

Sydänääniä

– hermeneuttis-fenomenologinen tulkinta aikuisopiskelijan arjesta

Henna Heinilä

1 Tutkimuksen lähtökohdat ja tavoitteet

Elinikäisen oppimisen edistäminen on asetettu yhdeksi keskeiseksi koulutus- ja työllisyyspoliittiseksi tavoitteeksi sekä Suomessa että Euroopassa. Yhden tutkinnon tai ammattitaidon hankkiminen elämän aikana ei anna riittävästi valmiuksia mukautua työelämän muuttuviin olosuhteisiin. Tarvitaan joustavaa ja jatkuvaa kykyä oppia ja hankkia uutta osaamista. (OKM, 2010.) Tämä yhteiskunnallinen kehitys on johtanut siihen, että työn ja perheen yhteensovittamisen rinnalla kulkee merkittävästi myös opintojen, työn ja perheen yhteensovittaminen. Tilanne on tuttu muun muassa ammatillista opettajankoulutusta työn ohella suorittaville aikuisille, joiden arkea ja siitä nousevia merkityksiä tarkastelen tässä luvussa. Tarkastelu perustuu tutkimukseen *Sydänääniä – keskustelua arjesta aikuisopiskelijan opintopolulla*, jatkossa *Sydänääniä*. Tutkimus kuuluu kotitaloustieteen alaan ja on teoreettiselta lähtökohdaltaan fenomenologinen. Tutkimuksessa tehdään hermeneuttis-fenomenologisella menetelmällä tulkintaa aikuisopiskelijan arjen kokemuksista.

Sydänääniä-tutkimuksen tarkoituksena on nostaa esiin ”yksilön ääni” ja näin rakentaa yleistä ymmärrystä ihmisenä olemisesta. Näkyväksi tehdyt subjektiiviset arjen kokemukset mahdollistavat kokemusten jakamisen ja tarkastelun myös yhteisöllisesti. Tällainen yksilölähtöinen kokemustieto on merkityksellistä arjen tutkimukselle, sillä se taustoittaa toiminnan lähtökohkia ja lisää näin ymmärrystä yksilön toiminnan taustalla olevista erilaisista intentioista. Yksilölähtöisen kokemustiedon näkyväksi tekeminen, ja sitä kautta arvostaminen, lisäävät myös yksilön oman olemassaolon merkitystä ja tätä kautta hyvinvoinnin kokemusta. Tutkimus monipuolistaa 2010-luvun suomalaisen arjen tuntemusta ja antaa aineksia ja välineitä osallistua myös yhteiskunnalliseen keskusteluun yksilöiden ja perheiden arjesta ja siinä vaikuttavista yksilötason merkityksellisistä tekijöistä.

Sydänääniä-tutkimuksen tavoite voidaan kuvata kolmen tulkinnan vaiheen avulla. Tavoitteena on

1. kuvata keskusteluaineiston pohjalta ruuhkavuosia elävien aikuisopiskelijoiden kokemuksia arjesta
2. redusoida eli pelkistää näistä kuvauksista teemat, joiden avulla saadaan näkyväksi keskeisiä merkityskokemuksia
3. tulkita teemoja arjen rytmi -käsitteen valossa.

Tutkimuksen aineiston muodostavat keskustelut käytiin vuosina 2010–2011 ammatillisia opettajan pedagogisia opintoja suorittavien opiskelijoiden kanssa. Opettajan pedagogisia opintoja suorittavat henkilöt ovat työikäisiä, yleensä työssä käyviä ja tekevät opintojaan työn ohessa monimuoto-opiskeluna. Monet ovat perheellisiä ja käyvät opintojen aikana läpi pikkulapsiperheen tai koululaisperheen elämän vaiheita eli elävät perheenä niin sanottuja ruuhkavuosia. Opintoja suoritetaan työn, perheen, harrastusten ja muiden velvoitteiden ohessa. Opiskelun myötä syntyy myös monia uusia sosiaalisia kontakteja. Opintojen aikana saatetaan suunnitella uranvaihtoa, ja monelle voi tarjoutua uusia mielenkiintoisia työmahdollisuuksia. Suuri muutos opiskelijan henkilökohtaisessa elämässä on uuden ammatti-identiteetin, opettajuuden, rakentaminen. Opintojen aloittamisesta tulee näin ollen monitahoinen muutosvaihe aikuisopiskelijan, mutta myös hänen perheensä elämässä.

Tutkimuksessa mukana olleet opiskelijat olivat yhdestä ammatillisen opettajakorkeakoulun opiskelijaryhmästä, jonka oppimisen ohjaajana toimin. Ryhmään kuului 11 opiskelijaa: kuusi naista ja viisi miestä. Naisista neljä ja miehistä kolme oli perheellisiä. Lapsia perheissä oli yhdestä kolmeen. Kahdessa perheessä osa lapsista oli jo aikuisia ja muuttanut pois kotoa. Perheellisistä yksi nainen ja yksi mies olivat eronneet. Tutkimukseen osallistuminen sidottiin osaksi opiskeluprosessia, mikä tarkoitti sitä, että esimerkiksi kahdenkeskisiin ohjauskeskusteluihin sisällytettiin perheen arkeen ja sen sujumiseen liittyviä aiheita. Tällaisia aiheita olivat esimerkiksi mitä perheessä tapahtuu tavallisena arkipäivänä, miten perheen arkipäivä suunnitellaan ja jäsennetään, miltä perheen arki tuntuu, mikä on arjen intensiteetti ja miten hyvin ”arki on hallinnassa”. Ohjauskeskustelut toteutuivat opintojen aikana toisiinsa linkittyvänä ketjuna syksyn 2010 ja kevään 2011 aikana, ja niitä voisi luonnehtia keskusteleviksi haastatteluiksi. Osa ohjauskeskusteluista toteutettiin ryhmäkeskusteluna. Käytin myös osaa opiskelijoiden tekemistä oppimistehtävistä keskusteluaineiston täydentäjänä. Tällainen tehtävä oli esimerkiksi opintojen alkuvaiheessa tehty oppimistehtävä, jossa opiskelijat kuvasivat elämänpolkuaan, opiskelun aikaista elämäntilannettaan ja ajankäytön haasteita. Kaikki ryhmän opiskelijat antoivat luvan opintojen aikana kertyvän aineiston käyttämiseen tutkimusaineistona. Sekä kahdenkeskiset että ryhmäkeskustelut äänitallennettiin ja litteroitiin.

2 Tietoteorettinen viitekehys ja menetelmälliset valinnat

2.1 Fenomenologinen viitekehys

Sydänääniä-tutkimus on lähtökohdiltaan fenomenologinen. Tutkimuksen toteutuksen ja tulosten ymmärtämisen kannalta on oleellista hahmottaa keskeiset fenomenologisen tutkimuksen piirteet ja erottaa ne esimerkiksi empiirisen tutkimuksen käytänteistä. Tässä luvussa kuvaan lyhyesti fenomenologisen tutkimuksen teoreettista viitekehystä ja soveltamaani fenomenologista menetelmää.

Fenomenologia on kuvailevaa tiedettä, ja sen menetelmällisenä ihanteena ja tavoitteena on säilyttää kiinteä yhteys tutkittavaan ilmiöön, tai kokemukseen, kuten jotkut fenomenologit korostavat. (Miettinen, Pulkkinen & Taipale, 2010, s. 12.) Useilla aloilla, kuten kasvatus-, palvelu- sekä sosiaali- ja terveysalalla, tarvitaan perustehtävän menestykselliseen toteuttamiseen kognitiivisen tietämisen ja taitamisen lisäksi hiljaista, intuitiivista ja paattista tietoa. Nämä ovat vaikeasti selitettäviä ja jaettavissa olevia tietämisen tapoja. Esimerkiksi paattinen tietäminen tarkoittaa aistista ja kehollista tietämistä eli kykyä ”lukea” omaa ja toisen kehon kieltä. Hiljainen, intuitiivinen ja paattinen tieto ovat kietoutuneena ensisijaisesti kokemukseen ja ovat siten kokemuksen tutkimisen avulla myös löydettävissä ja jaettavissa. Fenomenologinen tutkimus pyrkii ilmiön pintaa syvemmälle ja haluaa ottaa tutkimuksessa erilaiset tietämisen tavat käyttöön. Fenomenologisessa tutkimuksessa tavoitellaan kokemuksia kuvaavien ilmaisujen implisiittisiä sisältöjä, katsotaan ikään kuin rivien väleihin. Tutkijan käytössä on intuitiivinen ote aineistoon. Husserlin mukaan intuitiivinen ote tutkimuksessa tarkoittaa sitä, että tutkittava ilmiö on läsnä tutkijan tietoisuudelle aina koettuna ja ”lihallsena”, siis hyvinkin konkreettisena ja myös tutkijan omaan kokemukseen kietoutuvana. Husserl kuitenkin viittaa intuitiivisuuteen, joka ei vastaa yleistä käsitystä epämääräisestä vaistoihin ja tuntemuksiin liittyvästä intuitiivisuudesta. (ks. van Manen, 2007; Finlay, 2012, s. 21.) Fenomenologinen tutkimus edistää kognitiivista tietämistä laajentavaa erilaista tietämistä ja syventää näin ymmärrystä toiminnan taustoita ja lähtökohdista.

