solidaarisuus suhteessa kolmanteen maailmaan ja reilun kaupan organisaatioiden toiminta. (Heinonen 2004, 176.)

Nykyiset instituutiot ja vallitseva maailmankatsomus ovat syntyneet teollisen vallankumouksen alkuaikoina, jolloin luonnonvaroja oli yltäkyläisesti ja ihmisiä vain vähän. Hyvinvoinnin kasvun tiellä olivat huono infrastruktuuri ja kulutushyödykkeiden heikko saatavuus. Nyt asetelma on toinen. Luonnonvaroja on vain vähän ja ihmisiä sitäkin enemmän. Fossiilisten polttoaineiden käyttö kuluttaa uusiutumattomia luonnonvaroja ja tuottaa päästöjä kuluttaen ekosysteemejä entisestään. Energia- ja luonnonvarat ovat riittämättömiä nykyisessä tilanteessa. (Michaelis 2004, 228.)

Tilastotieteilijä Jukka Hoffrén (2010) esittää, että pelkistettynä uusklassisen talousteorian mukaan talouden tarkoitus on ihmisten hyvinvoinnin kohottaminen maksimoimalla mahdollisuudet hankkia hyödykkeitä. Työnteolla pyritään entistä korkeampaan tulotasoon, jotta saavutettaisiin entistä korkeampi hyöty- eli hyvinvointitaso. Ihmisten taloudellista käyttäytymistä ohjaa periaate, jonka mukaan he haluavat käytettävissä olevilla voimavaroillaan hankkia mahdollisimman suuren hyvinvoinnin itselleen. Vastaavasti he haluavat mahdollisimman suuren korvauksen tekemästään työstä. (Hoffrén 2010, 20).

Taloukasvun saa aikaan ihmisten pyrkimys jatkuvasti nostaa tarpeidensa tyydytyksen tasoa. Globaali talous on kuitenkin osa maapallon rajallista ekosysteemiä, jota nykyisenlainen taloukasvu ei voi lopulta ylittää. Kulutuksen kasvu on aina kumonnut parannukset, jotka on saavutettu luonnonvarojen ja energian tuotannon ja kulutuksen ekotehokkuudessa. Kun hyödykkeitä on saatavissa enemmän, niitä myös hankitaan enemmän riippumatta siitä lisäävätkö ne todella hyvinvointia. Oletus kuluttajien pyrkimyksistä maksimaaliseen tarpeiden tyydytykseen talouden tuottamien hyödykkeiden avulla johtaa maailmantalouden laajentumiseen luonnon kustannuksella. Taloukasvun ulkoisvaikutusten määrä kasvaa nopeammin kuin talouden tuottamien hyödykkeiden arvo, jolloin kuluttajien ja koko yhteiskunnan hyvinvointi heikkenee. (Hoffrén 2010, 22.)

Arto O. Salonen (2010) on väitöskirjassaan *Kestävä kehitys globaalien ajan hyvinvointiyhteiskunnan haasteena* tutkinut kestävän kehityksen mukaista ihmisen arjen rakentumista. Salosen mukaan kulutuskeskeisyydestä irrottautuminen on kestävän kehityksen keskeisin haaste. Materiakeskeisyys vie tilaa sosiaalisilta suhteilta, jolloin ihmisen arvojen välille muodostuu epätasapainoa ja tarpeiden täyttymättömyyttä, mikä saa ihmiset kokemaan tyytymättömyyttä, ahdistusta ja stressiä. Kulutuskeskeisyydestä irrottautuessa materiaaliset arvot korvautuvat henkisillä arvoilla kuten sosiaalisten suhteiden ja itsensä toteuttamisen vaalimisella. Materiaalisten arvojen korvautuessa sosiaalisilla arvoilla lisääntyy pyrkimys sosiaaliseen osallisuuteen, yhteisöllisyyteen, elämän hallintaan ja vaatimattomuuteen. (Salonen 2010, 252.)

## **2.6 Kestävä kulutus**

Alun perin kestävä kulutus määriteltiin kestävän kulutuksen konferenssissa vuonna 1994 Oslolla, josta käsitteen määritelmä lainattiin myös YK:n Kestävän kehityksen toimikuntaan (Comission on Sustainable Development, CSD) vuonna 1995. Oslon konferenssi keskittyi ensisijaisesti teollisuusmaiden kulutukseen ja kattoi kestävän kulutuksen kaikki osa-alueet tuotanto- ja kulutusrakenteista niiden ympäristöllisiin, taloudellisiin ja sosiaalisiin vaikutuksiin. Konferenssissa esitetty kestävän kulutuksen määritelmä kuuluu näin: ”Kestävä kulutus on palveluiden ja tuotteiden käyttöä, jotka vastaavat perustarpeisiin ja tuovat parempaa elämänlaatua samalla kun vähennetään luonnonvarojen ja myrkyllisten materiaalien käyttöä ja saasteiden ja jätteiden määrää

tuotteiden ja palvelujen elinkaaren aikana siten, että tulevien sukupolvien tarpeita ei riskeerata.” Kestävä kulutus on osa jatkumoa, joka sisältää vaiheet raakamateriaalin käsittelystä tuotteen valmistukseen, tuotteen ostoon ja käyttöön liittyvät tekijät ja lopulta tuotteen hävittämisen. Jokaisella vaiheella on ympäristövaikutuksensa. (Norwegian Ministry of the Environment, 1994.) Konferenssin mukaan kestävän kulutuksen saavuttamiseksi vaaditaan perinteisten kehityksen mittareiden uudelleenarviointia teollistuneissa maissa. Perusopit talouskasvusta, tehokkuudesta, tuottavuudesta ja elintasosta tulisi arvioida uudelleen luonnonvarojen ehtymisen, ympäristövaurioiden ja sosioekonomisten ongelmien valossa.

Kestävän kehityksen idea on rajoittaa yksilön vapautta yhteisen hyvän nimissä, mikä edellyttää yksilöllisten ja yhteiskunnallisten valintojen tekemistä nykyisyyden ja tulevaisuuden välillä. Välittömään tyydytykseen tähtäävä yksilöllinen käyttäytyminen vie pohjaa sekä yksilön omalta että yhteisön hyvinvoinnilta. Kestävän kehityksen tehtävä on estää tämä hyvinvoinnin mureneminen ja säilyttää tasapaino nykyisyyden halujen ja tulevaisuuden tarpeiden välillä. (Jackson 2008, 83.)

Sylvia Lorek (2009) on väitöskirjassaan tutkinut kestävän kulutuksen käsitettä. Lorekin oma määritelmä on lyhyempi kuin Oslon konferenssin: kestävä kulutus pyrkii saavuttamaan korkean suhteen perustarpeiden tyydyttämisen ja luonnonvarojen käytön välillä, toisin sanoen, kestävä kulutus tuo ihmiselle hyvinvointia mahdollisimman pienellä luonnonvarojen käytöllä. Lorekin (2009) mukaan kulutuksen vähentäminen koskee ensisijaisesti länsimaita ja hän huomioi, että maailman köyhille on taattava riittävä kulutustaso. Kulutuksen vähentämisen pitää olla tarpeeksi suurta länsimaissa, jotta resursseja jää myös köyhempien käytettäväksi kestäväan kulutukseen.

Lorekin (2009) tutkimuksen mukaan kestäväa kulutusta tavoitellaan kahdella eri tavalla. Ensimmäinen tapa on valita tuotteita ja palveluita, joiden ympäristökuormitus on pienempi tai ne kuluttavat vähemmän luonnonvaroja kuin muut vastaavat tai että ne ovat vastuullisesti tuotettuja, kuten esimerkiksi reilun kaupan tuotteet. Tätä tapaa Lorek kutsuu heikoksi kestävän kulutuksen (Weak Sustainable Consumption) lähestymistavaksi. Toinen tapa lähestyä kestäväa kulutusta on kulutuksen määrän vähentäminen, jota hän nimittää vahvaksi kestäväksi kulutukseksi (Strong Sustainable Consumption). Ensimmäinen tapa on osoittautunut hankalaksi haasteeksi käytännössä ja sitä on käsitelty tuhansissa



tutkimuksissa, kampanjoissa ja konferensseissa ympäri maailmaa, kun taas jälkimmäinen tapa näyttää välttämättömältä, jotta vakavat ongelmat ihmisiä ja maailmaa kohtaan olisi vältettävissä. (Lorek 2009, 10–11.)

Local Agenda 21:llä kulutus ymmärretään luonnonvarojen kulutuksena, joka sisältää teollisuuden, julkisen kulutuksen ja kotitalouksien kulutuksen. Tämän konseptin mukaisesti se arvostaa kaikkia työpanoksia tuote-, tuotanto- ja resurssien tehokkuuden kohottamiseksi. Vahvan kestävän kulutuksen linja huomioi kulutuksen eri asteet ja näkee kuluttajat vastuullisina kansalaisina sekä kuluttajien tekemiin kulutusvalintoihin liittyvät sosiaaliset aspektit. Vahva kestävä kulutus pyrkii hyvinvoinnin luomiseen sosiaalisten suhteiden kehittämisen kautta eikä siten hyvinvointiin materiaalisin keinoin. Vahvan kestävän kulutuksen saavuttamiseksi on tehtävä radikaaleja muutoksia ja sosiaalisia innovaatioita. Sen mukaan dematerialisaatio, eli kulutuksen materiaallinen vähentäminen, on tärkeämpää kuin yritys muuttaa kulutustottumuksia paremmaksi. (Lorek 2009.) Tutkimusaineistoa analysoidessa käytän hyväksi Lorekin jakoa heikkoon ja vahvaan kestäväan kulutukseen.

### **3 KEINOJA KESTÄVÄN KULUTUKSEN EDISTÄMISEKSI**

Kestävän kulutuksen tavoitteena on hyvinvoinnin parantaminen eri keinoin, esimerkiksi elämän hidastaminen ja tyytyminen kohtuullisempaan kulutustasoon eli downshifting. Kestävää kulutusta saadaan aikaan muuttamalla kulutustapoja laadukkaammiksi valitsemalla luomutuotteita tai aineettomia palveluja. Tällä tavoin kulutusta ei vähennetä, vaan kulutusta pidetään yllä ja talouskasvu voimistuu. Jopa kulutuksen lisääminen on kestävää kulutusta, kun kulutetaan tietynlaisia tuotteita. Tämä on ekologisen modernisaation mukainen näkemys. Talouskasvun kritiikki on kasvanut vuoden 2008 finanssikriisin ja talouden murroksen myötä. Kulutuksen vähentäminen on suurempi kulutuskulttuurin muutos, jossa perinteiset talouden rakenteet kyseenalaistetaan ja talouskasvulle etsitään vaihtoehtoa. Yhteiskunnallisella tasolla degrowth-ajattelu on saanut huomiota, sillä se on yhteiskuntakriittinen suuntaus, jonka tarkoituksena on luopuminen talouskasvun tavoittelusta.

Arkielämän ympäristöpolitiikka on uusi tutkimusnäkökulma, jossa pyritään tuomaan ihmisen toiminta keskeisempään osaan ympäristöpolitiikassa. Suppeammassa määrittelyssä sitä voidaan käyttää viittaamaan yksilön ympäristömyönteiseen elämäntapastrategiaan. Tutkimuksen keskeisintä aluetta on elämäntapojen tutkiminen ympäristönäkökulmasta. Yhteiskuntatieteellinen ympäristötutkimus on yhteisnimitys tutkimussuuntauksille, jotka tutkivat ihmisen, yhteiskunnan tai kulttuurin suhdetta luontoon ja ympäristöön. Ympäristö ja kulutus on melko vakiintunut tutkimussuuntaus, ja kansalaisten ympäristötietoutta on tutkittu paljon, mutta elämäntavan muutoksen ja laajempi kulttuurin muutosten tutkiminen eivät ole olleet riittävästi esillä. (Massa ja Ahonen 2006, 9-11.) Arkiset käytännöt ja kulutustavat ovat fyysisen ja sosiaalisen ympäristön muovaamia, jolloin abstraktit ideat pitäisi saada sovitettua monenlaisten kuluttajien asumismuotoihin, elämäntilanteisiin ja tarpeisiin. Niiden olisi myös herätettävä kuluttajien kiinnostus kokeilla uusia toimintatapoja. (Ahlqvist ja Heiskanen 2006, 60.)

### 3.1 Ekologinen modernisaatio ja kuluttajan rooli

Perinteinen ympäristöliike suhtautui kriittisesti kaupalliseen kulutuskulttuuriin, koska se tuhoaa luontoa ja vieraannuttaa ihmiset toisistaan. Ekomodernistinen suuntaus suhtautuu maltillisemmin kulutukseen, pyrkien ekotehokkuuteen eli siihen, että sama hyöty tai hyvinvointi tuotetaan pienemmin ympäristöpanoksien. Ekomodernistisen suuntauksen mukaan jälkimoderni talouden kasvu voi olla aineetonta, kun tuotantoa korvataan palveluilla ja yritykset pyrkivät vähentämään luonnonvarojen käyttöä. Toisin kuin perinteisessä ympäristökeskustelussa, tarkoituksena ei ole luopua kulutuksesta, vaan kuluttaa älykkäämmin. (Ahlqvist ja Heiskanen 2006, 58.)

Ekologisen modernisaation teoreetikot esittävät, että kapitalistinen yhteiskunta voidaan järjestää uudelleen ympäristöllisten tavoitteiden mukaisesti ja uudet teknologiat tuotteissa ja palveluissa voidaan saada aikaan kestävästi. Tässä ajattelutavassa vetoaa se, että mitään ei tarvitse hillitä, vähentää eikä kyseenalaistaa vallitsevia elämäntyyliä. (Shove 2004, 117.) On kuitenkin monia syitä, miksi tähän ajattelutapaan pitäisi suhtautua varoen. Suostuttelu ympäristöystävällisten tuotteiden ja palveluiden ostamiseen voi legitimoida mahdollisia kestäättömiä kulutustapoja. Myös yksittäisten kuluttajien roolin korostaminen voi johtaa politiikantekijöiden mahdollisuuksiin vaikuttaa pitkäjänteisesti teknologian, kulttuurin ja käytännön toimintaan. (Shove 2004, 118.)

Liisa Uusitalo (2008) kirjoittaa artikkelissaan *Kuluttaja kansalaisena ja maailmankansalaisena* kulutustutkimuksen muutoksesta 2000-luvulla. Hänen mielestään tärkein oivallus on se, että kuluttaja nähdään kansalaisena ja maailmankansalaisena, jolloin kuluttajat ovat muutakin kuin markkinoilla ostettavien tavaroiden ja palveluiden käyttäjiä. Aineettomien asioiden merkitys kulutuksessa kasvaa ja kuluttajat ovat laatumietoisempia palveluiden käytön suhteen. Käsitys kuluttajasta passiivisena, vastaanottavana tuotanto- ja jakeluprosessin loppupisteenä on vanhentunut. Maailmankansalaisena kuluttajalla on oikeuksiensa lisäksi velvollisuuksia ja vastuuta, kun hän omalla toiminnallaan ja valinnoillaan osaltaan vaikuttaa yhteiseen hyvinvointiin. Monet ympäristöön liittyvät parannukset edellyttävät kansalaisilta sitoutumista ja yhteistyötä, ja kuluttaja-kansalainen joutuu miettimään ympäristöongelmien lisäksi muitakin eettisiä ulottuvuuksia. Kuluttajan olisikin saatava konkreettista tutkimustietoa eettisten ja ympäristömotiivien vaikutuksesta kulutukseen. (Uusitalo 2008, 407–408.)

