



**TURUN
YLIOPISTO**
UNIVERSITY
OF TURKU

HERKKYYS LIIKKEESSÄ

Etnografisia kuvakulmia
terapeuttiseen yhdistystoimintaan

Reeta Hautaniemi



**TURUN
YLIOPISTO**
UNIVERSITY
OF TURKU

HERKKYYS LIIKKEESSÄ

Etnografisia kuvakulmia terapeuttiseen
yhdistystoimintaan

Reeta Hautaniemi

Turun yliopisto

Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta
Sosiaalitieteiden laitos
Sosiologia
Yhteiskunta- ja käyttäytymistieteiden tohtoriohjelma

Työn ohjaajat

Professori Hannu Ruonavaara
Turun yliopisto

Professori Suvi Salmenniemi
Turun yliopisto

Tarkastajat

Professori Kirsti Lempiäinen
Lapin yliopisto

Professori emerita Vilma Hänninen
Itä-Suomen yliopisto

Vastaväittäjä

Professori Kirsti Lempiäinen
Lapin yliopisto

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck-järjestelmällä.

Kansikuva: Reeta Hautaniemi

ISBN 978-951-29-9506-6 (Painettu)
ISBN 978-951-29-9507-3 (PDF)
ISSN 0082-6987 (Painettu)
ISSN 2343-3191 (Sähköinen)
Painosalama Oy, Turku, Suomi 2023

*Piti mennä
saareen
imeä juurista voimaa
meren kohinasta
täyttyä*

TURUN YLIOPISTO

Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

Sosiaalitieteiden laitos

Sosiologia

REETA HAUTANIEMI: Herkkyys liikkeessä. Etnografisia kuvakulmia

terapeuttiseen yhdistystoimintaan

Väitöskirja, 241 s.

Yhteiskunta- ja käyttäytymistieteiden tohtoriohjelma

marraskuu 2023

TIIVISTELMÄ

Tutkimus tarkastelee erityisherkkyyttä sosiaalisesti rakentuvana ilmiönä ja terapeutista yhdistystoimintaa Suomessa. Erityisherkkyys on suhteellisen uusi ja kiistelty käsite, jonka käyttötavat, tarpeellisuus ja tulkinnat ovat herättäneet keskustelua eri foorumeilla. Tutkimus nostaa erityisherkkyyden sosiologisen tutkimuksen kohteeksi ja liittää ilmiön osaksi laajempaa keskustelua uusliberalistisen yhteiskunnan normatiivisten odotusten ja terapeutin kulttuurin vaikutuksista yksilöiden hyvinvointiin ja kollektiiviseen toimintaan. Suomenkielinen erityisherkkyyden käsite on peräisin yleistajuisesta, vuonna 2013 suomennetusta amerikkalaisen psykologi Elaine N. Aronin tietokirjasta *Erityisherkkä ihminen*, Highly Sensitive Person (HSP). Samana vuonna käynnistynyt yhdistystoiminta (Suomen Erityisherkkät ry, myöhemmin HSP Suomi ry) on ollut keskeinen kenttä, jolla erityisherkkyyden käsitteestä on keskusteltu ja neuvoteltu ilmiön rajoista. Tutkimus paikantuu sosiaali- ja terveysalan yhdistystoiminnan ja kansalaisyhteiskunnan tutkimuksen ja sosiologisen kulttuurin tutkimuksen kentälle.

Tutkimus tarkastelee, mitä merkityksiä erityisherkkyydelle annetaan, miten yhdistystoiminnassa rakennetaan yhteistä tietoisuutta ja miten terapeutin kulttuuri toimii yhdistystoiminnassa. Teoreettisesti tutkimus hyödyntää sosiologista identiteetin tutkimusta, sosiaalisten liikkeiden tutkimusperinnettä kollektiivisen identiteetin rakentamisesta sekä terapeutin kulttuurin tutkimusta. Tutkimuksessa hyödynnetään etnografista tutkimusaineistoa, joka on kerätty yhdistystoiminnasta vuosina 2018–2021. Aineisto sisältää haastatteluja, havainnointi- ja kenttäpäiväkirjoja sekä erilaisia yhdistyksessä tuotettuja kirjallisia materiaaleja.

Tutkimus tarkastelee yhdistystoimintaa neljän etnografisen kuvakulman avulla. Ensimmäiseksi tutkimus tarkastelee yksilöiden elettyjä kokemuksia ja niiden merkityksellistämistä yhdistystoiminnan diskursiivisissa käytännöissä. Tutkimus tuo esiin, että terapeutin kulttuuri voi suunnata tapoja puhua erityisherkkyydestä kehollisina kokemuksina, ja puhutavat voivat vahvistaa sosiaali- ja terveysalan järjestöjen vertaistuellisia ja itsen kehittämiseen tähtääviä toimintakäytäntöjä. Toiseksi tutkimus tarkastelee erityisherkkyyden identiteetin hyödyntämistä työelämästä keskustelemiseen. Tutkimus tuo esiin, että erityisherkkyyden avulla nostetaan keskusteluun nykypäivän työelämän kuormittavia olosuhteita. Terapeutin diskurssi voi vahvistaa yksilöllistä muutosta korostavia puhetapoja ja suunnata yhdistystoiminnan käytäntöjä yksilön työelämätoimijuuden vahvistamiseen ja tukemiseen. Kolman-

neksi tutkimus tarkastelee moninaisen tietoaineksen hyödyntämistä erityisherkkyyden uskottavuuden todentamiseen ja tunnustuksen saamiseen. Tutkimuksessa ilmenee, että yhdistystoiminta voi toimia paikkana moninaisen tietoaineksen yhteensovittamiseen ja uuden asiantuntijuuden rakentamiseen, ja jossa terapeutin tiedolla on keskeinen rooli. Neljänneksi tutkimus tarkastelee tunnekuulttuurin merkitystä yhdistystoiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Tutkimuksessa tulee esiin, että moninaisten tunteiden huomioiminen voi vahvistaa yhteenkuuluvuutta ja toiminnan jatkuvuutta, ja että terapeutin kulttuuri voi suunnata tunteiden käsittelyyn ja hallintaan liittyvien käytäntöjen hyödyntämiseen yhdistystoiminnassa. Nämä kuvakulmat yhdistyvät ajatukseen terapeutin jännitteisestä vaikutuksesta kollektiivisen identiteetin rakentamiseen.

Tutkimus tarkastelee myös erityisherkkyyden politisoitumista, herkkyyden politiikkaa. Tutkimus tuo esiin, että herkkyyden politiikka on terapeutista politiikkaa, ja voi kannustaa yksilölliseen itsen kehittämiseen ja hyvinvoinnista huolehtimiseen erilaisten terapeuttien käytäntöjen avulla. Toisaalta tutkimus tuo myös esiin, että herkkyyden politiikkaan voi liittyä tavoitteita institutionaalisten käytäntöjen muuttamisesta. Tutkimus nostaa keskusteluun kokemustiedon merkityksen keskusteluissa terveyden ja hyvinvoinnin kysymyksistä. Se nostaa keskusteluun tunteiden merkityksen vuorovaikutuksessa ja vahvistamassa kollektiivisen toiminnan jatkuvuutta. Tutkimus tuo esiin kuvakulmia kansalaisyhteiskunnan terapisoitumisesta, yksilöllisestä itsen kehittämiseen suuntautuvasta vastuusta omasta hyvinvoinnista. Se osoittaa myös kansalaisyhteiskunnan tärkeän ja eri suuntiin liikkeessä olevan roolin moninaisista yhteiskunnallisista ja kulttuurisista käytännöistä keskustelemiseen ja mahdollisuuksista niiden muuttamiseen. Tutkimus jatkaa keskustelua kansalaisyhteiskunnan roolista ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa ja kuvaa sitä yksilöllisen ja yhteisöllisen välistä dynamiikkaa, liikettä, joka liittyy sekä yksilön oman arkielämän toimijuuden vahvistamiseen että mahdollisuuden kuulluksi tulemiseen, kuulumisen kokemuksiin ja mahdollisuuteen osallistua ja vaikuttaa.

ASIASANAT: Herkkyys, erityisherkkyys, yhdistystoiminta, kansalaisyhteiskunta, sosiaaliset liikkeet, kollektiivinen identiteetti, terapeutin kulttuuri, etnografia

UNIVERSITY OF TURKU
Faculty of Social Sciences
Department of Social Research
Sociology
REETA HAUTANIEMI: Herkkyys liikkeessä. Etnografisia kuvakulmia
terapeuttiseen yhdistystoimintaan
Doctoral Dissertation, 241 pp.
Doctoral Programme of Social and Behavioural Sciences
November 2023

ABSTRACT

This study examines therapeutic voluntary association activity and high sensitivity (HSP) as a socially constructed phenomenon in Finland. HSP is a relatively new and controversial concept discussed in various forums. The sociological perspective links the phenomenon to a broader discussion on the normative expectations of neoliberal and therapeutic society on individual well-being and collective action. The Finnish concept of *erityisherkkyy*s originates from the popularized book *Highly Sensitive Person (HSP)* by the American psychologist Elaine N. Aron, translated into Finnish in 2013. The third sector organisation (HSP Finland rf) was founded in the same year. The study is situated in the field of third sector social and health care organisations and civil society research and sociological culture research.

The study examines what meanings are given to *erityisherkkyy*s (HSP), how collective consciousness is constructed in association activities, and how therapeutic culture is involved in the process. Theoretically, it builds on sociological identity research, the social movement research tradition of collective identity construction, and therapeutic culture research. The study draws on ethnographic research data collected between 2018 and 2021. The material includes interviews, observation and field diaries as well as various written materials produced by the voluntary organisation.

The study has four ethnographic perspectives. First, it examines lived experiences articulated in the discursive practices of the voluntary organisation. The study reveals that therapeutic culture can orient ways of talking about HSP as embodied experiences and the therapeutic discourse may strengthen the peer-support and self-development practices of social welfare and health care organisations. Secondly, the study examines how the collective identity is deployed to discuss working life experiences. The analysis showed that collective identity is deployed to raise the discussion about the stressful conditions of neoliberal working life. Therapeutic discourse can direct discussion and organisational practices towards strengthening working life agency. Thirdly, the study examines the epistemic practices to gain recognition. It reveals that the practices merge diverse body of knowledge building new expertise. Fourthly, the study examines the role of emotional culture in the construction of collective identity. It shows that taking diverse emotions into account can strengthen cohesion and continuity of collective activities. It also reveals that therapeutic culture can direct towards utilising practices

related to the emotion processing and management. These perspectives highlight the contradictions of therapeutic culture and the construction of collective identity.

The study also examines sensitive politics. The study suggests that sensitive politics is therapeutic, and can encourage individual self-development and care for well-being through a variety of therapeutic practices. However, the study also emphasizes, that sensitive politics may involve objectives for changing institutional practices. The study demonstrates the need to consider experiential knowledge in discussing health and well-being issues. It demonstrates the importance of emotions in encounters. Thus, the study indicates that the therapisation of civil society emphasizes individual self-development and responsibility for one's own well-being, but also the need to discuss and change diverse social and cultural practices.

KEYWORDS: Sensitivity, HSP, voluntary associations, civil society, social movements, collective identity, therapeutic culture, ethnography, sensitive politics

Kiitokset

Väitöskirjatutkimus on ollut monivaiheinen prosessi ja moniin suuntiin kulkeutuvaa liikettä, jonka aikana vain yksi asia on ollut varmaa: tutkimustyö perustuu kohtaamisiin ja niiden pohjalta rakentuvalla luottamuksella. Lämmin kiitos HSP Suomi ry ja sen toiminnassa mukana olleet ihmiset luottamuksesta ja mahdollisuudesta toteuttaa tutkimus. Kiitos kokemusten jakamisesta ja avoimista ovista yhteisen merkityksenannon äärelle.

Akateemisen väitöskirjan loppuunsaattaminen on sitouttanut tutkimukseni edistämiseen joukon tieteelle ja tutkimukselle omistautuneita ihmisiä. Suuret kiitokset työni esitarkastajille sosiaalipsykologian professori emerita Vilma Hänniselle ja aikuiskasvatuksen sosiologian professori Kirsti Lempiäiselle työhöni perehtymisestä ja arvokkaista kommentista tutkimuksen viimeistelyn tueksi. Niihin perehtymisen myötä olen voinut luottaa siihen, että voin saattaa tutkimukseni maailmalle. Kirsti Lempiäistä kiitän myös suostumuksesta vastaväittäjäkseni. Tutkimukseni ohjaajat, professori Hannu Ruonavaara ja professori Suvi Salmenniemi, ovat ohjauksellaan rakentaneet työlleni sitä kivijalkaa, johon olen voinut tukeutua kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Kiitos Hannu järkähtämättömältä tuntuneesta luottamuksesta. Se on tarjonnut tilan tehdä työtä omista edellytyksistäni ja kokemuksen päämäärän saavuttamisen mahdollisuudesta. Luottamusta rakentavaan panokseesi on sisältynyt paitsi työhöni perehtymistä, myös monia konkreettisia käytännön tekoja lausuntojen kirjoittamisesta sujuvaan vuorovaikutukseen kaikissa tilanteissa. Kiitos Suvi työni edistämisen hyväksi tekemästäsi tinkimättömän huolellisesta ohjauksesta ja asiantuntemukseesi jakamisesta tutkimuksen vahvistamiseksi ja mahdollistamiseksi. Hannu ja Suvi, kiitos kohtaamisesta, joka on rakentanut luottamusta siihen, että tutkijuus voi toteutua monin tavoin ja myös elämän haavoittuvuuksien ehdoilla.

Yksi tärkeimmistä tutkimuksen edistämisen paikoista on ollut Suvin johtama jatkotutkimusseminaari, johon vuosien varrella osallistuneita kiitän kirjoitusteni kommentoinnista ja niitä edistävien ideoiden jakamisesta. On ollut kunnia saada lukea myös teidän ansiokkaita tekstejämme ja inspiroitua niistä. Kiitos myös vertaistuesta, mahdollisuudesta jakaa tutkimustyön merkityksiä ja siihen liittyviä ristiriitaisiakin kokemuksia. Kiitos erityisesti Joni Jaakola, Kia Andell, Ella Poutiainen, Anni Heliste, Oona Leinovirtanen ja Tomi Haapa-Alho. Kiitos Emma Lamberg, Henri

Koskinen, Hanna Ylöstalo, Johannes Kananen sekä muut Turun yliopiston sosiaali-tieteiden laitoksella kohtaamani ihmiset, joiden kanssa olen voinut jakaa ajatuksia, saanut monia hyödyllisiä neuvoja, käytännön apua ja näkymiä myös elämään väi-töksen jälkeen.

Rahoituksen saaminen on ollut tärkeä, jopa välttämätön edellytys tutkimuksen etenemiselle ja valmistumiselle. Suuri ja mitä vilpittömin kiitos Koneen säätiölle saamastani apurahasta, joka on mahdollistanut pitkäjänteisen työskentelyn. Kiitos myös Turun yliopiston sosiaalitieteiden laitos ja sosiologian oppiaine apurahoista väitöskirjani viimeistelemiseksi.

Olen saanut mahdollisuuden toimia akateemisessa ympäristössä erilaisissa teh-tävissä myös ennen väitöskirjatutkimuksen aloittamista ja sen aikana. Olen vuosien varrella työskennellyt Turun yliopiston kauppakorkeakoulun Porin yksikössä, jossa olen saanut kokea paitsi sujuvaa ja työn iloa tuottavaa ammatillista yhteistyötä, myös ystävyudeksi syventyvää kollegiaalista tukea, joka on osoittautunut elämän haavoit-tuvuuksien edessä erityisen arvokkaaksi. Kiitos Mirje, Jaana ja Heli. Kiitos erityi-sesti Susanna. Hannalle suurikiitos avusta julkaisun viimeistelyssä. Kiitokset tuesta ja luotettavasta ystävyudesta kuuluvat myös Idalle, Marille ja muille eri elämänvai-heissa kohdatuille ystävilleni. Ida, olet kullan arvoinen. Minnalle erityiskiitos välillä yksinäisiltäkin tuntuneiden kirjoituspäivien piristämisestä, yhteisistä lounashetkidä ja keskusteluista.

Tutkimuksen tekemisen aikana elämä on tuonut eteeni odottamattomuuksia, joita en työtä aloittaessani osannut edes kuvitella. Tutkimustyöstä on tullut jopa elä-mää kannatteleva projekti, joka on pitänyt kiinni elämän mielekkyydessä silloinkin, kun epätodennäköisyydet ovat osoittautuneet omalle kohdalle osuviksi realiteeteiksi. Syvä kiitos kaikille elämän pyörteissä mukana kulkeneille läheisille. Vanhempiani Tarjaa ja Alpoa kiitän elämää kannattelevasta huolenpidosta ja rakkaudesta. Veljeni Eetu, kiitos kun olet perheesi kanssa osa elämäni. Sinä rakensit talon, minä kirjoitin kirjan. Omistan tämän kirjan sille, joka olisi ollut eniten ylpeä meistä. Kiitos Sirkka-Liisa ja Matti, muut sukulaiset, Hurjapäät, arjen pyyteettömästä avusta ja yhteisestä iloa tuovasta tekemisestä. Puolisoni Mika, kiitos kaiken inhimillisen jakamisesta, yhteisestä matkasta, välillämme vallitsevasta luottamuksesta, jonka uskon ymmärtä-vämme sanan syvimmissä merkityksessä. Lapseni Vilho, Aatu ja Kerttu, suurin kii-tollisuus syntyy rakkaudesta teitä kohtaan.

Lokakuussa 2023
Reeta Hautaniemi

Sisällys

Kiitokset	8
Sisällys	10
1 Johdanto	13
1.1 Tutkimuksen lähtökohdat	15
1.2 Teoreettinen katse	21
1.2.1 Merkitys ja identiteetti.....	21
1.2.2 Sosiaaliset liikkeet ja kollektiivisen identiteetin rakentaminen	24
1.2.3 Terapeuttinen kulttuuri.....	30
1.3 Tutkimuksen kuvakulmat ja kontribuutiot.....	34
1.4 Tutkimuksen sommittelu.....	36
2 Kuva kehyksiin – erityisherakkyys yhdistystoiminnassa	38
2.1 Erityisherakkyys.....	38
2.2 Kansalaisyhteiskunta ja yhdistystoiminta Suomessa	43
3 Kuvauspaikka ja linssin tarkentaminen – etnografian kentät	56
3.1 HSP Suomi ry	56
3.2 Etnografia ja tutkijan kuvausote.....	57
3.3 Tutkimusprosessin reflektio.....	60
3.4 Aineisto	64
3.5 Analyysin kuva	72
3.6 Tutkimuseettiset kysymykset.....	76
4 Omakuvasta yhteiskuvaan.....	78
4.1 Hegemoninen terapeuttinen diskurssi	81
4.2 Perhonen metallipinnalla	89
4.2.1 Kovaa metallia – normatiivinen ihanneminuus.....	90
4.2.2 Särkyvää kristallia, supervoimaa vai tavallisuutta?	94
4.3 Voimaantumisen eetos ja terapeuttinen diskurssi toiminnassa.....	103
4.3.1 Vertaisuus ja itseapu	104
4.3.2 Herkkyuden politiikkaa.....	113
4.4 Yhteenveto.....	120
5 Kuvakaappaus työelämän ristiaallokoista.....	124

5.1	Ihannetyöntekijän kehot.....	127
5.1.1	Aistivat kehot.....	130
5.1.2	Tuntevat kehot – tunnemagneetti vai teflon?	131
5.1.3	Kehot nopeusrajoittimina	133
5.1.4	Potentiaaliset ja älykkäät kehot	137
5.2	Reittejä työelämässä navigoimiseen.....	140
5.2.1	Terapeuttista itsehallintaa ja -hoivaa	141
5.2.2	Kohti leveämpiä väyliä?.....	146
5.3	Yhteenveto.....	150
6	Ilmikuva – tieto toiminnassa	153
6.1	Kuusen koristelu – moninainen tietoinen	156
6.2	Uskottavan tiedon rajat.....	159
6.2.1	Ei diagnoosia.....	160
6.2.2	Taksonomioita ja testejä.....	165
6.2.3	Kokemustiedon hierarkiat	169
6.3	Legitimiteetin portinvartijat.....	175
6.4	Yhteenveto.....	180
7	Heimokuva – terapeuttisen tunnekuulttuuri	183
7.1	Juhlat kotipesässä.....	186
7.2	Terapeuttiset lahjat.....	198
7.3	Tunteet liikkeessä.....	203
7.4	Yhteenveto.....	209
8	Johtopäätökset	211
8.1	Yhdistystoiminnan merkitykset	213
8.2	Terapeuttinen identiteetin rakentamisessa	215
8.3	Terapeuttinen kansalaisyhteiskunnassa	218
8.4	Kuva muuttuu	220
	Lähteet.....	223

Taulukot

Taulukko 1.	Etnografinen tutkimusaineisto.....	64
--------------------	------------------------------------	----

Kuvat

Kuva 1	Tutkimuksen elementit.....	20
Kuva 2	Vertaisohjaajakoulutuksen itsetutkiskelun mahdollistavia materiaaleja.	122
Kuva 3	Tapahtumamarkkinointia.	123
Kuva 4	Erytyisherkkyyteen ja kehosta huolehtimiseen liittyviä materiaaleja jäsenjuhlilla.....	146
Kuva 5	Yleisötilaisuus erityisherkkyyteen liittyvän tiedon, kokemusten ja keskustelujen äärellä.	150
Kuva 6	Hankeseminaari Tieteiden talossa.....	174
Kuva 7	Taidetyöpaja.....	174
Kuva 8	Käynti Päivilässä.	197
Kuva 9	Kotipihojen antimet.	197
Kuva 10	Itsehoivaa mahdollistava venyttelyhetki osana juhlaohjelmaa.	197
Kuva 11	Taidetyöpajan lopputulos.....	208

1 Johdanto

Onko kuvaa olemassa ennen kuin joku piirtää sen näkyviin? Onko ilmiötä olemassa ennen kuin joku antaa sille sanat, käsitteet, hahmottaa sille ääriiviivat? Miten yksilöllisistä kokemuksista rakentuu ilmiö, joka välittyy ihmiseltä toiselle? Miten ilmiön ääriviivoista neuvotellaan? Miten ilmiö muuntuu eri konteksteissa? Tämä on tutkimus ilmiöstä nimeltä erityisherkkyyks. Tämä on tutkimus sosiaalisesta toiminnasta, tämä on tutkimus kulttuurista. Ja mitä näistä osasista syntyy? Syntyy kuva ilmiöstä. Syntyy kuva yhteiskunnasta. Syntyy kuva, jota voidaan tulkita. Ja niin kuva muuttuu.

Tässä tutkimuksessa tarkastelen *erityisherkkyyttä* sosiaalisesti tuotettuna ilmiönä, siihen liittyvää yhdistystoimintaa ja terapeutin kulttuurin roolia yhdistystoiminnassa. Motiivi tutkimuksen tekemiseen syntyi sillä hetkellä, kun kuulin käsitteen erityisherkkyyks ensimmäistä kertaa. Tarkkaa ajankohtaa en muista, elettiin ehkä vuotta 2015. Kuulin radio-ohjelman, jossa kerrottiin yksilön persoonallisuuden liitettävästä psykologisesta temperamenttipiirteestä. Suomenkielinen käsite oli peräisin yleistajuisesta, vuonna 2013 suomennetusta amerikkalaisen psykologi Elaine N. Aronin tietokirjasta *Erytyisherkkä ihminen, Highly Sensitive Person (HSP)*. Aron (mm. Aron 1996, Aron & Aron 1997) määrittelee erityisherkkyyden synnynnäiseksi ja pysyväksi hermostolliseksi ominaisuudeksi, aistitiedon käsittelyn herkkyydeksi (*Sensory Processing Sensitivity, SPS*), jolla on vaikutusta fyysisen ja sosiaalisen ympäristön tuottamien ärsykkeiden havainnointiin ja niihin reagointiin. Erytyisherkkyyden käsite herätti kiinnostukseni siihen liitetyistä, ja sen avulla esille nostetuista kokemuksista ja niille annettavista merkityksistä. Kiinnostuin sosiologina erityisesti erityisherkkyyden aikaansaamasta sosiaalisesta liikehdinnästä, jonka myötä Suomeen oli vuonna 2013 perustettu ensimmäinen psykologiseen temperamenttipiirteeseen liittyvä rekisteröity yhdistys. Erytyisherkkyyks ilmiönä liikutti ihmisiä ja sai toimimaan, minut tekemään tutkimusta. Tässä tutkimuksessa tarkastelen erityisherkkyydelle annettuja merkityksiä ja niiden avulla rakentuvaa kuvaa erityisherkkyydestä ja yhdistystoiminnasta 2020-luvun Suomessa.

Erytyisherkkyyks ilmiönä on ollut viime vuosikymmenen aikana esillä monissa julkisissa keskusteluissa, lehtien palstoilla ja sosiaalisessa mediassa. Erytyisherkkyyden käsite nousi suomalaisten aikakauslehtien otsikoihin pian Aronin kirjan ilmestymisen jälkeen. Otsikoissa kysyttiin esimerkiksi: ”Oletko erityisherkkä ihminen?” tai ”Rakastatko herkkyyttäsi?”. Monet julkisuudesta tunnetut henkilöt ovat haastatteluissa

kertoneet olevansa erityisherkkiä. Erityisherkkyydestä on kirjoitettu suomenkielistä tietokirjallisuutta ja blogikirjoituksia. Erilaisilla sosiaalisen median keskustelupalstoilla aiheesta käydään vilkasta keskustelua ja jaetaan kokemuksia. Kaupallisille markkinoille on syntynyt yritystoimintaa, joka tarjoaa erilaisia kursseja ja palveluja erityisherkäksi itsensä kokeville. Erityisherkkyyden käsite ja siihen liitettävät muut käsitteet ovat löytäneet tiensä ihmisten elämään, kokemusten kuvaamiseen. Ne vaikuttavat, niillä vaikutetaan. Käsitteillä rakennetaan kuvaa ilmiöstä, siihen liittyvistä kokemuksista ja niiden merkityksistä. Esimerkiksi Instagramissa aiheesta keskustellaan monilla tunnisteilla, kuten *#herkkyys*, *#erityisherkkyys*, *#hsp* tai *#highsensitivity*. Sosiaalisen median visuaalinen konteksti tarkentaa ilmiöstä syntyvää kuvaa ja representaatiota, ja kuvateksteissä sanoitetaan sille annettuja merkityksiä, vaikutetaan ja vaikututaan. Ilmiö laajenee ja muuttaa muotoaan.

Erityisherkkyys on näyttäytynyt siihen kohdistuvasta yleisestä kiinnostuksesta huolimatta varsin epämääräisenä ja vaikeasti määriteltävänä ja tulkittavana ilmiönä, johon on liittynyt myös kiistanalaisuutta ja epäilyksiä. Sosiologina lähestyn erityisherkkyyttä kulttuurisena ja yhteiskunnallisena ilmiönä. Ymmärrän erityisherkkyyteen liittyvän psykologiaan ja neurotieteisiin pohjautuvan keskustelun olevan osa ilmiön kulttuurista rakentumista. Erityisherkkyyden biologiseen perustaan ja siihen liittyvään psykotieteelliseen tutkimukseen palaan tämän tutkimuksen luvussa 2. Ymmärrän erityisherkkyyden sosiaalisesti konstruoituna (Burr 2015; Hacking 2009; Jokinen, Juhila & Suoninen 2012), kognitiivisissa, affektiivisissa ja kielellisissä prosesseissa tuotettavana diskursiivisena ilmiönä. Viittaan terveys sosiologian keskusteluihin (ks. Honkasalo 2000, 53–56; 2012) terveyden tai sairauden olemuksesta, jota ei voi erottaa sen kulttuurisista merkityksistä ja suhteesta yhteiskuntaan.

Erityisherkkyyden tutkimus on ollut pääasiassa psykologian alaan paikantuvaa, mutta tarkastelun laajentaminen erityisherkkyyteen persoonallisuuteen ja yksilöiden hyvinvointiin liitettynä itsekategorisoinnin välineenä tekee siitä myös sosiaali- ja yhteiskuntatieteellisesti kiinnostavan tutkimusaiheen. Corina Greven ym. (2019) tuovat erityisherkkyyden kansainvälistä tutkimusta kartoittavassa artikkelissaan esiin, että piirteeseen kohdistuvaa tutkimusta tulisi tehdä myös sen sosiaalisten vaikutusten näkökulmasta. Tutkimuskenttä on vasta rakentumassa, ja tämä tutkimus on yksi avaus ilmiön yhteiskunnallisten merkitysten tarkasteluun. Erityisherkkyyteen liittyvää sosiolitieteellistä tutkimusta on tehty kansainvälisesti toistaiseksi vain vähän, ja sosiologinen tutkimukseni vastaa osaltaan tähän tutkimustarpeeseen. Sosiologista tutkimusta erityisherkkyydestä ovat tehneet ruotsalaiset Fanny Edenroth-Cato ja Björn Sjöblom tutkimalla verkkokeskusteluja lasten erityisherkkyydestä ja nuorten asemoitumisesta suhteessa erityisherkkyyteen (Edenroth-Cato 2020; Edenroth-Cato & Sjöblom 2022). Erityisherkkyydestä ei ole joitakin opinnäytetöitä lukuun ottamatta tutkimusta aloittaessani ollut vielä suomalaisen yhteiskuntaan sijoittuvaa tutkimusta. Suomessa erityisherkkyyttä on sittemmin tutkittu empiirisesti hallintotieteiden näkökulmasta osana

työelämän moninaisuutta ja johtamista (Ollila & Kujala 2020). Sosiologian alaan kuuluvaa tutkimusta ilmiöstä ei ole Suomessa aiemmin tehty.

Erytyisherkkyyden sosiologinen tarkastelu toimii tässä tutkimuksessa linnissä sosiaaliseen ilmiön rakentamiseen ja kuvittaa esiin yksilön toiminnan, kulttuurin ja yhteiskunnallisten rakenteiden välistä dynamiikkaa. Se, millaisia merkityksiä jokin ilmiö saa, ohjaa sosiaalista toimintaa ja vaikuttaa myös siihen, millaisilla metodologisilla käsitteillä ilmiötä voi lähestyä. Lähtökohta erityisherkkyydestä sosiaalisesti rakentuvana ilmiönä haastaa siten psykologista tulkintaa ja mahdollistaa sosiologisesti relevantteja kysymyksiä siitä, millaisiin yhteiskunnallisiin ilmiöihin se liittyy.

1.1 Tutkimuksen lähtökohdat

Erytyisherkkyyden lisäksi myös monet muut psykologiset käsitteet ja ilmiöt ovat saaneet yhä enemmän sijaa suomalaisessa yhteiskunnassa. Psykologisten käsitteiden nopeaa leviämistä arkikieleen kutsutaan psykologisaatioksi, ja sitä on selitetty psykologisen tiedon matalalla epistemologisella kynnyksellä, joka on ylitettävissä eri kontekstista toiseen siirryttäessä suhteellisen helposti. Psykologiset käsitteet siirtyvät tieteestä mediaan, institutionaalsiin keskusteluihin ja käytäntöihin ja ihmisten arkipuheisiin nopeasti ja sieltä taas takaisin tieteellisen tutkimuksen kohteiksi. (Brunila ym. 2021, 14; Hacking 2009; Saari 2008.) Aronin kirjan saaman suosion voi tulkita osaksi psykologisaatioon ja terapeutiseen kulttuuriin liittyvää itseapukirjallisuuden kysynnän yleistä kasvua, sillä markkinoille ilmestyy jatkuvasti sekä käänöskirjallisuutta että yhä enenevässä määrin myös kotimaista itseapukirjallisuutta (Brunila ym. 2021, 23). Kiinnostus persoonallisuuteen linkitetään sosiologisissa keskusteluissa myös yhteiskunnan uusliberalistiseen, markkinaehtoiseen toimintalogiikkaan, jonka on argumentoitu ohjaavan arvioivaa katsetta yksilöiden ominaisuuksiin ja tehokkuuteen, tuottavuuteen ja kilpailukykyisyyteen yhä tarkemmin. Erytyisherkkyyden saaman kiinnostuksen voi siten tulkita liittyvän siihen, miten erilaisista persoonallisuuden piirteistä haetaan selitystä ihmisten toiminnalle esimerkiksi työelämässä. Keskusteluissa on tuotu esiin, miten mikä tahansa piirre tai ominaisuus voidaan tulkita potentiaaliseksi kilpailukykyisyyttä uhkaavaksi haavoittuvuudeksi, joka pitää ottaa huomioon ja hallintaan, jopa kääntää vahvuudeksi. (Brunila ym. 2021; Brunila & Rossi 2018.) Vahvuuksien löytämisestä voi seurata paitsi mahdollisuus pysytellä markkinaehtoisen yhteiskunnan kiihtyvässä vauhdissa, parhaimmillaan myös elämän tarkoituksen löytäminen ja avain onnellisuuteen (Binkley 2014). Myös erilaisista itsehoivaan pohjautuvista terapeuttisista menetelmistä toivotaan löytyvän jokaiselle sopivia keinoja esimerkiksi palautua työelämän kuormituksesta (Cabanas & Illouz 2019; Davies 2015; Koivunen & Saari 2016; Mäkinen 2014). Tutkimukseni paikantuu tälle psykologisen sanaston leviämistä ja terapeuttisia käytäntöjä tarkastelevalle psykologisaation ja terapeutin kulttuurin sosiologisen tutkimuksen kentälle.

Yksilöllisyyttä korostava yhteiskunta luo puitteet sille, miten ihmiset voivat pyrkiä hyvään elämään, olla suhteessa muihin ja toimia. Suhde maailmaan ja muihin ihmisiin rakentuu ruumiillisuuden (*embodiment*), kehon ja mielen, välityksellä (Cregan 2006, 3). Erilaisiin psykologisiin piirteisiin identifioituminen merkitsee osallistumista tietynlaisia ruumiita tuottaviin diskursseihin (Rose & Novas 2005). Terapeuttiseen kulttuuriin on liitetty keskeisesti tapa puhua ja sanallistaa erityisesti kehollisia kokemuksia ja tuntemuksia (Illouz 2008). Ruumiillisuuden kokemus on sidoksissa ympäröivään kulttuuriin, siihen, mikä on totuttua ja normatiivista. Siten erilaiset kulttuuriset tulkinnat määrittelevät myös sitä, miten yksilöt havainnoivat ja kokevat oman kehonsa ja sen eroja suhteessa muihin (Cregan 2006). Osallistuminen keskusteluihin erilaisista psykologisista piirteistä voi olla keino huolehtia omasta hyvinvoinnista ja jopa määritellä uudelleen keholle annettuja merkityksiä (Edenroth-Cato 2022, 82).

Yhdistystoiminta on keskeinen *kenttä*, jolla keskustellaan ja neuvotellaan ilmiöiden rajoista (Jokinen ym. 2014; Jokinen ym. 2004). *Suomen Erityisherkit ry – Högkänslika Finland rf (myöhemmin HSP Suomi ry)* perustettiin Helsingissä 9.12.2013 pidetyssä järjestäytymiskokouksessa, jossa yhdistyksen perustamiskirjan allekirjoitti 34 henkilöä (HSP Suomi ry). Etnografinen kenttätutkimus on ajoittunut vuosiin 2018–2021, ja yhdistyksen toiminnassa on eletty tutkimustyöni aikana sen ensimmäistä vuosikymmentä. Toimintaa on käynnistetty, toteutettu ja se on muovautunut vuosien varrella. Toimijoita on vaihtunut, erityisherkeiksi itsensä kokevia on astunut yhdistystoiminnan kentälle ja sieltä pois. HSP Suomi ry määrittelee toimintansa tavoitteeksi erityisherkkyyttä koskevan yleisen tietoisuuden, tiedon ja ymmärryksen lisäämisen Suomessa. Yhdistyksen julkilausuttuna tavoitteena on edistää ja valvoa erityisherkkien yhteiskunnallista etua, yhdistää ihmisiä ja vahvistaa ymmärrystä erityisherkkyydestä resurssina ja vahvuutena. (HSP Suomi ry.)

Organisoitunut yhdistystoiminta on ollut suomalaisen kansalaisyhteiskunnan keskeinen tapa kokoontua yhteisen asian äärelle, ja sillä on myös pitkä historia osana kansalaisten hyvinvointia tukevaa sosiaaliturvaa. Yhdistystoimintaa ja sen historiaa koskevaa tutkimustakin on tehty paljon (mm. Harju 2010; Heimonen 2019; Helander 1998; Helander & Laaksonen 1999; Hokkanen ym. 1999; Hänninen ym. 2003; Julkunen 2017; Matthies 2006, 2014; Siisiäinen 1990, 1996; Siisiäinen & Kankainen 2009.) Pohjoismaainen hyvinvointivaltiomalli on ollut muutoksessa suuntaan, jossa valtion tarjoama tuki on vähentynyt, ja yksilöiden vastuu omasta hyvinvoinnistaan on lisääntynyt. Myös kansalaisyhteiskunnasta kumpuavan järjestäytyneen yhdistys- ja vapaaehtoistoiminnan rooli on muuttunut valtion ja kansalaisten välillä toimivasta uudistusten välittäjästä yhä enemmän julkisen sektorin tarjoamia palveluja täydentävien tai tukevien palvelujen tuottajiksi. Samalla järjestöjen toimintalogiikat ovat suuntautuneet vastaamaan markkinaehtoista uusliberaalia talous- ja hyvinvointipolitiikkaa. Monissa viime aikaisissa kansalaisyhteiskuntaa ja järjestöjen toimintaa tarkastelevissa tutkimuksissa toimintaa on tulkittu juuri osana uusliberalistisen kapitalismin periaatteita, jotka liittyvät ylikansallisiin, globaaleihin talousmarkkinoihin ja niiden

ylläpitämiseen mahdollisimman suurta markkinoiden vapautta ja yksilöllistä vastuuta korostaen. (Brunila & Ylöstalo 2020; Konttinen & Peltokoski 2010; Löppönen 2017; Meriluoto & Litmanen 2019; Mäkelä & Brunila 2021; Peltosalmi ym. 2020.) Myös erilaiset yksilön vastuun ajatusta tukevat ja yksilöiden tukemiseen tähtäävät toimintamuodot, kuten vertaistukiryhmät, ovat järjestötoiminnan arkipäivää (Meriluoto & Litmanen 2019). Yhdistystoiminta on perusteltu konteksti lähestyä yhteisten merkitysten rakentamista ja yksilöllisen ja sosiaalisen toiminnan välistä vuorovaikutusta. Tarkastelen tässä tutkimuksessa erityisherkkyyden ilmiön paikantumista kansalaisyhteiskuntaan, kolmannen sektorin vapaaehtoistoimintaan ja suomalaiseen hyvinvointipalvelujärjestelmään. Tutkimus jatkaa keskustelua sekä mahdollisuuksista löytää keinoja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen että mahdollisuuksista osallistua ja toimia aktiivisina kansalaisina. Tutkimus paikantuu siten osaksi suomalaisen yhdistys- ja järjestötoiminnan ja kolmannen sektorin tutkimusperinnettä.

Suomalainen yhdistyskenttä on 2020-luvun alussa vireä, dynaaminen ja ajassa muuntuva. Sen merkitys kansalaisten yhteisen toiminnan muotona on historiallisesti pitkä ja muuttunut vastaamaan kutakin yhteiskunnallista, poliittista ja kulttuurista ympäristöä. Psykologiseen temperamentti- ja persoonallisuuteen liitetty organisoituminen kertoo osaltaan kentän joustavuudesta ja kyvystä reagoida uusiin, ihmisten kokemusmaailmasta kumpuaviin sosiaalisen toiminnan tarpeisiin. Yhdistystoiminnassa myös kokeillaan, ylläpidetään ja kehitetään uusia toimintatapoja ja niitä liitetään yhteen perinteisten toimintatapojen kanssa. Muuttuva toimintaympäristö mahdollistaa moninaisia tapoja kokoontua, keskustella ilmiöiden merkityksistä, tuottaa tietoa ja lisätä tietoisuutta sekä ylläpitää toimintaa ja sen jatkuvuutta. Olen tulkinut yhdistystoiminnan tässä tutkimuksessa osaksi laajempaa erityisherkkyyden ilmiöön liittyvää sosiaalista liikehdintää, johon kuuluvat erilaiset mediassa käydyt keskustelut, sosiaalisen median keskustelupalstat ja markkinaehtoinen erityisherkkyyteen liittyvä palvelutarjonta. Siten erityisherkkien yhdistys toimii tapauksena paikan ja tilan luomisesta kollektiiviselle merkityksenannolle.

Yhdistystoiminnassa tuotetaan erityisherkkyyttä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, ja tätä ilmiön rakentamista voi lähestyä sosiaalisen konstruktionismin avulla. Se merkitsee erityisherkkyyden tarkastelua vuorovaikutteisena, ihmisiin ja heidän toimintaansa vaikuttavana ja samalla muovautuvana. Sosiaalisen konstruktionismin lähtökohtana on lisätä tietoisuutta asioista suhtautumalla vallitseviin asiantiloihin kriittisesti. Ilmiön tunnistaminen tietynlaiseksi voi auttaa muuttamaan siihen liittyviä käsityksiä. (Hacking 2009, 19–21, 148.) Päästäkseni erityisherkkyyden ilmiön tuottamisen ja sen merkitysten äärelle, olen tavannut lukuisia erityisherkkiksi itsensä kokevia ihmisiä. Olen keskustellut heidän kanssaan aiheesta ja liikkunut etnografisella tutkimuskentällä pyrkien ymmärtämään erityisherkkyyden ilmiötä ja samalla tuottamaan siihen liittyvää uutta ymmärrystä. Etnografinen tutkimusote on tarjonnut monipuolisen tavan lähestyä uutta ilmiötä ja siihen liittyviä keskusteluja ja kuulla tarinoita merkityksenannon takaa. Olen pyrkinyt tarkastelemaan tutkimuskohdetta antideterminis-

tisestä näkökulmasta, kohtaamieni ihmisten tarinoihin ja yhdistystoiminnassa käytyihin keskusteluihin syventyen, toimintakäytäntöihin osallistuen ja niitä havainnoiden (vrt. Harding & Kostera 2021). Etnografisen kenttätyön aikana kertynyt monipuolinen tutkimusaineisto koostuu haastatteluista, havainnointi- ja kenttäpäiväkirjoista, yhdistystoiminnassa tuotetuista kirjallisista materiaaleista ja taustamateriaalina toimivista valokuvista. Niiden pohjalta tarkastelen erityisherkkyyden rakentumista yhteiskunnalliseksi kysymykseksi, asemoin erityisherkkyyden ilmiötä osaksi sosiologisen tutkimuksen kenttää ja osoitan sen merkityksen erilaisiin sosiologisiin keskusteluihin osallistumiseksi.