Fenomenologia sisältää useita erilaisia tutkimussuuntauksia ja teoreettisia painotuksia sen mukaan, ollaanko kiinnostuneita ensisijaisesti eksistentiaalisesta, hermeneuttisesta tai vaikkapa kulttuurisesta tai antropologisesta näkökulmasta ilmiöön. Jos fenomenologisen tutkimuksen kohteena on esimerkiksi toiminnan motivaatio, voidaan yhdestä näkökulmasta tarkastella motivoituneen henkilön elämismaailmaa ja sen luonnetta, toisesta näkökulmasta tavoitella koetun motivaatiokokemuksen yleistä rakennetta ja kolmannelta lähestyä ilmiötä kerrottujen tarinoiden kautta. (Finlay, 2012, s. 20.) Sydänääniä-tutkimuksessa painopiste on yksilön kokemuksen tulokinnassa. Tulokinnassa ilmiön keskeisiä teemoja nostetaan esiin ja niistä hahmotetaan eletyn kokemuksen yleistä rakennetta. Tutkimusta voi-

daan luonnehtia hermeneuttis-fenomenologiseksi, jossa fenomenologia on kokemuksen tutkimista ja hermeneutiikka sen tulkintaa ja siitä seuraavaa merkitysten tutkimista.

Hermeneuttis-fenomenologinen analyysi, johon tämän tutkimuksen yhteydessä jatkossa viitataan lyhyesti sanalla tulkinta, toteutuu filosofisen tutkimuksen periaattein. Sydänääniä-tutkimuksessa on siten kyse myös arjen filosofisesta tutkimuksesta. Filosofisen tutkimuksen periaate liittyy filosofisen ajattelun erityislaatuun suhteessa erityistieteisiin. Filosofinen ajattelu ei rajaudu erityistieteiden, tässä tapauksessa kotitaloustieteen, apuvälineeksi, jonka avulla tavoitellaan erityistieteiden valmiiksi rajattuja päämääriä. Filosofia, itsenäisenä tieteellisenä tutkimuksena, pyrkii näkemään erityistieteiden ongelmat ja kysymykset uudessa, erityistieteen alaa laajemmassa valossa ja näin ollen pyrkii laajentamaan perinteen myötä jäsentyneitä rajallisuuksia. (Miettinen ym., 2010, s. 13–14; Hotanen, 2008, s. 18–20.) Tästä syystä Sydänääniä-tutkimuksen tulkinta pyrkii toteutumaan filosofisen tutkimuksen periaattein. Tavoitteena on sallia yksilön arjen kokemisen paljastuminen ilmiön omista, ei vain jo olemassa olevista kotitaloustieteen lähtökohdista.

Hermeneuttis-fenomenologinen viitekehys ilmenee Sydänääniä-tutkimuksessa tulkinnan lisäksi myös fenomenologisena tutkimusasetteenä. Fenomenologinen tutkimusasetteen näkyy muun muassa aineiston keräämisen ja tulkitsemisen tavoissa sekä tutkijan positiossa. Oma suhteeni aineistoon tutkijana poikkeaa yleisen empiirisen tutkimuksen aineistonäkemyksestä. Lähestyn aineistoa kertovana elementtinä ja asetun tutkijana keskelle tutkittavaa ilmiötä ollen välillä sen ”sisällä” ja välillä itseni siitä ulkoistaen. Hermeneuttis-fenomenologinen tutkimus kunnioittaa aineistoa kertovana elementtinä. Aineisto ei ole empiirisen tutkimusasetteen määrittämässä merkityksessä dataa, *josta* tutkimuksen tulokset analysoidaan. Aineisto on ilmiön kuvausta, *jossa* tulkinta tapahtuu. Niin sanottua aineiston keruuta voisi kuvata aineiston kertymisenä. Aineiston annetaan kertyä eikä siihen pyritä vaikuttamaan ohjaavasti kertymisen aikana. Sydänääniä-tutkimuksessa asetuin keskusteluissa ohjaajan rooliin ihmettelemään yhdessä opiskelijoiden kanssa arjen ilmiöitä. Tutkijan positioistani tuli osin antropologinen, sillä aineiston kerryttämisen aikana asetuin opiskelun ohjaajana lähelle opiskelijaa, kulkemaan yhdessä opiskelijan kanssa hänen opintopolkuaan vuoden ajan. Keskustelin opiskelijan arjen kokemuksista hänen sosiaalisissa ympäristöissään, kuten opettajaopintojen ryhmissä ja opiskelijan työympäristössä. Asetuin tutkijana positioon, jossa fenomenologis-antropologinen ymmärrys intersubjektiivisuudesta, eli kokemusten yhteisestä jakamisen mahdollisuudesta, on keskeinen. Vasta keskusteluiden litteroinnin jälkeen, opiskelijoiden jo valmistuttua, luin keskustelut tutkijan positiossa. Silloin tein ensimmäiset tulkinnat siitä, mitä aineisto voi paljastaa. (ks. Sokolowski, 2000, s. 47, 146–155; van Manen, 2007.)

Pyrin tavoittamaan Sydänääniä-tutkimuksessa yksilön kokemuksen mahdollisimman autenttisenä ja refleктоimattomana. Tätä mahdollisimman autenttista kokemusta kutsutaan hermeneuttis-fenomenologisen tutkimuksen yhteydessä *eletyksi kokemukseksi* (van Manen, 2007), ja sitä kuvataan myös ilmauksella ”läpi eletty”. Vaikka tavoitteena on päästä lähelle sitä hetkeä, jolloin ihminen on ennen kaikkea kokija eikä vielä koetun tulkitsija, niin täysin mahdollista tämä ei koskaan voi olla. Elettyä kokemusta ei voida tarkastella ilman, että samanaikaisesti tarkastellaan myös sen sisältämiä ja synnyttämiä merkityksiä. Toisaalta myöskään merkityksiä ei voida tutkia irrallaan niiden kokemuserustasta. Kokemus ja merkitys ilmenevät samanaikaisesti. Näin muodostuva *merkityskokemus* onkin tämän tutkimuksen keskeinen tarkastelun kohde. Tutkimus etenee kokemuksen kuvaamisesta sen tulkintaan ja tätä kautta merkityskokemusten paljastumiseen. Merkityskokemukset sijoitetaan kokemusten kokonaisuuteen, ja näin muodostuu jatkuvuus tai merkitysperspektiivi. Tässä tutkimuksessa saavutettavaa tietoa pitää tarkastella merkitysten ja niiden kohteiden keskinäisenä identifioitavuutena, ei niinkään väitelauseiden ja tosiasioiden välisenä vastaavuutena. Fenomenologinen tutkimus paljastaa ilmiön perusrakenteet, ja tähän paljastumiseen syntyvän tutkimustiedon oikeutus pitää sitoa. (Heinilä, 2007, s. 131–132.)

