

# Ruokamuistoja Oulujokilaaksosta

Anne Vimpari

Marraskuu 2014

Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma  
Matkailu-, ravitsemis- ja talousala





Tekijä(t) Vimpari, Anne	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 17.11.2014
	Sivumäärä 79	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: X
Työn nimi <b>Ruokamuistoja Oulujokilaaksosta</b>		
Koulutusohjelma Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Minna Junntila		
Toimeksiantaja(t) ProAgria Oulu / Oulun Maa- ja kotitalousnaiset		
Tiivistelmä  <p>Palvelujen tuottajat etsivät uusia tapoja tuottaa asiakaspalvelua. Elämyksellisen palvelun tuottaminen voi tapahtua vetoamalla ihmisten muistoihin tai luomalla heille uusia muistoja. Opinnäytetyössä selvitettiin ruokamuistojen syntyä ja ruokamuistoihin liittyviä teemoja.</p> <p>Tutkimus oli kvalitatiivinen muistitietotutkimus. Tutkimuksessa selvitettiin millaisia ruokamuistoja ihmisillä on. Tutkimuksen aineisto kerättiin haastatteluiden avulla kesällä 2014. Haastattelut toteutettiin neljässä eri tapahtumassa Muhoksella ja Utajärvellä.</p> <p>Opinnäytetyössä selvisi, että ihmisten ruokamuistoissa toistuvat tietyt teemat. Ruokamuistoon liittyy usein joku henkilö ja tunne. Tulosten mukaan ihmiselle muodostuu ruokamuistoja koko elämän ajan. Tutkimuksessa selvisi, että muistoja voidaan jaotella positiivisiin ja negatiivisiin.</p> <p>Opinnäytetyöstä saatavaa tietoa voidaan hyödyntää ravitsemispalvelujen ja elämyksellisten ruokapalvelujen kehittämisessä. Tutkimuksen avulla löydettyjä teemoja voidaan hyödyntää palveluyritysten kehittämistyössä. Tuloksia voidaan käyttää elämyksellisen palvelun kehittämisen lähtökohtana. Tuloksia tullaan hyödyntämään uuden palvelukonseptin suunnittelussa.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Muisto, ruokamuisto, lapsuuden ruokamuistot, haastattelututkimus, kyselytutkimus, teema-haastattelu		
Muut tiedot		





Author(s) Vimpari, Anne	Type of publication Bachelor's/Master's thesis  Number of pages 79	Date 17.11.2014  Language of publication: Finnish  Permission for web publication: X
Title of publication <b>Food Memories from the valley of the River Oulu</b>		
Degree programme Degree Programme in Service Management		
Tutor(s) Junttila, Minna		
Assigned by ProAgria Oulu / The Rural Women's Advisory Center Of Oulu		
Abstract  <p>Service providers are looking for new ways to provide customer service. Experiential provision of the service can be done by invoking people's memories, or by creating new memories. The thesis studied how food memories arise, and the themes that relate to food memories.</p> <p>The study is a qualitative oral history research. The study examined what kind of food memories people have. The data was collected through interviews in the summer of 2014. The interviews were conducted in four different events in Muhos and Utajärvi.</p> <p>The thesis concludes that human food memories have certain recurring themes. A Memory is often associated with a person and a feeling. The results show that people's food memories accumulate throughout their life time. The study found that the memories can be divided into positive and negative ones.</p> <p>The results of the research can be used in developing food services and in experiential provision of the services. The themes that were found in the research can be used to develop the service. The results can also be used as the starting point for the development of experiential services. The results will be used in the design of a new service concept.</p>		
Keywords/tags ( <a href="#">subjects</a> ) A memory, the memory of the food, childhood memories of food, interview, questionnaire, the theme of the interview		
Miscellaneous		



## SISÄLTÖ

<b>1</b>	<b>JOHDANTO .....</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>TOIMEKSIANTAJA OULUN MAA- JA KOTITALOUSNAISET .....</b>	<b>6</b>
2.1	Bothnia á la carte -hanke .....	6
<b>3</b>	<b>RUOKAMUISTOON PEREHTYMINEN .....</b>	<b>8</b>
3.1	Muisto .....	8
3.2	Lapsuuden muistot .....	13
3.3	Aistien merkitys muiston rakentumiselle .....	16
3.4	Ruoan ja aistien tutkimus .....	20
3.5	Ruokamuistot.....	21
<b>4</b>	<b>RUOKAMUISTOTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....</b>	<b>23</b>
4.1	Tutkimuskysymykset.....	24
4.2	Tutkimusmenetelmän valinta .....	25
4.3	Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys .....	28
<b>5</b>	<b>RUOKAMUISTOJEN KERUU .....</b>	<b>31</b>
5.1	Haastateltavien hankkiminen .....	31
5.2	Haastateltavien vastaukset.....	32
5.3	Ruokamuistohaastattelujen toteuttaminen .....	33
5.4	Alustavien tulosten esittely Pohjoiset arktiset maut - seminaarissa.....	35
<b>6</b>	<b>RUOKAMUISTOAINEISTON PURKAMINEN .....</b>	<b>36</b>

6.1	Haastatteluiden purkaminen.....	36
6.2	Haastatteluiden analysointi .....	37
7	<b>RUOKAMUISTO HAASTATTELUIDEN TULOKSET .....</b>	<b>41</b>
7.1	Haastateltavien taustatiedot .....	41
7.2	Ruokamuiston syntyhetki .....	45
7.3	Positiiviset ruokamuistot .....	49
7.4	Negatiiviset ruokamuistot .....	59
7.5	Teemat .....	62
7.6	Vertailuaineisto.....	69
7.7	Tulosten yhteenveto .....	75
8	<b>POHDINTA .....</b>	<b>77</b>
	<b>LÄHTEET .....</b>	<b>79</b>
	<b>KUVIOT</b>	
	Kuvio 1. Haastateltavien sukupuoli.....	42
	Kuvio 2. Henkilöiden ikäjakauma.....	43
	Kuvio 3. Haastateltavien henkilöiden asuinpaikkakunta .....	45
	Kuvio 4. Ruokamuiston syntyhetki.....	46
	Kuvio 5. Ruokamuistoon liittyvä henkilö tai paikka .....	47
	Kuvio 6. Lapsuuden ruokamuistoon liittyvä henkilö tai paikka .....	48
	Kuvio 7. Aikuisena syntyneeseen ruokamuistoon liittyvä henkilö .....	49

Kuvio 8. Ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin .....	50
Kuvio 9. Lapsuuden ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin.....	51
Kuvio 10. Lapsuudessa syntyneeseen positiiviseen ruokamuistoon liittyvä henkilö.....	52
Kuvio 11. Aikuisena syntyneiden ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin .....	54
Kuvio 12. Aikuisena syntyneisiin positiivisiin ruokamuistoihin liittyvä henkilö .	55
Kuvio 13. Positiiviseen ruokamuistoon liittyvä ruokalaji.....	57
Kuvio 14. Negatiivisen ruokamuiston syntyhetki.....	59
Kuvio 15. Negatiiviseen ruokamuistoon liittynyt henkilö .....	60
Kuvio 16. Negatiiviseen ruokamuistoon liittyvä ruokalaji .....	61
Kuvio 17. Sanapilvi haastatteluissa esiintyneistä ruokalajeista .....	63
Kuvio 18. Sanapilvi haastatteluissa esiintyneistä sanoista ja tunteista .....	65
Kuvio 19. Sanapilvi haastatteluissa esiintyneistä ”henkilöiden muuta sanottavaa- osion” sanoista.....	66
Kuvio 20. Positiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat.....	67
Kuvio 21. Negatiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat .....	68
Kuvio 22. Vertailuaineistossa esiintyneiden ruokamuistojen syntyhetki .....	70
Kuvio 23. Vertailuaineistossa esiintyneiden muistojen positiivisuus tai negatiivisuus.....	71
Kuvio 24. Vertailuaineistoon liittyvä henkilö.....	72

Kuvio 25. Sanapilvi vertailuaineistossa esiintyneistä sanoista ja tunteista .....73

## **TAULUKOT**

Taulukko 1. Henkilöiden ikäjakauma prosentteina .....44

Taulukko 2. Muiston syntyhetken vertailu.....74

Taulukko 3. Muiston positiivisuuden/negatiivisuuden vertailu.....74

Taulukko 4. Muistoon liittyvien henkilöiden vertailu .....75

# 1 JOHDANTO

Opinnäytetyössä tutkittiin ihmisten ruokamuistoja muistitietotutkimuksen keinoin. Opinnäytetyön aiheen valintaa vaikutti se, että aihe on uusi ja mielenkiintoinen. Lisäksi aihe antaa laajoja mahdollisuuksia jatkotutkimukselle. Palveluntuottajat voivat hyödyntää tutkimuksessa esiin nousseita asioita kehittäessään palveluitaan.

Ruokamuistojen tutkiminen on ihmisen menneisyyden ja käyttäytymisen tutkimista. Ruokamuistoja tutkimalla selvitettiin, millaisia ruokamuistoja ihmisillä on. Ovatko muistot positiivisia, negatiivisia jne? Mihin muistot liittyvät? Ovatko muistot tilannesidonnaisia? Voiko ihmisten muistoja ryhmitellä

Tutkimuksen tietoperustan lähteisiin sekä tutkimusmenetelmien valintaan saatiin asiantuntijanäkemyksiä Maarit Knuutilalta. Knuutila on tutkinut kansanomaista keittämisen taitoa häneltä saatiin kokemustietoa käytännön tutkijan työstä.

Opinnäytetyön tietoperustassa käsitellään muistojen muodostumista ja muistamista sekä aistien merkitystä muiston rakentumiselle. Tietoperustassa on perehdytty eri aineistojen avulla muistotietotutkimuksen menetelmiin ja tulosten purkamiseen.

Tutkimusmenetelmäksi valikoitui teemahaastattelu. Haastattelut toteutettiin neljässä eri tapahtumassa Muhoksella ja Utajärvellä kesällä 2014. Haastattelujen avulla kerättyä aineisto analysoitiin eri menetelmien avulla. Käytettyjä menetelmiä oli aineiston laskeminen, sanapilvien muodostaminen sekä vertailuaineiston käyttäminen.

Opinnäytetyön kautta selvitettiin ruokamuistojen syntyä ja niiden vaikutusta ihmisten mielikuviin ruoasta. Opinnäytetyöstä saatavaa tietoa voidaan hyödyntää ravitsemispalvelujen ja elämyksellisten ruokapalvelujen kehittämisessä.



## **2 TOIMEKSIANTAJA OULUN MAA- JA KOTITALOUSNAISET**

Neuvottelussa 10.6.2014 sovittiin, että ProAgria Oulu, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset toimivat opinnäytetyön toimeksiantajana. Opinnäytetyö liitetään osaksi Bothnia á la carte – hanketta.

ProAgria Oulu, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset, tarjoaa asiantuntijuusneuvontaa, luentoja ja kursseja, lisäksi yritysneuvontaa sekä neuvontaa elintarvikkeisiin ja laatuun liittyen. Tarjottavien palvelujen avulla Oulun Maa- ja kotitalousnaiset edistävät ja kehittävät maaseudun naisten yrittäjävalmiuksia ja palveluyrittäjyyttä. (Maa- ja kotitalousnaiset Oulu 2014.)

Hankkeet ovat osa Oulun Maa- ja kotitalousnaisten asiantuntijatyötä. Tällä hetkellä käynnissä olevat hankkeet liittyvät mm. maaseutumatkailuun, pohjois-pohjalaisiin ruokaperinteisiin, bioenergiaan, hyvinvointipalveluyrittäjyyteen sekä maiseman- ja luonnonhoitoon. (Maa- ja kotitalousnaiset Oulu 2014.)

### **2.1 Bothnia á la carte -hanke**

ProAgria Oulu ja Oulun Maa- ja kotitalousnaiset ovat toteuttamassa Bothnia á la carte hanketta. EU-rahoitteinen hanke toimii julkisella rahoituksella, se on alkanut elokuussa 2012 ja päättyy joulukuussa 2014. Hankkeessa on luotu alueellisia yritys pienryhmiä, jotka koostuvat alueella eri toimialoilla toimivista yrityksistä. (BC-MASVA hankesuunnitelma 2013.)

## **Hankkeen tavoitteet**

Hankkeen tavoitteena on yhteistyön lisääminen Pohjois-Pohjanmaan alueen yritysten, toimijoiden ja eri toimialojen välillä. Yhteistoiminnalla lisätään maaseudulla ja kaupungissa sijaitsevien yritysten vuorovaikutusta ja kasvatetaan maaseutumaisten alueiden elinvoimaisuutta ja vetovoimaisuutta. (BC-MASVA hankesuunnitelma 2013.)

Alueella toimii mm. matkailu-, käsityö- ja elintarvikealan yrityksiä. Hankkeen tavoitteena on luoda lisäarvoa Oulujokilaakson alueen yritysten palvelujen tarjontaa, lisätä alueen palveluja ja kehittää alueen yrityksiä. Yrityksille pyritään löytämään yhteistyömuotoja, joissa huomioidaan alueiden erityispiirteet. (BC-MASVA hankesuunnitelma 2013.)

## **Alueellinen yrityspienryhmä Muhos ja Utajärvi**

Arja Keräsen mukaan Oulujokilaakson alueelta on koottu yksi pienryhmä. Pienryhmässä on mukana yrityksiä Muhokselta ja Utajärveltä. Yrityksiä on useilta eri toimialoilta, yhteensä 11 yritystä. Toimialoja ovat mm. matkailu-, leipomo-, kaupan- ja puuala sekä elintarvikkeiden alkutuotanto eri muodoissa.

Yritysten pienryhmätapaamisissa on verkostoiduttu ja etsitty ratkaisuja mm. logistiikkaan liittyviin asioihin. Pienryhmässä on yhdessä mietitty toimitiloihin liittyviä asioita, esille on noussut mm. keittiöiden ja pakastamoiden tarve. Bothnia á la carte hankkeen avulla pyritään luomaan mukana oleville yrityksille yhteistyömalli, jonka pohjalta on hyvä jatkaa alkanutta yhteistyötä. (Keränen 2014.)

Opinnäytetyön kautta selvitetään ruokamuistojen syntyä ja niiden vaikutusta ihmisten mielikuviiin ruoasta. Tavoitteena on tutkia voiko ruokamuistojen avulla saada tietoa tai näkökulmia elämyksellisten ruokapalvelujen kehittämiseen.

Toimeksiantajan voi hyödyntää työstä saatavaa tietoa hankkeessaan. Opin-  
näytetyössä tutkitaan Muhoksen ja Utajärven alueen ruokamuistoja aineisto-  
analyysin avulla. Aineisto analyysiä varten kerättiin kesän 2014 aikana.

### **3 RUOKAMUISTOON PEREHTYMINEN**

Opinnäytetyöni aihe ruokamuisto liittyy ruokaan sekä ihmisten muistiin ja  
muistamiseen. Ruokamuistoon perehtymisessä on ensin perehdytty muiston  
syntyyyn liittyviin asioihin. Kirjallisuuden avulla on lisäksi perehdytty mm. muis-  
tojen syntymiseen, rakentumiseen ja aistien merkitykseen muiston rakentumi-  
sessa.

#### **3.1 Muisto**

Rosen (1994, 13) määritelmän mukaan muisto on ihmisellä oleva kestävä  
ominaisuus, joka määrittelee ihmisen ja muovaa ihmisen käyttäytymistä ja  
persoonaa.

Ruoka on ihmiselle ravinnon lähde ja osa jokapäiväistä elämää. Opinnäyte-  
työssä tutkitaan ruokaan liittyviä muistoja. Tutkimuksen avulla pyritään kerää-  
mään ihmisiltä heidän henkilökohtaisia, ainutlaatuisia ja mielenkiintoisia ruoka-  
muistojaan.

Schancterin (2001, 27-29) mukaan menneet kokemukset säilyvät osittain  
muistissamme tarkkoina tai epäselvinä mielikuvina. Jokaisella on omia ainut-  
laatuisia muistoja, jotka ovat peräisin tapahtumasarjoista ja tapahtumista, joita

on koettu. Knuutilan (2006, 63) näkemys on samansuuntainen Schancterin kanssa. Hänen mukaansa menneisyys hahmotetaan yksilöllisten tulkintojen kautta.

Ruokamuistojen kerääminen on tutkijan ja muistelijan yhteistyötä. Tutkija saa aineistoa, muistelija saa aikaa muistella menneitä tapahtumia. Muistelijan muisto on hänen henkilökohtainen ja oma näkemyksensä jostain aiemmasta tapahtumasta.

Schancter (2001, 29-30) määrittelee muistelevan ihmisen roolin muistajaksi. Muistelun avulla ihminen voi palata ajassa taaksepäin tunnin, päivän tai vuosien taa ja kokea menneet tapahtumat uudelleen.

Opinnäytetyön teemahaastatteluissa haastateltavat palaavat muistellessaan ajassa taaksepäin. Tutkimuksessa pyritään selvittämään, liittyvätkö ihmisten ruokamuistot johonkin tiettyyn aikaan tai elämänvaiheeseen.

Schancterin (2001, 27-29) mukaan ihmiset kokevat elämänsä aikana valtavasti erilaisia tapahtumia mutta muistavat niistä vain hyvin pienen osan. Menneisyyden muistaminen on ihmisille niin pysyvä osa elämää, että muistojen tutkiminen jää usein vähälle huomiolle. Jokapäiväisessä elämässä toimissaan ihminen käyttää jatkuvasti menneisyydessä opittuja taitoja ja varastoituja tietoja.

Knuutilan (2006, 62-63) näkemys on linjassa Schancterin näkemyksen kanssa. Hänen tutkimukseensa osallistuneiden ihmisten menneiden kokemusten muistelu tapahtui eletyn elämän kautta ja oli syvällistä. Muistitietotutkimuksessa tutkitaan ihmisten yksilöllisiä tulkintoja ja käsityksiä menneisyydestä. Menneisyyden hahmottaminen tapahtuu näiden tulkintojen kautta.

Opinnäytetyötä varten kerättiin aineistoa haastatteluiden avulla. Aineisto koostaa yhteen ihmisten ruokaan liittyviä muistoja. Aineisto perustuu ihmisten omiin tulkintoihin ruokaan liittyneistä tapahtumista.

## **Muiston muodostuminen**

Schancterin (2001, 54) mukaan muiston muodostuminen on asian muistiin painamista eli muiston koodaamista muistiin. Muistoa muodostaessaan ihminen muuntaa näkemänsä, kuulemansa, tuntemansa ja/tai ajattelemansa asian muistoksi. Ihmiset painavat mieleensä ja muistavat hyvin erilaisia asioita. Tapa, jolla ihminen painaa muiston mieleensä, vaikuttaa tapahtumista tallentuvaan muistikuvaan.

Rossin (2012, 61) mukaan muistitieto säilytetään, muistetaan ja kerrotaan muistinvaraisesti. Tutkittavat muistitiedot ovat ihmisten uskomuksia siitä, mitä tapahtui. Rossi toteaa, että ihminen painaa mieleensä asioita menneisyyden, tiedon ja sen hetkisten tarpeiden mukaan. Tästä syystä ihmiset muistavat eri asioita. Muistissa säilyvät ne asiat, jotka ihmiset kokevat tärkeiksi muiston syntyhetkellä.

Schancter (2001, 55-57) vertaa muiston mieleen tallentamista koodaamiseen. Kun ihminen luo pitkäkestoisen muiston, hän tallentaa eli koodaa muiston syvemmin pitkäkestoiseen muistiin. Schancter käyttää tuosta tapahtumasta nimitystä syväkoodaus. Hänen mukaansa syväkoodauksessa uusi tieto liitetään johonkin aikaisempaan tietoon tai yhdistetään johonkin tuttuun asiaan. Tästä syystä ihmisen aiempi tieto vaikuttaa siihen, mitä asioita hän poimii ja painaa muistiin. Schancterilla ja Rossilla on sama näkemys siitä, että ihminen painaa mieleensä helpommin henkilökohtaisesti tärkeitä asioita.

Schancterin (2001, 216-220) mukaan selkeimmin ihmisen muistiin painuu välähdyksenomainen muisto tai tapahtuma. Välähdyksenomainen muisto säilyy ihmisen mielessä muita muistotyyppisiä paremmin. Välähdyksenomaiseen muistoon liittyy usein jokin tapahtuma, kuten John F. Kennedyn murha tai jokin muu ihmisiä puhuttava tapahtuma.