Etnografiaan sisäänrakennettu refleksiivisyyden vaade on johdattanut minut tutkijana etsimään sopivaa metaforista lähestymistapaa tutkimuksen kuvaukselle. Esimerkiksi sosiologi Pierre Bourdieu (1995, 58) tarkoittaa refleksiivisyydellä pohdintaa niistä ehdoista, joilla yhteiskuntaa käsittelevä tiede on mahdollista. Tiede on kielenkäyttöä ja siten metaforista. Uuden ilmiön ymmärtämisessä metaforien käyttö näyttää perusteltuna, koska metaforat vertauskuvina voivat tavoittaa jotakin ihmisten kokemusmaailmasta rakentuvaa yhteistä, jota olen tutkimuksellisesti jäljittämässä (vrt. Lakoff & Johnson 2003). Kuvaamisen metafora on syntynyt ajatuksesta näkyvämmän näkyväksi tekemisestä, josta erityisherkkyyden määrittelyssä on kyse. Kuvaamista voi tehdä monin eri tavoin, ja viittaankin kuvaamisella moniin eri tapoihin kuvata asioita ja ilmiöitä. Erityisesti hyödynnän valokuvaamisen metaforaa. Valokuvauksessa ovat merkityksellisiä ne tilanteiset ja paikalliset olosuhteet, joissa kuvia otetaan. Ympäristö luo puitteet sille, millaisia kuvia on mahdollista ottaa. Valokuva on myös keino pysäyttää hetkellisesti koko ajan etenevää liikettä (de Duve 2007, 109). Samasta tilanteesta otettu kuva vaihtelee myös sen mukaan, kuka kuvan ottaa. Siten olen pohtinut haastetta tutkijana tarkastella jotakin asiaa ja kertoa siitä, mitä näin, koin ja tunsin, suhteessa siihen, näkivätkö ja kokivatko tutkittavat samoissa tilanteissa saman kuin minä.

Ilmiöiden määrittelyssä ja kollektiivisessa toiminnassa on kyse liikkeessä olevasta prosessista, jatkuvasta muutoksesta. Siten prosessin taltioiminen yhdeksi kuvaksi on mahdotonta. Kuvan metaforalla viitataan hetkellisiin pysähdyksiin, ja tarkastelen prosessia näistä pysäytyskuvista (vrt. de Duve 2007, 110). Tutkimukseni on kuvakokoselma, sommitelma, liikkeessä olevasta prosessista. Erilaiset kuvauksen kohteena olevat asiat ja ilmiöt näyttävät erilaisilta riippuen siitä, miten ne ovat kuvaan sommiteltu ja miten kuvia edelleen sommitellaan yhteen. Sosiologi Georg Simmelin (Simmel, Levine & Andrews 2010) mukaan yhteiskunta tapahtuu vuorovaikutuksessa ja saa erilaisia muotoja erilaisten toteutumismahdollisuuksien rajoissa. Ihminen on myös sidoksissa kognitiivisiin kategorioihin, mutta niiden rajat ovat muuntuvia ja kuvittelumme ylitettävissä. Elämä ja ihmisyyys ovat alati liikkeessä, kuin virtaava vesi. Kosketus rantakallioihin ja virtaus niiden yli voi olla kulttuurisen muutoksen impulssi. Tutkimukseni tavoittelee kuvaa tästä virtauksesta.

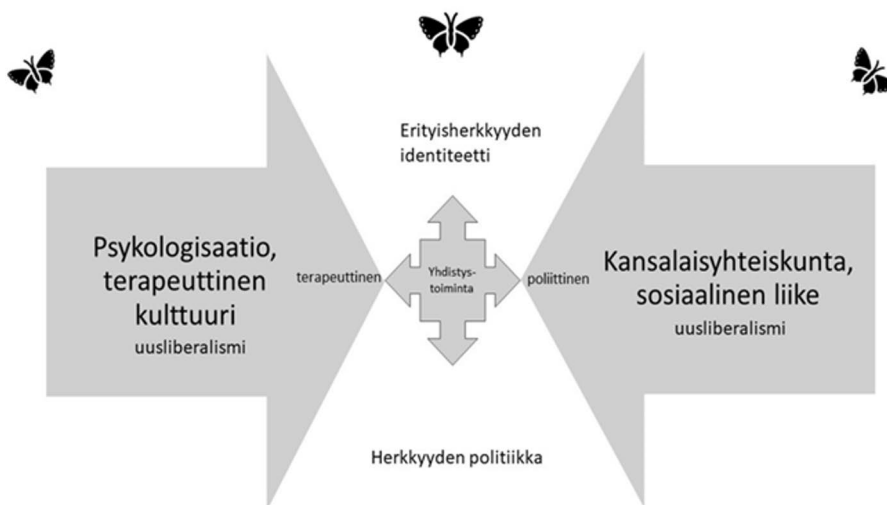
Tutkimus on välikappale, representaatio aiheesta ja sidoksissa ajalliseen ulottuvuuteensa (Hall 1999, 59–60). Representaatio tarkoittaa merkitysten tuottamista ja niiden ilmaisemista kielen kautta (Hall 1997, 4). Tieteellinen tutkimus ei koostu valokuvista, vaan kielellisestä kuvantamisesta. Kuten valokuvaa tulkittaessa, myöskään tutkimusta kirjoitettaessa kaikki siihen liittyvä aines ei taivu verbaalisiksi ilmauksiksi. Kirjoittaminen on valokuvauksen tapaan ambivalenttia, monimerkityksistä ja merkityksiä pakenevaa (Mäkiranta 2013). Se on aina myös diskursiivista vallan käyttöä. Diskurssi terminä viittaa representaatioiden ja käytäntöjen kokoelmaan, jossa tuotetaan niin identiteetit kuin sosiaaliset suhteet. Diskurssit muokkaavat maailmaa. (Campbell & Bleiker 2007, 216.) Oman tutkijan roolini reflektointi on siten osa tutkittavan ilmiön kuvaustapaa. Tiedonintressini on erityisesti ymmärtämään pyrkivä, myös emansipatorinen. Toisaalta sosiologisen kriittisen valon heijastaminen tutkimuskohteeseen mahdollistaa ilmiön monipuolisen tarkastelun. Lopulta kyse ei olekaan itse kuvasta vaan siitä katseesta, jolla kuvaa katsotaan ja siitä, miten katsomisen tapa vaikuttaa kuvan tulkintaan. Teoreettiset käsitteet ovat tutkimukseni katsomisen tapa, ja niiden avulla kuvauksesta on tullut tietynlainen.

Erytyisherkkyyden ymmärtäminen sosiaalisessa toiminnassa tuotettuna ilmiönä on erityisherkkyyden identiteetin rakentamisen tarkastelua. Ymmärrän tällaisen identiteetikategorian rakentamisen ilmiön määrittelyn keskeiseksi peruselementiksi. Ensikosketus kenttään ja ensimmäiset erityisherkkyyteen liittyvät haastateltavien tarinat vahvistivat ennakkoaavistukseni siitä, että erityisherkkyyden kategoriaan voi liittyä jotakin yksilöiden sosiaalista ja kulttuurista asemaa määrittävää. Tutkimusprosessin edetessä on varmistunut, että siihen liittyy kokemuksia erilaisuudesta ja jopa kärsimyksistä. Monien haastateltavien erityisherkkyyteen liittämät kokemukset ovat vahvasti emotionaalisesti merkityksellistettyjä. Antropologi Marja-Liisa Honkasalo (2008a, 7) on tuonut esiin, että sosiaalinen kärsimys voi toimia kattoterminä, ”joka liittää yhteen yhteiskunnallisesti ja poliittisesti aikaansaadut inhimilliset ongelmat, kuten väkivallan, trauman, kivun ja sairaudet”. Honkasalo viittaa sosiologi Pierre Bourdieun (1999) näkemykseen sosiaalisen kärsimyksen käsitteestä metodologisena ajattelun apuvälineenä, joka Honkasalon mukaan ”sitoo yhteen ihmisten elämän hauraiden ja vaikeiden asioiden yhteiskunnallista aluetta.” Oman yhteiskunnan piirissä ilmeiset ja tavanomaiset kärsimyksen merkit voivat jäädä huomiotta, ja siksi etnografinen tutkimus voi tehdä niitä näkyväksi.

Kärsimyksen kuvaus olisi kuitenkin liian kapea tulkinta tässä tutkimuksessa tekemieni havaintojen pohjalta. Erytyisherkkyyden määrittelyyn yhdistystoiminnassa on liittynyt moninaisia voimaantumisen kokemuksia, iloa ja innostusta pikemminkin kuin hätähuutoja kärsimyksen poistamiseksi. Voimaantumisen (*empowerment*) käsite sitoo yhteen sekä yksilöllisen kokemuksen oman sisäisen voiman lisääntymisestä että mahdollisuuden toimia myös muiden hyväksi. Olen kiinnostunut identiteetin politisoitumisesta, joka tarkoittaa tässä tutkimuksessa jonkin asian mahdollisuutta nousta kaikessa ristiriitaisuudessaan julkisen keskustelun kohteeksi. Ymmärrän politisoitu-

misen perinteistä demokraattista äänestys- ja puoluepolitiikkaa laajempaan kansalaisten arkipäivän toiminnan ja merkitysten politisoitumiseen. (ks. Cruickshank 1999; Palonen 1993; Salmenniemi 2019; Siisiäinen 1999.)

Tässä tutkimuksessa kysyn, *mitä merkityksiä erityisherkkyydelle annetaan, miten erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan ja miten terapeuttinen kulttuuri toimii yhdistystoiminnassa*. Samalla kun tutkimus tuo esiin erityisherkkyyden identiteetin rakentamista, se tuo esiin myös yhdistystoiminnan käytäntöjä ja merkitystä 2020-luvun suomalaisessa yhteiskunnassa. Terapeuttisen kulttuurin näkökulma tarkentaa kuvaa yhteiskunnan psykologisoitumisesta ja terapisoitumisesta ja niiden heijastumisesta yhdistystoimintaan. Kuvio 1 havainnollistaa tutkimuksen keskeisiä elementtejä.



Kuva 1. Tutkimuksen elementit.

Osoitan tässä tutkimuksessa terapeuttisen kulttuurin vaikutuksia kollektiiviseen merkityksenantoon, toimintaan ja erityisherkkyyden politisoitumiseen. Tarkastelen siten *herkkyyden politiikkaa*. Esimerkiksi sosiaalisia liikkeitä tutkineet sosiologit Mary Bernstein ja Elisabeth Armstrong (2008) ovat korostaneet kulttuurin merkitystä kollektiivisen toiminnan synnylle ja siihen liittyvien toimintakäytäntöjen rakentumiselle. Yhdistän tähän keskusteluun terapeuttisen kulttuurin näkökulman, ja tuon esiin piirteitä terapeuttisesta yhdistystoiminnasta. Osoitan, että erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan yhdistystoiminnassa terapeuttisen kulttuurin kieliopin (Illouz 2008) avulla. Tutkimus tuo esiin, miten terapeuttinen diskurssi voi toimia hegemonisena kokemusten sanallistamisen ja yhteisen merkityksenannon ja erityisherkkyyden identiteetin rakentamisen välineenä ja suunnata yhdistystoimintaa terapeuttisiin käytäntöihin. Tuon myös esiin, että erityisherkkyyden identiteettiä voi

hyödyntää työelämätoimijuudesta keskustelemiseen. Lisäksi tuon esiin, että identiteetin rakentamiseen hyödynnetään moninaista tietoa, joka koostuu erityisesti terveyden ja hyvinvoinnin kysymyksissä perinteistä lääketieteen auktoriteettia haastavasta terapeutin kulttuurin psykotiedosta (Rose 1990; Illouz 2008) ja kokemusperäisestä (Brown ym. 2004) tiedosta. Tutkimus tarkastelee, miten yhdistystoiminnan tunnekulttuurin terapeutit voivat vaikuttaa yhteisön yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja siten toiminnan muotoihin ja jatkuvuuteen. Näiden yhdistystoiminnan terapisoitumista kuvastavien näkökulmien avulla nostan keskusteluun, miten terapeutin kulttuuri voi lisätä yhdistystoiminnassa itsehallintaan suuntaavia, mutta myös sosiaalista muutosta, *herkkyttä liikkeessä*, edistäviä puhetapoja ja käytäntöjä. Etnografinen kenttä on avannut mahdollisuuden tarkastella erityisherkkyyteen liitettyjä moninaisia kokemuksia, niille annettuja merkityksiä ja niiden tuottamista yhdistystoiminnan diskursseissa. Seuraavaksi kuvaan tarkemmin tutkimuksen teoreettiset lähtökohdat ja käsitteet.

1.2 Teoreettinen katse

Uuden ilmiön tutkimuksellinen sommittelu ei ole ollut yksiselitteinen tehtävä, ja aineistoa olisi voinut lähestyä myös erilaisin teoreettisin painotuksin. Nostan keskusteluun monia teoreettisia näkökulmia, joiden rooli tutkimuksessa liikkuu taustoittavasta keskustelusta analyttisiin käsitteisiin. Aloitan tutkimuksen teoreettisen paikantamisen kuvaamalla lyhyesti, miten ymmärrän identiteetin tässä tutkimuksessa. Sen jälkeen kuvaan sosiaalisten liikkeiden tutkimusperinnettä kollektiivisen identiteetin rakentamisesta ja identiteetin politisoitumisesta viitekehyksenä erityisherkkäen identiteetin rakentamisen tarkasteluun. Tuon myös esiin terapeutin kulttuurista käytyä sosiologista keskustelua ja käsitteistöä tarkastelemalla erityisherkkyyden merkityksellistämistä osana terapeutin kulttuuria, terapeutin kulttuurin heijastumista yhdistystoimintaan ja poliittisen ja terapeutin suhdetta.

1.2.1 Merkitys ja identiteetti

Tutkimus tarkastelee kiistanalaisen erityisherkkyyden ilmiön merkityksellistämistä, joka on saanut alkunsa käsitteen rantautumisesta suomalaisten sanastoon ja sen käyttötavoista erilaisissa konteksteissa. Tulkitsemisen merkityksellistämisen jatkuvana prosessina, josta tutkimukseni kaappaa kuvauksen kohteeksi vain tietyn osan. Tutkimus sijoittuu kulttuurintutkimuksen kentälle, jossa merkitysten rakentamisen on kuvattu tapahtuvan erontekojen kautta (mm. Hall 1997/1999; Juhila 2012). Sosiologi ja kulttuurintutkija Stuart Hallin (1999, 41) mukaan ”merkitys on luontojaan epävakaa: se pyrkii sulkeumaan (identiteettiin), mutta sitä häiritään jatkuvasti (erolla).” Tässä tutkimuksessa tarkastelen erityisherkkyyteen liittyviä keskusteluja tuomaan esiin merkityksellistämistä, jossa keskeisinä erontekojen kohteina ovat

erityisherkkyyden ja ei-herkkyyden sekä erilaisuuden ja normatiivisen merkitykset ja niiden väliset rajanvedot.

Erojen esiin tuominen edellyttää vastakohtien etsimistä. Tällaisessa pelkistämässä on myös ongelmansa (Hall 1999, 154), ja binaaristen vastakohtaparien löytäminen ei ole tutkimuksen tarkoitus eikä tulkintani mukaan myöskään tutkimuskohteenani olevan kollektiivisen toiminnan keskeisin tavoite. Ymmärrän erityisherkkyyden monimuotoiseksi, erilaisissa sosiaalisissa konteksteissa erilaisia merkityksiä saavaksi muuttuvaksi ilmiöksi, jonka vangitseminen vastakkainasetteluilla ei ole mahdollista kuin hetkellisesti. Vastakohtat tulevat kuitenkin ymmärrettäväksi välttämättöminä työkaluina ilmiön määrittelemiseksi ja sen kiistanalaisuuden ymmärtämiseksi (Gallie 1956; Hall 1999).

Erityisherkkyyden määrittelyssä on kyse erityisherkan identiteetin muodostamisesta ja sille annetuista merkityksistä. Identiteetti on ymmärrystä omasta minuudesta ja mahdollisuuksista sen kuvaamiseen. Hallin (1999, 11) mukaan ”identiteetti muodostetaan siinä epävakaassa pisteessä, missä ”ääneen lausumattomat” subjektiviteettia koskevat tarinat tapaavat historian ja kulttuurin kertomukset.” Erityisherkan identiteetin muodostuminen on yksilöiden minuuden sanallistamista uudella, kulttuurisesti määrittävällä käsitteellä, joka on sidoksissa myös historiaan ja aikaan. Hall (emt.) ymmärtää postmodernin subjektin ilman pysyvää identiteettiä, ja identiteetin muuntuvana, ”liikkuvana juhlanä”. Kulttuuriset representaatiot ja puhuttelutavat muokkaavat identiteettiä ja mahdollistavat identifikaatioiden muutoksia, jotka voivat olla myös ristiriitaisia (Hall 1987/1999; Lawler 2013). Siten erityisherkkä identiteettikin on ymmärrettävissä diskursiivisena kategoriana, johon liittyy eroja tuottavia puhetapoja, representaatioita ja sosiaalisia käytäntöjä.

Filosofi Charles Taylorin (1995) mukaan modernia ihmisyyttä luonnehtii pyrkimys autenttisuuteen, todellisen minuuden löytämiseen ja oman identiteetin määrittelyyn. Autenttisen minän löytämisen merkitys on liitetty myös terapeuttiseen kulttuuriin (Foster 2016; Sointu 2011). Erilaisten psykologisten piirteiden tunnistaminen voi vastata autenttisen minuuden löytämisen tarpeeseen. Se voi myös ohjata tulkitsemaan ominaisuuksia ja kategorioita olemuksellisiksi, vakaiksi ja pysyviksi. Sukupuolentutkija Tuula Juvosen (2019) mukaan olemuksellisiin kategorioihin, kuten sukupuoleen, liittyy aina myös normatiivisia oletuksia. Kyseenalaistan tässä tutkimuksessa olemuksellisuuden ja identiteetin pysyvyyden ajatuksen ja ymmärrän identiteetin muodostuvan tekojen kautta (ks. Butler 1990, 22–24; Hallamaa 2017; Juvonen 2019). Jaan esimerkiksi sosiologi Steph Lawlerin (2013) näkemyksen identiteetistä ihmisten välillä arkielämän sosiaalisissa suhteissa tuotettavana, jatkuvasti neuvoteltavana ja muuntuvana. Filosofin Paul Ricœurin (1992) mukaan identiteetin rakentuminen on yhtä aikaa samuuden kokemusta ja muutosta. Erityisherkkyyks voi mahdollistaa identiteetin kuvaamisen pysyvänä itseyden kuvauksena, ajallisesti jatkuvan samuuden kuvauksena

(vrt. idem-identiteetti¹, Ricœur 1992; 2005). Samaan aikaan on mahdollista kuvata minuuden rakentumista sosiaalisissa suhteissa, vuorovaikutuksessa kulttuurin ja ympäristön kanssa, ja siten moninaisena ja tilanteisesti muuntuvana (vrt. ipse-identiteetti², Ricœur 1992; 2005).

Filosofi ja sukupuolentutkija Judith Butlerin (1997) mukaan nimeäminen on väistämätön edellytys tunnustetuksi subjektiksi tulemiselle. Tunnustus merkitsee huomioiduksi tulemistä merkityksellisenä persoonana, ja tunnustuksen saaminen on väistämätön edellytys elämän arvokkuuden kokemukselle (Hirvonen 2020, 11). Tunnustuksen puute voi olla vahingollista ja pahoinvointia aiheuttavaa. Tunnustussuhdeteoreetikko Nancy Fraserin (2003) tunnustuksen statusmalli korostaa tunnustusta identiteetin sijaan oikeudenmukaisuuskysymyksenä siitä, kohdellaanko ryhmää ja sen jäseniä yhteiskunnassa tasavertaisesti erilaisissa institutionaalisissa käytännöissä (2003, 29). Fraserin (2003) mukaan tunnustus voi jopa määrittää arvoamme yksilöinä. Erityisherkkyyden identiteetin tunnustetuksi tuleminen edellyttää erityisherkkyyden käsitteen määrittelyä ja sen avulla tapahtuvaa kategorisointia. Juvonen (2019, 5) viittaa kirjoituksessaan Butleriin (1997, 33–34) ja tuo esiin, miten nimeäminen ”tuottaa subjektin ääriiävät tilassa ja ajassa”, ja voi johtaa toimijuuden vahvistumiseen. Ymmärän yksilön toimijuuden tässä tutkimuksessa erilaisiin olosuhteisiin liittyvinä mahdollisuuksia toimia. Keholliset kokemukset itsestä, ympäröivästä maailmasta ja niiden välisistä suhteista asemoivat toimijaa suhteessa historiallisiin, kulttuurisiin, poliittisiin ja diskursiivisiin rakenteisiin. Toimijuus mahdollistuu näiden valtarakenteiden tunnistamisesta ja ilmenee kapasiteettina neuvotella tai ”navigoida” ristiriitaisissa valtasuhteissa (McNay 2000, 39).

Kategoriat tekevät todellisuutta ymmärrettäväksi ja hallittavaksi, ja niihin pohjautuvat yhteiskunnan institutionaaliset jaot suuntaavat toimintaa (Bowker & Star 2000; Juhila 2004, 23; Jokinen ym. 2012, 46–47). Kategoriaan liitettävien ominaisuuksien tulkitaan koskevan kaikkia kategoriaan identifioituvia, ja siten niistä tulee kollektiivisesti jaettuja tapoja hahmottaa ja käsitteellistää todellisuutta. Hallin (1999) mukaan kokemusten jäsentäminen tapahtuu tarjolla olevien ideologisten kategorioiden puitteissa, mutta samalla näitä kategorioita myös jatkuvasti arvioidaan kriittisesti, neuvotellaan ja artikuloidaan uudelleen. Kategorioihin liittyvä toimintaa ennakoiva psykologinen tulkinta voi helpottaa sosiaalista toimintaa, mutta niihin voi liittyä myös toimintaa rajoittavia yksinkertaistettuja tulkintoja, stereotyyppioita (emt., 190). Tällaisen kategorian rajoittavan luonteen haastamiseksi yhdyn tässä tutkimuksessa

¹ Ricœurin (1992, 116–128) mukaan idem-identiteetti kuvaa identiteettiä pysyvänä ja siten staattisena ja samanlaisena ajattomana identiteettinä, ja mahdollistaa siten identiteetin kuvailun esimerkiksi psykologisten ominaisuuksien tai piirteiden avulla.

² Ricœurin (1992, 116–128) mukaan ipse-identiteetti tarkoittaa dynaamista ja jatkuvassa muutoksessa olevaa minuuden kuvausta. Ricœurille narratiivit toimivat välineenä näiden kahden identiteetin vuorovaikutukselle.

kulttuurintutkimuksen kentällä (Malkki 2015, 202; Salmenniemi 2019) esiin tuotuun ajatukseen siitä, että erilaisia sosiaalisia kategorioita ja käsitteitä ja niihin liittyviä käytäntöjä ja tulkintoja on tarkasteltava empiirisesti ilman etukäteisiä oletuksia niiden merkityksistä ja seurauksista. Lähdän ajatuksesta, että erityisesti uusien käsitteiden ja kategorisointien kohdalla tällainen käytäntöjen empiirinen koettelu ja niiden suhteuttaminen yhteiskunnalliseen kontekstiinsa on välttämätöntä, jotta kategoria voi tulla näkyväksi, ja sen ääriviivojen väliin voi syntyä merkityksiä, joihin yksilöt voivat omassa elämässään samaistua. Samalla voi olla mahdollista rikkoa kategorisoinnin stereotypisoivaa luonnetta, joka ei anna riittävästi tilaa muutokselle tai moninaisuudelle.

Analyysini tuo esiin, miten erityisherkkyyks on monille tärkeä yksilöllistä kokemusmaailmaa selittävä ilmiö. Tässä tutkimuksessa tarkastelen erityisesti kollektiivista identiteetin määrittelyä, ja ymmärrän yksilölliset kokemukset osana ihmisten ja ympäristön välistä vuorovaikutusta, joka muokkaa kokemusmaailmaa ja tuottaa myös sitä kuvaavat käsitteet ja niiden merkitykset (vrt. Hall 1999). Identiteetin määrittely on suhteista, rajojen näkyväksi tekemistä, neuvottelua suhteessa johonkin toiseuteen. Kulttuurintutkimuksen neuvottelun käsite kuvaa sitä, miten itsestä kerrotaan kulttuurisiin käsitteihin ja käyden vuoropuhelua henkilökohtaisen ja julkisen, kulttuuristen normien ja kategorisointien välillä. (Bamberg 2004; Mäkiranta 2005; Widdicombe 1998.) Määrittelystä tulee jännitteistä, kamppailua, jos suhteeseen liittyy valta-asetelmia (Jokinen ym. 2012). Yhdistystoiminta on yksi ensimmäisistä sosiaalisista konteksteista, jolla erityisherkkyyden määrittelykamppailua on käyty.

Ilmiöiden kuvaukset ovat aina yksinkertaistuksia ja joitain toisia kuvauksia pois sulkevia. Tähän viitataan myös kuvaamisen käsitteistöllä. Olen pyrkinyt löytämään rajaavia kuvakulmia identiteetin rakentamiseen ja ottamaan jatkuvassa muutoksessa ja liikkeessä olevasta prosessista ”kuvakaappauksia”, hetkellisiä tilannekuvia tulkinnan kohteeksi tiedostaen, että jo kuvaa katsoessamme prosessi on edennyt, ja kuvattava kohde on muuttanut muotoaan. Jatkuvassa muutoksessa oleva kollektiivisen identiteetin rakentamisen prosessi toimii tämän tutkimuksen analyysiä ohjaavana runkona.

1.2.2 Sosiaaliset liikkeet ja kollektiivisen identiteetin rakentaminen

Hyödynnän kollektiivisen identiteetin rakentamisen tarkastelun teoreettisena lähtökohtana sosiologista sosiaalisten liikkeiden tutkimusperinnettä. Ymmärrän sosiaalisen liikkeen käsitteen viittaavan *kollektiiviseen, tavoiteorientoituneeseen, verkostoissa tapahtuvaan yhteisiin arvoihin pohjautuvaan toimintaan* (Edwards 2014; Melucci 1996; Polletta & Jasper 2001). Sosiaalisilla liikkeillä on aina myös pyrkimystä muutokseen, ja tätä muutoksen elementtiä pidän johtotähtenäni.

Tarkastelen erityisherkkyyteen liittyvää yhdistystoimintaa erityisesti niin sanottujen *uusien sosiaalisten liikkeiden* teorioiden avulla. Uusien sosiaalisten liikkeiden

toiminnassa on kyse jälkiteollisen informaatioyhteiskunnan yksilöllistymisen esiin nostamasta tunnustamisen politiikasta, uusien identiteettien ja elämäntyylien tunnustamisesta (Melucci 1996; Polletta & Jasper 2001, 286). Hyödynnän sosiologi Alberto Meluccin (1996) ajatusta siitä, että jälkiteollinen yhteiskunta suosii tietynlaisia, kapitalismin tavoitteita edistäviä yksilöitä. Siten yksilöiden elämismaailmaan kohdistuva sosiaalinen kontrolli jäsentyy vallitsevien *kulttuuristen koodien (dominant cultural codes)* kautta, joiden pohjalta rakentuu vallitsevia käytäntöjä suosivia ideaalisia identiteettejä, kehoja ja tarpeita. Kulttuuriset koodit ”ahtavat yksilöitä samanlaiseen muottiin”, ja tähän muottiin sopeutumisen vastustaminen tuottaa *kamppailuja (struggles)*. Yksilöllistyminen näyttäytyy paradoksina, joka tuottaa pakkoa olla sekä erilainen että samanlainen kuin muut.

Lähestyn erityisherkkien yhdistystoimintaa tästä kulttuurisesta yksilöllistymisen paradoksista. Meluccin mukaan kamppailu oman elämän omistajuudesta ja haltuun otosta vallitsevien kulttuuristen koodien puristuksessa tuottaa uudenlaisia identiteettejä ja tarvetta hyödyntää symbolisia resursseja niiden ilmentämiseen. Olen kiinnostunut Meluccin ajatteluun pohjautuen erityisesti siitä, miten samoja kokemuksia omaavat yksilöt muodostavat yhteisen tietoisuuden, *tunteen meistä (sense of we)*, ja miten ryhmästä muodostuu sosiaalinen toimija, jolla voi olla jokin yhteinen kamppailun kohde. (Melucci 1996, 22; Taylor & Whittier 1992.) Yhteisen tietoisuuden tarkastelussa hyödynnän Meluccin (emt., 70–71) analyttistä *kollektiivisen identiteetin (collective identity)* käsitettä. Melucci (emt., 20) on luonnehtinut kollektiivista identiteettiä prosessina, jossa on kyse kognitiivisesta määrittelystä liittyen toiminnan tavoitteisiin, keinoihin ja toimintaympäristöön, aktiivisten suhteiden luomisesta ja ylläpitämisestä jäsenten välillä ja emotionaalisista investoinneista, toisin sanoen jäsenten välisestä emotionaalisesta tunnustamisesta. Kollektiivisessä identiteetissä on siten kyse yhteisön *yhteenkuuluvuuden* lisäämisestä, joka mahdollistaa, ylläpitää ja uusintaa yhdistystoimintaa ja sen jatkuvuutta. Identiteettiä tutkineet Verta Taylor ja Nancy Whittier (1992, 175) ovat tuoneet esiin, että erilaisissa verkostoissa ja kohtaamisissa jaetut yksilölliset kokemukset muodostavat jaettuun merkityksiä ja tuovat esiin ryhmärajoja (*boundaries*) suhteessa muihin ja rajoista käytäviä neuvotteluja (*negotiations*). Hyödynnän kollektiivisen identiteetin käsitettä analyysissä tarkastelemalla sitä, miten yhteistä tietoisuutta rakennetaan ja jaetuista merkityksistä neuvotellaan jatkuvassa prosessissa ja toimijoiden välisessä vuorovaikutuksessa.

Käytän tarkastelussa kollektiivisen identiteetin rakentamista käsittelevää tutkimusta koskien erityisesti liikkeiden syntyä ja toimintaan mukaan lähtemistä (Melucci 1989; Polletta & Jasper 2001), toimintaan sitoutumista (Taylor 1989) ja toimintastrategioita (Armstrong & Bernstein 2008; Bernstein 1997; 2013; Bernstein & Olsen 2009; Bernstein, Wulff & Taylor 2014). Huomioin myös Francesca Pollettan ja James M. Jasperin (2001, 285, 298) sosiaalipsykologisen näkökulman, jonka mukaan kollektiivinen identiteetti tuotetaan yksilöiden identifikaatioista, kognitiivisista, emotionaalisista ja moraalisisista liittymisistä johonkin asiaan ja niille yhteisessä vuoro-

vaikutuksessa annetuista merkityksistä. Siksi annan analyysissä tilaa myös yksilöllisille kokemuksille osana kollektiivista merkityksenantoa.

Ymmärrän kollektiivisen identiteetin myös ihmisten arkielämään liittyvänä kulttuurisena tilana, joka voi avata jotakin uutta ymmärrystä ihmisten elämämaailmasta (Edwards 2014; Melucci 1996). Yksilöllistä arkipäivän toimintaa on tarkasteltu elämäntyylisiin liittyvien sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa (*lifestyle movement*, Haenfler, Johnson & Jones 2012), joka korostaa yksilöiden arkipäivän toiminnan sosiaalista luonnetta ja sen merkitystä yhteiskunnallisen ja kulttuurisen muutoksen mahdollistajana. Siten tarkastelen myös tutkittavien kertomuksia arkipäivän toiminnasta, erityisesti työelämää koskevassa luvussa 5.

Sosiologi Mary Bernsteinin hahmottelema identiteettityötä ja identiteetin politisoitumista kuvaava ja kolmesta analyttisestä ulottuvuudesta rakentuva malli (Bernstein 2013; Bernstein & Olsen 2009; Bernstein, Wulff & Taylor 2014) mahdollistaa tässä tutkimuksessa erityisherkkyydelle annettujen merkitysten kuvaamisen tarkastelemalla identiteettiä 1) kollektiiviseen toimintaan mobilisoivana *voimaantumisen identiteettinä (identity for empowerment)* 2) tavoitteena uuden kategorian luomiseksi ja *tunnustusta (recognition)* hakien ja 3) *strategiana (identity deployment)* yksilöllisten arvojen ja käytäntöjen nostamisessa keskustelujen kohteeksi. Voimaantumisen käsitettä käytän sekä viittaamaan politisoitumiseen, toimijuuteen ja tietoisuuden syntyymiseen, että psykologisena käsitteenä viittaamaan yksilön oman sisäisen voiman löytämiseen (ks. Cruikshank 1999; Siitonen 1999). Voimaantumisen käsitettä on käytetty esimerkiksi potilasaktivismia koskevassa tutkimuksessa tuomaan esiin, miten voimaantuminen merkitsee potilaan riittävää tietoa, taitoja ja itsetietoisuutta omien tavoitteiden saavuttamiseen (MacLellan ym. 2015; Repper & Carter 2011). Voimaantumisen käsitteen poliittinen ulottuvuus pohjautuu tässä tutkimuksessa filosofi ja pedagogi Paulo Freiren (1970/2017) näkemykseen, jonka mukaan voimaantuminen tulee aina nähdä sosiaalisena toimintana yhteisen tavoitteen saavuttamiseen ja sosiaaliseen muutokseen.

Tunnustuksen hakeminen omalle olemukselle, toiminnalle ja ryhmään kuulumiselle on inhimillinen tarve ja samalla linssi yhteiskunnallisiin ja kulttuurisiin muutostarpeisiin. Uusien sosiaalisten liikkeiden on nähty pyrkivän erityisesti edistämään henkilökohtaista muutosta ja sen pohjalta tapahtuvaa yhteiskunnallista muutosta. Sosiologi ja filosofi Maurizio Lazzarato (2006) mukaan sosiaaliset liikkeet luovat rinnakkaisodellisuuksia, joissa tehdään näkyväksi mahdollisia uusia yhteiskunnallisia järjestyksiä ja luodaan uusia käytäntöjä. Identiteetit politisoituvat, kun jokin sosiaalinen ryhmä pyrkii saamaan tunnustusta kollektiiviselle identiteetille, johon liittyvät erot suhteessa muihin näyttävät jääneen yhteiskunnassa huomiotta tai johon liitetään negatiivista arvottamista (Kruks 2001, 85). Identiteetin politisoituminen tietyn kuvauksen varaan voi toisaalta kaventaa ryhmästä muodostuvaa kuvaa ja ”painostaa” yksilöitä kuvaamaan identiteettiään korostuneesti vain tämän identiteettikuvauksen varassa. Siten yhteinen identiteettikuvaus voi myös muuttaa yksilöiden itseymmär-

rystä. (Heyes 2020.) Identiteettipolitiikkaa onkin kritisoitu sen kategorisoivasta luonteesta. Biotieteellinen tutkimus, teknologian kehitys ja medikalisaatio avaavat kuitenkin jatkuvasti uusia käsitteitä minuuden kuvaamiseksi ja mahdollisen identiteettipolitiikan kohteeksi (Heyes 2020), samoin psykologisaatio ja terapeutin kulttuuri (Aubry & Travis 2015, 20).

Identiteettipolitiikka merkitsee tunnustuksen hakemista sille ominaisuudelle, joka on aiemmin jäänyt näkymättömiin tai torjuttu. Erityisherkkyyteen liittyvää identiteettipolitiikkaa voi siten tarkastella tunnustuksen hakemisena erityisherkkyyden vuoksi, sen eron vuoksi, joka erottaa ryhmän muista. (Ks. Kruks 2001.) Identiteettipolitiikan kautta määrittyy se, millaisin eri tavoin johonkin identiteettiin kiinnittynyt yksilö voi olla olemassa. Sosiaalisesti tuotettu identiteettikuvaus määrittää yksilöiden toimijuutta ja asemaa (Hirvonen 2020). Yksilöllinen näyttäytyy identiteettiliikkeissä poliittisena ja yksilöllisten kokemusten kautta poliittisen kamppailun kohteeksi voi nousta uusia sosiaalisen elämän alueita (Hall 1999, 44–45; Taylor & Whittier 1992). Viime kädessä kyse on tunnustuksen saamisesta sekä yksilönä että tietynlaiseen identiteettiin kiinnittyvänä ryhmänä sekä yksilön että ryhmän oman itsemäärittelyn ehdoin (Young 1990).

Tunnustuksen hakemiseen sisältyy myös ratkaisematon jännite, sillä se voi tarkoittaa joko yhtäläisen tunnustuksen hakemista yhteisesti jaetuille ominaisuuksille, tai toisaalta myös erityisyyden arvostusta, joka korostaa erontekoa ja erilaisuutta (McBride 2013, 128, viit. Hirvonen 2020, 16). Tunnustuksen hakeminen erityispiirteille voi olla tärkeää, jos ominaisuudet ovat hegemonisen kulttuurin piirissä jääneet huomiotta tai niitä on halveksittu. Tämä politiikan teoreetikko Ernesto Laclau (1994) yleisen ja erityisen paradoksiksi kuvaama jännite tulee näkyviin myös tässä tutkimuksessa.

Hyödynnän tässä tutkimuksessa (luku 4) analyttisinä välineinä *samuuden (sameness)* ja *eron (difference)* käsitteitä, joilla tarkoitetaan ryhmään liitettyjä eroavaisuuksia ja samanlaisuuksia niin suhteessa muihin kuin ryhmän jäsenten välillä. Identiteettityö voi sisältää erimielisyyksiä identiteettiin liittyvistä tekijöistä, ja tuo esiin kollektiivisen identiteetin rakentamisen kompleksisuutta. Erojen ja yhtäläisyyksien yhteensovittamisen haasteet liittyvät myös siihen, miten ulkopuoliset reagoivat tai heidän toivotaan reagoivan. Siten kollektiivisen identiteetin rakentamisessa ja siitä artikuloimisessa ei ole kyse joko/tai-asetelmasta, vaan samanlaisuuksien ja eroavaisuuksien yhtäaikaista huomioimisesta ja niiden tarkastelusta toisaalta ryhmän sisäisen solidaarisuuden rakentamisessa, toisaalta suhteessa vallitsevaan kulttuuriin. (Bernstein ym. 2014; Einwohner ym. 2008.)

Bernstein (ks. Armstrong & Bernstein 2008; Bernstein ym. 2014, 4) tulkitsee *identiteetin hyödyntämistä (identity deployment)* joko muiden valistamisena (*identity for education*) tai yhteiskunnallisena kritiikkinä (*identity for critique*). Identiteettiä voidaan Bernsteinin mukaan käyttää haastamaan ja muuttamaan vallitsevan kulttuurin näkemystä vähemmistöstä tai saavuttamaan legitimitteetti korostamalla yhteneväisiä

piirteitä. Identiteettiä voidaan hyödyntää myös kritiikkinä vallitsevan kulttuurin arvoille, kategorioille tai käytännöille. Bernstein korostaa, että nämä erilaiset strategiat eivät ole vastakkaisia tai toisiaan poissulkevia, vaan niitä voidaan hyödyntää yhtäaikaaisesti. Bernsteinin ja Elizabeth Armstrongin (2008) kehittämä moni-institutionaalisen politiikan (*multi-institutional politics approach*) lähestymistapa korostaa erilaisten yhteiskunnallisten instituutioiden vaikutusta kulttuuristen merkitysten rakentamisessa ja luomassa toimintaa ohjaavia normeja, joilla on materiaalisia ja symbolisia merkityksiä ihmisten elämässä. Sosiaaliset liikkeet voivat tehdä näkyväksi näitä institutionaalisia valta-asetelmia (Armstrong & Bernstein 2008, 82). Tästä lähestymistavasta käsittelen yhdistystoimintaa pyrkimyksenä lisätä erityisherkkyyteen liittyvää tietoisuutta erilaisiin yhteiskunnallisiin instituutioihin, ja siten vaikuttaa niiden käytäntöihin.

Tarkastelen erityisesti erityisherkkyyteen liittyvän tiedon legitimointia osana tunnustuksen hakemista (luku 6). Siten erilaisten terveystieteiden tutkimus on osoittautunut hyödylliseksi identiteettityön tarkastelun lähtökohdaksi. Terveystieteet (*health social movements, HSM*) neuvottelevat sairauksien määrittelystä, niiden diagnosoinnista ja erilaisista hoitomuodoista (Brown ym. 2004; Brown 2007; Jutel 2009; Taylor 1996). Terveystieteet hyödyntävät toimintansa resurssina ja identiteettityön välineenä erilaisia tiedollisia elementtejä, esimerkiksi tieteellistä tietoa (Brown ym. 2004). Tutkimuksissa on tuotu esiin, miten lääketieteellistä tietoa, biomedikaalisia käsitteitä ja teorioita hyödynnetään esimerkiksi oireiden todentamiseen ja selventämiseen (Hiimäe & Utriainen 2021; Kroll-Smith & Floyd 1997). Tutkittavat eivät pidä erityisherkkyyttä sairautena, mutta yhdistystoiminnassa on nähtävissä samoja piirteitä kuin terveystieteissä ja potilasyhdistyksissä. Tutkimukseni jatkaa siten keskustelua erilaisten tietomuotojen hyödyntämisestä terveystieteissä (ks. Brown ym. 2004; Epstein 1995; 1996).

