




SUOMALAISEN  
KIRJALLISUUDEN  
SEURA

Etusivu → Ajankohtaista → Uutiset → Suomalaisten muistoja nukkumisest...

# Suomalaisten muistoja nukkumisesta: Kaislapatjoilta hetekoille ja vesipatjojen kautta Hästenseille

Uutiset – 8.6.2026  3



Kuva: Museovirasto/Suurtalkoot ry:n kokoelma.

Suomalaisen Kirjallisuuden Seura sekä SLEAC- ja Vanhemmuuden yövuoro -tutkimushankkeet keräsivät muistoja ja kokemuksia nukkumiseen liittyvistä tavoista. *Miten Teillä nukuttiin?* -muistitietokeruussa vastaajia pyydettiin muistelemaan omaa nukkumishistoriaansa, nukkumiseen liittyviä järjestelyitä ja eri paikkoja, joissa he olivat nukkuneet.

Muistitietokeruuseen osallistui yhteensä 149 muistelijaa. Muistot on pääsääntöisesti kerrottu henkilökohtaisten kokemusten ja tarinoiden muodossa. Joukossa on niin parin virkkeen mittaisia muistoja kuin pidempiä omaelämäkerrallisia tekstejä, joissa muistelija käy läpi oman nukkumishistoriansa. Muisteluiden sävy on usein kepeä, huumorisävytteinen, mutta yhtä lailla muisteluja luonnehtii vakavuus sekä pyrkimys tarkkaan, asianmukaiseen tapahtumakuvaukseen. Mukana aineistossa on useita kuvia sekä yksi runokin ja mitallisesti muistoja kertyi yli 300 sivun verran.

Muistelijoista valtaosa kertoo olevansa naisia. Ilmoitettujen syntymävuosien perusteella muistelijat jakautuvat tasaisesti 30–80-vuotiaisiin ja joukosta löytyy myös muutama yli 90-vuotias vastaaja. Yhtä lailla monipuolinen on ilmoitettujen ammattien ja asuinpaikkojen joukko. Muistelijat kertovat työskennelleensä niin toimittajina, hoitajina, opettajina, varastolla, taiteilijoina, tutkijoina kuin rakennuksilla ja maatiloilla. Maantieteellisesti aineisto kattaa koko Suomen. Mukana on maaseutua, teollisuuskaupunkeja ja pääkaupunkiseutua – Karjalaa, Kainuuta, Lappia, Varsinais-Suomea. Niin ammatit kuin asuinpaikatkin heijastuvat heidän nukkumismuistoissaan.

Muistojen perusteella suomalaiset ovat nukkuneet ja nukkuvat yhä hyvin erilaisissa tilanteissa, paikoissa ja erilaisin järjestelyin. Muistelijat kertovat elämänsä varrella nukkuneensa yksin ja kaksin, sisarustensa tai muun laajennetun perheen kanssa, välillä ahtaammin, välillä väljemmin. Vaikka muistoissa korostuu nukkuminen omassa sängyssä ja omassa kodissa, nukuttu on niin sohvilla, hotelleissa, kulkuvälineissä, taivasalla ja teltassa sekä

parvekkeella tarpeen mukaan, kuten nimimerkki Tubemanmiccikisu seuraavassa lainauksessaan kertoo:

*“Olen nukkunut kylmällä parvekkeella koko vki kun sain oven takalukkaan”*

Nukkumisen muuttuminen on muistoissa paljon esillä. Varhaisimmat muistot sijoittuvat sota-aikaan, evakkomatkaan sekä maatila-Suomen nukkumisjärjestelyihin. Nukkumaan mentiin, kun tuli pimeää ja töihin herättiin lapsenakin jo aikaisin. Samoissa olosuhteissa pääsivät nukkumaan myös sodanjälkeiset ikäpolvet, käydessään isovanhempien luona kesäisin tai lomilla. Kansakunnan vaurastumisen sekä kertojien oman aseman paranemisen myötä nukkumisolosuhteet ja mahdollisuudet kohenivat.