Johanna Moisander (2004) on tutkinut yksittäisen kuluttajan roolin merkitystä kulutuskulttuurin muutoksessa. Hänen mukaansa vallitsevat käsitykset vihreästä kulutuskäyttäytymisestä rakentuvat diskurssissa, jossa henkilökohtaisen vastuun kantamisen merkitys korostuu ja yksittäisten kuluttajien eettiset valinnat kumuloituvat jollakin yksinkertaisella tavalla kestäväksi kehitykseksi. Vallitseva individualistinen näkemys vihreästä kuluttajuudesta ja kestävästä kehityksestä johtaa vähättelemään arkielämän toimintavaihtoehtojen historiallisia, sosiaalisia ja poliittisia ehtoja ja rajoitteita. (Moisander 2004, 299.) Lorek (2009) kirjoittaa, että ratkaisevat päätökset tehdään paljon aiemmin kuin kuluttaja ostaa tuotteen, joten tarvitaan paljon muutakin kuin informaation jakamista kuluttajille siitä, mitä laittaa ostoskoriinsa. Lorekin edellä kuvatun jaon mukaan ekologinen modernisaatio edustaa heikon kestävästä kulutuksesta suuntaa.

Minna Autio (2004) kirjoittaa artikkelissaan *Kohti runsauden sukupolvea tarinoiden ja kulutustutkimusaineistojen valossa*, että kuluttajasukupolvien valmius tarkastella kriittisesti kulutustottumuksiaan on sidoksissa niihin kulutusideologioihin, joiden vaikutuspiirissä he ovat kasvaneet. Esimerkiksi 1980-luvulla syntyneiden nuorten kulutusasetteet ovat toisaalta materialistisia, toisaalta ympäristömyönteisiä. Vaurastumisen selkeä merkki 2000-luvun Suomessa on, että erottautumisen keino voi olla niin sanottu niukka kulutus- ja elämäntyyli. Vihreän kuluttamisen mahdollisuudet ovat uuden kulutuskulttuurin rakenteissa. Yhtäältä siirtyminen kohti palvelukeskeisempää kulutuskulttuuria sekä toisaalta kulutuksen digitalisoituminen ovat hitaasti muuttamassa länsimaisia kulutustottumuksia kohti ekologisesti kestävämpää yhteiskuntaa. (Autio 2004, 118–119.)

Yhteiskunnassa käydään jatkuvaa keskustelua siitä, mitkä toimijat ovat vastuussa kestävästä kulutuksesta saavuttamisessa. Lorekin (2009) mukaan suuryritykset ovat vähemmän kiinnostuneita kestävästä kulutuksesta kuin pienet, paikalliset perheytykset. Suuryritykset on tehostettu tuottamaan voittoa ja siten palvelemaan osakkeenomistajien intressejä. Kuluttajat taas ovat huolissaan kulutuksen vähentämisestä siksi, että se vähentäisi myös elämänlaatua. Julkinen sektori on riippuvainen yrityksistä ja verotuloista sekä kuluttajien mielipiteistä kansalaisina ja äänestäjinä, joten sillä ei ole suurta valtuutusta edistää kestävästä kulutuksesta. Kansainväliset organisaatiot, kuten YK, on riippuvainen jäsenmaistaan, vaikka se alun perin toi kestävästä kehityksestä ja kestävästä kulutuksesta käsitteet kuuluville. Kaikesta tästä johtuen kestävä kulutus on vaikeasti saavutettavissa ja siksi poliittisen

asialistan häntäpäässä. Lorekin mukaan ainoat toimijat kestävän kulutuksen edistämiseksi ovat tutkijat ja kansalaisyhteiskunta.

### **3.2 Talouskasvusta luopuminen eli degrowth**

Degrowth-ajattelun taustalla Hoffrénin (2010) mukaan on luopuminen talouskasvun tavoittelemisesta. Tavoitteena on etsiä keinoja hyvinvoinnin parantamiseksi ilman talouskasvua. Degrowth-ajattelun mukaan ihmisten hyvinvointia lisäisi ylikulutuksen karsiminen elintapoja yksinkertaistamalla ja pyrkimällä kohti ekologisesti kestävää, sosiaalisesti tasa-arvoista ja oikeudenmukaista yhteiskuntaa, jossa hyvinvointi ei ole riippuvainen kulutuksen ja talouden kasvusta. Erityisesti länsimaiden tulisi luopua talouskasvusta, sillä niiden käytettävissä olevat kulutusmahdollisuudet ylittävät nykyisellään ekologisesti kestävät kulutusmahdollisuudet. Lisää hyvinvointia voidaan saavuttaa kohtuullisin kustannuksin vähentämällä ympäristöhaittoja, lisäämällä vapaa-aikaa ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia. (Hoffrén 2010, 24.)

Tim Jackson (2009) esittää, että vauraus tulisi määritellä uudelleen ilman talouskasvun tavoitetta. Jacksonin mukaan on luotava uusi käsitys vauraudesta ja hyvinvoinnista, joka takaisi ihmisten tasa-arvon ja hyvinvoinnin sekä vähentäisi materiaalista kuormitusta. Vauraus, joka perustuu halpaan öljyyn, ekologiseen tuhoon ja sosiaaliseen epäoikeudenmukaisuuteen, on kestämatöntä. Kapitalistinen järjestelmä perustuu jatkuvaan kasvuun, jolloin kulutuskysynnän lasku johtaisi kasvavaan työttömyyteen, kilpailukyvyyn heikkenemiseen ja taantumaan. Talouden kriisin myötä tarjoutuu mahdollisuus muuttaa koko järjestelmää ja tuoda taloudellisen ja ekologisen kestävyuden käsitteet yhteen. Ekologisesti ja sosiaalisesti tuhoisasta kulutuskierteestä vapautuminen vastaa uutta yksilöiden toimintakyvyn varaan rakennettua käsitystä vauraudesta. Työajan lyhentäminen on Jacksonin mukaan vaihtoehtoinen tai rinnakkainen tapa tavoitella nollakasvua työn tuottavuuden hidastamisen rinnalla. Jos pyritään nollakasvuun, ja työn tuottavuus kasvaa edelleen, työttömyyden kasvu voidaan estää jakamalla olemassa oleva työ entistä useammille ihmisille.

### 3.3 Kohtuullistaminen eli downshifting

Naistenlehdistäkin tuttu, muodikas downshifting –ilmiö kertoo ihmisten halusta vähentää työssäkäyntiä ja panostaa vapaa-aikaan, vaikka tulotaso heikkenisi aiemmasta. Sitran ylläpitämä Kansallinen ennakoitiverkosto on julkaissut raportin *Kohtuullistamisen jäljillä* (2009), jossa se käsittelee downshifting -ilmiötä. Siinä downshifting määritellään kohtuullistamiseksi, johon kuuluu yksilön oman käytöksen ja elämäntavan vapaaehtoinen muuttaminen yleensä työntekoa vähentämällä. Motivaationa on halu vähentää työperäistä stressiä ja työelämälle annettavaa uhrausta, joka usein tapahtuu vapaa-ajan, harrastusten ja perheen kustannuksella. Kohtuullistamisen valinnut henkilö pyrkii löytämään tasapainon työn ja vapaa-ajan välillä, jotta voisi keskittyä henkilökohtaisen hyvinvointinsa lisäämiseen. Downshifting voi tarkoittaa esimerkiksi osa-aikatyöhön siirtymistä, palkkatyön lopettamista kokonaan tai siirtymistä omaehtoiseksi yrittäjäksi.

Kohtuullistamisen keskeisiin arvoihin liittyy usein kuluskriittisyys, ekologiset arvot ja yhteisöllisyys. Ekologisten arvojen mukaan elävä kohtuullistaja pyrkii pakenemaan kulutuskeskeistä elämäntapaa vähentämällä kulutustaan, jolloin vähempi työnteko riittää taloudellisen tasapainon turvaamiseen. Kaikilla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta omaehtoiseen kohtuullistamiseen, vaan downshifting voi johtua työttömyydestä, sairastumisesta tai vaikka lapsen saamisesta. Toisaalta kaikilla ei ole varaa tulotason madaltamiseen ja taloudelliseen riskinottoon johtuen edellä mainituista asioista. Parhaassa asemassa vapaaehtoiseen kohtuullistamiseen ovat koulutetut, jo omaisuutta keränneet henkilöt, joiden ei tarvitse kannatella taloudellisesti muita kuin itseään. (Kansallinen ennakoitiverkosto 2009.)

### 3.4 Ajankäyttö ja kulutus

Subjekttiivisen hyvinvoinnin yksi osatekijä on, että ihmiset kokevat tekemisensä merkitykselliseksi. Työnteko on parhaimmillaan mielekästä itsensä toteuttamista ja sellaisena hyvinvointia lisäävää. Työssäkäynti on välttämätöntä, jotta riittävää elintasoa voidaan ylläpitää, mutta työn viedessä yhä enemmän aikaa ja henkisiä resursseja, se kääntyykin hyvinvointia heikentäväksi tekijäksi. Aika on nykyaikaisen yhteiskunnan tärkeimpiä voimavaroja, jolloin toimintatapoja on syytä harkita silloin, kun aikaa on

niukasti käytössä (Ilmonen 2007, 243). Tyytymällä vähempään kulutustasoon ihmiset voisivat tehdä vähemmän töitä, jolloin vapaa-ajan määrä lisääntyisi. Jos vapaa-aikaa töiden jälkeen jäisi enemmän, ihmisten kokema hyvinvointi kasvaisi, kuten seuraavissa tutkimuksissa todetaan.

Juliet Schor (2010) väittää ihmisten ajankäytön olevan monien ympäristöongelmien taustalla. Ihmiset käyttävät rahaa, aikaa ja luonnonvaroja päivittäiseen toimintaansa. Yritykset tuottavat hyödykkeitään pääoman ja luonnonvarojen turvin. Schor näkeekin ajan ja luonnonvarojen olevan vastinpareja: kun asiat tehdään nopeasti, ne kuluttavat enemmän luonnonvaroja. Kiireisten kotitalouksien ja yhteiskuntien ekologinen jalanjälki on yleensä suurempi ja ne käyttävät enemmän energiaa henkeä kohti kuin niiden, joissa vietetään rauhallista elämää. Tuottavuuden kasvu on markkinatalouden ydinkysymys: samoilla resursseilla tuotetaan entistä enemmän tavaroita eli saadaan suurempi tuotos. Tuottavuutta voidaan mitata suhteessa luonnonvaroihin tai työhön, jolloin suhdelukujen kasvaessa tuottavuus paranee. Työn tuottavuuden kasvusta seuraa etua, kun sama tavara- tai palvelumäärä tuotetaan nopeammin. Silloin työntekijöille jää joko enemmän vapaa-aikaa tai mahdollisuus tuottaa yhä enemmän tavaroita ja palveluja.

Schorin (2010) mukaan Yhdysvalloissa tuottavuuden kasvua on ohjattu lisätuotantoon, mutta Länsi-Euroopassa tuottavuuden kasvua on käytetty enemmän työajan lyhentämiseen. Lyhyempi työaika ei ole johtanut puutteeseen, vaan länsieurooppalaiset yhteiskunnat ovat vauraita eikä aineellista mukavuutta puutu. Kyseessä ei myöskään ole kulttuuriero, sillä 50 vuotta sitten Yhdysvalloissa oli lyhyempi työaika kuin Euroopassa. Maapallon säilymisen kannalta lyhyemmän työajan elämäntyyli on parempi. Myös ihminen itse hyötyy lyhyemmästä työajasta stressin vähentyessä, perheiden yhteenkuuluvuuden ja sosiaalisten suhteiden lisääntyessä. Schorin mukaan hitaan elämänrytmin omaksuminen kohentaa perheiden ja yhteiskunnan jäsenten hyvinvointia. Lisätulo vaikuttaa myönteisesti köyhyydessä elävien hyvinvointiin, mutta vaikutus häviää kun saavutetaan keskiluokan tulotaso. Liike-elämän kannaltakaan työajan lyhentäminen ei ole Schorin mukaan mahdotonta. Kilpailukyvyn säilyttämisessä olennaista on se, kuinka tuottavia työtunnit ovat, eikä se kuinka monta tuntia työpaikalla vietetään. Työajan lyhentäminen voi lisätä työn tuottavuutta, kun paremmat työaikajärjestelyt vähentävät työntekijöiden stressiä ja vaihtuvuutta sekä parantavat työmoraalia.

Myös Osmo Soininvaara (2007) on kirjoittanut työnteon kohtuullistamisesta hyvinvoinnin kohottamiseksi teoksessaan *Vauraus ja aika*. Hänen mielestään ympäristönäkökohdat ovat jo sinänsä riittävä syy vaihtaa korkea kulutustaso kohtuullisempaan ja kiireettömämpään elämään, jotta nykyisestä kulutustasosta johtuvat ympäristöongelmat eivät kaventaishi jälkipolvien mahdollisuuksia elää hyvää elämää, mutta hänen mukaansa jo nyt taloudellisen vaurauden tavoittelu vaarantaa ihmisten hyvinvointia. Vaurauden tavoittelu on ollut keino tuottaa edellytyksiä hyvälle elämälle, mutta nyt siitä on tullutkin päämäärä, jolle hyvä elämä on uhrattu. Soininvaara kommentoi myös tutkimuksia, joiden mukaan elintason noustessa riittävän korkeaksi merkitystä on vain vauraudella verrattuna muihin ihmisiin. Kun kaikki vaurastuvat, kulutusmahdollisuudet paranevat, mutta koko kansa ei ala elää kuin rikkaat aikaisemmin. Koko kansan vaurastuminen perustuu massakulutukseen, kun taas vaurastuminen suhteessa muihin antaa mahdollisuuden etuoikeutettuun kulutukseen. Koettu taloudellinen hyvinvointi näyttää Soininvaaran mukaan riippuvan vauraudesta suhteessa muihin enemmän kuin omien kulutusmahdollisuuksien absoluuttisesta tasosta. Soininvaara näkee, että Suomessa tuottavuuden kasvu on ohjattu kokonaan vaurastumiseen, eikä työaikaa ole 1980-luvun jälkeen enää lyhennetty. Työtahdin kiristymisen ja stressin lisääntyminen ovat lisänneet työperäisiä mielenterveysongelmia.