Tässä tutkimuksessa erilaiset tietämisen muodot liittyvät tieteelliseen, ammatilliseen ja kokemusperäiseen tietoon ja näiden erilaisten tietämisen tapojen yhteensovittamiseen tiedon merkitystä korostavan episteemisen yhteisön kognitiivisissa käytännöissä (*cognitive praxis*) (Eyerman & Jamison 1991; Jamison 2006, 47), jotka kuvaavat sosiaalisten liikkeiden tietoa sosiaalisesti tuotettuna. Kollektiivinen toiminta voiakin toimia tärkeänä kontekstina tilan tekemiselle uusille käsitteille ja tavoille tietää ja olla maailmassa (Casas-Cortés ym. 2008). Tässä mielessä yhdistystoiminnassa hyödynnetään moninaista tietoa rakentamaan erityisherkkyydestä yhteiskunnallista kysymystä. Sosiologi Vololona Rabeharisoa (2006, 568) kuvaa sosiaalista kysymyksen rakentamista ilmiön objektivoimiseksi, jossa on kyse myös ilmiön hallinnan ottamisesta ryhmän omiin käsiin.

Monissa terveystieteisiin kohdistuneissa tutkimuksissa on tuotu esiin, että liikkeet haastavat lääketieteellistä tietoa hyödyntämällä kokemustietoa (Brown ym. 2004). Kokemustieto (*experiential knowledge*) pohjautuu ihmisten elettyihin, kehollisiin, emotionaalisiin ja sosiaalisiin kokemuksiin jostakin ilmiöstä, esimerkiksi

sairaudesta, ja sen huomioimisesta on tullut tärkeä osa myös suomalaisia sosiaali- ja terveystalvveluja (Jones ym. 2021). Kokemustietoa on tutkittu osana vertaistukea, ja vertaistiedolla on todettu olevan tärkeä merkitys erilaisten kiistelyjen sairauksien määrittelyssä (Kalmari & Taanila 2014; Kirkegaard 2022; Morello-Froch ym. 2011). Tutkimukseni tukee aiempia tuloksia (ks. Rabeharisoa & Callon 2004) osoittamalla, miten yksittäisiä kokemuksia yhteen keräämällä, yhdistämällä ja muotoilemalla voidaan rakentaa uskottavana pidettyä tietovarantoa jostakin ilmiöstä. Kokemustiedon roolin tarkastelu nostaa esiin eri tietomuotojen hallintaan liittyviä ryhmän sisäisiä neuvotteluja. Yhdistystoiminta tarjoaa paikan uuden tiedon tuottamiseen ja uuden asiantuntijuuden syntymiseen (Casas-Cortés ym. 2008; Jones ym. 2021). Yhdistystoimijat voivat toimia asiantuntijoina välittämässä toisaalta tieteellistä tietoa kentälle, toisaalta välittämässä ihmisten kokemuksia eteenpäin julkiseen keskusteluun ja erilaisiin organisaatioihin (Meyer 2010; Setälä & Väliuerronen 2014).

Tutkimusten mukaan terveyttä ja hyvinvointia koskevaan tietoon ja asiantuntijuuteen liittyvät käytännöt ovat kompleksisia (Jauho 2016; Vuolanto ym. 2020). Terveysliikkeiden tutkimuksessa on hyödynnetty eri tietomuotojen yhdistämisen tarkastelussa alun perin tieteen rajojen tutkimukseen liittyvää analyttistä rajatyön (Gieryn 1983) käsitettä, ja tutkimukseni linkittyy tähän tutkimusperinteeseen. Hyödynnän rajatyön käsitettä analyttisenä työkaluna kuvaamaan yhdistystoiminnassa käytyä keskustelua erilaisten tietomuotojen yhteensovittamisesta ja -sopivuudesta erityisherkkyyden uskottavuuden rakentamisessa. Michele Lamontin ja Virga Molnárin (2002) mukaan terveystoimikkeissä tehtävä rajatyö tapahtuu symbolisella ja sosiaalisella tasolla. Symbolisia rajoja vedetään intellektuaalisessa vuorovaikutuksessa keskustelemalla, kyseenalaistamalla ja hyväksymällä erilaista tietoa kategorisoinnin tueksi ja todellisuuden rakentamiseksi (Lamont & Molnár, 2002, 168). Näiden symbolisten rajojen hyväksymisen myötä myös ryhmään kuulumisen rajat ja ryhmän yhteiskunnallinen asema tulevat näkyviksi. Rajatyön käsiteellä on siten mahdollista tuoda esiin tiedon politiikan luonnetta ja merkitystä terveystoimikkeissä. Rajaobjektin käsite tarkoittaa sellaisia käsitteitä tai asioita, jotka yhdistävät eri sosiaalisia maailmoja (Jauho & Meskus 2017, 136), tässä tutkimuksessa eri tietomuotoja.

Luvussa 7 tarkastelen kollektiivisen identiteetin rakentamiseen liittyviä tunteita. Meluccin (1996) mukaan kollektiivisen identiteetin rakentaminen edellyttää emotionaalisia investointeja, erilaisten tunteiden huomioimista sekä sosiaalisen liikehdinnän keskeisinä motivaattoreina että yhteenkuuluvuuteen vaikuttavina tekijöinä (myös Goodwin ym. 2001; Flam & King 2005; Kemper 2001, 58). Tutkimuksissa on korostettu yhteiskunnalliseen epäoikeudenmukaisuuteen liittyvien tunteiden, kuten häpeän, vihan ja ahdistuksen, merkitystä toimijuutta vahvistavana ja yhteisen toiminnan välttämättömänä kimmokkeena, mutta myös positiiviseksi ymmärrettyjen tunteiden, kuten ylpeyden, ilon tai innostuksen merkitystä toiminnan taustalla (Flam & King 2005, 24). Solidaarisuus tunteena sisältää myös empatian, kyvyn asettua toisen ihmisen asemaan ja kokea myötätuntoa (Kleres & Wettergren 2017). Tässä tutkimuksessa

tarkastelen tunteita ja niiden näyttämistä yhdistystoimintaa läpäisevinä, liikuttavina ja toisaalta liikettä sitovina liimoina ja merkityksenannon kohteina (ks. Collins 2004, 103). Kiinnitän huomiota myös tunteiden kääntämiseen (*emotional transformation*), esimerkiksi häpeän tunteen kääntäminen iloksi ja innostukseksi voi motivoida toimimaan (Bernstein ym. 2015; Guenther 2009; Poma & Gravante 2016; Whittier 2021).

Taylorin ja Whittierin (1995) erityisesti feminististen liikkeiden tutkimuksessa käyttämä tunnekulttuurin käsite tarkoittaa niitä tunteiden ilmaisun ja hallinnan tapoja, joita yhteisessä toiminnassa tuotetaan (myös Taylor & Leitz 2010; Whittier 2021). Tunnekulttuurin tutkimuksissa on tarkasteltu sosiaalisten liikkeiden tunnepohjaisia rituaaleja solidaarisuuden lisäämisen ja itsemuokkaamisen käytäntöinä (Flam 2015; Jasper 2011; Taylor & Whittier 1995; Taylor & Leitz 2010). Whittierin (2021) mukaan rituaalit voivat toimia mekanismeina ilmaista ja muuttaa tunteita ryhmää ilmentävästi ja solidaarisuutta lisäävästi. Tarkastelen erityisherkkien vuotuista jäsenjuhlaa tällaisena rituaalina. Tunteilla on nähty olevan sekä yhteenkuuluvuutta lisäävä että sitä vähentävä merkitys (Flam 2015; Jasper 2011; Whittier 2021), ja kiinnitän huomiota siihen, millaisia vaikutuksia tunnekulttuurilla ja rituaalilla voi olla yhteenkuuluvuuden kokemiseen ja ylläpitämiseen. Analyyttisenä käsitteenä toimii Randall Collinsin (2004) interaktiorituaalin käsite. Interaktiorituaali on analyttinen työkalu, jonka avulla Collins yhdistää durkheimilaisen makrososiologisen ajattelun (Durkheim 1912/1980) goffmanilaiseen mikrososiologiseen ajatteluun (Goffman 1955/1967) rituaaleista ja niihin liittyvistä tunteista. Interaktiorituaaliteorian ajatuksena on selittää, miten sosiaalisissa vuorovaikutteisissa kokoontumisissa luodaan jaettuja kokemuksia, yhteistä tahtoa ja vahvistetaan identifioitumista ryhmään.

Yhteenvetona totean, että tarkastelen tässä tutkimuksessa kollektiivisen identiteetin rakentamista edellä kuvaamistani näkökulmista. Olen avannut käsitteistöä laajasti pyrkien luomaan kokonaiskuvan käsitteiden välisistä yhteyksistä ja perustelemaan analyttisten käsitteiden valintaa. Tarkastelen identiteettityötä osana laajempaa yhteiskunnallista ja kulttuurista toimintaympäristöä, joiden on sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa korostettu olevan keskeinen tekijä erilaisten identiteetti-liikkeiden esiin nousussa (Johnston & Klandermas 1995, 1–24). Bernsteinin ym. (2014, 9) mukaan kulttuurinen ja diskursiivinen ympäristö vaikuttaa myös kollektiivisen identiteetin rakentamisen toimintakäytäntöihin ja tavoitteisiin. Ann Swidler (1995, 25–40) puhuu identiteetin rakentamiseen hyödynnettävästä ”kulttuurisesta työkalupakista”. Tarkastelen kulttuurin roolia osana kollektiivisen identiteetin rakentamista ja siten myös sen heijastumista suomalaiseen yhdistystoimintaan.

1.2.3 Terapeuttinen kulttuuri

Tulkitsen tässä tutkimuksessa erityisherkkyyden nousemista sosiaalisen liikehdinnän motivaattoriksi 2010-luvun Suomessa osana yhteiskunnan psykologisaatiota ja terapeuttista kulttuuria. Psykologisaatio viittaa lisääntyneeseen psykologisen tiedon

hyödyntämiseen kaikilla elämänalueilla, mikä muokkaa ihmisten ajattelua ja ymmärrystä itsestä ja muista ihmisistä (Nehring ym. 2020; Rose 1990, 1998). Psykologisatsoon liittyvässä tutkimuskirjallisuudessa on esitetty, että myös ihmisten eri elämänalueiden keskeisiä haasteita kiinnitetään yhä enemmän yksilöihin ja heidän psykologisiin ominaisuuksiinsa. Terapeuttinen kulttuuri voidaan ymmärtää yksilöiden olemiseen ja toimintaan liittyvänä moraalisenä ”ohjenuorana”, joka rakentuu psykotieteistä omaksutusta tiedosta ja puhetavoista, ja joka korostaa yksilön mahdollisuuksia omien haasteidensa ratkaisemiseen. (Binkley 2011, 2014; Brunila ym. 2021; Cloud 1998; Foster 2016; Madsen 2014; McGee 2005; Salmenniemi 2019, 2022; Salmenniemi ym. 2020.)

Terapeuttisen kulttuurin tieto rakentuu institutionaalista, muodollisesta tietojärjestelmästä ja siihen yhdistyvistä epämuodollisesta kulttuurisesta ilmapiiristä. Siinä sekoittuvat populaari ja tieteellinen tieto samoin käsittein, metaforin ja narratiivein (Illouz 2008). Näiden puhetapojen ja tiedollisten käytäntöjen avulla yksilö voi tarkastella omaa toimintaansa ja muuttaa sitä. Terapeuttisen kulttuurin eetoksen sanotaan siten ohjaavan tietynlaiseen toimijuuteen, yksilölliseen itsen muokkaamiseen (Binkley 2014; Brunila 2012, 2013; Rimke 2000). Aiemmat tutkimukset ovat tuoneet esiin, miten erilaisten haasteiden ratkaisemiseen, yksilöllisen hyvinvoinnin, voimaantumisen ja onnellisuuden tavoitteluun voidaan etsiä ja hyödyntää monia erilaisia terapeuttisia, ohjaavia ja kuntouttavia käytäntöjä (Furedi 2004; Illouz 2008; Illouz & Cabanas 2019; Madsen 2015; Moskowitz 2008; Nolan 1998; Sointu 2005). Toisaalta terapeuttista kulttuuria koskevassa tutkimuksessa on ehdotettu, että yksilön omaa toimintaa ja arvoja refleктоiva eettinen työ voi nostaa esiin myös yhteiskunnallista kritiikkiä (Lamberg 2021; Salmenniemi 2019; Salmenniemi ym. 2020).

Terapeuttisia käytäntöjä on pidetty epäpoliittisina (Lasch 1979/1991, 13–14) myös, koska ne eivät ole kollektiivisen toiminnan perinteisiä toimintatapoja (Salmenniemi 2019). Toisaalta terapeuttisten käytäntöjen on argumentoitu mahdollistavan voimaantumista (Stein 2011), uusia tapoja muotoilla poliittisia kysymyksiä, ja niiden on ehdotettu avaavan uudenlaisia politisoitumisen muotoja (Aubry & Travis 2015; Salmenniemi 2019, 2022; Wright 2008; 2011). Eeva Sointu ja David W Hill (2022, 893) ovat ehdottaneet, että terapeuttinen kulttuuri voi mahdollistaa uusien ihmisryhmien tarinoiden esiin nousemisen. Terapeuttista kulttuuria koskevassa keskustelussa on tuotu esiin, miten siitä voi nousta myös hiljaista vastarintaa, ihmisten arkeen rakentuvia toisin tekemisen tapoja, jotka mahdollistavat hitaan liikkeen kohti muutosta (Salmenniemi 2019). Se voi myös luoda tilaa uusille kollektiivisen toiminnan muodoille (Sointu & Hill 2022, 893). Näitä näkemyksiä myös erityisherkkien yhdistystoiminnan tutkimus vahvistaa.

Monissa tutkimuksissa on tarkasteltu terapeuttisen kulttuurin suhdetta ja tiivistä sidosta uusliberalistiseen yksilöllistymiskehitykseen (Foster 2016; Illouz 2008; Madsen 2014; Rimke 2000; Taylor 1991). Tutkimuksissa on osoitettu, miten terapeuttinen kulttuuri ja uusliberalistinen politiikka korostavat yksilön vastuuta omasta terveydestä

ja hyvinvoinnista ja niiden hallintaa (Brown & Baker 2013; Sointu 2020). Uusliberalistinen talous- ja hyvinvointipolitiikka, jälkiteollinen työelämä ja muutokset hyvinvointivaltion rakenteissa kohti yksilöllistä hyvinvointivastuuta ovat tuoneet myös järjestötoiminnan kentälle painetta vastata niihin tarpeisiin, joita yksilöille on syntynyt (Julkunen 2017; Rose 1998). Elina Ikävalko (2021) on tutkinut terapeutin roolia nuorille aikuisille suunnatussa mielenterveystyössä toipumisorientaation näkökulmasta tuoden esiin, miten terapeutin kulttuuri suuntaa mielenterveystyön käytäntöjä yksilölliseen voimaantumiseen ja yksilön vastuuseen omasta toipumisestaan. Terapeutista kulttuuria on tutkittu Suomessa myös esimerkiksi koulutuksen ja työelämän näkökulmasta, ja uutta empiiristä tutkimustietoa ja teoreettisia avauksia on ollut monia (Brunila ym. 2020; Brunila ym. 2021; Salmenniemi ym. 2020; Salmenniemi 2022; Toiviainen, Kersh & Hyytiä 2019).

Terapeutista kulttuuria ei pidetä määräävänä kulttuurisena rakenteena, ja se muodostuu erilaisista symbolisista ja materiaalisista aineksista (Salmenniemi ym. 2019, 7). Olen tässä tutkimuksessa kiinnostunut terapeutin kulttuuriin liittyvästä kielenkäytöstä, narratiiveista ja puhetavoista. Kiinnityn tässä tutkimuksessa erityisesti sosiologi Eva Illouzin ajatteluun ja käsitteisiin terapeutisesta kulttuurista. Illouz (2008, 4) on ehdottanut, että terapeutin kulttuurin tarkastelussa tulisi kiinnittää huomioita ihmisten kriittiseen ajatteluun ja tarkastella erilaisiin ilmiöihin liittyvää merkitystenantoa erilaisissa muuntuviissa ympäristöissä. Kielen lisäksi Illouz korostaa myös erilaisten käytäntöjen merkitystä terapeutin kulttuurin tulkinnassa. Tutkimukseni osallistuu tähän tutkimuskenttään (Kolehmainen 2019, 2021; Salmenniemi ym. 2020, Salmenniemi 2022; Utriainen 2017) tarkastelemalla terapeutista kulttuuria ja terapeutisia käytäntöjä yhdistystoiminnan kontekstissa ja toimijoiden omien merkityksenantojen pohjalta. Se, miten vahvasti erityisherkkyyden merkityksellistäminen yhdistystoiminnassa on kietoutunut juuri terapeutin kulttuurin puhetapoihin ja käytäntöihin, on ollut minulle tutkijana jopa yllätys.

Erityisherkkien yhdistystoiminta tuo esiin terapeutin kulttuurin vaikutusta monin tavoin, esimerkiksi kokemusten merkityksellistämisenä terapeutin diskurssin avulla. Terapeutin diskurssi (Illouz 2008) toimii kulttuurisena resurssina, jonka avulla voidaan rakentaa toimintaa, ja jonka avulla yhdistystoimijat voivat tehdä ymmärrettäväksi yksilöiden omaa kokemusmaailmaa ja sosiaalisia rakenteita ja sovittaa yhteen erilaisia tulkintoja käyttövoimaisiksi tavoiksi ymmärtää maailmaa. (Ks. emt., 20.) Siten *terapeutin kulttuuri toimii yhdistystoiminnassa*. Kiinnityn tarkastelussa Illouzin (emt.) ajatuksiin kulttuurin merkityksestä ajattelun, arvojen ja itseymmärryksen luomisessa ja vaikuttamassa siihen, millaisia tarinoita me kerromme itselle ja muille. Tuon tässä tutkimuksessa esiin, miten terapeutin diskurssi toimii oman minuuden kuvaamiseen ja erilaisuuden kokemusten jäsentämiseen ja esille tuomiseen. Tarkastelen erityisherkkyyttä ikään kuin uutena terapiakulttuurisena koodina, joka mahdollistaa kysymään, mitä sillä tehdään ja mikä merkitys sillä on osana yhteiskuntaa. Tutkimus vahvistaa käsitystä siitä, miten terapeutisesta diskurssista on tullut

avainkategoria ymmärtää minuutta ja kertoa siitä. Omasta elämästä kerrottava terapeutinen minä-narratiivi yhdistää menneen, nykyisyyden ja tulevaisuuden ja kuvaa elämäntapahtumia siirtymisenä kärsimyksestä parempaan itseyymmärrykseen ja elämään. Kollektiiviset merkitykset laajentavat tarinoita ja liittävät niitä laajempiin kulttuurisiin skenaarioihin (emt., 173). Minuus näyttäytyy sekä potentiaalisena olosuhteiden ”uhrina” että kykenevänä itse muuttamaan tilanteen ja ottamaan vastuun tulevaisuudesta. Terapeutin diskurssi tarjoaa myös käsitteet oman minuuden tunnustamiseen ja kärsimyksen huomioimiseen. Se yhdistää tunteet ja julkiset normit ja on siksi käyttökelpoinen väline erityisherkkyyteen liitettyjen kokemusten jäsentämiseen.

Terapeutin diskurssin merkitys on Illouzin (2008, 10) mukaan keskeinen myös siksi, että se antaa sanat ja kieliopin, joilla voi yhdistää tunteet osaksi merkityksenantoa. Ymmärrän Illouzin tavoin tunteet erityisesti kulttuurisina ja sosiaalisina, ja kielen antavan kulttuurisen välineen ja symbolit ilmaista, ymmärtää ja hallita tunteita. Ymmärrän tunteet myös toimintaa luovina ja liikuttavina ja sitä värittävinä. Illouzin mukaan terapeutisessa kulttuurissa rakentuu tietynlaisiin tunteisiin kiinnittyvä emotionaalinen tyyli (*emotional style*), jota tehdään ymmärrettäväksi erilaisilla kieleen, tietoon tai rituaaleihin liittyvillä tekniikoilla. Emotionaalinen tyyli rakentuu, kun syntyy jokin uusi tapa ajatella ihmisten välisiä suhteita, niihin liittyviä potentiaaleja ja käyttöönottoa. (Emt., 14.) Terapeutin emotionaalinen tyyli koostuu Illouzin mukaan erilaisista eri konteksteissa muuntuvista tunteiden hallinnan tekniikoista. Emotionaalisella kapitalismilla Illouz (emt., 60) viittaa tunteellisen ja taloudellisen diskurssin yhteen kietoutumiseen ja tunteiden hallinnan suuntaamiseen taloudellista tehokkuutta ja tuottavuutta tukemaan. Tunteiden hallinnan tekniikat ovat Illouzin (emt., 15) mukaan myös sukupuolittuneita, miehiltä odotetaan tunteiden ilmaisua, kun taas naisilta niiden hallintaa. Vertaistukiryhmiä Illouz pitää esimerkkinä siitä, että terapeutin ilmenee myös sukupuolikategoriat ylittävänä diskurssina.

Terapeutista kulttuuria koskevassa tutkimuksessa on esitetty, että psykologisella diskurssilla ja terapeutisilla käytännöillä voi olla poliittista vastarintaa tukahduttava voima (Binkley 2011; Foster 2016; MacNevin 2003; Madsen 2014; Nolan 1998; Salmenniemi 2019; Salmenniemi ym. 2020). Terapeutin käytäntöjen on ehdotettu myös uusintavan yhteiskunnan eriarvoistavia käytäntöjä (Cloud 1998; Fuerdi 2004; Lash 1979; Madsen 2014; McGee 2005; Salmenniemi 2019; 2021). Illouz on argumentoinut (2008, 2), että terapeutin diskurssi voi vähentää sitoutumista sosiaaliin instituutioihin. Tutkimukseni tuo esiin itsetarkkailun ja itsen kehittämisen terapeutin käytäntöjen merkityksen yhdistystoiminnassa ja vahvistaa osaltaan aiempien tutkimusten tulkintaa terapeutin käytäntöjen epäpoliittisuudesta. Toisaalta tuon esiin, miten yhdistystoiminnassa voidaan nostaa keskusteluun monia yksityisille elämänalueille kätkeytyviä käytäntöjä, joihin toivotaan muutosta. Terapeutin kulttuurin vaikutus yhdistystoiminnassa on mahdollista tulkita tässä tutkimuksessa myös ihmisten kokemusten näkyväksi tekemisenä, ja se voi mahdollistaa niihin tarttumisen myös muutoksen siemeninä. Psykologisaation ja terapeutin kulttuurin voi siten ymmärtää

tuovan esiin uusia avauksia yhteiskunnallisiin keskustelupöytiin ja mahdollisen politisoitumisen kohteiksi. Tutkimus vahvistaa aiemmissa tutkimuksissa esiin tuotua näkemystä terapeutin kulttuurin ristiriitaisesta luonteesta (Aubry & Travis 2015; Salminen 2022), toisaalta yksilön itsehallintaa ja -muokkausta vahvistavana, toisaalta myös yhteiskunnallista kritiikkiä mahdollistavana.

Yhteenvetona totean, että hyödynnän terapeutin kulttuurin tutkimusta tarkentavana linssinä kollektiivisen identiteetin rakentamisen tarkastelussa. Tutkimus osallistuu terapeutin kulttuurin tutkimukseen tarkastelemalla sen roolia yhdistystoiminnassa. Tarkastelen tässä tutkimuksessa terapeutin kulttuurin vaikutusta suomalaisen yhdistystoiminnan institutionaalisiin käytäntöihin ja vuorovaikutusrituaaleihin. Terapeuttinen diskurssi kokemusten jäsentämisessä, psykotiedon keskeinen rooli tunnustuksen hakemisessa, tunteiden sitominen osaksi merkityksenantoa, tunnekulttuurin terapeuttiset piirteet ja hyvinvoinnin itsehallintaan suuntaavat käytännöt tarkentavat kuvaa identiteetin rakentamisen prosessista ja terapeutin kulttuurin moninaisesta ja jopa ristiriitaisesta roolista yhdistystoiminnassa.

1.3 Tutkimuksen kuvakulmat ja kontribuutiot

Edellä esitetyn teoreettisen käsitteistön avulla tarkastelen erityisherkkyyden merkityksellistämistä, kollektiivisen identiteetin rakentamista ja terapeutin kulttuurin roolia yhdistystoiminnassa neljästä tarkentavasta etnografisesta kuvakulmasta:

- 1) Miten yhdistystoimijat merkityksellistävät erityisherkkyyteen liitettyjä elettyjä kokemuksia osana kollektiivisen voimaantumisen identiteetin rakentamista? (Luku 4)
- 2) Miten kollektiivista identiteettiä käytetään työelämästä keskustelemiseen? (Luku 5)
- 3) Millaista erilaisen tietoa-aineksen rajatyötä ja asiantuntijuutta identiteetin rakentamiseen liittyy? (Luku 6)
- 4) Miten interaktiorituaali voi vahvistaa tunnekulttuuria ja yhteenkuuluvuuden rakentamista? (Luku 7)

Tutkimus tuottaa uutta tietoa aiempaan tutkimukseen kolmella tapaa. Ensinnäkin, tutkimus on ensimmäisiä erityisherkkyyttä koskevia sosiologisia tutkimuksia, ja siten se on keskustelunavaus ilmiön yhteiskunnallisten merkitysten ymmärtämiseksi erityisesti suomalaisessa yhteiskunnassa. Tutkimus tuottaa sekä empiirisen että metodologisen kontribuution erityisherkkyyden tutkimukseen laajentamalla aiempaa, psykologian alaan ja menetelmiin painottunutta tutkimusta (ks. Greven ym. 2019) sosiologisella näkökulmalla, ja sitoo siten ilmiön ymmärrystä osaksi laajempaa yhteiskunnallista ja kulttuurista kontekstia. Monipuolinen etnografinen lähestymistapa auttaa ymmärtämään erityisherkkyydelle annettuja yksilöllisiä ja kollektiivisia merkityksiä ja

mahdollisuuksia sovittaa niitä yhteen yhteiseksi identiteettikuvaukseksi. Sosiologinen näkökulma mahdollistaa ilmiön tarkastelun sosiaalisesti tuotettuna, muuntuvana ja kontekstisena ilmiönä ja yksilöiden omista kokemuksista. Siten se avaa erilaisen näkökulman psykologian alan tutkimuksen tarjoamaan essentialistiseen, olemukseen liittyvään ymmärrykseen ilmiön luonteesta. Tutkimus linkittää erityisherkkyyden ajankohtaisiin sosiologisiin keskusteluihin hyvinvoinnista, yksilön ja sosiaalisen toiminnan merkityksestä hyvinvoinnista huolehtimisesta ja kehollisista kokemuksista ja niiden merkityksistä osana sitä (ks. Conrad 2007; Illouz 2008; Salmenniemi ym. 2019).

Toinen tutkimuksen kontribuutio liittyy yhdistystoiminnan tutkimukseen. Etnografinen tutkimusote tarjoaa ajankohtaisia näkökulmia suomalaiseen yhdistystoimintaan ja tuo esiin terapeutin kulttuurin keskeistä roolia 2010- ja 2020-lukujen taitteen suomalaisessa yhteiskunnassa. Se tuo esiin yhdistystoiminnan merkitystä ja toimintakäytäntöjä, jotka ammentavat myös terapeutin kulttuurin ”työkalupakista”. Tutkimus avaa voimaantumisen merkitystä ja suuntautumista niin terapeutin itsehoivaan, muiden auttamiseen kuin tietoisuuden lisäämiseen ja sen myötä myös erilaisten institutionaalisten käytäntöjen muuttamiseen. Tutkimus jatkaa myös keskustelua erilaisten tietomuotojen hyödyntämisestä erilaisten terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden määrittelyssä ja kolmannen sektorin toiminnassa. Se keskustelee tunteiden merkityksestä toiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Siten tutkimus tuottaa lisää ymmärrystä kansalaisyhteiskunnan toiminnasta ja sen roolista ihmisten hyvinvoinnin tukena ja toimintaedellytyksistä toisaalta yksilöiden tukemiseen ja toisaalta mahdollisten uudistusten välittämiseen yhteiskunnallisiin instituutioihin.

Kolmanneksi tutkimus tuottaa uutta empiiristä etnografista tietoa terapeutin kulttuurin tutkimukseen ja siihen liittyviin ajankohtaisiin keskusteluihin. Tutkimus tuo oman lisänsä tähän tutkimuskenttään tarkastelemalla terapeutin kulttuurin roolia yhdistystoiminnassa ja toimijoiden omien merkityksenantojen pohjalta (vrt. Kolehmainen 2019, 2021; Salmenniemi 2019, 2022; Salmenniemi ym. 2020; Utrianen 2017). Tutkimus tuo esiin, että terapeutin kulttuurin puitteissa voi nousta uusia minuita, kehoja ja identiteettiä kuvaavia käsitteitä ja samalla uusia avauksia kollektiiviseen toimintaan ja identiteettipolitiikan kohteeksi. Tutkimus tuo esiin terapeutin kulttuurin roolia kollektiivisen identiteetin rakentamisen prosessissa ja siihen liittyvissä neuvotteluissa. Tutkimus vahvistaa käsitystä siitä, että terapeutin kulttuuriin voi liittyä sekä yksilöllistymisen eetosta että politisoitumisen potentiaaleja (vrt. Aubry & Travis 2015; Illouz 2008; Salmenniemi 2019; 2022). Tutkimus tuo esiin, miten terapeutin kulttuuri voi toimia yhdistystoiminnassa eri tavoin, jopa ristiriitaisesti. Se voi suunnata kollektiivista toimintaa yksilöllistä selviytymistä korostavaan suuntaan ja yksilön itsen kehittämisen välineeksi, mutta myös vahvistaa toimijuutta ja ilmiöiden politisoitumista rakenteellisia ja kulttuurisia kysymyksiä esiin nostaan.

1.4 Tutkimuksen sommittelu

Tutkimus etenee seuraavasti:

Luvussa 2 käsittelen erityisherkkyyttä kiisteltyinä ilmiönä ja tuon esiin siihen liittyvää psykotieteellistä tutkimusta. Sidon siten sosiologisen tutkimuksen osaksi aiempaa erityisherkkyyden tutkimusta. Suomalaisen kansalaisyhteiskunnan ja yhdistystoiminnan kuvaus paikantaa erityisherkkien yhdistystoimintaa osaksi laajempaa yhteiskunnallista kontekstia ja myös suomalaisen hyvinvointivaltion palvelujärjestelmää. Tämän paikantamisen avulla on mahdollista keskustella terapeutin kulttuurin merkityksistä yhdistystoiminnan ja kansalaisyhteiskunnan logiikalle.

Luvussa 3 esittelen etnografisen tutkimusstrategiani, aineiston ja analyysin toteutustavat. Kuvaan tutkimusprosessin kulkua ja siihen vaikuttaneita tekijöitä ja reflektoin omaa asemoitumistani tutkimuskentälle ja suhteessa tutkittavaan ilmiöön. Pohdin myös tutkimuseettisiä näkökulmia.

Luvussa 4 käsittelen erityisherkkyyden eletyt kokemukset osana yhdistystoimintaan motivoitumista ja erityisherkkyyden identiteetin rakentumista yhdistystoiminnassa. Luvun tarkoituksena on tuoda esiin, millaisin diskursiivisin käytännöin kollektiivisessa toiminnassa rakennetaan yhteistä tietoisuutta ryhmästä, ja millaista ryhmän yhteiskunnallista positiota niissä tuotetaan. Analysoin elettyjen kokemusten narratiiveja ja valotan erityisherkkien subjektin eroa suhteessa narratiivien esiin tuomaan ihanesubjektiin. Tarkastelen, millaista on *herkkyyden politiikka* ja tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata yhdistystoimintaa kohti terapeutista voimaantumisen politiikkaa ja vahvistaa terapeutin diskurssin ja käytäntöjen roolia vertaistuen ja auttamisen keinoina. Tuon esiin, miten herkkyyden politiikka on myös institutionaalisten käytäntöjen politiikkaa, joka voi mahdollistaa myös laajempaa keskustelua normien ja institutionaalisten käytäntöjen muuttamisesta.

Luvussa 5 tarkastelen sitä, miten kollektiivista identiteettiä voi hyödyntää strategiana ryhmään kuuluvien työelämätoimijuuden uudelleenmäärittelyyn. Tarkastelen niitä ristiriitoja, joihin erityisherkkien työkehon kuvataan törmäävän pyrkiessään vastaamaan jälkiteollisen työelämän vaatimuksiin, ja millaisia välineitä yhdistystoiminnassa tuotetaan näiden ristiriitojen ratkaisemiseksi. Tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata herkkyyden politiikkaa työelämästä keskustelemiseen, mutta työelämätoimijuutta vallitseviin käytäntöihin sopeutumiseen. Toisaalta herkkyyden politiikka voi myös legitimoida potentiaalisia arkipäivän toisin tekemisen tapoja ja suunnata tulevaisuuden työelämän institutionaalisten käytäntöjen muuttamiseen.

Luvussa 6 tarkastelen erityisherkkyyden identiteetin rakentamiseen liittyviä episteemisiä käytäntöjä tunnustuksen saamiseksi ja ryhmän asiantuntijuuden legitimoiduksi. Analysoin sitä, miten erilaiset tietomuodot toimivat erityisherkkyyden uskottavuuden todentamisessa, ja millaista rajatyötä eri tietomuotojen välillä tehdään. Tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata yhdistystoimintaa monipuolisen

tietoaineksen keräämiseen ja edistää erilaisten tietämisen muotojen hyödyntämistä tunnustuksen saamiseksi. Yhdistystoiminnassa myös tuotetaan uutta tietoa ja asiantuntijuutta, joka voi vahvistaa ryhmän itsemäärätelyvaltaa ja erityisherkkyyden legitimeettiä. Tarkastelen herkkyyden politiikkaa tiedon ja asiantuntijuuden politiikkana.

Luvussa 7 tarkastelen yhteisön tunnekulttuurin merkitystä ja yhteenkuuluvuuden tunteen tuottamista, vahvistamista ja ylläpitämistä osana kollektiivisen identiteetin rakentamista. Tarkastelen yhteisön vuotuista juhlaa interaktiorituaalina. Tarkastelen, miten juhlaa rakennetaan osana yhteisön tunnekulttuuria, millaiseen tunnetyöhön tunnekulttuuri rituaalia suuntaa ja miten emotionaalinen energia voi vaikuttaa yhteenkuuluvuuteen. Analysoin, millaisia tunteita vuorovaikutuksessa liikkuu ja keskustelen siitä, miten tunteita voidaan hyödyntää yhteisten tavoitteiden saavuttamiseen ja toiminnan jatkuvuuden vahvistamiseen. Tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata yhdistystoiminnan tunnekulttuuria terapeutiksi, sekä positiivisten tunteiden merkitystä korostamalla että suuntaamalla käytäntöjä itsetutkiskeluun ja tunteiden hallintaan. Argumentoin, että terapeutin kansalaistoiminta voi tarjota mahdollisuuksia kuulumisen kokemuksille, jotka voivat olla tilapäistä yhteenkuuluvuuden tunnetta, hetkellisiä terapeutteja ja positiivisia tunteita vahvistavia mutta samalla tunteiden valjastamista hitaan muutoksen edistämiseksi. Keskustelen herkkyyden poliittisista tunteiden politiikkana.

Luvussa 8 on johtopäätösten aika. Kokoan yhteen vastaukset kysymyksiini erityisherkkyyden ja yhdistystoiminnan merkityksistä, yhdistystoiminnan käytännöistä ja terapeutin ja poliittisen suhteesta. Sommittelen kuvaa jatkotutkimuksen pohjaksi niin erityisherkkyyden kuin yhdistystoiminnan tutkimukselle Suomessa ja laajemminkin.

2 Kuva kehyksiin – erityisherkkyyden yhdistystoiminnassa

Tämän luvun tarkoituksena on paikantaa erityisherkkyyden osaksi sitä yhteiskunnallista ja kulttuurista kontekstia, jossa kollektiivinen toiminta ja erityisherkkyyden merkityksellistäminen tapahtuu. Tulkitsen erityisherkkyyden käsitteeksi, jolla neuvotellaan yksilöllisen ja yhteisöllisen merkityksistä. Käsittelen ensin sitä, miten erityisherkkyyden asema on suomalaisen keskustelun ja kiistanalaiseksi ilmiöksi. Tarkastelen myös erityisherkkyyden psykotieteellistä tutkimusta. Tämän jälkeen paikannan erityisherkkien yhdistystoimintaa osana suomalaista kansalaisyhteiskuntaa, joka elää ja hengittää ja saa muotonsa yksilöllisistä kokemuksista ja niiden laajenemisesta kollektiivisiksi merkityksenannoiksi ja organisoitumiseksi (ks. Hänninen ym. 2003; Konttinen, Ruuskanen & Siisiäinen 2010). Tarkastelen suomalaisen yhdistystoiminnan historiallista kehitystä ja nykypäivän yhdistystoiminnan roolia ja muotoja. Tarkoituksena on hahmottaa sitä laajempaa toimintakenttää, johon erityisherkkien yhdistystoiminta asemoituu.

Käsittelen suomalaisen yhdistystoiminnan kehittymistä ja muutoksia kansalaisyhteiskunnan toimintamuotona, sen merkityksiä ja volyyymiä, ja paikannan erityisherkkien yhdistystoimintaa osaksi tätä historiallista jatkumoa. Tarkastelen yhdistystoimintaan mukaan lähtemisen motiiveja, vapaaehtoisten roolia, yhdistystoiminnan ammatillistumista ja asiantuntijuuden korostumista sosiaali- ja terveysalan järjestöjen auttamistyössä. Käsittelen sosiaali- ja terveysalan yhdistysten kehittymistä osana suomalaista hyvinvointipolitiikkaa ja järjestöjen roolia kansalaisten hyvinvoinnin ylläpitäjinä. Peilaan auttamistoiminnan kehittymistä ja historiallista muutosta ja markkinaehtoistumisen, kuluttajakansalaisuuden, asiakkuuden ja osallisuuden käsitteitä vapaaehtoisjärjestöjen perinteiseen rooliin uusien ilmiöiden ja aloitusten välittämisessä yhteiskunnallisiin keskusteluihin. (Ks. Siisiäinen 1990; Nylund 2000 ym.)

2.1 Erityisherkkyyden

Erityisherkkyyden suomenkielisenä käsitteenä viittaa erityisesti psykologi Elaine N. Aronin persoonallisuuden psykologian tutkimuksessa tunnetuksi tekemään synnyntäiseen temperamenttiin, aistitiedon käsittelyn herkkyyteen (*SPS, sensory*

processing sensitivity). SPS-piirre kuvaa ympäristön erilaisiin ärsykkeisiin reagoimisen yksilöllisiä eroja. Erityisherkkää ihmistä kutsutaan Aronin käsitteistössä termillä *Highly Sensitive Person (HSP)* (Aron 1996, Aron & Aron 1997; Aron ym. 2012.) Aronin 1990-luvun tutkimukset ovat olleet lähtökohta erityisherkkyyden ilmiön määrittelylle, ja erityisherkkyyttä koskeva kansainvälinen tutkimus on lisääntynyt ja saanut uutta käsitteistöä erityisesti 2010-luvulta lähtien (Greven ym. 2019). Käytän tässä luvussa käsitettä SPS-tutkimus viittamaan tähän Aronin tutkimuksen aloittamaan tutkimusperinteeseen. Persoonallisuuden psykologian tutkimuksessa herkkyys liitetään osaksi yksilön persoonallisuutta ja temperamenttia, ja se on nähty yhtenä monesta yksilön käyttäytymiseen ja toimintaan vaikuttavista temperamentti-piirteistä (Keltikangas-Järvinen 2019).

Suomessa erityisherkkyydestä on keskusteltu julkisuudessa pitkälti Aronin tutkimusten viitekehyksessä, ja se on suunnannut erityisherkkyyden merkityksellistämistä psykologiseksi temperamenttipiirteeksi ja autenttisen minuuden kuvaukseksi. Erityisherkkyyden on ollut monin tavoin keskustelua herättävä käsite ja ilmiö, jonka rantautuminen amerikkalaisesta yhteiskunnasta suomalaiseen kulttuuriin ei ole ollut kiistanalaista. Jonkin ilmiön kiistanalaisesta roolista kertoo *kiistanalaisen käsitteen (essentially contested concept)* termin lanseeranneen Walter Bryce Gallien (1956) mukaan erilaisissa konteksteissa käydyt toistuvat keskustelut ilmiötä kuvaavan käsitteen käytön tarpeellisuudesta ja käyttötavoista. Myös erilaisia sairauksia on terveystieteiden parissa tarkasteltu kiistellyinä ilmiöinä (Brown ym. 2011; Collier, Hidalgo & Maciuceanu 2006; Gallie 1956, 169). Erityisherkkyyden kiistelystä luonteesta kertoo myös se, että se on yksilöiden itsemäärittelyyn ja kokemukseen perustuva käsite ja ilmiö, ja siten avoin moninaisille tulkinnoille ja tulkintojen välisille ristiriitaisuuksille. Yksi kiistanalaisen käsitteen tunnuspiirre on myös, että se voidaan ymmärtää joko lineaarisena jatkumona (herkkä – ei-herkkä) tai dikotomisena kategoriana (herkkä/ei-herkkä) (Gallie 1956; vrt. Greven ym. 2019). Samoin erityisherkkyyteen liitetyt piirteiden moninaiset ilmenemismuodot tekevät ilmiöstä kiistanalaisen, ja eri keskustelukonteksteissa voidaan painottaa erilaisia tulkintoja. Erityisherkkyyttä on monissa julkisissa keskusteluissa kritisoitu myös mahdollisia stigmoja lisääväksi minuuden kuvaukseksi, jonka on pelätty leimaavaan siihen identifioituvia.