Muutos tuli esiin myös ihmisten välisten suhteiden sekä eri sukupolvien välisten erojen kautta. Muistelija Kirsi kuvaa, miten hänen ja hänen lastensa nukkumisjärjestelyt erosivat hänen omien vanhempiensa tavoista:

*“Me emme lapsina koskaan päässeet vanhempien viereen nukkumaan, vanhempien makuuhuone oli täysin kielletty alue. He nukkuivat aina kun voivat ja saivat, raskaan ruumiillisen työn väsyttämänä.”*

Nukkumista koskevia muistoja värittävät turvallisuus, lämpö ja läheisyys. Muistelijat jakavat arkisia ja lukijoillekin tuttuja kokemuksia nukkumaanmenosta ja nukkumisestaan. Iltasatuja on luettu lapsena ja niitä luetaan edelleen joko omille lapsille tai kumppanille. Muistoista löytyy myös intiimejä kertomuksia, joissa rakastajien kanssa on nukuttu (ja välillä oltu nukkumatta). Kolikon kääntöpuolelta löytyy puolestaan kokemuksia nukahtamisen vaikeudesta, omasta erilaisuudesta nukkumisen suhteen, siitä miten yöllä on pitänyt paeta sotaa tai kuinka suruviesti läheisestä on herättänyt unesta.

Nukkumiseen liittyvä materiaalisuus on selvästi muistoissa esillä. Suomalaiset ovat nukkuneet, niin olki- kuin kaislatäytteisillä patjoilla, höyhenpeittojen alla sekä lumpputyynyillä. Kelan äitiyslaatikot ovat olleet monelle se ensimmäisen

sänky, ja jo väistyneet hetekat esiintyvät muistoissa usein. 80-luvuille sijoittuvissa muistoissa mukana ovat vesisängyt ja myöhemmin taas Hästensin moottoroidut vuoteet. Sänkyjen, patjojen ja vuodevaatteiden ohella nukkumiseen liittyvät monet muut tavarat näkyvät muistoissa.

*“Kun katson makuuhuoneeni varustusta, näen paljon unettomuuteeni ja yöaikaan liittyvää kapistusta: on CPAP-laite, kuntopyörä, pyörillä liikkuva lämpöpatteri, polkulauta ja piikkimatto, on tynnyjä pään, jalkojen ja selän alle laitettavaksi, on geelejä ja voiteita iholle siveltäväksi ja tablettipurkkeja, on kipukoukku, on pukeutumiskeppi, raapimiskeppi ja sukanlaittolaite, on erilaisia sukkia pinoittain ja säärystimiä, villahousuja ja huopatosut.”*

Kuten Tuula yllä, myös muut muistelijat luonnehtivat itseään nukkujina sekä kertoivat omista tavoistaan. Osalle nukahtaminen on vaikeaa ja suhde uneen tämän takia usein koetuksella. Toiset taas kertovat olevansa hyviä nukkumaan, joko perittynä piirteenä tai muuten vaan.

*“Olen perinyt isältäni hyvät unenlahjat, voin nukkua bussissa, junassa, veneessä, laivassa, lentokentällä, jos vaan annan itselleni luvan nukkua. Äitini oli aina huolissaan saako nukuttua, samoin veljeni.”*

*“Yksi punainen lanka nukkumisessani on: nukun ikkunan vieressä, milloin se vain suinkin on mahdollista. Muitakin pysyviä asioita nukkumisessani on: käyn nukkumaan vasemmalle kyljelleni, ja herään oikealla kyljelläni.”*

Uneen ja nukkumiseen liittyi osalle muisteliijoista myös elämänohjeita, joko saatuja tai meille muistojen lukijoille jaettuina. Aviopari ei saanut nukkua eri sängyissä tai liitto kariutuu. Unesta huolehtijoita taas lohdutetaan kertomalla, ettei laadulla tai määrällä ollut niin väliä. Tärkeintä oli, että nukkuu.

Kokonaisuudessaan nukkumiseen ja uneen liittyvät muistot tarjoavat ainutlaatuisen ja kiinnostavan läpileikkauksen suomalaisten elämästä. Muistojen lukeminen opettaa, ilahduttaa, naurattaa, herättää ajatuksia sekä

nostattaa myös ajoittain kyneleen silmään. Aineiston anti tiivistyy hyvin Riston nasevaan pohdintaan:

*“Nukkuminen paljastaa joskus kaikenlaista ihmisen elämästä. Yhdessä perheessä rouva tiesi tarkoin herran öisen kotiintuloajan. Hän päätteli sen siitä, nukkuiko isäntä eteisessä Helsingin Sanomien päällä vai alla.”*

Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, dosentti Jaakko Hilpön vetämä SLEAC-hanke (Helsingin yliopisto) ja dosentti Petteri Eerolan johtama Vanhemmuuden yövuoro -hanke (Jyväskylän yliopisto) järjestivät *Miten Teillä nukuttiin?* -muistitietokeruun 28.3.2025–27.10.2025.

**Kiitämme lämpimästi kaikkia keruuseen osallistuneita!** Vastaukset on arkistoitu SKS:n arkistoon ja ne arkistoidaan myös Tietoarkistoon.

## Lisätietoja



### Arkisto

Asiakas- ja tietopalvelu