Opinnäytetyössä tutkitaan ja analysoidaan ihmisten muistoja. Tutkimuksessa ei tutkita ihmisten muistojen muodostumista, mutta muiston muodostumisen

ymmärtäminen on olennaista muiston ymmärtämisessä. Tutkimuksessa selvitetään, liittyvätkö ihmisten ruokamuistot johonkin tiettyyn aikaan tai elämäntilanteeseen.

## **Muistaminen**

Rossi (2012, 60-61) määrittelee muistamisen yksilölliseksi tapahtumaksi, joka tapahtuu sosiaalisissa yhteyksissä. Muistelun avulla yritetään tehdä menneisyys ymmärrettäväksi. On havaittu, että ihmiset muistavat paremmin itselle tärkeitä asioita. Tällaiset asiat muistetaan usein eloisasti, tarkasti ja täsmällisesti.

Fivushin ja McDermott Salesin (2004, 245, 266) mukaan ihminen ei muista menneisyydestä, mitä tapahtui, vaan sen, mitä tapahtuma merkitsi hänelle menneisyydessä ja mikä merkitys sillä on nykyhetkeen. Menneisyyttä muistellessaan ihminen sisällyttää tunnenäkökulman osaksi muistoaan.

Schancterin (2001, 40, 79) määritelmän mukaan muistaminen on mieleen painetun asian myöhempää käyttöä. Muistamista voi verrata kahden kuvan vertaamiseen. Toinen kuva esittää nykyisyyttä ja toinen menneisyyttä. Muistaminen on menneisyyden ja nykyisyyden vuorovaikutusta.

Knuuttila (2006, 65) toteaa, että menneisyys elää nykyhetkessä, vaikka se on samanaikaisesti jo kadonnut osa elämää. Menneisyyteen kuuluvat asiat ovat kaukaisia, saavuttamattomia ja tuntemattomia osia ihmisen eletyssä elämässä. Knuuttilan näkemys on samansuuntainen edellä esitetyn Schancterin näkemyksen kanssa.

Asian tai menneen tapahtuman muistaminen tapahtuu muistihaun avulla, jossa mieleen painettu asia etsitään muistista. Mielleyhtymiin perustuvaa

muistihakua kutsutaan assosiativiseksi muistihauksi. Mielleyhtymiin perustuvaa muistihakua käytetään tilanteessa, jossa kuullaan tuttu laulu. Laulun kuuleminen voi nostaa esiin muistoja jostain tapahtumasta, jonka taustalla kyseinen laulu soi. (Schancter 2001, 79-81.)

Muistivihjeisiin perustuvaa muistihakua kutsutaan strategiseksi muistihauksi. Strateginen muisti hyödyntää muistivihjeitä palauttaessaan mieleen, jonkin menneen tapahtuman tai asian. (Schancter 2001, 54.)

Tilanteessa, jossa ihminen keskittyy muistossaan siihen liittyvään tunnetilaan, näkee hän muiston useammin näkökenttäperspektiivistä. Muistoon liittyvä tunnelataus määrittelee tavan, jolla muisto muistetaan. (Schancter 2001, 34.)

Välähdyksenomaiset muistot jäävät ihmisen mieleen helpommin, koska niistä yleensä keskustellaan ja ne palautuvat mieleen muita muistoja useammin. Välähdyksenomainen muisto voi ajan myötä myös haalistua ja heiketä. Muiston haalistuminen ja heikentyminen selittyy sillä, että ihminen unohtaa ja sekoittaa muistoja mielessään. Välähdyksenomaiseen muistoon ei tästä syystä tulisi luottaa aivan täysin. (Schancter 2001, 216-220.)

Knuutilan (2006, 64) tutkimuksessaan käyttämässä *Lapsuuden ruokamuistoja* -keruuaineistossa kirjoittajat olivat tietoisia siitä, että muisti ei aina pidä paikkaansa. Muistissa olevat asiat voivat ajan myötä muuttua tai kadota eli unohtua. Eletyn elämän muistaminen ei näin ollen aina ole todellisuudessa tapahtunut totuus.

Opinnäytetyössä etsitään ruokamuistoihin mahdollisesti liittyviä tunteita. Ruoka herättää ihmisissä paljon tunteita. Tutkimuksessa selvitetään millaisia tunteita ihmisten ruokamuistoihin sisältyy. Tutkimuksessa pyritään löytämään ja nimeämään positiivisten ja negatiivisten ruokamuistojen esiin nostamia tunteita.

Matherin (2004, 295) mukaan tutkimukset ovat osoittaneet, että vanhemmalla iällä ihminen muistaa helpommin positiivisia asioita menneisyydestään, kuin negatiivisia. Rossi (2012, 58) toteaa, että muistellessaan vanhukset elävät uudelleen tapahtumia hyvinkin eloisalla tavalla.

Tutkimuksissa on havaittu, että negatiivisten asioiden muistaminen vähenee ihmisen vanhetessa. Vanhempien ihmisten muistelu on emotionaalisesti paljolti parempaa, kuin nuorempien. Tämä johtuu siitä, että vanhemmat ihmiset kokevat enemmän positiivisia tunteita kuin nuoremmat. ( Mather 2004, 295.)

## **3.2 Lapsuuden muistot**

Knuutilan (2006, 66) mukaan lapsuuden muistot ovat ihmisille perintöä, joka elää kertomuksissa. Yhteisön tai perheen eri jäsenet muistavat menneisyyden omalla tavallaan. Saman perheen lapset voivat muistaa lapsuudesta täysin eri asioita.

### **Lapsuuden muistojen kehitys**

Ihmisen omaelämäkerrallisen muistin kehitys alkaa syntymästä. Taito kehittyy ihmisellä koko lapsuuden ajan. Esikouluikään mennessä lapsi on niin kehittynyt, että pystyy itsenäisesti kertomaan selkeitä muistoja menneisyydestään. (Fivush & McDermott Sales 2004, 243.)

Fivushin ja McDermott Salesin (2004, 242) mukaan vanhempien rooli on suuri lapsen omaelämäkerrallisen muistin rakentumisessa ja kehittymisessä. Pieni lapsi ei pysty itsenäisesti muodostamaan tai muistamaan muistoja tapahtumista, vaan tarvitsee avukseen vanhempiaan.

Vanhempien muistellessa yhdessä lastensa kanssa, lapsen menneisyyteen liittyviä asioita, kehittyy lapsen emotionaalinen minäkuva myönteiseksi. Vanhemmat, jotka käyttävät hyvin yksityiskohtaista tyyliä puhuessaan lapsen menneisyydestä sekä rohkaisevat lapsiaan osallistumaan muisteluun, tukevat lapsen omaelämäkerrallisen muistin kehitystä. (Fivush & McDermott Sales 2004, 242.)



Rosen (1994, 78) mukaan lapsuudessa muodostuneet muistot nähdään usein siitä mittakaavasta, jossa ihminen on muiston syntymähetkellä ollut. Lapsuuden muisto nähdään usein lapsen perspektiivistä. Ihmisen lapsuuden muistot ovat usein kuin kuvasarja, johon liittyy tunteita, ääniä ja hajuja.

### **Lapsuuden muistot ja tunteet**

Ihmisen mielessä ja muistissa eron tekeminen menneisyyden ja nykyisyyden välillä on haastavaa. Lapsuudessa koetut asiat muuttuvat usein muistissa positiivisemmiksi, kuin ne todellisuudessa olivat. Aika kulta muistot, on perinteinen suomalainen sanonta. (Knuutila 2006, 64.)

Fivushin ja McDermott Salesin (2004, 266) mukaan lapsen muistelun ja tunteiden ymmärtämisen välillä on samankaltaisuutta. Omaelämäkerrallinen muisti ja tunteiden ymmärtäminen kehittyvät samantapaisesti ja samanaikaisesti. Muistot ja tunteet ovat erottamattomia. Ihmisen elämän tapahtumat ovat täynnä tunteita, jotka koetaan jonkin tapahtuman aikana siinä hetkessä ja tapahtuman jälkeen sitä muistellessa.

Vanhemmat voivat muistelua apuna käyttäen tarjota lapselle mahdollisuuden ymmärtää kuinka ja miksi lapsi ja muut ihmiset kokevat tunteita. Tällainen toiminta auttaa kehittämään lapsen emotionaalista minäkuvaa. (Fivush & McDermott Sales 2004, 245.)

Rose (1994, 47) toteaa kirjassaan, että lapsuuden tapahtumien muistaminen tapahtuu usein jonkun läheisen ihmisen, kuten äidin kanssa. Rose pohtiikin, onko äidin kanssa yhdessä muisteltu tapahtuma totuus siitä, mitä lapsuudessa tapahtui, vai onko äiti mukana luomassa lapsen muistoa.

Yhdysvalloissa on toteutettu tutkimus, jossa pyydettiin äitejä muistelemaan esikouluikäisen lapsen kanssa lapsen menneisyyteen liittyneitä tunnekokemuksia. Tutkimuksessa havaittiin, että äitien keskustellessa tyttäriensä kanssa he käyttivät huomattavasti enemmän tunnesanoja, kuin keskustellessa poikiensa kanssa. Muistellessaan tyttäriensä kanssa äidit kertoivat usein miten

tunteet ilmenivät ja näkyivät kanssakäymisissä muiden ihmisten kanssa. (Fivush & McDermott Sales 2004, 246.)

Poikiensa kanssa muistellessaan äidit puhuivat tunteista sisäisinä ja itsenäisinä kokemuksina, eivätkä liittäneet niitä kanssakäymisiin, kuten tyttäriensä kanssa keskustellessaan. Tutkimuksen valossa näyttää siltä, että tyttöjä kannustetaan poikia enemmän kertomaan ja jakamaan tunteitaan. Tutkimuksissa on havaittu, että äidit puhuvat lapsilleen enemmän tunteista kuin isät. (Fivush & McDermott Sales 2004, 246.)

Fivushin ja McDermott Salesin (2004, 246) esittämä tutkimustulos antaa Rosen (1994,47) pohdinnalle yhdenlaisen vastauksen. Vanhempien ja varsinkin äidin rooli lasten muistojen ja tunnekokemusten muodostamisessa on merkittävä. Lapsi muodostaa ymmärryksen tunteista ja muistoista vuorovaikutuksessa vanhempiinsa.

### **Lapsuudessa opitut muistelu- ja tunnetaidot**

Ihminen ei voi elää nykyhetkeä muistamatta menneisyyttään ja siihen liittyviä kokemuksia. Ihminen kasvaa lapsesta aikuiseksi niiden lähtökohtien ja asioiden myötä, mitä hän on lapsena kokenut. Lapsuus kietoutuu aikuisen elämään muistojen ja muistelun kautta. Aika muuttaa elettyjä kokemuksia, mutta ne ovat silti ihmiselle se menneisyys, jonka hän muistaa. Menneisyyden kuvaus on kuvaus eletystä elämästä. (Knuutila 2006, 66.)

Kun lapsille opetetaan tunteista puhumista ja menneisyyden asioihin liittyvien tunteiden kertomista, on heillä aikuisina paremmat lähtökohdat sietää stressiä. Aikuiset, jotka kertovat stressaavista tapahtumista johdonmukaisesti ja sisällyttävät kerrontaan tunnesanoja, saavuttavat korkeamman hyvinvoinnin tason, kuin henkilöt, jotka eivät kerro stressaavista tapahtumista. (Fivush & McDermott Sales 2004, 264.)

### 3.3 Aistien merkitys muiston rakentumiselle

Carter (2009, 74-76) määrittelee aistimukset aivojen luomaksi virtuaaliseksi konstruktiksi eli kuvitteellisiksi rakenteiksi. Aistimukset syntyvät, kun aivot vastaanottavat erityyppisiä molekyylejä ja aaltoja aistielinten kautta. Aistielimet reagoivat ja muuntavat ulkopuolelta tulevat molekyylit ja aallot, kuten valoalot, ärsykeiksi eli sähköisiksi signaaleiksi, joita aivot käsittelevät.

Muiston syntymisen tutkimuksissa on havaittu, että kaikkien aistien aistimukset ovat osallisina muiston luomisessa. Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että hajuaistilla on vahvin yhteys muiston luomisessa. Hajuaisti on aisteista ainoa, joka on kytköksissä kaikkiin tunnealueisiin. Hajuaistiin liittyvä muistikuva voi säilyä ihmisen aivoissa useiden vuosien ja vuosikymmenten ajan. (Carter 2009, 97.)

Schancter (2001, 39) kirjoittaa seuraavaa makujen ja tuoksujen muistamisesta:

*Muisto voi olla samanaikaisesti sekä hauras että voimakas. Muistot, jotka vain tietyt maut ja tuoksut voivat saada esiin, ovat hauraita. Ne häviävät helposti, koska niillä on vain harvoja tilaisuuksia tulla esiin. Mutta ne, jotka jäävät henkiin, ovat myös poikkeuksellisen voimakkaita. Oltuaan pitkän ajan unessa näiden näennäisesti unohtuneiden kokemusten yhtäkkinen ilmaantuminen makujen ja tuoksujen voimasta on hämmentävä kokemus” (Schancter 2001, 39.)*

Johnsonin ja Salmen (2012, 87-88) mukaan aistien ja aistillisuuden hyödyntämisen avulla voidaan luoda asiakkaalle mielikuvia yrityksestä ja tuotteista. Aistillisuutta voidaan käyttää asiakkaan mielikuvien muokkaamiseen. Palvelujen tuottajien tulisi huomioida makujen ja tuoksujen tärkeys asiakkaan mielikuvien luomisessa.

## Hajuaisti

Carterin (2009, 99) mukaan haju- ja makuaistit ovat kemiallisia aisteja. Johnsonin ja Salmen (2012 87-88) mukaan ihmisen menettäessä näkö- ja kuuloaistinsa kehittyy hänen haju- ja tuntoaistinsa herkemiksi.

Carter (2009, 94-96) kirjoittaa, että hajuaisti on ollut ja on yhä tärkeä aisti ihmisen elossapysymisen kannalta. Näköaisti ohitti hajuaistin merkityksen ihmisen alkaessa kävellä kahdella jalalla. Hajuaisti on osallisena muodostamassa ihmisen tunnereaktioita sekä ruoka- ja juomamieltymyksiä.

Hatt ja Dee (2013, 99-102) tarkentavat hajuaistin osallisuutta tunnereaktioiden muodostamisessa. Hajuaistin avulla aistittavat tuoksut saavat ihmisissä aikaan monenlaisia tapahtumia. Tuoksut voivat mm. viedä ihmisen hetkessä ajatuksissaan lapsuuteen, herättää ruokahalun tai saada ihmisen hyvälle tuulelle.

Hattin ja Deen (2013, 31) mukaan ihmisellä olevat hajumuistot nousevat esiin ilman, että järki ehtii suodattaa niitä, tahdottomasti ja mielivaltaisesti. Hajumuistoilla on positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia. Vastaleivotun pullan tuoksu herättää yleensä positiivisia lapsuuteen sijoittuvia muistoja. Hajumuistot ovat muiden muistojen tapaan yksilöllisiä. Joidenkin ihmisten mielestä positiiviseksi koettu tuoksu voi olla toiselle täysin vastenmielinen. Liljojen tuoksu voi herättää muistoja syvästä surusta ja luopumisesta.

Yritykset käyttävät tuoksua osana palvelujensa ja tuotteidensa myynnin edistämistä. Hattin ja Deen (2013, 99-102) mukaan tuoksujen avulla voidaan ohjailia ihmisiä. Useat yritykset käyttävät tuoksua luodakseen asiakkailleen erilaisia mielikuvia. Esimerkiksi McDonald's käyttää tuoksua luodakseen asiakkailleen tarpeen ostaa heidän tuotteitaan. Tuoksujen kaupallisen käytön, eli ilmapiiirillä viettelemisen, tarkoitus on saada asiakas kuluttamaan.

Carterin (2009, 97) mukaan ihmisten aisteja voidaan hyödyntää kaupallisessa tarkoituksessa mm. asiakkaan houkuttelussa. Yritykset käyttävät erilaisia tuoksuja tuotteiden ja palvelujen markkinoinnissa. Kiinteistövälittäjät voivat edistää asuntokauppaa tuoreen leivän ja kahvin tuoksuilla. Näiden tuoksu antaa asiakkaille kotoisan mielikuvan myytävästä kohteesta.

Hatt ja Dee (2013, 99-102) toteavat, että tuoksujen käytöllä kaupallisessa tarkoituksessa on havaittu olevan vaikutusta asiakkaiden ostokäyttäytymiseen. Asiakkaiden on havaittu viipyvän pidempään sellaisissa liikkeissä, joissa tuoksuu hyvälle. Viipyessään liikkeessä pidempään, asiakas kuluttaa ostoksiin enemmän aikaa ja rahaa, sekä altistuu useammin heräteostoksille.

## **Makuaisti**

Carterin (2009, 98) mukaan makuaisti on hajuaistin tavoin tärkeä aisti ihmisen elossa pysymisen kannalta. Ihminen maistaa viisi perusmakuja, joita ovat makea, hapan, suolainen, karvas ja umami. Ihmisen tärkein makuaistielin on kieli, jossa olevat kielinystyt sisältävät makusilmukoita, joiden avulla ihminen maistaa.

TV-ohjelma *Makujen salaisuus* käsitteli ruoan maun aistimista. Maku aistitaan useiden aistien avulla ja se vaatii runsaasti aivotoimintaa. Ihmisen kielessä olevat makunystyrät lähettävät aivoille viestin ruoan mausta. Hajuaistilla on suuri merkitys maistamisessa, nenän ollessa tukossa ihminen ei maista. Maistaminen tapahtuu makunystyröiden ja hajuaistin yhteistyöllä. Ruoassa olevat molekyylit höyrystyvät suussa, nousevat nenässä oleviin hajureseptoreihin ja saavat aikaan maistamisen. (Prisma: Makujen salaisuudet)

Hattin ja Deen (2013, 35-40) mukaan ihmisten taipumus pitää makeasta on synnynnäinen, koska se on ihmisen geeneissä. Makean, kuten suklaan syöminen aktivoi ihmisen aivojen palkitsemiskeskusta. Palkitsemiskeskus viestittää ihmiselle makean aikaansaamasta onnen ja täydellisen tyydytyksen hetkestä.

Hattin ja Deen (2013, 35-36) mukaan makuaistia voidaan hajuaistin tavoin käyttää kaupallisessa tarkoituksessa ihmisten ostokäyttäytymisen muovaamiseen. Esimerkkinä tällaisesta on markkinointitutkija Peter Kenningin supermarketissa toteuttama kokeellinen tutkimus. Tutkija jakoi asiakkaille kaupan ovella lasillisen vettä tai sokerilientä. Tutkimuksessa havaittiin sokerilientä saaneiden ihmisten ostavan kalliimpia tuotteita, kuin niiden, jotka saivat vettä. Tutkimustulosta on tietävästi hyödynnetty jo ainakin Saksan rautatieliikenteessä, asiakkaille annetaan hyvitykseksi suklaata mm. silloin, kun junat ovat myöhässä.

### **Muut aistit**

Edellä on jo kerrottu haju- ja makuaistin merkityksestä ihmisen muiston synnylle. Hatt ja Dee (2013, 22) kirjoittavat, että maistaminen on kokonaisvaltainen tapahtuma, joka tapahtuu useiden aistien avulla yhtä aikaa suussa, nenässä ja aivoissa. Lisäksi aivot rekisteröivät maistaessaan ympäristön viehättävyyden ja tunnelman, sekä ruokailuseuran.

Sandell (2013, 10-11) tarkentaa, että ruoan syöminen aktivoi ihmisellä useita eri aisteja. Ruoassa olevat molekyylit aktivoivat ihmisen haju- ja makuaisteja. Ruoan ilmiöiden aistimiseen osallistuu lisäksi tunto-, näkö- ja kuuloaisti. Näköaistin avulla ihminen kiinnittää huomiota ruoan ulkonäköön, väriin ja kokoon.

Sandellin (2013, 11) toteaa, että tuntoaisti osallistuu ruoan aistimiseen iholla, suussa ja huulissa olevien tuntoselkien avulla. Tuntoselkät aistivat kosketuksen, lämmön ja kivun. Käsien syötävän ruoan, kuten leivän pehmeys ja rapeus aistitaan sormien tuntoaistin kautta. Ruoan rakenne ja suutuntuma aistitaan suun pintojen avulla.