John de Graaf (2010) kirjoittaa, että työn tuottavuuden kasvusta saatava hyöty olisi suunnattava vapaa-aikaan eikä ostovoiman lisäämiseen rikkaissa maissa. Hän viittaa tutkimuksiin, joissa talouskriisin myötä Yhdysvalloissa kansanterveys on paranemaan päin. Lisäksi Yhdysvalloissa kuolleisuus laskee puoli prosenttia kun työttömyys kasvaa prosenttiyksikön verran. Koska työtunnin tuottavuus on yli kaksinkertaistunut rikkaissa maissa vuodesta 1970, on lisättävä tuotantoa ja kulutusta, jotta työllisyystilanne pysyy ennallaan. Siksi kulutuksen rajoittaminen nykyiselleen tai jopa vähentäminen edellyttää joko työvoiman vähentämistä tai kaikkien työntekijöiden työajan lyhentämistä. Työajan lyhentämisen etuihin kuuluu henkisen hyvinvoinnin ja onnellisuuden lisääntyminen. De Graaf pohjaa väitteensä vertaamalla Euroopan ja Yhdysvaltojen elämänlaatuindeksejä, joiden mukaan länsieurooppalaiset elävät pidempään kuin yhdysvaltalaiset. Amerikkalaisten kiireisempi elämäntapa myös kaksinkertaistaa todennäköisyyden kärsiä mielenterveysongelmista. Työajan lyhentäminen pienentää välittömästi energiantarvetta, hiilijalanjälkeä ja ympäristökuormitusta.



### 3.5 Kulutuskulttuurin medialisuminen

Kulutuskulttuuri on medialisunut (mediatisation) 1950-luvulta lähtien. Median rooli ja kulutusyhteiskunnan kasvu ovat sekoittuneet tehokkaasti yhteen. (Blanchard 2009, 76.) Elämme median kyllästävässä kulttuurissa, jossa media- ja kulutuskulttuurit ovat teoreettisesti päällekkäisiä ja empiirisesti erottamattomia kategorioita (Jansson 2002, 11). Kuluttamisesta on tullut moraalinen ja sosiaalinen velvollisuus, koska ostaminen ja myyminen turvaavat taloudellisen vakauden ja lisäävät vaurautta yhteiskunnassa (de Geus 2009, 117). Media ei ole pelkästään markkinointikanava, vaan sillä on suuri merkitys kulttuurisymbolien, normien, tapojen, myyttien ja tarinoiden välittäjänä. Suuri osa median välittämästä sanomasta vahvistaa kulutusnormeja ja edistää materialistisia tavoitteita (Assadourian 2010, 40). Medialisunut kulutuskulttuuri on saanut kritiikkiä viime vuosikymmenen ajan kansalaisyhteiskunnan tasolta erilaisten kyseenalaistavien dokumenttien, festivaalien ja nettisivujen muodossa, jotka haastavat valtavirran mediakulttuuria (Blanchard 2009, 84). Kapitalistisen kehityksen nykyiset muodot ovat muuttuneet teollisen tuotannon kasvuun keskittymisestä kokemusten, tiedon ja abstraktien arvojen tuottamiseen, mitä kutsutaankin talouden kulttuuristumiseksi (Binkley 2009, 103).

Lyn Thomasin (2009, 59) mukaan jopa nykyisessä uusliberalistisessa hegemoniassa ja väistämättömässä kaupallisessa kontekstissa voidaan löytää jälkiä kuluttajaliikkeen vastaisista toiveista ja huolista valtavirran mediateksteistä, joista niitä odottaisi vähiten löytyvän. Artikkelissaan *Ecochic: Green echoes and rural retreats in contemporary lifestyle magazines* Thomas (2009) tutkii englantilaisten elämäntapa- ja sisustuslehtien artikkeleiden käsittelemiä kulutuksesta aiheutuvia negatiivisia ympäristövaikutuksia ja muita ongelmia, joita kuluttamalla ei voida ratkaista. Lehdet ovat markkinaorientoituneita, mutta esittelevät joissain jutuissaan modernin elämäntavan olevan jotakin mistä täytyy irrottautua ja paeta arjen hektisyyttä. Samalla kun elämäntapalehdet uusintavat kiihtyvää kulutusta, ne myös tuovat mieleen arvoja, joita nykyinen kulutustyyli ei voi tuottaa; puhdasta luontoa, rentoutumista ja yhdessäoloa perheen ja ystävien kesken. Tyytymättömyys ja halu paeta modernista elämästä voi sisältää poliittista potentiaalia enemmän kuin eettiset ja altruistiset motivaatiot kulutuksen muutokseen. Kysymys kuuluukin, miten nämä arvot ja halut voidaan valjastaa kulutuskulttuurin ytimessä oleviin mediarepresentaatioihin. Pyrkimys esittää yritykset ympäristövastuullisina sekä pienet

muutokset käytännöissä ovat askel oikeaan suuntaan ja todisteena yleisestä kulttuurin muutoksesta.

### **3.6 Kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteyksiä**

Edellä olen kuvannut hyvinvoinnin ja kulutuksen suhdetta ihmisten arkielämän ja yhteiskunnan tasoilla. Kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteensovittamiseen yksilötasolla liittyy ristikkäisiä paineita, joista on tullut modernin elämän keskeinen piirre. Kulutus avustaa arjen rakentamista, sosiaalisten suhteiden muodostamista ja ylläpitämistä sekä identiteetin rakentamista. Kulutusta pidetään elintaso parantavana toimintana, jolloin elintason nousu tuo hyvinvointia. Hyvinvointi koostuu erilaisista ulottuvuuksista (Allardt 1976), joissa objektiivinen elintaso ja subjektiivinen hyvinvoinnin kokemus määrittelevät ihmisten elämänlaatua. Elintaso ei kuitenkaan riitä kertomaan subjektiivisesta hyvinvoinnista, eikä kulutuksen kasvu vauriassa länsimaissa enää tutkimusten mukaan lisää onnellisuutta (ks. mm. Assadourian 2010, Jackson 2009, Soininvaara 2007).

Energia- ja luonnonvarat ovat riittämättömiä nykyisellä kulutustasolla, joten siirtyminen kohti kestäväää yhteiskuntaa on välttämätöntä. Kestävä kulutus on käsite, joka pyrkii vastaamaan kulutuksen ja hyvinvoinnin väliseen haasteeseen ottaen huomioon kulutuksen ekologiset rajat ja siten luomaan ihmisille hyvinvointia mahdollisimman pienellä luonnonvarojen käytöllä (Lorek 2009). Kestäväää kulutusta tavoitellaan ostamalla ympäristöystävällisiä tai eettisesti tuotettuja tuotteita tai kuluttamalla vähemmän. Ekologinen modernisaatio pyrkii ekotehokkuuteen, eli sama hyvinvointi tuotetaan pienemmällä ympäristöpanoksella. Silloin talouskasvu on aineetonta ja voi jatkua edelleen. Degrowth-ajattelussa talouskasvun tavoittelemisesta pitäisi päinvastoin luopua ja tavoitteena on hyvinvoinnin parantaminen muilla keinoilla. Elintapojen yksinkertaistaminen eli downshifting ja työajan lyhentäminen johtavat elämänlaadun parantumiseen, kun aikaa jää enemmän itsensä kehittämiseen ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen.

## 4 TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

### 4.1 Aineistona Me Naiset –lehden pääkirjoitukset

Aikakauslehdet ovat merkityksellinen tutkimuskohde, sillä ne muodostavat eräänlaisen ikkunan yhteiskuntaan ja siinä tapahtuviin muutoksiin. Kulutuksen ja hyvinvoinnin suhdetta tarkasteltaessa valitsin aineistoksi Me Naiset -lehden pääkirjoitukset, koska niissä käsitellään aiheita, jotka ovat sisällöltään ajankohtaisia ja lehden lukijakunnalle tärkeitä (Kotilainen 2003, 70). Valitsin vuosikerran vuosilta 2010 ja 2011, sillä niistä saa kattavan ja tuoreen katsauksen nykytilanteeseen.

Me Naiset -lehti ilmestyy 52 kertaa vuodessa. Numeroista neljä on kaksoisnumeroita. Levikintarkastus Oy:n tutkimuksen mukaan lehdellä on lukijoita 439 000, joista naisia on 87 prosenttia. Me Naisten levikki vuonna 2010 oli 147 354 kappaletta ja vuonna 2011 levikki oli 146 248 kappaletta (<http://www.levikintarkastus.fi/index.php>).

Tutkimusaineistoni koostuu yhteensä 96 pääkirjoituksesta, jotka ovat yhden sivun mittaisia. Kirjoittaja on joko lehden päätoimittaja tai joku toimituspäälliköistä. He kaikki ovat naisia. Yhteensä eri kirjoittajia on aineistossa viisi. Lehden päätoimittaja vaihtui vuoden 2010 aikana, mutta pääkirjoitusten tyyli ei muuttunut juurikaan. Aineistoa lukiessani kiinnitin erityistä huomiota siihen, vaihtuvatko analyysissä tekemiäni havaintoyksiköiden määrät kirjoittajien mukaan. Kirjoittajat kirjoittavat omalla tyylillään, mutta aiheet eivät poikenneet merkittävästi toisistaan. Kukaan ei esimerkiksi kirjoittanut ympäristöasioista enempää kuin toiset.

Sain aineiston käyttöni ottamalla yhteyttä Me Naisten toimitukseen ja kertomalla tutkimuksestani. Sain pääkirjoitukset korvauksetta kopioituina ja kotiini lähetettyinä. Me Naiset -lehden toimitus ei ole kuitenkaan vaikuttanut tutkimusprosessiin tai sen tuloksiin millään tavalla.

Alun perin aion ottaa tutkielmassani aineistoksi myös lehden vanhempia vuosikertoja ja tutustuinkin kirjastossa arkistoihin. Vanhemmat lehdet olivat mielenkiintoista luettavaa kulutuskulttuurin muutoksen vuoksi, mutta koska tutkimusaiheeni täsmentyi kestävän

kulutuksen kautta kulutuksen ja hyvinvoinnin suhteen tarkasteluun, koin että aihe laajenisi liikaa jos sisällyttäisin aiempia vuosikertoja aineistooni. Vanhempiin lehtiin tutustuminen oli kuitenkin hyödyllistä, koska huomasin lehtien olevan hyvin ”ajan hermolla”, ja että pääkirjoituksissa käsiteltiin säännöllisesti yhteiskunnallisia aiheita.

Kun tutkimuksen alussa aloitin perehtymisen kulutuksen ja hyvinvoinnin teemoihin, mielessäni oli myös haastattelujen tekeminen aineistonkeruun tapana. Haastattelun avulla olisin voinut saada tarkempaa tai syvällisempää tietoa erityisesti subjektiivisesta hyvinvoinnista, mutta päädyin lopulta lehtiaineistoon. Koska tutkimukseni kohteena on hyvinvoinnin lisäksi kulutus, ajattelin että haastateltavat saattavat antaa kaunistellun kuvan toiminnastaan. Lehtiaineiston valintaa puoltaa, että se on luonnollinen aineisto, joka on olemassa tutkimuksen tekemisestä ja tekijästä riippumatta ja kerätty tutkimuksen kohteen häiriintymättä (Alasuutari 1999, 84). Aikakauslehtiaineisto kuvaa mielestäni kulutuskulttuurissa tapahtuvaa muutosta sisältäpäin, sillä se itsessään sijoittuu kaupalliseen kontekstiin ja on kulutustuote.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston riittävyys voidaan arvioida kylläntymisellä, jolloin uudet tapaukset eivät enää tuo esiin tutkimuskysymysten kannalta uusia piirteitä (Mäkelä 1990, 52). Omassa aineistossani huomasin, että samantyyppiset kertomukset toistuivat samankin vuoden aikana ja erityisesti kahden vuosikerran sisällöissä. Esimerkiksi lomien edeltävinä viikkoina kirjoituksissa pohdittiin toistuvasti työn ja vapaa-ajan suhdetta, sosiaalisten suhteiden laatua ja vapaa-ajan sisältöä. Ennen joulua pohdittiin lahjojen ostoa, joulustressiä ja hiljentymistä. Aineiston kylläntymisen huomasinkin siitä, että samat teemat toistuivat, tai samasta asiasta puhuttiin hieman eri tavalla. Kaksi vuosikertaa antoi riittävän aineiston tutkimukseeni kulutuksen ja hyvinvoinnin suhteesta.

Analyysin kattavuus tarkoittaa sitä, että tutkija ei perusta tulkintojaan satunnaisiin poimintoihin. Kvalitatiivisten tutkimusten vaikutelmanvaraisuus johtuu usein siitä, että aineistot ovat liian laajoja. (Mäkelä 1990, 53.) Keräämäni aineisto on sopivan kokoinen, koska se kattaa parin vuoden ajanjakson, ja lopulta aineisto kylläntyi. Aineisto oli kooltaan riittävän laaja, mutta kuitenkin hallittavassa ja prosessoitavassa muodossa. Analyysin arvioitavuus tarkoittaa, että lukija pystyy seuraamaan tutkijan päättelyä. Analyysin toistettavuus puolestaan on sitä, että luokittelu- ja tulkintasäännöt on esitetty niin selkeästi, että toinen tutkija päätyy samoihin tuloksiin niitä soveltamalla. Jotta

analyysin arvioitavuus ja toistettavuus toteutuisivat, olen pyrkinyt kuvaamaan tekemäni analyysin vaiheet mahdollisimman tarkasti ja yksityiskohtaisesti.

## 4.2 Sisällönanalyysi tutkimusmenetelmänä

Luokittelun, päättelyn ja tulkinnan prosessit ovat sekä kvalitatiivisessa että kvantitatiivisessa tutkimuksessa samoja. Koska kvantitatiivisessa tutkimuksessa on laskemisen edellytyksenä tarkoin rajattu aineisto, on sen analyysioperaatiot yksiselitteisempiä ja analyysivaiheet selkeämmin erottuvia kuin kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tiedon keruu ja käsittely kietoutuvat tiiviimmin yhteen kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. (Mäkelä 1990, 45.)

Aineiston perusteella kvalitatiivinen tutkimusote on osuva ja se sopii hyvinvoinnin subjektiivisten kokemusten tutkimiseen. Menetelmänä käytän sisällönanalyysiä, koska sen avulla voi tehdä monenlaista tutkimusta ja se soveltuu joukkotiedotuksen tuotteiden tutkimiseen. Sisällönanalyysi on tekstianalyysia. Tuomi ja Sarajärvi (2003) käsittelevät kirjassaan *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi* sisällönanalyysia yhdysvaltalaisen laadullisen tutkimuksen perinteen näkökulmasta. Sisällönanalyysilla voidaan tarkoittaa sisällönanalyysia tai sisällön erittelyä. Sisällönanalyysilla tarkoitetaan pyrkimystä kuvata dokumenttien sisältöä sanallisesti, kun taas sisällön erittelyllä dokumenttien kuvaamista kvantitatiivisesti. Itse pyrin kuvaamaan aineistoani sanallisesti eli teen sisällönanalyysia saadakseni tarkempaa tietoa tutkimusaiheestani.