2.2 Fenomenologinen menetelmä

Koska fenomenologinen asenne on keskeinen tekijä tämän tutkimuksen menetelmällisessä ymmärtämisessä, on sen avaaminen tutkimuksen luotettavuuden ja läpinäkyvyyden kannalta tärkeää. Tehtävä ei ole helppo, sillä kyse on nimenomaan tiedostetusta *asenteesta*, joka suuntaa tutkijan jokaista ajatusta, valintaa, tekoa ja tulkintaa. Fenomenologisen asenteen toteutuminen tutkimuksessa voidaan havaita toisiinsa kietoutuneiden näkökulmien vuoropuheluna. Näkökulmat ovat koko tutkimuksen ajan yhtä aikaa läsnä sekä tutkijan asenteessa että toiminnassa ja ”uloskirjoitetussa” tekstissä. Kiteytetysti voidaan todeta, että hermeneuttis-fenomenologisessa tutkimuksessa tutkija huolehtii, että

- tutkittavaa ilmiötä lähestytään elettyinä kokemuksena ja että tutkija itse asettuu ”keskelle” tätä kokemusta sen sijaan, että tarkkailisi sitä ulkopuolelta
- koko tutkimuksen ajan pysytellään lähellä elettyä kokemusta, sillä jos yhteys tutkittavaan ilmiöön katkeaa, on tulkintavaiheessa vaarana luisua ennako-oletusten mukaiseen kategorisointiin tai toisaalta jopa spekulointiin
- pyritään tunnistamaan eletyn kokemuksen peruslähtökohtia eli sitä, mikä koostaa siitä luonteeltaan juuri koetunlaisen
- redusoidaan eli pelkistetään esiin peruslähtökohtaa kuvaavia teemoja

- kuvataan ilmiötä kirjoittamalla ja uudelleen kirjoittamalla, sillä kieli on osa ilmiöiden ontologiaa ja näin ollen ajattelun ja tulkitsemisen koti
- tulkinta ylläpitää yksityiskohtien ja kokonaisuuksien, erityisen ja universaalien sekä episodien ja jatkumojen katkeamatonta vuoropuhelua ja ”leikkiä”, jotta tulkinta säilyttää ilmiön peruslähtökohtia paljastavan luonteen eikä sokaistu yksityiskohdista ja ala selittää ilmiötä yksityiskohtien kautta. (ks. van Manen 2007, s. 30–31.)

Kieli on fenomenologisen menetelmän tärkein keino ymmärtää elettyä kokemusta ja siksi sen keskeinen elementti. Ilmaisuihin ”kieli on ajattelun koti” tavoittaa kielestä muutakin kuin sen rationaalisen ja välineellisen ulottuvuuden. Ilmaisuihin vie kielen osaksi ihmisen maailmassa olemista. Kieli on tutkimuksen kontekstissa ainut mahdollinen väylä lähestyä ilmiöitä, toisin kuin esimerkiksi taiteessa, mutta fenomenologisessa tutkimuksessa kieli ei asetu ilmiöiden eikä siksi myöskään olemisen kysymyksen ulkopuolelle. Sen sijaan kieli nähdään ei vain ajattelun, vaan myös olemisen kotina, sillä kokemus ja sen merkitykset tunnustetaan kielessä ilmeneviksi ja myös olemuksellisesti siinä syntyviksi. (Heidegger, 1946; Merleau-Ponty, 2004, s. 235–236; Sokolowski, 2000, s. 78–79; Hotanen, 2008, s. 10.) Välineellisyys sijasta kieli on päämäärien ja merkitysten mahdollistaja. Kieli vaikuttaa siihen peruslähtökohtaan, jossa ihminen ymmärretään, ja on siten osa ihmisen ontologiaa. (Heinilä, 2007, s. 142.) Tieteen kieleen liittyy perinteisesti loogisuuden ja objektiivisuuden vaatimus. Sen tulee olla mahdollisimman yksiselitteistä ja selkeää. Hermeneuttis-fenomenologinen tutkimus on kuitenkin avoin proosallisille ja runollisille kielen ominaisuuksille. Se rohkaisee esteettisesti sensitiiviseen kirjoittamiseen osana sekä tutkimusprosessia että tuotosta. (Henriksson & Friesen, 2012.) Fenomenologinen ymmärrys kielestä on ohjannut Sydänääniä-tutkimuksen keskusteluaineiston tuottamista ja erityisesti sen tulkintaa.

Fenomenologisessa menetelmässä ilmiön peruslähtökohtia kuvaavien teemojen löytäminen edellyttää merkitysten *näkemistä*. Ilmiön peruslähtökohtia kuvaavat teemat antavat struktuurin fenomenologisen kirjoittamisen prosessille. Teemoja ei muodosteta mekaanisesti laskemalla tai koodaamalla aiheita tai ilmaisuja. Teemat nousevat aineistosta sitä lukemalla, kuulemalla ja katsomalla, sillä keskustelut ikään kuin kätkevät itseensä tutkittavan ilmiön perusrakenteen. Redusoidut teemat ovat luonteeltaan universaaleja, mikä ei kuitenkaan tarkoita samaa asiaa kuin empiirisen tutkimuksen tutkimustulosten yleistettävyyttä. (van Manen, 2007, s. 78–79.) Bachelard kuvaa fenomenologista peruslähtökohtien näkemistä silmänräpäykseksi. Fenomenologisen tulkinnan perustapahtuma on silmänräpäys, jossa lukija vastaanottaa tajuntaansa ikään kuin poeettisen kuvan. Kuva ei jäsenny ulkoisten teorioiden tai ennalta koeteltujen ideoiden avulla. Kuva rakentuu Bachelardin mukaan kuin runo kuulijan tajunnassa. Fenomenologi ei jäsennä ja kategorisoi massoja, vaan pysähtyy ilmiön synnyttämän ihmetyksen äärelle. (Bachelard, 2003.)

3 Eletyn kokemuksen monikerroksisuuden kuuntelu

3.1 Tulkintaprosessin toteutuminen

Tässä luvussa konkretisoin edellä kuvatun fenomenologisen menetelmän toteutumista Sydänääniä-tutkimuksessa. Tulkintaprosessin toteutumisen kuvaamisen jälkeen siirryn esittelemään tutkimuksessa esiin nousseita arjen merkityskokemuksia.

Hermeneuttis-fenomenologinen tutkimus etenee eletyn kokemuksen kuvaamisesta sen tulkintaan ja merkityskokemusten paljastumiseen. Sydänääniä-tutkimuksessa tämä tarkoitti sitä, että etenin redusoivan lukemisen kautta aikuisopiskelijan arjen kuvausten ”maastoa” tutkiskellen ilmiön piirteiden tunnistamiseen, kohti kokemuksen peruslähtökohtia kuvaavia teemoja. Tutkimusta tehdessäni pyrin huolellisesti noudattamaan fenomenologisen asenteen mukaista tutkimusotetta ja menetelmällistä prosessia. Aineiston kerryttäminen osana opiskelijoiden opintoprosessia mahdollisti sen, että tutkijana elin yhdessä opiskelijoiden kanssa opintovuotta ja keskustelin arjen kokemuksista vertaisena. Tutkittavaa ilmiötä lähestyttiin näin elettyinä kokemuksena, ja tutkijana asetuin ”keskelle” tätä kokemusta. Aineistoon tallentui opiskelijoiden kokemuksia arjesta niin autenttisina kuin se keskustelussa ylipäättään on mahdollista.

Kun opintovuosi oli päättynyt ja sain aineiston luettavakseni, aloin aktiivisesti peilata keskustelujen sisältöä ja viestiä filosofiseen, lähinnä fenomenologiseen, kirjallisuuteen sekä arjen tutkimukseen. Arjen tutkimuksella viitataan tässä teoksessa esiteltävän tutkimusprojektin muissa alahankkeissa tuotettuun aineistoon. Pääpaino oli kuitenkin filosofisessa, yksilön kokemusta käsittelevässä kirjallisuudessa (mm. Dewey, 1934/2010; Merleau-Ponty, 2002; Shusterman, 2006; van Manen, 2007). Tämä peilaaminen nosti esiin ensimmäiset vihjeet siitä, minkälaisia teemoja aineisto mahdollisesti paljastaa. Vihjeet liittyivät suurelta osin aikaan, yleisesti sen käyttämiseen, mutta myös aikaan ennen ja jälkeen opintoja eli olemisen historiallisuuteen. Opiskelijat sitoivat arkeen liittyviä asioita vahvasti aina menneeseen tai tulevaan ja rakensivat tällä tavoin kokemalleen merkityksiä.