Sandellin (2013, 11) mukaan kuuloaistin avulla ihminen tarkkailee ruoasta ja ruokailutilanteesta tulevia ääniä. Ruokailutilanteeseen liittyvät äänet, kuten

taustamusiikki tai ruoanvalmistuksesta tulevat äänet, ovat kuuloaistin tarkkailun kohteena. Hopia ja Ihanus (2013, 22) muistuttavat, että ravintolan äänimaisemalla on suuri merkitys ihmisen kokonaisvaltaiseen kokemukseen. Oikeanlaisella äänimaisemalla varmistetaan, että asiakkaat viihtyvät ja viipyvät pidempään ravintolassa.

### 3.4 Ruoan ja aistien tutkimus

Opinnäytetyössä tutkitaan ruokamuistoja ja niihin liittyviä tunteita. Ruokaan ja muistoihin liittyvää tutkimusta on tehnyt aiemmin mm. Sutton (2010). Hän kirjoittaa ruoan ja aistien antropologisesta tutkimuksesta eli ruoan tutkimisesta ihmisen kulttuurin näkökulmasta. Knuutila (2006,11) puolestaan on tutkinut suomalaista keittämiskulttuuria keruuaineiston sekä haastatteluiden avulla. Hän esittelee tuloksia kirjassa *Kansanomaisen keittämisen taito*.

Suttonin (2010) mukaan ruoka ja aistit ovat pitkään olleet antropologisen eli ihmisten kulttuuria tutkivan tieteen näkökulmasta tärkeitä alueita. Kuluneen kahdenkymmenen vuoden aikana ruoan ja aistien antropologisesta tutkimuksesta on tullut tieteellistä tutkimusta.

Ruoan tuottamat eri aistien avulla koettavat tunteet, kokemukset ja elämykset voivat olla tutkimuksen kohteita. Kokemukset voivat olla kokijalle positiivisia tai negatiivisia. (Sandell 2013, 10.)

Sutton (2010) toteaa, että aistien merkityksen tutkiminen on korostunut tutkimuksissa. Tiede on kehittänyt tapoja analysoida aistien ja muistin yhdessä luomia muistikuvia. Tiede ei näe aisteja pelkästään kehon sisäisinä asioina, vaan myös ulkoisina asioina, jotka havainnoivat ulkoisia ärsykyksiä. Hän vertaa ulkoista aistiärsykettä eräänlaiseksi kehoon kohdistuneeksi ulkoiseksi hyökkäykseksi, jonka seurauksena keho luo aistien avulla ihmisille kokemuksia tapahtumista.

Sutton (2010) huomauttaa, että ruokaa on tutkittu sosiaalisen erottelun lähteenä ja tekijänä, mutta aistien merkityksen tutkiminen on jäänyt vähemmälle tutkimukselle. Tutkimuksia on tehty paljon ihmisten ruokailutavoista ja eri ruokalajeista. Hänen näkemyksen mukaan ruoan maun vaihtelevuuden tutkimusta, kansan- ja kulttuuritieteen näkökulmasta, on olemassa liian vähän. Hän huomauttaa, että ruoan aistinäkökohtien tutkiminen, ihmisten elämän ja kokemusten ymmärtämiseksi on vielä vähäistä.

### 3.5 Ruokamuistot

Knuutilan (2006, 72) kirjassa ruokamuisto määritellään ihmisen muistoista konkreettisimmaksi. Ruokamuisto eroaa muista muistoista siten, että tuttujen ruokien avulla on mahdollista palata takaisin lapsuuden tunnelmiin. Ruoan maku ja tuoksu voivat herättää ihmisessä uudestaan jo unohdetun kokemuksen tai tunteen. Heränneet muistot voivat kuljettaa ihmisen ajassa taaksepäin, vaikkapa lapsuuden joulun.

Ruokablogien pitäminen on yhä useamman ihmisen harrastus. Ruokabloggari Mari Moilaselle blogin pitäminen on ollut päätyö jo kahden vuoden ajan. Moilanen jättäytyi päivätyöstä ja uraputkesta ryhtyessään päätoimiseksi ruokabloggariksi. Moilanen kertoo *Voi Hyvin lehden* haastattelussa oman ruokamuistonsa. (Voi Hyvin lehti, 6/2014, 54-57)

Moilasan ruokamuisto sijoittuu lapsuuden kesiin. Ruokamuistossa on vahvasti läsnä henkilöt, isoisä ja isoäiti. Isoisä kalasti ja metsästi, isoäiti perkasi ja valmisti kalat ruoaksi. Kala täytettiin luumuilla, keitetyllä riisillä, yrteillä ja lopuksi ommeltiin kiinni karhunlangalla. Muistiin on jäänyt myös isoäidin leipoma mustikkapiirakka. Isoäiti valmisti pullataikinan rasvaiseen maitoon ja kastikkeet voihiin ja kermaan. Moilasan näkemyksen mukaan isoäiti osoitti läheisilleen rakkautta ruoan kautta. (Voi Hyvin lehti, 6/2014, 54-57)



Moilasen lehdessä kertomassa ruokamuistossa on mukana samoja asioita, kuin haastatteluiden vastauksissa tässä tutkimuksessa. Ruoka tuli läheltä ja oli puhdasta. Ruokamuistojen ruoan valmisti hyvin usein joku läheinen ihminen. Ruokamuistoon liittyi hyvin usein vahvasti tunteet.

Paikallislehden päätoimittaja Sauli Pahkasalo kirjoitti *Rantalakeuslehdessä* 24.9.2014 omasta ruokamuistostaan. Pahkasalon ruokamuisto liittyy lapsuuteen ja vierailuihin isoäidin luona. Hän muistelee kirjoituksessaan miten heräsi isoäidin sivustavedettävässä sängyssä kauniiseen herätyskellomelodiaan ja nenään leijaileviin kaakaon ja juuri leivotun Boston-pullan tuoksuihin. (Rantalakeus, 24.9.2014, 4.)

Toinen Pahkasalon kirjoittama muisto liittyy lapsuuden lauantai-iltapäiviin. Pahkasalo muistelee, kuinka kotiin palatessa ulko-ovella vastaan tulvahti vastaleivotun rieskan aisteja hivelevä aromi. Kirjoituksessa nostetaan esille ruoan merkitys ihmisille. Ruoka on ihmisen elimistön polttoaine ja linkittyy vahvasti muistoihin. Ruoka on olennainen osa ihmisen elämää. Se ilostuttaa, luo sosiaalisia tilanteita, yhdistää, vihastuttaa ja voi jopa pelottaa. (Rantalakeus, 24.9.2014, 4.)

Kirjaan *Maukasta maalta* (2014) on kerätty ihmisiltä ruoka- ja makumuistoja. Seuraavassa ote yhdestä muistosta:

*... Mä olin silloin ... toisella luokalla koulussa. ... Meidän tätillä oli silloin maatila. Ja syksyllä sitten, kun peruna nostettiin maasta. Keitettiin uusia perunoita, tehtiin ruisleipää, kurnuttiin voita. Ja se oli aivan ihanaa. Sitä voin makua vieläkin kaipaamaan. Ja se tuore leipä, kun se otettiin sieltä uunista ja ne perunat sitten kans, kun ne oli just otettu sieltä maasta pois. Ne oli aivan, ai ai. Sitä ei voi niin ku sanoin kuvatakkaan sitä tunnetta, mitä lapsuudesta on jäänyt mieleen siitä päivästä. (Maukasta maalta 2014, 38.)*

Alle on koottu muutamia opinnäytetyötä varten haastateltujen ihmisten ruokamuistoja:

*Kalakeitto oli lapsuudessa hyvää. Mummo keitti haukikeittoa, johon laitettiin voita, kermaa ja sipulia. Lapsuuden ruoat oli tehty puhtaista raaka-aineista. Marjoista tehtiin paljon ruokia. (Nainen 1939)*

*Äidin leipoma pulla, jota sai lauantaisin kotona koulun jälkeen. (Nainen 1969)*

*Jäälinojan varresta kerättiin mustikoita, samalla kun uisteltiin haukea. Täti keitti mustikkasoppaa, jota syötiin perunamuusin kanssa. Yhä on yhtä hyvä ruoka. (Mies 1949)*

*Äiti leipoi ohrarieskaa. Kotona oli Rabid niminen hella. Muistan hellan lämmön. Järvestä saatiin ahvenia, joita savustettiin tai paistettiin. Kalan tuoksu oli hyvä. (Mies 1954)*

*Tilipäivänä isä haki mopolla kaupasta omenoita, Pihlajanmarja ja Omar karkkeja. Tilipäivänä tehtiin lihahyytelöä. Isän bravuuri oli karjalanpaisti. (Nainen 1949)*

*Olin armeijasta 19 päivän lomalla kotona. Metsästettiin lintuja ja saatiin metso. Äiti valmisti padassa hauduttamalla metsopaistia. (Mies 1934)*

*Retket oman perheen kanssa, nyt kun on omia lapsia. Tehdään evääksi voileipiä ja paistetaan nuotiolla makkaraa.” (Nainen 1980)*

*Lapsena isän kanssa kalastettiin Rokualla. Kalastuspaikan lähellä oli lähde, josta sai vettä. Laitettiin paljon kalaruokia. (Nainen 1965)*

*Äiti keitti lihakeittoa usein ruoaksi. Se ei ollut mieluisa ruoka. Liha ostettiin kaupasta ja se oli sitkeää. (Nainen 1958)*

## **4 RUOKAMUISTOTUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN**

Opinnäytetyössä tutkitaan ihmisten ruokamuistoja. Millaisia ruokamuistoja ihmisillä on? Voiko muistoja jaotella positiivisiin ja negatiivisiin? Onko ruokamuisto aina positiivinen muisto? Tutkimuksessa pyritään selvittämään myös muistojen mahdollista tilannesidonnaisuutta ja sitä onko ihmisten ruokamuistoja mahdollista ryhmitellä.

Ihmisten ruokamuistojen tutkiminen on muistitietotutkimusta, joka on yksi historian tutkimuksen laji. Rossin (2012, 50-52) mukaan muistitietotutkimusta on hyödynnetty Suomessa historian-, paikallishistorian- ja arkitiedontutkimuksissa 1800-luvulta alkaen. Muistitietotutkimuksen avulla haetaan tietoa lähimenneisyydestä. Tutkimuksessa käytetään haastatteluja, joiden avulla pyritään löytämään uusia näkökulmia tutkittavaan aiheeseen. Muistitieto haastattelujen avulla tavoitetaan tutkittavien ihmisten ja yhteisöjen omaa kirjoittamatonta historiaa sekä tehdään näkyväksi menneisyys.

#### 4.1 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön päätavoite on tutkia ihmisten ruokamuistoja ja niissä toistuvia teemoja. Opinnäytetyön kautta selvitetään ruokamuistojen syntyä ja niiden vaikutusta ihmisten mielikuviin ruoasta. Tutkimuksesta saatavaa tietoa voidaan hyödyntää ravitsemispalvelujen kehittämisessä. Ruokamuistojen tutkiminen voi antaa näkökulmia elämyksellisten ravitsemispalvelujen kehittämiseen.

Tutkimusta varten on luotu tutkimuskysymykset. Tutkimuskysymykset ohjaavat tutkimusta ja antavat sille suunnan. Seuraavaksi esitellään ruokamuisto tutkimuksen tutkimuskysymykset.

- Millaisia ruokamuistoja ihmisillä on?
- Voiko muistoja jaotella positiivisiin ja negatiivisiin?
- Onko ruokamuisto positiivinen vai negatiivinen?
- Ovatko muistot tilannesidonnaisia?
- Voiko ruokamuistoja ryhmitellä?

## 4.2 Tutkimusmenetelmän valinta

Ruokamuisto on ihmisen oma ja henkilökohtainen tulkinta menneisyydessä tapahtuneista asioista. Tutkimuksessa pyritään löytämään ruokamuistoista mm. toistuvia teemoja, tilanteita ja tunteita. Tutkimuksessa kerätään ihmisten muistoja. Tutkimusmenetelmän tulee soveltua ihmisten muistojen keräämiseen. Tutkimusmenetelmäksi valittiin kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmän. Seuraavassa esitellään kvalitatiivinen tutkimustapa sekä muistojen kerääminen.

### **Kvalitatiivinen tutkimus**

Ruokamuistot ovat ihmisten henkilökohtaisia muistoja, eli tulkintoja heidän menneisyydestä. Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 27-28) mukaan kvalitatiivisen tutkimuksen avulla tutkitaan haastateltavien ihmisten havaintoja menneisyyden tilanteista. Tutkimustapa antaa mahdollisuuden huomioida menneisyyteen liittyvien tekijöiden merkityksiä. Kvalitatiivisella tutkimuksella tuodaan esiin ihmisten kokemuksia erilaisista ilmiöistä ja tapahtumista. Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä soveltuu hyvin ruokamuistojen tutkimiseen.

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 25) mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkitaan yhtäaikaisesti useita tekijöitä, jotka vaikuttavat tutkimuksen lopputulokseen. Tutkimuksessa kehitellään teorioita ja säännönmukaisuuksia. Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkkuus ja luotettavuus saavutetaan todentamalla tutkimustuloksia.

## **Muistojen kerääminen**

Tutkimuksessa kerätään ihmisiltä ruokamuistoja. Seuraavaksi esitellään Knuutilan ja Rossin näkemyksiä ihmisten muistojen keräämisestä. Knuutilan (2006, 62) mukaan muistojen kerääminen on osa kansantieteen tutkimusta. Kansantieteen tutkimuksessa tavoitteena on löytää arkea kuvaavaa aineistoa. Tällaisen aineiston kokoaminen tapahtuu ihmisten kokemusten ja muistojen keräämisen avulla.

Rossin (2012, 61-63) mukaan muistitietotutkimuksessa arvostetaan erityisesti ihmisellä olevia välähdyksen omaisia muistoja. Tämän tyyppinen muisto on kestävä, tarkka ja sisältää usein tapausten herättämiä tunteita. Tunteet lisäävät omalta osaltaan muiston muistettavuutta.

Rossi (2012, 53-54) toteaa, että muistojen tutkimisen avulla pyritään löytämään vastaus siihen, mitä tapahtuma merkitsi haastateltavalle, ei siihen mitä tapahtui. Tutkimuksessa on kiinnostuttu ihmisten eletystä arjesta ja kokemuksista. Tutkimuksella pyritään hahmottamaan mennyttä elämää, eikä siinä olla kiinnostuneita täsmällisistä faktoista, kuten vuosiluvuista.

Knuutilan (2006, 62) kokemuksen mukaan kerätyssä aineistossa nousee esiin myös asioita, joita tutkija ei alun perin tutkimuksellaan hakenut. Ihmiset kirjoittavat tai kertovat laajemmin ja syvällisemmin menneisyydestään. Aineistossa voi nousta esiin asioita ihmisistä itsestään, muistelun aikaisesta yhteiskunnasta ja siihen liittyneistä tapahtumista.

Rossin (2012, 52-53) mukaan ihmisten muistojen kerääminen voi tapahtua haastattelujen avulla, jolloin saadaan esiin ihmisten kertomusten avulla heidän omat kokemukset, tunteet ja tulkinnat menneisyydestä.

## **Teemahaastattelu**

Tutkimuksen aineistonkeruutavaksi valittiin teemahaastattelu. Haastatteluiden avulla kerättiin ihmisiltä heillä olevia ruokamuistoja. Seuraavassa esitellään muutamia näkemyksiä teemahaastattelusta ja sen toteuttamisesta.

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 27) toteavat, että teemahaastattelu on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmistä. Rossin (2012, 69-70) mukaan teemahaastattelussa haastattelija esittää tiettyyn aihepiiriin liittyviä kysymyksiä. Valitessaan tutkimustavaksi haastattelut, tulee tutkijan huomioida, että ne vievät tutkijalta paljon aikaa ja niihin liittyy jälkikäsitelyä.

Rossi (2012, 70) toteaa, että teemahaastattelussa kertoja esittää asiat omalla kielellään ja omalla ominaisella tavalla. Haastattelijan rooliksi jää ohjata keskustelua. Teemahaastattelussa keskustelu voi tuottaa asioita, joita tutkija ei ole osannut ennakoita.

Knuuttila (2006, 68) toteaa, että hänen toteuttamansa haastattelut muodostuivat usein keskustelutilanteiksi. Haastattelija saattoi samaistua haastateltavan kertomiin asioihin. Haastattelussa haastattelija ja haastateltava vaihtoivat mielipiteitä ja vertailivat muistojaan.

## **Teemahaastattelun rakenne**

Rossin (2012, 70-71) mukaan haastateltavalle tulee kertoa muutamia asioita, ennen haastattelua. Alle on koottu Rossin antamat vinkit ja esimerkki teemahaastattelun rakenteesta.

Ennen haastattelua haastateltavalle tulee kertoa:

- mitä tutkimus koskee
- kuka tutkimuksesta vastaa
- mistä tutkimuksessa on kysymys

- mihin ja miten aineistoa käytetään
- mihin se lopulta arkistoidaan
- kertojan henkilöllisyys suojataan nimettömyyden tai peitenimen avulla

Haastattelun rakenne:

- tutkija kysyy laajoja yleisluontoisia avauskysymyksiä
- siirrytään yksityiskohtaisempiin kysymyksiin
- haastattelija puuttuu kerrontaan, vain jos se on vaarassa tyrehtyä tai karata pois aihepiiristä
- Keskustelun aikana tutkijalla on mahdollisuus tehdä lisäkysymyksiä kertojalle

(Rossi 2012. 70-71.)

### 4.3 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys

Tutkimuksen luotettavuuden eli reliabiliuden ja pätevyyden eli validiteetin arviointi on tärkeää kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Tutkimuksen reliabiliuteen eli luotettavuuteen vaikuttaa tutkittavan asian aineiston otoslaajuus sekä aineiston tallennustapa. Tutkimuksen validiteettia eli pätevyyttä arvioidessa on muistettava, että validiteetti on hyvä, jos on tutkittu niitä asioita, joita tutkimusongelmassa on nostettu esiin. (Kananen 2008, 79-81.)

Rossin (2012 54-55) mukaan muistinvaraisen tiedon luotettavuutta on epäilty. Useat historian lähteet perustuvat suulliseen tietoon, joita ei ole kirjattu muistiin heti asian tapahduttua. Kirjoitettujen historian lähteiden tulkinnassa tulee aina ottaa huomioon, että kirjattu asia ei aina ole totuus siitä mitä tapahtui. Tässä valossa katsottuna muistitieto on yhtä luotettavaa tai epäluotettavaa kuin minkä tahansa muu historian lähde.

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 188) näkemyksen mukaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään mahdollisimman hyvin paljastamaan haastateltavien ihmisten käsityksiä ja näkemyksiä tutkittavasta asiasta. Tutkimuksessa tulee huomioida, että tutkijan näkemykset vaikuttavat kerättävään aineistoon. Tutkimuksen tulokset on muodostettu haastateltavan ja haastattelijan yhteistoiminnan avulla, joten tutkimustulokset ovat osittain myös tutkijan tulkintoja asioista.

Ruokamuistotutkimus kerää haastatteluiden avulla ihmisiltä ruokamuistoja. Tutkimuksessa kerättiin ihmisillä olevia henkilökohtaisia muistoja ja kokemuksia. Haastatteluiden vastaukset kirjattiin ylös, myöhempää purkamista ja analysointia varten.

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 188) korostavat, että tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi, tutkimus tulee pystyä dokumentoimaan. Dokumentoinnin avulla tutkija esittää, miten hän on päätenyt tutkimuksessa esitettyihin luokitteluihin ja tulkintoihin. Tutkimuksen reliaaabeliuden arviointi haastattelututkimuksessa tarkastelee aineiston luotettavuuden sijaan enemmänkin tutkijan toimintaa. Tutkijan tulee huomioida tutkimuksessa kaikki saatavilla oleva aineisto.

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 189) mukaan tutkimuksen validiuden toteamiseksi, tutkimuksessa kerättyä aineistoa, tulisi verrata muista lähteistä saatuun aineistoon. Tutkimuksen tuloksia voidaan myös verrata kirjallisuudessa esitettyihin vastaavien tutkimusten tuloksiin.

### **Opinnäytetyön luotettavuus ja pätevyys**

Ruokamuistotutkimuksen tutkimuskysymyksiä on esitelty aiemmin tässä työssä. Tutkimuksessa tutkitaan ihmisten ruokamuistoja, jotka ovat ihmisen menneisyyteen liittyvien tapahtumien muistoja. Tutkimusta tehdessä tutkija pohti, onko tällainen tieto luotettavaa tietoa.



Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttaa tutkittavan aineiston, eli haastatteluaineiston laajuus. Tässä tutkimuksessa käytettyjä haastatteluja oli runsaasti, joten tässä valossa tutkimus on luotettava. Aineiston tallennustavaksi valittu vastausten kirjaaminen vähentää tutkimuksen luotettavuutta.

Tutkimuksen pätevyys on hyvä, jos on tutkittu niitä asioita, joita on nostettu esiin tutkimusongelmassa. Tämän tutkimuksen pätevyys on hyvä, koska kaikkiin asetettuihin tutkimuskysymyksiin on saatu vastaus. Lisäksi haastatteluaineistoa on verrattu vertailuaineistoon. Aineistojen vertaaminen nostaa tutkimuksen pätevyyttä.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää myös se, että tutkimustulokset on dokumentoitu tässä tutkimuksessa useilla eri tavoilla. Tutkija on käyttänyt tutkimuksessa koko haastatteluaineistoa, tämä toimintatapa lisää tutkimuksen luotettavuutta.

Tässä tutkimuksessa haastatteluiden avulla kerätyt tulokset on verrattu *Maukasta maalta* -kirjan sekä *Voi Hyvin* lehdessä olleisiin ruokamuistoihin. Kirjan ja lehden ruokamuistot niputettiin yhdeksi aineistoksi, jota käytettiin haastatteluaineiston vertailuun. Vertailulla pyrittiin selvittämään, onko haastattelemalla saadut tulokset verrattavissa toisella tavalla luotuun aineistoon. Vertailun tulokset esitellään tässä työssä. Edellä esitettyjen asioiden valossa tämä tutkimus on luotettava ja pätevä.

## 5 RUOKAMUISTOJEN KERUU

Tutkimuksen aineiston kerääminen tapahtui haastatteluiden avulla. Haastattelut laadittiin Rossin ohjeiden mukaan. Haastattelut toteutettiin Utajärvellä ja Muhoksella erilaisissa kesätapahtumissa kesällä 2014. Haastateltavat valittiin satunnaisesti tapahtumiin osallistuneista henkilöistä.

Seuraavassa esitellään Rossin ja Knuutilan näkemyksiä muistitietohaastattelujen toteuttamisesta. Heidän näkemyksiään verrataan tässä tutkimuksessa toteutettujen haastatteluiden yhteydessä esiin tulleisiin tilanteisiin.

### 5.1 Haastateltavien hankkiminen

Rossin (2012, 72-76) mukaan haastateltavien saaminen muistitietohaastatteluihin on yleensä helppoa. Haastatteluun pyydetty henkilöt saattavat empiä osallistumisestaan haastatteluun. Usein empimisen syynä on se, että haastateltavaksi pyydetty henkilö vähättelee itsellään olevia tietoja ja muistoja. Tutkijan rooli on rohkaista ja kannustaa haastateltavaa kertomaan muistostaan.

Opinnäytetyötä varten haastateltavien henkilöiden saaminen oli melko helppoa. Tapahtumat, joissa haastattelut toteutettiin, olivat vapaamuotoisia ulkoilmatapahtumia. Ihmiset olivat saapuneet tapahtumiin omasta tahdostaan, viettämään mukavaa päivää tapahtuman merkeissä. Jokaisessa tapahtumassa oli muutamia henkilöitä, jotka kieltäytyivät haastattelusta.

Knuutila (2006, 64) toteaa, että nykyisin historian tutkimuksessa painoarvo on tieteellisemmässä tiedossa, kuin muistinvaraisessa tiedossa. Tästä syystä,

haastateltavat ihmiset saattavat kokea, että heillä oleva tieto ei ole tarpeeksi arvokasta tieteelliseen tutkimukseen.

Opinnäytetyötä varten toteutetuissa haastatteluissa oli selvästi havaittavissa Rossin ja Knuutilan esiin tuomat tilanteet, jossa ihmiset vähätelivät heillä olevien tietojen ja muistojen tärkeyttä. Useat henkilöt suhtautuivat haastattelu-pyyntöön torjuvasti, vedoten siihen, ettei heillä ole mitään muistoja.

Näissä tilanteissa haastattelija pyrki tekemään haastateltavalle tarkentavia kysymyksiä. Osassa tilanteista haastattelija kertoi esimerkkejä apuna käyttäen, millaisia muistoja tutkimuksessa kerättiin. Edellä kuvattujen toimintojen avulla haastattelija sai suostuteltua ihmisiä osallistumaan haastatteluun.

## 5.2 Haastateltavien vastaukset

Knuutila (2006, 65) muistuttaa, että haastateltavan ihmisen vastaus on hänen oma näkemyksensä tapahtuneesta tai menneisyydestä. Ihminen liittää mahdollisesti omaan kokemukseensa, myös muilta ihmisiltä kuulemiaan, samaan asiaan liittyviä piirteitä. Ihminen käyttää tällöin kollektiivista muistia, joka koaa yhteisön tai lähipiirin käsityksen yhdeksi yhteiseksi muistikuvaksi.

Opinnäytetyön haastatteluja toteutettaessa tuli muutamia tilanteita, joissa haastateltavan seurassa olleet henkilöt ryhtyivät spontaanisti kertomaan omista muistoistaan. Ihmiset muistelivat yhdessä, jolloin muistelu oli laajempaa ja yksityiskohtaisempaa. Ihmiset keskustelivat ja muistelivat keskenään, haastattelijan rooliksi jäi keskustelun ohjaaminen ja sen ylös kirjaaminen.

Rossin (2012, 74-76) mukaan haastateltavan päätettäväksi jää se, mitä ja miten hän kertoo muistoistaan. Tutkijan tulee suhtautua arvostaen ja kunnioittaen haastateltaviin ihmisiin. Luontevasti sujuva keskustelu tuottaa tutkimuksen kannalta olennaista tietoa. Haastateltavan näkemystä tulee kunnioittaa,

eikä tutkijan tule kritisoida sitä, vaikka se olisi ristiriidassa tutkijan oman näemyksen kanssa.

Knuutilan (2006, 68) mukaan haastattelija saattaa joutua tilanteeseen, jossa haastattelija ja haastateltava eivät ymmärrä toisiaan. Tällaisissa tilanteissa auttaa, jos haastattelija voi tarkentaa kysymyksiään tai haastattelussa käytettyjä termejä.

Opinnäytetyötä varten toteutetuissa haastatteluissa tuli esiin muutamia tilanteita, joissa haastateltavat eivät ymmärtäneet haastattelun ideaa. Osa haastateltavista oletti, että tutkimuksessa kerättiin ruokaohjeita. Yleensä tilanne ratkesi sillä, että haastattelija kertoi tarkemmin tutkimuksen taustasta ja siitä milaista aineistoa kerään.

### **5.3 Ruokamuistohaastattelujen toteuttaminen**

Sopivat tapahtumat teemahaastatteluja varten valittiin Utajärven ja Muhoksen kunnan internetsivustoilla olevien tapahtumakalentereiden avulla. Tapahtumien järjestäjiin oltiin yhteydessä kesäkuussa 2014 puhelimitse ja sähköpostitse. Tapahtumien järjestäjät suhtautuivat tutkimukseen myönteisesti, joka helpotti haastatteluiden toteuttamista.

Yhteensä neljässä eri tapahtumassa toteutetut haastattelut onnistuivat hyvin. Haastatteluihin vastasi kesän 2014 aikana yhteensä vajaa 130 henkilöä. Utajärvellä ruokamuistoja kerättiin 28.6.2014 kotiseutuviikkoihin liittyvässä toritapahtumassa sekä 6.7.2014 Runon ja suven juhlassa. Muhoksella ruokamuistoja kerättiin 5.7.2014 Yhdessä torille -tapahtumassa ja 12.7.2014 Päivä maalla -tapahtumassa.

### **Utajärvi – Toritapahtuma 28.6.2014**

Utajärven toritapahtuman yhteyshenkilönä toimi Utajärven kunnan kulttuurisihteerin Tarja Vimpari. Hänen kanssaan sovittiin ruokamuistojen keräämisestä kyseisessä tapahtumassa. Kulttuurisihteerin ehdotuksesta tutkimuksen tekijä esitteli ruokamuistotutkimukseen liittyvää aineiston keruuta toritapahtuman yleisölle.

Tapahtuma oli kerännyt Utajärven torille paljon ihmisiä. Toritapahtuma oli rakennettu Reilun kaupan teeman ympärille. Utajärvi on Suomen ensimmäinen kunta, joka on saanut Reilun kaupan kunta tittelin vuonna 2004. Tapahtumassa juhlittiin Utajärven 10 vuoden mittaista uraa Reilun kaupan kuntana.

Ihmiset suhtautuivat erittäin positiivisesti ruokamuistojen keräämiseen. Haastatteluja kertyi Utajärven toritapahtumasta yli 50:ltä.

### **Muhos Yhdessä torilla 5.7.2014**

Yhteyshenkilönä Muhoksen Yhdessä torilla – tapahtumassa toimi Seppo Alalauri. Yhdessä torille - tapahtuman mainokseen Muhoksen paikallislehteen, tuli maininta ruokamuistojen keräämisestä yhtenä osana tapahtuman kulkua.

Kesäinen toritapahtuma oli kerännyt torille paljon tuotteiden myyjiä. Torilla oli myös yksityishenkilöitä kirpputorimyyjinä. Tapahtumassa haastatteluiden avulla kertyi ruokamuistoja 40.

### **Utajärvi, Runon ja suven juhla 6.7.2014**

Yhteyshenkilönä Utajärvellä järjestetyssä Runon ja suven juhlassa toimi Teuvo Ervasti. Runon ja suven juhla järjestettiin Utajärvellä, Ahmaksen Kalevalalaisessa perinnekylässä. Juhlassa oli ohjelmallinen osuus, jonka jälkeen yleisölle kerrottiin ruokamuistojen keräämisestä.

Juhla jatkui kahvitarjoilulla, jonka aikana haastattelut toteutettiin. Tapahtuman luonteen vuoksi haastatteluiden määrä jäi toritapahtumiin verrattuna pienemmäksi. Haastatteluun osallistui 16 henkilöä.

#### **Muhos - päivä maalla 12.7.2014**

Muhoksen päivä maalla - tapahtumassa yhteyshenkilönä toimi Raili Haapasalo. Päivä maalla - tapahtuma oli Raili ja Jari Haapasalon maatilalle järjestetty koko perheen tapahtuma. Tapahtumaan osallistui paljon lapsiperheitä.

Maatilalle oli järjestetty erilaisia toimintapisteitä, joita ihmiset saivat kiertää. Tapahtumassa oli esillä lähialueen tuottajia, mm. Viskaali, Mimmin maito ja Kinnusen mylly. Ruokamuistohaastatteluja kertyi kyseisestä tapahtumasta 23 henkilöltä.

#### **5.4 Alustavien tulosten esittely Pohjoiset arktiset maut - seminaarissa**

Oulussa järjestettiin 3-4.9.2014 Pohjoiset arktiset maut - seminaari. Seminaarin järjestäjinä toimivat ProAgria Oulu sekä Oulun Maa- ja kotitalousnaiset. Kaksipäiväisessä seminaarissa oli vahvasti esillä pohjoiset raaka-aineet ja paikalliset maut.

Seminaarissa esiteltiin pohjoispohjalaisen ruokamatkailun kehittämistyötä, johon Bothnia á la carte - hanke kuuluu. Hankkeen kautta luodut pienryhmät olivat myös esillä seminaarissa. Kuusamon pienryhmän tuloksia oli kertomassa Isokenkäisten Klubin omistajat Sirpa Kämäräinen ja Katja Vira. Oulujokilaakson alueen pienryhmän kuulumisia kertoi Merilän Kartanon omistaja Kaisu Merilä.

Toimeksiantajan toiveesta seminaarissa esiteltiin tämän Opinnäytetyön alustavia tuloksia. Tulosten esittelyn yhteydessä kerrottiin lisäksi toimeksiantajan hankinnasta sekä aineiston keruusta.

## **6 RUOKAMUISTOAINEISTON PURKAMINEN**

Haastattelut toteutettiin ja kirjattiin kesällä 2014. Ajallisesti aineiston siirtäminen tietokoneelle eli haastattelujen purkaminen ajoittui syyskuuhun 2014. Aineiston analysointi toteutettiin lokakuussa 2014. Seuraavassa käsitellään haastatteluluiden analysointia sekä tähän tutkimukseen valittuja analysointitapoja.

### **6.1 Haastatteluiden purkaminen**

Hirsijärvi ja Hurme (2000,135) toteavat, että haastatteluiden toteuttamisen ja analysointivaiheen väliin tutkijan on hyvä varata aikaa haastattelujen lukemiselle ja purkamiselle.

Opinnäytetyön ruokamuisto haastatteluiden aineistoa ei nauhoitettu. Tutkija teki tietoisin valinnan, että haastatteluiden nauhoittamisen sijaan hän kirjasi

ihmisten vastausten pääkohdat muistiin. Muistiinpanot luettiin ja siirrettiin tietokoneelle syyskuussa 2014.

Knuuttila (2006, 78) kertoo käyttäneensä kinesteettiseen empatiaan verrattavissa olevaa metodia, kootessa kirjaa *Kansanomaisen keittämisen taito*. Kyseisessä tavassa pyritään eläytymään tarinoiden aineiston tekstejä luettaessa. Knuuttila kertoo aloittaneensa perehtymisen aineistoteksteihin lukemalla ne kaikki läpi useaan otteeseen.

Opinnäytetyön ruokamuistotutkimuksen aineistoa analysoitaessa tutkija palasi useaan otteeseen alkuperäisiin teksteihin. Tietokoneelle syötetyt tekstit auttoivat aineiston analysoinnissa, mutta aineiston kokonaiskuvaa luotaessa palaaminen alkuperäisiin teksteihin oli tarpeellista.

## 6.2 Haastatteluiden analysointi

Ruokamuisto haastatteluaineiston keruun, lukemisen ja analysoinnin väliin jäi kahden kuukauden tauko tutkimuksen tekijän henkilökohtaisten syiden vuoksi (mm. kesäloman loppuminen ja töihin palaaminen sekä ammattikorkeakouluopintojen jatkuminen).

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 135) mukaan aineiston purkamisajankohta voi olla samanaikainen keruuvaiheen kanssa, tällöin aineisto on tuore ja inspiroiva. Aineisto voidaan purkaa myös tutkijan otettua siihen ajallista etäisyyttä. Tauko haastatteluiden ja analysoinnin välissä mahdollistaa asian tarkastelun laajemmasta näkökulmasta.

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 135) toteavat, että aineiston keruun avulla saadun aineiston laajuus vaikuttaa aineiston analysointiin. Runsaan haastatteluaineiston analysointi on tutkijalle työlästä. Usein juuri haastatteluiden analysointivaihe koetaan tutkimusten työläimmäksi osaksi. He esittelevät tulkintatapoja,



joiden avulla voidaan analysointivaiheessa toteuttaa aineiston merkitysanalyysi.

- Aineiston rakenne tuodaan esille, mm. tietokone analysointi
- Aineistoa pyritään selventämään, siihen kuulumattomat asiat jätetään pois
- Aineisto tiivistetään, luokitellaan, tulkitaan
- Aineistosta etsitään narratiivisia eli kerronnallisia piirteitä

(Hirsijärvi & Hurme 2000, 172.)

Maarit Knuutila on kerännyt ihmisten muistoja mm. *Kansanomaisen keittämisen taito* kirjaansa varten. Kirjassa käytetyssä keruuaineistossa ihmiset muistelevat lapsuuden ruokailutapahtumia. Toisena aineistona kirjassa oli käytetty Finfood:in ja historioitsija Merja Sillanpään toimesta vuonna 1998 kerättyä aineistoa *Lapsuuden ruokamuistot*. (Knuutila 2006, 49 - 61.)

Knuutila valikoi satunnaisesti runsaasta aineistosta tekstejä, joista hän loi tekstitiedostot. Hän teemoitteli teksteistä puolet, jolloin teemat muodostuivat tekstiä luettaessa ja tekstitiedostohakujen avulla. Knuutila valitsi teemakokonaisuuksista merkittävimmät teemat ja jätti vähemmän merkittävien teemojen käsittelyn syrjään. (Knuutila 2006, 80.)

Hirsijärven ja Hurmeen (2000) 151-153) mukaan tutkimuksen tarkoituksena on, että tutkija päätyy onnistuneisiin tulkintoihin. Tutkijan tehtävä on etsiä ja nostaa aineistosta esiin eri asioita. Lopullisen tutkimuksen lukija ei näe haastatteluaineistoa, mutta hänen on luotettava tutkijan tulkintaan. Tutkijan tulee selventää tulkintojaan lukijalle tekstin, numeroiden ja kuvien avulla.

Hirsijärvi ja Hurme (2000) toteavat, että kvalitatiivisen aineiston analysointitapoja on useita. Seuraavassa esitellään tässä tutkimuksessa käytettyjä analysointitapoja, peilaten niitä Hirsijärven ja Hurmeen esittelemiin tapoihin.

## **Laskeminen**

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 172) mukaan aineiston laskeminen on yksi tapa analysoida aineistoa. Laskemisessa pyritään selvittämään se, kuinka monta kertaa jokin ilmiö esiintyy aineistossa. Ennen laskemista, aineisto tulee luokitella, jotta se voidaan laskea.

Ruokamuistotutkimuksen aineistoa käsiteltiin mm. tietokoneen taulukkolaskentaohjelman avulla. Ohjelman avulla käsiteltiin vastaajien pohjatietoja, kuten ikäjakaumaa, paikkakuntaa jne. Lisäksi tutkimuksessa esiintyneitä vastauksia arvoitettiin laskemalla, miten usein ne toistuivat vastauksissa.

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 172) toteavat, että laskennan avulla saadaan esille aineistossa esiintyviä teemoja tai säännönmukaisuus. Tulokset voidaan esittää prosentteina, osina tai erilaisten taulukoiden tai diagrammien avulla.

Opinnäytetyön ruokamuistotutkimuksen tuloksia esitellään myöhemmin tässä työssä. Tuloksia on esitelty Hirsijärven ja Hurmeen ohjeiden mukaisesti erilaisia visuaalisia keinoja apuna käyttäen. Tulokset on myös kerrottu sanallisesti, jokaisen kuvan, taulukon tai kaavion yhteydessä.

## **Teemoittelu**

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 172) esittelevät aineiston analysointitapana myös teemoittelun. Aineiston teemoittelussa aineistosta pyritään löytämään esiin nousevia piirteitä, jotka esiintyvät useissa vastauksissa. Teemahaastatteluiden teema nousee luonnollisesti esiin haastateltavien vastauksissa.

Opinnäytetyön ruokamuistotutkimuksen analysointivaiheessa aineistoa pyrittiin teemoittelemaan. Teemoittelu toteutettiin internetissä olevan maksuttoman Wordle - ohjelman avulla. Ohjelma muodostaa siihen syötetystä aineistosta sanapilviä. Nämä visuaaliset sanapilvet esitellään myöhemmin tässä työssä.

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 172) mukaan tutkija muokkaa haastateltavien vastauksia lajittelemalla ne teemojen alle. Haastateltavat kertovat asian omin sanoin, joten samaa vastausta, sanasta sanaan, ei todennäköisesti esiinny aineistossa. Tutkijan tulee yhdistellä haastateltavien vastauksia teemojen alle.

### **Aineiston yhdistely**

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 149-150) toteavat, että aineistossa esiin nousevien yhteyksien tarkasteluun on useita tapoja. Aineiston yhdistelyn tarkoituksena on löytää vastauksista sellaisia piirteitä, jotka toistuvat useissa vastauksissa yhdessä. Yhdistely on yksi tapa löytää luokitellusta aineistosta säännönmukaisuuksia ja samankaltaisuuksia sekä aineistossa esiintyvien ilmiöiden välisiä yhteyksiä.

Opinnäytetyön ruokamuistotutkimuksen analysointivaiheessa aineistoa yhdisteltiin. Yhdistelemällä tutkittiin mm. miten lapsuudessa syntynyt ruokamuisto eroaa aikuisena syntyneestä ruokamuistosta. Tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota muiston positiivisuuteen ja siihen liittyvään henkilöön.

Hirsijärvi ja Hurme (2000, 149-150) toteavat, että aineiston yhdistely vaatii tutkijalta ajatustyötä ja aineiston ymmärtämistä. Tällä tavalla aineistosta löydetty säännönmukaisuudet ja samankaltaisuudet tulee pystyä esittämään havainnoinnin ja mittaamisen lisäksi myös teoreettisesti. Analysointitavan hyötynä on se, että tutkimuksessa tuodaan esille ilmiön monipuolisuus ja kehitetään uusia näkökulmia tai malleja.