Laadullisen aineiston sisällönanalyysi voidaan tehdä aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti (Tuomi & Sarajärvi 2003, 110). Itse käytän teoriaohjaavaa sisällönanalyysia, jolloin teoreettiset käsitteet ohjaavat analyysia. Teoriasidonnaisessa analyysissa on teoreettisia kytkentöjä, mutta ne eivät pohjautu suoraan teoriaan. Siinä analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta aikaisempi tieto ohjaa analyysia. Analyysista on tunnistettavissa aikaisemman tiedon vaikutus. (Tuomi & Sarajärvi 2003, 98.) Teoriaohjaava sisällönanalyysi etenee aineiston ehdoilla kuten aineistolähtöinen analyysikin, mutta teoriaohjaavassa analyysissa teoreettiset käsitteet tuodaan esiin valmiina ”jo tiedettyinä” toisin kuin aineistolähtöisessä analyysissä ne luodaan aineistosta. Analyysia tehdessäni käytän lähtökohtinani Allardtin (1976) teoriaa hyvinvoinnin

ulottuvuuksista, Lorekin (2009) jaottelua vahvasta ja heikosta kestävästä kulutuksesta sekä Ilmosen (1993, 2007) pohdintaa kulutuksesta arkielämän rakentajana ja yhteiskuntaan kiinnittymisen välineenä.

Laadullista yhteiskuntatieteellistä tutkimusta tehtäessä on oltava tarkkana, että aineistosta tehtyjä havaintoja ei sekoiteta tuloksiin. Alasuutarin (1999) mukaan havaintoja pidetään vain johtolankoina, joita tulkitsemalla pyritään pääsemään havaintojen taakse. Yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa aineiston empiirisiä havaintoja voi olla vaikea erottaa tutkimuksen tuloksista, sillä havainnoilla on usein sellaisenaankin oma kiinnostavuutensa ja niitä voi tulkita eri tavoin pelkällä maalaisjärjellä. Tutkimuksessa havaintoja tarkastellaan aina tietyistä eksplisiittisesti määritellystä näkökulmasta eli teoreettisesta viitekehystä käsin. Tutkimusmetodi koostuu niistä käytännöistä, joiden avulla tutkija tuottaa havaintoja ja säännöistä, joiden mukaan havaintoja voidaan muokata ja tulkita. (Alasuutari 1999, 78–82.) Suppea tapausanalyysi laajennetaan arvoituksen ratkaisemisen vaiheessa esimerkiksi laajemmasta kokonaisuudesta vastakohtien etsimisen ja rinnastusten tekemisen kautta (Alasuutari 1999, 250).

Tutkimusprosessissani käytän Risto Heiskalan (1990) ohjeistusta analyysin teosta. Aineiston keruun jälkeen on saatava kuva aineiston yleisilmeestä ja tehtävä alustava tulkinta. Heiskala varoittaa jäsentämästä aineistoa ensimmäisellä mieleen tulevalla tavalla, koska silloin tutkija kirjoittaa vain ennakkoluuloistaan eikä opi aineistoltaan mitään. Alustava tulkinta on kyseenalaistettava rakentamalla erilaisia asetelmia, joissa aineisto voi väittää tutkijan ennakkoluuloja vastaan. Heiskalan mukaan pieni aineisto on eduksi, sillä silloin tutkija oppii paremmin tuntemaan sen ja sitä helpommin aineistosta nousee tulkintaa hajottavia erityispiirteitä, jotka pakottavat tulkinnan ja tutkimusasetelman täsmentämiseen. Seuraavaksi on pyrittävä laskemaan sellaisia asioita, joita aineistosta voi mielekkäästi laskea. Laskeminen pakottaa tutkijan täsmentämään itselleen, mikä on analyysin yksikkö eli tapaus. Laskeminen myös auttaa huomaamaan, että etukäteen tärkeiltä vaikuttaneet tapaukset eivät välttämättä ole tavallisia tai edes yleisiä. Kolmas vaihe on tulkintasääntöjen eksplikointi eli erittely, jolloin tutkijan on perusteltava tulkintansa lukijalle. Tavoitteena on tulkinnan mahdollisimman yksiselitteinen esittäminen.

Analyysivaiheessa käytän apuna myös Uwe Flickin (2002) ohjeita teoreettisesta koodauksesta. Siinä on kolme vaihetta: avoin koodaus, erittelevä koodaus ja valikoiva

koodaus. Ensimmäisessä vaiheessa aineistosta etsitään tutkimusasetelmaan liittyvät yksiköt, joita kategorisoidaan sopiviin ryhmiin. Pyrkimyksenä on avata teksti ja tehdä luokituksia koodeista eli havaintoyksiköistä. Apuna käytetään koodauksen peruskysymyksiä, kuten mitä, kuka, miten, milloin, miksi. Erittelevän koodauksen vaiheessa pyritään eriyttämään ja jalostamaan avoimen koodauksen avulla syntyneitä kategorioita. Jatkokäsittelyyn valitaan tutkimusasetelman kannalta lupaavimmat luokat. Eri luokkien väliset jaot selvennetään ja tarvittaessa jaetaan vielä ylä- ja alaluokkiin ja niiden väliset suhteet selvitetään. Tutkija käyttää sekä induktiivista että deduktiivista ajattelua muodostaessaan tulkintaa. Induktiivinen ajattelu luo konsepteja, kategorioita ja niiden suhteita tekstistä ja deduktiivinen ajattelu testaa niitä tekstiä vasten.

Valikoivan koodauksen vaiheessa taso muuttuu abstraktimmaksi. Tavoitteena on muodostaa ydinkategoria, johon muut luokittelut integroituvat. Valikoivan koodauksen tarkoituksena on tutkimuksen ytimen muodostaminen ja tapauksen kuvaaminen. Tuloksena on yhden päätuloksen aikaansaaminen. Muut kategoriat linkittyvät päätulokseen. Analyysi ja teorian muodostaminen tähtäävät aineistoon sisältyvien rakenteiden ja niiden ehtojen löytämiseen. Silloin tutkija voi ilmoittaa, että näiden ehtojen täytyessä tällaista tapahtuu, kun taas näiden ehtojen täytyessä tapahtuu tällaista. Lopulta teoria muodostetaan ja sitä testataan aineistoon. Tutkimus päättyy, kun aineiston kylläntyminen saavutetaan eli enempi koodaus tai aineiston lisääminen ei tuota enää lisää uutta tietoa. (Flick 2002.)

Laadullisessa tutkimuksessa on vaarana, että tutkijan subjektiivisuus vaikuttaa tutkimuksen tekemiseen. Koska itse luen naistenlehtiä, pyrin tiedostamaan oman subjektiivisuuteni tutkimusta tehdessä. Tutkimuksessa minulla ei ole lukkoon lyötyjä oletuksia siitä, mitä aineisto kertoo, vaan pyrin analysoimaan aineistoa syvällisesti ja analyttisesti.

Mäkelä (1990) esittää kvalitatiivisen analyysin arviointikriteerejä, joilla voidaan mitata analyysin onnistuneisuutta. Kriteerit ovat aineiston merkittävyys ja yhteiskunnallinen paikka, aineiston riittävyys, analyysin kattavuus sekä analyysin arvioitavuus ja toistettavuus. Pyrin toteuttamaan analyysini nämä kriteerit mielessäni. Palaan arviointikriteereihin analyysin lopussa ja pohdin onnistumistani kriteerien täyttämässä.

Mäkelän (1990) mukaan on kolme tapaa vähentää kvalitatiivisen analyysin vaikutelmanvaraisuutta ja parantaa sen arvioitavuutta ja toistettavuutta. Ne ovat aineiston

luettelointi, tulkintaoperaatioiden pilkkominen vaiheisiin ja ratkaisu- ja tulkintasääntöjen nimenomaistaminen. Aineistosta on lueteltava kaikki ne yksiköt, joihin tulkinta perustuu. Analyysiyksikkö on määriteltävä mahdollisimman tarkoin, jolloin jo yksikön tunnistaminen on tulkintaprosessi. Omassa tutkimuksessani analyysiyksikkö on lause tai parin lauseen kappale. Havaintoyksiköiden luetteloinnin jälkeen ei vielä tulkita merkityksiä, vaan etsitään niistä muotopiirteitä. Erottelujen ja jaottelujen jälkeen aletaan vasta rakentaa tulkintaa. Analyysin arvioitavuutta ja jopa toistettavuutta voi parantaa pilkkomalla analyysin vaiheet pieniin osiin. Ratkaisu- ja tulkintasääntöjen nimenomaistaminen tarkoittaa, että tutkijan intuitio pakotetaan vaiheisiin niin, että tulkinnan kulku voidaan asettaa sekä tutkijan itsensä että lukijan nähtäväksi.

### **4.3 Sisällönanalyysin suorittaminen käytännössä**

Aloitin aineiston tutkimisen lukemalla pääkirjoitukset läpi. Ensin tein yleisen katsauksen pääkirjoitusten aihepiireihin, ja aloitin raakahavaintojen keräämisen pitäen mielessäni tutkimuskysymykset ja valitsemani teoreettiset viitekehykset, kuten Lorekin (2009) jaon kestävästä kulutuksesta vahvasta ja heikosta linjasta, Allardtin (1976) hyvinvoinnin ulottuvuudet ja Ilmosen (1993, 2007) kulutuksen merkityksen arkielämään kiinnittymisen välineenä. Pääkirjoitukset olivat tulostettuina liuskoina, joihin alleviivasin tutkimukseeni liittyvät sitaatit eli havaintoyksiköt. Kirjoitin havaintoyksiköt puhtaaksi erilliseen tiedostoon, jotta niitä voisi helpommin käsitellä analyysin eri vaiheissa. Yhdestä pääkirjoituksesta saattoi löytyä useampia eri kategorioihin liittyviä havaintoyksiköitä. Avoimen koodauksen (Flick 2002) tuloksena havaintoyksiköitä kertyi yhteensä 59 kappaletta, joista 32 yksikköä vuodelta 2010 ja 27 yksikköä vuodelta 2011. Kaikkien analyysissä käyttämieni pääkirjoitusten otsikkotiedot olen kirjannut liitteeseen 1.

Avoimen koodauksen (Flick 2002) avulla syntyneistä havaintoyksiköistä aloin muodostaa luokitteluita. Luin havaintoyksiköt useamman kerran läpi ja ryhmittelin samasta asiasta kertovia yksiköitä yhteen. Ensimmäisessä luokittelun vaiheessa syntyi kymmenen eri kategoriaa, joista eniten havaintoyksiköitä päätyi luokkiin pyrkimys parempaan kulutukseen (10 havaintoa) ja pyrkimys elämän yksinkertaistamiseen (7 havaintoa). Sosiaalisia suhteita käsittelevät havainnot olin jakanut neljään eri luokkaan, joissa



havaintoja oli yhteensä 15 kappaletta. Muut luokat saivat vain yksittäisiä havaintoja, joten päätin jättää ne analyysin ulkopuolelle.

Erittelevä koodaus (Flick 2002) auttoi hahmottamaan ylä- ja alakategorioita avoimen koodauksen avulla syntyneistä ensimmäisistä luokitteluista. Erittelevän koodauksen vaiheessa kyseenalaistin aiempia luokituksia ja täsmensin jaotteluita. Huomasin, miten esimerkiksi alun perin järjestämäni sosiaalisten suhteiden neljä eri luokkaa kuuluivatkin yhteen ja muodostivat pääkategorian sosiaaliset suhteet, jonka alakategoriat ovat perhe ja paikallisyhteisyys. Muutama havaintoyksikkö sopi useampaankin kategoriaan.

Flickin (2002) valikoivan koodauksen vaihe muotoutui analyysin edetessä ja tutkimuksen ydinkategoria hahmottui. Valikoivan koodauksen vaiheessa havaintoyksiköiden luokittelut tiivistyivät täsmällisemmin omiin ryhmiinsä ja lopulliset kategoriat löysivät paikkansa. Kaikki aineiston pohjalta muodostamani ryhmät valottavat kulutuksen ja hyvinvoinnin suhdetta eri näkökulmista. Tutkimukseni ydinkategoriana voidaan pitää lukua 5.5, joka paneutuu ajankäytön ja sosiaalisten suhteiden tärkeyteen hyvinvoinnin toteutumisessa. Seuraavassa luvussa esittelen koodausvaiheiden tuloksena muodostuneet lopulliset kategoriat, joita on yhteensä viisi: 1) Kulutus antaa näkökulman sosiaaliseen todellisuuteen 2) Pyrkimys parempaan kulutukseen 3) Pyrkimys elämän yksinkertaistamiseen 4) Kriittinen suhtautuminen markkinayhteiskuntaan ja 5) Ajankäyttö ja sosiaaliset suhteet.

## 5 KULUTUKSEN JA HYVINVOINNIN KATEGORIAT

### 5.1 Kulutus antaa näkökulman sosiaaliseen todellisuuteen

Tähän kategoriaan sisältyy yhteensä 12 havaintoyksikköä, jotka liittyvät kulutukseen osana arjen rakentumista. Kulutukseen osallistuminen on tärkeä sosiaalinen käytäntö, jonka avulla kiinnitytään yhteiskuntaan ja yhteisöihin. Kun pääkirjoituksissa käsitellään ostoksilla käyntiä ja shoppailua, havainnot esiintyvät sosiaalisessa kontekstissa. Ystäväpiirien kesken rakennetaan yhteistä sosiaalista todellisuutta yhdessä shoppaillen ja matkustellen. Kulutusvinkkejä jaetaan puolin ja toisin. Kulutus värittää arkea ja ystävyys-suhteita. Vaikka ostoksia tehtäisiin eri aikaan, mutta perustuen ystävien suosituksiin tai ostosten vertailuun, ne luovat yhteisiä kulutuskokemuksia ja siten lisäävät yhteisöllisyyttä. Ostoksilla käynti on osa vapaa-ajan toimintaa ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Vapaa-ajan kulutusrutiinit ovat nousseet sosiaalisen identiteetin muodostamisen ja elämäntyylin lähteiksi (Räsänen 2008).

”Olen tällä viikolla suositellut suksiani, asuntonne maalannutta maalaria, kahta kirjaa, englantilaista tv-sarjaa, piirakkaohjetta, outoa blogia, radio-ohjelmaa, viemäriin siivittäjä, nakkeja, kangaskaupan mahtavaa myyjää, kävelyreittiä ja Kuopiota.” (Kaveriringin viisaudet, Riitta Pollari, 28.1.2010 Nro 4)

Kulutuksen avulla ylläpidetään yhteyksiä muihin ihmisiin. Koska kulutus rakentaa yhteistä sosiaalista todellisuutta, hyvin toimeentuleville on siihen kuulumisen itsestäänselvyys. Kulutukseen osallistuminen on kuitenkin toisille haasteellista, jos rahat eivät riitä ylimääräisiin kahvilla käynteihin tai ostosreissuihin. Tällöin on vaarassa jäädä ystävärikkien ulkopuolelle, jos niukka kulutustyyli ei olekaan oma valinta. Vapaaehtoinen kuluttamattomuus ei samalla tavalla erota joukosta, koska se perustellaan esimerkiksi ympäristöön ja omaan hyvinvointiin vedoten, ja samankaltaista elämää viettävät luovat oman yhteisönsä. Ainoastaan jos oma identiteetti perustuu perinteiseen kulutustyyliin nojaavaksi, on kulutuksesta poisjääminen syrjäyttävää. Tässä analyysin perusteella muodostuneessa kategoriassa kulutuksen ja hyvinvoinnin välinen suhde esiintyy voimakkaimmillaan. Kulutus ei liity hyvinvoinnin tuottamiseen suoraan

tarpeentyydytyksen kautta siten, että kuluttaja tarvitsisi jonkun hyödykkeen vaan siten, että se samalla ylläpitää sosiaalisia suhteita.