Fenomenologisen asenteen ohjaamassa tutkimuksessa pitää huolehtia, että koko tutkimuksen ajan, ei vain aineiston kerryttämisen vaiheessa, pysytellään lähellä elettyä kokemusta, jotta tulkinta ei luisu ennako-oletusten mukaiseen kategorisointiin. Pysin säilyttämään yhteyden opiskelijoiden arjen kokemukseen kuuntelemalla keskustelutallenteita useaan kertaan. Tallenteista kuulin äänenpainot, naurahdukset ja muut puhetta värittävät viestit ja pystyin palauttamaan mieleeni keskustelussa vallinneen tunnelman ja ilmapiirin. Keskustelutallenteiden kuuntelemisen, litteroidun aineiston lukemisen ja kirjallisuuden lukemisen vuoropuhelussa ensimmäiset viitteet teemoista muotoutuivat edelleen. Keskustelut alkoivat näyttäytyä ikään kuin tarinoina, jotka välittivät viestiä siitä, minkälaiset

merkityskokemukset kantoivat opiskelijoita haastavienkin arjen tilanteiden yli. Pyrin tunnistamaan ne eletyn kokemuksen peruslähtökohdat, jotka koostivat opiskelijoiden kokemuksista juuri kuvatuunlaisia. Tämä vaihe on fenomenologisessa tulkintaprosessissa vaikeasti auki purettavissa. Se on Bachelardin (2003) kuvaaman silmänräpäyksen kaltainen. Hetki, jossa lukemisen, kirjoittamisen ja uudelleen kirjoittamisen avulla kuva kirkastuu ja asiat asettuvat loogiseen suhteeseen toistensa kanssa. Näin opiskelijoiden puhe ajasta ja asioiden organisoinnista redusoitui heidän kokemustensa peruslähtökohtia kuvaaviksi teemoiksi, jotka liittyivät kohtaamiseen, harmoniaan ja ruumiillisuuteen.

Sydänääniä-tutkimuksen hermeneuttis-fenomenologinen tulkintaprosessi muistutti kokemuksellisesti keinulaudalla tasapainoilua. Toisessa päässä keinulautaa oli opiskelijoiden eletty kokemus keskusteluissa sanoitettuna ja toisessa päässä sen fenomenologinen kuvaaminen ja tulkinta. Vastakkain olivat siis kokonaisvaltainen, usein irrationaalinen kokemus ja rationaalinen kokemuksen tulkinta. Eletyn kokemuksen lähellä pysyttelemisen oli usein ”kiikkerää”. Tavoitteenani oli tasapaino, jolloin keinulaudan keskivaiheilta löytyi kiasma, jossa jollakin erikoisella tavalla eletty kokemus avasi jotakin itsestään fenomenologisen tutkimuksen kielen sisällä.

3.2 Aikuisopiskelijan arki – eletty kokemus

Sydänääniä-tutkimuksessa paljastui, että aikuisopiskelijan arki on usein minuutti minuutilta täynnä toimintaa. Opiskelulle etsitään aikaa lasten päiväunista, illoista, öistä ja viikonlopuista. Opiskeluun käytetyn ajan ei haluta olevan pois lapsilta tai puolisoilta. Kun perheellinen aikuisopiskelija kertoo arjestaan, hän nostaa kuitenkin perheen ja kodin keskeisiksi voimavaroikseen. Vaikka hän puhuu paljon ajasta, sen käytöstä, jakamisesta ja riittävydestä, ajankäytön kysymykset eivät korostu ongelmina. Erilaiset ajankäytön ratkaisut kietoutuvat kokemuksellisiin ulottuvuuksiin, jotka kertovat yksilön elämän merkityksellisistä aspekteista, esimerkiksi kotona olemisesta ja kodin ylläpitämisestä, perheen yhteisestä tekemisestä, lasten hyvinvoinnista, omasta ajasta ja puolison kanssa vietettävästä ajasta. Kahden lapsen äidin sanoin: *”...meillä on kauheen hauskaa jotenkin.”* Opiskelijat kuvaavat sitä, miten he hakevat tasapainoa perheessä erilaisten ääritilanteiden välille. Kun on oikein kiireinen aikataulu, sen vastapainoksi pidetään esimerkiksi ”löhöpäiviä”, jolloin ei lähdetä kotoa minnekään. Kun arki sisältää tiukan struktuurin, kouluineen, töineen ja harrastuksineen, vastapainoksi halutaan olla tekemättä mitään ja menemättä minnekään. On tarve keskittyä vain toinen toisiinsa.

Arjen sujumiseksi ja ajan säästämiseksi kehitetään myös käytäntöjä ja rutiineja tai muistamista helpottavia ja toimintaa jäsentäviä välineitä. Tärkeät siirtymät, kuten aamulla kotoa töihin ja kouluun tai päivähoidon, sujuvat päivästä toiseen samalla tutulla kaavalla.

Se noista, että huomaa että aamuisin, kun mä lapsia lähen viemään, vien tarhaan ennen kun meen töihin, ne on tosi rutiinia. Ne aamut vähän huvittaa, pitäis saada videolle, kun mä käyn herättämässä ne, niin ne silmät kiinni melkein kävelee vessaan. Sit ne ottaa hammas-harjan, johon mä oon laittanu hammastahnan, niin ne alkaa pesee hampaita. Sit ne puuhastelee siellä vessassa ja tulee suoraan ruoka-pöytään ja alkaa syömään aamupalan. Se on ihan, sit taas ulkovaatteet päälle. Sit kuopuskin varmaan herää siinä matkalla. Onneksi koulut ja tarhat on siinä kaikki ihan lähellä.

(Nainen 2, keskustelu syksyllä 2010.)

Kotityötkin saadaan sujumaan paremmin, kun niihin kehitetään lapsia motivoiva käytäntö ja vältetään jatkuvalta neuvottelulta.

Meillä on ihan semmoinen lista missä on. Niin lapsille menee kaikki roskien viemiset ja astianpesukoneen tyhjennys ja huoneen siivous. Ja aamuhampaanpesu on lisätty sen takia, että ei muuten muista aina nuo, varsinkaan vanhin, ehkä välttämättä pestä aamulla hampaita. Ja siten siellä ekstratöitä ja kukkien kastelua. Ja ne saa sitten aina rastian siitä, kun ne on sen tehnyt. Ja ne kerää ihan innoissaan niitä rasteja. Että vanhin saa siitä viikkorahansa, että kun se rivi on täynnä, niin yks euro tulee aina jokaisesta rivistä. Pienille riittää ihan se, että ne laskee vaan, kuinka monta rastia ne on saanut. Näin meillä on koitettu ja kyllä ne tekee hyvin.

(Nainen 1, keskustelu syksyllä 2010.)

Tällaiset arjen rutiinit ja ajankäytön organisoinnin välineet ovat erityisiä ja yksittäisiä ilmiöitä aikuisopiskelijan arjessa, mutta niistä puhutaan aina suhteessa menneeseen ja tulevaan, suhteessa johonkin kokonaiseen. Erilaiset arjen järjestelyt rakentavat osaltaan jännitettä elämänkaareen, jonka kokonaisuus antaa merkityksen toiminnalle. Näin ollen yksittäinen kaoottinen hetki tai edessä oleva kiireen täyttämä viikko tai kuukausi koetaan siirtymänä toiseen, ehkä rauhallisempaan tai toivotumpaan vaiheeseen perheen arjessa.

Kokonaisuuksien hahmottamisen avulla voidaan nähdä yksittäisen eletyn kokemuksen universaalimpi ulottuvuus, jossa nämä erityiset rakentavat jotain merkityksellistä teemaa.

...että sitten, kun mulla on kaaos, niin mä alan järjestää vaatekaappeja. Sit se siitä selkiytyy. Lasten vaatteet pinoihin, niin sitten on taas pää järjestyksessä. Ja silitän. Kato, kun lapset menee nukkumaan niin sit kun silittää, kun sit näkee, kun ne rypyt oikenee, niin sit päässäkin joku oikenee.

(Nainen 2, keskustelu syksyllä 2010.)