Hirsijärven ja Hurmeen (2000, 174-176) mukaan aineiston yhdistelyn avulla löydetään aineistosta myös poikkeavia asioita. Aineistossa esiin nousevista säännönmukaisista vastauksista poikkeavat vastaukset voivat olla myös yksi asia, jota tutkija voi tarkastella. Tällaisten vastausten etsiminen ja analysointi pakottaa tutkijan katsomaan aineistoa eri näkökulmasta. Tutkijan mahdollisesti luomat yleistyksiset voivat kaatua tämän tarkastelun avulla.

Opinnäytetyön ruokamuistotutkimuksen analysointivaiheessa aineiston yhdistelyssä nousi esiin muutamia säännönmukaisista vastauksista poikkeavia vastauksia.

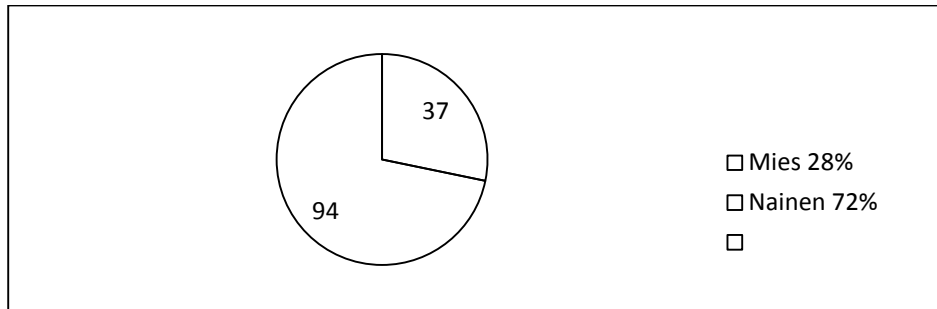
## **7 RUOKAMUISTO HAASTATTELUIDEN TULOKSET**

Haastattelujen avulla kerätyt ruokamuistot analysoitiin edellä esitettyjen tapojen mukaan. Analyysissä määriteltiin perustietoja, kuten vastaajien sukupuoli, ikä ja asuinpaikka. Analyysissä tutkittiin ruokamuistoon liittyviä tunteita sekä sitä, oliko muisto positiivinen vai negatiivinen.

Analysointia varten aineisto taulukoitiin. Analysoinnissa käytettiin apuna laskeamista, teemoittelua, vertailua ja aineiston yhdistelyä. Lisäksi tutkittiin aineistossa usein esiin nousseita asioita ja asioita, jotka poikkesivat aineiston säännönmukaisuudesta.

### **7.1 Haastateltavien taustatiedot**

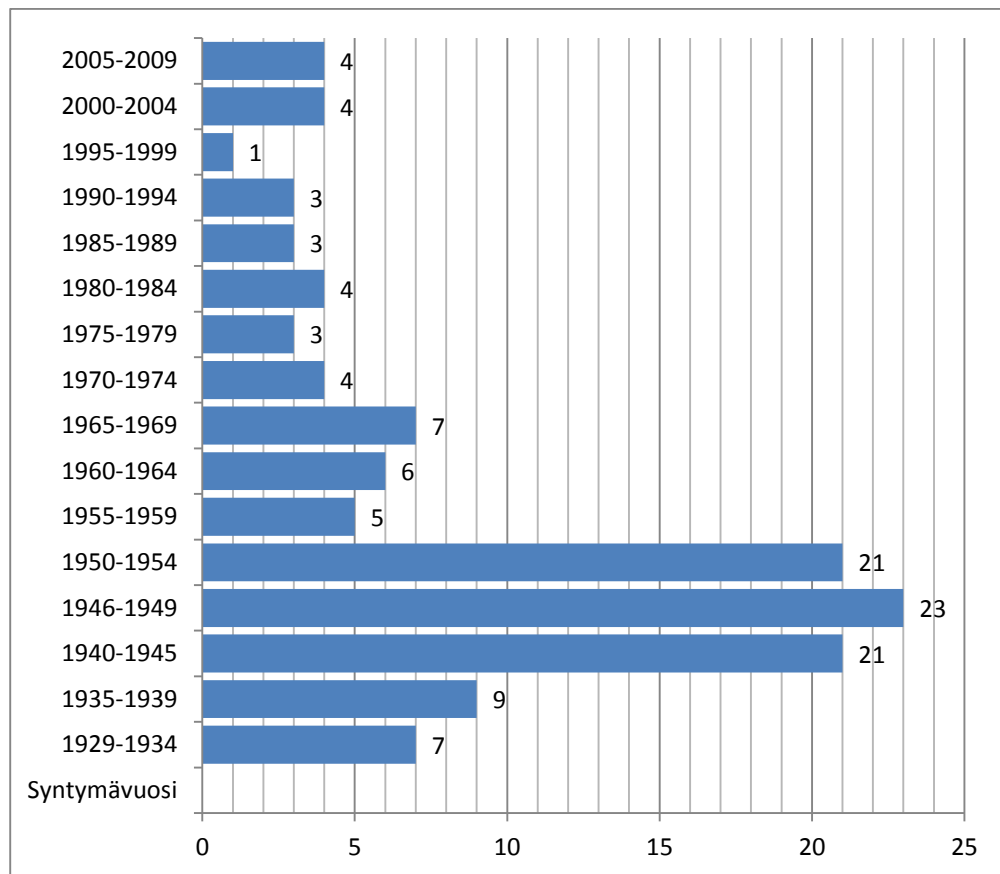
Tutkimukseen osallistui enemmän naisia kuin miehiä (ks. kuvio 1).



Kuvio 1. Haastateltavien sukupuoli

Haastateltavia oli yhteensä 131 henkilöä. Naisia oli 72 % eli 94 henkilöä. Miehiä oli 28 % eli 37 henkilöä. Haastatteluissa henkilöt kertoivat yhden tai useamman ruokamuiston.

Haastatteluun vastanneiden henkilöiden ikäjakauma oli 5 - 85 vuotta (ks. kuvio 2).



Kuvio 2. Henkilöiden ikäjakauma

Haastateltavista vanhin oli syntynyt vuonna 1929 eli 85-vuotias ja nuorin 2009 eli 5-vuotias.

Nuorin haastateltava henkilö oli 5- vuotias tyttö. Tyttö kertoi ruokamuiston äidin tekemästä makaronilaatikosta. Muisto oli tytölle positiivinen. 85-vuotias mies kertoi ruokamuiston, joka oli muodostunut aikuisena. Hän kertoi silakkafileistä, jotka hän oli valmistanut itse. Muisto oli hänelle positiivinen.

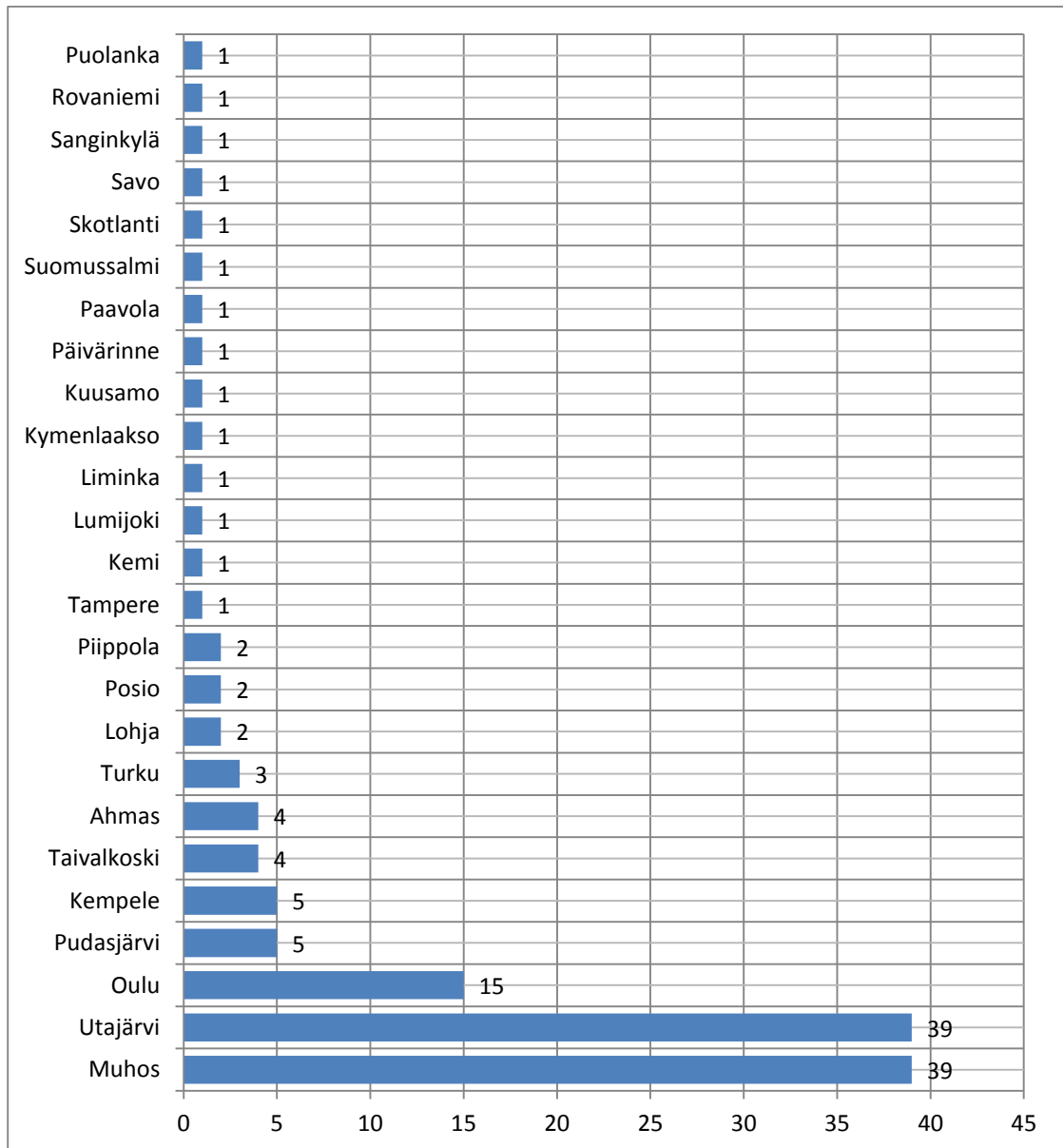
Haastatteluun vastanneista suurin osa oli syntynyt 40- ja 50- luvuilla. Alla esitellään haastatteluun vastanneiden henkilöiden ikäjakauma prosentteina (ks. taulukko 1).

Syntymävuosi	%
1929 - 1934	6 %
1935 - 1939	7 %
1940 - 1945	17 %
1946 - 1949	18 %
1950 - 1954	17 %
1955 - 1959	4 %
1960 - 1964	5 %
1965 - 1969	6 %
1970 - 1974	3 %
1975 - 1979	2 %
1980 - 1984	3 %
1985 - 1989	2 %
1990 - 1994	2 %
1995 - 1999	1 %
2000 - 2004	3 %
2005 - 2009	3 %

Taulukko 1. Henkilöiden ikäjakauma prosentteina

Haastatteluun vastanneista ihmisistä suurin osa oli syntynyt vuosina 1940 – 1954. Suomen suuret ikäluokat ovat syntyneet pääsääntöisesti vuosina 1945-1950. Suurin osa haastatteluun vastanneista edusti Suomen suuria ikäluokkia.

Haastatteluun vastanneista henkilöistä suurin osa oli Muhokselta ja Utajärveltä (ks. kuvio 3).



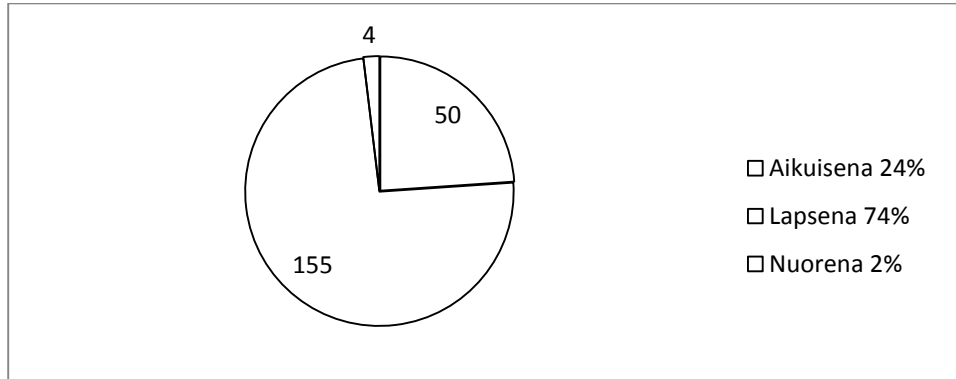
Kuvio 3. Haastateltavien henkilöiden asuinpaikkakunta

Haastateltavia henkilöitä oli laajalti eri puolilta Suomea, ja yksi haastateltava oli Skotlannista.

## 7.2 Ruokamuiston syntyhetki

Ruokamuistoja syntyy ihmisellä koko elämän ajalta (ks. kuvio 4).

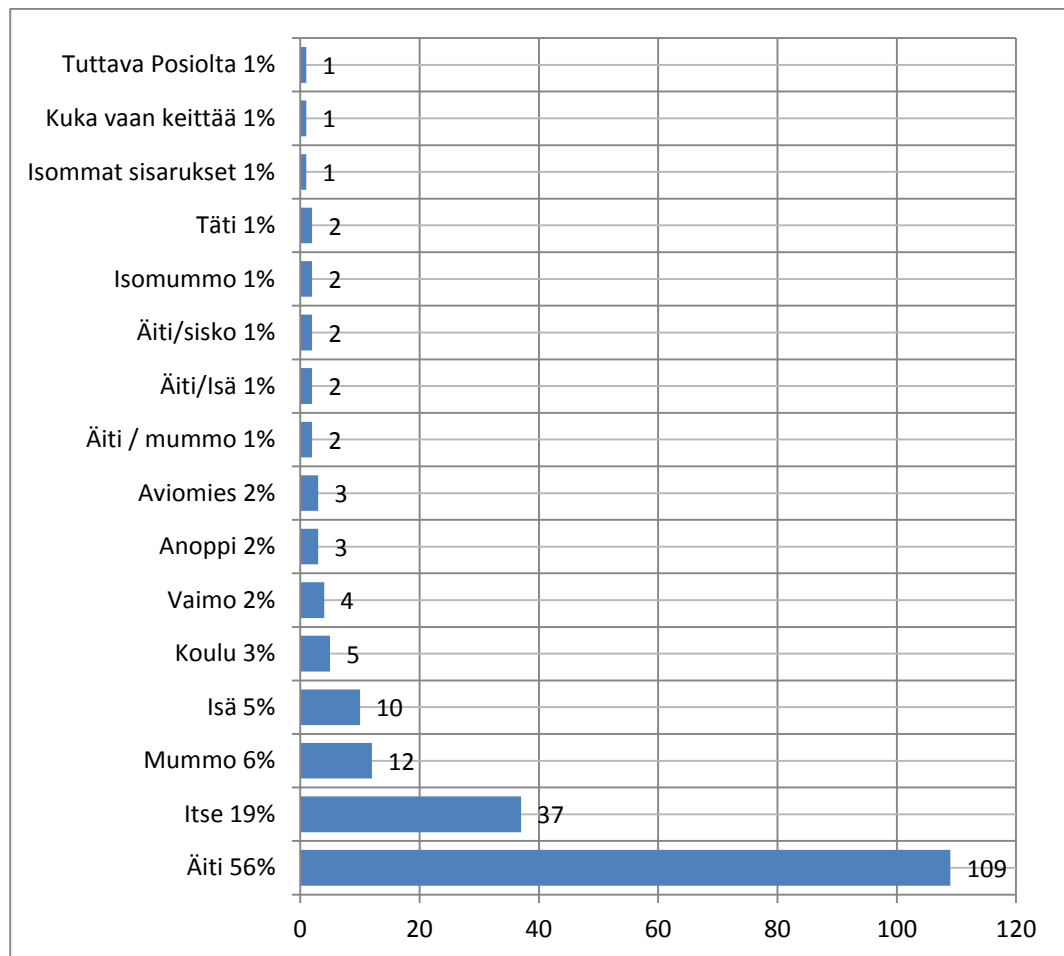




Kuvio 4. Ruokamuiston syntyhetki

Haastateltavien ihmisten ruokamuistot olivat pääsääntöisesti syntyneet lapsuudessa.

Haastateltavien ruokamuistoihin liittyy aina henkilö. Viidessä vastauksessa oli mainittu koulu (ks. kuvio 5).

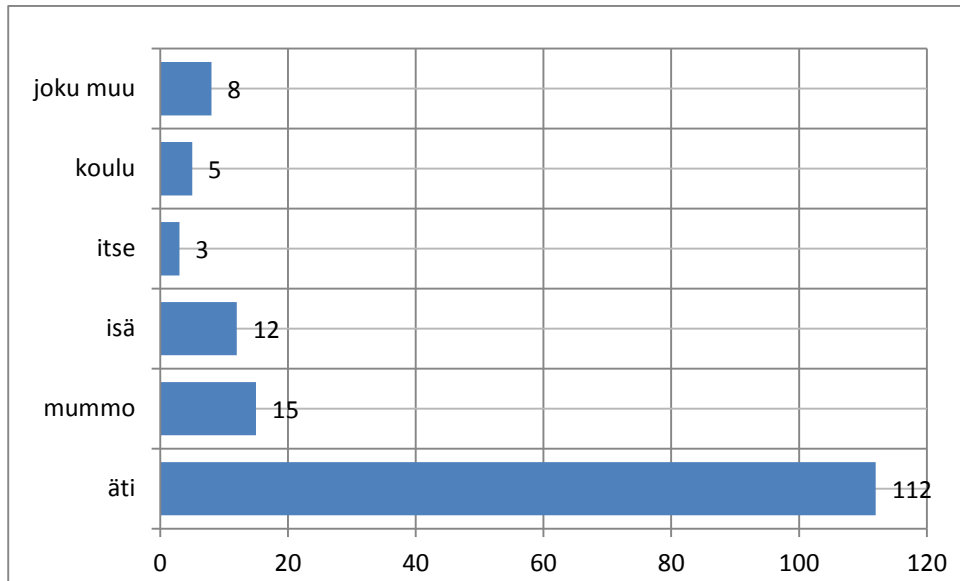


Kuvio 5. Ruokamuistoon liittyvä henkilö tai paikka

Haastateltavien henkilöiden ruokamuistoihin liittyi vahvasti äiti.

Seuraavassa on eroteltu aineistosta lapsuudessa ja aikuisena syntyneet ruokamuistot ja tutkittu niiden eroja.

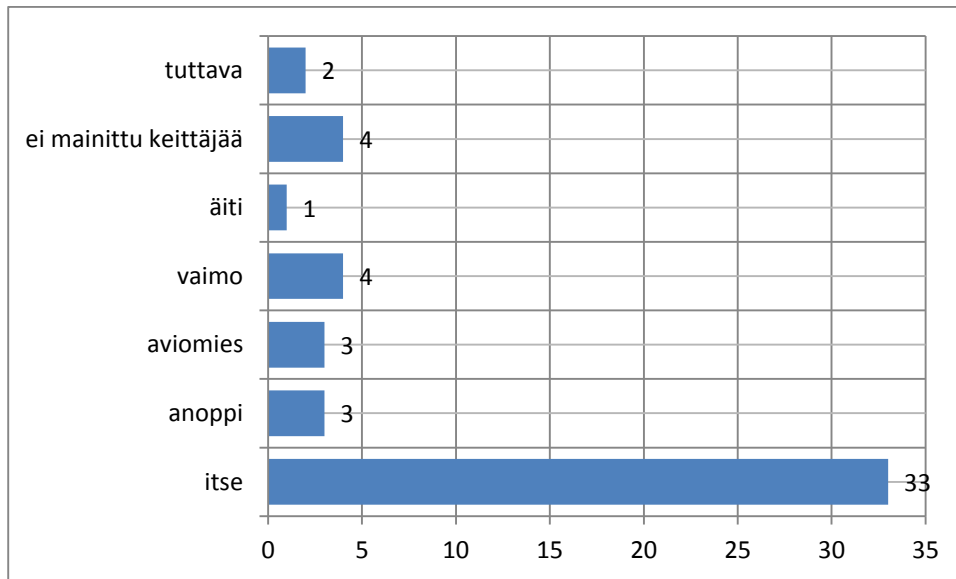
Lapsuuden ruokamuistoon liittyvä henkilö on useimmiten äiti (ks. kuvio 6).