”Mitä kauemmin rakkaustutkimuksemme sightseeingin ja shoppailun lomassa jatkuu, sitä selvemmin tajuamme, kuinka hyvin toisemme tunnemme.” (Arvaa, montako vuotta, Marjo Vuorinen, 6.5.2010, Nro 18)

”...kerron lähteväni kekkereihin, jotka ovat samalla alusvaatekutsut.” (Naisten kalsarikekkerit, Marjo Vuorinen, 16.9.2010 Nro 37)

Kulutus on olennainen osa arkielämää, joka kiinnittää ihmisen yhteiskuntaan. Kuluttamalla voi tuntea olevansa osa ympäröivää maailmaa ja aktiivinen toimija omassa elämässään. Kuten Räsänen (2008) esitti, yhteiskuntaelämässä mukana pysyminen koostuu päivittäisistä supermarketeissa käynneistä, koska ihmisten elämästä on tullut jatkuvaa markkinavälitteistä kuluttamista. Mahdollisuus kuluttaa liittyy oman elämän hallintaan ja itsensä toteuttamiseen. Kulutuksesta poisjääminen voi aiheuttaa jopa yhteiskunnasta syrjäytymisen tunnetta sekä sosiaalisesti että henkisesti. Kuten aiemmin esitin, sosiaalisten suhteiden ulkopuolelle jääminen on uhkana jos ei ole varaa kuluttaa, mutta sama pätee myös jos ei ole mahdollisuutta päästä itse tekemään ostoksiaan. Itsemääräämisoikeus voi olla uhattuna, jos ei ole mahdollista itse osallistua kuluttamiseen. Vaarana on syrjäytyä pikkuhiljaa ystäväpiireistä, yhteisöistä ja lopulta yhteiskunnallisesta osallistumisesta sitä mukaa kun elämänhallinta pienenee.

”...vein mummin tuttuun lähikauppaan. Saippuat, kahvi- ja keksipakkaukset, hiuspinnit ja sampoorivistöt näyttivät aivan uudeltaisilta. Näin, kuinka mummi pääsi osaksi sitä elämää, joka hänellä oli ollut vielä vähän aikaa sitten papan kanssa, omassa talossa, omassa elämässä” (Pala saippuaa, Marjo Vuorinen, 20.5.2010, Nro 20)

Toisaalta kulutuksen avulla irrottaudutaan arjesta, päästään tuulettumaan ja haaveilemaan paremmasta. Kulutus tuo välitöntä mielihyvää. Tarpeet ja halut ohjailevat kulutusvalintoja. Kulutus on osa modernia elämäntapaa ja muoti sen keskeinen ilmiö (Ilmonen 2007). Me Naiset -lehti on osa mediaa, joka ei toimi pelkästään markkinointikanavana, vaan jolla on suuri merkitys kulttuurisymbolien, normien ja tapojen välittäjänä. Suuri osa median

välittämästä sanomasta vahvistaa kulutusnormeja ja edistää materialistisia tavoitteita (Assadourian 2010). Samalla tavoin median avulla tuodaan esiin vaihtoehtoja kulutukselle ja hyvinvoinnin lähteille. Kulutuksen tuottama nautinto voi olla esteenä kestävästä kulutuksen yleistymiselle, tai ainakin kuluttamattomuuden yleistymiselle. Kestävä kulutus on toivottava periaate, mutta todellisuudessa harva on valmis tinkimään kulutuksestaan. Eettisempien tai ympäristöystävällisempien tuotteiden kuluttaminen on parempi vaihtoehto perinteiselle kulutukselle. Se ei ehkä muuta asioita tarpeeksi nopeasti, mutta auttaa siirtymään kestävämpään kehitykseen.

”Kengät, 450 euroa maksavat merkkisaappaat, jotka olivat juuri matkanneet Italiasta kätevästi suoraan kotiovelle. Juhlapyhät ja kiinni olleet kaupat olivat alkaneet ahdistaa shoppailua rakastavaa naista, joten hän ryhtyi suhailemaan hikipäissään nettikaupoissa.” (Kenkähulluja naisia, Marjo Vuorinen, 13.1.2011 Nro 2)

## **5.2 Pyrkimys parempaan kulutukseen**

Tämä kategoria perustuu Lorekin (2009) heikon kestävästä kulutuksen linjaan. Tähän luokkaan kuuluu yhteensä kaksitoista havaintoyksikköä. Heikon kestävästä kulutuksen linjan mukaisesti valitaan tuotteita, joiden ympäristökuormitus on pienempi tai ne ovat eettisemmin tuotettuja kuin muut vastaavat tuotteet. Kirjoituksissa esitetään kritiikkiä kertakäyttökulttuuria kohtaan, kun tavarat eivät kestä normaalia kulutusta kuten ennen. Vanhojen tavaroiden korjaaminen on yhtä kallista kuin kokonaan uuden tavarahan ostaminen, mikä ei houkuttele kestävästä kulutuksen toteuttamiseen. Teksteistä on tunnistettavissa halua muuttaa kulutuksen laatua paremmaksi.

Yksittäinen ihminen on arkielämässään neuvoton, jos hän haluaa kuluttaa paremmin, sillä se vaatii perehtymistä tuotteiden valmistuksessa käytettyjen materiaalien alkuperään ja tuotantotapoihin. Kuten Johanna Moisander (2004) on tutkinut, vallitseva individualistinen näkemys vihreästä kuluttajuudesta ja kestävästä kehityksestä johtaa vähättelemään arkielämän toimintavaihtoehtojen historiallisia, sosiaalisia ja poliittisia ehtoja ja rajoitteita. Ihmisten on vaikea tehdä parempia kulutusvalintoja, koska tietoa tuotteiden alkuperästä tai todellisesta kestävydestä ei ole saatavilla riittävän helposti. Myös inhimilliset toiminnan

rajat tulevat vastaan arjessa, kun ihmisillä ei ole aikaa tai kykyä paneutua tekemiensä kulutusvalintojen vaikutusten arviointiin.

”Pesukone päsähti romuksi kolmen vuoden käytön jälkeen. Kerran se jo korjattiin, mutta kunnon kalua siitä ei tullut. Nyt korjaus maksaisi saman verran kuin uuden ostaminen. Aivan älytöntä.” (Sukkahousutkin rikki, Marjo Vuorinen, 11.11.2010, Nro 45)

Kuten Schor (2010) väittää, ihmisten ajankäyttö on monien ympäristöongelmien taustalla. Kun vapaa-aikaa on vähän, sitä ei haluta tuhjata vanhojen vaatteiden tai tavaroiden korjaamiseen, koska uusia saa edullisesti kaupasta. Aiemmin säästäminen on ollut välttämätöntä, kun on ollut materiaalista niukkuutta. Silloin tavaroiden korjaamiseen ja vaatteiden paikkaamiseen käytettiin aikaa, jotta ne olisivat käyttökelpoisia pitempään. Nyt halpaa tavaraa on yllin kyllin ja sen vuoksi vanhan korjaaminen tai kierrättäminen ei ole kannattavaa. Esimerkiksi ruuanlaitossa puolivalmisteiden käyttö on ajankäytön kannalta edullisempaa kuin alusta asti itse tehdyt ruuat. Taloudellisinta olisi tietysti tehdä sämpylät itse, mutta siihen kuluisi liikaa aikaa.

”Tätä minä olen tehnyt mökillä lomapäivästä toiseen ja nyt vasta välähtää: minähän elän keskellä luomuelämää! Ja vielä halvalla.” (Herätys ruokapöydässä, Marjo Vuorinen 11.8.2011, Nro 32)

”Taikina tai piparit on helppo hankkia valmiina ja sämpylät vähintään puolivalmisteina.” (Turhaa työtä? Marja Puustinen, 15.12.2011 nro 50)

Itse tekeminen on ollut ennen pakon sanelemaa, eikä vapaa-ajan hauska harrastus, kuten nyt. Aiemmin pääkirjoituksen kirjoittaja on voinut joutua kierrättämään vanhoja tavaroita ja vaatteita, kun ei ole ollut varaa ostaa uusia. Aution (2004) mukaan kuluttajasukupolvien valmius tarkastella kriittisesti kulutustottumuksiaan on sidoksissa niihin kulutusideologioihin, joiden vaikutuspiirissä he ovat kasvaneet. Nykyisin halvan tuontitavaran myötä useimmilla on varaa ostaa esimerkiksi muotivaatteita. Hintojen lasku ja yleinen varallisuuden kasvu mahdollistaa nykyisen yhteiskunnan kulutusyhteiskuntana, jossa ihmisen tehtävä on tuottaa talouskasvua kuluttamalla. Kulutuskulttuurin muutoksesta on viitteitä, kun kierrätyksestä ja kirpputoreista on tullut muoti-ilmiö. Vanhaan tavaraan

liitetään laadukkuuden, kestävyuden ja ympäristöystävällisyyden arvoja. Lisäksi vanhoja tavaroita keräilemällä ja kuluttamalla luodaan identiteettiä, joka perustuu vihreään kuluttajuuteen ja ekologisemman elämäntavan valinnalle. Identiteetin luonnissa erottautumisen keino voi olla niin sanottu niukka kulutus- ja elämäntyyli (Autio 2004).

”Kun rahaa ei ollut, opin luovaksi. Nuorempana ompelin itse, ja kirpputorit tulivat tutuiksi jo ennen kuin niistä tuli muodikkaita kierrätyksen keitaita.” (Minusta orjan teit, Marjo Vuorinen, 20.4.2011 nro 16-17)

”Maailma on täynnä tavaraa, halpalentoyhtiöitä ja tietoliikenneyhteyksiä, joten alamme havitella takaisin mummolaan. Mutta kun on lapsena pakkokyykkinyt perunamaalla ja pukeutunut itse tehtyihin vaatteisiin rahasyistä, on vaikea vakuuttaa itselleen, että toiveiden täyttymys on puuhellalla poriseva retrokattilallinen siskonmakkarasoppaa.” (Ihanaa vaikka väkisin, Johanna Lahti, 21.10.2010 Nro 42)

Kulutukseen liittyvät ristiriidat kiteytyvät lahjojen hankkimiseen. Kaj Ilmonen (2007) on tutkinut lahjojen antamisen institutionaalistumista. Lahjojen antaminen ei ainoastaan ole hyväntahtoisuutta lahjansaajaa kohtaan, vaan se on suorastaan normi erilaisissa juhlissa. Lahjanannon tarkoituksena on osapuolten sosiaalisten suhteiden luominen ja ylläpitäminen (Ilmonen 2007, 337). Ihmisillä on tapana ostaa lahjoja, vaikka lahjansaajalla olisikin jo kaikkea tarpeellista. Siitä aiheutuu stressiä lahjan hankkijalle, mutta myös lahjan saajalle, kun turhaa tavaraa kertyy nurkkiin pölyttymään. Lahjanannossa yleistyvät erilaiset kierrätysmateriaaleista valmistetut lahjat tai aineettomat palvelut. Yleistä on myös lahjoittaa rahaa hyväntekeväisyyteen lahjansaajan puolesta. Kierrätysmateriaaleista tehdyt tuotteet kuuluvat Lorekin (2009) jaon mukaiseen heikkoon kestäväan kulutukseen, mutta aineettomat lahjat ja palvelut ovat vahvaa kestäväa kulutusta.

”Muoviämpäreistä tehtyjä käsilaukkuja ei näy, mutta muovilattiamatoista loihdittuja kylläkin.” ”Jos erityisen mielenkiintoinen tavara osuu silmään, hankin sen, vaikka en vielä tietäisikään kenelle tai mihin se päättyy.” (Nappivalintoja, Marjo Vuorinen, 15.9.2011 Nro 37)

”..rauhallisen hetken mahdollistaminen toiselle on todellinen laatulahja.”(Lupalappu nokosille, Marjo Vuorinen, 17.11.2011 Nro 46)

Kuluttamalla saadaan aikaan hyvinvointia, kun se liittyy samalla itsensä toteuttamiseen ja sosiaaliseen toimintaan. Kulutus tuottaa välitöntä mielihyvää. Kuluttamalla niin sanottuja parempia tuotteita, kuten luomuruokaa tai vanhoista materiaaleista tehtyjä uusia tuotteita, saa ostamiseen liittyvän mielihyvän lisäksi tunteen siitä, että on valinnut oikein. Vastuullisesti tuotettujen tai vähemmän luonnonvaroja kuluttavien tuotteiden valinta on heikkoa kestäväää kulutusta (Lorek 2009). Kulutustottumusten muuttaminen parempaan suuntaan on kannatettava ja parempi vaihtoehto, mutta se voi jopa lisätä kulutuksen määrää. Kulutuksen laadun lisäksi on kiinnitettävä huomiota kulutuksen määrään. Kulutuskeskeisyydestä irrottautuminen on kestävään kehityksen suurin haaste (Salonen 2010).

### **5.3 Pyrkimys elämän yksinkertaistamiseen**

Kahdeksan havaintoyksikköä liittyi suoraan elämän yksinkertaistamiseen. Pääkirjoituksissa nousee esille arkisista toimista saatava mielihyvä, kun lomalla mökillä tiskaaminenkin tuottaa nautintoa. Kirjoittajat kuvaavat yksinkertaisista asioista nauttimisen tärkeyttä. Elämän yksinkertaistaminen on Lorekin (2009) jaon mukaisesti vahvan kestävään kulutuksen linjaa. Kulutuksen vähentäminen on tavoitteena, mutta sen toteuttaminen käytännössä on hankalaa. Dematerialisaatio, kulutuksen materiaallinen vähentäminen, on tärkeämpää kuin kulutustapojen muuttaminen parempilaatuiseksi.

”Onneksi kesällä riittävät myös yksinkertaiset ja ihan ilmaisetkin asiat.”  
(Ohjelmassa lomaa? Marjo Vuorinen, 9.6.2011 Nro 23)

Ekologisten arvojen mukaan elävä kohtuullistaja pakenee kulutuskeskeistä elämäntapaa vähentämällä kulutusta (Kansallinen ennakointiverkosto 2009). Kohtuullistaminen tapahtuu lomalla usein luonnostaan, koska mökillä ollessaan ihminen on usein kilometrien päässä kulutusmahdollisuuksista. Lomalla yksinkertaisista asioista nauttiminen on helppoa, koska taloudellinen asema on turvattu muina aikoina työskentelemällä.

”Mökin pihalla tiskatessani en vain tajunnut olevani trendikkäämpi kuin koskaan. Kahden viikon metsittyminen olikin downshifistaamista: asioiden yksinkertaistamista ja elämän kohtuullistamista. En kaivannut televisiota, kahvilaa enkä ostoskeskusta.” (Kaikki kupit paljussa, Katja Sipilä, 5.8.2010 Nro 31)

Tulos tukee Lyn Thomasin (2009) tutkimustuloksia, missä kaipuu maalle ja elämän yksinkertaiset ilot ovat pyrkimyksenä, vaikka ne esiintyvät kaupallisessa kontekstissa eli lehdessä, joka on itsessään kulutustuote ja täynnä mainoksia. Tyytymättömyys ja halu paeta modernista elämästä sisältävät potentiaalia enemmän kuin eettiset ja ympäristön suojeluun liittyvät motivaatiot kulutuksen muutokseen. Kulutuksella halutaan osoittaa omaa yhteiskunnallista asemaa, vapaa-ajan viettotapoja, omaa persoonaa ja tyyliä, mutta silti halutaan yksinkertaistaa elämää ja kaivataan yhteisöllisyyttä. Halut, tarpeet ja tieto ovat ristiriidassa keskenään. Toisaalta ymmärretään, että ekologiset rajat ovat ylittyneet, mutta omaa toimintaa on vaikea muuttaa. Ristikkäisten paineiden yhteensovittamisesta on tullut modernin elämän keskeinen piirre (Ilmonen 1993).