Ruumiillinen tekeminen voi eheyttää pirstaleista kokemusmaailmaa ja vahvistaa merkityskokemusta. Aikuisopiskelijan arjessa henkinen työ ja ajattelu painottuvat ruumiillisuuden kustannuksella ja esimerkiksi kunto- liikunta tai muu oma harrastustoiminta jää aikataulusyistä monesti vain haaveeksi. Kuitenkin henkisesti kuormittava opettajan työ ja opiskelu sen ohella lisäävät monilla tarvetta ruumiilliseen ja moniaistiseen tekemiseen. Kirjoittamisen, lukemisen ja kognitiivisten prosessien vastapainoksi opiskelijat kertoivat kaipaavansa juoksemista, ”hikitreenejä”, joukkuepe- laamista, puutarhan hoitoa, koiran ulkoiluttamista ja hoitamista sekä hy- vää ruokaa. Opintojen päätyttyä kaikelle tälle tekemiselle ja kokemiselle halutaan varata enemmän aikaa. Ruumiillisuus on siten elävästi läsnä ai- kuisopiskelijan arjessa, mutta se on enemmän suhteessa tulevaan kuin konkreettisesti läsnä autenttisisessa hetkessä.

4 Arjen kokemisesta esiin kiertyvät teemat

Sydänääniä-tutkimuksen tulkinta paljasti kolme keskeistä aikuisopiskeli- jan arjen peruslähtökohtiin liittyvää teemaa. Teemat ankkuroituvat opiske- lijoiden merkityskokemuksiin ja avaavat arjen kokemisen rakennetta. En- simmäinen teema liittyy kokemukseen erilaisissa yhdessäolon tilanteissa. Huolimatta kiireestä tai esimerkiksi monien eri tehtävien yhtäaikaisesta ”suorittamisesta”, vanhempi tai vanhemmat pyrkivät johdonmukaisesti luomaan kohtaamisia lastensa kanssa. Kohtaamisille rakennetaan paikka ajallisesti, toiminnallisesti ja maantieteellisesti arjen monien päällekkäis- tenkin toimintojen keskelle. Syntyy *arjen laskos*, joka muodostuu tutkimuk- sen ensimmäiseksi teemaksi. Toinen teema liittyy kokemukseen tasapai- noilusta erilaisten toistensa kanssa kilpailevien toimintojen ja kuormitta- vuuksien kesken. Tällaisia toimintoja ovat esimerkiksi opiskelu ja harras- tukset tai työ ja lastenhoito. Erilaisia kuormittavuuksia ovat esimerkiksi kiire ja lepo tai suunnitelmallisuus ja spontaanisuus. Tavoitteena on harmo- nia näiden kilpailevien toimintojen ja kuormittavuuksien välillä, harmo- nia, joka tuottaa tyydytystä ja mahdollistuu kokonaisuuksien hahmottami- sesta. Harmonian tavoittelu ja sen saavuttaminen tuottavat kokemuksen, johon tässä tutkimuksessa viitataan käsitteellä *esteettinen kokemus*. Kol- mas teema liittyy kokemukseen yksilön intersubjektiiivisesta ruumiillisuu- desta. Varsinkin yksilön hyvinvointiin liittyy merkittävästi se, miten paljon hänellä on mahdollisuuksia toteuttaa psykofyysistä olemassaoloaan. Ole- massaolon ruumiillisuus elää voimakkaasti mukana yksilön kokemusmaa- ilmassa. Tätä kokemuksellista ulottuvuutta kutsutaan tässä tutkimuksessa *ruumiillisuudeksi*.

4.1 Arjen laskos

Aikuisopiskelijan arjen kokemusten kuvauksista esiin tulkittu teema, *arjen laskos*, liittyy olemisen, ajan ja paikan tematiikkaan. Perheenjäsenten kohtaamisille ”rakennetaan” paikka arjen monien rinnakkaistenkin toimintojen keskelle ajallisesti, toiminnallisesti ja maantieteellisesti. Tätä kohtaamisen paikkaa ja sen tapahtumista kuvataan tässä tutkimuksessa arjen laskokseksi. Käytännössä tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että silloin kun hoidetaan perheen yhteisiä asioita, esimerkiksi ruokaostoksia tai viedään lapsia harrastuksiin, on mahdollista luoda lineaarisesti etenevän toiminnan lomaan arjen laskoksia. Isoveljen jääkiekkotreeneijasta tulee pikkusisarusten ja äidin yhteistä omaa aikaa. Jäähallille lähtemisestä, matkasta, jäätreeneistä, kotiin lähtemisestä ja matkasta kotiin tulee maasto, jonka ajallisessa ja paikallisessa ”laskoksessa” kohtaaminen tapahtuu; oleminen ja aika laskostuvat päällekkäin. Retki jäähalliin ei ole vain isoveljen viemistä harrastukseen, vaan jotain aivan erityistä äidin ja pienempien lasten välillä, heidän oma ja yhteinen, merkityksellinen kohtaamisen hetkensä. Ruokaostoksilla käynti viikonloppuna voi myös muodostua arjen laskokseksi, koko perheen kohtaamisen paikaksi. Ruokaostosten tekeminen tai supermarket ympäristönä eivät määritä tätä hetkeä, vaan ostosten tekeminen ja perheen yhdessäolo laskostuvat päällekkäin ja syntyy merkityksellinen kohtaaminen. Arjen laskokset eivät synny itsestään, vaan vaativat tietoista ja tavoitteellista toimintaa niiden mahdollistamiseksi.

Teoreettisesti ajatusta arjen laskoksesta selittää Heideggerin fenomenologinen olemisen filosofia. Teoksessaan *Sein und Zeit*, Oleminen ja aika, Heidegger kytkee olemisen ontologisesti aikaan ja historiallisuuteen. Ydinajatus on se, että ajallisuus on olemista ja oleminen on aikaa. Raja temporaalisen ja ei-temporaalisen aikakokemuksen välillä katoaa. Tapahtuu ylitys ajan prosessimaisen ja historiallisen sekä tilallisen ja suhteissa koetun jäsentämisen välillä. (Heidegger, 2000.) Aika muodostaa paikan olemiselle, ja tässä paikassa kokemuksellisesti temporaalinen tapahtuminen asettuu sisäkkäin ei-temporaalisen olemiskokemuksen kanssa. Tätä ajan ja olemisen sisäkkäin asettumista arjen laskos kuvaa. Ajassa olemisen tarkastelua ei rajata vain lineaariseen ajalliseen suorittamiseen tai toiminnan normatiiviseen rajautumiseen yhteen paikkaan ja aikaan. Sen sijaan nähdään, että ihminen on tässä ja nyt mutta hän voi laskostaa päällekkäin erilaisia toimintoja ja tekemisiä.

Ellegård ja Vilhelmson kuvaavat ilmiötä ”home as the pocket of local order”, jossa koti järjestyy rajatuksi paikaksi osana laajempaa yhteiskuntaa ja ympäristöä ja mahdollistaa erilaiset perhe-elämän toiminnot tai ”projektit”. Nämä projektit ovat latautuneita erilaisista yhteisesti jaetuista symboleista ja merkityksistä ja tapahtuvat tietyssä järjestyksessä ja muodossa, ajallisesti rajattuna aikana. (Ellegård & Vilhelmson, 2004.) ”Home as the pocket of local order” on puolestaan johdettu käsitteestä ”pocket of local order” (PoLO), joka on kehittynyt aikamaantieteellisen tutkimuksen piirissä. PoLO muistuttaa käsitettä ”käytäntöyhteisö”, mutta sen fokus on en-

nen kaikkea aika-avaruudessa. Aika-avaruudellisesti tavoiteorientoituneet toimintakokonaisuudet, jotka koostuvat erilaisista projekteista, tapahtuvat tietyssä järjestyksessä. Toiminta ei kosketa vain yksilöitä, vaan myös ryhmiä. PoLO sijoittuu aika-avaruuteen ja on organisoitu helpottamaan ja mahdollistamaan rajattua ja tavoiteltua toimintaa. (Törnqvist, Sigholm & Nadim-Tehrani, 2009.)