Erityisherkkyydestä käyty keskustelu on liittynyt pitkälti myös suomenkielisen sanan etuliitteeseen *erityis-*. Kiistanalaisuuteen liittyvä kysymys onkin, onko erityisherkkyyden jollakin tapaa erityistä, ja mitä erityis-etuliite oikeastaan tarkoittaa. Näitä erityisyyteen liittyviä kysymyksiä on pohdittu lukuisissa erityisherkkyydestä käydyissä keskusteluissa, joita tutkimuskentällä ollessani kuulin. En ole tässä tutkimuksessa kiinnostunut siitä rajasta, joka yksilöiden psykologisissa tai biologisissa ominaisuuksissa tekee heistä erityisherkkiä. Olen kiinnostunut niistä keskusteluista, joissa erityisherkkyyttä on merkityksellistetty erilaisuutena, ja siten olen ymmärtänyt erityisherkkyyden erottautumisena jostakin normatiiviseksi ymmärretystä.

Erityisyys on suhteinen käsite, ja herkkyys ymmärretään ja tuotetaan suhteessa normatiiviseen, erityisyyden ja ei-erityisyyden rajoilla. Erityisyys ei ole myöskään aina yhteiskunnallisesti arvostettua, ja esimerkiksi yhteiskuntatieteellisessä vammaisuuteen liittyvässä tutkimuksessa erityisyyden on nähty merkityksellistyvän normaaliin vertautuvana puutteellisuutena (Omansky Gordon & Rosenblum 2001).

Erityisherkkyydelle annetut merkitykset voivat toimia erityisyyden käsitteen kyseenalaistajana ja sen sisältämien ristiriitaisuuksien esille tuojana. Merkityksenanto tuottaa todellisuutta. Kun jokin käsite otetaan käyttöön, siitä tulee samalla tietyllä tavalla itsestään selvä, sisältäen jotakin oletettua ja pysyväksi ymmärrettyä. Samalla se tulee myös mahdolliseksi kyseenalaistamisen kohteeksi (Butler 1990/2006). Käsitteen kyseenalaistaminen on myös kurottautumista siihen, mihin se viittaa ja mitä sillä tehdään. Tähän kyseenalaistamiseen pyrin osaltani tässä tutkimuksessa. Erityisherkkyyden tarkastelu tässä tutkimuksessa ei ole siten ilmiön todentamista, vaan erityisherkkyyden ja erityisherkan identiteetin rakentamisen prosessin näkyväksi tekemistä, eli tutkin käsitteen saamia merkityksiä ja sitä, mitä sillä tehdään. Tarkastelu erityisherkkyydestä erona normatiivisena pidettyyn on pyrkimystä asettaa käsite keskustelun kohteeksi, erityisherkkyyden näkyväksi tekemistä (ks. Hacking 2009) ja siten myös käsitteen politisoitumisen tarkastelua (ks. Palonen 1993, 6–15). Analyysini keskiössä on erityisyyden ja normatiivisen välistä eroa muotoileva kollektiivinen toiminta, yhdistystoiminnassa käsitteellistetään eroa ja neuvotellaan sen merkityksistä.

Aronin tutkimuksista alkanut tutkimusperinne toimii lähtökohtana erityisherkkyyden määrittelylle yhdistystoiminnassa ja yhteiskunnallisissa keskusteluissa. SPS-tutkimus on osa laajempaa ympäristöherkkyyttä koskevaa psykologista tutkimuskenttää (*Environmental Sensitivity theory*, Pluess 2015), joka tarkastelee yksilöllisiä eroja ympäristöärsykkeiden havainnoinnissa ja prosessoinnissa. Tähän tutkimuskenttään paikantuu myös evoluutiopsykologiaan pohjautuvia teoriasuuntauksia (*Differential Susceptibility*, Belsky & Pluess 2009; *Biological Sensitivity to Context*, Ellis & Boyce 2011). Ne tarkastelevat ympäristöherkkyyden eroja yksilöllisten riskitekijöiden (esim. geenit tai korkea emotionaalinen reaktiivisuus) ja niihin liittyvän mahdollisen haavoittuvuuden näkökulmasta. SPS-tutkimuksessa ympäristöön liittyvillä tekijöillä tarkoitetaan laajasti erilaisia yksilön sisäisiä tai ulkoisia, kuten fyysikaalisia (ruoka, kofeiini), sosiaalisia (muut ihmiset) ja aisteihin liittyviä (auditiivisia, visuaalisia, käsin kosketeltavia, hajuaistiin liittyviä) tekijöitä tai yksilön sisäisiä tapahtumia (ajatukset, tunteet, keholliset kokemukset). (Aron ym 2012; Homberg ym 2016; kts. Greven ym. 2019.)

SPS-tutkimus korostaa ominaisuuden biologista ilmiä pysyvänä temperamentti- tai persoonallisuuspiirteenä, joka liittyy keskimääräistä herkempään keskusteluun (Aron ym. 2012; Homberg ym. 2016). Tämän ilmenemistä yksilön käyttäytymisessä Aron on mallintanut niin sanotulla DOES-mallilla (suomeksi EVÄS-malli). Piirteen ilmenemistä kuvaa Aronin mukaan neljä ominaisuutta: 1) syvälinen

tiedonkäsittely (*greater depth of information processing*, D) 2) ylivirittyminen ja kuormittumisalttius (*overstimulation*, O) 3) emotionaalinen reaktiivisuus ja empaattisuus (*increased emotional reactivity and empathy*, E) ja 4) vivahteiden huomioiminen (*greater awareness of environmental subtletys*, S). Myöhemmässä tutkimuksessa SPS-piirteeseen liitettäviä ulottuvuuksia on jaoteltu myös kuvaamalla niitä 1) matalaksi ärsykekyynnukseksi (*Low Sensory Threshold*) 2) virittyneisyydeksi (*Ease of Excitation*) ja 3) esteettiseksi sensitiivisyydeksi (*Aesthetic Sensitivity*). (Aron ym. 2012; Greven ym. 2019; Pluess ym. 2018; ks. käsitteiden suomennokset myös Airaksinen & Satri 2020.)

SPS-piirteeseen mittaamiseksi Aron on kehittänyt 27-osaisen itsearviointitestin (*Highly Sensitive Person (HSP) Scale*). Testistä on myöhemmin kehitetty myös lyhyempi versio sekä lapsille suunnattu testi (*Highly Sensitive Child (HSC) Scale*). (Aron & Aron 1997; Pluess ym. 2018.) Aronin testiä on kritisoitu sen pohjautumisesta itseidentifiointiin perustuvaan otokseen keskiluokkaisessa amerikkalaisessa väestössä. Testiä on myöhemmissä tutkimuksissa validoitu, ja sitä on sovellettu erilaisissa kulttuurisissa konteksteissa niin Euroopassa kuin Aasiassa. Tutkimuskentällä on tuotu esiin tarvetta jatkaa testien validointia ja soveltuvuuden tarkastelua eri kulttuureissa. (Greven ym. 2019.) Testien pohjalta SPS-tutkimuksessa on mallinnettu piirteeseen esiintyvyyttä väestössä jatkumona niin, että noin 20–35% omaavat SPS-piirteeseen, jolloin suurin osa ihmisistä sijoittuu jatkumon keskivaiheille ja noin 20–35% edustavat matalaa sensitiivisyyttä (Lionetti ym. 2018; Pluess ym. 2018). SPS-tutkimuksessa on kiinnitetty huomiota myös piirteeseen yhteyksiin diagnosoituihin aistitiedon käsittelyn häiriöihin (*Sensory Processing Disorder*), mutta tutkijat pitävät SPS-piirteeseen yleisyyttä todisteena siitä, että se ei ole luokiteltavissa häiriöksi (Greven ym. 2019).

Psykometristen testien ja muun psykologian alaan paikantuvan tutkimuksen lisäksi SPS-piirteeseen neurobiologista perustaa on todennettu myös neurotieteiden alalla, ja tutkimuksissa on todennettu yksilöiden välisten herkkyyserojen taustalta löytyviä neurobiologisia tekijöitä (Ellis & Boyce 2011; Lionetti ym. 2018; Nolvi ym. 2020). Aivokuvantamistutkimuksia on hyödynnetty aivoalueiden aktivoitumisen erojen tarkasteluun (Acevedo ym. 2018). SPS-piirteeseen on todettu korreloivan myös muihin persoonallisuuden ja käyttäytymisen aktivoitumista sääteleviin piirteisiin (*Behavioral Inhibition/Activation System*), mutta olevan niistä erillinen piirteensä (Assary ym. 2021). SPS-piirteeseen biologisen ilmiön tutkimus on edellä mainituista tutkimuksista huolimatta kuitenkin ollut vielä vähäistä, ja sitä kaivataan lisää (Greven ym. 2019, 288, 298).

SPS-tutkimuksessa on tuotu esiin erilaisten ympäristöjen vaikutus siihen, näyttääkö SPS yksilön hyvinvoinnin kannalta negatiivisena vai positiivisena piirteenä. Tutkimuksissa on todettu negatiivisen ympäristön lisäävän riskiä stressiperäisiin ongelmiin, alhaisempaan hyvinvointiin ja käyttäytymisongelmiin lapsuudessa

sekä yhteys aikuisuuden psykopatologioihin, kuten ahdistukseen ja masennukseen (Aron ym. 2005; Bakker & Moulding 2012; Booth ym. 2015; Greven ym. 2019; Liss ym. 2008; Yano & Oishi 2018). Negatiivisen ympäristön on todettu vaikuttavan myös lisääntyneisiin fyysisiin oireisiin ja työtytymättömyyteen, emotionaaliseen kuormittumiseen ja suurempaan työstä toipumisen tarpeeseen (Benham 2006; Evers ym. 2008; Vander Elst ym. 2019). Toisaalta tutkimuksissa on korostettu myös suotuisan ympäristön positiivisia vaikutuksia yksilön hyvinvointiin ja esimerkiksi positiivisiin tunnereaktioihin, lisääntyneeseen luovuuteen ja muiden auttamiseen työelämässä (Lionetti ym. 2019; Vander Elst ym. 2019). Lisäksi erilaisilla interventiotutkimuksilla on havaittu HSP-ominaisuuden yhteys positiivisiin tuloksiin erilaisia käyttäytymisterapeuttisia menetelmiä ja psykologisia tekniikoita hyödyntävissä interventioissa (Pluess & Boniwell 2015). Erityisherkkien työelämäkokemuksia on selvitetty myös kysely- ja haastatteluaineistoilla (Cooper 2016; Bergsma 2019) liittyen työn ja työolosuhteiden merkityksiin yksilön hyvinvoinnille.

SPS-tutkimusta on tehty Suomessa toistaiseksi vähän (ks. Heinonen-Guzejev 2009; Nolvi ym. 2020). Muihin teoreettisiin lähtökohtiin paikantuvaa herkkyyteen liittyvää psykologista tutkimusta on tehty muun persoonallisuuspsykologian ja temperamenttitutkimuksen kentällä. Psykologi Liisa Keltikangas-Järvinen on tutkinut herkkyyttä yksilön temperamenttipiirteinä käyttäen käsitettä sensitiivisyys. Keltikangas-Järvinen (2019) määrittelee temperamentin joukoksi pysyviä ja perinnöllisiä ominaisuuksia, jotka vaikuttavat yksilön käyttäytymiseen ja reagoitintapoihin. Sensitiivisyys on hänen mukaansa yksi temperamenttipiirre muiden joukossa ja tarkoittaa herkkyyttä kiinnittää huomiota ympäristön ärsykkeisiin. Psykologi Sylvi Sanni Manninen (julkaisi kansainvälisiä artikkeleja nimellä Sylvia Honkavaara) kehitti yliherkän ihmistyyppin tunnistamiseen tarkoitettua havaintotestiä (Honkavaara 1958; 1964; viit. Satri 2016). Mannisen ajattelussa korostui myös yhteiskuntakriittinen ulottuvuus, ja hän kritisoi herkkyyden käsitteellä esimerkiksi marxilaista taloudelliserationaalista ajattelua ja puhui moninaisuutta ja yksilöllisyyttä korostavan kulttuurin puolesta (Kuusisto 2019). Mannisen perustama Päivilän sanktuarin säätiö tuo näkyväksi hänen elämäntyötään, joka erityisherkkyyks-käsitteen myötä on noussut esille suomalaisessa herkkyyteen liittyvässä keskustelussa ja osana yhdistystoimintaa. Luovassa 7 tarkastelen erityisherkkien jäsenjuhlan ohjelmassa ollutta vierailua Mannisen kotipaikassa osana yhteisön yhteenkuuluvuuden rakentamista. Erityisherkkyyden kansainvälistä ja suomalaista tutkimusta on koottu osaksi sosiaalipedagogista keskustelua yksilöllisistä herkkyyseroista (Airaksinen & Satri 2021).

SPS-, sensitiivisyys-, herkkyyks- ja erityisherkkyyks-käsitteiden tutkimus kiinnittyy psykologian alalla persoonallisuuden psykologian tutkimukseen. Persoonallisuuspiirteet, kuten erityisherkkyyks, ymmärretään psykologiassa osaksi yksilön persoonallisuutta, joka yksittäistä piirrettä laajempaan käsitteenä kuvaa yksilöllisiä tapoja toimia, käyttäytyä, ajatella ja tuntea (Pervin 2003). SPS-piirrettä on tutkittu

vertailemalla sen yhteyttä eri persoonallisuusteorioissa esiin tuotuihin piirteisiin ja temperamenttimalleihin (mm. *Big five*, Smolewska ym. 2006). Näissä tutkimuksissa on todettu SPS-piirteiden yhteneväisyyksiä muiden temperamenttipiirteiden kanssa, mutta tutkimuksia on pidetty todisteena sen ilmenemisestä omana piirteensä. Tähän määrittelytyöhön liittyvä tutkimus jatkuu (Greven ym. 2019).

Vaikka SPS-tutkimus on nuorta, persoonallisuus- ja temperamenttipiirteiden ja persoonallisuuden tutkimus on jo pitkään ollut psykologisen tutkimuksen merkittävä osa-alue. Psykologisia testejä kulttuurisina ilmiöinä tutkineet Sara Liinamo ja Virve Peteri (2021) ovat tuoneet esiin, miten sysäyksen persoonallisuuden psykologian kehitykselle on ensimmäisenä antanut amerikkalaisen psykologi Gordon W. Allportin (1937) pyrkimys tarkastella persoonallisuutta holistisena, erilaisista piirteistä ja yksilötasolla erilaisten piirteiden yhdistelmistä koostuvana. Piirteet voivat olla keskenään ristiriitaisia, ja ne näyttäytyvät tilanteisina ja kontekstisidonnaisina. Tällaisen laadullisen kuvailun tutkimussuuntauksen merkitys on pienentynyt, ja määrälliseen mittaamiseen painottuvassa tutkimuksessa persoonallisuus on ymmärretty tilanteisesti ja ajallisesti pysyvänä ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen muodostamana kokonaisuutena (Kaplan & Saccuto 2018; 330; Liinamo & Peteri 2021; Pervin 2003, 447.) Persoonallisuuden psykologialla on alusta alkaen ollut käytännön tarpeeseen vastaava rooli, ja sen avulla on pyritty löytämään ratkaisuja sosiaalisiin ongelmiin pyrkimällä ratkaisemaan yksilöllisiä haasteita ja löytämään sopivia persoonia erilaisiin yhteiskunnallisiin rooleihin (Liinamo & Peteri 2021, 5, 14). Monissa tutkimuksissa on myös selvitetty persoonallisuuden yhteyttä erilaisiin sairauksiin ja terveyskäyttäytymiseen sekä erilaisiin hyvinvointitekijöihin, kuten onnellisuuteen, elämäntyytyväisyyteen, affektiivisuuteen, sosiaaliseen tukeen ja koettuun terveyteen (Hintsanen 2014, 58; Josefsson ym. 2011).

Erityisherkkyyden voidaan ymmärtää eri tutkimusperinteistä konstruoituna kokonaisuutena, joka muuttaa muotoaan sitä mukaa, kun tieteellinen tutkimus lisääntyy ja paikantaa sitä osaksi psykologian ja muiden tieteenalojen tutkimusta. Tämä ilmiön tieteellinen konstruktio on osa myös laajempaa erityisherkkyyden kulttuuriseksi käsitteeksi rakentumisen kokonaisuutta. Tutkimustieto mahdollistaa ihmisten identifioitumisen erilaisiin persoonallisuuden piirteisiin ja niistä keskustelemisen.

2.2 Kansalaisyhteiskunta ja yhdistystoiminta Suomessa

Yhdistystoiminta on ollut Suomessa keskeisin kansalaisyhteiskunnan toimintamuoto kollektiivisten pyrkimysten toteuttamiseen. Yhdistys voidaan määritellä yhteisen intressin pohjalle perustuvaksi luonnollisten henkilöiden ja/tai oikeustoimikelpoisten yhteisöjen vapaaehtoisuuteen perustuvaksi, riippumattomaksi ja hallinnolliseksi yhteisliittymäksi. Riippumattomuus viittaa erityisesti yhdistysten erillisyyteen valtios-

ta (*non-governmental organizations, NGOs*). Yhdistykset ovat myös voittoa tavoittelemattomia (*non-profit*) toimijoita, eivätkä siten rinnastettavissa yksityisiin elinkeinoelämän yrityksiin. (Heimonen 2019; Helander & Laaksonen 1999; Hokkanen ym. 1999; Matthies 2006, 44, 2014.) Käytän tässä luvussa yhdistys -käsitteen lisäksi käsitettä järjestö, joka toimii kattokäsitteenä erilaisille yhdistyksille ja säätiöille.

Suomalaista yhdistystoimintaa on tutkittu eri näkökulmista. Kansainvälinen järjestötoiminnan tutkimus ei suomalaisen toimintaympäristön omaleimaisuudesta johdun ole täysin rinnastettavissa suomalaiseen järjestötutkimukseen (kts. Heimonen 2019, 17; Hodges & Howieson 2017). Eri maissa käytetään yhdistystoiminnasta myös vaihtelevasti erilaisia sisällöltään vaihtelevia käsitteitä. Suomalainen yhdistystoiminnasta tehty tutkimus liittyy erityisesti sen rooliin suhteessa valtioon ja julkiseen sektoriin joko kansallisella tai paikallisella tasolla. (Helander & Laaksonen 1999; Matthies 1994; 2006; Matthies ym. 1996; Pihlaja 2010.) Tutkimuksissa käsitellään kolmannen sektorin käsitettä, sitä koskevaa teoriaa (Anttonen & Sipilä 1992; Helander 1998; Helander & Laaksonen 1999; Matthies 1991, Matthies ym. 1996; Kangas 2003) ja sen tuottamia palveluja ja palkka- ja vapaaehtoistyötä (Heimonen 2019; Möttönen & Niemelä 2005; Niemelä 2019). Myös vapaaehtoistoiminnan historiasta on tehty monia tutkimuksia (Hokkanen ym. 1999; Kinnunen & Laitinen 1998; Matthies 1991, 1994).

Yhdistystoiminnan tutkimus voidaan paikantaa osaksi kansalaisyhteiskunnan tutkimusta (Harju 2007; Helander 1988; Rantamäki 2016; Siisiäinen 1996). Kansalaisyhteiskunta käsitteenä viittaa kansalaisten aktiiviseen toimintaan niin erilaisissa yhdistyksissä ja sosiaalisissa liikkeissä kuin epävirallisissa ryhmissä ja verkostoissa (Siisiäinen & Kankainen 2009). Kansalaisyhteiskuntaa on tarkasteltu toisaalta vastavoimana valtiovallalle ja kapitalismille, toisaalta uusliberalismin hengessä täydentämässä julkisia palveluita ja markkinoita. Kansalaisyhteiskunnan perustava ajatus on vapaus toimia, osallistua ja vaikuttaa (Harju 2005). Siisiäisen (2002, 2003) mukaan kansalaisyhteiskunnasta nousevat sosiaaliset liikkeet ovat myös *diskursseja*, jotka vahvistavat yksilöiden sosiaalista voimaa. Yhdistykset voivat *välittää* vaikutuksia ja uudistuksia yhteiskunnallisiin instituutioihin, ja niissä voi myös aaltoilla ja voimistua kriittisiä kulttuurisia virtauksia. Tämä yhdistysten välittävä rooli on kiinnostava, ja sen merkityksen tarkastelu ajankohtainen huomioiden muiden, erityisesti niin sanotun neljännen sektorin uusien toimintamuotojen nousemisen perinteisen, rekisteröidyn yhdistysmuotoisen toiminnan rinnalle. Neljännen sektorin käsitteellä kuvataan erilaisia verkostomaisesti organisoituvia yhteisöjä, erityisesti sosiaalista mediaa hyödyntäviä, yhdistystoiminnasta erillisiä sosiaalisia liikkeitä, jotka voivat organisoitua edelleen kolmannen sektorin yhdistyksiksi (Harju 2010; Mäenpää & Faehnle 2021, 198–199). Yhdistystoiminta paikantuu osaksi niin sanotun kolmannen sektorin toimintaa, joka pitää sisällään sen taloudellisen toiminnan, joka ei ole

julkisen vallan tuottamaa (julkinen sektori) tai yritystoimintaa (yksityinen sektori), ammatinharjoittamista tai kotitalouksien toimintaa (Kangas 2003).

Yhdistystoiminta tarkoittaa vaikuttamistoiminnan lisäksi kohtaamista ja osallisuutta mahdollistavaa auttamis- ja vertaistuellista toimintaa, joka tarjoaa mahdollisuuksia myös vapaa-ajan harrastamiseen ja identiteetin rakentamiseen ja ilmentämiseen (Harju 2010; Heikkala 1998; Helander 1998; Siisiäinen 1996). Kansainvälisesti tarkasteltuna yhdistystoiminnan merkittävyys kansalaisten yhteisen toiminnan muotona tekee suomalaisesta yhdistyskentästä omaleimaisen. Vuonna 1990 voimaan astunut yhdistyslaki (26.5.1989/503) antaa lainsäädännölliset raamit kollektiiviselle organisoitumiselle ja legitimoitua toimintaa. Rekisteröityminen johtaa oikeustoimikelpoisuuteen ja mahdollistaa yhdistyksille tavan osoittaa luotettavuutta ja toiminnan ennakoitavuutta, laillisuutta ja julkisuutta. Yhdistystoiminnan suhde sosiaalisiin liikkeisiin on vastavuoroinen: suomalainen yhdistyskenttä on tuottanut sosiaalisia liikkeitä, ja toisaalta sosiaalisten liikkeiden myötä on syntynyt uusia yhdistyksiä. (Siisiäinen 1996, 2003.) Kiinnostavaa sosiaalisten liikkeiden ja yhdistystoiminnan suhteessa onkin niiden toisiaan synnyttävä ja tukeva voima ja liike aktivoitumisen ja institutionaalisen vakiintumisen välillä. Yhdistystoiminta on siten organisoitunut osa sosiaalista liikettä.

Suomalaisen yhdistystoiminnan historialliset juuret juontavat 1700-luvun lopulle (Hänninen ym. 2003; Siisiäinen 1986, 1990; Siisiäinen & Kankainen 2009) Yhdistystoiminnasta säädettiin laissa ensimmäisen kerran kansalaissodan jälkeen vuonna 1919, ja yhdistysmuotoinen kollektiivinen organisoituminen on voimissaan edelleen 2020-luvun Suomessa. Vuonna 2020 yhdistysrekisterissä oli 106 405 yhdistystä, ja vuosina 2005–2019 rekisteröitiin noin 32 000 uutta eri alojen yhdistystä (Patentti- ja rekisterihallitus 2020; Peltosalmi ym. 2020), yhtenä näistä Suomen Eriysherkit ry (myöhemmin HSP Suomi ry).

Modernin yhdistyslaitoksen keskeinen piirre on sen rakenteellinen vakiintuminen vahvasti organisoituneeksi, hierarkkiseksi ja yhteistyötä korostavaksi. Suomalaista yhdistystoimintaa leimaakin konfliktihakuisuuden sijaan vahva konsensushakuisuus ja tiivis suhde valtioon. (Konttinen & Peltokoski 2010; ks. Della Porta 2021.) Järjestöjen tiivis suhde, horisontaalinen integraatio valtioon on suomalaista ja laajemmin myös pohjoismaista kansalaisyhteiskunnan toimintaa kuvaava erityispiirre. Suomalainen ja pohjoismaainen erityispiirre on myös järjestökentän vertikaalinen integraatio, rakentuminen alueellisesti kattavaksi ja monitasoiseksi verkostomaiseksi malliksi keskusjärjestöistä paikallisjaostoihin. (Tranvik & Selle 2007, 58.) Tällaisen perinteisen, hierarkkisesti organisoituneen toimintamallin lisäksi yhdistyskentälle ilmestyy jatkuvasti myös yhden asian yhdistyksiä, epävirallisia verkostoja ja kestoltaan lyhyitäkin toimintaorganisaatioita. Ne myös yhä useammin korostavat kansalaisuuden ja yhteisten intressien sijasta pienempien ryhmien etuja korostaen erilaisuutta, kulttuurista moninaisuutta ja uusia olemisen muotoja (Konttinen &

Peltokoski 2010). Yhdistystoiminnan painopisteen voikin todeta siirtyneen puoluepoliittisista yhdistyksistä kulttuurisiin, elämäntapoja ja -tyylejä korostaviin yhdistyksiin. Yhdistykset voivat olla osa valinnanvapauden ilmentämistä, ja niiden synty- mistä ja toimintaa voidaan luonnehtia osaksi identiteetteihin pohjautuvaa markkina- taloutta. (Kangas 2003; Kankainen 2007, 21–27; Konttinen & Peltokoski 2010; Siis- iäinen 2002; 2003; Tranvik & Selle 2007.) Tämän tutkimuksen kohteena olevaa erityisherkkien yhdistystä voi tarkastella suomalaisen kansalaisyhteiskunnan muut- tuvaan luonteeseen sovittavana muotona kokoontua yhteisen intressin ja identiteet- tityön äärelle.

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA ry:n rahoittamia hankkeita toteuttavat yhdistykset luokitellaan sosiaali- ja terveysalan järjestöiksi, ja erityis- herkkien yhdistystoiminta lukeutuu hanketoimintaa harjoittavana organisaationa nii- hin. Sitä ei voi kuitenkaan asettaa suoraan esimerkiksi erilaisiin diagnostisiin sair- rauksiin tai psyykkisiin häiriöihin keskittyvälle potilasjärjestöjen kentälle. Sosiaali- ja terveysjärjestöt ovat kansalaistoimintaa toteuttavia vapaaehtoisjärjestöjä, ja niihin lukeutuvilla yhdistyksillä on tärkeä rooli kansalaisten hyvinvoinnin tukijoina. Ne ovat orgaaninen osa kansallista sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmää. Sosiaali- ja terveysalan yhdistysten tarkoituksena on tukea ja edistää jonkin erityisryhmän tai väestönosan fyysistä, psyykkistä ja/tai sosiaalista hyvinvointia. Niiden tehtäviin kuu- luu projekti- ja kehittämistoimintaa, edunvalvontaa, tiedon tuottamista ja vaikutta- mistyötä, ja osa tuottaa myös sosiaali- ja terveyspalveluja (Julkunen 2006).

Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen historiallinen kehitys linkittyy osaksi sosiaa- lihuollon ja sosiaali- ja terveyspolitiikan kehitystä, sillä järjestöillä on ollut keskei- nen rooli kansalaisten hyvinvoinnin tukijoina, ensin osana köyhäinhoitoa ja myö- hemmin osana palvelujärjestelmää, erityisesti julkisen sektorin palvelujen täydentä- jinä (Anttiroiko ym. 2007; Matthies 1994; 2014; Ruohonen 2003, 23). 1800-luvun puolivälin jälkeen paikallisyhteisöjen solidaarisuuteen pohjautuvan auttamisen ja huolenpidon rinnalle alkoi kehittyä niin kirkon kuin erityisesti ylempien yhteiskun- taluokkien naisten keskuudessa erilaista järjestötyötä organisoituvaa auttamisoi- mintaa ja diakoniatyötä (Anttonen & Sipilä 2009, 28–29). Auttaminen, kasvatustyö ja vertaistuellinen toiminta motivoivat järjestötyöhön osallistuvia, ja lisäksi toimin- nalla pyrittiin myös puolustamaan heikompien oikeuksia, edistämään tasa-arvoa ja tuomaan esiin yhteiskuntakritiikkiä (Ruohonen 2003). Teollistumisen ja kaupungis- tumisen myötä järjestöjen asialistoille nousi uusia köyhyyteen ja asumiseen liittyviä ongelmia, ja aktiivisten kansalaisten määrä kasvoi (Toikko 2005, 59–75).

1900-luvun alkupuoliskolla sosiaalialan järjestöillä oli merkittävä rooli sosiaali- huollon turvaajana, ja sota-ajan luoma lisääntynyt avuntarve korosti järjestöjen roo- lia entisestään. Järjestötyössä korostui kansalaisten oma aktiivisuus, eri väestöryh- mien osallisuus toimintaan ja aate paremman yhteiskunnan rakentamisesta. (Antto- nen & Sipilä 2009; Toikko 2005.) 1930-luvun laman myötä sosiaalityötä säätele-

mään säädettiin lakeja, ja auttamistyö ammattimaistui. Pohjoismaisen hyvinvointivaltiomallin kehittyminen 1960-luvun teollisen palveluyhteiskunnan ohella synnytti myös erilaiset sosiaalipoliittiset etuusjärjestelmät, ja suomalaisiksi hyvinvointimalliksi muotoutui laaja valtion, markkinoiden ja järjestöjen ja vapaaehtoistoiminnan yhteistyö kansalaisten hyvinvoinnin tukemiseksi. (Heinonen 2014.) Julkisen sektorin rooli vahvistui aina 1990-luvulle asti, ja järjestöjen rooli väheni ja byrokratisoitui kuntien ja valtion tukemiksi professionaaliseksi organisaatioiksi (Anttonen & Sipilä 2009, 12–13; Möttönen & Niemelä 2005; Ruohonen 2003, 46). 1990-luvun laman myötä kiinnostus järjestöjen toimintaan kasvoi kuntien heikon taloustilanteen vuoksi, ja järjestöiltä toivottiin apua laman synnyttämään lisääntyneeseen avuntarpeeseen. Järjestöt näyttäytyivätkin joustavina ja ketterinä toimijoina, ja ne alettiin huomioida myös osana kuntien strategioita. Järjestöjen toiminnassa korostui akuutin avun tarjoamisen lisäksi monipuolinen hyvinvointia tukeva ja ongelmia ennaltaehkäisevä toiminta. (Möttönen & Niemelä 2005; Ruohonen 2003, 46.) Samalla otettiin käyttöön myös kolmannen sektorin käsite, joka kuvaa järjestötoiminnan suhdetta valtion ja julkisen sektorin ja yksityisen sektorin rinnalla keskeisenä toimijana (Heller 1998).

Laman myötä julkisen talouden tehostaminen ohjasi hyvinvointipalvelujen toteuttamista ja uusi julkishallinnon johtamisen (*New Public Management, NPM*) periaate ja uusliberalistisen, rationaalisen-taloudellisen ajattelumallin mukainen markkinaehtoistuminen heijastuivat myös järjestöjen toimintaan ja vaikuttivat niiden rooliin ja mahdollisuuksiin toimia sitoutumattomasti. Järjestöjen toimintaan alkoi kohdistua yhä enemmän samankaltaisia tehokkuus- ja tuottavuuspaineita kuin julkisiin sosiaali- ja terveyspalveluihin, ja rahoitus tuli yhä riippuvaisemmaksi valtiosta ja kunnista. Aiemmin valtiolle ja kunnille kuuluneita tehtäviä siirrettiin järjestöjen ja markkinoiden toteutettaviksi. (Matthies 2014.) Kansalaistoiminnan rooli alkoi määrittyä yhä enemmän palvelutuotannon kautta ja toiminnan poliittinen ulottuvuus alkoi menettää merkitystään. Sama kehitys on ollut käynnissä myös muissa Pohjoismaissa (Tranvik & Selle 2007).

Uusliberalistinen markkinapolitiikka, rahamarkkinoiden vapauttaminen yhdessä julkisen sektorin ja sosiaalipoliitiikan uudistamisen ja työmarkkinoiden muutosten kanssa heijastuivat myös järjestöjen rooliin (Heinonen 2014). Myös vapaiden markkinoiden ja yksityisten palveluntuottajien lisääntynyt rooli hyvinvointipalvelujen tuottajina muutti järjestöjen merkitystä ja niiden palvelutuotantoa on muutettu myös yritystoiminnaksi (Anttonen & Sipilä 2009).

Patentti- ja rekisterihallituksen ylläpitämän yhdistysrekisterin mukaan Suomessa on arvioitu olevan 2020-luvun alussa yli 11 000 sosiaali- ja terveysalan järjestöä, ja niissä jäseniä noin 1,3 miljoonaa. Toimintaan osallistuvia vapaaehtoisia on noin puoli miljoonaa. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen rahoittajana toimiva Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA (ent. Raha-automaattiyhdistys RAY) luokitte-

lee järjestöjä eri tavalla kuin Patentti- ja rekisterihallitus, joten järjestöjen määrä vaihtelee eri luokituksista riippuen. (Peltosalmi ym. 2020.) Valtakunnalliset järjestöt ja pienemmät paikallisyhdistykset ovat kansanterveys-, lastensuojelu-, vanhus-, vammais-, nuorisokasvatus-, loma- ja päihdejärjestöjä. Kansanterveysjärjestöjä ovat yleis- ja monialajärjestöt, potilas-, kuntoutus- ja hoivapalvelu- ja mielenterveysjärjestöt sekä erilaiset muut hyvinvointiin ja terveyteen liittyvät järjestöt. (Heimonen 2019; Peltosalmi ym. 2020; Vuorinen ym. 2004.) Sosiaali- ja terveystieteiden järjestöjen valtakunnallinen kattojärjestö Suomen sosiaali- ja terveys ry SOSTE pohjaa järjestöjen luokittelun RAY:n luokitteluun, ja järjestöbarometrissa käytetyssä luokittelussa yhdistysrekisterissä olevien sosiaali- ja terveystieteiden yhdistysten määrään lisätään toisista toimialaluokista työllisyyteen ja työllistymiseen liittyvät yhdistykset ja eläkeläisyhdistykset. Sosiaali- ja terveystieteiden yhdistysten osuus kaikista toimialaluokitelluista yhdistyksistä on SOSTE:n mukaan noin kymmenen prosenttia. Vuosina 2005–2019 Suomeen rekisteröitiin 2 500 uutta sosiaali- ja terveystieteiden yhdistystä, joista kolmasosa oli kansanterveysyhdistyksiä. Lisäksi perustettiin lastensuojelu-, potilas-, kuntoutus- ja hoivapalveluyhdistyksiä ja työttömien yhdistyksiä. Yhdistysten lisäksi Suomessa toimii sosiaali- ja terveystieteiden toimialaan paikantuvia säätiöitä, joiden kokonaismäärä vaihtelee 420–600 välillä laskutavasta riippuen. Yhdistyksistä ne eroavat muun muassa siinä, että niillä ei ole henkilöjäseniä, ja niiden toiminnassa korostuu vahvasti liiketoiminnallinen ulottuvuus. (Peltosalmi ym. 2020.)

Kansalaisten terveyteen ja hyvinvointiin toimintansa kohdistavat yhdistykset ovat voittoa tavoittelemattomia organisaatioita, ja niiden rahoitus on Suomessa hyvinvointivaltion periaatteiden mukaisesti ollut vahvasti julkisrahoitteinen. Merkitävä osa rahoituksesta koostuu STEA:n avustuksista sekä muista julkisista avustuksista ja hankerahoituksesta (mm. Työ- ja elinkeinopalvelut, Euroopan sosiaalirahasto ESR). Myös jäsenmaksut ja muut palvelutoiminnan tuotot sekä varainhankinta ovat tärkeitä rahoitusmuotoja. Yhdistysten toimintaedellytyksiin vaikuttavat rahoituksen lisäksi toiminnan yleisessä arvostuksessa tapahtuvat muutokset, yhteistyöedellytykset järjestöjen välillä ja julkisen ja yksityisen sektorin toimijoiden kanssa, luottamus henkilöiden ja toimitilojen löytyminen, vapaaehtoisten määrä ja jäsenistön aktiivisuus. (Peltosalmi ym. 2020.) Hanketoiminnan väliaikainen luonne ja avustuspainotteinen rahoitus luovat haasteita toiminnan jatkuvuudelle, ja toiminta ja sen sisällöt ohjautuvat osittain rahoittajien linjausten pohjalta (Pihlaja 2010, 44–45; Järjestöbarometri 2018, 198–207). Tuloksellisuus ja vaikuttavuus sekä niiden mittaaminen ja arviointi raportointia varten ovat nykyisessä toimintaympäristössä edellytyksiä järjestöjen toiminnan jatkuvuudelle, ja toiminnan merkittävyyden ja vastuullisuuden todentamiselle (Hodges & Howieson 2017).

Sosiaali- ja terveystieteiden uudistamiseen kohdistuu muutospaineita, ja muiden Pohjoismaiden tavoin myös Suomessa on etsitty sopivia ratkaisuja yhdenvertaisten palvelujen turvaamiseksi kustannustehokkaasti ja vaikuttavasti (Koskiahho 2014).

Järjestöissä on ollut halu tehdä yhteistyötä ja taata niiden toimintamahdollisuudet osana kuntien ja maakuntien kanssa luotavaa yhteistyömallia, ja siten sosiaali- ja terveyspalvelujen kenttä muuttuu ja muotoutuu osana suurempaa kokonaisuutta (Järjestöbarometri 2018, 150–171). Järjestöjen kumppanuuteen perustuva markkinaehtoinen toiminta edellyttää strategista suunnittelua ja kehittämissuuntautunutta työtettä niin tehokkuuden, taloudellisuuden kuin vaikuttavuuden näkökulmasta, ja avun saajien ja palvelujen käyttäjien ymmärtämistä asiakkaina. Siten toiminta edellyttää ammatillisuutta, asiakaslähtöisyyttä ja toiminnan arvioimista sen asiakkaille tuottamana arvona. (Heinonen 2014; Julkunen 2006.) Yksittäisen yhdistyksen toiminta ja vapaaehtoistoiminnan rooli tulevat tässä tutkimuksessa ymmärrettäviksi osana kansalaistoiminnan keskeistä roolia ja historiallista jatkumoa hyvinvointivaltion rakentamisesta kohti uusliberalistista hyvinvointipolitiikkaa ja taloudellis-ratonaalista toimintamallia ja sen vaikutuksia niin yhdistystoimintaan kuin kansalaisten rooliin. Tutkimus paikantuu siten osaksi tätä yhdistystoiminnan ja sen kehitystä tarkastelevaa tutkimusperinnettä. (Ks. Harju 2010; Heimonen 2019; Helander 1998; Helander & Laaksonen 1999; Hokkanen ym. 1999; Hänninen ym. 2003; Julkunen 2017; Konttinen & Peltokoski 2010; Matthies 2006, 2014; Löppönen 2017; Meriluoto ym. 2019; Mäkelä & Brunila 2021; Siisiäinen 1990, 1996; Siisiäinen & Kankainen 2009; Peltosalmi ym. 2020.)

Järjestötoiminta on *ammattilistunut*, ja yhdistyksissä tehdään yhä enemmän palkkatyötä (Heimonen 2019; Peltosalmi ym. 2020). Mirka Smolej (2017) on tuonut esiin, miten auttamistyön organisoituminen ja markkinaehtoistuminen voi merkitä järjestöille ristiriitaista asemaa ammatillisuuden ja aatteellisuuden välissä. Toisaalta järjestöjen ammatillisuus ja asiantuntijuutta korostava toiminta lisäävät niiden uskottavuutta merkittävinä toimijoina, toisaalta ammatillistuminen voi merkitä yhdistystoiminnan rationalisoitumista ja aatteellisuuden vähenemistä (Ruuskanen 2013). Tiivis yhteistyö julkisen ja yksityisen sektorin kanssa suuntaa yhdistystoiminnan logiikoita kohti yhteisiä toimintamalleja.

Kolmannen sektorin järjestötoimintaa on suunnattu kuntouttavan toiminnan ohella yhä enemmän voimavaralähtöisyyteen ja ennaltaehkäisevään toimintaan (Ikävalko 2020, 103), jossa asiantuntijoiden legitimiteetti nojaa erityisesti lupaukseen yksilöiden auttamisesta auttamaan itseään (Miller & Rose 2008). Asiantuntijuus perustuu kykyyn auttaa, parantaa ja terapoida (Lappalainen 2019). Erityisherkkien yhdistystoiminta näyttäytyy esimerkkinä ammatillisen asiantuntijuuden tärkeästä roolista yhdistystoiminnan resurssina ja auttamisen terapeuttisesta roolista. Ammatillistuminen voi toisaalta merkitä myös vertaistuen hierarkisoitumista, palveluja tarjoavien ja niitä käyttävien yhdistystoimijoiden roolien rakentumista (Hyväri 2005; Mönkkönen 2005).

Vertais- ja vapaaehtoistoiminta, osallisuuden vahvistaminen sekä yhteiskunnallinen vaikuttaminen ovat silti edelleen järjestöjen ydintoimintaa (Heimonen 2019,

47; Toikko & Gawel 2012, 16–17). Järjestöjen on nähty olevan sosiaali- ja terveysalan toimijoina monipuolisia, ja yhdistykset tuottavat ja välittävät tietoa omasta toimialastaan monipuolisesti, täydentävät julkisten palvelujen neuvontaa ja jakavat kokemustietoa (Jones ym. 2021). Vuonna 2019 voimaan tullut kansallinen saavutettavuus- eli digipalvelulaki (laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 2019/306) on siivittänyt digitaalisten kanavien käyttöönottoa ja hyödyntämistä järjestöissä. Viimeistään vuonna 2020 alkanut Covid19-pandemia vauhditti koko yhdistystoiminnan kentän siirtymää myös digitaalisessa ympäristössä toteutettaviin toimintamuotoihin.

Deliberatiivinen, yhdenvertaisuuteen perustuva, osallistava ja yhteistyötä korostava toimintakulttuuri on lisännyt myös kokemusasiantuntijuuteen perustuvaa toimintaa yhdistystoiminnassa. Kokemusasiantuntija on oman kokemuksen pohjalta sosiaali- ja terveysalan järjestön tehtäviin tuleva vapaaehtoinen tai työntekijä. Kokemusasiantuntijat antavat kokemuksensa palvelujen kehittämisen hyväksi, ja toimivat myös kouluttajina, kokemusten tarinallistajina ja niiden kertojina erilaisille yleisöille. Kokemusasiantuntijuuteen on sidottu ajatus voimaantumisen ja vastuun ottamisesta omasta hyvinvoinnista. Voimaantuminen merkitsee toisaalta yhteiskunnallisen toimijan roolin vahvistumista ja uudelleen rakentamista, toisaalta oman hyvinvoinnin edistämistä psykologisen, terapeuttisen merkityksenannon kautta. (Jones ym. 2021; Meriluoto 2018; Meriluoto & Laine 2019; Nylund 2000.)