”Viimeistään työelämän oravanpyörässä loman syvimmäksi olemukseksi kaipaakin sitä, ettei ole mitään tekemistä eikä yhtään aikataulua. Joutilaisuus, hitailu ja leppoistaminen ovat kuuluneet lomaani jo paljon ennen kuin hitaasta, yksinkertaisesta elämästä tuli muoti-ilmiö.”

(Voi pyhä tylsyyt! Sari Parkkonen, 7.7.2011 Nro 27)

## **5.4 Kriittinen suhtautuminen kulutusyhteiskuntaan**

Kirjoituksissa kritisoidaan vallitsevaa kulutusyhteiskuntaa, jossa talouskasvun edistämisen myötä pyritään tehostamaan ja mittaamaan asioita, joista useat liittyvät ihmisten välisiin suhteisiin. Kriittisiä havaintoja kertyi tähän kategoriaan yhteensä seitsemän. Kirjoituksissa nähdään, että talouskasvu ei ole ratkaisu kaikkiin ongelmiin, eikä tehostamisella luoda välttämättä hyvinvointia. Talouskasvun ulkoisvaikutusten määrä kasvaa nopeammin kuin talouden tuottamien hyödykkeiden arvo, jolloin kuluttajien ja koko yhteiskunnan hyvinvointi heikkenee. (Hoffrén 2010, 22.)



”Tyhjännaurajana pysyminen oli minulle noihin aikoihin hyvinvoinnin ehto. Edelleenkin ajattelen, että hihittäminen on ihmisen aidointa ja terveintä kapinaa liiallista tehokkuutta ja järkevyyttä vaativassa ajassamme. On edes jokin asia maailmassa, jota tehdään muuten vain” (Tyttöjä ja tyhjännaurajia, Riitta Pollari, 25.2.2010 Nro 8)

Yhdessä pääkirjoituksessa kommentoitiin uutisointia vanhainkodissa käyneestä robotista, joka pitää vanhuksille seuraa, kun hoitajat eivät ehdi sitä tekemään. Toisessa kirjoituksessa mietittiin, miten kävisi jos tuttujen välisistä palveluksista, esimerkiksi lastenhoitoavusta tai tavaroiden lainaamisesta, ruvettaisiin laskuttamaan. Kotitalouksissa tapahtuva tuotanto ja vaihto jäävät virallisen talouden ulkopuolelle, eikä kaikkea voi mitata rahassa. Talouskasvun kritiikki näkyy jopa naistenlehden pääkirjoituksissa, kun niissä arvostellaan jatkuvaa tehostamista ja asioiden määrittelyä taloudellisesti. Yhteiskunnallinen tyytymättömyys on lisääntynyt elintason noususta huolimatta (Karisto ym. 1997).

”Robottihoitaja kävi helsinkiläisessä vanhainkodissa vierailulla. En ollut paikalla kuulemassa, mutta olisin kyllä halunnut. Sillä nyt minua vähän kylmää.” ”Elämässä kun tärkeintä on kuitenkin toinen ihminen.” (Tarttuuko robotin nauru? Marjo Vuorinen 24.11.2011 nro 47)

”Mietin yhtäkin kaveriani, jonka pöydässä syö viikko toisensa jälkeen kaksi lasta, joiden kotona ei ole koskaan ruokaa. Vitsi, mitä tukitoimenpiteitä kaverini on järkkäillyt lasten elämään jo vuosia.” ”Vieraanvaraisuus, toisten tukeminen ja auttavaisuus ovat asioita, joille ei voi asettaa hintalappua.” (Arkipäivän hinta, Riitta Pollari, 22.4.2010 Nro 16)

Osmo Soininvaaran (2007) mukaan taloudellisen vaurauden tavoittelu suorastaan vaarantaa ihmisten hyvinvointia. Pääkirjoituksissa on kiinnitetty huomiota siihen, että taloudellinen järjestelmä ei ole aina hyvinvoinnin puolella. Vaurauden tavoittelu on ollut keino tuottaa edellytyksiä hyvälle elämälle, mutta nyt se onkin päämäärä, jolle hyvä elämä on uhrattu (Soininvaara 2007).

## 5.5 Ajankäyttö ja sosiaaliset suhteet

Ajankäytön ja sosiaalisten suhteiden kategoria on analyysini tärkein ryhmä, johon sisältyy ajankäyttöön liittyviä havaintoyksiköitä kahdeksan ja sosiaalisiin suhteisiin liittyviä havaintoja kaksitoista kappaletta. Työnteko mahdollistaa kulutuksen ja elintason ylläpidon, mutta saa aikaan stressiä ja riittämättömyyden tunnetta viedessään aikaa perheeltä ja harrastuksilta. Yhteiskunnallinen tyytymättömyys on lisääntynyt, mikä johtuu analyysini perusteella yhteisöllisyyden puutteesta. Ajankäyttöön liittyy myös merkittäviä ympäristöön vaikuttavia tekijöitä. Schorin (2010) tutkimuksen mukaan kiireisten kotitalouksien ekologinen jalanjälki on suurempi kuin niiden, joissa asiat tehdään hitaammin.

”Turhista turhimpaan tartuin, kun isäni opetti minulle kalaverkkojen paikkaamisen. Eihän niitä kukaan enää korjaa. Uusia ja ehjiä nailonverkkoja saa edullisesti tarjouksesta.” (Turhaa työtä? Marja Puustinen, 15.12.2011, Nro 50)

Ruuan tuotanto, kuljetus ja asuminen muodostavat suurimman osan päästöistä, veden kulutuksesta ja materiaalivirroista (Michaelis, 2004). Vauriassa länsimaissa syömäkelpoista ruokaa heitetään menemään suuria määriä. Kun aikaa ei ole tarpeeksi työajan jälkeen, käytetään helpommin teollisia puolivalmisteita ja ruuat ehtivät pilaantua jääkaappeihin. Ihmisten tavoitteena on kuluttaa paremmin, mutta käytännön tasolla teot todistavat muuta.

”Ostit sitten taas vähän lisää tomaatteja. Tuolla on nyt noita edellisiäkin kasapäin homeessa ja mädäntyneinä” (Liikaa tomaatteja! Riitta Pollari, 18.2.2010 Nro 7)

”En minäkään mielelläni heitä sapuskaa pois. Tuntuukin hurjalta, että tilastojen mukaan kannan sitä jätteeksi vuodessa melkein oman painoni verran.” (Poliisi jääkaapilla, Marjo Vuorinen, 7.12.2010 Nro 49)

Kulutuksen rajoittaminen tai jopa vähentäminen edellyttää työvoiman vähentämistä tai työajan lyhentämistä (de Graaf 2010). Työajan lyhentäminen lisäisi henkistä hyvinvointia

ja onnellisuutta. Lyhyempi työaika parantaisi hyvinvointia stressin vähentyessä, perheiden yhteenkuuluvuuden ja sosiaalisten suhteiden lisääntyessä.

”Pari viikkoa sitten hipsin töistä kotiin iltamyöhään ja totesin lasten huoneissa olevan jo pimeää. Yhtäkkiä se iski minuun – tajuttoman huono omatunto.” (Puoli kilo päivässä, Riitta Pollari, 21.1.2010 Nro 3)

Sosiaaliset suhteet ovat olennainen osa hyvinvointia. Perhe ja ystävyysuhteet auttavat jaksamaan arkea, mutta ajan puute on ikuinen ongelma. Työssäkäynti vie aikaa tärkeiksi koetuilta asioilta ja kiire haittaa hyvinvointia. Kuten Arto Salonen (2010) on osoittanut, materiakeskeisyys vie tilaa sosiaalisilta suhteilta, jolloin ihmisten arvojen välille muodostuu epätasapainoa ja saa kokemaan tyytymättömyyttä, ahdistusta ja stressiä. Perheen merkitys hyvinvoinnin kokemuksissa on tärkeimmällä sijalla (Torvi ja Kiljunen, 2005).

”Loman tullen juureni alkavat vetää puoleensa erityisen vaativasti, ja silloin on päästävä sinne minne ne kutsuvat. Suuntaan siis satojen kilometrien päähän mökille Alvajärven rannalle.” (Juurihoitojonossa, Marja Puustinen, 28.7.2011 Nro 30)

Pääkirjoituksissa toistuu teema toisilleen tuntemattomien ihmisten välisistä suhteista. Monet tekstit käsittelevät arjen sattumuksia, joissa tuntematon ihminen on pelastanut päivän tai ollut muuten huomaavainen. Teksteissä kiitellään ihmisiä, jotka ovat auttaneet lähimmäisiään. Välittäminen nousi esiin useissa pääkirjoituksissa. Yhteisöllisyyttä kaivataan enemmän.

”Mummuni tapasi sanoa, että hyvä kannattaa laittaa kiertämään. Sirkkan kädenojennus takasi monelle muullekin hyvän mielen.” (Kiitos Sirkka! Riitta Pollari, 29.4.2010 Nro 17)

”Tärkeintähän tässä on se, että tapaa naapureita. Yhteistyö- ja avunantosopimus toimii muinakin kuin talkoopäivinä” (Kyllä naapuri tietää, Marjo Vuorinen, 26.5.2011 Nro 21)

Materiaalisten arvojen korvautuessa sosiaalisilla arvoilla lisääntyy pyrkimys osallisuuteen, yhteisöllisyyteen, elämän hallintaan ja vaatimattomuuteen (Salonen 2010). Kuten Lorek (2009) esittää, vahva kestävä kulutus pyrkii hyvinvoinnin luomiseen sosiaalisten suhteiden kehittämisen kautta. Aineistosta nousi esiin pyrkimys muuttaa elämää yksinkertaisempaan suuntaan. Elämän yksinkertaistamisen avulla aikaa jää läheisille ja mielekkään vapaa-ajan viettoon. Sosiaaliset suhteet ovat avainasemassa hyvinvoinnin kokemuksissa. Teksteissä korostetaan ystävistä ja tuntemattomista ihmisistä välittämistä.

## **6 HYVINVOINNIN JA KULUTUKSEN SUHDE AINEISTOSSA**

Tässä luvussa annan aineiston analyysin tuottamat tulokset alussa esittämiini kolmeen tutkimuskysymykseen.

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni oli, miten kulutus ja hyvinvointi tulevat esille *Me Naiset* -lehden pääkirjoituksissa. Ennakko-oletukseni siitä, että pääkirjoituksissa kulutuksella olisi suuri merkitys hyvinvoinnin tuottamisessa, ei pitänyt paikkaansa, vaan aineistosta nousi esiin pyrkimys hyvinvointiin aineettomien keinojen avulla. Hyvinvointi ja kulutus vaikuttivat erillisiltä ilmiöiltä, jotka leikkasivat toisiaan vain osittain. Kulutuksen avulla saatiin aikaan vain pieni osa hyvinvoinnista, mutta hyvinvointi koostui pääkirjoituksissa yleensä muista asioista. Kuten Allardt (1979) esitti, hyvinvointiarvojen toteutuessa ihmisten tarpeet muuttuvat. Kulutustarpeet on tyydytetty, joten tarpeet kohdistuvat nyt muihin asioihin, jotka tämän tutkimuksen perusteella ovat vapaa-ajan mielekäs sisältö ja yhteisöllisyys. Arvot edustavat sellaista, mistä on puutetta tai mikä on tavoittelemisen arvoista.

Hyvinvointiarvoista korostui Allardtin (1976) *Loving-uloittuvuus* eli yhteisyysuhteet, joiden laadussa nähtiin olevan paljon parantamisen varaa. Aineellinen hyvinvointi eli elintaso on aineiston perusteella korkea, mutta elämänlaatua halutaan lisätä. Tilastokeskuksen (2008) tutkimuksen mukaan tuotannon kasvun aikaansaamat positiiviset hyvinvointivaikutukset eivät ole lisänneet tavallisen suomalaisen hyvinvointia, sillä hyvinvointia laskevat kasvavat tuloerot ja talouden elämänlaatua heikentävien vaikutusten ja ympäristövaikutusten lisääntyminen.

Oletusteni vastaisesti kulutus ja hyvinvointi näyttäytyivät erillisinä ilmiöinä, mihin törmäsin jatkuvasti tutkimusta tehdessäni. Olin odottanut, että kulutuksella olisi suurempi merkitys hyvinvoinnin tuottajana, mutta aineisto kertoikin muuta. Kuten Heiskala (1990) totesi, pieni aineisto on eduksi, sillä silloin tutkija oppii paremmin tuntemaan sen ja sitä helpommin aineistosta nousee tulkintaa hajottavia erityispiirteitä, jotka pakottavat tulkinnan ja tutkimusasetelman täsmentämiseen. Jouduin pohtimaan kriittisesti kulutuksen ja hyvinvoinnin suhdetta analyysiä tehdessäni aineiston haastaessa oletuksiani, kunnes

ymmärsin prosessin muodostavan tutkimukseni yhden tuloksen. Kulutus luo hyvinvointia välillisesti (esimerkiksi luomalla yhteistä sosiaalista todellisuutta ystävien kesken) ja pääosin hyvinvointi koostuu muista asioista kuin kulutuksesta. Kulutuksen väitetään olevan keskeinen osa hyvinvointia, mutta omassa tutkimuksessani se ei saanut niin merkittävää roolia. Kulutus on osa arkea, arjen mahdollistaja, mutta se ei itsessään lisää ihmisten kokemaa hyvinvointia. Hyvinvointi tuli aineistossa esille onnellisuuden ja toimivien ihmissuhteiden kautta. Kulutus liittyi hyvinvointiin silloin, kun sitä harrastettiin yhdessä muiden kanssa, tai kun kulutus oli laadukasta, esimerkiksi luomuruuan syöntiä tai kotimaisten tuotteiden ostamista.

Hyvinvointi, kulutus ja ympäristö kiteytyivät analyysini luokassa 5.5. Ajankäyttö on ratkaisevassa asemassa ihmisten hyvinvointiin vaikuttavana tekijänä. Työajan lyhentäminen tuottaa hyvinvointia ja vähentää stressiä (Soininvaara 2007). Jos on valmis kuluttamaan vähemmän, voi myös työntekoa vähentää. Vapaa-ajan lisääntyessä on aikaa vaalia ihmissuhteita ja yhteisöllisyyttä. Vapaa-aika riittää myös kodista huolehtimiseen, ruuanlaittoon ja tavaroiden korjaamiseen, jolloin niillä on ympäristöä säästävä vaikutus. Ekologinen jalanjälki pienenee ja oma hyvinvointi kasvaa. On huomattavaa, että kirjoituksissa ei juuri mainita ympäristöasioita kulutuksen tai hyvinvoinnin yhteydessä, vaikka esimerkiksi työajan lyhentämisellä on suoria positiivisia vaikutuksia ympäristöön. Työajan lyhentämisellä pienennetään välittömästi energiantarvetta, hiilijalanjälkeä ja ympäristökuormitusta (de Graaf 2010).