Kuvio 6. Lapsuuden ruokamuistoon liittyvä henkilö tai paikka

Lapsuuden ruokamuistoa on ollut tuottamassa perheenjäsenten lisäksi koulu.

Aikuisena syntyneen ruokamuiston tuottamiseen liittyy usein henkilö itse (ks. kuvio 7).



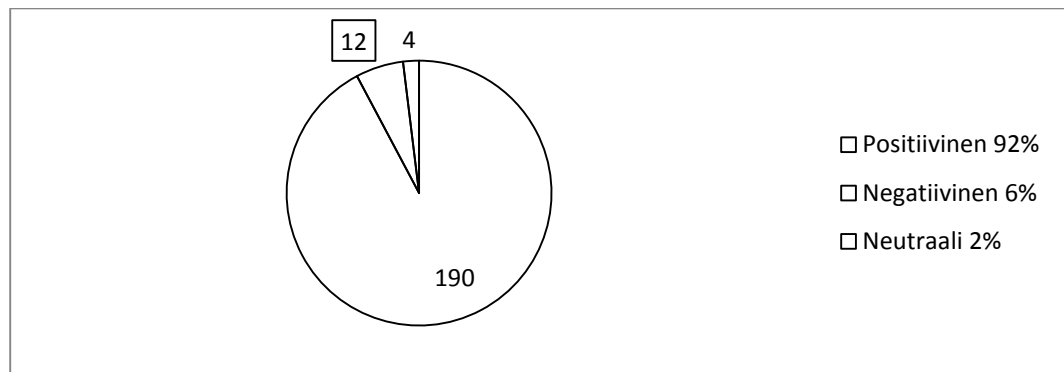
Kuvio 7. Aikuisena syntyneeseen ruokamuistoon liittyvä henkilö

Aikuisena syntyneen ruokamuiston tuottamiseen liittyy haastateltavan lisäksi läheisiä ihmisiä.

Kun vertailtiin lapsuudessa ja aikuisena muodostuneita ruokamuistoja, havaittiin, että ne eroavat toisistaan niiden syntyyn liittyneen henkilön suhteen.

### 7.3 Positiiviset ruokamuistot

Haastattelujen avulla kerättiin yli 200 ruokamuistoa, jotka olivat yleensä positiivisia (ks. kuvio 8).

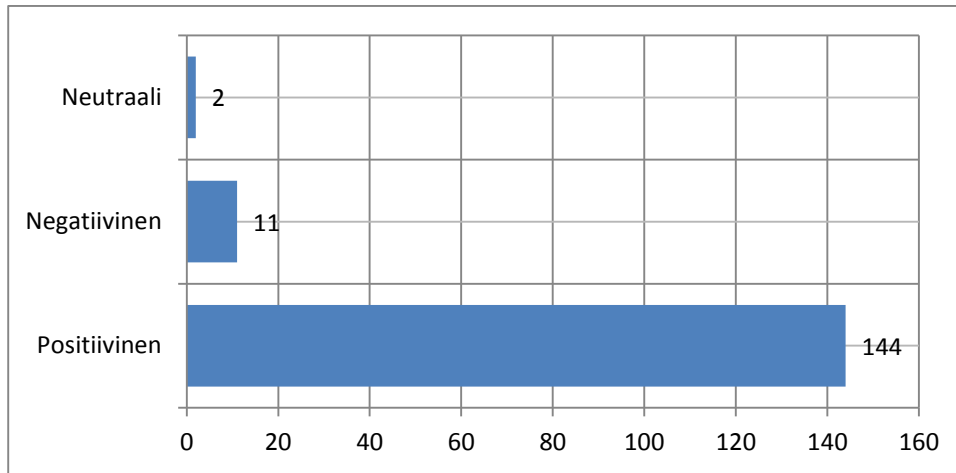


Kuvio 8. Ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin

### **Lapsuudessa syntynyt positiivinen ruokamuisto**

Tutkimuksessa eroteltiin lapsuudessa ja aikuisiässä syntyneet ruokamuistot ja tutkittiin, eroavatko ne toisistaan. Tutkimuksessa selvisi, että kerätyt ruokamuistot olivat usein positiivisia. Seuraavassa perehdytään tarkemmin lapsuuden positiivisiin ruokamuistoihin.

Haastateltavien lapsuudessa syntyneet ruokamuistot ovat yleensä positiivisia (ks. kuvio 9).



Kuvio 9. Lapsuuden ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin

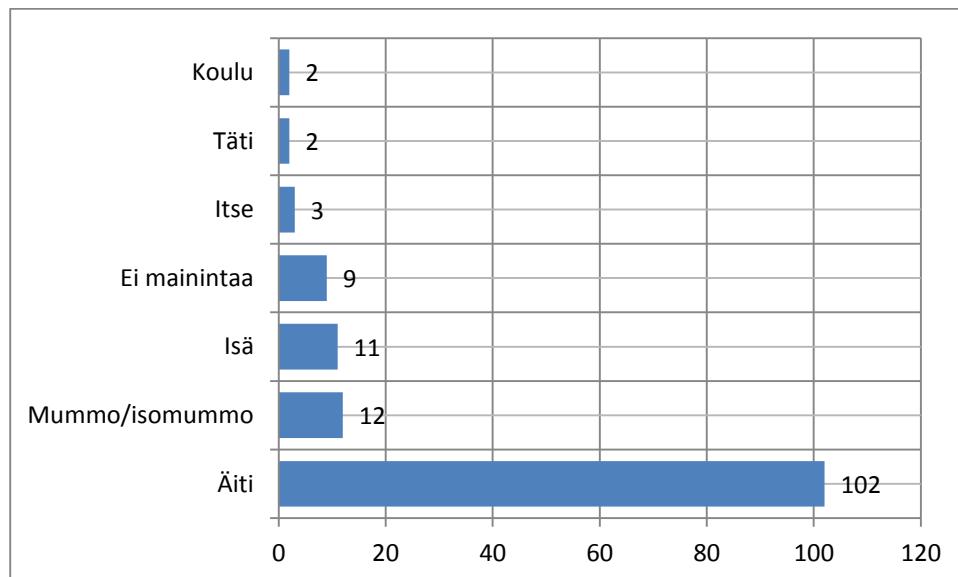
Aiemmin tässä opinnäytetyössä käsiteltiin kirjallisuudesta poimittujen määritelmien avulla muistia, muiston syntymää ja muistoa. Tutkimustulokset ovat verrattavissa kirjallisuudessa esitettyihin määritelmiin.

Tutkimukseen osallistuneista henkilöistä suurin osa oli syntynyt vuosina 1940 - 1954. He muistivat lapsuuden ruokamuistot yleensä positiivisina. Tutkimustulos on samassa linjassa Matherin (2004, 295) tutkimukset kanssa. Hänen tutkimuksensa osoitti, että vanhemmalla iällä ihminen muistaa helpommin positiivisia kuin negatiivisia asioita menneisyydestään.

Positiivisten ruokamuistojen suurta määrää voidaan selittää myös sillä, että positiivinen tapahtuma on ollut henkilölle merkittävä. Kuten Fivush ja McDermott Sales (2004, 245-266) totesivat, ihminen ei muista menneisyydestä, mitä tapahtui, vaan sen, mitä tapahtuma merkitsi hänelle. Menneisyyttä muistellesaan ihminen sisällyttää tunnenäkökulman osaksi muistoaan.

Rossin (2012, 61) mukaan muistissa säilyvät ne asiat, jotka ihmiset kokevat tärkeiksi muiston syntyhetkellä. Knuuttila (2006, 64) toteaa lapsuuden muistojen usein muuttuvan muistissa ja mielessä positiivisemmiksi kuin ne todellisuudessa olivat. Positiivisten muistojen suurta osuutta tämän tutkimuksen vastauksissa voidaan perustella edellä esitetyillä asioilla.

Haastateltavien lapsuudessa syntyneeseen ruokamuistoon liittyi usein äiti (ks. kuvio 10).



Kuvio 10. Lapsuudessa syntyneeseen positiiviseen ruokamuistoon liittyvä henkilö

Haastatteluilla kerätyissä lapsuuden ruokamuistoissa esiintyi useasti äiti. Äiti on usein lapsen elämässä tärkeä ihminen. Aiemmin tässä opinnäytetyössä käsiteltiin kirjallisuudessa esitettyjä tietoja lapsen muisti- ja tunnetaitojen kehityksestä. Seuraavassa verrataan tässä tutkimuksessa saatuja tuloksia aiemmin esitettyihin kirjallisuuslähteisiin.

Knuuttilan (2006, 66) mukaan lapsuuden muistot ovat ihmisille perintöä, joka elää kertomuksissa. Tässä tutkimuksessa ihmiset kertoivat lapsuuden ruokamuistoja, joiden syntymähetkellä kertoja oli ollut lapsi. Rose (1994, 47) toteaa, että lapsuuden tapahtumien muistaminen tapahtuu usein jonkun läheisen ihmisen, kuten äidin kanssa. Fivushin ja McDermott Salesin (2004, 246) mukaan varsinkin äidin rooli lasten muistojen ja tunnekokemusten muodostamisessa on merkittävä.

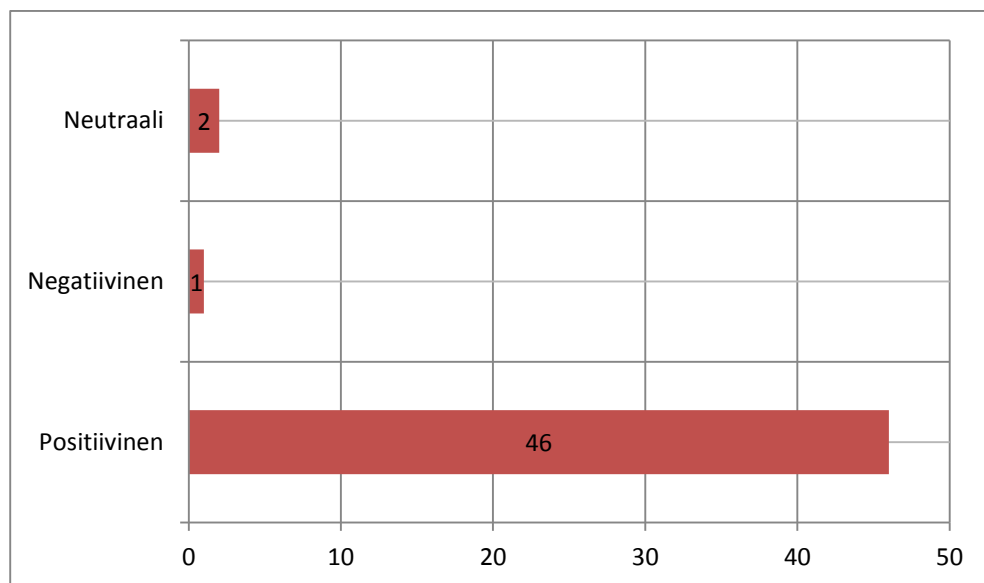
Knuuttila (2006, 228) esittelee tutkimuksensa tuloksissa, että hänen käyttämässä aineistossa sanat *äiti* tai *äidin* nousivat esiin 25 %:ssa koko tekstimassasta.

Äidin osuus tässä tutkimuksessa saaduissa vastauksissa oli suuri. Knuuttilan tutkimuksessaan saama tulos on samansuuntainen tämän haastattelututkimuksen kanssa. Äidin osuus ja merkitys ihmisen muistojen synnyssä on suuri. Tässä tutkimuksessa saatu tulos on samassa linjassa kirjallisuudessa esitettyjen teorioiden kanssa.



### Aikuisena syntynyt positiivinen ruokamuisto

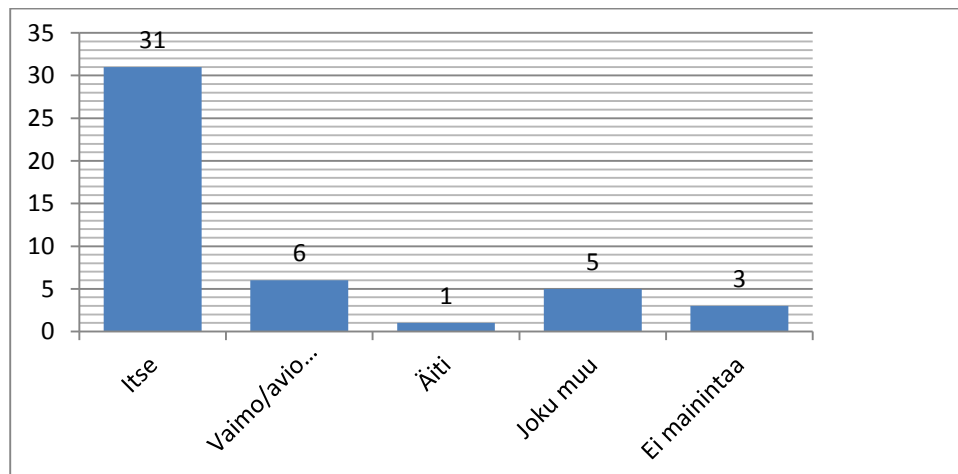
Haastateltavien aikuisena syntyneet ruokamuistot olivat yleensä positiivisia (ks. kuvio 11).



Kuvio 11. Aikuisena syntyneiden ruokamuistojen lajittelu positiivisiin, negatiivisiin ja neutraaleihin muistoihin

Aikuisena syntyneen ruokamuiston positiivisuus johtuu todennäköisesti samoista asioista, kuin lapsuudessa syntyneen positiivisen ruokamuiston syntyminen, jota esiteltiin aiemmin tässä kappaleessa.

Haastateltavien aikuisena syntyneisiin ruokamuistoihin liittyi pääsääntöisesti henkilö itse (ks. kuvio 12).



Kuvio 12. Aikuisena syntyneisiin positiivisiin ruokamuistoihin liittyvä henkilö

Aikuisena syntynyt ruokamuisto poikkeaa lapsuudessa syntyneestä ruokamuistosta siihen osallistuneen henkilön kohdalla. Lapsuuden muistoon liittyi useasti äiti. Tässä tutkimuksessa selvisi, että aikuisen ruokamuiston luontiin liittyy usein henkilö itse.

Tutkimuksessa saadulle tulokselle pyrittiin löytämään selvitys aiemmin tässä opinnäytetyössä käsitellyistä lähteistä. Lapsen ja aikuisen muisto muodostuu pääsääntöisesti samalla tavalla. Schancterin (2001. 55-57) mukaan ihminen painaa mieleen helpommin henkilökohtaisesti tärkeitä asioita.

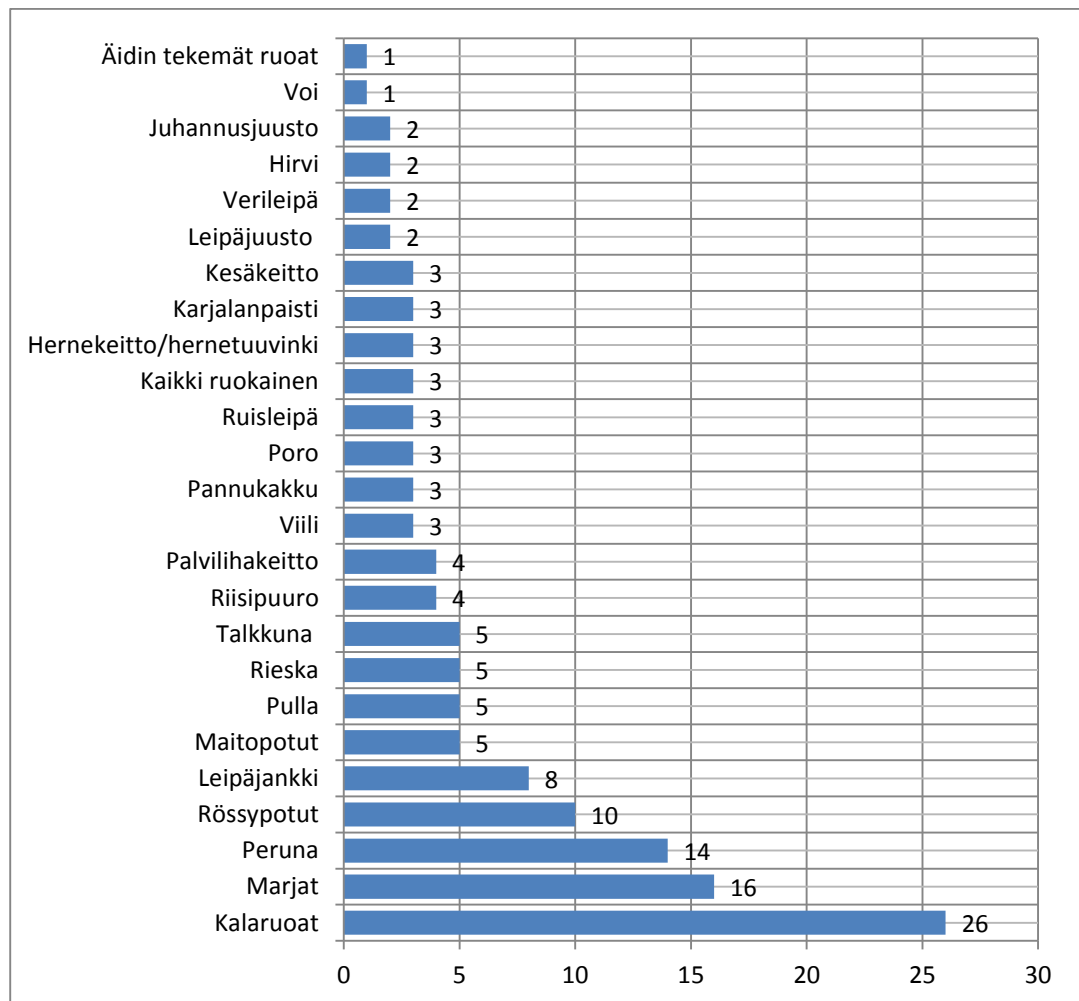
Tämän tutkimuksen tuloksena selvisi, että aikuisen muistossa on mukana hän itse. Tätä tulosta selventää Schancterin (2001. 55-57) näkemys siitä, että ihminen painaa mieleen helpommin henkilökohtaisesti tärkeitä asioita. Ihminen liittää itselle merkityksellisen asian jo hänellä olevaan tietoon tai tuttuun asiaan

ja tallentaa sen pitkäkestoiseen muistiin. Ihmisellä oleva aiempi tieto vaikuttaa siihen mitä asioita hän poimii ja painaa muistiin.

Ihminen muistaa oman osuutensa aikuisena luodussa ruokamuistossa, siitä syystä, että hän on ollut itse luomassa muistoa. Toisin on lapsilla, joiden muiston luomiseen osallistuu aina joku toinen henkilö. Tässä tutkimuksessa saatu tulos pystyttiin varmistamaan kirjallisuuden lähteiden avulla.

## Positiiviset ruokamuistot ja niihin liittyvät ruoat

Tutkimuksessa selvisi, että positiiviseen ruokamuistoon liittyy useimmiten kalaruoka (ks. kuvio 13).



Kuvio 13. Positiiviseen ruokamuistoon liittyvä ruokalaji

Kalaruokien lisäksi tutkimuksessa positiivisiin ruokamuistoihin liitettiin marja- ja perunaruokat. Suurten ikäluokkien osuus haastatteluun vastanneista oli suuri. Suuret ikäluokat syntyivät sodasta toipuvaan Suomeen. Sota oli vähentänyt ihmisten ja koko Suomen varallisuutta. Haastatteluun vastanneiden vastauksissa tuo aika ja sen vaikutus nykyisyyteen nousee esille.

*Oma asenne ruokaan on muokkautunut, kun lapsena ei ollut ruokaa. Nykyajan lasten ruoan arvostus on heikko. (Nainen 1953)*

Sodasta toipuvassa yhteiskunnassa pyrittiin löytämään edullista syötävää. Muhos ja Utajärvi sijaitsevat Oulujoen läheisyydessä. Joesta saatava kala on ollut ruokien raaka-aine ympäri vuoden. Kala mainittiin useissa ruokamuistoissa. Seuraavaksi esitellään kaksi kalaan liittyvää ruokamuistoa.