Kokemusasiantuntijuutta on tarkasteltu tutkimuksissa myös kriittisesti, ja niissä on esitetty, miten eleyistä kokemuksista kertomisen on oltava linjassa organisaation tavoitteiden kanssa, ja yksilöllisen kokemuksen on sovittava ilmentämään yhteisiä tavoitteita. Kokemukseen pohjautuvaa tietoa voidaan myös arvottaa toissijaisena tietona asiantuntijatietoon nähden, ja tutkimuksissa on esitetty, että kokemusasiantuntijoiden näkemyksiä ei välttämättä oteta riittävästi huomioon. (Meriluoto 2018; Meriluoto & Saine 2019; Repper & Carter 2011.)

Taina Meriluoto ja Sanna Laine (2019) ovat suomalaista järjestötoimintaa ja kokemusasiantuntijuutta tarkastelevassa tutkimuksessaan tuoneet esiin, että kokemusten esille tuomiseen liittyvä voimaantuminen voi olla paradoksi, aktiivisen toimijuuden lisääntymistä ja omien tavoitteiden edistämistä tai hallinnon tavoitteisiin taipumista. Yhdistystoiminnassa hyödynnettävä kokemusasiantuntijuus voi näyttäytyä tärkeänä toiminnan muotona ja resurssina vapaaehtoistoiminnalle. Ymmärrän myös kokemusasiantuntijuuden ja koko yhdistystoiminnan tässä tutkimuksessa Hannele Palukan, Petra Auvisen ja Tiina Tiilikan (2019) tavoin myös kulttuurisena ilmiönä.

Kansalaisyhteiskuntaa koskevassa tutkimuksessa on tuotu esiin, että kansalaisten näkökulmasta sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmän uudistusten henki on tarkoittanut roolin muutosta niin sanotuiksi *kuluttajakansalaisiksi*, joiden toiminnassa korostuu yksilön aktiivisuus ja asiakkuuteen perustuva palvelujen kuluttajalähtöinen käyttö (Barber 2009; Benn 2000; Delanty 2003; Harju 2004). Subjektiivinen, aktiivisen kansalaisuuden oletus korostaa toimijuutta, kuluttajuuden lisäksi osallistumista

ja vaikuttamista ja tällaisen aktiivisuuden tuottamaa hyvinvointia (Laitinen & Nurmi 2003). Aktiivisen kansalaisuuden diskurssi korostaa kansalaisuutta sitoutumisena yhteiskuntaan myös kulttuurisesti, identifioitumista ja yhteenkuuluvuutta kokien (Delanty 2003).

Yksittäiselle kansalaiselle aktiivisuuden ja osallistumisen korostaminen merkitsee lisääntyvää vastuuta ja aktiivista omasta hyvinvoinnista huolehtimista ja omaa elämää koskevaa päätöksentekoa. Kuluttajakansalaisuutta kriittisesti tarkastelevissa tutkimuksissa on tuotu esiin aktiivisen kansalaisuuden toteutumisen haasteita, sillä aktiivisuuden osoittaminen ei välttämättä ole kaikille kansalaisille helppoa tai edes mahdollista erilaisista toimintakykyä rajoittavista tekijöistä johtuen (Lappalainen 2019). Uusliberalistisen aktiivisuutta ja yksilöllisyyttä korostavan ajattelutavan on kuvattu ohjaavan osallistamisen kautta tapahtuvaan minäkäsityksen muokkaamiseen ja yksilöllisen kilpailukykyyn kasvattamiseen ja tuottavuuden ja yritteliäisyyden vahvistamiseen (Davies 2015; Keränen 2019). Tällainen ajattelu pohjaa sosiaalipoliittisiin köyhyyden ja sosiaalisen syrjäytymisen poistamiseen tähtääviin politiikkaohjelmiin. Niissä köyhyys on ymmärretty kulttuurisena, erona eri yhteiskuntaluokkien välillä ja ongelmallisina ajattelu- ja käyttäytymismalleina, joihin erilaisilla toimenpiteillä tulee puuttua ja suunnata yksilöiden toimintaa oman hyvinvoinnin parempaan edistämiseen. (Nousiainen 2019.)

Osallistuminen voi merkitä kansalaisten omasta aktiivisuudesta kumpuavaa halua toimia, toisaalta sitä voidaan lähestyä myös julkishallinnon ja ylikansallisten organisaatioiden järjestämänä *osallistamisen* käytäntönä, joka tarkoittaa pyrkimystä voimaannuttamiseen, osallisuuden lisäämiseen, ja siten sitä voidaan pitää uusliberaalin ajattelun ja kuluttajakansalaisuuden vastavoimana (Meriluoto 2018; Meriluoto & Litmanen 2019, 8; Keränen 2019; Polletta 2016). Osallistamisella on juurensa emansipatorisissa liikkeissä ja amerikkalaisissa köyhyysohjelmissä (Cruikshank 1999). Meriluoto ja Litmanen (2019) ovat tutkineet osallistamisen käytäntöjä ja tuovat esiin, miten Kansallisvaltioiden yhteistyöelin OECD ja Euroopan Unioni toimivat merkittävänä osallistavan toimintatavan edistäjinä, ja miten demokratia-politiikalla edistetään erilaisia osallistamisen tapoja myös järjestötoiminnassa. Sosiaalipoliittisissa osallistamishankkeissa on tavoitteena tuottaa hyvinvointia ja yhteenkuuluvuutta. Meriluoto ja Litmanen (emt.) tuovat esiin kriittisen näkökulman, jonka mukaan osallistaminen on osa demokratian hallinnallistumista, poliittisten kysymysten siirtymistä hallinnon kysymyksiksi, kansalaisten vastuuttamista ja siten uusliberalistista ajattelua. Siten osallisuus voi merkitä jo ennestään aktiivisten osallisuuden vahvistumista. Jos se samalla merkitsee jo valmiiksi sivussa olevien jäämistä ulkopuoliseksi, osallisuuden tavoite ei toteudu. Kriittisten tulkintojen mukaan uuteen osallistamiseen voi liittyä myös epäpoliitisoivana pidetty ajatus kansalaisten roolista palvelujen arvioijina ja ”stakeholdereina”.

Osallistamispolitiikka voi toimia aktiivisen kansalaisyhteiskunnan ylläpitäjänä, esimerkiksi oma-apuryhmien tärkeyttä korostamalla (Lappalainen 2019, 134). Pertti Lappalainen (2019) tarkastelee kansalaisyhteiskuntaa osallisuutta tuottavana instituutiona, ja viittaa politiikan filosofi Hannah Arendtin käsitteeseen valmistetusta kansalaisyhteiskunnasta (*fabricated civil society*). Osallisuutta tuotetaan osallistamisen tekniikoilla, esimerkiksi tiedon politiikalla, joka viittaa tieteellisen tiedon ja muun asiantuntijatiedon vahvaan rooliin. Samaan aikaan aktiivisen kansalaisuuden korostaminen merkitsee ihmisten aktiivista, vapaata ja vastuullista toimintaa ja kulluttajuutta. Lappalainen (emt., 137–141) tuo esiin, miten osallistamismenetelmät voivat olla erilaisten riskien ja haavoittuvuuksien hallintaan suuntaavia, terapeutisia, ja yhteiskunnalliset ongelmat voivat näyttäytyä yksilöllisinä, ja politiikka uskomuksiin, arvoihin ja tunteisiin perustuvana vakuutteluna, niin sanottuna eetospolitiikkana (Rose 2001; viitt. Lappalainen 2019, 137). Yhteisöllisyys voi siten rakentua tietyn identiteetin tarjoamaan kuulumisen tunteeseen. Nämä kriittiset näkökulmat antavat mahdollisuuden keskustella myös tässä tutkimuksessa vallitsevien eestosten heijastumisesta yhdistystoimintaan. Näkökulmani on kuitenkin ennen kaikkea yhdistystoimintaan osallistuvien oma merkityksenanto ja toiminta tärkeäksi koetun asian hyväksi.

Vapaaehtoisuus onkin kansalaistoiminnan perusta, toimintaan osallistutaan jonkin merkitykselliseksi koetun asian vuoksi ja hyväksi, ja vapaaehtoistoimintaan osallistumiselle annetaan monia merkityksiä (Yeung 2005b). Liisa Ansala (2017) on tutkinut väitöskirjassaan yliopisto-opiskelijoiden järjestötoimintaan osallistumista aktiivisena kansalaisuutena. Nuorten järjestötoimintaan osallistumisen motiiveina korostuivat Ansalan tutkimuksessa niin toiminnan sosiaalisuus, mahdollisuus osallisuuteen ja vaikuttamiseen, järjestökokemuksen tuomat hyödyt kuin aktiivisen kansalaisuuden merkitys elämäntapana. Järjestötoiminnan merkitys näyttäytyy tärkeänä toimijuuden paikkana. Tosin tutkimukset ovat osoittaneet myös, miten yhteisöihin ja instituutioihin samastuminen on muuttunut yhä paikallisemmaksi ja hetkellisemmäksi, ja se heijastuu myös kollektiivisen identiteetin muodostamisen mahdollisuuksiin (Siisiäinen 2003; Rasimus 2006). Yksilöllistymisen korostuminen on merkinnyt moninaisia identifioitumisen mahdollisuuksia, joka heijastuu myös vapaaehtoistoimintaan osallistumiseen ja sen muuttuviin muotoihin ja motiiveihin. Keskeistä on, millaisena ihmiset itse kokevat oman osallistumisensa ja osallisuutensa. Koettu osallisuus merkitsee omakohtaista sitoutumista, kuuluminen johonkin tekee osallistumisesta merkityksellistä ja lisää toimijuutta (Lappalainen 2019, 142–143; Särkelä-Kukko 2019).

Esimerkiksi erilaisella vertaistoiminnalla toteutettava osallisuus on vuorovaiikutusta muiden samassa tilanteessa olevien tai samasta aihepiiristä kiinnostuneiden kanssa (Särkelä-Kukko 2019, 245). Vertaistuki on vapaaehtoista, vastavuoroista, epämuodollista, joustavaa, ei-hierarkista ja ei-lääketeieteellistä emotionaa-

lista tukea (MacNeil & Mead 2005). Vertaistuki toteutuu erilaisissa vertaisryhmissä, joissa jaetaan kokemuksia ja tietoa (Nylund 2000, 2004). Susanna Hyväri (2004, 215) määrittelee vertaistukiryhmät toisten auttamiseen ja tukemiseen tähtääviksi vastavuoroisiksi suhteiksi, joissa käsitellään erilaisia kriittisiä elämäntilanteita tai luodaan yhteisyyttä ja ystävyyssuhteita. Järjestötoiminnan ammatillistumisen myötä sama henkilö voi olla yhtä aikaa sekä vertaistukea kaipaava, että sitä tarjoava (Hyväri 2004, 219).

Siisiäisen (2003) mukaan uusliberalististen yhteiskuntien yksilöllistymiskehitys on heikentänyt kollektiivisia merkitysrakenteita, ja yhdistysten kulttuurisia merkityksiä välittävä rooli on vähentynyt. Siten myös yhteiseen toimintaan sitoutuminen voi olla kevyttä, ja solidaarisuus hajautuneempaa ja yksilöllisyyttä ja erilaisuutta korostavaa. Toisaalta yhdistysten rooli esimerkiksi median välittämien viestien uudelleentulkitsijoina, massasta erottuvina yleisinä, on keskeinen demokratian kannalta. Intressien kaventuminen yhä pienempiin ja pirstaleisempiin kokonaisuuksiin ja yksityiskulttuuriin ja yksilökeskeisiin merkityksiin voi vähentää niiden ideologista merkitystä. Yhdistystoiminta voi suuntautua pikemminkin yksilöiden elämässä tapahtuviin muutoksiin kuin maailman muuttamiseen. Siten myös sitoutuminen voi olla kevyttä ja väliaikaista. (Keränen 2019; Tranvik & Selle 2007.) 2000-luvun osallistavan hallinnoimisen tavan on sanottu vahvistavan tätä liikkuvuutta, väliaikaisuutta ja muutosta, ja osallistamisella myös aktivoidaan ja kannustetaan uusien sosiaalisten sidosten, yhteisöjen ja ryhmien syntymistä (Siisiäinen 2019). Siten yksittäisen yhdistyksen kohdalla keskeiseksi kysymykseksi nousee, miten vapaaehtoiset sitoutuvat toimintaan pitkäkestoisesti.

Erytyisherkkyyteen liittyvä yhdistystoimintaa voi tulkita osoituksena siitä, miten yhdistykseksi organisoituminen on 2020-luvun Suomessa keskeinen tapa yksilöllisten kokemusten kääntämiseen kollektiiviseksi toiminnaksi, joka saa ihmisten elämismaailmasta kumpuavia uusia merkityksiä ja sisältöjä. Alain Touraine (2001) korostaa, miten vapaaehtoisorganisaatiot auttavat yksilöitä vahvistamaan toimijuuttaan ja osallistumaan yhteiskunnalliseen kehitykseen liittyviin keskusteluihin ja toimimaan sekä osana vallitsevia rationaliteetteja että vastustamaan niiden hallintapyrkimyksiä. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvittaa näkyviin niitä pohjavireitä, joista tarve yhteiselle toiminnalle ja organisoitumiselle kumpuaa. Erytyisherkkien yhdistystoiminta on esimerkki ryhmänmuodostuksesta, joka on saanut alkunsa kansalaiskeskusteluista, ei hallinnon tuottamista luokituksista tai kategorioista käsin. Siten sen voi tulkita yleisönmuodostuksena ja identiteettien itseilmaisuna ja mahdollisuutena yhdistystoiminnan välittävän roolin vahvistamiseen toimintaa ja ajattelua ohjaavana merkitysrakenteena. Silti sekään ei toimi irrallaan palvelujärjestelmän uusliberaaleista toimintalogiikoista tai irrallaan ympäröivän kulttuurin vaikutuksista.

Yhdistyskenttää kuvastaa paitsi runsas uusien yhdistysten perustamisaktiivisuus, myös elinkaarensa päähän tulevien yhdistysten poistuminen toimintakentältä ja yhdistysrekisteristä. Yhdistystoiminnan ja vapaaehtoistoiminnan tutkimuksessa on huomioitu vapaaehtoisuuden episodisuus, lyhytaikaisuus, ja kentän muuttuva luonne (Nylund 2000; 2004; Nylund & Yeung 2005; Stranius 2009). Tutkimukseni kohdistuu erityisherkkien yhdistystoiminnan alkuvaiheisiin, ja toiminnan perustusten rakentamiseen jatkuvasti muuttuvassa toimintaympäristössä ja jäsenistön vaihtuvuus huomioiden. Kiinnitän tutkimuksessani huomiota myös toiminnan ylläpitämisen ja jatkuvuuden edellytyksiin.

Kansalaisyhteiskunta ja yhdistysmuotoinen toiminta perustuvat vapaaehtoisuuteen, haluan toimia jonkin tärkeäksi koetun asian hyväksi (Nylund & Yeung 2005). Monissa tutkimuksissa on tarkasteltu vapaaehtoistoimintaan osallistumisen yksilöllisiä motiiveja ja merkityksiä (Ansala 2017; Eskola & Kurki 2001; Yeung 2004, 2005a,b). Marianne Nylund (2000) on tutkimuksessaan tarkastellut vertaisryhmiä oma-apuryhminä ja voimaantumisen paikkoina ja niiden suuntautumista joko henkilökohtaiseen tai yhteiskunnalliseen voimaantumiseen (myös Meriluoto & Saine 2019). Tutkimus paikantuu tähän tutkimusperinteeseen tarkastelemalla toimintaan osallistumisen merkityksiä ja toimintamuotojen suhdetta voimaantumiseen.

Tarkastelen yhdistystoimintaa kulttuurisena ilmiönä. Yhdistykset saavat alkunsa yksilöiden aloitteesta, mutta niiden toiminta saa merkityksensä vasta ihmisten välisissä suhteissa ja yhteisesti tuotettuna. Uudet aloitukset yhdistyskentällä syntyvät tietyissä ajassa ja paikassa ja yhteiskunnallisessa ja kulttuurisessa kontekstissa, joka samalla tarjoaa sekä sytykkeen toiminnalle että tilaisuuden, Sakari Hännisen (2003) sanoin pelivarana. Uusi aloitus on siten luonteeltaan myös poliittinen. Sosiaalisen liikkeen tai yhdistyksen synty on osa sitä eetosta, kulttuurisesti standardoitua jäsenystapaa, joka kulloinkin yhteiskunnassa vallitsee. Siten erityisherkkyyteen liittyvän yhdistystoiminnan synty 2010-luvun suomalaisessa yhteiskunnassa paikantuu tässä tutkimuksessa osaksi uusliberalistista ja terapeutista eetosta. Molemmissa jäsenystavoissa persoonallisuudella on merkitystä sille, millaisia asemointeja yksilöt ja ryhmät saavat suhteessa muihin. Ne yhdistyvät haavoittuvuuden eetoksessa, joka korostaa yksilöllisyyttä ja itsevastuuta haavoittuvuuden hallinnassa.

Yhdistykset ovat paikkoja, joissa kootaan, tuotetaan ja koetellaan eri lähteistä tulevaa tietoa. Ne voivat olla osapuolia keskusteluissa, joissa uusia sosiaalisia avauksia käännetään käytännöiksi. Käytännöiksi kääntäminen koostuu kaikista niistä käsitteistä, tavoitteista, teoista ja aineellisista asioista, joita prosessissa on mukana. Yhdistykset voivat toimia vuorovaikutusjärjestelminä, myötäelämisen uusintamisen paikkoina ja solidaarisuuden verkostoina (Siisiäinen 2003). Ne voivat välittää kokemuksia ja niiden merkityksiä ja hyvinvointiretoriikkaa eri ryhmien välillä. Ne voivat nojata siihen yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen kontekstiin, jossa ne saavat alkunsa

ja toimivat. Ne voivat myös haastaa vallitsevia olosuhteita ja siten luoda liikettä ja muutosta myös ympäröiviin rakenteisiin. Tästä liikkeestä ja muutoksen potentiaalista olen tässä tutkimuksessa kiinnostunut. Olen kiinnostunut siitä, miten yhteiskunnallinen ja kulttuurinen muutos ja auttamiseen tähtäävät terapeuttiset käytännöt voivat tulla näkyviksi samassa kuvassa.

3 Kuvauspaikka ja linssin tarkentaminen – etnografian kentät

Tässä luvussa käsittelen etnografisen tutkimusprosessini lähtökohtia ja esittelen aineistoni ja sen lukutavan. Kuvaan etnografista kenttää ja omaa asemoitumistani tutkimuskentälle, reflektoin suhdettani etnografiseen tutkimusotteeseen ja tutkittavaan ilmiöön ja pohdin tutkimusprosessin eettisiä kysymyksiä. Nämä kaikki ovat osa refleksiivisyyttä tutkimuksellisenä ja metodologisena välineenä ja auttavat hahmottamaan, mitä tutkimuksen avulla voi tietää, mihin aineisto ja sen analyysitavat antavat mahdollisuuden ja miten oma roolini tutkijana siihen vaikuttaa (ks. Högbäck & Aaltonen 2015, 9–31). Ensin kuvaan lyhyesti tutkimani yhdistyksen toimintaa ja tavoitteita tutkimuksen kohteena.

3.1 HSP Suomi ry

HSP - Suomen Erityisherkkät ry (Högkänsliga i Finland rf) perustettiin ja rekisteröitiin vuonna 2013. Yhdistyksen sääntömääräisessä syyskokouksessa vuonna 2019 yhdistyksen nimi päätettiin vaihtaa muotoon *HSP Suomi ry (HSP Finland rf)*. Käytän tässä tutkimuksessa yhdistyksestä yhtenäisesti nimeä HSP Suomi ry. Olen kerännyt tutkimuksen aineiston toimintavuosina 2018–2021.

HSP Suomi ry on ensimmäinen Suomessa rekisteröity temperamenttiyhdistys. Ruotsissa erityisherkkien yhdistys (*Sfh – Sveriges förening om högkänslighet*) perustettiin vuonna 2012. Muissa Pohjoismaissa ja joissakin Keski-Euroopan maissa on perustettu erityisherkkien asiantuntijaorganisaatioita ja -verkostoja jo aiemmin (HSP Suomi ry 2017/julkaisematon raportti). Tutkimuksen kenttätyö on ajoittunut valtakunnallisen yhdistyksen toiminnan ensimmäiseen vuosikymmeneen, ja kenttätyöni aloittamisen aikaan yhdistys oli ollut toiminnassa noin viiden vuoden ajan. Yhdistyksen perustamisvaiheet ja toiminnan käynnistäminen olivat kenttätyöni aikana vielä suhteellisen lähellä, ja monen haastateltavan ja toiminnassa mukana olevan tuoreessa muistissa, ja toimintaa oli viety eteenpäin ja kehitetty vuosien varrella jo useiden aktiivisten jäsenten toimesta. Kenttätyöni aikana yhdistys toteutti ensimmäisen STEA-rahoitteisen kehittämishankkeensa, ja paikantui siltä osin sosiaali- ja terveysalan järjestöjen kenttään. Sille perustettiin toimisto ja palkattiin ensimmäiset

työntekijät. Yhdistyksen jäsenmäärä on vaihdellut vuosittain ollen korkeimmillaan noin 1600. (HSP Suomi ry.)

Yhdistyksen sääntöihin kirjattuna tarkoituksena on ”synnynnäistä erityisherkkyyttä koskevan tiedon ja ymmärryksen lisääminen Suomessa”. Yhdistys ”edistää ja valvoo erityisherkkien yleisiä yhteiskunnallisia etuja, hyvinvointia ja tasa-arvoa”. Lisäksi yhdistyksen tavoitteena on ”luoda erityisherkkien välille yhteyttä ja tuoda esiin erityisherkkyyden voimavaroja”. (HSP Suomi ry.) Tavoitteiden pohjalta voi päätellä, että erityisherkkien ryhmään identifioituvien yhteiskunnallisen edun, hyvinvoinnin ja tasa-arvon toteutumisessa on parannettavaa. Lisäksi yhdistystoiminnalla pyritään yhteisyyden lisäämiseen ja voimavarojen esiin tuomiseen. Varsin uutena yhdistyksenä sen toiminta on kenttätyöni aikana ollut vasta muotoutumassa ja sen asema yhdistyskentällä rakentumassa. Yhdistys on toteuttanut vuosittaisia jäsenkyselyjä, joissa on kartoitettu jäsenistön kokemuksia yhdistyksen toiminnasta, ja yhdistyksen missio ja strategia on laadittu jäsenistön kuulemisen pohjalta (HSP Suomi ry).

Yhdistyksen toimintamuodot sisältävät vertaistoimintaa, erilaisia tapahtumia, seminaareja, infotilaisuuksia ja koulutuksia. Myös Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus STEA:n rahoittama hanketoiminta on ollut yksi keskeinen toiminnan sisältöjä muokkaava ja erilaisia kohderyhmiä koskeva toimintamuoto. Toimintaa on toteutettu koko Suomen alueella, eri paikkakunnilla kokoontuvia paikallisryhmiä ja muita erityisherkkiksi itsensä kokevia yhteen tuovia tilaisuuksia järjestämällä sekä verkkovälitteisesti. Yhdistyksen tavoitteena on tarjota jäsenilleen keskustelualustoja, kohtaamispaikkoja ja mahdollisuuksia kokoontua keskustelemaan erityisherkkyydestä ja saamaan siihen liittyvää ajankohtaista tietoa. (HSP Suomi ry.) Tarkastelen osana aineistoni kuvausta luvussa 3.4 yhdistyksen käynnissä olleita toimintamuotoja niiltä osin, kuin ne liittyvät kenttätyön aikana havainnoimiini tilaisuuksiin ja haastatteluisiin esiin nousseihin keskeisiin toimintamuotoihin. HSP Suomi ry:n toimintatavoitteiden mukaisesti yhdistyksen toiminnan keskiössä kenttätyöni ajanjaksona ovat olleet erityisherkkyyteen liittyvän tiedon ja erityisherkkien välisen yhteenkuuluvuuden lisääminen.

3.2 Etnografia ja tutkijan kuvausote

Etnografinen tutkimusote on tarjonnut monipuolisen tutkimuksellisen välineistön tutkimuskohteeni tarkastelemiseen. Sen avulla on ollut mahdollista tarkastella eri kuvakulmista erityisherkkyydelle annettuja merkityksiä ja yhdistystoiminnan käytäntöjä. Ymmärrän etnografian tavaksi tutkia ja tuottaa *tulkinta* tutkittavasta ilmiöstä, ja siten tutkijan valitsemaan kuvakulmiin sidotuksi, vaillinaiseksikin. (Clifford 1986; Honkasalo 2008b; Lahelma & Gordon 2007, 23; Malkki 2007.) Beverley Skeggsin (2001, 426) mukaan etnografia on ymmärrettävissä tutkimusprosessia

kuvaavaksi teoriaksi, joka ilmentää myös tutkijan liikettä tutkimuskentällä ja kuvaa hänen suhdettaan tutkittaviin ja tutkittavaan ilmiöön. Se on myös koetusta kirjoittamista ja tulkinnan avaamista lukijalle.

Etnografia on osoittautunut käyttökelpoiseksi tutkimusmenetelmäksi uuden ilmiön ja yhdistystoiminnan tutkimiseen, sillä se on antanut mahdollisuuden lähestyä tutkimuskohdetta ilman ennako-oletuksia. Tämä pohjautuu ajatukseen etnografisen tutkimuksen luonteesta pyrkimyksenä ymmärtää tutkittavaa ilmiötä ja tutkittavia heidän omista lähtökohdistaan käsin, pyrkien asettumaan tutkittavien asemaan ja tarkastelemaan heidän kokemusmaailmaansa mahdollisimman autenttisesti (Geertz 1973; Harding & Kostera 2021; Honkasalo 2008b). Etnografisen tutkimusotteen etuna on ollut, että olen voinut ihmetellä ja olla asettumatta ulkopuolisen ”tietäjän” tai asiantuntijan rooliin. Olen saanut olla myös kriittinen ja kysyä tyhmiäkin kysymyksiä. Ymmärrän etnografisen tutkimusotteen tavaksi katsoa moninaisia ilmiöitä niiden monitulkintaisesta luonteesta käsin ja sitä kunnioittaen. Etnografinen tutkimusote on merkinnyt ihmisten kohtaamista, vuorovaikutusta, vaikutetuksi tulemista ja toimimista erilaisten kentän tapahtumien, ajatusten ja tunnelmien välittäjänä ja niitä ymmärtämään pyrkivänä katsojana, kuulijana ja aistijana. (Ehn & Löfgren 2012.) Tähän olen pyrkinyt.

Etnografinen tutkimus tapahtuu kentällä, ja kenttätyöllä viitataan tutkijan pitkäkestoiseen läsnäoloon tutkittavan ilmiön ja tutkimuskohteen parissa ja vuorovaikutuksessa tutkimuskohteen kanssa (Gobo 2008). Etnografisessa tutkimusprosessissa on kyse sekä konkreettisesti että symbolisesti kentälle menemisestä, siellä olemisesta ja koetusta kirjoittamisesta (Geertz 1988). Tutkimuskenttäni on määrittynyt monipaikkaiseksi, kohtaamiset tutkittavien kanssa ovat tapahtuneet eri aikoina eri paikoissa, hetkellisenä läsnäolona kentällä ja sieltä jälleen erkaantumalla. Ymmärrän kentän tutkijan määrittelemäksi, konstruoimaksi ja rajaamaksi, ja se voi koostua myös kirjallisesta ja muusta materiaalisesta aineistosta. Tässä tutkimuksessa kentän muodostavat myös ne yhdistystoimintaan liittyvät kirjalliset materiaalit, joihin olen tutkimusprosessini aikana perehtynyt.

Olen ymmärtänyt kenttätyön myös ruumiilliseksi työksi, sillä olen tehnyt tutkimusta kehollisesti, koko olemuksellani, kaikin aistein (vrt. Warren 2008). Etnografia on kehollista läsnäoloa tutkittavien parissa, kokemista ja aistimista (Ehn & Löfgren 2012, 77). Etnografisessa tutkimuksessa tutkija *on* tutkimusväline, avain tutkittavan ilmiön ymmärtämiseen. Siten tutkimus on keräämästäni aineistosta nouseva, omien kokemusteni läpäisemä kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Tutkijana tulkitsemani tieto on etnografisen tutkimuksen luonteen mukaisesti myös oman tiedonkäsittelyprosessini läpäisemää, ja siten se on myös konstruktio tutkittavien tarjoamasta tiedosta, jota olen tulkinnut omasta tutkijan positiostani käsin. Olen tutkijana sidoksissa myös sukupuolen, koulutuksen ja elämänhistoriani määrittelemiini kulttuurisiin positiioihin.

Tutkimusprosessiin on vaikuttanut myös oma suhteeni tutkittavaan ilmiöön. Kuten tämän tutkimuksen johdantoluvun alussa tuon esiin, oma motivoitumiseni erityisherkkyyden ilmiön tutkimukseen on saanut sykäyksen samantapaisesta epifanisesta kokemuksesta kuin tutkittavat toivat haastatteluissa toistuvasti esiin kertoesaan erityisherkkyydestä kuulemisesta ensi kertaa (kts. luku 4). Siten olen koko tutkimusprosessini ajan pohtinut myös kysymystä siitä, identifioidunko itse erityisherkkyyteen. Ilmiön monimerkityksisyys ja siihen liitetyt ambivalentit kokemukset ja toisaalta niiden tulkintaa ohjaavat merkitysjärjestelmät ovat saaneet minut kysymään, mikä on ollut oma suhteeni tutkimaani ilmiöön tutkimusprosessin aikana. Vastaus on, että se on ollut ristiriitainen, ja siksi tutkimusprosessin eri vaiheissa olen tulkinnut aineistoa tästä ristiriitaisesta suhteesta käsin. Tämän ristiriidan reflektio tuo esiin myös sen vaikutusta analyysin etenemiseen.

Kokemus ristiriidasta on syntynyt ennen kaikkea terapeutin kulttuurin roolista tässä tutkimuksessa. En kentälle mennessäni yhdistänyt yhdistystoiminnan tutkimusta terapeutin kulttuurin tutkimukseen, vaikka se myöhemmin osoittautui aivan keskeiseksi tavaksi tulkita ja ymmärtää erityisherkkyyden identiteetin rakentamista ja yhdistystoiminnan käytäntöjä. En henkilökohtaisesti mieltänyt erityisherkkyyttä erityisesti terapeutin, vaan olin kiinnostunut sen sosiaalisesta rakentumisesta ja sen avulla esiin nousevista yhteiskunnallisista kysymyksistä. Tutkimusprosessini aikana julkaistu terapeutin kulttuurin tutkimus (mm. Brunila ym. 2020; Salmenniemi ym. 2020) on kuitenkin vahvistanut ymmärrystä siitä, miten vahvasti terapeutin kulttuuri toimii osana ihmisten elämää, ja avannut tarkasteluun myös sen roolin yhdistystoiminnan kentällä. Lisäksi terapeutin ja poliittisen välistä suhdetta tarkasteleva tutkimus (Salmenniemi 2019, 2022) on antanut tukea ajatukselle siitä, että ne voivat olla yhtä aikaa läsnä olevia tapoja merkityksellistää ilmiöitä ja siten toimia myös oman aineistoni tulkintakehyksinä.

Omakohtauuden ymmärtäminen ja siitä etäännyminen on ollut tutkimusprosessia muokkaava tekijä, ja vaikuttanut myös tutkimuksen teon kestoan. Lähelle katsominen ja näkeminen vaatii asioiden etäännyttämistä, ja siksi siihen on tutkimuksessani kulunut aikaa (vrt. Satama 2020, 213). Olen kuitenkin pyrkinyt tarkastelemaan tutkimuskohdetta avoimesti, riittävän kauan ja riittävän etäältä. Erityisesti feministisessä etnografiassa (esim. Skeggs 2001) on kiinnitetty erityistä huomiota tutkijan asemoitumiseen suhteessa tutkittavaan kohteeseen. Luvussa 7 tuon esiin myös omia kentällä oloon liittyviä kokemuksiani, jolloin luvun aineisto voidaan osittain lukea autoetnografiseksi (ks. Fingerroos & Jouhki 2014; Uotinen 2010). Tämä viittaa edellä kuvaamaani henkilökohtaiseen suhteeseen tutkittavaan ilmiöön ja sen reflektointiin erityisesti osana jäsenjuhlakokemuksia. Painotan kuitenkin, että tutkimus ei ole autoetnografia eli tutkijan kokemuksia, vaan pääasiallisesti tutkittavien tuottamaa merkityksenantoa, tulkitsevaa. Siten omien kokemusten esille tuomista voi tulkita myös refleksiiviseen tutkimusotteeseen liittyväksi tutkijan asemoitumisen ja

tunteiden huomioimiseksi osana tulkintaa (ks. Högbacka & Anttonen 2015). En ole myöskään ollut ennen tutkimusprosessin alkua mukana tutkittavan yhdistyksen toiminnassa, vaan olen tutustunut siihen vasta tutkimusprosessin aikana tutkijan roolista käsin.

Tutkimusaineisto on kerätty yksittäisen yhdistyksen toiminnasta, ja siten tutkimus voidaan luokitella organisaatioetnografiaksi (vrt. Harding & Kostera 2021). Olen omaksunut organisaatioetnografiassa hyödynnetyn tavan lähestyä tutkimuskohdetta suoran havainnoinnin (Kunda 1992) avulla, joka merkitsee organisaation toiminnassa mukana oloa, mutta ei kuulumista siihen esimerkiksi tasavertaisena (yhdistys)toimijana (Kostera 2021, 41). Tämä merkitsee toiminnan havainnoimista sekä läheltä että kaukaa, ihmisten kanssa keskustellen, mutta ilman omaa aktiivista roolia toiminnassa. Olen ollut mukana kentän tapahtumissa niitä seuraten ja muistiinpanoja tehden. Sen lisäksi olen pyrkinyt toimimaan vastavuoroisesti myös tutkittavien suuntaan, ja kertonut alustavista tutkimustuloksista esimerkiksi pitämällä alustuksen yhdistyksen tiedeillaksi nimeämässä tapahtumassa. Siten olen pyrkinyt antamaan tutkittaville jotakin takaisin heidän antamastaan panoksesta tutkimukselle.

Kuten olen tuonut esiin, olen omaksunut ajatuksen etnografiasta kehollisena ja moniaistisena tapana tehdä tutkimusta. Organisaatioestetiikkaa tutkinut Suvi Satama (2017; 2020) on tuonut esiin, miten organisaatioetnografiaakin on mahdollista toteuttaa huomioiden tutkijan keholliset kokemukset ja niin sanottujen *esteettisten kokemusten* merkityksen tutkimuksessa. Esteettisillä kokemuksilla Satama viittaa tutkijan omien tunteiden, ajatusten ja subjektiivisten tuntemusten kirjoittamiseen osaksi tutkimusta. Etnografinen tutkimusotteeni pohjautuu esteettisten kokemusten huomioimiseen ja kehollisuuden lisäksi se merkitsee *haavoittuvuuden* huomioimista, jolla tarkoitan oman tietämättömyyteni ja omien tunteideni tunnistamista ja tunnustamista ja niiden vaikutusten huomioimista tutkimusprosessin aikana. Se pohjautuu myös *sensitiivisyyteen*, haluun pyrkiä ymmärtämään ja myötäilemään monia erilaisia näkökulmia sekä visuaalisten metaforien käyttämiseen. (Ks. Satama 2017; 2020.) Siten tutkimus heijastelee omaa tutkijuuttani tämän tutkimuksen toteuttajana.

3.3 Tutkimusprosessin reflektio

Kiinnostus päästä kiinni erityisherkkyydelle annettuihin kollektiivisiin merkityksiin on antanut sysäyksen ottaa yhteyttä sähköpostitse HSP Suomi ry:n ja kysyä mahdollisuutta päästä tutustumaan yhdistyksen toimintaan ja haastattelemaan siihen osallistuvia ihmisiä. Yhteydenotoni tuotti myönteisen vastauksen, ja tutkimukseni otettiin mielenkiinnolla ja uteliaisuudella vastaan. Kenttätyö käynnistyi pienin askelin keväällä 2018. Sitä ennen olin jo tutustunut yhdistyksen toimintaan ja materiaaleihin erityisesti internetsivujen pohjalta. Myös yhdistyksen toimijat tarjosivat heti alusta alkaen materiaalia tutustuttavaksi ja tarjoutuivat tukemaan tutkimusprosessiani eri

tavoin. Tutkimukseni saama positiivinen vastaanotto helpotti myös fyysiselle kentälle siirtymistä ja ihmisten kohtaamista. Ensimmäisen haastattelun tein kesällä 2018 ja siitä alkanut etnografinen kenttätö kesti lopulta varsin pitkään. Viimeinen haastattelu tapahtui tammikuussa 2022, joskin tiiviimpi kenttätöjaksoko ja pääosa aineiston keruusta ajoittui vuosiin 2019–2021. Aineiston kerääminen tapahtui siten prosessina, jossa vuorottelivat tiiviimmät kentällä olon jaksot, työskentely kerätyn aineiston parissa ja paluu kentälle mahdollisten uusien ja tarkentavien kysymysten kanssa (vrt. Honkasalo 2008a). Tämä osoittautui tutkimusaineiston monipuolisuuden kannalta hyväksi ratkaisuksi, sillä pitkälle ajanjaksolle jakautunut aineistonkeruu antoi mahdollisuuden yhdistystoiminnan muotoutumisen huomioimiseen ja antoi aikaa ajattelulle ja tulkinnalle. Toisaalta runsas aineisto toi omat rajaamiseen liittyvät haasteensa jatkuvassa muutoksessa olevan merkityksenannon tiivistämiseen yhdeksi kuvaksi.

Etnografisessa tutkimuksessa on keskeistä luoda pitkäkestoisen aineistonkeruun mahdollistavia vuorovaikutussuhteita tutkittavien kanssa (Skeggs 2001, 426). Ensimmäinen haastattelu toimi tärkeänä avainhaastatteluna ja kentälle pääsyn mahdollistajana. Haastateltava oli sattumalta päivämatkalla asuinkaupungissani, joten tarjosin hänelle mahdollisuutta haastatteluun silloisella työpaikallani. Olin vaikuttunut ja kiitollinen siitä kiinnostuksesta, jonka tutkimukseni herätti, ja haastateltavan halusta saapua haastatteluun ehdottamaani paikkaan. Kaksituntinen keskustelu herätti lisää uteliaisuuttani ja vahvisti tutkimuksen merkitystä. Erityisherkkyydestä kaivattiin uutta tutkimustietoa. Sain myös yhteystietoja ja vinkkejä henkilöistä, joita voisin mahdollisesti haastatella, ja tilaisuuksista, joihin voisin osallistua ja päästä keräämään aineistoa. Ensimmäinen kenttätömatkani oli mitä jännittävin, sillä esittelin ensimmäistä kertaa tutkimushanketta ja sen näkökulmia pohjustaen tulevaa kenttätöaikaa. Vuosien varrella tapasin kymmenittäin uusia ihmisiä, ja osa heistä tuli tutuksi monista eri tilaisuuksista ja kohtaamisista. Jälleennäkemiset tuottivat myös iloa.

Ensimmäisen haastattelun jälkeen havainnoinnit, haastattelut ja muuhun kirjalliseen materiaaliin tutustuminen yhdistyivät limittäin kulkeväksi prosessiksi. Tutkimuskenttä oli maantieteellisesti monipaikkainen, joka merkitsi matkustamista eri puolella Suomea järjestettäviin tapaamisiin ja tilaisuuksiin. Siten luontevaksi tavaksi kerätä aineistoa tuli yhdistää havainnointimatkoihin myös haastattelutapaamisia. Matkustin joihinkin kaupunkeihin ja paikkoihin ensimmäistä kertaa, ja pääsin kenttätöajan aikana tutustumaan moniin eri ympäristöihin, joissa erityisherkkyyden ilmiötä tuotettiin. Kenttätööhön mahtui useampi vuodenvierailu, joten pääsin keskustelemaan erityisherkkyyden merkityksistä niin syysateissa, talven pimeydessä kuin kesän kukkaloiston keskellä. Erään haastateltavan kanssa kuljimme haastattelupaikalta juna-asemalle kaupungin jouluvalojen loisteessa, toisen kanssa nautimme haastattelun ja seuraavan kokoontumisen välissä alkukesän auringonpaisteesta puiston

kirsikkapuiden kukintaa ihailen. Pääsin seuraamaan ja osalliseksi sitä iloa ja ”hurmioitumista”, josta haastateltavat monissa keskusteluissa puhuivat. Haastattelut ja kaikki tapaamiset mahdollistivat hetkellisiä kohtaamisia, joihin sisältyi monia perinteisestä tutkimuskontekstista, kuten haastattelutilanteista, erillisiä tapoja tuoda esiin erityisherkkyydelle annettuja merkityksiä. Näitä hetkiä tallensin haastattelu- ja havainnointimatkoista kirjoittamiini kenttäpäiväkirjoihin, jotka ovat osa tutkimusaineistoa.