Toiseksi kysyin aineistolta, mistä hyvinvointi pääkirjoitusten mukaan koostuu. Aineiston analyysin perusteella hyvinvointi koostuu toisista välittämisestä, perheen tärkeydestä ja vapaa-ajan mielenkiintoisesta sisällöstä. Tavoitteena on henkisen hyvinvoinnin lisääminen. Hyvinvointia analysoidessa käytin apuna Allardtin (1976) hyvinvoinnin ulottuvuuksia, joista aineistossa korostuu eniten Loving-ulottuvuus. Siihen kuuluvat paikallisyhteisyys, perheyhteisyys ja ystävyysuhteet. Teksteissä viitataan tuntemattomista ihmisistä välittämiseen ja kehoitetaan ihmisiä yhteisöllisyyteen. Sosiaalisten suhteiden merkitys hyvinvoinnin tuottamisessa on merkittävä, joten vapaa-aika täyttyy ystävistä, perheestä ja harrastuksista. Yhteisöllisyyden kaipuu tulee selvästi esiin aineistossa. Tutkimukseni vahvistaa Arto Salosen (2010) tutkimustuloksia, joiden mukaan kulutuskeskeisyydestä irrottautuessa materiaaliset arvot korvautuvat henkisillä arvoilla kuten sosiaalisten suhteiden ja itsensä toteuttamisen vaalimisella.

Hyvinvointi koostuu myös mielekkästä vapaa-ajan tekemisestä, johon arkiset puuhut liittyvät. Allardtin (1976) Being-ulottuvuus on analyysin perusteella hyvinvoinnin keskeinen lähde. Mielenkiintoinen vapaa-ajan toiminta on tärkeää vastapainoa työlle. Vapaa-aikaan halutaan panostaa etenkin loma-aikoina. Toisaalta käsillä tekeminen, kuten siivous, ruuanlaitto ja kunnostustyöt, tuo vaihtelua normaaliin työhön. Itsensä kehittäminen esimerkiksi liikuntaa harrastamalla tai uutta oppimalla on tärkeää. Ihmisten identiteetti rakentuu vapaa-ajan kautta. Lisää hyvinvointia voidaan saavuttaa vähentämällä ympäristöhaittoja, lisäämällä vapaa-aikaa ja itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia (Hoffrén 2010, 24).

Allardtin (1976) hyvinvointitarpeiden Having-ulottuvuus on enemmän taustalla vaikuttava asia, joka mahdollistaa elämäntyylin, mutta elintaso ei korosteta. Kuten Kaj Ilmonen (2007) on osoittanut, 1980- ja 1990-luvuilla kulutussosiologiassa painottui kulutuksen merkitys sosiaalisten identiteettien muodostuksessa. Kun kulutus on nähty oleellisena identiteetin osana, sitä on alettu pitää tärkeänä ajan hengen muutoksen ilmaisijana. Työssäkäynti mahdollistaa elämäntyylin, jossa lomilla matkustellaan ja viikonloppuisin kulutetaan shoppailemalla ja käymällä kulttuuririennoissa. Kuitenkin nähdään, että tavarapaljous on negatiivista ja turhasta tavarasta on päästävä eroon. Kirjoittajat ovat työssäkäyviä ihmisiä ja lehden lukijoista valtaosa (56 %) on myös työelämässä, joten elintaso on vähintään kohtuullinen.

Allardtin (1976) Having-ulottuvuuteen liittyy elintason mahdollistama vapaa-ajan merkityksen korostaminen arjen keskellä, kuten ulkomaanmatkojen tekeminen loma-aikoina. Elintasosta aiheutuvana hyvinvointia haittaavana tekijänä voidaan pitää työstä johtuvaa vapaa-ajan vähyyttä. Työ vie aikaa perheeltä ja muilta sosiaalisilta suhteilta ja siksi loma-aikoina yritetään korvata arkisin menetetty perheen yhteinen aika. Rahan merkitys puuttuu kokonaan teksteistä. Materiaaliset arvot eivät nouse esiin, vaan sosiaaliset suhteet ovat melkein joka kirjoituksessa läsnä ja niiden merkitys on suuri. Työ aiheuttaa stressiä, jota puretaan vapaa-ajalla ystävien kanssa tai esimerkiksi liikunnalla tai mökkeilemällä.

Kolmas tutkimuskysymykseni oli, millainen rooli kulutuksella on hyvinvoinnissa. Tutkimukseni osoittaa, että kulutuksen rooli on mahdollistaja. Kulutus avustaa arkielämän

rakentamista, sosiaalisten siteiden ylläpitämistä, sosiaalisten erojen julkituomista ja oman sosiaalipsykologisen minuuden rakentamista (Ilmonen 2007, 78). Kuluttamalla esimerkiksi lomamatkoihin vapaa-ajan nautinto syvenee. Lomamatkat ovat henkisiä irtiottoja arjesta ja siten hyvinvointia tuottavaa, mutta samalla ne uusintavat kulutusta. Kuluttamalla ravintoloihin ja teatteriin ostetaan aineettomia elämyksiä. Tavaroiden kuluttaminen sen sijaan ei näyttäydy merkittävässä roolissa. Räsänen (2008) totesi, että kulutukseen osallistumisesta väitetään tulleen tärkein sosiaalinen käytäntö, jonka avulla yksilö kiinnittyy yhteiskuntaan. Oman analyysini perusteella väitän, että kulutukseen osallistuminen on nyky-yhteiskunnassa välttämätöntä, mutta sosiaalisiin yhteisöihin kuulumisen on tärkein yhteiskuntaan kiinnittymisen väline.

Kulutuskulttuuri on murroksessa kestävän kehityksen periaatteiden yleistyessä. Kulutuksen merkitys vapaa-ajan sisältönä muuttuu ja pyrkimys saada aikaan hyvinvointia muilla keinoilla yleistyy. Tietoisuus kulutuksen kasvun rajoista lisääntyy ja kestävä kulutus alkaa olla arkipäivää tavallisille ihmisille. Kulutuksen vähentäminen säästää ympäristöä, mutta se ei ole tärkein syy, jolla kulutuksen vähentämistä perustellaan. Tärkein syy henkilökohtaisen kulutuksen vähentämiseen on oman henkisen hyvinvoinnin lisääminen muun muassa panostamalla ihmissuhteisiin ja vapaa-ajan laatuun. Jopa kulutusorientoituneessa naistenlehdessä kulutukseen suhtaudutaan kriittisemmin. Kulutuksen laatu nousee esiin tärkeänä huomiona analyysissä. Vanhojen tai laadukkaiden tavaroiden ostamista pidettiin hyväksyttävänä kulutuksena pääkirjoituksissa. Kulutusta itsessään ei nähty ongelmana, kunhan kuluttaa laatua tai aineettomia palveluita. Kierrättämällä hankitut tavarat olivat parempaa kulutusta, mutta silti haluttiin päästä eroon turhasta tavarasta. Kuluttamattomuus nähtiin melko mahdottomana toteuttaa, mutta kulutusta pyrittiin vähentämään.

Aineistossa kuluttamattomuus liittyi sosiaalisten suhteiden vaalimiseen. Halua kuluttaa paremmin löytyy, mutta keinoja sen toteuttamiseen ei tunnu löytyvän. Liisa Uusitalon (2008) mukaan monet ympäristöön liittyvät parannukset edellyttävät kansalaisilta sitoutumista ja yhteistyötä, ja kuluttaja-kansalainen joutuu miettimään ympäristöongelmien lisäksi muitakin eettisiä ulottuvuuksia. Kuluttajan olisikin saatava konkreettista tutkimustietoa eettisten ja ympäristömotiivien vaikutuksesta kulutukseen (Uusitalo 2008, 407–408). Potentiaalia kuluttamattomuuteen ja työnteon vähentämiseen on olemassa, mutta yhteiskunnan pitäisi tarjota enemmän vaihtoehtoja esimerkiksi työnteon ja



lastenhoidon yhdistämiseen. Kuluttamattomuus ja työajan lyhentäminen ovat muutoksia, joihin yksittäiset kuluttajat eivät yhdessäkään pysty, vaan toteutukseen tarvitaan suurempia yhteiskunnan ja talouden rakenteen muutoksia.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA KESKUSTELUA

Valitsin tutkimukseni aineistoksi Me Naiset -lehden, sillä se on osa kulutuskulttuuria ja samalla kulutustuote. Siten lehden pääkirjoituksia tarkastelemalla tarjoutuu näkökulma kulutuskulttuurin sisällä tapahtuvaan muutokseen. Pääkirjoitusten avulla sain tietoa kulutuskulttuurin sisällä käydystä hyvinvoinnin, kulutuksen ja kestävyuden välisiin suhteisiin liittyvästä puheesta. Jopa kaupallisessa kontekstissa voidaan löytää merkkejä kuluttajaliikkeen vastaisista toiveista ja huolista valtavirran mediateksteistä, joista niitä odottaisi vähiten löytyvän (Thomas 2009).

Tutkimukseni Me Naiset -lehden pääkirjoituksista vahvisti aiempien tutkimusten (esim. Lorek 2009, Jackson 2009, Salonen 2010) tuloksia siitä, että materiaallinen hyvinvointi on jo yltäkylläistä, joten hyvinvointia on pyrittävä lisäämään muilla keinoin kuin materiaalista elintaso kasvatamalla. Henkistä hyvinvointia tulisi lisätä sosiaalisia suhteita vaalimalla, sillä ihmisillä on kaipuu yhteisöllisyyteen. Yhteisöllisyyden vahvistaminen on nostettava näyttävämmiin esiin, kun pohditaan hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Kuten Pekka Kuusi (1963) ennakoivat 2000-luvun Suomesta, sellainen materiaallinen hyvinvoinnin taso on saavutettu, missä taloudellisten tavoitteiden vetovoima on heikentynyt. Hyvinvointia on pyrittävä arvioimaan muistakin kuin talouden näkökulmasta.

Tämän tutkimuksen tulosten pohjalta voidaan sanoa, että pyrkimys yhteisöllisyyteen on vahva, ja sitä pitäisi mahdollistaa enemmän. Toisista välittämistä pitäisi edistää esimerkiksi muuttamalla työelämää joustavammaksi, jolloin vapaa-aikaa jäisi enemmän muun muassa vapaaehtoistyön tekemiseen. Kulutus luo puitteet hyvinvoinnille, mutta hyvinvointiin sisältyy lisäksi tärkeitä aineettomia arvoja, kuten yhteisöllisyys ja itsensä toteuttaminen.

Kestävä kulutus on tuotava kaikkien ulottuville, jolloin kaikilla olisi varaa valita parempilaatuisia tuotteita. Kestävän kulutuksen edistämiseksi on kehitettävä muitakin keinoja kuin pelkästään kuluttajiin vetoaminen. Tuotteiden hinnat olisi muutettava sisältämään niihin liittyvät ulkoisvaikutukset, kuten ympäristökuormituksen. Tietoa tuotteiden alkuperästä ja tuotantoehdoista on niin ikään saatava paremmin näkyville, jotta kuluttajilla olisi todellinen mahdollisuus valintaan.

Palaan nyt Klaus Mäkelän (1990) esittämiin kvalitatiivisen analyysin arviointikriteereihin, joilla mitataan analyysin onnistuneisuutta. Tutkimuksen sisäisessä luotettavuudessa on kyse siitä, miten hyvin aineisto kuvaa tutkimuksen kohdetta. Lehden pääkirjoitukset kuvaavat yleisempiä kuluttajien tunteja, kuten monet muut tutkimukset kertovat. Tulokseni heijastavat yleistä ilmapiiriä ja uskon, että ne ovat siirrettävissä samankaltaisiin tilanteisiin. Tutkimus on sisäisesti luotettava, koska aineisto kuvaa tutkimuksen kohdetta eli kulutuksen ja hyvinvoinnin yhteyttä. Aineisto vastasi kolmeen tutkimuskysymykseeni.

Tutkimuksen ulkoinen luotettavuus näkyy siinä, että aineiston perusteella voi tehdä yleisempiä päätelmiä. Väitän, että tutkimuksessani käytetyn aineiston perusteella on mahdollista tehdä yleisempiä päätelmiä kulutuskulttuurin pyrkimyksestä muutokseen. Aineistossa kuvataan halua muuttaa elämäntapaa ja kulutustyyliä, vaikka se sijoittuu kaupalliseen kontekstiin. Keinoja kulutustapojen muuttamiseen tai kulutuksen vähentämiseen ei silti esitetä.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa yleistettävyysoongelma ratkaistaan Alasuutarin (1999) mukaan siten, että tutkimuksen kaikissa vaiheissa viitataan muuhun tutkimukseen ja käytettävissä oleviin tilastotietoihin. Näin ilmiö kytkeytyy laajempaan kontekstiin ja tulokset suhteutetaan osaksi laajempaa kokonaisuutta. Aineistoni yhteiskunnallinen paikka määrittyy sen tuotantoehtojen perusteella. Koska aineistoni koostuu kaupallisen naistenlehden lehtikirjoituksista, on huomioitava, että niiden taustalla vaikuttaa markkinointikoneisto. Yhteiskunnallinen todellisuus vaikuttaa kulttuuristen tekstien sisältöön. Kulutuskulttuurin muutos on läpäissyt tien jopa kaupallisen lehden kirjoituksiin.

Tutkimusprosessini ei sujunut selkeästi edeten vaiheesta toiseen, vaan ne lomittuivat yhteen. Jouduttuani umpikujaan, palasin taaksepäin tai hyppäsin eteenpäin. Tutkimusongelma hahmottui teoriaan tutustumisen aikana ja tutkimuskysymykset muotoutuivat teoreettista viitekehystä kirjoittaessa. Aineiston analysoinnin vaiheessa oli palattava taaksepäin ja pidettävä tutkimuskysymykset mielessä, koska aineistosta nousevat muut mielenkiintoiset asiat saattoivat johtaa pohtimaan uusia tutkimusuria.

Tällaisille uusille tutkimusurille johti esimerkiksi työajan ja hyvinvoinnin suhteen pohtiminen. Lyhyemmän työajan vaikutus ihmisten subjektiiviseen hyvinvointiin on ilmeinen, mutta työajan lyhentäminen kansallisella tasolla johtaisi suuriin rakenteellisiin

muutoksiin koko yhteiskunnassa. Työajan lyhentämisen taloudelliset, sosiaaliset ja ekologiset vaikutukset tarjoaisivat loputtomasti mielenkiintoista tutkittavaa.

## LÄHTEET

Ahlqvist, Kirsti ja Heiskanen Eva (2006) Ekotehokkuus lapsiperheiden arjessa. Teoksessa Arkielämän ympäristöpolitiikka (2006) toim. Massa, Ilmo ja Ahonen, Sanna. Helsinki: Gaudeamus Kirja. s. 57-71.

Alasuutari, Pertti (1999) Laadullinen tutkimus. Tampere: Vastapaino.