Käsitteet ”home as the pocket of local order” ja ”arjen laskos” muistuttavat ja tukevat toisiaan jossain määrin. Ajatus arjen laskoksesta rakentuu kuitenkin toisenlaisista teoreettisista lähtökodista. Se syntyy yksilön ole-massaolon kokemuksen lähtökohdista ja kietoutuu havaitsemisen, oivalta-misen ja asennoitumisen kautta siihen, miten arjen toimintoja toteutetaan ja miten niissä ollaan. Arjen laskoksen voi luoda mentaalis-kehollisesti esi-merkiksi kahden ihmisen välille milloin ja missä vain: keskusteluun, kat-seisiin, syliin ja niin edelleen. Koti voi olla pysyvä paikka erilaisille arjen laskoksille, mutta laskoksia syntyy kaikkialle muuallekin ihmistä ympär-öivässä maailmassa. Kun vanhempi joutuu tinkimään lastensa kanssa ko-tona vietetystä ajasta, hän voi rakentaa arjen laskoksia kohtaamiselle las-ten harrastuspaikoille, autoon, kauppaan tai vaikkapa puhelinkeskusteluun tai internetiin. Toiminnan primaari tavoite, esimerkiksi matkustaminen paikasta toiseen, korvautuu toisella tavoitteella – kohtaamisella. Arjen las-kos pitää ymmärtää pohjimmiltaan olemisen ilmentymänä. Arjen laskos ei ole toiminnan tai perhe-elämän projektien toteuttamisen paikka, vaan kohtaamisen, yhdessäolon ja yhteyden kokemisen paikka. (vrt. Ellegård & Vilhelmson, 2004.) Arjen laskoksissa koetuissa kohtaamisissa syntyy mer-kityksiä, esimerkiksi yhteisöllisyys, huolehtiminen, rakkaus tai jatkuvuus, ja nämä merkitykset avaavat myös laajemmin elämän merkityksellisyyttä ja maailmassa olemisen mysteeriä (vrt. Davis, 2010, s. 8).

4.2 Esteettinen kokemus

Toinen aikuisopiskelijoiden arjen kokemusten kuvauksista esiin tulkittu teema, *esteettinen kokemus*, liittyy arjessa koettuihin jännitteisiin ja niiden kautta kaareutuviin kokemuksellisiin kokonaisuuksiin. Se liittyy myös har-monian tavoitteluun. Aikuisopiskelijan arjessa esteettinen kokemus raken-tuu esimerkiksi siitä, että työviikon aikana kiireestä ja väsymyksestä huo-limatta tehdään pieniä, isompaan tavoitteeseen liittyviä tekoja johdonmu-kaisesti toteuttaen. Työviikon aikana esimerkiksi kotityöt saattavat tuntua raskailta, mutta suhteessa viikonloppuun niistä tulee vapaa-aikaa ja lepoa luovia askelia. Viikonloppu on merkityksellinen periodi viikkorytmissä. Opiskelijan sanoin se on ”*meidän perheen yhteinen vapaa-aika*”. Yhteistä vapaa-aikaa kuvattiin yhteisenä olemisena, leikkinä, peleinä, lepäämisenä, ruokailuna, mutta ennen kaikkea tietynlaisena miellyttävänä täyttymyk-sen tunteena. Tätä täyttymystä ei olisi ilman työviikon aikana tehtyjä val-mistelevia tekoja ja tulevan yhteisen vapaa-ajan odotusta.

Ajatus esteettisestä kokemuksesta saa perusteluja Deweyn taidetta ja sen kokemista käsittelevästä teoriasta (Dewey, 1934/2010). Deweyn mukaan ihmisen suhde ympäristöön toteuttaa tietynlaista rytmiä. Suhde katkeilee ja korjautuu jälleen yhteydeksi. Ihminen tulee kokemuksensa kautta tietoiseksi tästä rytmistä. Kokemukseen liittyy tunnetila, joka kertoo tosiasiallisesta tai mahdollisesta katkoksesta. Katkokkien aiheuttama tunne yhteensopimattomuudesta johtaa haluun saattaa asiat jälleen toistensa yhteyteen. Deweyn mukaan pyrkimys yhteyteen, pois katkoksista, tuottaa harmoniaa, jonka toteutuminen voidaan nimetä esteettiseksi kokemukseksi. Esteettinen kokemus tarvitsee mahdollistuaakseen jatkuvuuden, kertyvyyden, säilyvyyden, jännitteisyyden ja ennakoitavuuden piirteitä. Näiden välille muodostuvat rytmiset tauot. Esteettinen kokemus sisältää ajatuksen energiasta ja vastaenergiasta, niiden jäsentyneestä vaihtelusta syntyvästä rytmistä, vaihtelun väliin syntyvästä tauosta, jossa tapahtumien suunta muuttuu. Johdonmukainen vaihtelu luo jännitteisiä suhteita, joissa symmetria pyrkii toteutumaan. Aikuisopiskelijan arjessa pyrkimys esteettiseen kokemukseen näkyy jatkuvana katkoksten tunnistamisena ja yhteyden rakentamisena – pyrkimyksenä kohti harmoniaa.

Esteettinen kokemus yhdistetään usein ensisijaisesti taiteeseen. Puhe esteettisestä kokemuksesta arkisen toiminnan yhteydessä on kuitenkin myös perusteltua (ks. Dewey, 1934/2010; Varto, 2001). Jokainen tavallinenkin kokemus sisältää peitetysti esteettisyyden, sillä jokainen kokemus voi täytyä kokemukselliseksi ja harmoniseksi kokonaisuudeksi. Siksi yhtään arkista asiaa ei pidä esteettisessä mielessä halveksia tai aliarvioida. Jokainen havainto, teko, sana tai kuva sisältää esteettisen potentiaalin. (vrt. Bachelard, 2003, s. 191–192.) Vaikka Dewey rakentaa esteettistä teoriaa taiteen kokemuksen kontekstiin, on tämä teoria silmiä avaava myös arjen kokemisen yhteydessä. Juuri tuo Deweyn viittaus jokaisen arkikokemuksen esteettiseen potentiaaliin ja arkisen toiminnan ja taiteellisen toiminnan hiuksenhienoon olemukselliseen eroon antaa perusteluja tämän tutkimuksen tulkinnaalle arjen esteettisestä kokemuksesta. Kyse on siitä, että osien, toimintojen tai asioiden keskinäiset suhteet luovat kokonaisuuksia, jotka kohdataan esteettisen katselutavan mukaan.

Luvussa 3.2 mainittu aikuisopiskelijoiden kokemus perheestä voimavarana syntyy merkittävästi juuri esteettisen kokemuksen mahdollistamana. Hetkinä, jolloin arjen toiminnan ”viidakossa” katkenneet suhteet ympäristöön palautuvat ja järjestys ja selkeys korvaavat epäjärjestyksen ja epämääräisyyden, mahdollistuu usein voimia vaativa perhe-elämä merkityksellisenä kokemuksena. Perheessä voidaan kokea esteettinen hetki, kun arjen toiminta lakkaa olemasta vain toimintaa jotakin varten tai jostain syystä, esimerkiksi ruoanlaitto energian tankkaamista varten, ja kun se muuttuu arjen toiminnan kohteen yhteiseksi merkitykseksi, esimerkiksi yhteinen ruokailuhetki yhteisöllisyyden ja olemassaolon kokemuksen paikaksi.

Esteettinen kokemus nostaa esille ihmisen erityislaadun, kyvyn tajuta kokonaisuuksien kauneutta, ja tätä kautta esteettinen kokemus liittyy tavalla tai toisella myös taitoon. Estetiikan ja taidon suhteessa paljastuu ihmisen kyky synnyttää kokonaisuuksia, kauneutta ja harmoniaa. Esteettisellä kokemuksella on siten myös hyvin käytännönläheinen yhteys arjesta selviämiseen ja niin sanottuun arjen hallintaan. Itse toiminta ja toiminnasta etääntyvä refleктоiva tarkastelu, periaatteiden oivaltaminen ja taitojen harjaantuminen kulkevat käsi kädessä. (ks. mm. Varto, 2001; Yli-Mäyry, 2011.)