Etnografiaa luonnehtii liikkuminen ihmisten parissa ja erilaisissa konteksteissa ja kohtaamisissa (Honkasalo 2008b). Kohtaamisten tavat ja paikat muuttuivatkin jopa dramaattisesti tutkimusprosessin ja kenttätöön aikana. Vuonna 2020 alkanut Covid19-pandemia muutti tutkimuskenttää ja sen myötä myös tutkimuksen luonne muuttui. Yhdistystoimintaa oli pitkälti toteutettu ja suunniteltu kasvokkaisten kohtaamisten varaan, ja pandemian aiheuttamien kokoontumisrajoitusten myötä tilaisuuksia joko peruttiin tai siirrettiin verkkoympäristöön etäyhteyksin toteutettaviksi. Kenttätöön loppuvaiheessa osittaisten yleisten kokoontumisrajoitusten purkaminen mahdollisti erilaisten hybriditapahtumien järjestämisen niin, että osa tilaisuuksiin osallistujista saapui paikan päälle fyysiseen tapaamiseen, osa osallistui verkon välityksellä etäyhteyksin. Osa osallistumistani tilaisuuksista on ollut lähitapaamisia, osa erilaisia verkossa tapahtuvia koulutuksia, luentoja ja etätapahtumia. Verkossa tapahtuva osallistuminen ja havainnointi on monipuolistanut tutkimusta ja sen aineistoa ja tehnyt siitä myös fyysisestä paikasta riippumatonta.

Verkossa tapahtuva havainnointi on siten rikastuttanut tutkimusprosessia, toisaalta se on myös haastanut sellaisten fyysiseen kohtaamiseen liittyvien merkitysten havainnointia, jotka suurimmassa osassa havainnoimiani tapahtumia ovat olleet keskeisessä asemassa. Tutkimus on siis osittain myös verkkoetnografinen (ks. Hine 2000), mutta verkossa tapahtuva vuorovaikutus ei ole tämän tutkimuksen kiinnostuksen kohde sinänsä, vaan yksi konteksti, jossa tutkimusaineistoa on syntynyt. Tutkimuksen kohde ei myöskään ole verkkoetnografialle tyypillisesti verkkoviestintään keskittyvä yhteisö (vrt. Kozinets 2010). Kuvaan kuitenkin myös verkkoympäristön merkitystä yhdistystoiminnan vuorovaikutusympäristönä siltä osin, kuin olen kokenut sen tarpeelliseksi aineiston analyysin ja tulkinnan kannalta. Myös osa haastatteleista on tehty verkon välityksellä tai puhelimitse ilman kasvokkaista kohtaamista. Sekä kasvokkaisten kohtaamisten että verkkovälitteisten tilaisuuksien havainnointi on tuottanut monipuolisen ja rikkaan aineiston ja monipuolistanut siten myös aineiston analyysiä ja tulkintaa. Tutkimukseni on siten etnografiselle tutkimukselle tyypillisesti syntynyt monissa yhdistystoiminnan konteksteissa, erilaisissa paikoissa, tilaisuuksissa ja verkostoissa (vrt. Honkasalo 2008b).

Etnografiseen kenttätööhön ja läsnäoloon kentällä liittyy vahvasti oman paikan hakeminen ja suhteen luominen tutkittaviin. Tämä vaatii oman persoonan kokonaisvaltaista käyttöä (Kostera 2021, 42). Luottamuksen rakentaminen on ehdoton

edellytys kenttätöön onnistumiselle. Tiedon tuottaminen on hermeneuttinen, ymmärtämään pyrkivä prosessi, ja tietoa myös tuotetaan ja tulkitaan yhdessä tutkimuskohteen kanssa. (Hämeenaho & Koskinen-Koivisto 2014.) Tutkimusprosessin aikana koin monia epävarmuuden kokemuksia siitä, olinko ymmärtänyt ja tulkinnut asioita oikein, havainnoimieni tilanteiden oikeuttamalla ja haastateltavien tarkoittamalla tavalla. Läsnaolo erilaisissa kohtaamistilanteissa on aina osa hetkellisiä ja paikallisia vuorovaikutustilanteita, joihin ei ole voinut täysin etukäteen varautua. Siten etnografisen tutkimuksen luonteeseen kuuluvasti kentällä oloon ja aineiston keruuseen on liittynyt myös improvisoituja elementtejä (ks. Cervonka 2007). Tilanteen arviointi ja tulkinta ja oman toiminnan sovittaminen siihen sopivaksi on johtanut sellaisen aineiston kerääntymiseen, jota en ollut etukäteen tutkimusprosessin alussa voinut täysin suunnitella. Toisaalta tilannekohtainen arviointi ja tutkittavien ehdotusten kuuntelu ovat johdattaneet sellaisen aineiston pariin, joka on tuntunut nousevan tutkittavien ja tutkittavan ilmiön ymmärtämisen kannalta olennaisemmaksi kuin se, mitä olin etukäteen suunnitellut. Tällaisia olivat esimerkiksi erityisherkkyyteen liittyvät keskusteluillat tai taidepainotteiset työpaikat.

Eri sisältöluvuissa käsittelemäni teemat ovat korostuneet haastateltavien puheissa, ja tutkimus on rakentunut niiden seuraamisesta tarkemman analyysin kohteeksi ja tulkinnan välineeksi. Haastattelujen osalta tämä on tarkoittanut haastattelukysymysten painottumista eri haastatteluissa ja tutkimusprosessin eri vaiheissa eri tavoin. Havainnointien osalta se on tarkoittanut osallistumista joihinkin sellaisiin tilaisuuksiin, joita en ollut etukäteen osannut suunnitella osaksi tutkimusta, ja pois jäämistä joistakin sellaisista tilaisuuksista, joihin olin etukäteen ajatellut osallistuvani. Prosessi on kuljettanut minua tilaisuudesta toiseen ja keräämäni aineisto on opastanut uusien kysymysten ja aineistotarpeiden äärelle. Terapeuttinen kulttuuri alkoi hahmottua prosessin edetessä ydinteemaksi, jota en vielä tutkimusta aloittaessani osannut täysin ennakoida.

Ensimmäisen tekemäni haastattelun jälkeen kului muutama kuukausi ennen kuin pääsin aloittamaan aineistonkeruuta tiiviimmin. Siinä välissä olin myös onnistunut saamaan tutkimukselleni rahoituksen, joka siivitti tutkimuksen aloitusta ja sen tekemiseen kohdistuvaa innostustani. Rahoituksen saaminen oli hieno asia tuoda esiin myös haastateltaville, heidän tärkeäksi kokemansa asia oli saanut myös laajempaa yhteiskunnallista huomiota. Ihmisillä tuntuikin olevan suuri tarve ja mielenkiinto päästä kertomaan omista kokemuksistaan sekä yhdistystoiminnasta. Tähän innostukseen oli helppo tarttua. Haastateltavien innostuksen siivittämänä koin myös itse suurta iloa siitä, että sain mahdollisuuden päästä osaksi erityisherkkyyden ilmiöön liittyvää keskustelua. Samalla se loi kuitenkin myös painetta siitä, miten tutkimukseni onnistuisi vastaamaan siihen tiedontarpeeseen, jota kentällä koettiin. Tähän liittyi myös tutkimuseettinen pohdinta siitä, millaiseen tutkimukseen siihen osallistuvat ajattelevat osallistuvansa.

Erilaisissa instituutioissa toteutetun etnografian ja analyysin lähtökohtana tulee olla kentän toimijoiden todellisuus (Harding & Kostera 2021; Honkasalo 2008b). Koska olen tutkinut kollektiivista toimintaa ja merkityksenantoa, olen pohtinut myös kenttätöön aikana, miten saan kohtaamistilanteet tallennettua osaksi tutkimusta niin, että antaisin riittävän rikkaan ja monipuolisen kuvan niistä monista erilaisistakin vuorovaikutustilanteista, joissa yhteistä kuvaa erityisherkkyydestä rakennettiin. Ihmisten välinen vuorovaikutus sisältää aina myös ristiriitojen mahdollisuuksia, joten pohdin kentällä ollessani myös sitä, miten vuorovaikutuksen rikkaus tulisi huomioiduksi kaikkien tutkittavien näkökulmia arvostavalla tavalla. Lopulta analyysin teoreettiset työkalut ohjasivat ottamaan etäisyyttä myös näistä pohdintoista ja tarkastelemaan mahdollisia ristiriitoja ”kamppailuina” merkityksistä. Kaikesta olen pyrkinyt kirjoittamaan tutkimukseen osallistuneita kunnioittavalla tavalla.

3.4 Aineisto

David M. Fetterman (2010) kuvaa etnografisen tutkimuksen aineistoa metsäksi, jolla hän viittaa kenttätöön aikana kerättävän aineiston runsauteen. Tämän tutkimuksen pääasiallinen aineisto koostuu haastatteluista ja erilaisissa tilaisuuksissa tehdyistä havainnoinneista ja keskusteluista ja niihin pohjautuvista havainnointi- ja kenttäpäiväkirjoista. Lisäaineistona olen käyttänyt yhdistystoiminnassa tuotettuja asiakirjoja (mm. pöytäkirjat) ja julkaistuja esitteitä, mainoksia, luento- ja koulutusmateriaaleja ja muuta toimintaan liittyvää kirjallista materiaalia sekä internetsivustoa ja sosiaalista mediaa. Olen hyödyntänyt aineistosta sen osan, joka on muodostunut keskeiseksi tutkimuksen kysymyksenasettelun ja näkökulman tarkentuessa tutkimusprosessin aikana. Taulukossa 1 näkyy kootusti tutkimuksen aineistot.

Taulukko 1. Etnografinen tutkimusaineisto.

Haastattelut	Havainnoinnit (18)	Muu kirjallinen materiaali
25 haastattelua kaksi uusinta haastattelua yksi kahden hengen haastattelukeskustelu	Kokoukset Koulutukset, luennot Työryhmät Työpajat Jäsenjuhlat	Luento- ja koulutusmateriaalit Lasten erityisherkkyyso-pas Työelämäopas Kokouspöytäkirjat Jäsenkirjeet Esitteet Nettisivut Sosiaalinen media Blogitekstit
Tutkimus- ja kenttäpäiväkirja	Tutkimus- ja kenttäpäiväkirja, valokuvat	

Haastattelut ovat keskeinen osa etnografista tutkimusta (Fetterman 2010, Tolonen & Palmu 2007), ja niin tässäkin tutkimuksessa. Haastattelin kaikkiaan 25 yhdistystoimijaa, joista kahta haastattelin kahdesti tutkimusprosessin aikana. Osa haastateltavista oli ollut mukana yhdistystoiminnassa sen alkuaajoista asti, osa oli tullut mukaan vasta myöhemmin. Haastateltavissa oli mukana sekä aktiivisia toimijoita että vain yhteen tai muutamaan tilaisuuteen tai tapahtumaan osallistuneita yhdistyksen jäseniä. Haastateltavista 20 oli naisia ja kolme miehiä, iältään 20–70-vuotiaita. Naisien suurempi edustus haastatteluissa johtuu osittain siitä, mihin yhdistystoiminnan vaiheeseen ja toimintamuotoihin olen kenttätöön aikana keskittynyt. Toisaalta jakauma edustaa myös yhdistystoimintaan osallistumisen yleistä profiilia. Auttamistyöhön painottuvan järjestötoiminnan naisvaltaisuuden lisäksi myös terapeutin kulttuuri on kulttuurisesti assosioitunut feminiiniseksi, koska siihen liittyy kiinnostus feminiinisenä pidettyyn hoivaan ja tunteisiin (Sointu 2013, 73). Toisaalta erityisherkkyyden on koskettanut ilmiönä sekä naisia että miehiä.

Haastateltavien koulutustausta vaihteli toisen asteen koulutuksesta tohtorin tutkintoon. Suurin osa haastateltavista oli mukana työelämässä, palkkatyössä tai yrittäjinä. Haastattelin myös opiskelijoita ja osa-aikatyötä tekeviä sekä jo eläkkeelle siirtyneitä. Suurimmalle osalle tärkeä toiminnassa mukana olon syy oli oma identifioituminen erityisherkkäksi. Yksi haastateltavista halusi keskustella haastattelussa vain yhdistystoiminnasta, ei omista kokemuksistaan. Haastateltavien saaminen mukaan tutkimukseen oli sujuva prosessi, ja haastateltavien määrää olisi helposti voinut kasvattaa vielä lisääkin. Koska keräsin myös havainnointiaineistoa monista erilaisista tilaisuuksista, myös niistä käytävät keskustelut tuottivat runsaasti sellaista aineistoa, joka vastasi haastattelumateriaalia. Ne myös rikastuttivat yksilöhaastatteluja, koska tilaisuuksissa erityisherkkyydestä keskusteltiin erilaisissa ryhmissä ja siten siihen liittyvää merkityksenantoa tuotettiin kollektiivisesti, mikä on ollut erityisesti kiinnostukseni kohde tässä tutkimuksessa. Haastattelut olivat yksilöhaastatteluja yhtä kahden haastateltavan yhteishaastattelua lukuun ottamatta. Haastattelut kestivät noin tunnista kolmeen tuntiin, ja nauhoitettua haastattelumateriaalia kertyi kokonaisuudessaan noin 30 tuntia. Haastatteluaineisto toimii tärkeänä avainaineistona, jota vasten olen peilannut muusta aineistosta saatavaa tietoa.

Olen tehnyt haastatteluja monissa eri paikoissa ja kaupungeissa, samoissa tiloissa muun yhdistyksen toiminnan kanssa, esimerkiksi yhdistyksen toimistolla. Olen tavannut haastateltavia kahviloissa ja ravintoloissa, hotellin aulassa ja kirjastojen työskentelytiloissa ja yhden haastateltavan työpaikalla sekä omalla työpaikallani. Osa tilanteista on ollut rauhallisia kahdenkeskisiä keskustelutilanteita. Kahviloissa ja muissa julkisissa paikoissa tehtyjen haastattelujen aikana taustalta on kuulunut puheensorinaa ja taustamusiikkia, ja haastattelu on saattanut myös hetkeksi keskeytyä ulkopuolisen tullessa käymään hetkellisesti tilassa. Viisi haastattelua on toteutunut etäyhteyksin puhelimen tai tietokoneen välityksellä, koska kasvokkaista tapaa-

mista ei saatu pitkistä etäisyyksistä tai aikatauluista johtuen toteutumaan. Joitakin haastatteluja on jouduttu myös siirtämään toiseen ajankohtaan sairastumistapausten vuoksi. Sen, että haastattelut eivät tällaisessakaan tapauksessa kokonaan peruuntuneet vaan ne sovittiin toiseen ajankohtaan, tulkitseen osoitukseksi ihmisten halusta kertoa omista kokemuksistaan ja niiden merkityksistä sekä yhdistyksen toiminnasta.

Aineiston keruu on lähtenyt liikkeelle tutustumisesta yhdistyksestä tarjolla olevaan materiaaliin internetissä. Materiaalin pohjalta on ollut mahdollista laatia haastatteluja varten vapaamuotoinen teemahaastattelurunko keskustelujen tueksi. Haastattelujen teemat liittyivät erityisherkkyyden yksilötason merkityksiin haastateltavien omassa elämässä, yhdistystoiminnan merkityksiin ja käytäntöihin sekä erityisherkkyyteen ilmiönä ja suhteessa suomalaiseen yhteiskuntaan. Teemojen laajuus on mahdollistanut monipuolisen kartoituksen kaikesta siitä merkityksenannosta, jota erityisherkkyydelle on annettu sekä yksilöiden että yhdistystoiminnassa kokoontuvan yhteisön näkökulmasta. Näiden laajojen teemojen pohjalta ja havainnointiaineiston täydentämänä on muodostunut käsitys niistä tarkemmista teemoista, joita aineistosta nousee esiin yhä uudelleen. Olen kysynyt haastateltavilta eri teemoihin liittyviä kysymyksiä sen mukaan, mikä keskustelun aikana on tuntunut luonteelta. Osa haastatteluista on noudattanut tarkemmin kysymysrunkoa, osa haastatteluista on ollut hyvin vapaamuotoisia ja keskustelu on painottunut niihin asioihin, joita haastateltavat ovat halunneet tuoda esiin ja josta he ovat halunneet keskustella. Kaksi haastatteluista toimivat ikään kuin analyysin testaukseen soveltuvina haastatteluina, joissa keskustelin haastateltavien kanssa erityisesti niistä teemoista, joita analyysissä oli pinnalla sillä hetkellä. Haastattelut toimivat siten paitsi tutkimusaineistona, myös tärkeinä aineistonkeruun ja analyysin suuntaamisen työvälineinä.

Ensimmäisten ja viimeisten tutkimushaastattelujen sisällöt voivat olla hyvinkin eri tyyppisiä ja valottaa tutkimusaihetta erilaisista näkökulmista (Tolonen & Palmu 2007). Haastattelukysymykset muuttuivat jonkin verran matkan aikana, kun yhdistystoiminnan konkreettiset käytännöt tulivat minulle tutummiksi ja keskusteluissa syvennyttiin tarkemmin toiminnasta saatuihin kokemuksiin ja merkityksenantoon. Joissakin haastatteluissa painottuivat enemmän henkilökohtaiset, oman elämän kokemukset, joissakin enemmän yhdistystoiminnan näkökulma. Litteroin haastatteluja sitä mukaa kuin niitä kertyi. Suoritin litteroinnit tarkasti, ja purin keskustelut sanasta sanaan huomioiden myös puheessa olevat tauot tai painotukset. Jossain vaiheessa prosessia haastattelujen tahti oli niin tiivis, että litteroitavaa kertyi jonoksi asti, ja litterointi työvaiheena veikin prosessista useamman kuukauden mittaisen ajanjakson ja litteroitua tekstiä syntyi satoja sivuja. Olen antanut kaikille haastateltaville pseudonyymit, ja pitänyt siten haastattelumateriaalin erillään alkuperäisistä henkilötiedoista.

Haastatteluaineisto on sidoksissa haastattelutilanteeseen, jossa se on tuotettu (Kostera & Modzelewska 2021). Olen pyrkinyt toteuttamaan tutkijuutta sensitiivi-

sesti (vrt. Satama 2017) ja toimimaan haastattelijana kuuntelevana ja ymmärtämään pyrkivänä keskustelukumppanina. Haastattelujen ilmapiiri on ollut kaikissa haastatteluissa rauhallinen ja miellyttävä. Keskustelu erityisherkkyyden merkityksistä on ollut monelle haastateltavalle myös tunteita herättävää, ja haastattelujen aikana sekä itkettiin että naurettiin. Yhdeltä haastateltavalta sain positiivista palautetta haastatteluyulistäni, jolla olen haastateltavan mukaan onnistunut saamaan hänestä irti asioita, joita hän ei olisi ollut valmis avaamaan kaikille haastattelijoille. Monet haastateltavat kiittivät haastattelusta tuoden esiin, miten osallistuminen antoi mahdollisuuden pohdita erityisherkkyyden teemaa myös niistä näkökulmista, joita he eivät olleet aiemmin sanallistaneet, mutta jotka avasivat uusia näkökulmia myös heidän omiin kokemuksiinsa. Joissakin haastatteluissa tunnelma oli asiakeskeinen, ja erityisesti etäyhteyksin toteutetut haastattelut olivat hieman muodollisempia kuin kasvokkain toteutetut. Toki myös poikkeuksia oli, ja myös etäyhteyksin toteutetuissa haastatteluissa toteutui tilanteisen vuorovaikutuksen synnyttämää tunneilmaisua, naurua ja liikuttumistakin. Osittain haastattelutilanne oli myös jännittävä sekä minulle haastattelijana että haastateltaville. Jotkut haastateltavista miettivät, osasivatko vastata kysymyksiini toivomallani tavalla. Myös jotkut kysymykset koettiin vaikeina vastata. Niistä oli kuitenkin helppo siirtyä keskustelemaan niistä teemoista, jotka kustakin haastateltavasta tuntuivat merkityksellisiltä ja tärkeiltä. Siten myös analyysin aikana olen pitänyt mielessä, että tutkimustilanteeseen liittyvät tekijät ovat voineet vaikuttaa siihen, mistä asioista on keskusteltu tai mitä on haluttu tuoda esiin tai jättää kertomatta.

Haastattelujen lisäksi keskeinen osa aineistonkeruuta etnografisessa tutkimuksessa on osallistuminen ja havainnointi, jota olen toteuttanut yhdistyksen järjestämissä erilaisissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa vuosina 2019–2021. Olen osallistunut seminaareihin, kokouksiin, yleisötilaisuuksiin, koulutuksiin, asiantuntijatapaamisiin ja vuotuisiin jäsenjuhliin. Erilaisia tapahtumia on järjestetty myös verkkovälitteisesti ja hybridimuotoisena, sekä lähi- että etätapaamisena. Olen osallistunut yhdistyksen ensimmäisen STEA –rahoitteisen hankkeen erilaisiin tilaisuuksiin aina aloitusseminaarista sen loppuvaiheisiin asti. Kaikkiaan tilaisuuksia, joista olen tuottanut tutkimusmateriaalia, on ollut 18 (ks. taulukko 1). Osallistumalla erilaisiin ja eri sisältöisiin tilaisuuksiin on ollut mahdollista täydentää haastatteluissa saatua tietoa, mutta myös valottaa tutkimuskohdetta erilaisista ja täydentävistä näkökulmista ja tarkastella puheen ja kielen lisäksi myös käytäntöjä (vrt. Illouz 2008). Vuorovaikutuksen käytäntöjä ja tyypilliseksi muodostuvia toimintatapoja ja normeja on ollut mahdollista havainnoida monipuolisesti erilaisissa tilanteissa ja kohtaamisissa. Olen hyödyntänyt näissä konteksteissa tuotettua puhetta ja keskusteluja osana analyysiä, mutta tilaisuudet ovat tarjonneet mahdollisuuden tuoda analyysissä esiin myös yhdistystoiminnan käytäntöjä. Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on korostettu fyysisen toiminnan analyysin merkitystä kollektiivisen identiteetin rakentamisen tarkastelussa. Tämä tarkoittaa kielellisten käytäntöjen lisäksi havainnoinnin kohdistamista

erilaisissa tilanteissa tapahtuvaan käyttäytymiseen, ilmeisiin, eleisiin ja toimintaan. (Taylor & Whittier 1995, 173.)

Haastatteluissa nostettiin esiin yhdeksi yhdistyksen keskeisimmäksi toimintamuodoksi eri paikkakunnilla ympäri Suomea kokoontuvat paikallisryhmät. Paikallisryhmiä toimi lukuisilla paikkakunnilla, ja suurimmissa kaupungeissa ryhmiä saattoi olla yhtä aikaa käynnissä useampia. Ryhmien toiminta ja niiden muodot olivat saaneet alkunsa paikallisista intresseistä käsin ja vaihdelleet ryhmäkohtaisesti. Koordinointi oli keskittynyt ryhmänvetäjien apuna olemiseen ja ryhmien tapaamisista tiedottamiseen. Paikallisryhmät olivat myös olleet monelle ensimmäinen kosketus yhdistyksen toimintaan, ja paikallisryhmiin osallistuminen oli toiminut monelle myös reittinä muuhun toimintaan osallistumiseen. Paikallisryhmien toimintaa ja niiden merkitystä olen tässä tutkimuksessa tarkastellut pääasiassa haastatteluissa esille tulleiden kertomusten pohjalta, vertaistuellisen kohtaamisen, erityisherkkyyden kokemusten ja narratiivien jakamisen paikkoina (luku 4).

Rekisteröidyn yhdistyksen toiminta pohjautuu yhdessä laadittuihin sääntöihin ja yhdistystoiminnan hallinnollisiin rakenteisiin. Siten tärkeä kokoontumismuoto on sääntömääräiset syys- ja kevätkokoukset, joissa päätetään yhdistyksen toiminnasta, talousarviosta ja valitaan hallituksen jäsenet seuraavaksi toimintavuodeksi. Nämä kokoukset toimivat paitsi yhdistyksen toiminnan hallinnollisina foorumeina, myös tärkeinä kohtaamispaikkoina eri puolelta Suomea tuleville jäsenille. Siten niihin osallistuminen oli monelle yhdistystoimijalle myös tapa päästä tapaamaan muita yhdistyksen jäseniä ja keskustelemaan erityisherkkyydestä. Virallisen kokousohjelman lisäksi näihin kokouksiin olikin järjestetty myös muuta ohjelmaa, ajankohtaisia luentoja ja yhteisiä ruokailumahdollisuuksia. Olen osallistunut kokouksiin ja havainnoinut niitä erityisesti erityisherkkyyteen liittyvän merkityksenannon kautta ja vuorovaikutustilanteina, en niinkään yhdistyksen hallinnointiin liittyvän tiedon tuottajana, koska hallinnolliset kysymykset eivät ole olleet tutkimukseni fokus.

Viestintä eri kanavissa on keskeinen osa yhdistystoimintaa. Sekä sisäinen, yhdistyksen jäsenten välinen viestintä, että ulkoinen viestintä, yhdistyksen viestintä ulospäin, ovat keskeinen osa yhdistystoimintaa ja sen näkyvyyttä. Olen kenttätöiden aikana saanut yhdistyksen jäsenille suunnatut sähköpostitse toimitetut jäsenkirjeet ja muut tiedotteet ja tapahtumamainokset. Lisäksi olen seurannut yhdistyksen viestintää sen julkisten viestintäkanavien, kuten internet-sivuston sekä sosiaalisen median kanavien kautta. Myös erilaiset Facebook-keskusteluryhmät, ovat olleet yhdistykselle tärkeitä foorumeita ihmisten yhteen saattamiseen ja keskustelun mahdollistamiseen. Niissä käytyjä keskusteluja en ole kuitenkaan hyödyntänyt varsinaisina tutkimusmateriaaleina. Myös muu viestintä- ja markkinointimateriaali on ollut taustoitettavaa ja varsinaista tutkimusaineistoa tukevaa materiaalia. Yhdistyksen toimittaman blogin kirjoitukset ovat toimineet myös taustamateriaalina, joihin viitataan tarvittaessa.

Yksi keskeisimmistä yhteisön jäsenten yhteenkuuluvuuden tunteen lisäämiseen liittyvistä toimintamuodoista ovat olleet vuosittain järjestettävät koko jäsenistölle suunnatut Heimojuhlat. Ne ovat kokoontumisia, joiden tärkeä merkitys ihmisille on tullut minulle selväksi jo ensimmäisistä haastatteluista lähtien, ja tapahtumista on keskusteltu monissa haastatteluissa myöhemminkin sekä lukuisissa muissa kohtauksissa. Olen analysoinut Heimojuhliin osallistumisista tuottamiani havainnointi- ja kenttäpäiväkirjoja erityisesti luvussa 7, jossa käsittelen yhteisön yhteistä vuosijuhlaa yhteenkuuluvuutta ja solidaarisuutta tuottavana rituaalina.

Erityisherkkyyteen liittyvän tiedon keräämiseen, tuottamiseen ja levittämiseen oli kenttätöön alkuun mennessä perustettu työryhmiä, joiden tarkoituksena oli keskittyä erityisherkkyyttä koskevan tiedon tuottamiseen eri teemoista käsin. Kenttätöni aikana olivat käynnissä työelämään ja lapsiin ja nuoriin erikoistuneet tiimit sekä niin kutsuttu asiantuntijapaneeli. Tiimeissä tuotettiin erilaisia esitteitä ja oppaita, joita olen hyödyntänyt tutkimusaineistona tässä tutkimuksessa erityisesti työelämäopasta luvussa 5. Olen myös päässyt havainnoimaan ja osallistumaan joihinkin ryhmien puitteissa järjestettyihin kokoontumisiin ja päässyt seuraamaan niiden työskentelyä ja taltioimaan niissä käytyjä keskusteluja osaksi tutkimusaineistoa. Olen osallistunut myös erilaisiin yhdistyksen järjestämiin luentotilaisuuksiin, joissa tuotiin esille erityisherkkyyteen liittyvää tietoa ja kerrottiin myös yhdistyksen toiminnasta. Kaikki nämä tilaisuudet ovat antaneet tietoa ja ymmärrystä siitä, millaisen tiedontarpeen ja yhteiskunnallisen keskustelun äärellä erityisherkkyyden ilmiön merkityksenanto rakentuu.

Kiinnostus tieteelliseen tutkimukseen ja sen pohjalta tuotettuun tietoon oli ollut yhdistyksen toiminnassa tärkeää aina yhdistyksen perustamisesta lähtien. Monissa haastatteluissa tuotiin esiin tieteellisen tutkimuksen tarve, ja erilaiset opinnäytetöihin liittyvät tutkimusyhteistyöehdotukset oli otettu yhdistyksessä ilolla vastaan. Oppilaitosyhteistyötä erityisesti ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden osalta tehtiin aktiivisesti. Yhdistys tarjosi mahdollisuuksia tehdä opinnäytetöitä eri teemoista ja julkaisi linkkejä opinnäytetöihin verkkosivuillaan. Lisäksi yhdistys järjesti erilaisia luentoja ja muita tilaisuuksia, joissa opinnäytetöiden tekijät pääsivät esittelemään tutkimuksiaan. Erityisherkkyyden opinnäytetyön aiheena oli kiinnostanut erityisesti sosiaalialan ja kasvatuksen alan opiskelijoita, mutta erityisherkkyyteen liittyviä opinnäytetöitä oli tehty liittyen myös esimerkiksi kulttuurintuotantoon, musiikin alaan, fysioterapiaan, mediakasvatukseen sekä liiketalouteen ja johtamiseen (HSP Suomi ry jäsensivut/viitattu 20.9.2022). Osallistuin tilaisuuksiin, joissa opinnäytetyöntekijät kertoivat joko suunnitteilla tai käynnissä olevista tai jo valmistuneista tutkimuksistaan. Nämä opinnäytetyöt ja muu toivottu tutkimusyhteistyö antavat kuvaa siitä kokonaisuudesta, joka rakentuu erityisherkkyyden merkityksellistämiseen ja sen esiin nostamiin tietoon ja asiantuntijuuteen liittyviin kysymyksiin, joita käsittelen luvussa 6. Pääsin myös tutustumaan ensimmäisten

erityisherkkyyden kokemusasiantuntijoiden koulutuksessa hyödynnetyihin materiaaleihin.

Yhdistyksen toiminnan kannalta merkittävä kokonaisuus oli kenttätyöni aikana käynnistetty yhdistyksen ensimmäinen Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus STEA:n rahoittama Voimaryhmät-hanke (2019–2021), jonka tavoitteena oli luoda vertaisryhmätyöskentelyyn pohjautuva malli ja kehittää sitä vastaava ryhmänohjaajakoulutus. Vertaisryhmien tarkoituksena oli vähentää ratkaisukeskeisellä ja toiminnallisella työotteella yksinäisyyden tunnetta ja stressiä ja lisätä siten osallisuutta. Hankkeessa toteutettiin myös vertaistuellista puhelin- ja chat-toimintaa, sekä järjestettiin seminaareja ja keskustelutilaisuuksia. (HSP Suomi ry jäsensivut/viitattu 20.9.2022.) Hankkeen toiminnasta muodostui keskeinen tutkimuskenttä, ja pääsin seuraamaan monia sen puitteissa järjestettyjä tapahtumia sekä ryhmänohjaajakoulutuksia. Näistä tilaisuuksista kertynyttä aineistoa hyödynnän tutkimuksessa analysoidulla niissä käytyjä keskusteluja ja koulutussisältöjä. Myös monet haastateltavat toivat esiin hankkeen keskeistä merkitystä yhdistystoiminnassa.

Havainnoitavat tilaisuudet ovat olleet kestoltaan kahdesta tunnista kahteen päivään. Olen kirjoittanut niistä havainnointimuistiinpanoja, nauhoittanut materiaalia ja ottanut valokuvia. Havainnointien jälkeen olen purkanut ajatuksia ja kokemuksia kenttäpäiväkirjaan. Varsinaisissa havainnointitilanteissa tehdyt muistiinpanot ovat olleet toisinaan hyvinkin lyhyitä, muutaman sanan kirjauksia, joita olen sitten tilanteen jälkeen avannut laajemmaksi kuvaukseksi tapahtumista (ks. Kostera & Srednicka 2021, 3–13). Kenttäpäiväkirjat sisältävät kentän tapahtumien ja kokemusteni kuvaamisen lisäksi myös niiden reflektointia. Olen palannut kenttämuistiinpanojen pariin tutkimusprosessin eri vaiheissa ja kirjoittanut havainnointikuvausten jatkeeksi pohdintoja muistiinpanojen yhteyksistä muuhun aineistoon ja analyysiin ja teoreettisiin käsitteisiin. Olen viettänyt kentällä aikaa myös erilaisissa epävirallisissa tilanteissa ihmisten kanssa. Niistä en ole kirjoittanut muistiinpanoja, mutta ne ovat osaltaan myös tuottaneet lisätietoa ja ymmärrystä havainnoimiini asioihin. Havainnointia on ohjannut sama temaattinen viitekehys, jota olen käyttänyt haastatteluisissa. Siten havainnointiaineistoa on mahdollista tulkita vuoropuhelussa haastatteluaineiston kanssa. Lisäksi havainnoinneista saatujen huomioiden avulla olen voinut painottaa joitakin haastatteluteemoja tai havainnoida eri kerroilla hieman eri asioita.

Etnografia on pyrkimystä ymmärtää toiminnan merkityksiä, ja sitä, miltä se voi osallistujasta tuntua (Kunera 2021, 31–44). Havainnoinneissa olen kiinnittänyt huomiota muun muassa tapahtumapaikkoihin, toimintakäytäntöihin ja osallistujien väliseen vuorovaikutukseen, käytettävissä oleviin resursseihin, ilmapiiriin ja muihin puitteisiin. Lisäksi havainnointiaineistoon on kirjattu puhetta, puhetapoja, käytettyjä käsitteitä ja määrittelyjä. Olen osallistunut joihinkin tilaisuuksiin selvästi tarkkailevan tutkijan roolista käsin pyrkien pysymään neutraalina havainnoijana. Joihinkin tilaisuuksiin osallistuessani olen pyrkinyt asettamaan neutraalin tutkijan roolia

sivummalle, ja osallistumaan osana muuta ryhmää ilman tarvetta samalla pohtia, mitä tutkijana haluan tilanteesta tietää. Näitä tunteita ja ajatuksia olen kirjoittanut tapahtumien jälkeen havainnointipäiväkirjaan. Havainnoiminen toimii siten tapana toteuttaa tutkimusta myös kehollisesti ja moniaistisesti (Ehn & Löfgren 2012; Satama 2017; Warren 2008).

Kentällä olo voi herättää voimakkaitakin tunteita ja olla myös kehollinen kokemus (Satama 2017). Positiivinen palaute on vahvistanut tunnetta siitä, että mukanaoloani erilaisissa tilaisuuksissa ei ole kyseenalaistettu tai koettu esimerkiksi kiusallisena. Olen saanut osallistumista mahdollistavat tiedot tapahtumista ja kaiken sen etukäteisohjeistuksen, joka muillekin osallistujille on annettu. Olen ollut osallistujana sekä tutkija että osa tapahtumiin osallistuvaa jäsenistöä. Minut on päästetty mukaan keskusteluihin, lounashetkiin, illallisille. Olen käynyt keskusteluita tapahtumapaikkojen käytävillä, kahvikupin äärellä, automatkalla tapahtumapaikalta toiseen. Minut on saatettu iloisesti matkaan juna-asemalle. Monin paikoin jännittyneet tunnelmani ennen tapahtumia ovat vaihtuneet helpotukseen siitä, että osallistumiseni ja havainnointini on sulautunut luontevaksi osaksi varsinaisia tapahtumia ja ohjelmäsältöjä.

Refleksiivisyys merkitsee myös tutkijan asemoitumisen pohtimisen lisäksi tutkimukseen liittyvien omien kokemusten ja tunteiden tarkastelua, erityisesti, jos ne kertovat jotakin olennaista tutkittavasta ilmiöstä (Högbacka & Aaltonen 2015, 16). Tutkimusprosessiin ja havainnointeihin liittyviä omia tunteitani olen reflektoinut sekä kentällä olon aikana että sen jälkeen. Olen tehnyt reflektiota kenttäpäiväkirjoissa, mutta se on ollut vahvasti myös koko ajan jatkuva ajatusmalli, koko tutkimusprosessia ohjaava ja arvioiva ote. Reflektio on antanut ohjenuoran tutkimusprojektin etenemiselle, ja ohjannut tutkimusprosessia juuri sellaiseksi, kuin siitä on muodostunut. Toisena aikana, toisena hetkenä, tutkimusprosessi olisi ollut erilainen ja havainnointinikin olisi voinut kohdistua erilaisiin asioihin. Siksi reflektion näkyväksi tekeminen on tärkeä osa onnistumista etnografisessa tutkimuksessa, ja omaa reflektiotani kuvastavat otteet kenttäpäiväkirjasta, kuten seuraava esimerkki tuo esiin:

Venyttelysessioon päätän osallistua kokeakseni saman kokemuksen kuin muut osallistujat. Venyttelyn sanotaan poistavan stressiä ja kireyttä sekä kehosta että mielestä. Teen liikkeen ohjeiden mukaan. Venyttely on hyvä kokemus, mutta päässä pyörii koko ajan päivän tapahtumat, ja mitä kaikkea siitä kirjaan ylös. Olen myös liikuttunut, väsynyt, iloinen, jännittynyt ja rentoutunut yhtä aikaa. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Tutkimuksen keskiössä eivät kuitenkaan ole omat kokemukseni, vaan niiden reflektointi tukee tutkimuksen luotettavuuden arviointia. Siksi olen pyrkinyt kirjaamaan haastattelu- ja havainnointipäiväkirjoihin myös omia tunteitani ja

tutkimusprosessiin liittyviä pohdintoja ja kehollisiakin kokemuksia. Ne eivät ole analyysin kohde, vaan tulkintaväline, osa analyysiä ja siihen liittyviä metodisia valintoja. Tutkimuspäiväkirjasta on muodostunut ajan mittaan tärkeä tutkimusprosessin aikaisten tunteiden purkamisen väline. Sen avulla on ollut mahdollista purkaa ja siten myös helpottaa niitä epävarmuuden kokemuksia, joita tutkimusprosessi edellä kuvatuissa vaiheissaan on aiheuttanut.

Aina kun kirjoitustyö ei suju ja keho on kohmeessa, pää sumussa, mieli ahdistukseen kallellaan, avaan tämän tutkimuspäiväkirjani. Tähän ainakin osaan kirjoittaa jotakin, jos varsinainen kirjoitustyö ei suju. Mutta samalla harmistelen taas, miten hitaasti saan valmista aikaan, miten pitkä tie on vielä kuljettavana. Mahtaako maaliviiva hämöttää koskaan? Ajatteluni kiertää kehää, pyörii ympyrää, tavoittelee ulospäisyä, selkeätä suuntaa. Missä se on, voisiko jo alkaa hahmottua? (ote tutkimuspäiväkirjasta)

Näistä tutkimusprosessin aikaisista hetkittäisistä suuntaa etsivistä risteymistä olen pyrkinyt kulkemaan läpi seuraamalla analyyttisten työkalujen tarjoamia reittejä, ja siten rakentamaan prosessista loogisesti etenevän tieteellisen tutkimuksen.

3.5 Analyysin kuva

Keskustelut haastateltavien kanssa ovat olleet vihjeiden keräämistä erityisherkkyyden merkityksistä. Yksilöiden oma kokemusmaailma on noussut merkittäväksi peilauspinnaksi, jota vasten kuva ilmiön sosiaalisesta luonteesta on rakentunut. Tulkitsemisen puheen erityisherkkyydestä ja teot sen ympärillä olevan tutkittaville omia kokemuksia oikeuttavaa vuorovaikutusta ilmiön ymmärtämiseksi ja todentamiseksi. Vuorovaikutuksessa rakentuu yhteistä, ”meidän” todellisuutta, sitä objektivoidaan ja institutionalisoidaan, ja syntyy totuttuja, keskusteluja uusintavia tapoja puhua ilmiöstä (Puusa & Juuti 2020, 30–32). Näitä puhetapoja on mahdollista tutkia ja hyödyntää kieleen kiinnittyviä analyysimenetelmiä. Pohjaan analyysini todellisuuden sosiaaliseen ja konstruktioistiseen, muuntuvaan ja paikalliseen luonteeseen. Konstruktio- nismien lähtöoletus on kieli, sosiaalista todellisuutta tuotetaan ja uusinnetaan puheen avulla, ja tieto on sidoksissa tulkitsijaan ja aiempiin käsityksiin. (Berger & Luckmann 1994; Hacking 2009; Kekäle & Puusa 2020, 46–47.) Erityisesti jälkistrukturalismi korostaa kielen ja kulttuuristen käytäntöjen merkitystä todellisuuden rakentamisessa (Puusa & Juuti ym. 2020; Butler 1990/2006). Sosiaalisia liikkeitä tutkinut Ann Swidler (1986) puhuu kulttuurista erilaisia symbolisia koodeja, diskursseja ja rituaaleja sisältävänä ”työkalupakkina”, jota ihmiset hyödyntävät toimintaansa (Johnston & Klandermas 1995, 7).

Aineiston haltuun ottamiseksi ja jäsentämiseksi olen ensin teemoittanut haastatteluaineistoa tietokoneavusteisesti Nvivo-ohjelmalla keskustelujen aihepiirien pohjalta. Teemojen merkitys on vaihtunut tutkimusprosessin aikana, ja alkuperäinen luokittelu on jäänyt vain analyysiä ja aineistonkäsittelyä helpottavaksi tavaksi ottaa aineisto haltuun. Aineistokeruun ja analyysin edetessä tutkimuskirjallisuuteen ja teoreettisiin käsitteisiin perehtymisen myötä aineistosta ovat alkaneet hahmottua ne temaattiset kokonaisuudet, joita tämän tutkimuksen sisältöluvuissa (4–7) käsitellään. Analyysi on jatkunut alustavan teemoittelun jälkeen kunkin teeman tarkemman temaattisen luennan avulla. Temaattinen analyysi on tarkoittanut aineiston lukemista tarkastellen siinä ilmeneviä samankaltaisuuksia ja yhdistäviä puhetapoja (Braun & Clarke 2006, 81–83). Temaattisen analyysin etuna on ollut, että sen avulla samoista havainnoista on voinut keskustella eri teemojen näkökulmista (Braun & Clarke 2006, 96). Sosiaalisten liikkeiden tutkimus kollektiivisen identiteetin rakentamisen prosessista on rakentunut työtä ohjaavaksi analyyttiseksi rungoksi. Terapeuttinen kulttuuri on näyttäytynyt toisena yhdistävänä teemana, josta on muodostunut tarkentava analyyttinen lukutapa (Pöysä 2015, 33) aineistoon. Jokaisen teeman käsittelyyn olen käyttänyt lisäksi joitakin täydentäviä analyyttisiä teoreettisia käsitteitä, joiden avulla eri teemoja on voinut tarkastella mahdollisimman tarkasti ja tiheästi, kuten etnografisessa tutkimuksessa on tavoitteena (Geertz 1973, 21).