Allardt, Erik (1976) Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Porvoo: WSOY.

Assadourian, Erik (2010) Kulutuksen aikakausi. Teoksessa Maailman tila 2010. Kulutuskulttuurista kestävään elämäntapaan. Worldwatch-instituutti. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 29-49.

Autio, Minna (2004) Kohti runsauden sukupolvea tarinoiden ja kulutustutkimusaineistojen valossa. Teoksessa Ihanne ja todellisuus, Näkökulmia kulutuksen muutokseen (2004) toim. Ahlqvist Kirsti, Raijas Anu, Helsinki: Tilastokeskus.

Binkley, Sam (2009) The Bohemian Habitus: New Social Theory and Political Consumerism. Teoksessa The Politics and Pleasures of Consuming differently (2009) toim. Soper Kate, Ryle Martin ja Thomas Lyn, Hampshire: Palgrave Macmillan. s.93-112.

Blanchard, Simon (2009) Mediated Culture and Exeptionalism. Teoksessa The Politics and Pleasures of Consuming differently (2009) toim. Soper Kate, Ryle Martin ja Thomas Lyn. Hampshire: Palgrave Macmillan. s.74-89.

de Geus, Marius (2009) Sustainable Hedonism: The Pleasures of Living within Environmental Limits. Teoksessa The Politics and Pleasures of Consuming differently (2009) toim. Soper Kate, Ryle Martin ja Thomas Lyn. Hampshire: Palgrave Macmillan. s.113-129.

de Graaf, John (2010) Lyhyt työaika, kestävä elämä. Teoksessa Maailman tila 2010. Kulutuskulttuurista kestävään elämäntapaan. Worldwatch-instituutti. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 227-232.

Flick, Uwe (2002) *An Introduction to Qualitative Research*. London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications.

Heinonen, Visa (2004) *Kulutus ja eettiset kysymykset*. Teoksessa *Ihante ja todellisuus, Näkökulmia kulutuksen muutokseen* (2004) toim. Ahlqvist Kirsti, Raijas Anu. Helsinki: Tilastokeskus.

Heiskala, Risto (1990) *Tulkinnan koeteltavuus ja aikakauslehtien analyysi*. Teoksessa *Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta* (1990) toim. Mäkelä, Klaus. Helsinki: Gaudeamus. s. 242-262.

Hoffrèn, Jukka (2010) *Todellisen hyvinvoinnin seurantavälineen kehittäminen*. Teoksessa *Onnellisuustalous* (2010) toim. Ylikahri, Ville. Helsinki: Vihreä Sivistysliitto ry. s.15-55.

Ilmonen, Kaj (1993) *Tavaroiden taikamaailma: Sosiologinen avaus kulutukseen*. Jyväskylä: Vastapaino.

Ilmonen, Kaj (2007) *Johan on markkinat - kulutuksen sosiologista tarkastelua*. Tampere: Vastapaino.

Jackson, Tim (2008) *Kestävän elämäntavan haasteet*. Teoksessa *Maailman tila 2008 – kestävä talous* (2008) toim. Worldwatch-instituutti. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 71-86.

Jackson, Tim (2009) *Prosperity without Growth: economics for a finite planet*. London: Earthscan.

Jalas, Mikko (2004) *Kuluttajat ympäristöjohtamisen kohteina ja osapuolina*. Teoksessa *Ympäristö ja liiketoiminta- arkiset käytännöt ja kriittiset kysymykset* (2004) toim. Heiskanen Eva. Helsinki: Gaudeamus Kirja. s. 211-226.

Jansson, André (2002) *Mediatization of consumer culture: Towards an analytical framework of image culture*. *Journal of consumer culture* 2 (1). s. 5-31.

Kansallinen ennakointiverkosto (2009) Kohtuullistamisen jäljillä. Toim. Leivo, Tomi. Helsinki: Sitra. <http://www.foresight.fi/wp-content/uploads/2009/11/Kohtuullistaminen.pdf> Viitattu 19.12.2011.

Karisto, Antti, Takala, Pentti ja Haapola, Ilkka (1997) Matkalla nykyaikaan. Elintason, elämäntavan ja sosiaalipolitiikan muutos Suomessa. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Kotilainen, Lauri (2003) Parempi lehtijuttu. Helsinki: Infor.

Kuusi, Pekka (1963) 60-luvun sosiaalipolitiikka. Porvoo: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Levikintarkastus Oy: <http://www.levikintarkastus.fi/index.php> Viitattu 12.1.2012.

Lorek, Sylvia (2009) Debunking Weak Sustainable Consumption. Towards Strong Sustainable Consumption Governance. Helsinki: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-10-5897-4> Viitattu 13.1.2012.

Massa, Ilmo ja Ahonen, Sanna (2006) Mitä on arkielämän ympäristöpolitiikka? Teoksessa Arkielämän ympäristöpolitiikka (2006) toim. Massa, Ilmo ja Ahonen, Sanna. Helsinki: Gaudeamus Kirja. s. 9-16.

Michaelis, Laurie (2004) Community, reflexivity and sustainable consumption. Teoksessa The ecological economics of consumption (2004) toim. Reisch A. Lucia ja Ropke Inge, Cheltenham: Edward Elgar Publishing Limited. s. 207-232.

Moisander, Johanna (2004) Vihreä kulutus yhteiskunnallisena ilmiönä Suomessa. Teoksessa Ympäristö ja liiketoiminta- arkiset käytännöt ja kriittiset kysymykset (2004) toim. Heiskanen Eva. Helsinki: Gaudeamus Kirja. s. 291-302.

Mäkelä, Klaus (1990) Kvalitatiivisen analyysin arviointiperusteet. Teoksessa Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta (1990) toim. Mäkelä, Klaus. Helsinki: Gaudeamus. s. 42-59.

Norwegian Ministry of the Environment (1994) Oslo Roundtable on Sustainable Production and Consumption.

Nurmela, Juha (2008) Kierrätys kotitalouksissa vuoden 2006 Kulutustutkimuksen mukaan. Teoksessa Kulutuksen pitkä kaari. Niukkuudesta yksilöllisiin valintoihin (2008) toim. Ahlqvist, Kirsti, Raijas, Anu, Perrels, Adriaan, Simpura, Jussi ja Uusitalo, Liisa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press/Palmenia. s. 281-304.

Reisch, A. Lucia ja Ropke, Inge (2004) The place of consumption in ecological economics. Teoksessa The ecological economics of consumption (2004) toim. Reisch A. Lucia ja Ropke Inge, Cheltenham: Edward Elgar Publishing Limited. s. 1-16.

Räsänen, Pekka (2008) Kulutuksen yksilöllistyminen sosiologisessa tutkimuksessa. Teoksessa Kulutuksen pitkä kaari. Niukkuudesta yksilöllisiin valintoihin (2008) toim. Ahlqvist, Kirsti, Raijas, Anu, Perrels, Adriaan, Simpura, Jussi ja Uusitalo, Liisa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press/Palmenia. s. 124-148.

Salonen Arto O. (2010) Kestävä kehitys globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnan haasteena. Helsinki: Yliopistopaino.

Schor, Juliet (2010) Kestäviä arvoja tukeva työaika. Teoksessa Maailman tila 2010. Kulutuskulttuurista kestävään elämäntapaan. Worldwatch-instituutti. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 132-137.

Shove, Elizabeth (2004) Changing human behavior and lifestyle: A challenge for sustainable consumption? Teoksessa The ecological economics of consumption (2004) toim. Reisch A. Lucia ja Ropke Inge, Cheltenham: Edward Elgar Publishing Limited. s.111-131 .

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



Tahlberth, John (2008) Edistyksen uudet mittarit. Teoksessa Maailman tila 2008 – kestävä talous (2008) toim. Worldwatch-instituutti. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press. s. 41-55.

Tammilehto, Olli (2008) Maapallon kokoinen aarre – talousnäkökulman muutos ja ympäristö. Teoksessa Kaikesta jää jälki - puheenvuoroja ympäristöä säästävistä valinnoista (2008) toim. Portin, Anja, Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Avain. s.83-97.

Thomas, Lyn (2009) Ecochic: Green echoes and rural retreats in contemporary Lifestyle Magazines. Teoksessa The Politics and Pleasures of Consuming differently (2009) toim. Soper Kate, Ryle Martin ja Thomas Lyn. Hampshire: Palgrave Macmillan. s.59-73.

Tilastokeskus (2008) [http://tilastokeskus.fi/tup/tietotrendit/tt\\_07\\_08\\_gpi.html](http://tilastokeskus.fi/tup/tietotrendit/tt_07_08_gpi.html) Viitattu 19.12.2011.

Torvi, Kai ja Kiljunen, Pentti (2005) Onnellisuuden vaikea yhtälö. EVAn kansallinen arvo- ja asennetutkimus 2005. Helsinki: Taloustieto Oy.

Tuomi, Jouni ja Sarajärvi, Anneli (2003) Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Uusitalo, Liisa (2008) Kuluttaja kansalaisena ja maailmankansalaisena. Teoksessa Kulutuksen pitkä kaari. Niukkuudesta yksilöllisiin valintoihin (2008) toim. Ahliqvist, Kirsti, Raijas, Anu, Perrels, Adriaan, Simpura, Jussi ja Uusitalo, Liisa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press/Palmenia. s. 399-413.

# LIITTEET

## Liite 1

Havaintoyksiköt ryhmittäin (pääkirjoituksen otsikko, tekijä, ilmestymispäivämäärä, lehden numero)

### 5.1. Kulutus antaa näkökulman sosiaaliseen todellisuuteen:

Tervaa taskussa, Sari Parkkonen, 14.1.2010 Nro 2  
Kaveriringin viisaudet, Riitta Pollari, 28.1.2010 Nro 4  
Liikaa tomaatteja! Riitta Pollari, 18.2.2010 Nro 7  
Arvaa, montako vuotta, Marjo Vuorinen, 6.5.2010 Nro 18  
Pala saippuaa, Marjo Vuorinen, 20.5.2010 Nro 20  
Ei ainakaan valkoista, Sari Parkkonen, 17.6.2010 Nro 24  
Naisten kalsarikkekerit, Marjo Vuorinen, 16.9.2010 Nro 37  
Kenkähulluja naisia, Marjo Vuorinen, 13.1.2011 Nro 2  
Hätäapu kevääseen, Sari Parkkonen, 24.2.2011 Nro 8  
Lomaonni kääntyi, Marjo Vuorinen, 3.3.2011 Nro 9  
Tyylikkäänä tuulitakissa, Johanna Lahti, 4.8.2011 Nro 31  
Arvaamattomat ihastukset, Marjo Vuorinen, 17.8.2011 Nro 33–34

### 5.2. Pyrkimys parempaan kulutukseen:

Ihanaa vaikka väkisin, Johanna Lahti, 21.10.2010 Nro 42  
Onnellinen pimeässä, Marjo Vuorinen, 4.11.2010 Nro 44  
Sukkahousutkin rikki, Marjo Vuorinen, 11.11.2010 Nro 45  
Varaslähtö joulun, Sari Parkkonen, 18.11.2010 Nro 46  
Poliisi jääkaapilla, Marjo Vuorinen, 7.12.2010 Nro 49  
Pitkän suhteen loppu, Johanna Lahti, 27.1.2011 Nro 4  
Kaikenkarvaisia kalleuksia, Johanna Lahti, 31.3.2011 Nro 13  
Minusta orjan teit, Marjo Vuorinen 20.4.2011 Nro 16–17  
Herätys ruokapöydässä, Marjo Vuorinen 11.8.2011 Nro 32  
Nappivalintoja, Marjo Vuorinen, 15.9.2011 Nro 37  
Lupalappu nokosille, Marjo Vuorinen, 17.11.2011 Nro 46  
Turhaa työtä? Marja Puustinen, 15.12.2011 Nro 50

### 5.3. Pyrkimys elämän yksinkertaistamiseen:

Sopivasti rempallaan, Marjo Vuorinen, 10.6.2010 Nro 23  
Kaikki kupit paljussa, Katja Sipilä, 5.8.2010 Nro 31  
Kiertoon vaan! Marjo Vuorinen, 2.9.2010 Nro 35  
Ihanaa vaikka väkisin, Johanna Lahti, 21.10.2010 Nro 42  
Unelmissa siivousgeeni, Marjo Vuorinen, 3.2.2011 Nro 5  
Ohjelmassa lomaa? Marjo Vuorinen, 9.6.2011 Nro 23  
Voi pyhä tylsyys! Sari Parkkonen, 7.7.2011 Nro 27  
Herätys ruokapöydässä, Marjo Vuorinen, 11.8.2011 nro 32

#### 5.4. Kriittinen suhtautuminen kulutusyhteiskuntaan

Erkkiä ikävä, Riitta Pollari, 4.2.2010 Nro 5  
Tyttöjä ja tyhjännaurajia, Riitta Pollari, 25.2.2010 Nro 8  
Arkipäivän hinta, Riitta Pollari, 22.4.2010 Nro 16  
Kännykkää ei jätetä? Marjo Vuorinen, 8.7.2010 Nro 27  
Tarttuuko robotin nauru? Marjo Vuorinen 24.11.2011 nro 47  
Hetki vain, Sari Parkkonen, 1.12.2011 Nro 48  
Tukka putkella aattoon? Marjo Vuorinen, 21.12.2011 Nro 51–52

#### 5.5. Ajankäyttö ja sosiaaliset suhteet

Piirakoita ja pusu, Katja Sipilä, 7.1.2010 Nro 1  
Puoli kiloa päivässä, Riitta Pollari, 21.1.2010 Nro 3  
Erkkiä ikävä, Riitta Pollari, 4.2.2010 Nro 5  
Kivasti eri paria, Katja Sipilä, 11.2.2010 Nro 6  
Liikaa tomaatteja! Riitta Pollari, 18.2.2010 Nro 7  
Arkipäivän hinta, Riitta Pollari, 22.4.2010 Nro 16  
Kiitos Sirkka! Riitta Pollari, 29.4.2010 Nro 17  
Kännykkää ei jätetä? Marjo Vuorinen, 8.7.2010 Nro 27  
Arjen tuupparit, Marjo Vuorinen, 15.7.2010 Nro 28  
Nyt meni hermot! Sari Parkkonen, 29.7.2010 Nro 30  
Varaslähtö joulun, Sari Parkkonen, 18.11.2010 Nro 46  
Poliisi jääkaapilla, Marjo Vuorinen, 7.12.2010 Nro 49  
Minäkö juureton? Marja Puustinen, 5.5.2011 Nro 18  
Kyllä naapuri tietää, Marjo Vuorinen, 26.5.2011 Nro 21  
Ohjelmassa lomaa? Marjo Vuorinen, 9.6.2011 Nro 23  
Voi pyhä tylsyys! Sari Parkkonen, 7.7.2011 Nro 27  
Juurihoitojonossa, Marja Puustinen, 28.7.2011 Nro 30  
Lupalappu nokosille, Marjo Vuorinen, 17.11.2011 Nro 46  
Tarttuuko robotin nauru? Marjo Vuorinen, 24.11.2011 Nro 47  
Turhaa työtä? Marja Puustinen, 15.12.2011, Nro 50