4.3 Ruumiillisuus

Kolmas aikuisopiskelijoiden arjen kokemusten kuvauksista esiin tulkittu teema, *ruumiillisuus*, liittyy ihmisen ja ihmisyyden lihalliseen alkuperään. Opiskelijat kuvasivat erityisesti erilaisia liikkumisen muotoja tavoiteltavina, eheyttävänä, jopa hoitavina ja elämää harmonisoivina elementteinä. Liikkumiselle ja ruumiilliselle työlle pyrittiin järjestämään aikaa, ja ne olivat aina läsnä myös mahdollisuutena ja odotuksena, vaikka ne todellisuudessa olisivat jääneet toteutumatta. Liikkuminen mahdollistaa kokonaisvaltaisen ruumiillisuuden kokemuksen ja ympäristön monitahoisen aistimisen. Liikkumisella ja ruumiillisella työllä opiskelijat ikään kuin ankkuroivat itsensä ympäristöön ja kanssaihmissiin ja saivat aistikokemuksen tasolla palautetta omasta olemassaolostaan.

Ruumiillisuuden kokemuksen merkityksellisyyttä selittää Merleau-Pontyn havainnon fenomenologia. Merleau-Ponty kuvaa ihmisen olemista ensisijaisesti ruumiin intentiona. Ihminen on maailmassa ensisijaisesti lihallisena olentona ja suuntautuu maailmaan aina ensin ruumiillisesti. Ensimmäinen olemisen muoto on ruumiillinen, ja tämän jälkeen tulee kognitiivinen tiedostaminen ja reflektio. (Merleau-Ponty, 2002.) Ruumiin intentiosta johtuu muun muassa se, että tietämisen rakenne sisältää pohjimmiltaan jonkinlaista intuitiivista ja hiljaista tietämistä, jota ei ole sanoitettu ja ulkoistettu. Elämänhistorian aikana ruumiiseen ”kerrostunut” intuitiivinen tietäminen ja taitaminen, tavat, opitut taidot, tekniikat ja moraaliset koodit muokkaavat ruumiista eräänlaisen maaston, josta esimerkiksi tunteukset nousevat ja josta voidaan myös tunnistaa historiallisia kerrostumia. Esimerkiksi juostessa ruumiin eri kohdat alkavat ilmetä monella tavalla. Tuntuu puristusta, kihelmöintiä, lämpöä tai jännitystä. Nämä tunteukset ovat ”mentaalisi-tilallisi-liikkeellisiä”. Ne paikallistuvat ruumiissa ilman tarkkaa rajaa sen sisä- ja ulkopuolen välillä. Ne voivat kertoa juoksijalle hänen aikaisemmista liikkumisen kokemuksistaan tai esimerkiksi iän mukanaan tuomista muutoksista. ”Historiallinen keho” ilmenee juoksijalle paikkana, jossa hän asuu, ei välineenä, jota juokseminen edellyttää. (Parviainen, 2006, s. 86–87.)

Ruumiin ja ruumiillisuuden merkitystä osana ihmisyyttä jäsentää myös Shustermanin esittelemä somaestetiikka (somaesthetics). Somaestetiikka tunnistaa ruumiillisen aistimisen ja havaitsemisen epäluotettavuuden. Epäluotettavuudesta huolimatta aistiminen ja havaitseminen nähdään kuitenkin sekä olemassaolon, tietoisuuden että toiminnan kannalta merkityksellisenä. Ruumiillisuuden väheksymisen sijasta aistien toimintaa ja niiden käyttöä tulisi pyrkiä täydentämään parantamalla somaattista tietoisuutta. Tällä tavoin ihmisen havaitsemisherakkyys ja myös toimintakyky kehittyvät. (Shusterman, 2006, s. 8.) Somaestetiikka korostaa, että ruumis ei ole ihmisyydelle pelkästään sen yksi ulottuvuus muiden joukossa, vaan perustava instrumentti koko ihmisyyden todentamiselle. Somaesteettinen ymmärrys perustuu vahvasti siihen, että ruumiin, mielen ja kulttuurin syvä yhteenkuuluvuus ja keskinäinen riippuvuus tunnistetaan ja tunnustetaan. Ruumis on välineiden väline, välttämätön havaitsemiselle, toiminnalle ja myös ajattelulle. Emme vain tunne, vaan myös ajatteleme ruumiillamme, ja vastaavasti mielen ”liikutukset” näkyvät myös ruumiissa esimerkiksi punastumisena tai sydämen tykytyksenä. (emt., 2006.)

Somaestetiikan mukaan ruumis on aisti-esteettisen ymmärtämisen paikka. Somaesteettisen ymmärryksen avulla monipuolistetaan tietämisen tapoja, esimerkiksi paattisen tietämisen osalta, lisätään ymmärrystä eletystä kokemuksesta ja kehitetään havaitsemisherakkyyttä ja toimintakykyä. Somaesteettinen tiedostaminen ilmenee korostetusti esimerkiksi käsityöläisyydessä. Kehittyäkseen ja menestyäkseen käsityöläinen tarvitsee syvällistä tietoa omista työvälineistään: esimerkiksi käsistä, silmistä ja korvista eli tekemisestä, näkemisestä ja kuulemisesta. Samoin ihminen, oman elämänsä käsityöläisenä, tarvitsee somaattista tietämistä eli harjaannusta aistien toiminnassa ja käytössä voidakseen parantaa ymmärrystään ja toimintaansa ihmisyyden eri alueilla, ennen kaikkea edistäessään hyvää elämää. Somaestetiikka pyrkii myös avaamaan yleisesti ymmärrystä ruumiillisuuden merkityksestä ihmisen olemiselle ja nostamaan esille ruumiillisen olemisen kauneutta. Somaesteettisen tulkinnan avulla aikuisopiskelijoiden arjen kuvaukset ruumiillisuudesta syventävät ymmärrystä siitä, miten ruumiillisuuden toteuttaminen eri muodoissaan rakentaa osaltaan ihmisyyttä ja ihmisen suhdetta ympäristöön ja miten ruumiillisuus myös kaunoi energiaa, jäsentää sitä ja tuottaa merkityksiä.

5 Sydänäänien kuuleminen

Sydänääniä-tutkimuksessa paljastuneet merkityskokemuksia kuvaavat teemat, arjen laskos, esteettinen kokemus ja ruumiillisuus, avaavat arjen kokemuksellisia peruslähtökohtia ja herkistävät kuulemaan niihin kietoutunut arjen rytmiä, jota tämän tutkimuksen yhteydessä vertaan metaforisesti sydänääniin. Kaikkien teemojen perusrakenteessa on löydettävissä

vastavoimien vuorottelu. Vastavoimien ylläpitämä poljento on olemassaolon kannalta elintärkeää. Energiaa kertyy, kanavoituu ja vapautuu, syntyy haluamista ja toteutumista, on tekemistä ja tekemisestä pidättäytymistä, syntyy kokemus rytmistä. Rytmien mahdollistamana ihminen kokee olemisen, tapahtumisen ja toiminnan elämää ylläpitävänä poljentona. Deweyn (1934/2010, s. 26–27) sanoin:

Kaikki vuorovaikutukset, jotka tuovat muutoksen myllertävään virtaan vakautta ja järjestystä, ovat rytmejä. Esiintyy sydämen levon ja sykkeen kaltaista laskua ja nousua, jäsentynyttä, omien rajojensa sisällä liikkuvaa muutosta.

Rytmi on osa orgaanista luontoa ja ihmisen olemista. Muun muassa vuodenaajat, yö ja päivä sekä sään vaihtelut ovat osa suurta vuorottelua, jossa ihminen on mukana. Inhimillisesti läheisiä rytmejä ovat vuorottelevat uni ja valve, kylläisyys ja nälkä, vilu ja lämpö sekä työ ja lepo. Rytmi liittyy elämän ylläpitämiseen, kuten sydämen lyönteihin ja hengitykseen. Jokainen yhdenmukaisuus ja muutoksen säännöllisyys luonnossa on rytmiä. Rytmi on alkanut muodostua tärkeäksi osaksi kaikkea inhimillistä ilmentämistä. Siksi kaikessa toiminnassa ja jokaisessa teossa on, ehkä piilevän rytmien alla, ihmisen ja ympäristön välisten suhteiden perusmalli. Dewey tiivistää: ”Rytmi on muutosten jäsentynyttä vaihtelua.” (Dewey, 1934/2010, s. 190). Muutos paikantuu aina johonkin osaksi suurempaa kokonaisuutta. Rytmi ei missään tapauksessa palaudu ainoastaan ajalliseen vaihteluun. Rytmi on myös voimakkuuden vaihtelua. Tihentymät toiminnan intensiteetissä, voimassa, määrässä tai laadussa saavat aikaan eroja kokonaisuuteen. Esimerkiksi toiminnan ”tahtilajin muutos” päivän aikana lisää jo tapahtuneen voimaa ja luo samalla jännitteen tulevaan. Päivä ikään kuin ”pysyy koossa”, on ennakoitavissa ja hallittavissa, eikä hajoa tai ala ajelehtia. (Korvela, Saarilahti & Sekki, tämä teos.)