*Äiti paistoi isän onkimat ahvenet. Istuin pienellä jakkaralla vieressä. Voi raato, että oli hyvää. (Nainen 1944)*

*Talvella pyydettiin siikaa jään alta. Sitä säilytettiin lumihangessa. Tapaninpäivänä valmistettiin ruoksi. Höyrytettiin perunakattilan päällä ja syötiin voisulakastikkeen ja perunoiden kanssa. (Mies 1934)*

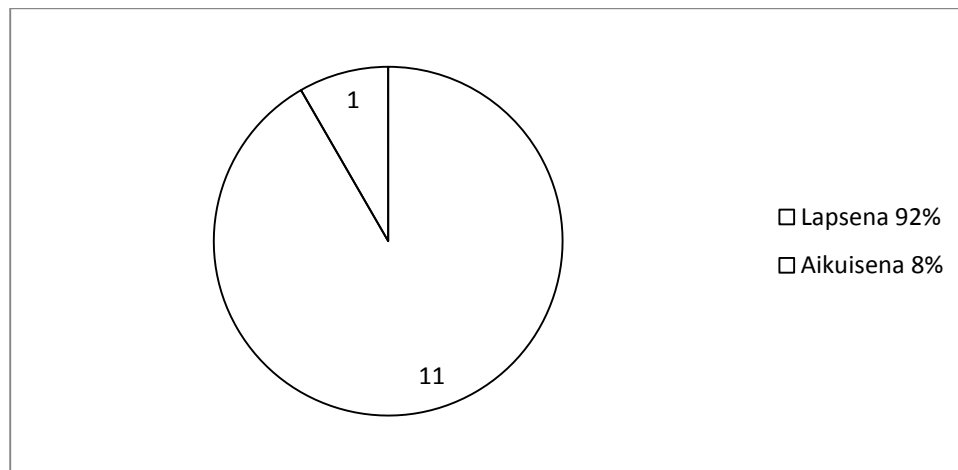
Syksyisin kerättiin talteen marjoja ja sieniä sekä nostettiin maasta itse kasvatettua perunaa.

*Lapsuudessa oli kotiruokaa, jonka äiti teki itse. Oli kalaruokia ja läskisoosia omista eläimistä. Marjat poimittiin itse ja voi kirnuttiin. (Nainen 1940)*

Suurten ikäluokkien edustajien ruokamuistoissa nousee esille se, että heidän lapsuudessaan oltiin omavaraisia ja he ovat hyödyntäneet lähialueelta saatavia raaka-aineita.

## 7.4 Negatiiviset ruokamuistot

Haastateltavat kertoivat muutaman negatiivisen ruokamuiston, jotka olivat pääsääntöisesti syntyneet lapsuudessa (ks. kuvio 14).

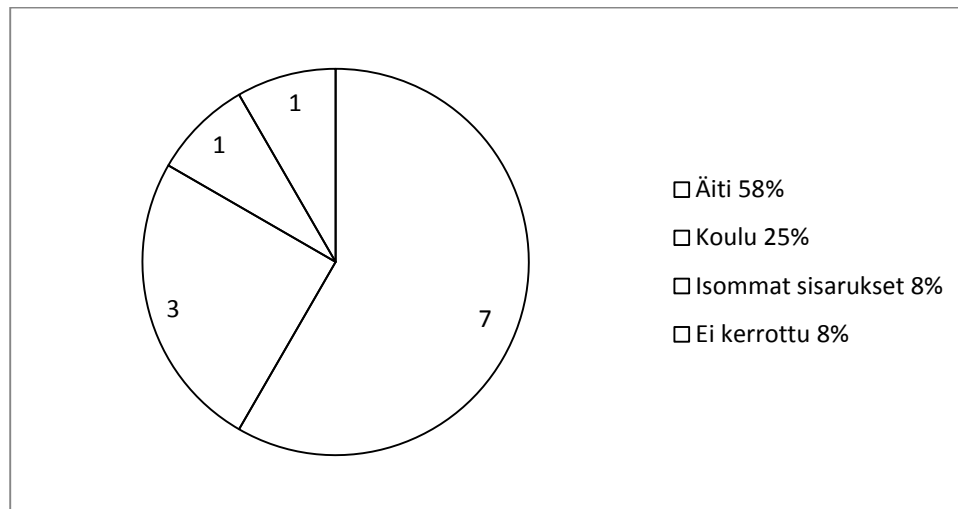


Kuvio 14. Negatiivisen ruokamuiston syntyhetki

Negatiivisten ruokamuistojen vähäinen määrä voidaan perustella aiemmin esitetyllä positiivisten ruokamuistojen mieleen jäämisellä. Positiivinen muisto jää negatiivista muistoa herkemmin ihmisen mieleen.

## Negatiiviseen ruokamuistoon liittyvät henkilöt

Negatiivisen ruokamuiston syntyyn liittyi usein äiti (ks. kuvio 15).



Kuvio 15. Negatiiviseen ruokamuistoon liittynyt henkilö

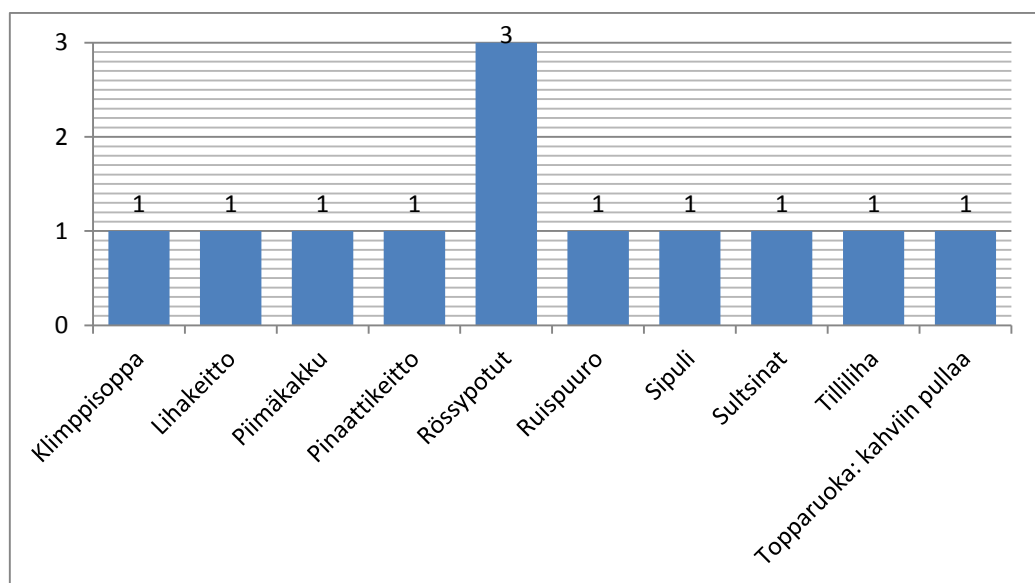
Äidin osuus negatiivisen ruokamuiston synnyssä on selitettävissä samalla tavalla, kuin aiemmin esitetystä positiivisen ruokamuiston yhteydessä. Äiti on ollut mukana luomassa lapsen ruokamuistoa ja on tämän vuoksi vahvasti mukana myös lapsuuden negatiivisissa ruokamuistoissa.

*Positiivinen ruokamuisto on äidin tekemät uuniomenat ja vaniljakastike. (Nainen 1992)*

*Kotona oli ruoaksi joka sunnuntai äidin keittämää riisipuuroa, se ei ollut hyvää. (Nainen 1947)*

### Negatiiviseen ruokamuistoon liittyvät ruokalajit

Negatiivisen ruokamuiston aiheuttavia ruokalajeja oli vastauksissa mainittu yhteensä 12. Eniten negatiivisia tunteita oli aiheuttanut *rössypottu* (ks. kuvio 16).



Kuvio 16. Negatiiviseen ruokamuistoon liittyvä ruokalaji

Rössypotussa on verestä ja jauhoista leivottua veripalttua, perunoita sekä lihaa tai läskiä. Ruoan ulkonäkö voi olla yksi tekijä, joka on aiheuttanut negatiivisen muiston.

Rössy eli veripalttu tai verileipä, valmistetaan verestä ja jauhoista. Maatiloilla verta on saatu teurastetuista eläimistä. Knuuttila (2006, 127-129) toteaa, että ihmisten suhde kasvattamiinsa eläimiin on ollut kaksijakoinen. Eläimiä on kas-



vatettu ravinnoksi, mutta samalla ne ovat olleet perheen lemmikkejä ja mahdollisesti lasten ystäviä. Ihmiset ja lapset ovat kiintyneet kasvattamiinsa eläimiin. Lapset eivät välttämättä suhtautuneet luontevasti eläinten teurastamiseen. Teurastuksessa heille tärkeä eläin tapettiin, jotta saatiin ruokaa.

Knuuttilan (2006, 127-128) kirjassa on otteita ruokamuistosta, jossa käsitellään teurastamista. Yhdessä kertomuksessa kerrotaan sian teurastamisesta. Perhe oli nimennyt sian, jota lapset olivat hoitaneet kesän ajan, Oskariksi. Kun sian teurastuspäivä koitti, kokivat lapset, että heidän ystävä tapettiin. Tällainen kokemus on varmasti ollut lapsille kamala. Kertoja muistelee, ettei aluksi voinut syödä ollenkaan sianlihaa tai sian sisälmyksistä keitettyä ”*tappaiskeitto*”.

Rössypottujen aiheuttamat negatiiviset muistot voivat liittyä edellä esitettyyn asiaan. Maatiloilla syötiin omia eläimiä ja teurastusaikana on alueen taloissa keitetty rössypottuja. Rössypottu on perinteinen Oulun ja lähialueen kuntien keittoruoka. Seuraavassa esitellään haastatteluaineistossa esiin nousseita rössypottuihin, teurastukseen ja kasvatettuihin eläimiin liittyviä muistoja.

*Kotona tehtiin rössypottua, siitä en tykännyt. (Nainen -)*

*Teurastusaikaan äiti teki verimakkaraa. Sitä syötiin lämpimänä tuoreen ohuen rieskan kanssa. (Mies 1939)*

*Lapsuudessa äiti teki tuoretta rieskaa. Uunissa paistettiin porsaanlihaa. Omat eläimet kasvatettiin ruoaksi. (Nainen 1943)*

*Äiti ja isä tekivät läskikastiketta. Omia eläimiä syötiin. Palvilihaa tehtiin savusaunassa. Jälkiruokana oli puolukka-porkkanakiisseliä. (Nainen 1945)*

## 7.5 Teemat

Teemoittelussa etsittiin sellaisia sanoja, jotka esiintyivät haastatteluissa toistuvasti. Teemoittelu tehtiin internetissä olevalla maksuttomalla Wordle-ohjel-



*Äiti teki rössypotut omien eläinten verestä ja lihasta. Lapsena ruoka oli alusta asti tehtyä kotiruokaa. (Mies 1944)*

Aineistossa nousee esiin myös leipäjankki, joka on nykyään harvinainen ruoka. Leipäjankin tekoon on useita eri reseptejä, mutta pääpiirteet ovat kaikissa samanlaiset. Kuivaa leipää tai leivän kannikoita keitetään vedessä puuroksi.

Sanapilven avulla aineistosta nousi lisäksi esille maitopotut, kalaruoat, talkkuna ja peruna. Kalaruokien ja perunan suuri osuus sanapilvessä selittyy samalla tavalla kuin aiemmin kerrottiin positiivisten ruokamuistojen yhteydessä. Ne olivat helposti saatavilla ollutta edullista ruokaa.

Aineistossa nousi esille maitopotut, jotka keitetään yleensä kesällä uusista perunoista. Peruna kiehutetaan vedessä, keitinnettä vähennetään ja joukkoon lisätään maitoa, voita ja sipulia. Seuraavassa esitellään haastatteluissa esiin tuotuja maitopottuihin liittyviä ruokamuistoja.

*Mummon keittämät maitopotut uusista perunoista. (Tyttö 2004)*

*Itse keitetyt maitopotut punaiseen maitoon. Puikulaperunoista ja sipulista. Syödään suutarinlohen ja ruisleivän kera. (Mies 1939)*

Sanapilven avulla aineistosta nousi esiin talkkuna, joka on talkkunajauhoista keitetty puuro. Talkkunajauhot valmistetaan paahdetusta ja jauhetusta viljoista, herneistä tai pavuista. Seuraavaksi esitellään yksi talkkunaan liittynyt ruokamuisto.

*Lapsuudessa isä teki parempaa talkkunaa kuin äiti. (Nainen -)*

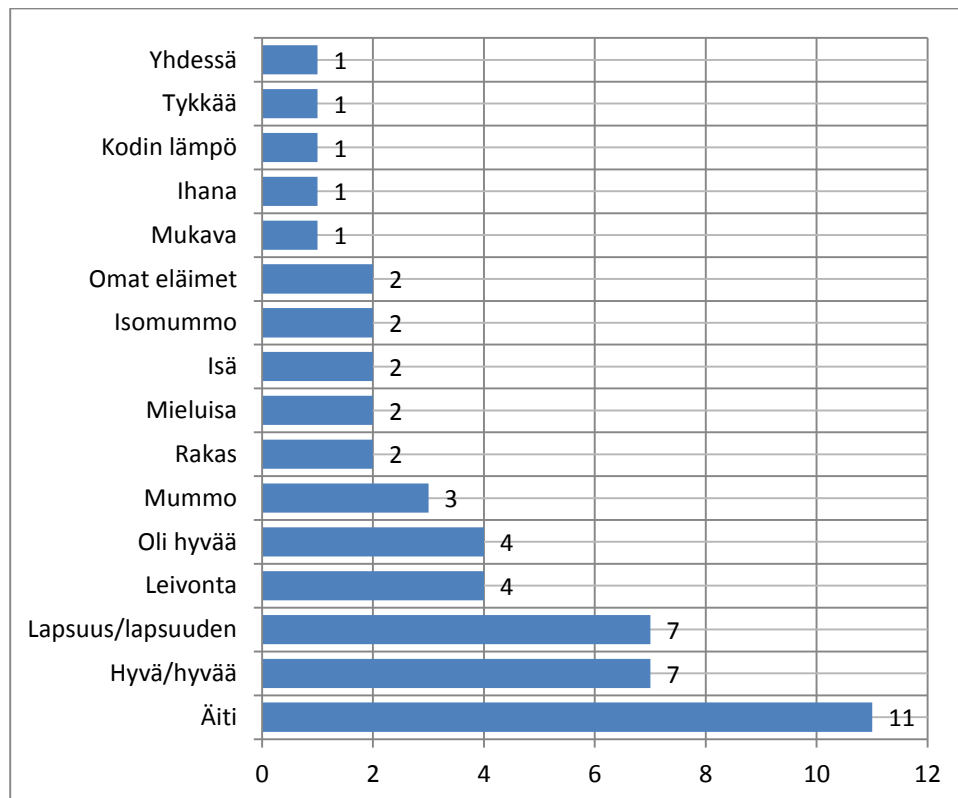




Haastatteluun vastanneiden henkilöiden muuta sanottavaa vastauksista muodostettu sanapilvi nostaa esiin aineistossa usein toistuneita sanoja. Sanapilvessä esiintyi useasti sanat keitti/keitettiin, ruoka, syötiin ja äiti.

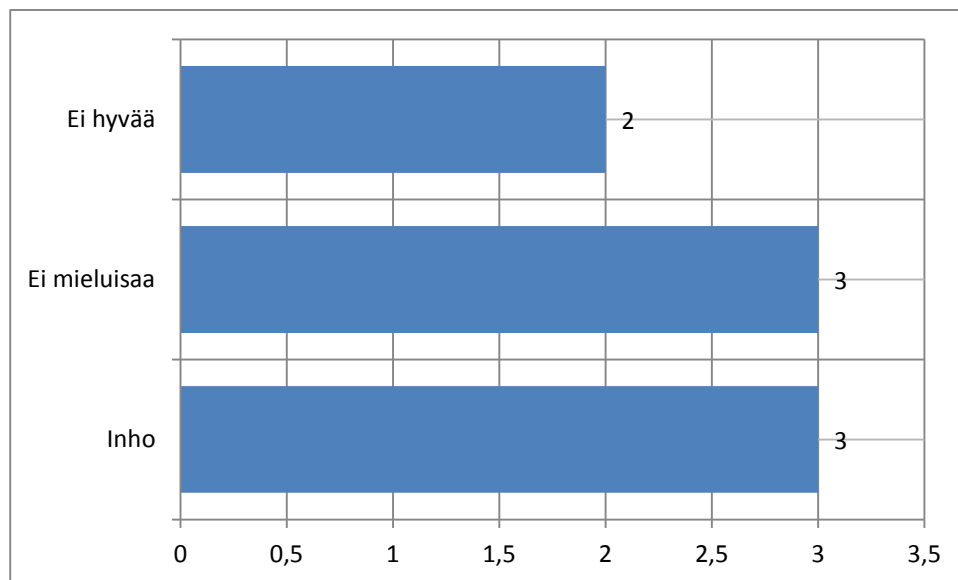
### Positiivisen ja negatiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat

Positiivisen muiston yhteydessä mainittiin useasti sana *äiti* (ks. kuvio 20).



Kuvio 20. Positiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat

Negatiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat (ks. kuvio 21).



Kuvio 21. Negatiivisen muiston yhteydessä mainitut sanat

### Tunnesanojen käyttö sukupuolittain jaoteltuina

Aineistosta laskettiin erikseen miten naisten ja miesten vastauksissa eroavat tunnesanojen käyttö. Miehet käyttivät ruokamuistoa kertoessaan tarkentavia sanoja tai tunnesanoja 36 %:ssa vastauksista. Naiset käyttivät ruokamuistoa kertoessaan tarkentavia sanoja tai tunnesanoja 60 %:ssa vastauksista.

Tutkimuksen mukaan naiset käyttivät miehiä enemmän tunnesanoja haastatteluvastauksissa. Tutkimuksessa saadulle tulokselle pyrittiin löytämään selvitys aiemmin tässä opinnäytetyössä käsitellyistä lähteistä.

Fivushin ja Mc Dermott Salesin (2004, 246) mukaan on havaittu, että äidit puhuvat lapsilleen enemmän tunteista kuin isät. On havaittu, että tytöt käyttävät puhuessaan poikia enemmän tunnesanoja, tähän vaikuttaa se että äidit käyttävät enemmän tunnesanoja puhuessaan tyttärilleen kuin pojilleen. Opinnäytetyön haastattelututkimus antoi samansuuntaisen tuloksen, kuin Fivushin ja Mc Dermott Salesin esittelemä tutkimus. Heidän mukaansa tyttöjä kannustetaan poikia enemmän kertomaan ja jakamaan tunteitaan. Haastatteluiden vastauksissa naiset käyttivät enemmän tunnesanoja kuin miehet.

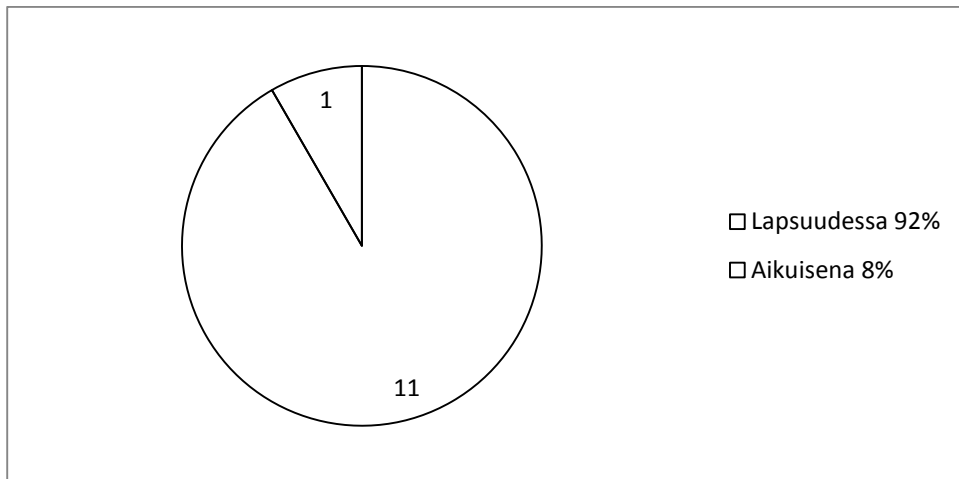
## **7.6 Vertailuaineisto**

Tutkimuksen validiuden eli luotettavuuden todentamiseksi on tässä tutkimuksessa haastattelujen avulla kerättyjä tuloksia verrattu *Maukasta maalta – Pohjoispohjalaista lähiruokaa* -kirjan sekä *Voi Hyvin* -lehdessä olleisiin ruokamuistoihin. Kirjan ja lehtien ruokamuistot niputettiin yhdeksi aineistoksi, jota käytettiin haastatteluaineiston vertailuun.