Temaattisen analyysin lisäksi olen toteuttanut narratiivista analyysiä. Olen tulkinut narratiivit tässä tutkimuksessa osaksi yhdistystoiminnan käytäntöjä ja niiden kertomisen osaksi kollektiivisen identiteetin rakentamisen prosessia. Ymmärrän narratiivit sosiaalisessa toiminnassa käytettynä puhetapana ja samalla analyyttisenä käsitteenä (vrt. Davis 2002). Narratiivit tuovat näkyviksi identiteetin rakentamista ja kollektiivista merkityksenantoa. Samalla ne voivat tuoda esiin myös yhdistystoiminnan dynamiikkaa, resursseja ja sen antamaa julkista kuvaa (Davis 2002). Francesca Polletan (2006) mukaan narratiivit ovat keskeisiä sosiaalisten liikkeiden mobilisoinnin keinoja. Narratiivit tuovat esiin vuorovaikutuksellista, merkityksenannon neuvottelevaa luonnetta ja yhteiseen toimintaan liittyvää solidaarisuutta. Tarinoilla ei katsota vain taaksepäin, vaan niillä on myös tulevaisuutta muokkaava luonne. Tarinoiden avulla voidaan kuvitella ja kuvittaa vaihtoehtoisia todellisuutta. (Davis 2002.) Organisaatiotutkimuksen näkökulmasta tarinat auttavat ylläpitämään organisaation jatkuvuutta ja kiinteyttä ja vähentävät ristiriitoja, niillä on symbolista merkitystä tarinoiden kertojille ja organisaatioille, ja ne auttavat organisaatioita muuttamaan (Kuusela & Kuittinen 2008.) Organisaation jäsenten väliset keskustelut ja niissä välittyvät tarinat rakentavat kollektiivista identiteettiä (Polletta & Jasper 2001).

Ymmärrän narratiivit kulttuurisesti ja institutionaalisesti tuotettuina identifioitumisen muotoina ja lähestyn narratiiveja yhdistyksen kontekstissa tuotettuina kertomuksina, joilla artikuloidaan omia kokemuksia ja neuvotellaan yhteisestä merki-

tyksenannosta, toisin sanoen yksilöä koskevat minä-narratiivit (*self-narratives*) kietoutuvat kollektiivisessa toiminnassa yhteisesti tuotettuun narratiiviin (*movement narrative*), joka voi muokata yksilöllisiä narratiiveja, ja jonka pohjalta yksilöllisiä narratiiveja voidaan kertoa myös uudella tavalla (Bensford 2002, 54). Olen koostanut aineistosta näitä tarinoita jäsentämällä tekstiaineiston tarinallisia elementtejä yhteen. Kertomisen prosesseissa rakennetaan myös kulttuurisia narratiiveja (*cultural narratives*) tai mallitarinoita, tilanteisiin ja kontekstiin sidonnaisia sovinnaisia tapoja kertoa jostakin asiasta (Polletta 2002; Hänninen 2004). Mallitarinat ovat kokemusten narratiiveja, joista voi tulla yhteisesti hyväksytyjä tapoja tulkita ja ilmaista kokemuksia. Levitessään osaksi kulttuuria, ihmiset käyttävät niitä yhä enemmän malleina elämänsä ja kokemustensa tulkitsemiseen. Tällaisia ovat esimerkiksi terapeuttiset narratiivit. (Davis 2002; Illouz 2008.)

Narratiivisen lähestymistavan mukaan narratiivit ovat kausaalista, emotionaalista ja eettistä merkityksenantoa (Hänninen 2004). Narratiiveilla selitetään elämäntapahtumien kulkua, niiden syitä ja seurauksia ja kuvataan tunteita, joita tapahtumiin liittyy. Tapahtumille ja tunteille annetaan eettisiä merkityksiä, niitä arvotetaan suhteessa normatiivisiin käsityksiin hyvästä ja oikeanlaisesta elämäkulusta. Tarinoita tuotetaan ja tulkitaan osana sosiaalista, kerronnallista, yhteiskunnallista ja kulttuurista kontekstia, ne ovat alati muuttuvia. (Holstein & Gubrium 2000; Hänninen 1999.) Samoista asioista voi kertoa lukemattomia eri tarinoita riippuen tarinan kertojasta, kuulijasta, ajasta tai paikasta. Sanat kuvittavat meidät eri konteksteissa, eri etäisyyksiltä, erilaisissa valoissa.

Lähestyn narratiiveja tulkitsemalla yhdistystoiminnan kontekstiksi, jolla on vaikutusta siihen, miten asioista kerrotaan (ks. Riessman 2008). Analyysi on siten haarakointia ja liikettä narratiivien sisältöjen tarkastelun ja niiden kertomisen tapojen tarkastelun välillä (*analytic bracketing*, Gubrium & Hosltein 1997). Kertominen on vuorovaikutusta kertojan ja kuulijan välillä, ja kertomisessa huomioidaan omat odotukset, kuulijan odotukset sekä kulttuuriset odotukset. Kertomisessa neuvotellaan sosiaalisista järjestyksistä ja niiden tulkinnoista (Hyvärinen 2010; Hänninen 1999; Rikala 2013, 65.) Se, mitä ja miten kerrotaan, riippuu siitä, kenelle kerrotaan ja missä kontekstissa (Riessman 2008). Kollektiivisen identiteetin rakentuminen narratiiveissa on ymmärrettävä suhteisena, erilaisten yleisöjen kanssa vuorovaikutuksessa syntyvänä (Polletta & Jasper 2001, 298). Kiinnitän analyysissä huomiota siihen, mitä tarinoilla tehdään ja miten ne muotoutuvat kohti yhteisen merkityksenannon mukaista mallitarinaa, yhteisölle ominaista normatiivista tapaa tulkita kokemuksia, ja miten erilaiset kokemukset siihen soveltuvat.

Olen pyrkinyt lukemaan aineistoa eri näkökulmista, sekä myötä- että vastakarvaan niin, että olen voinut nostaa esiin paitsi tarinoiden ja teemojen yhteneväisyyksiä, myös niissä ilmeneviä erilaisia ja vastakkaisiakin merkityksenantoja. Tällä olen pyrkinyt laajentamaan sitä tulkintakehystä, jossa merkityksiä on tuotettu kompleksi-

sena ja ristiriitaisuuksiakin sisältävinä sanoituksina. Olen siten tarkastellut tarinoiden ja teemojen rakentumista osana laajempia kulttuurisesti rakentuvia merkitysjärjestelmiä, toisin sanoen puhetapoina eli diskursiivisena toimintana (Hall 1992, 177). Kiinnitän huomiota myös diskurssien erilaiseen asemaan yhdistystoiminnassa ja miten joistakin diskursseista voi muodostua hegemonisia, muita hyväksyttävämpiä tapoja sanallistaa merkityksiä (Jokinen 2004, 193).

Tätä monipuolista sanallistamista olen tuonut esiin myös nostamalla aineistosta esiin erilaisia metaforia, vertaukseen perustuvia kielikuvia. (Valo)kuvaamisen metafora on koko tutkimuksen tekoa läpileikkaava ja kuvaava metafora. Etnografiaa ja valokuvausta on rinnastettu molempien pyrkimyksenä toisin kertomiseen tai toisin näkemiseen (Berger 1987; Skeggs 1999,33). Moniulotteisuudessaan etnografia on liikettä teorian, ajattelun ja fyysisen kentälläolon välillä. Metaforien avulla olen pyrkinyt tarkastelemaan aineistoa etnografian periaatteiden mukaisesti tiheästi (Honkasalo 2008a; Marcus 1995) ja tuoden esiin sitä sanastoa, jolla tutkittavat kuvasivat erityisherkkyyttä. Metaforat tuovat esiin merkityskamppailuja. Ne mahdollistavat myös menneen, nykyisen ja tulevan yhteen kietomisen, sillä niissä yhdistyvät tulkintani mukaan jo jokin aiemmin yhteisesti jaettu ymmärrys ja metaforana käytetyn käsitteen uudenlainen tulkinta ja soveltaminen uudessa kontekstissa. Siten metaforia käyttämällä voidaan myös tähyillä tulevaisuuteen ja pyrkiä vaikuttamaan tulevaisuuden toimintaan. (Haraway 1988, 39; Lakoff & Johnson 2003.) Metaforat voivat olla myös kielellistä leikkiä, niitä voi käyttää luovasti tekstien rikastuttajina, ja siten etnografista tutkimusta monitasoisesti kuvittavina.

Kuten olen tuonut esiin, olen ottanut analyysissä huomioon myös kehollisen tiedon, aistihavaintoihin, tunteisiin ja ruumiillisiin kokemuksiin pohjautuvan, tutkijan oman ruumiin kautta tietämisen (ks. Satama 2017). Tämän tiedon analysointi on ollut relevanttia erityisesti tunnekuulttuurin analyysissä (luku 7). Se on tarkoittanut minulle aineistonkeruuvaiheessa herkistymistä kuulemaan ja kuuntelemaan, aistimaan, liikkumaan ja asettumaan erilaisiin tiloihin ja tilanteisiin (Satama 2017). Esimerkiksi se, miten olen itse jännittänyt joitain tilanteita, kertoo jotakin myös tilanteeseen liittyvistä odotuksista ja sanallistamattomista säännöistä, joihin olen omaa toimintaani ja kehollista asemoitumistani sovittanut. Myös empatian kokemukset ovat olleet osa vuorovaikutusta, jossa olen pyrkinyt ymmärtämään kohtaamieni ihmisten elämämaailmaa ja olemaan heidän kanssaan saman asian äärellä. Empatia tarkoittaa tietoisuutta toisen kokemuksesta ja siihen samastumisesta (Hollan & Throop 2008; Gieser 2008). Yhteisessä toiminnassa on myös kyse jäljittelystä, jossa vuorovaikutussuhteessa tunnustellaan yhteistä merkitystä ja toiminta sovittuu yhteen jäljittelemällä toisten tapaa olla, toimia ja ilmaista tunteita (Gieser 2008). Tällaista jäljittelyä ja sovittautumista olen pyrkinyt havainnoimaan ja analysoimaan myös siihen mahdollisesti liittyneitä haasteita tai ristiriitaisuuksia. Analyysiä on ohjannut tavoite kurottaa toisia kohti, kulkea mukana, asettua tilanteisiin luontevasti ja yhteistä

ymmärrystä tavoitellen. Näistä tilanteista on syntynyt ruumiillista tietoa ilmentäviä muistiinpanoja ja taustamateriaalina toimivia valokuvia. Ne auttavat analyysin aikana palauttamaan tilanteita mieleen monipuolisemmin, kuin vain tilanteissa tuotettu puhe antaa mahdollisuuden muistaa (Aromaa & Tiili 2014, 277). Tutkimuksessa käytetyt valokuvat eivät ole kuitenkaan analyysin kohde, vaan niiden rooli on kuvittaa tekstiä valitun kuvaamisen metaforan ajatusta tukien ja antaa myös lukijalle näkymiä tutkimuskentälle. Siten niiden mukaan ottaminen on luonteva jatke tutkimuksen esitystavalle, pyrkien huomioimaan myös esteettisyyden ja lukijan mahdollisuuden eläytyä kentän tapahtumiin (vrt. Eräsaari 1995, 70). Kuvien valinnassa olen toki huomionnut niiden mahdollisuuden tukea tekstissä esitettyjä tulkintoja ja siten ne ovat osa tutkimuksen tuottamaa kokonaiskuvaa.

3.6 Tutkimuseettiset kysymykset

Ihmisten kokemusten ja merkityksenannon etnografinen tutkimus on sensitiiviydessään huolellisen eettisen arvioinnin kohde (Delamont & Atkinson 2018). Edellä kuvatut tutkimusprosessin kulkuun liittyvät tekijät, oman asemoitumiseni reflektointi sekä aineistonkeruun ja analyysin lähtökohtien kuvaus ovat jo systeeminen osa tutkimuksen eettisten valintojen näkyväksi tekemistä (vrt. Cerwonka & Malkki 2007). Hyvää tieteellistä käytäntöä (HTK) noudattaen olen huomionnut tutkimusprosessin aikana voimassa olevat tieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet, jotka velvoittavat huomioimaan tutkittavien oikeudet ja toteuttamaan tutkimusta niin, että siitä ei aiheudu tutkittaville ihmisille ja yhteisölle haittaa. Olen keskustellut eettisistä periaatteista asiantuntijoiden kanssa, ja laatinut jo tutkimussuunnitelmavaiheessa vaadittavat tiedonhallintasuunnitelmat ja tietosuojaselosteen. Tutkimukseen osallistuminen on ollut vapaaehtoista ja jokaiselta haastateltavalta on pyydetty lupa aineiston käyttöön osana tutkimusta. Haastateltavia on myös informoitu tutkimusaineiston käsittelyn luottamuksellisuudesta ja aineiston säilyttämisestä tietosuojasäädösten mukaisesti. Olen esitellyt tutkimusta erilaisissa tutkimani yhdistyksen tilaisuuksissa ja kertonut tutkimusaineiston olevan ainoastaan omassa käytössäni. Olen käyttänyt aineiston käsittelyssä ja raportoinnissa pseudonyymejä, jolloin aineisto ei ole ollut yhdistettävissä alkuperäisiin yhteystietoihin. Raportoinnissa olen pyrkinyt käyttämään sellaisia yleistäviä aineistolainauksia, joista ei olisi mahdollista tunnistaa haastateltavaa. Tiedostan, että samoissa paikoissa ja tilanteissa mukana olleet voivat tunnistaa haastateltavia. En näe tätä kuitenkaan tutkimuseettisesti ongelmallisena, koska käyttämäni lainaukset käsittelevät aihetta sellaisin käsittein, joita myös yhteisissä keskusteluissa ja toiminnassa on julkisestikin tuotu esiin. Henkilökohtaisimmat kokemukset olen pyrkinyt käsittelemään osana laajempaa kuvaa ja tarkastelemaan niitä vain siltä osin, kuin ne ovat tuoneet esiin jotakin ilmiön kollektiivisen ymmärryksen kannalta olennaista. Tarvittaessa olen käyttänyt aineistolainauksen yhteydessä

ilmaisua ”eräs tutkittava”. Lisäksi viittaa haastattelujen lisäksi myös muihin keskusteluihin käyttämällä laajempaa ilmaisua ”keskustelukumppani”. Olen myös muuttanut aineistolainaukset litterointien sanataarkasta muodosta kirjakieleksi, ja pyrkinyt näin häivyttämään esimerkiksi murre sanoja.

Verkossa olevaa materiaalia olen käsitellyt vain niiltä osin, kuin se on ollut julkisesti saatavilla. Yhdistyksen toiminnassa tuotettujen pöytäkirjojen ja muiden asiakirjojen tarkasteluun minulla on ollut lupa, ja ne toimivat tässä tutkimuksessa pääasiassa taustamateriaaleina. Niiden avulla on ollut mahdollista tarkastella erityisesti yhdistyksen perustamisen aikaan käytyjä keskusteluja ja toiminnan käynnistämistä ja siihen liittyvää hallinnollista prosessia. Nämä tiedot eivät ole tämän tutkimuksen kannalta keskeisiä, vaan niiden avulla on ollut mahdollista saada kokonaiskuva siitä, millaista merkityksenantoa yhdistystoiminnalle on tuotettu.

Yhdistystoiminta koostuu monista erilaisista tavoista toimia jonkin teeman ympärillä. Monimuotoinen ja monipaikkainen toiminta kuvastaa myös HSP Suomi ry:n toimintaa. Oma aineistonkeruuni on tapahtunut vain pienessä osassa sitä moninaista toimintaa ja niitä vuorovaikutusverkostoja, joita toiminnassa on luotu. Yhdistystoiminta on alati muuttuvaa ja elää ajassa. Siihen vaikuttavat monet tekijät ja jokainen toimija omalla panoksellaan. Siten tämän tutkimuksen kuvaukset yhdistyksen toiminnasta eivät ole kokonaiskuva, vain kuvakulma tai hetkellinen ”kuvakaappaus” tutkimusaineiston esiin tuomiseksi. Tutkimuseettinen pohdinta ulottuu tutkimukseen osallistuneen organisaation näkökulman huomioimiseen. Tutkimusprosessin eettiseen toteuttamiseen liittyen olen reflektoinut tutkimuksen aikana sitä, miten valitsemani teoreettiset lähestymistavat sopivat yhteen tutkittavien ja tutkittavan organisaation tavoitteiden kanssa ja niihin pyrkimistä tukien ja kunnioittaen. Erityisherkkyyden sosiaalisen rakentumisen ja yhdistystoiminnan tarkastelu kohdistaa katseen kulttuurisesti rakentuneisiin normatiivisiin arvoihin ja niihin liittyviin yhteiskunnallisiin käytäntöihin. Tutkimuksen esiin tuomat kriittiset näkökulmat kohdistuvat näihin yksilöiden ja organisaatioiden toimintaan vaikuttaviin rakenteisiin, eivät yksilöihin tai yksittäisen organisaation toimintaan. Seuraavaksi siirryn analyysiin ja vastaamaan sen pohjalta tutkimuksen kysymyksiin erityisherkkyyden identiteetin rakentamisesta, yhdistystoiminnan merkityksistä ja terapeuttisen kulttuurin roolista yhdistystoiminnassa.

4 Omakuvasta yhteiskuvaan

K: Erityisherkkyydestä, mitä se sinulle merkitsee?

V: Yymm, no tuota, ehkä lähinnä semmoista ikään kuin ajattelua tai tavallaan ehkä enemmän tapaa tuntea ja kokea asioita.

Haastateltava Sonjan vastaus kysymykseeni ei tule kuin apteekin hyllyltä. Hän etsii sanoja, joilla kuvaisi erityisherkkyyden merkitystä elämässään. Lopulta Sonja päätyy kuvaamaan erityisherkkyyden ilmenemistä tapana olla ja elää, ajatella ja tuntea. Monet muutkin haastateltavat kuvaavat erityisherkkyyden olevan heille jotakin kokonaisvaltaista, kuten: ”se läpäisee kaikkea mitä olen ja hengitän”. Tässä luvussa tarkastelen erityisherkkyydelle annettuja koko elämää lävistäviä merkityksiä osana erityisherkkyyden kollektiivisen identiteetin rakentamista yhdistystoiminnassa.

Alberto Meluccin (1989, 32) mukaan kollektiivinen identiteetti syntyy yhteistä tietoisuutta luovissa vuorovaikutuksellisissa neuvotteluissa, joihin voi liittyä tarinankerronnan prosesseja. Tarkastelen identiteettien rakentumista niin yksilöllisesti kuin kollektiivisesti, ja miten yksilöiden elettyjen kokemusten pohjalta rakentuneiden narratiivien ja yhdistystoiminnan diskursiivisten käytäntöjen avulla tuodaan esiin ryhmän asemointia suhteessa toisiin. Olen kiinnostunut erityisesti yhteisölle ominaiseksi muodostuvasta normatiivisesta tavasta tulkita kokemuksia, ja erilaisten kokemusten sovittamisesta tähän mallitarinaan.

Yhdistystoiminnassa tapahtuvat kohtaamiset ovat toimineet haastateltaville tärkeänä paikkana omien elämäntarinoiden jakamiselle ja yhteisten merkitysten luomiselle. Haastateltava Vuokko tuo esiin, miten suuri merkitys yhdistyksen toimintaan mukaan lähtemisellä on ollut, jotta hän on päässyt jakamaan kokemuksiaan erityisherkkyydestä muiden kanssa:

Minulle se oli ihan ensimmäinen asia, minä haluan nähdä muita, että minun on pakko nähdä muita, että saada kuulla, saada puhua, saada jakaa.

Vuokolla tai muillakaan haastateltavilla ei vielä toimintaan mukaan lähtiessään ollut selkeää käsitystä siitä, millaiseen ihmisryhmään erityisherkkyyks viittasi. Vuokolle oli kuitenkin tärkeää päästä tapaamaan muita ja kuulla heidän kokemuksistaan.

Polletan ja Jasperin (2001, 290–291) mukaan yhteiseen toimintaan mukaan lähteminen voi tapahtua ilman tarkkaan määriteltyä kollektiivista identiteettiä tai valmiita verkostoja, ja yhdistystoiminta voi tarjota rakenteelliset puitteet tavata ihmisiä uudella tavalla sosiaalisessa ympäristössä ja laittaa liikkeelle kollektiivisen identiteetin rakentamisen.

Jo kenttätöiden ensimmäisistä kohtaamista alkaen minulle käy selväksi, että erityisherkkyyden käsitteestä kuuleminen on ollut kaikille haastateltaville jollakin tavoin käänntekevä hetki, epifania (ks. Denzin 1989). Haastattelusta, tapahtumasta ja kohtaamisesta toiseen saan kuulla eläviä pieniä kertomuksellisia kuvauksia (ks. Bamberg 2004) niistä hetkistä, joissa erityisherkkyyden käsitteestä on kuultu tai siitä on luettu ensimmäistä kertaa. Saan kuulla tarinoita, joista välittyy tilanteiden merkityksellisyys. Merkitykselliseksi koetut hetket ovat laittaneet liikkeelle kokonaisten elämäntarinoiden uudelleentulkintaa. Mennyt elämä on alkanut saada uusia sanoituksia, ja omasta tarinasta on tullut erilainen kuin ennen.

Alaluvussa 4.1 tuon esiin, miten erityisherkkyyden narratiivit jäsenyivät pääasiassa terapeutin diskurssin avulla. Polletan (2006) mukaan narratiivien merkitys kollektiivisen identiteetin rakentamisessa näyttäytyy tärkeänä, koska ne auttavat yhdistämään menneen, nykyisyyden ja tulevaisuuden. Terapeutin kulttuurin myötä narratiiveista on tullut avainkategoria ymmärtää minuuden kulttuurista rakentumista, terapeutin diskurssin on sanottu muuttaneen autobiografista diskurssia ja siten identiteettiä. (Illouz 2008.) Esitän, että terapeutin diskurssi toimii hegemonisena diskurssina (Jokinen 2004, 193) yhdistystoiminnassa erityisherkkyyden kokemusten jäsentämiseksi ja ikään kuin tiivistää alleen niitä moninaisia merkityksiä, joita tutkittavat liittävät erityisherkkyyteen. Se voi toimia yhteisöön vakiintuvana tapana tuottaa merkitystä ja toimintakäytäntöjä. Kuten Illouz (emt., 183) on tuonut esiin, terapeutin diskurssi on joustava ja liikkuva merkitysjärjestelmä, joka mahdollistaa yksilöllisten erojen esiin tuomisen, mutta erityisesti yhteisten kokemusten jakamisen. Tähän joustavuuteen perustuu terapeutin diskurssin sopivuus myös terveyteen ja hyvinvointiin liittyvän yhdistystoiminnan kieliopiksi. Terapeutin merkitysjärjestelmä mahdollistaa erityisherkkyyden kotouttamisen suomalaiseen puhetaapaan ja yhdistystoimintaan. Illouzin (emt.) mukaan terapeutin diskurssi yhdistyy joustavasti erityisesti talouden puhetapoihin ja medikalistiseen terveystieteeseen.

Avaan tässä luvussa niitä erityisherkkyydelle annettuja moninaisia merkityksiä, joita ikään kuin sovitetaan terapeutin diskurssiin. Kollektiivisen identiteetin rakentaminen on neuvottelua ryhmän erottamiseksi muista, ja alaluvussa 4.2 tuon esiin, miten ero muihin merkityksellistyy haastateltaville koko elämän aikana ja erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä koettuina erilaisuuden kokemuksina, ja että erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan toisaalta erona ja toisaalta samuutena suhteessa normatiivisena pidettyyn identiteettiin (ks. Bernstein 1997; Polletta & Jasper

2001, 292–293). Erityisherkkyyden merkityksellistyy eroon perustuvana *haavoittuvuutena ja siitä voimaantumisenä*, toisaalta samuutta korostavana *tavallisuutena*.

Yhteisen tietoisuuden rakentaminen hegemonisen terapeutin diskurssin avulla voi myös rajoittaa ilmiöstä tuotettavaa kuvaa ja rajata erityisherkkyyden käsitettä ja sen käyttöä. Siten se voi merkitä myös neuvottelua siitä, miten identiteettiä voi käyttää ja kenen toimesta. Ehdotan, että terapeutin diskurssi toimii identiteettityötä ja yhdistystoimintaa muokkaavana kulttuurisena tekijänä (vrt. Bernstein 1997). Se antaa kieliopin kokemusten esille tuomiseen ja moninaisten merkitysten sanallistamiseen. Samalla kun se antaa tilaa tulla kuulluksi, se voi suunnata tarinoiden individualistiseen tulkintaan, voimaantumiseen, itsen muokkaamiseen ja vastuun ottamiseen omasta haavoittuvuudesta. Siten se muokkaa myös erityisherkkyyden politisoitumista.

Tarkastelen alaluvussa 4.3 terapeutin diskurssia ja voimaantumisen eetosta yhdistystoiminnan käytännöissä (vrt. Illouz 2008, 186–196) ja politisoitumisen strategiana (Armstrong & Bernstein 2008; Bernstein 1997), toisin sanoen *herkkyyden politiikkaa*. Kollektiivinen toiminta on neuvottelua erilaisista tavoista rakentaa identiteettiä, yhteisiä tavoitteita, luoda toimintakäytäntöjä ja sovittaa niitä yhteen (Polletta & Jasper 2001, 293). Osoitan ensin, miten terapeutin diskurssi voi suunnata yhdistystoimintaa itsehoivaa mahdollistavaan vertaisuuteen sekä toisten voimaantumisen tukemiseen tähtäävän auttamisen käytäntöihin, joita esimerkiksi erilaiset vertais-tukiryhmät ja itsen kehittämiseen tähtäävät koulutukset ilmentävät. Herkkyyden politiikka on siten *terapeutista politiikkaa*. Toiseksi tuon esiin, miten yhdistystoiminnassa hyödynnetään erityisherkkyyden identiteettiä valistamaan muita ja vaikuttamaan valtaväestön käsitykseen erityisherkkyydestä ja vahvistamaan erityisherkkyyden legitimitettiin pyrkimällä viemään erityisherkkyyteen liittyvää tietoutta yhteiskunnallisiin instituutioihin, kuten kasvatukseen ja koulutuksen pariin. Ehdotan siten, että voimaantuminen voi tarkoittaa itsen kehittämisen ja hallinnan lisäksi myös yhteiskunnallisen ja kulttuurisen muutoksen tavoitteita (vrt. Nylund 2000). Se voi ilmetä *institutionaalisten käytäntöjen politiikkana* (vrt. Armstrong & Bernstein 2008), pyrkimyksenä vaikuttaa moniin institutionaalisiin käytäntöihin. Tuon esiin, miten narratiivien esiin tuoma lapsuuden kokemusten merkitys yksilön hyvinvoinnille legitimoit erityisesti kasvatukseen ja koulutuksen instituutioita tärkeinä erityisherkkyyttä koskevan valistuksen paikkoina.

Identiteetin sosiaalinen luonne tulee esiin, kun sitä rakennetaan suhteessa toisiin ja luodaan yhdessä toisten kanssa (Butler/2006 1990; Polletta & Jasper 2001, 285). Kuten erilaisuus on ambivalenttia, myös terapeutin diskurssi on joustava mutta ristiriitainen, sekä eroja että samuutta esiin tuova, sekä voimaannuttava että ei-voimaannuttava, sekä terapeutin että poliittinen merkitysjärjestelmä, ja siksi se toimii myös erityisherkkyyden identiteetin rakentamisessa ja suomalaisessa yhdistystoiminnassa.

4.1 Hegemoninen terapeuttilinen diskurssi

Narratiiveista on tullut laajaan yleisöön vetoava tapa jäsentää elämäntapahtumia. Terapeuttilisen diskurssin avulla rakentuva minä-narratiivi (Illouz 2008, 183–186) mahdollistaa myös erityisherkkyyteen liittyvien kokemusten tarkastelun osana mennyttä, nykyisyyttä ja tulevaisuutta. Se antaa mahdollisuuden yhdistää tunteet osaksi merkityksenantoa ja kuvata siirtymistä kärsimyksestä parempaan itseymmärrykseen. Terapeuttilinen narratiivi mahdollistaa myös elinympäristöön liittyvien kuormittavien olosuhteiden kuvaamisen, mutta nostaa esiin yksilön mahdollisuuksia ja moraalista velvoitetta näistä olosuhteista selviämiseen. Se näyttäytyy myös eri sukupuolia ja sukupolvia yhdistävänä joustavana ja monikäyttöisenä kertomisen tapana.

Tapaan haastateltava Sofian marraskuisena aamupäivänä hänen kotikaupunkinsa kahvilassa. Tuleva joulunaika näkyy kahvilan vilinässä, ja ympärillä pyörii muita asiakkaita ostoskassineen. Hälinästä huolimatta löydämme Sofian kanssa rauhaisan pöydän ja alamme keskustella kahvilan antimista nauttien. Esitän Sofialle muiden haastattelujen tavoin saman kysymyksen siitä, mitä erityisherkkyyden hänelle merkitsee. Sofian vastaus lähtee liikkeelle erityisherkkyyden käsitteen kuulemisen hetkestä ja sen merkityksen kuvailusta ja jatkuu lapsuuden kokemusten jakamiseen. Sofia peilaa koko elämänsä erityisherkkyyden linssin läpi ja pohtii, miten monin tavoin hän on käsitteestä kuultuaan ymmärtänyt erityisherkkyyden vaikuttaneen omaan elämäänsä. Sofia kuvaa, miten erityisherkkyyteen liitetyt kokemukset kiusaavat hänen kehoaan:

Niin kuin junnaa junnaa junnaa, ne kuin piikki häiritsee minua, tai että joku niin kuin kivi, olen itse ajatellut, että kivi, että ne niin kuin kaiheartaa minun sisällä, ja minun pitää vaan käsitellä ne, että kyllähän se on perustavanlaatuisen luonteenpiirre, joka vaikuttaa kaikkeen ainakin mulla.

Erityisherkkyydestä piirtyy Sofian kertomuksen perusteella kuva koko hänen elämänsä vaikuttavana asiana, *kehollisena* kokemuksena. Sofia kuvaa, miten hänen erityisherkkyyteen liittämänsä kokemukset tuntuvat kuin kehoon sopimattomilta vierailta, teräviltä ja kovilta kappaleilta. Sofia tulkitsee erityisherkkyyden selittäväksi tekijäksi oman minuutensa ymmärtämiselle, erityisherkkyyden tunnistaminen näyttäytyy hänelle oman aidon minuuden löytämisenä. Sofian tavoin myös monet muut haastateltavat kuvaavat erityisherkkyyden olemuksellisuutta essentialistisena, pysyvänä sisäsyntyisenä ominaisuutena, ja erityisherkkyyden käsitteen toimivaksi ja käyttökelpoiseksi termiksi oman minuuden ymmärtämiseen ja kuvaamiseen. Erityisherkkyyden merkitsee kieltä, jolla voi kuvata kehollisia kokemuksia. Yhdistystoiminnasta rakentuu paikka biososiaaliselle yhteisölle, joissa näitä kokemuksia on mahdollista jakaa. Myös Edenroth-Cato ja Sjöblom (2022) ovat tulkinneet ruotsalaisten

nuorten erityisherkkyyteen liittyviä verkkokeskusteluja biomedikaaliseen ja psykologiseen diskurssiin liittyvänä keskusteluna kehoista.

Sofian kertomuksessa elettyjen, kehollisten kokemusten ja autenttisen minuuden hakemisen kuvaus saa ympärilleen laajemman yhteiskunnallisen kontekstin. Sofia kuvaa lapsuuden kokemuksiaan 1980-luvun Suomessa. Minun on kuulijana helppo samastua Sofian tarinaan, koska olemme Sofian kanssa lähes saman ikäisiä. Pystyn kuvittamaan mielessäni 1980-luvun Suomen lapsen silmin. Sofian tarina havainnollistaa muidenkin haastateltavien tarinankulkua lapsuuden ja aiempien elämänvaiheiden kokemusten merkityksistä erityisherkkyyden löytämiseen, menneen elämän uudelleentulkintaan ja voimaantumiseen kohti uudenlaista tulkintaa itsestä ja uudelleen orientoitumista kohti tulevaa. Monien eri ikäisten haastateltavien ja kentällä kohtaamieni ihmisten kuvaukset elämästään peilaavat ja vahvistavat Sofian tarinaa. Yhden tarinan sijaan kuvauksista hahmottuu monet tarinat yhdistävä tarinankulku ja merkityksenanto, mallitarina (ks. Hänninen 2004), joka saa terapeutin minä-narratiivin (Illouz 2008, 171–186) muodon.

Keskeinen elementti erityisherkkyyden terapeutista minä-narratiivia on kuvaus erityisherkkyyden käsitteen kuulemisen kokemuksesta. Esimerkiksi Sofia kuvaa elävästi hetkeä, jolloin hän kiinnitti huomionsa erityisherkkyyden käsitteeseen ensimmäistä kertaa. Sofia kertoo, miten hän oli kirjakaupassa asioidessaan huomannut hyllyssä Aronin kirjan *Erityisherkkä ihminen*. Kirjakaupan self-help-kirjallisuuden valikoimasta löytyvä kirja oli osoittautunut Sofialle avaimeksi oman minuuden ymmärtämiseen:

Näin sen kirjakaupassa sattumalta, ehkä sattumaa ehkä ei, ostin sen ja ajattelin, että okei, mikäköhän juttu tämä nyt on, koska katsoin sieltä takakannesta ja ajattelin, että tämä vaikuttaa tosi mielenkiintoiselta. Menin kotiin, ja tuli semmoinen olo, kun luin sitä, että minulla on ikään kuin lupa olla minä.

Monien haastateltavien narratiiveissa toistuvat kuvaukset vastaavanlaisista tilanteista. Yksittäisen sattumanvaraisen hetken koettiin muuttaneen koko elämää, tulkintaa menneestä, ymmärrystä nykyhetkestä ja suuntautumista tulevaan (ks. Denzin 1989; Illouz 2008). Haastateltavat tulkitsivat elämäntapahtumiaan psykologisen merkityksenannon kautta ja kuvasivat erityisherkkyyteen liittämäänsä kokemuksiaan omasta minuudestaan johtuvina. Sofia kuvasi yksittäisen tilanteen ja hetken merkittävyyttä, ja miten se auttoi häntä ymmärtämään elämän varrella kokemansa erilaisuuden ja siihen liittyvän häpeän tunteiden taustalla olevia syitä. Sofia kuvaa, miten uusi käsite ja tieto erityisherkkyydestä vapautti hänet ajatuksesta, että hänen kokemuksensa eivät ole totta:

Minun kohdallani tuli semmoinen fiilis että, jos tutkija on todennut, että tällaisia on, ja sekin oli subjektiivisesti, että se itse totesi, että hän on tällainen tai hänestä kerrottiin, että hän on tällainen. Tuli fiilis, että tämä ei olekaan vaan minun päässä, tämä ei olekaan vaan minun kuvitelma tai luulo, että kyllä olin koko ajan oikeasti oikeassa, että olen koko ajan ollut tällainen. Ja se on ihan ok, että se oli suorastaan *katarsis*, se oli vapauttava, se oli *voimaannuttava*. Se on niin höhlää, että me ihmiset ollaan laumaeläimiä, me tarvitaan *lupa* ulkoa olla sellaisia, kun me ollaan. Oikeastaan missä tahansa asiassa. Ja kun aikanaan se jokin, mikä on ollut tosi määrittelevä osa minua, siis perustavanlaatuinen osa, olen kokenut, että sitä ei hyväksytty, että se on ollut negatiivista. Se, että yhtäkkiä tilanne muuttuukin ja se onkin vaan yksi luonteenpiirre tai yksi tapa olla, ja se on ok, niin se oli ihan hullun iso ja tärkeä juttu minulle.

Sofia toi esiin, miten erityisherkkyyden löytäminen oli ollut hänelle *voimaannuttava* kokemus, ja samalla kuin ulkopuolelta tuleva *tunnustus* omalle olemassaololle. Tämä merkitsi Sofialle alkua itsen hyväksymiselle ja siten mahdollisuutta saada hyväksyntää ja tunnustusta omalle minuudelle myös muilta. Sofia viittasi siihen, miten tutkijankin tieto ja ymmärrys ilmiöstä pohjautui ensi kädessä kokemuksellisuuteen ja voimaantumiseen. Sofia kuvasi minuutensa rakentuvan suhteessa toisiin ihmisiin, joiden antaman luvan omalle olemiselle Sofia koki olevan perustavanlaatuinen biologinen tarve.

Eva Illouz (2008, 10) on tuonut esiin, että terapeutin kulttuurin psykotieto on tullut suosituksi, koska se yhdistää tieteen ja populaarin tiedon ja näyttäytyy samaan aikaan tutkitulta mutta helposti samastuttavalta kokemusperäiseltä tiedolta. Kirjakauppa toistuu myös joidenkin muiden haastateltavien tarinoissa tapahtumapaikkana erityisherkkyyden ”astumisessa elämään”. Myös lehtiartikkelin lukeminen, TV-dokumentin katsominen tai radiohaastattelun kuuleminen ovat olleet portteja erityisherkkyyden käsitteen äärelle. Psykotietoon pohjautuva selfhelp-kirjallisuus ja mediasisältö oli tavoittanut ihmisiä eri kanavien kautta ja tehnyt vaikutuksen. Kuten Sofian kuvauksesta käy ilmi, Aronin kirja vaikutti sekä järkeen vetoavalta tutkitulta tiedolta että merkitykselliseltä, tunteita liikuttavalta. Terapeuttiset tekstit ikään kuin muuttivat tosiksi Sofian kokemukset hänen niille antamiensa sekä *kognitiivisten, moraalisten* että *emotionaalisten* merkitysten kautta (ks. Illouz 2008, 18; Polletta & Jasper 2001).

Myös haastateltava Anna kuvaa erityisherkkyyden käsitteen löytämistä yhtenä merkittävimmistä tapahtumista elämässään ja sille antamiaan merkityksiä. Tapaan Annan kahvilassa, jossa hänen kotikaupunkinsa erityisherkkiä kokoontuu säännöllisesti jakamaan kokemuksiaan ja kuulumisiaan. Kahvila on paikka, jossa erityisherkkyyteen liitettyjä tarinoita on jaettu ennenkin. Kahvilassa on melko täyttä, ja tasainen puheensorina täyttää tilan. Löydämme mukavan pöydän ja alamme keskustella

teekupposten äärellä. Tunnelma on innostunut, ja Annalla on paljon kerrottavaa. Anna aloittaa kertomaan erityisherkkyyden merkityksestä kuvaamalla ensimmäiseksi sen tilanteen, jossa hän kuuli erityisherkkyyden käsitteen ensimmäistä kertaa, ja mitä sitten seurasi:

No silloin kun sain tietää siitä, niin silloinhan se merkitsi, se oli maanjäristys, se oli aivan uskomaton. Se oli ihan mieletöntä, koska se antoi sanat niin moneen asiaan, joita en ollut tajunnut itsestäni.

Anna kuvaa erityisherkkyyden löytymistä luonnonvoimana, ja tiedon saamista isona tunnekokemuksena. Sen lisäksi tieto erityisherkkyydestä on antanut Annalle sanat, joilla ilmaista omia kokemuksia ja tehdä näkyväksi jotain aiemmin piilossa ollutta asiaa. (vrt. Hautaniemi 2021.) Anna kertoo, että kokemus on vahvistanut hänelle ymmärrystä erityisherkkyydestä ominaisuutena, joka on olemassa objektiivisena ja luonnollisena osana hänen minuuttaan, ja joka tuli nyt tietämisen, kielen ja ympäristön määrittelyjen ja merkityksenannon kohteeksi. Terapeuttinen diskurssi voi toimia kokonaisena kielioppina oman elämän jäsentämiseen ja kokemusten kuvaamiseen (Illouz 2008, 10), kuten Annan kertomus osoittaa.

Annan kertomus osoittaa, miten terapeuttisen narratiivin avulla myös tilanteisiin liittyvät tunteet on mahdollista yhdistää osaksi merkityksenantoa (Illouz 2008, 183). Anna jatkaa kertomustaan, miten hän tavallisena arkipäivänä autolla ajaessaan kuuli radiosta keskustelun erityisherkkyydestä. Hän kertoo, miten alkoi ohjelmaa kuunnellessaan ihmetellä, miten radiossa voidaan puhua juuri hänestä. Erityisherkkyyden kuvaukset osuivat yhteen hänen oman minuuden kuvaukseensa. Kotiin päästyään Anna oli alkanut hakea netistä lisää tietoa aiheesta ja liikuttunut: ”sitten googlaamaan netistä ja sitten mä luin ja luin ja luin ja sit mä itkin.”

Annan lisäksi moni muukin haastateltava kuvasi, miten erityisherkkyyden käsite oli antanut sanat kuvata omaa minuutta, ja miten koko aiempi elämä oli saanut uuden tulkinnan. Se aiheutti liikituksen tunnetta. Moni tarina sisälsi kuvauksen erityisherkkyyden käsitteen löytymisen hetkestä ja sen merkityksestä ”ahaa-elämyksenä”, ”lampun syttymisenä”, ”kolahduksena” ja jopa ”Pandoran lippaan avautumisena”, josta kaikki tunteet ikään kuin vapautuivat reflektion kohteeksi. Haastateltavat kuvasivat, miten tietoisuus erityisherkkyydestä sai aikaan moninaisia tunnereaktioita, nosti pintaan sekä negatiivisia että positiivisia pidettyjä tunteita ja lisäsi itsereflektiota. Erityisherkkyyden käsitteen löytäminen ja erityisherkkyyteen identifioituminen olivat monille merkittäviä itseymmärryksen lisääjiä ja tuoneet myös helpotuksen tunnetta elämään. Myös queer-tutkimusta tehnyt Taina Juvonen (2019, 17) on tuonut esiin, miten identiteettiä kuvaavan käsitteen löytäminen voi olla huojentava kokemus.