Toiminta, jota ohjaa hallitsematon voima: ryntäily, paniikki, ylivirittynisyys ja stressi, tai toisaalta toiminta, jota kuvaa ponnettomuus: masennus, alakulo, väsymys, otteettomuus ja välinpitämättömyys, on kadottanut yhteyden rytmiin. Toisaalta myös sokeasti rutiineihin urautunut toiminta voi kääntyä itse toimintaa vastaan, sillä kyllästyminen ja konemainen tekeminen voidaan kokea rytmittömänä. Rytmittömässä toiminnassa energioiden väliin ei synny jäsentävää jännitystä, vastakkainasettelua, jossa jännite ja tauko rakentuvat suhdekokonaisuudeksi. Toiminta jää sen sijaan hajanaiseksi, kaavamaiseksi tai irralliseksi ja vaikuttaa merkityskokemusten kautta koettuun hyvinvointiin.

Aikuisopiskelijoiden arjessa kalenteriviikko oli yksi tärkeä ja konkreettinen ajallinen kokonaisuus, jonka sisällä rytmi ilmeni selkeänä toiminnan intensiteetin vaihteluna työviikon ja viikonlopun välillä. Viikkorytmi ilmentää hyvin sitä, miten muutoksen jäsentynyt vaihtelu edellyttää ener-

gioita, jotka vastustavat toisiaan, esimerkiksi toimeliaisuus ja lepääminen. Kukin energia tihentyy aikansa ja ahdistaa samaan aikaan vastavoimaa. Tullaan käännekohtaan, jossa energioiden vuorovaikutus käy havaittavaksi, syntyy muutos, jossa vastavoima saa tilan. Toiminnassa muutos näkyy esimerkiksi kiireen muuttumisena rauhaksi ja levoksi, työn muuttumisena harrastuksiksi tai arkisen kotityön tekemisen muuttumisena koitoiluksi. Työviikon ja viikonlopun väliin asettuu tauko, käännekohta, jossa rytmi muuttuu voiman ja vastavoiman vaikutuksesta.

Arkinen toiminta mielletään usein vaiheittaiseksi, jotain päämäärää kohti eteneväksi yksittäisten tai monien toimintojen samanaikaiseksi tekemiseksi. Esimerkiksi kotityöt voivat näin ollen pelkistyä kokemukseksi arjen suorittamisesta. Näin koettuna ja ymmärrettynä arjen laskostuva, esteettinen ja ruumiillinen merkitysulottuvuus eivät nouse esille ja arjen rytmi identifioituu vain ajallisesti toimintaa organisoivaksi tekijäksi. Sydänääniä-tutkimuksessa tehty tulkinta arjen merkityksellisistä ilmiöistä voi laajentaa myös kotitaloustieteen näkökulmaa kotitaloustoiminnasta. Arjen laskos, esteettinen kokemus ja ruumiillisuus ovat kotitaloustieteen kentässä uusia käsitteitä, jotka kuvaavat arjen peruslähtökohtia yksilön kokemuksen näkökulmasta. Käsitteet ovat syntyneet hermeneuttis-fenomenologisessa tulkinnessa ja fenomenologisen filosofian kautta ”ulottavat juurensa” sellaiseen tieteelliseen ajatteluun, joka edistää ihmisen olemassaolon tarkastelua ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin elementtien ymmärtämistä. Kotitaloustiede on keskeisesti ihmisen henkiseen ja ruumiilliseen hyvinvointiin ja huolenpitoon liittyvä tieteenala, ja siksi sen piirissä arjen rytmin tutkiminen on tärkeää ja hedelmällistä.

- BACHELARD, G. (2003). *Tilan poetiikka* (suom. T. Roinila). Helsinki: Nemo. (Alkuperäisteos 1957.)
- DAVIS, B., W. (2010). Introduction: key concepts in Heidegger's thinking of being. Teoksessa B. W. Davis (toim.), *Martin Heidegger Key Concepts* (ss. 1–16). Durham: Cromwell Press Group, Trowbridge, Wiltshire.
- DEWEY, J. (1934/2010). *Taide kokemuksena* (suom. A. Immonen & J. S. Tuusvuori). Tampere: Niin & näin. (Alkuperäisteos 1934.)
- ELLEGÅRD, K. & VILHELMSON, B. (2004). Home as a pocket of local order: everyday activities and the friction of distance. *Swedish Society for Anthropology and Geography*. *Georg. Ann.*, 86 B, 4.
- FINLAY, L. (2012). Debating phenomenological methods. Teoksessa N. Friesen, C. Henriksson, & T. Saevi (toim.), *Hermeneutic Phenomenology in Education – Method and Practice* (s. 17–37). Rotterdam: Sense.
- HEIDEGGER, M. (1946). *Brief über den Humanismus*. Vittorio Klostermann: Frankfurt am Main.
- HEIDEGGER, M. (2000). *Oleminen ja aika* (suom. R. Kupiainen). Tampere: Vastapaino. (Alkuperäisteos 1927.)
- HEINILÄ, H. (2007). *Kotitaloustaidon ulottuvuuksia. Analyysi kotitaloustaidosta eksistentiaalis-hermeneuttisen fenomenologian valossa* (Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 16). Kotitaloustieteen väitöskirja, Helsingin yliopisto.
- HENRIKSSON, C. & FRIESEN, N. (2012). Introduction. Teoksessa N. Friesen, C. Henriksson, & T. Saevi (toim.), *Hermeneutic Phenomenology in Education Method and Practice* (s. 1–14). Rotterdam: Sense.
- HOTANEN, J. (2008). *Lihan laskos*. Helsinki: Tutkijaliitto.
- MERLEAU-PONTY, M. (2002). *Phenomenology of Perception* (käännös C. Smith). London: Routledge. (Alkuperäisteos 1945.)
- MERLEAU-PONTY, M. (2004). Selection from the Prose of the World. Teoksessa T. Baldwin (toim.), *Maurice Merleau-Ponty Basic Writings* (s. 234–246). London and New York: Routledge.
- MIETTINEN, T., PULKKINEN, S. & TAIPALE, J. (toim.) (2010). *Fenomenologian ydinkysymyksiä*. Helsinki: Gaudeamus.
- OKM (2010). *Elinikäisen oppimisen neuvoston ohjelmajulistus*. Opetus ja kulttuuriministeriön kannanotto 14.4.2010. Haettu 15.1.2012 osoitteesta http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/aikuiskoulutus_ja_vapaa_sivistystyoe/elinikaistenoppimisenneuvosto/Kannanotto/?lang=fi
- PARVIAINEN, J. (2006). *Meduusan liike. Mobiiliajan tiedonmuodostuksen filosofiaa*. Helsinki: Gaudeamus.
- SHUSTERMAN, R. (2006). Thinking Through the Body, Educating for the Humanities: A Plea for Somaesthetics. *Journal of Aesthetic Education*, 40 (1), 1–21.
- SOKOLOWSKI, R. (2000). *Introduction to Phenomenology*. Cambridge: University Press.
- TÖRNQVIST, E., SIGHOLM, J. & NADJM-TEHRANI, S. (2009). Hastily formed networks for disaster response: Technical heterogeneity and virtual pockets of local order. Teoksessa J. Landgren, U. Nulden, & B. Van de Walle (toim.), *Proceedings of the 6th International ISCRAM Conference*. Gothenburg, Sweden, May 2009.
- VAN MANEN, M. (2007). *Researching Lived Experience. Human Science for an Action Sensitive pedagogy*. 2nd edition. Winnipeg, Manitoba: Althouse.
- VARTO, J. (2001). *Kauneuden taito. Esteettikaa taodekasvattajille*. Tampere: Tampere University Press.
- YLI-MÄYRY, S. (2011). *Esteettinen kokemus kulttuurisiltana* (Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2011:7). Sosiologian väitöskirja, Helsingin yliopisto.