### **Vertailuaineistossa esiintyneiden muistojen syntyhetki**

Vertailuaineistossa esiintyneet muistot olivat haastatteluaineiston tavoin syntyneet usein lapsuudessa (ks. kuvio 22).

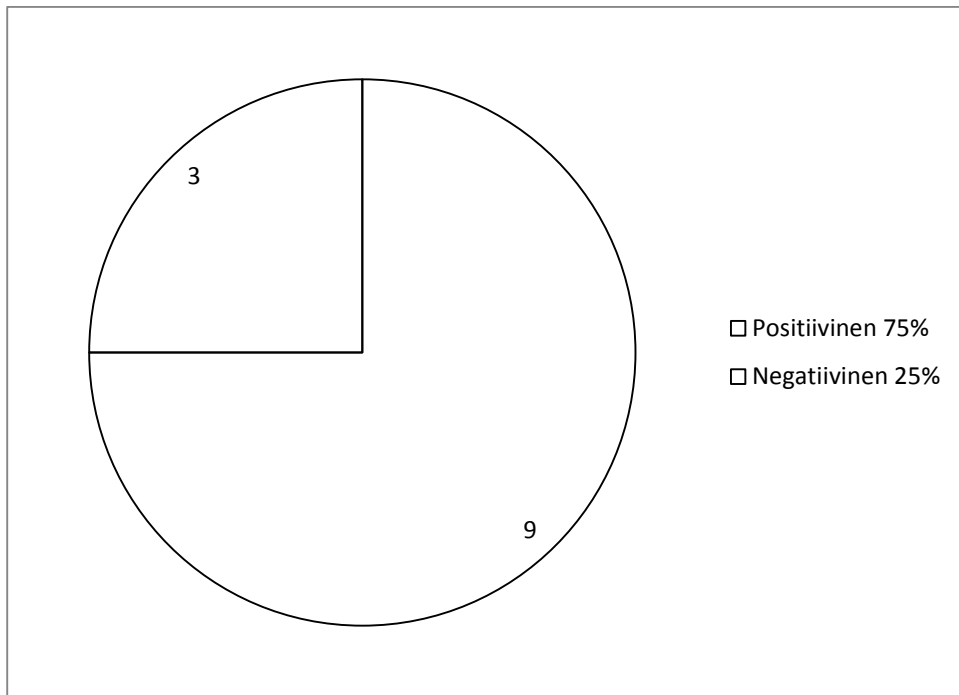




Kuvio 22. Vertailuaineistossa esiintyneiden ruokamuistojen syntyhetki

### **Vertailuaineistossa esiintyneiden muistojen positiivisuus tai negatiivisuus**

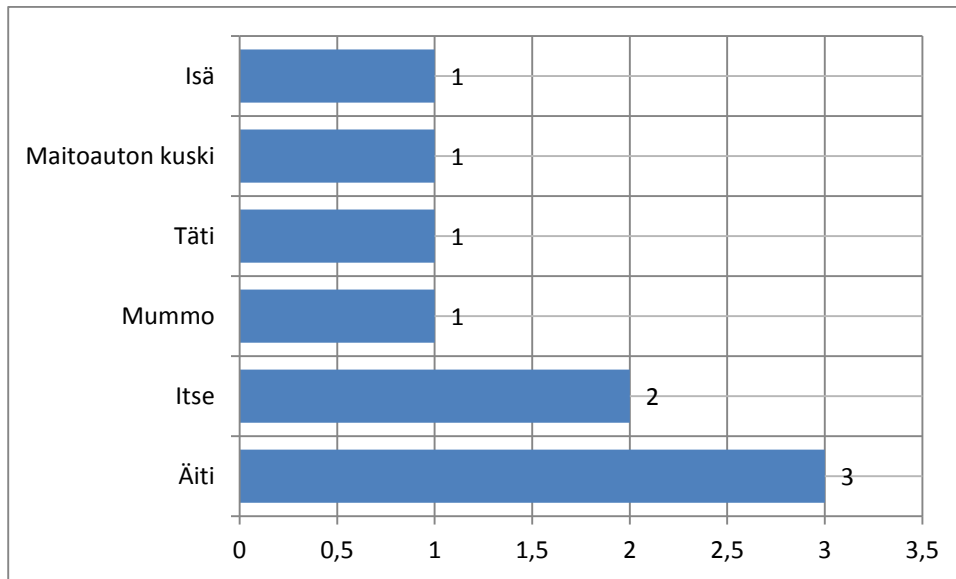
Vertailuaineistossa esiintyneet muistot olivat useimmiten positiivisia (ks. kuvio 23).



Kuvio 23. Vertailuaineistossa esiintyneiden muistojen positiivisuus tai negatiivisuus

### **Vertailuaineiston muistoon liittyvä henkilö**

Vertailuaineiston muistoihin liittyi usein äiti (ks. kuvio 24).



Kuvio 24. Vertailuaineiston muistoon liittyvä henkilö

### **Vertailuaineistossa muistoon liittyvä tunne tai sana**

Sanapilven avulla aineistosta nostettiin esiin vertailuaineistossa esiintynyt tunne tai sana (ks. kuvio 25).



Kuvio 25. Sanapilvi vertailuaineistossa esiintyneistä sanoista ja tunteista

### Vertailuaineiston ja haastatteluaineiston vertailu

Vertailuaineistoa verrattiin haastatteluilla kerättyyn aineistoon.

Muiston syntyhetken on haastatteluaineistossa ja vertailuaineistossa pääsääntöisesti lapsuudessa (ks. taulukko 2).

	Haastatteluaineisto:	Vertailuaineisto:
Lapsena	74 %	92 %
Aikuisena	24 %	8 %
Nuorena	2 %	0 %

Taulukko 2. Muiston syntyhetken vertailu

Ruokamuistot ovat pääsääntöisesti positiivisia sekä haastatteluaineistossa että vertailuaineistossa (ks. taulukko 3).

	Haastatteluaineisto:	Vertailuaineisto:
Positiivinen	92 %	75 %
Negatiivinen	6 %	25 %
Neutraali	2 %	0 %

Taulukko 3. Muiston positiivisuuden/negatiivisuuden vertailu

Ruokamuistoihin liittyy henkilöistä pääsääntöisesti äiti, sekä haastatteluaineistossa että vertailuaineistossa (ks. taulukko 4).

	Haastatteluaineisto:	Vertailuaineisto:
Äiti	56 %	33 %

Henkilö itse	19 %	22 %
Mummo	6 %	11 %
Isä	5 %	11 %
Koulu	3 %	0 %
Täti	0 %	11 %
Muut	11 %	12 %

Taulukko 4. Muistoon liittyvien henkilöiden vertailu

Vertailuaineisto on kooltaan pieni, joka voi vaikuttaa siitä saatavaan tulokseen. Vertailuaineisto ja haastatteluaineisto antavat samansuuntaisia tuloksia vertailujen perusteella. Vertailuaineiston käytöllä on pyritty lisäämään tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä.

## 7.7 Tulosten yhteenveto

Opinnäytetyön päätavoitteena oli tutkia ihmisillä olevia ruokamuistoja. Ruokamuistoja kerättiin Oulujokilaakson alueelta haastattelujen avulla ja vastauksia analysoitiin. Tutkimuksen tuloksia vertailtiin vertailuaineistosta saatuihin tuloksiin. Seuraavassa esitellään yhteenveto tutkimuksen tuloksista.

Tutkimuskysymyksiksi olivat asetettu seuraavat kysymykset. Millaisia ruokamuistoja ihmisillä on? Voiko muistoja jaotella positiivisiin ja negatiivisiin? Onko ruokamuisto positiivinen vai negatiivinen? Ovatko muistot tilannesidonnaisia? Voiko ruokamuistoja ryhmitellä?

Kaikkiin asetettuihin tutkimuskysymyksiin saatiin vastaus. Tutkimuksella selvitettiin, että ihmisten ruokamuistoissa toistuvat teemat. Tutkimuksessa pystyttiin erottelamaan ruokalajeja, ruoan herättämiä tunteita ja muistoon liittyviä henkilöitä.

Tutkimustulokset osoittavat, että ihmiselle muodostuu ruokamuistoja koko heidän elämän ajan. Tutkimusta varten haastateltujen ihmisten ruokamuistot sijoittuivat pääsääntöisesti heidän lapsuuteensa.

Haastattelujen perusteella lapsuudessa syntyneeseen ruokamuistoon liittyy vahvasti positiivisia tunteita ja siinä on mukana äiti. Positiivisiin ruokamuistoihin liitettiin ruokalajeista kalaruoat sekä marja- ja perunaruokat.

Vastaajista suurin osa oli syntynyt 1940 - 1950 - luvuilla. Tämä on yksi tekijä, joka vaikutti tutkimustuloksiin. 1940 - 1950 -luvulla arkiruoka on ollut pääsääntöisesti lähiruokaa. Muhoksella ja Utajärvellä tuolla aikakaudella lapsuutensa viettäneiden perheet ovat olleet omavaraisia perunan ja marjojen suhteen.

Haastatteluihin vastaajista enemmistö oli Muhokselta ja Utajärveltä. Oulujoen läheisyys vaikuttaa suurelta osaltaan siihen, että kalaruoat nousivat vahvasti esiin tutkimuksen tuloksissa.

Tutkimuksessa selvisi, että ihmisten ruokamuistoissa toistuvat teemat. Tutkimuksen avulla löydettyjä teemoja voidaan jatkossa hyödyntää palveluyritysten kehittämistyössä. Palvelujen tuottajat voivat hyödyntää tutkimuksessa esiin nousseita asioita kehittäessään palveluitaan. Tarinallisuuden luonnissa olisi hyvä ottaa huomioon paikallisuus ja ihmisten lapsuuteen liittyvien tarinoiden ja paikkojen merkitys.

Asiakkaisiin voidaan vedota tarinallisuudella, jonka avulla voidaan luoda elämyksellisiä palvelutilanteita. Sellaisessa palvelutilanteessa asiakas johdatellaan tuoksujen ja makujen avulla muistoissaan lapsuuden maisemiin. Paikallisuuden ja paikallisten tuottajien korostamisella saavutetaan kilpailuetua.

Ruokamuistoissa nousi esiin tarkkoja kuvauksia lapsuuden maisemista ja paikoista. Muistoissa mainittiin mm. *Ahmasjärven kalat* ja *Jäälinojan mustikat*. Tällaisten nimien käyttö tuotteiden ja ruokien yhteydessä luo asiakkaille vahvoja mielikuvia.

Tutkimuksessa selvisi, että aikuisena syntyneessä ruokamuistossa on mukana usein henkilö itse. Alueen palveluntarjoajat voivat kehittää palvelumuotoja, joissa asiakas pääsee osallistumaan palvelun tuottamiseen. Asiakkaat voivat olla mukana kalastamassa ruoaksi valmistettavaa kalaa, tai keräämässä jälkiruokaa varten marjoja. Myös kalan savustamiseen osallistuminen voi tuottaa asiakkaille haju- ja makuaisteihin vetoavia elämyksiä.

Tulosten perusteella voidaan päätellä, että elämyksellisen palvelun tuottamisessa voidaan hyödyntää ihmisen muistoja. Elämyksellinen palvelu voi vedota ihmisillä oleviin muistoihin tai tuottaa ihmiselle uusia muistoja.

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyön aihe oli mielestäni mielenkiintoinen, koska olen kiinnostunut historiasta ja ihmisten käyttäytymisestä. Ruokamuistojen tutkiminen on ihmisen menneisyyden ja käyttäytymisen tutkimista. Ruokaan liitetään paljon erilaisia tunteita.

Opinnäytetyöprosessi on ollut minulle erittäin opettavainen. Ajallisesti koko prosessi on vienyt aikaa vain viisi kuukautta. Opinnäytetyötä olen työstänyt päivittäisen työn, opiskelun ja arjen ohella. Tiukan aikataulun olen itse suunnitellut ja olen pysynyt aikataulussa hyvin. Koen, että opinnäytetyön tekeminen on ollut kokonaisvaltainen oppimisprosessi. Tuon prosessin vaiheet ja tulokset on esitelty edellä.

Opinnäytetyö noudattaa sisällöltään hyvin pitkälle sitä järjestystä, miten olen työstänyt sitä. Kesäkuussa 2014 otin yhteyttä toimeksiantajaan ja nyt marraskuussa 2014 käsillä on työn viimeistely ja palautus. Kulunut viisi kuukautta on ollut erittäin työn täyteistä.



Opinnäytetyön kirjoittaminen yhtä aikaa syksyllä jatkuneiden opintojen ohella on ollut haastavaa. Opintojaksoihin liittyvää aineistoa lukiessa ja tehtäviä tehdessä ovat ajatukset olleet välillä hyvinkin solmussa. Toisaalta opinnäytetyön ja opintojaksojen yhtäaikainen työstäminen on tuonut myös hyötyä. Opinnäytetyön lähteistä on löytynyt käyttökelpoisia ajatuksia opintojaksoihin ja päinvastoin.

Opinnäytetyöhön kirjoitettu laaja tietopohja voidaan nähdä osana oppimisprosessiani. Tietopohjaa kirjoittaessa olen tutustunut työssä käytettyihin käsitteisiin sekä etsinyt tutkimus- ja analysointimenetelmiä.

Olen pysynyt aikataulussa hyvin, koska suunnittelin aikataulun realistisesti. Kesällä 2014 kesälomalla kirjoitin tietopohjaa sekä keräsin tutkimusmateriaalin. Aineiston analysointi sekä tulosten kirjoittaminen ajoittui syksylle 2014. Marraskuussa 2014 työ on vihdoin valmis. Tiukka aikataulu on vaatinut minulta paneutumista työhön, sekä asioiden priorisointia.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia ihmisten ruokamuistoja ja niissä toistuvia teemoja. Tutkimuksessa löydettiin elementtejä, jotka olivat vaikuttaneet muistojen muodostumiseen. Opinnäytetyön avulla selvitettiin ruokamuistojen syntyä ja niiden vaikutusta ihmisten mielikuviin ruoasta. Tavoitteena oli tutkia voiko ruokamuistojen avulla saada tietoa tai näkökulmia elämyksellisten ruokapalvelujen kehittämiseen.

Tutkimuksen luotettavuutta heikensi se, etten nauhoittanut haastatteluja. Haastattelujen kirjaaminen aineiston keräämistapana säästi aikaa verrattuna nauhoitukseen. Nauhoitettu aineisto olisi pitänyt litteroida, jolloin tulosten selvittämiseen olisi kulunut enemmän aikaa. Haastatteluja kirjatessa ei ollut mahdollista kirjata vastauksia sanasta sanaan, vaan jouduin tiivistämään niitä jo niiden keräämisvaiheessa.

Onnistuin keräämään laajan aineiston opinnäytetyötä varten. Tuloksena saatiin konkreettisia ruokamuistoja Muhoksen ja Utajärven alueen ihmisiltä. Tutkimuksen tietopohjassa esitellään muistojen syntyä sekä makujen ja tuoksujen

merkitystä muiston synnylle. Tulosten analysoinnin avulla löytyi konkreettisia asioita, joita voidaan hyödyntää elämyksellisten palveluiden kehittämisessä.

Tutkimuksessa selvisi, että ihmisten ruokamuistoissa toistuvat teemat. Tutkimustulosten mukaan ihmiselle muodostuu ruokamuistoja koko heidän elämänsä ajan. Muodostuneet muistot voidaan jaotella positiivisiin ja negatiivisiin. Tutkimuksen avulla löydettyjä teemoja voidaan jatkossa hyödyntää palveluyritysten kehittämistyössä.

Tutkimuksesta saatuja tuloksia tullaan hyödyntämään opintojaksolla *Ravitsemispalveluyritysten ja -konseptien suunnittelu*, jossa kehitellään konsepti toimeksiantajan käyttöön. Opintojaksolla tuotettu materiaali luovutetaan toimeksiantajalle.

Palveluntuottajat voivat hyödyntää tutkimuksessa esiin nousseita asioita kehittäessään palveluitaan. Tarinallisuuden luonnissa olisi hyvä ottaa huomioon paikallisuuteen ja lapsuuteen liittyvien tarinoiden ja paikkojen merkitys. Lisäksi palveluntarjoajat voivat kehittää palvelumuotoja, joissa asiakas pääsee osallistumaan palvelun tuottamiseen.

## LÄHTEET

Anttila, P. 2014. Aidompaa kotiruokaa. Voi Hyvin 6, 54-61.

Carter, R. 2009. Aivot. Helsinki: Readme.fi, cop.

Fivush, R. & McDermott Sales, J. 2004. Children's Memories of Emotional Events. Teoksesta Memory and Emotions. Toim. D. Reisberg & P. Hertel. New York: Oxford University Press, 242-271.

Hatt, H. & Dee, R. 2013. Pieni tuoksu ja makukirja. Jyväskylä: Docendo.

Hirsijärvi, S. & Hurme, H. 2000. Helsinki: Yliopistopaino.

Johnson, B & Salmi, H. Aistien historia: Kohteet ja menetelmät. Teoksesta Tulkinnan polkuja. Toim. A. Nivala ja R. Mähkä. Turku: k&h, Turun yliopisto, kulttuurihistoria, 2012, 82-106.

Kananen, J. 2008. Kvali. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Keränen, A. 2014. Projektisuunnittelija. ProAgria Oulu, Oulun maa- ja kotitalousnaiset. Neuvottelu 10.6.2014.

Knuuttila, M. 2006. Kansanomaisen keittämisen taito. Helsinki: Suomen muinaismuistoyhdistys.

Knuuttila, M. 2014. Dosentti, FT. Jyväskylän yliopisto. Sähköpostiviestit ajalta: 18.6.2014 - 20.10.2014. Vastaanottaja A. Vimpari. Opinnäytetyöhön liittyviä viestejä.

Knuuttila, S. 2010. Tutkimusaineistojen muodostaminen. Teoksesta Vaeltavat metodit. Toim. J. Pöyssä, H. Järviluoma ja S. Vakimo. Joensuu: Suomen Kansantietouden Tutkijain seura, 19-42.

Mather, M. 2004. Aging and Emotional Memory. Teoksesta Memory and Emotions. Toim. D. Reisberg & P. Hertel. New York: Oxford University Press, 272-307.

Maukasta maalta. 2014 Toim. Kääriäinen, J. Huurre, E. & Vehkala, E. Helsinki: Maaseudun Sivistysliitto, 38.

Moniaistinen keittokirja, 5D Cookbook. Toim. Hopia, A. & Ihanus, S. Turun Yliopisto. Viitattu 15.9.2014. <http://www.5Dcookbook.fi>

Oulun Maa- ja kotitalousnaiset. 2013, ProAgria Oulu. BC-MASVA hankesuunnitelma, laadittu 20.6.2013.

Pahkasalo, S. 2014. Enää en polta kattilaa. Rantalakeus 24.9.2014.

Prisma studio: Makujen salaisuudet. 2014. Televisio-ohjelma. TV1 25.8.2014 TV 1,

ProAgria Oulu / Oulun Maa- ja kotitalousnaiset. Viitattu 19.6.2014.  
[http://www.proagriaoulu.fi/fi/maa-\\_ja\\_kotitalousnaiset/](http://www.proagriaoulu.fi/fi/maa-_ja_kotitalousnaiset/),

Rose, S. 1994. Molekyyleistä muistiksi.. Helsinki: Art House.

Rossi, L. 2012. Muisti, muistot ja muistitietohistoria. Teoksesta Tulkinnan polkuja. Toim. A. Nivala & R. Mähkä. Turku: k&h, Turun yliopisto, kulttuurihistoria, 2012, 82-106. 49-81.

Sandell, M. 2013. Aistit ja aistimukset. Teoksesta Moniaistinen keittokirja, 5D Cookbook. Toim. Hopia, A. & Ihanus, S. Turun Yliopisto, 10-12. viitattu 15.9.2014. <http://www.5Dcookbook.fi>

Schancter, Daniel L. 2001. Muisti aivot, mieli ja menneisyys. Helsinki: Terra cognita, 2001.

Sutton, D. 2010. Food and the Senses. Annual Reviews of Anthropology. Indiana University. Viitattu 29.8.2014. <http://www.indiana.edu/~abcwest/pmwiki/CAFE/Sutton%202010%20Foodn%20and%20the%20Senses.pdf>