Terapeuttisen minä-narratiivin avulla voi kuvata itseymmärryksen lisääntymistä ja siirtymistä kärsimyksestä parempaan itseymmärrykseen ja itsen hyväksymiseen (Illouz 2008, 173). Haastateltavat kuvasivat tällaista itsereflektiota, ja miten erityisherkkyyden tunnistaminen oli antanut heille luvan tulla näkyväksi omina itsenään. Anna tavoin myös Sofia kuvasi tätä itsensä hyväksymisenä:

Mä vasta nyt alan tuntemaan, että olen oma itseni ja oikeastaan tajuan, että minun on koko ajan pitänyt itse antaa lupa itselleni olla oma itseni, se ei ole tullut ulkoa.

Oman minuuden löytäminen ja nimeäminen ja sen merkityksen tunnistaminen, identifikaatio (Ricoeur 2000; 2005), voi merkitä oman henkilökohtaisen totuuden löytämistä, oman sisäisen maailman tunnistamista tietynlaiseksi (Sointu 2011, 361), ja moni haastateltava kuvasi, miten se merkitsi myös itsetuntemuksen lisääntymistä. Omien ominaisuuksien reflektointi ja siihen pohjautuvat tulkinnat omien tekojen oikeutuksesta olivat olleet monelle osa itsen hyväksymisen prosessia ja siten hyvinvointia lisääviä kokemuksia. Erityisherkkyyden käsite oli kuin puuttunut palanen itsetuntemuksen rakentamisessa.

Teemu kertoo kulkeneensa elämässään monien hankaliksi kokemiensa tilanteiden läpi ymmärtämättä, mistä ne johtuivat. Hän kuvaa itsearvostuksensa kasvaneen erityisherkkyyden käsitteen löytymisen ja sen käynnistämän itsetutkiskelun myötä: ”Olen ruvennut enemmän itseäni tutkimaan ja löytämään ihanan ihmisen, mitä aikaisemmin pidettiin vaan outona lintuna, ihan sanan mukaisesti. Saan olla oma itseni ja tykkään siitä.” Teemullekin itsetuntemuksen lisääntyminen oli avain siihen, miten hän arvotti itseään. Monet haastateltavat kuvasivat, miten itsetuntemuksen ja itsen hyväksymisen lisääntyminen vaikuttivat heidän toimintaansa kokonaisvaltaisesti, ja miten he olivat alkaneet toimia enemmän omaa minuuttaan ilmentävästi. Erityisherkkyyks merkitsi lupaa olla ja toimia omista kokemuksista käsin ja kuvata siirtymää kärsimyksestä itsen hyväksymiseen. Se merkitsi monelle toimijuuden kokemuksen vahvistumista arkipäiväisissä tilanteissa. Esimerkiksi haastateltava Katariina kuvaa, miten itseymmärryksen lisääntymisellä oli vaikutusta jopa aivan pieniin arkipäivän tilanteisiin ja hetkiin ja tapaan havainnoida ja ilmentää omia kokemuksia tilanteisesti:

Seuraan kaikki ihmisten sanattomat viestinnät herkemmin, ja havaitsen kaikki, ihastelen kaikkia luonnon juttuja ja haltioidun niistä, että nyt annan enemmän itselleni aikaakin siihen, tai siis luvankin, että kun menen vaikka teatteriin tai musiikkiesityksiin ja sitten kun se liikuttaa minua, niin mä en enää pidätele sitä, että okei ei tässä voi liikuttua, että nyt mä annan itselleni luvan, kun ne merkkää minulle kuitenkin paljon.

Tarinat etenevät tilanteeseen, jossa erityisherkkyyden käsite on ikään kuin antanut ihmisille luvan viimeinkin *tulla siksi, joka on*. Erityisherkkäksi tuleminen voi tulkita erityisherkkyyden tunnistamiseksi autenttisen minuuden (ks. Taylor 1995) lähteenä ja sen hyväksymistä. Teemu kertoo, miten käsite: ”avasi sitä Pandoran lipasta, missä olin elänyt kauan, itse pystymättä jäsentämään ja kuvaamaan itseäni rehellisesti. Nyt pystyn paljon rehellisemmin kuvaamaan, kun siihen on termi.”

Erityisherkkyyden käsitteelle annetut terapeutitiset merkitykset vahvistavat ymmärrystä psykotiedon ja psykologisen sanaston vahvasta roolista ihmisten kokemusten tulkinnassa. Ajatus autenttisen minän löytämisestä on keskeinen osa myöhäis-modernia yhteiskuntaa ja terapeutista kulttuuria (Illouz 2008; Sointu 2011). Itsetuntemukseen kiinnittyvä terapeutin eetos on tapa tulkita omia kokemuksia. Erityisherkkien tuottama reflektiivinen minuuspuhe (Furedi 2004) näyttäytyy terapeutisena käytänteenä, jonka avulla oman elämän kuvastoa on voitu selata uudelleen ja nähdä kuvat uusin silmin. Oman elämän reflektointi voi mahdollistaa paitsi oman autenttisen minuuden löytämisen ja sen tuottaman hyvän olon, myös menneisyyden kipukohtien tarkastelun. Identiteettityön välineeksi noussut erityisherkkyyden käsite voi antaa uusia tapoja merkityksellistää omaa elämää ja kokemuksia ja jakaa niitä.

Terapeutin diskurssi voi siten toimia myös yhdistystoiminnassa yhteisenä kielenä, jolla voi ikään kuin tiivistää niitä moninaisia merkityksiä, joita erityisherkkyyteen liitetään. Sen lisäksi, että terapeutin minä-narratiivi voi toimia yksilöllisten kokemusten jäsentäjänä ja puhetapana kollektiivisen identiteetin rakentamisessa, terapeutin diskurssi voi mahdollistaa uusien ilmiöiden kotouttamista suomalaiseen yhteiskuntaan kietoutumalla myös kansainvälisyyden, talouden ja medikalistisen terveyskeskustelun puhetapoihin.

Psykologisten käsitteiden nopea liikkuminen kansainvälisesti kulttuurista ja yhteiskunnasta toiseen on keskeinen osa terapeutista kulttuuria (Illouz 2008). Esimerkiksi Lauralle amerikkalaisesta kulttuurista lähtöisin olevassa erityisherkkyyden käsitteessä oli ”kotoinen tuntu”, ja monen muun haastateltavan tavoin hän koki sen johdattaneen samanhenkisiä ihmisiä yhteen:

Tullaan vertaistoimintaan missä on monta muuta, jotka ymmärtää sen, eikä sinun tarvitse selitellä sitä, että mitä se tarkoittaa, ja sinun ei tarvitse miettiä, että ymmärtääköhän toinen ihminen nyt, että jos sanon sanan erityisherkkä, niin se ymmärtää, että mitä sen sanan takana on, muuta kuin *erityis-* ja *herkkä*, koska se sana pelkästään voi olla vähän väärään suuntaan vievä.

Moni haastateltava kertoi kokeneensa käsitteen tekevän erityisherkkyyteen liitettyjä kokemuksia näkyviksi ja toimivan heille todisteena piirteiden olemassaololle ja selkiyttävän eroa ryhmään kuuluvien ja siihen kuulumattomien välille. Erityisherkkyyden käsitteellä oli mahdollista sanallistaa yhdistäviä kokemuksia ja luoda

yhteistä sanastoa ja tapaa puhua, ryhmän yhteistä kieltä. Kuten Laura tuo esiin, hän koki suomenkielisen käsitteen ihmisiä yhdistävästä luonteestaan huolimatta myös harhaanjohtavana ja väärinymmärryksiä lisäävänä. Vaikka erityisherkkyyden näyttäytyy monelle käyttökelpoisena käsitteenä omien kokemusten sanallistamiseen, he toivat myös esiin, miten erityisherkkyydestä puhuminen voi aiheuttaa myös ristiriitaisia kokemuksia siitä, miten ja missä yhteydessä käsitettä kannattaa ylipäättään käyttää.

Keskustelu erityisherkkyyden käsitteen käytöstä on osa ilmiön kotouttamista suomalaisen yhteiskuntaan ja puhetapaan. Kotouttaminen tarkoittaa erilaisten merkitysjärjestelmien elementtien yhdistämistä ja ymmärrettäväksi tekemistä ja niiden tutuksi tekemistä erilaisissa keskusteluissa (Alasuutari & Quadir 2014; Salmenniemi & Adamson 2015). Esimerkiksi haastateltava Marianne avaa keskustelussamme suomenkielisen termin valintaa ja siihen liittyviä haasteita:

Olen saanut sen käsityksen että, minkä takia esimerkiksi Elaine Aronin kirjassa oli, kun se samaan aikaan ilmestyi kuin meidän yhdistys perustettiin niin, minkä takia se oli valittu erityisherkkyyden [termi], erityisherkkyyden on jotenkin semmoinen helppo suomenkielinen, yksiosainen käsite. Tai erityisherkkä ihminen, mutta erityisherkkä, kun Suomessa ei harrasteta semmoisia, että erityisen sensitiivinen ihminen ja sitten tehdään siitä lyhenne. Englannissa taas on luontevaa, että ilmastaan sillä tavalla.

Kuten Marianne tuo esiin, suomen kielen kielioppisäännöt käsitteiden muodostamiseen haastoivat itse ilmiön ymmärrystä ja siten myös sen relevanssia sekä omalle ryhmälle että muille argumentoitaessa. Samaa ongelmaa hän ei nähnyt olevan englannin- tai ruotsinkielisillä termeillä. Moni haastateltava piti englanninkielistä käsitettä Highly Sensitive Person (HSP) suomenkielistä erityisherkkyyden käsitettä parempana esimerkiksi yhdistyksen nimessä. Martti Siisiäinen ja Tomi Kankainen (2009, 101) ovat raportoineet, että myös yhdistysten nimeäminen englanninkieliseksi on lisääntynyt Suomessa monikulttuuristumisen ja kulttuuristen lainojen siirtymisen myötä. Haastateltava Vilma toi esiin, miten englanninkielinen käsite tuntui jopa positiivisemmalta ilmaisulta:

Se HSP ainakin itselle oli tosi outo, jotkut tietää sen, toisaalta, entisestä [yhdistyksen] nimestä tuli heti selväksi, että mistä on kyse, että HSP [HSP Suomi ry], niin siinä joutuu ehkä tekemään yhden googlettelun ennen kun tietää, että mistä on kyse, mutta toisaalta se on hyvä nimi, Highly Sensitive Person. Se kertoo ehkä enemmän kuin erityisherkkä, tai on ehkä semmoinen positiivisempi, ja siitä tulee vähän kansainvälinen viba tietenkin.

Vilma toi esiin, miten HSP-käsitteen kansainvälisyys näyttäytyi tärkeänä elementtinä ja ilmiön merkittävyyden osoituksena. Moni pohti myös mahdollisuutta vaihtaa erityisherkkyyden käsite toiseen, mutta sopivaa vaihtoehtoa he eivät olleet keksineet. Marianne päätyikin toteamaan, että merkityksellistä ei lopulta ole se, mikä termi on käytössä, vaan mihin se viittaa. Hän totesi käsitteiden olevan kuin ”kuuta osoittavia sormia”. Sormen tarkastelun ja pyörittelyn sijaan pitäisi huomioida kiinnittää itse kuuhun. Toisaalta käsitteet luovat vahvoja mielikuvia, johon esimerkiksi Sofia viittaa pohiessaan erityisherkkyyden käsitteen merkitystä itselleen:

Sitä kautta minä aloin tajuta kuinka tärkeitä sanat on. Se että jokin asia, jokin huttuinen asia, vaikka se ei olisikaan luonteenpiirre, vaan mikä se nyt sitten onkaan, mutta se että jokin kokonaisuus, joka kootaan yhteen ja laitetaan joku brändi sinne päälle, niin se jotenkin tuntuu siltä, että se antaa ihan toisella tavalla mahdollisuuden käsitellä sitä asiaa.

Terapeutista kulttuuria koskevassa tutkimuksessa on osoitettu, miten terapeutin diskurssi on kiinteästi sidoksissa myös talouden puhetapoihin (Foster 2016; Illouz 2008; Madsen 2014; Rimke 2000; Taylor 1991). Terapeutin ja talouden merkitysjärjestelmien yhdistäminen mahdollistaa Illouzin (2008, 241) mukaan yksityisen tarinan julkisen ”kuluttamisen”, tarjoaa kognitiivisen ja emotionaalisen ”työkälpäkin” oman elämän jäsentämiseen tai itsen ”tuotteistamiseen” ja sitoo siten persoonallisuuden myös kiinteäksi osaksi markkinataloutta. Ote Sofian haastattelusta tuo esiin, miten hän koki erityisherkkyyden käsitteen olevan tärkeä nimi, liiketalouden kielellä kuin tuotemerkki, tärkeäksi koetulle ilmiölle, joka antaa mahdollisuuden todentaa sitä ja identifioitua siihen. Pohdinta erityisherkkyydestä ryhmää kuvaavana tuotemerkkinä merkitsee ilmiön kotouttamista suomalaiseen yhteiskuntaan yhdistämällä sitä talouden puhetapoihin (vrt. Nehring ym. 2016; Tiainen-Quadir & Salmenniemi 2017). Siihen viittaavat myös keskustelut erityisherkkyyden ”markkinoinnista” tai sen hyödynnettävyydestä työelämässä käytettävänä resurssina (kts. luku 5).

Itse kun kuulin sen ensimmäistä kertaa niin ajattelin, että tämä on jotenkin nyt vähän hassu. Koen, että olen tavallisherkkä enkä erityisherkkä. Siitä oli keskustelua, että kun monissa kielissä on tämä *highly* tai *hög* [ruotsiksi korkea] alku että se on korkea korkeasti, erityisen, että suomessa se erityis- on jotenkin, että onko se nyt erityisoppilas vai erityislahjakas vai. Siihen rinnastuu niin monia, mistä alkaa miettiä, että mikä tämän merkitys nyt on tämän sanan.

Terapeutin diskurssi yhdistyy myös medikaaliseen terveystieteeseen ja tapaan puhua terveyden ja hyvinvoinnin kysymyksistä (Salmenniemi 2022, 42–43). Kuten yllä olevassa aineistolainauksessa tulee esiin, Marianne haluaa kuvailla

itseään tavallisena herkkänä, ei erityisenä herkkänä. Erityisyyden korostaminen tuntuu istuvan huonosti suomalaiseen tasa-arvoisuutta ja yhdenvertaisuutta korostavaan kulttuuriin. Moni haastateltava toi myös esiin, miten erityisyys-termin käyttö Suomessa erilaisten diagnostisten häiriöiden yhteydessä voi liittää erityisherkkyyden representaatioita niihin, vaikka erityisherkkyydessä ei koettu olevan kyse niihin rinnastettavasta ilmiöstä. Keskustelu erityisherkkyydestä vahvan legitimitietin omaavan lääketieteen kielellä sitoo kuitenkin erityisherkkyyttä osaksi yhteiskunnassa legitimoitua tapaa puhua terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä kysymyksistä.

Käsitteen saama toistuva kiinnostus ja huomio eri konteksteissa oli monelle haastateltavalle merkki ilmiön merkittävydestä ja siitä, että kyseessä oli uskottava identiteettikuvaus. Kuten Marianne toteaa: ”ajattelen, että se on tullut monille tutuksi, että jotenkin itsekään ei siihen kiinnitä nykyään enää huomiota, kun sitä on toistettu niin paljon.” Myös Anna oli samoilla linjoilla todetessaan, että käsite on jo ”alkanut elää omaa elämäänsä”, eikä sen muuttamiseen ole enää mahdollisuutta: ”millä lähdet sitä kääntämään enää, kun kirjat on julkaistu, mutta eihän se hyvä nimi oo...mutta se vaan on asia, joka meidän pitää kestää.”

Terveyssosiologisessa tutkimuksessa on tuotu esiin, että kielellisen kategorian käyttö ja siihen liitetyt viittaukset voivat olla jo merkittävä osa ilmiön todentamista (Rabeharisoa 2006). Terapeuttien diskurssin yhdistäminen muihin, niin talouden kuin lääketieteen, merkitysjärjestelmiin, on osa ilmiön kotouttamista osaksi suomalaista keskustelua ja yhteiskuntaa.

4.2 Perhonen metallipinnalla

Lapsuudesta minulle jäi sellainen olo, että minussa on aina jotain vikaa, minä olen aina se vääränlainen, minä olin ei-toivottu, ei-haluttu, vääränlainen, liian herkkä. (Sofia)

Kuten Sofia, Anna, Teemu, Katariina ja monet muut haastateltavat toivat esiin, erityisherkkyyden käsitteestä oli tullut heille tärkeä identiteettityön väline, tapa nimetä itse. Erityisherkkyyys merkitsi psykologiseen tietoon ja käsitteistöön pohjautuvaa uutta tapaa puhua omasta minuudesta. Se merkitsi mahdollisuutta tehdä näkyväksi ja ymmärtää omaa minuutta suhteisena, jotain toiseutta vasten rakentuvana ja toimi välineenä ymmärtää erilaisuuden kokemuksia, jotka yhdistivät tavalla tai toisella kaikkia haastateltavia.

Ryhmän ominaisuuksia tai toimintaa kuvaamalla arvioidaan niiden ristiriitaisuutta suhteessa johonkin normatiiviseksi koettuun. Samalla tuotetaan eroa tästä normatiivisesta (Bernstein ym. 2014; Juhila 2012, 97). Esimerkiksi haastateltavista nuorimpiin kuuluva opiskelija Laura tuo esiin, miten hän ei ollut kokenut oman

minuutensa mahtuvan ympäristön tarjoamaan muottiin, ja miten erityisherkkyyks on tarjonnut selityksen tälle erilaisuuden kokemukselle:

K: No miksi erityisherkkyyden tunnistaminen on tärkeätä?

V: No minulle se on ainakin aikaisemmin ollut sellainen ahaa-elämys, että se on auttanut ymmärtämään sitä, että minkä takia kokee olevansa jotenkin, yhteiskunta on antanut tietyt normit et millä tavalla pitäisi olla ja minkälainen. Erityisherkkyyks tai herkkyys ylipäättensä niin ei välttämättä sitten menekään siihen muottiin niin se, että on saanut lisää tietoa siitä niin se on helpottanut ehkä sitä omaa ymmärrystä siitä, minkä takia on jotenkin kokenut olevansa erilainen.

Haastateltavien erilaisuutta ilmentävät tarinat juontuvat lapsuuden kokemuksiin ja jatkuvat erilaisiin elämän varrella koettuihin tilanteisiin, joiden merkitys on tullut erityisherkkyyteen liittyviksi. Erilaisuuden kokemuksista kertoivat kaikenikäiset ja erilaisissa ammateissa toimivat, sekä nais- että miespuoliset haastateltavat. He kuvasivat olevansa kuin harvinaisia tai joukosta erottuvia luontokappaleita, ”outolintuja” ja ”päiväperhosia”, ja toimivansa monissa sosiaalisissa tilanteissa eri tavalla kuin muut. Esimerkiksi Teemu toteaa, että erityisherkkyyteen liittyvä sanasto: ”naksautti oikeastaan koko minun nuoruuden yhteen pakettiin, yhden kirjan aikana, ja rupesin miettimään, että minua on pidetty aina outona, ja olen joutunut sen takia taistelemaan sen oman minuuden kanssa, koko ajan.” Erityisherkkyyks näyttääytyy Teemulle erona normatiiviseksi koettuun ihanneminuuteen ja merkitsee kamppailua siihen sovittautumiseksi. Erityisherkkyyks voi auttaa käsitteellistämään sitä toiseutta, johon oma erilaisuus suhteutuu. Sen avulla esille tuodut erilaisuuden kokemukset näyttääytyvät haastateltaville tärkeänä varantona rakentaa erityisherkkyyden identiteettiä suhteessa muihin, normatiiviseen ihanneminuuteen, ja neuvotella tavoista identiteetin esiin tuomiseen.

4.2.1 Kovaa metallia – normatiivinen ihanneminuus

Haastateltavien kertomuksista hahmottuu kuva normatiivisesta ihanneminuudesta, johon oma minuus jatkuvasti vertautuu. Sofia kuvaa lapsuutensa 1980-luvun Suomen normatiivista kulttuurista ihanneminuutta tietyllä tavalla ”kovaksi” ja ”tylyksi”, kilpailulliseksi, taloudellisen hyvinvoinnin tavoittelijaksi. Hän kuvaa koko vuosikymmentä ”neliskanttiseksi ajaksi”, ”metallisen kiiltäväksi”. Tätä metallista pintaa vasten peilattuna ”pehmeys”, ”tunteellisuus”, ”lempeys”, joilla Sofia herkkyyttään kuvaa, näyttääytyivät vastakohtana oikeanlaisena pidetylle minuudelle:

Itse koen, että se oli neliskanttista kulmikasta aikaa, että silloin oli kiiltävää metallia ja komeaa näyttävyyttä, mutta se oli kuitenkin sellaista tosi kovaa ja tylyä.

Siinä oli vähän sellaista toisen maailmansodan jälkeistä klangia, että pitää olla kova ja pitää olla tyly ja näyttää kovalta. Kaikki sukulaiset oli tosi, no äitiä lukuun ottamatta, jonka epäilen, että hän oli erityisherkkä, niin oli, että heillä meni hyvin ja kovaa ja heillä oli hienoa autoa ja hienoa korua. Koko se asenne oli sellainen, että kokoonnuttiin yhteen, niin kaikki ei nyt kilpaillut, mutta kertoivat, että kuinka hyvin heillä menee, ja mitä kaikkea he on tehnyt.

Sofia kuvaa, miten sosiaalinen ympäristö arvostaa erityisesti kovaa ja tylyä olemusta ja ulkoista materiaalista omaisuutta ja menestystä. Sofian kertomuksesta käy ilmi, miten hän oli jo lapsuudessaan kokenut esimerkiksi tunteista puhumisen olevan ristiriidassa vallitsevaan yhteiskunnalliseen ja kulttuuriseen ilmapiiriin ja normatiiviseen olemiseen ja toimijuuden tapaan. Sofia kuvaa ihanneminuuden ja sen tuottaman normatiivisen toimijuuden rationaaliseksi, kilpailukykyiseksi, fyysistä voimaa, toiminnallisuutta ja suoriutumista ja suorittamista sekä tunteiden kontrollia ilmentäväksi aktiivisuudeksi. Nämä ovat länsimaisessa kulttuurissa vahvasti maskuliinisuuteen kiinnittyneitä ominaisuuksia. (Jokinen 2010, 128–129.) Sofia kertoo, miten hän jo tuolloin ensimmäisiä kertoja pohti sitä, saako ja voiko hän olla sellainen kuin kokee olevansa. Hän kertoo hetkestä, jolloin oli lapsena pysähtynyt pohtimaan minuuttiaan ja ymmärtänyt herkkyytensä olevan jotakin sellaista, joka määrittää häntä ja jota hän ei voi sulkea itsestään pois, vaikka ympäristö ja muut ihmiset niin vaatisivat:

En muista, oliko joku sanonut minulle jotain, että älä ole noin herkkä, joku tämän tyyppinen, koska sellaista kuulin aika paljon eri muodoissa. Ehkä ei välttämättä aina suoraan, mutta minun annettiin ymmärtää. Muistan, kun katsoin itseäni peilistä ja katoin ja näin sen kaiken herkkyyden, ja sitten totesin, että jos kovetan itseni tai puudutan itseni, annan tämän herkkyyden kuolla, niin sitten minun elämäni vaan ei ole elämisen arvoista ja se en ole minä.

Sofian kuvauksen tavoin rationaalisen, kulttuurisesti maskuliinisenä pidetyn toimijuuden ideaali ja sille vastakohtana näyttäytyvä pehmeä, tunteellinen, feminiinisenä pidetty toimijuus piirtyy esiin myös monien muiden haastateltavien kuvaamista kokemuksista. Kuvaukset vallitsevasta kulttuurisesta ihanneminuudesta ja toimijuudesta viittaavat hegemonisen maskuliinisuuden käsitteeseen. Marja Peltolan (2020, 4) mukaan käsite perustuu hierarkkiseen erotteluun yhtä aikaa maskuliinisen ja feminiinisen sekä hegemonisen maskuliinisuuden ja muiden maskuliinisuuksien välillä.

Myös Teemun kertomuksesta tulee esiin kokemus sukupuolittuneiden käytäntöjen vaikutuksista yksilöllisiin kokemuksiin. Hän liittää lapsuutensa kiusatuksi tulemisen kokemukset erityisherkkyyteensä, mutta näkee yhteiskunnan sukupuolittuneiden käytäntöjen vahvistaneen erilaisuutta ja siihen kohdistuvaa kritiikkiä. Teemu

kuvaa sitä, miten moninaiset poikien ja miesten oletetut käyttäytymismallit ovat vaikuttaneet hänen erilaisuuden kokemuksiinsa. Tunteiden näyttämisen lisäksi hän yhdistää kiltteyden ja tunnollisuuden ominaisuuksiksi, jotka eivät ole saaneet ympäristön hyväksyntää. Erityisherkkyyks on antanut Teemulle mahdollisuuden tuoda esiin niitä sukupuolittuneita käytäntöjä, joihin hän on lapsesta asti törmännyt. Siten erityisherkkyyden käsite voi mahdollistaa kulttuurisesti maskulinististen odotusten reflektointia ja niiden esiin tuomista. Kuten Sofian kuvauksesta tulee esiin, kulttuurisesti feminiinisenä pidetyn toiminnan muuttaminen on näyttäytynyt odotusten mukaiseksi, ja näihin odotuksiin vastaamisen epäonnistuminen on aiheuttanut Sofialle ristiriitaisia tunteita. Myös haastateltava Sirkka kuvaa, miten on aiemmin tulkinut toimintansa liittyvän siihen sukupuolittuneeseen tapaan, jolla hänet on kasvatettu:

Kuuntelin dokumenttia, sitten Aronin kirjan lainasin ja tein testejä ja sitten minä tajusin, että ne kertovat minusta. Että olin aina siihen mennessä ajatellut, lähes viisikymmentä vuotta, että olen kauhean kiltti tyttö, että se käyttäytyminen johdettiin siitä, että haluan miellyttää kaikkia, että minut on kasvatettu kiltiksi tytöksi.

Tunteiden kontrollointia ja pidättymistä niiden ilmaisemisesta on perinteisesti pidetty maskuliinisenä ja tunteiden esiin tuomista feminiinisenä toimintana (de Boise & Hearn 2017). Miestutkimuksen kentällä on tuotu esiin, miten tunteiden peittämisen kulttuurilla on negatiivinen vaikutus miesten ja poikien hyvinvointiin (de Boise & Hearn 2017, 781–782; Peltola 2020, 3). Näitä ajatuksia myös Teemun erityisherkkyyteensä liittämät kokemukset vahvistavat. Moni haastateltava kuvasi kokeneensa erityisherkkyyden löytämisen tuottaneen ”iloa” ja ”helvetusta”. Monissa tarinoissa tuotiin esiin, miten erilaisissa vuorovaikutustilanteissa koetut erilaisuuden kokemukset olivat aiheuttaneet häpeän lisäksi myös ”raivoa” ja ”inhoa”, ”turvattu-muutta” ja ”sietämistä”. Nämä ovat tyypillisiä kärsimykseen liittyviä tunnekokemuksia. Erityisherkkyyden käsitteistö tarjoaa siten mahdollisuuden moninaisista tunteista keskustelemiseen, joka on Illouzin (2008, 185) mukaan keskeinen terapeut-tisen kulttuurin piirre. Perinteisestä maskuliinisesta mallista poikkeava tapa tuoda esiin tunteita on tullut terapeut-tisen eetoksen myötä sallitummaksi ja jopa arvostetuksi maskuliinisuuden muodoksi (feminiininen maskuliinisuus) (Illouz 2008, 231).

Rationaalisella tiedolla on keskeinen rooli länsimaisessa yhteiskunnassa, ja moni haastateltava kuvasi erityisherkkyyteen liitettyä aistitietoon, kehollisuuteen ja koke-muksellisuuteen pohjautuvaa tapaa hankkia tietoa vähemmän arvostettuna. Tästä esimerkkinä toimii Päivin kanssa käymäni haastattelukeskustelu, joka toteutuu pu-helimitse. Haastattelutilanne poikkeaa Päivin mukaan hänelle luontevimmasta ta-vasta olla vuorovaikutuksessa, sillä Päivi korostaa, miten erityisherkkyyks merkitsee hänelle erityisesti aistien voimakkuutta ja siitä syntyvää tapaa kokea maailmaa ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Päivi tuo haastattelun aikana monta kertaa

esiin, miten hän liittää erityisherkkyyteen erityisesti voimakkaat aistit ja tavan hyödyntää aistipohjaista tietoa toiminnassaan: ”minun kohdallani iso juttu on ilmapiirien ja toisten ihmisten tunnelmien aistiminen, tämä puoli itsessä on kyllä haitta-asiakin, mitä todella yrittää rajata, että ei kiinnitä huomiota niihin toisten tunnelmiin tämmöisissä vapaa-ajan tilanteissa liikaa, mutta siitä ilmapiirien aistimisesta ja toisten tunnelmien aistimisesta niin työssä on kyllä etua, se on ihan suuri etu.” Myös moni muu haastateltava korosti aistitiedon merkitystä omana tapanaan olla suhteessa ympäristöön, ja kuten Päivi kuvaa, se näyttäytyy kontekstista riippuen joko etuna tai haittana. Haastateltavien kertomusten pohjalta voi tulkita, että erityisherkkyyteen liitetyt erilaisuuden kokemukset näyttäytyvät hierarkkisena suhteessa kulttuuriseen kontekstiin, ja siten erityisherkkyyden käsite voi mahdollistaa oman minuuden vertaamisen maskuliinis-rationaalisen kulttuurin tuottamaan ihanneminuuden kuvaukseen ja näyttäytyä sille jopa vastakkaisena.

Identiteetti rakentuu erona muihin ja politisoituu, jos eroon liitetään negatiivista arvottamista (Kruks 2001, 85). Haastateltavat toivat esiin, miten he kokivat olevansa suhteessa muihin aina liian vähän tai liikaa jotakin. Sofian, Teemun ja Päivin sekä monien muiden kohtaamieni ihmisten tarinoista kumpuaa näkymiä tilanteisiin, joissa esimerkiksi kokemukset omasta tunteellisuudesta, aistien voimakkuudesta ja halusta niiden ilmentämiseen törmäivät ympäristön kovaan, rationaalisuutta korostavaan metallipintaan. Erityisherkkyyks nostaa esiin polariteetteja kovan ja pehmeän, hitaan ja nopean, rationaalisen ja aistillisen, tunteellisen ja tunteita peittelevän minuuden ja toimijuuden välillä. Haastateltavien tarinoista piirtyy esiin länsimaisen yhteiskunnan maskuliinisuutta ja rationaalisuutta korostavia vallitsevia käytäntöjä ja kuva taloudellis-rationaalista kilpailuyhteiskuntaan ja tehokkuusvaatimuksiin sopeutuvasta toimijuudesta, johon herkkyyks ei tunnu sopivan, kuten haastateltava Helena kuvaa:

Suurin osa on kokenut olevansa erilainen ja ehkä myöskin virheellinen. Se on temperamenttivähemmistö, joka ei ole ihailtu piirre. Herkkyyttä on pidetty huonona piirteenä.

Haastateltavien narratiiveista on luettavissa kuvauksia normatiivisten kulttuuristen koodien (Melucci 1996) mukaisista ideaaleista identiteetistä ja niihin sovitumaan pyrkivistä erityisherkkistä kehoista, jotka kamppailevat toisaalta muottiin sovitautumisesta, toisaalta sovitautumisen pakosta irtautumisesta. Erityisherkkät kuvaantuvat yhtä aikaa vähemmistöpositioon asettuviksi ja enemmistön, ei-herkkien suunnittelemaan ja johtamaan maailmaan mukautumaan pyrkiviksi, mutta samalla positiota vastustaviksi. Haastateltava Marianne tuo esiin, miten muottiin sovitautuminen voi aiheuttaa pahoinvointia jo lapsuudesta alkaen:

Meidän ajassa päiväkodista lähtien tosi paljon tehdään oppimis- ja työympäristöjä joissa, erityisherkkänä voi olla vaikea saada, sitä omaa tilaa ja aikaa ja palautumismahdollisuutta mitä tarvitsee. Sylvi Sanni Manninen aikoinaan kuvasi, että ei-herkät ihmiset on kaavoittaneet tämän yhteiskunnan, se on heille sopiva, mutta hyvin herkkiä se ahdistaa.

Erityisherkkyyteen liittyvä käsitteistö voi tarjota sanoituksen monille sosiaalisille vastakohtaisuuksille. Illouzin mukaan mahdollisuus vastakohtien esille tuomiseen vaikuttaa siihen, miksi jotkin kulttuuriset ideat tulevat suosituiksi (Illouz 2008; 50). Neuvottelu eroista ja niiden merkityksistä on osa kollektiivisen identiteetin rakentamista ja mahdollisuuksista sen esiin tuomiseen.

4.2.2 Särkyvää kristallia, supervoimaa vai tavallisuutta?

Sehän olisi tietysti upeata, jos kouluun saataisi lapsille psykologian opetusta ja kerrottaisiin että on olemassa herkkiä ja ei-herkkiä ja puhuttaisiin neutraalisti, objektiivisesti. En ikinä halua, että jotakin ruvetaan glorifioimaan tai säälittelemään tai että me ollaan parempia tai huonompia kun jotkut toiset, vaan että kerrotaan objektiivisesti, että ihmislajilla on tällaisia piirteitä. Kerrottaisiin ja tiedotettaisiin, että tämä reagoi tähän tyyliin, ja nuo toiset vähän toiseen tyyliin. En halua, että sitä kohkataan, tai sitä nostetaan tai lasketaan alas, vaan että se olisi normaali, yksi piirre muiden joukossa ja se siitä. Ei glorifiointia, ei demonisointia, vaan tietoa, että tällainenkin on. Ei mitään sen ihmeellisempää.

Kuten Sofian kuvauksesta käy ilmi, kollektiivisen identiteetin rakentamiseen liittyy neuvotteluja tavasta tuoda ryhmää esiin myös muille kuin ryhmään identifioituville ja valintaa siitä, miten sitä tehdään. Yksilöiden arvoista, kategorisista määrittelyistä ja toiminnasta rakentuu vuorovaikutuksessa perusteluja identiteetin olemassaolon legitimitettiin vahvistamiseksi ja aseman paikantamiseksi suhteessa muihin (Bernstein 1997; 2005). Kollektiivisen identiteetin rakentamista on kuvattu kamppailuksi siitä, korostetaanko toiminnassa ryhmän eroja muihin vai häivytetäänkö niitä (Bernstein 1997; Polletta & Jasper 2001, 295). Sosiologi Joshua Gamson (1995) kuvaa tätä queer-dilemman käsitteellä, jolla hän tarkoittaa toisaalta tarvetta rakentaa ja korostaa essentialistista, eroja esiin tuovaa identiteettikuvausta, toisaalta korostaa yhdenvertaisuutta ja samankaltaisuutta valtaväestön kanssa. Yhdistystoiminnan diskursiivisissa käytännöissä erilaisille merkityksille tehdään myös moraalista asemointia, joka asettaa merkityksiä erilaisiin positioihin suhteessa toisiinsa. Tämä ilmenee siinä, miten erityisherkkyyttä merkityksellistetään yhtä aikaa 1) *haavoittuvuutena*, 2) siitä *voimaantumisena* ja 3) *tavallisuutena*, ja miten näitä merkityksiä asemoidaan erityisherkkyyden kollektiivisen identiteetin kuvauksiksi, miten niihin moraalisesti

suhtaudutaan ja miten ne siten aktivoivat tietynlaiseen toimintaan yhdistyksen puitteissa. Kuten Hall (1999, 160) on tuonut esiin, ”erilaisuus on ambivalenttia, se voi olla sekä myönteistä että kielteistä.”

Ensinnäkin erityisherkkyyks merkityksellistyy haastateltavien tarinoissa haavoittuvuutena, ja näyttäytyy haastateltaville selitysvolmoisena tulkintana monissa eri tilanteissa koettuihin negatiivisiin pidettyihin erilaisuuden ja kärsimyksen kokemuksiin (ks. Illouz 2008, 173, *suffering*). Esimerkiksi Laura puhuu suoraan yhteiskunnan asettamista normeista, joiden suhteen hän kokee asemituneensa monin tavoin ulkopuoliseksi. Monista muistakin kuulemistani elämäntarinoista kuvittuu näkyviä erilaisuuden kokemuksiin erilaisissa sosiaalisissa suhteissa, lapsuuden perheessä ja kouluympäristössä, aikuisuudessa erityisesti työelämässä. Haastateltavat kuvaavat, miten yhteisön ja yhteiskunnan normatiiviset oikein olemisen mallit ovat muodostuneet heille kuin sisäistetyiksi malleiksi siitä, millainen tulisi olla. Haastateltavat kuvaavat erityisherkkyyteen liittyviä kokemuksia minuuden piilottamisena, johon voi liittyä häpeän tunteita tai jopa traumoja. Nämä merkitykset asemoivat erityisherkkiksi itsensä kokevia haavoittuvaan asemaan, sopeutumaan ja sietämään erilaisia haastavaksi koettuja olosuhteita.

Haavoittuvuus käsitteenä kuvaa riippuvuuttamme muista ihmisistä ja siitä syntyvää eettistä vastuuta toisen kärsimyksen huomioimiseen. Haavoittuvuus voidaan ymmärtää myös poliittisena käsitteenä, sillä haavoittuvuudet jakautuvat epätasaisesti. (Honkasalo ym. 2022, 12–14.) Sofia ja monet muut haastateltavat kertovat, miten he ovat kokeneet joutuneensa elämänsä aikana piilottelemaan omaa minuitaan. He kertovat myös kokeneensa, että heidän tapojaan toimia monissa erilaisissa tilanteissa ja konteksteissa on pidetty huonoina ja ei-arvostettuina. Sofia kertoo tunnistaneensa, että erityisherkkyyks on vaikuttanut hänen elämäänsä merkittävästi myös aikuisiällä, ja kuvaa omaa toimijuuttaan selviytymisenä ja sopeuttamisena, haavoittuvuuden piilottamisena:

Olen jotenkin sisäistänyt hirveästi kaikenlaisen kritiikin, ja päättänyt survival moodissa, että olen pieni ja heikko, ja sitten olen jotenkin siitä eteenpäin yrittänyt löytää tieni, olen joutunut niin paljon painiin näiden juttujen kanssa, ja mulla on mennyt tosi paljon elämästä vuosia siihen.

Teemu taas kuvaa, miten hän on joutunut erityisherkkyyden vuoksi elämässään ”sulkemaan ovia perässään” ja ”painimaan monien asioiden kanssa”. Haastateltavat kuvaavat, että erilaisuuden kokemukset ovat tuottaneet toiseuden kokemuksia ja tasapainoilua kokemusten aiheuttaman *häpeän* tunteen kanssa. Kaufmanin (1992, 9) mukaan häpeän kokemuksessa on kyse sen tiedostamisesta, miten oma tapa olla ihminen on riittämätön. Mikään muu affekti ei ole Kaufmanin mukaan myöskään yhtä keskeinen identiteetin kehittymiselle kuin häpeäaffekti. Haastateltavien kertomuk-

sisä toistuvat kuvaukset siitä, miten he ovat tottuneet piilottelemaan omaa olemustaan ja pyrkineet muokkaamaan sitä paremmin normatiiviseen malliin sopivaksi. Häpeän tunnetta voi ilmetä, jos ihminen kokee olevansa muiden silmissä arvoton tai vääränlainen, tai ei koe täyttävänsä muiden normatiivisia odotuksia (de Hooge ym. 2018; Zackariasson 2020, 283–284). Esimerkiksi Teemu kuvaa itseään kuin kameleontiksi, ja miten kaikesta sovittautumisesta huolimatta sulautuminen muiden joukkoon on ollut hänelle vaikeaa:

Olen siinä valkoisella pihalla, en ole musta, olen väriä vaihtava olento, joka näkyy koko ajan siinä. On se hanki tai nokinen lumi tai mikä tahansa illan hämärä, näyn siellä.

Moni haastateltava kuvaa erilaisuuden kokemusten luoneen vaatimuksen sopeutua, yrittää sovittautua vallitsevaan olemisen muottiin. Monet haastateltavien kokemukset istuvat kuvaan erilaisuudesta hierarkkisenä ja siten negatiivisena kokemukseksi. Erilaisuuden kokemus syntyy toisen ihmisen arvioivan katseen alla, ja se voidaan ymmärtää kokemukseksi valta-asetelmasta, jossa oma minuus ei ole samanarvoinen kuin minuus, johon se vertautuu (Hall 1999). Esimerkiksi Anna kuvaa sitä, miten hän on kokenut joutuneensa piilottamaan ja salailemaan omaa minuuttaan, ja miten salailu on tuottanut ei-toivottavaa toimintaa:

Koska sitä ei ollut koskaan kukaan ymmärtänyt, eikä minua oltu kasvatettu hyväksymään sitä, vaan pikemminkin salaamaan se, niin tottakai olin kehittänyt toimintamalleja selvittää niistä tunnekuohuista, ja ne oli melko tuhoisia toimintamalleja, joita olin oppinut.

Teemu, Sofia, Laura ja moni muukin haastateltava kuvaavat haavoittuvuuteen ja sen piilottamiseen liittyviä kokemuksia elämän eri vaiheissa ja erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä, alkaen lapsuudenkodin ilmapiiristä. Annan lisäksi myös Teemu pohtii vanhempiensa suhtautumista tähän piirteeseen, ja tulkitsee herkkyyden piilottamisen läpi sukupolvien jatkuvana tunneilmaisun rajoittamisen ketjuna:

Jos ottaa isää ja äitiä yhtenä esimerkkinä niin he ovat oman ikäpolvensa tuotteita, jotka eivät edes halua ajatella, että on erikoisuutta, ennen kun he itse tunnistavat itsessään jonkun piirteen. Isä on äärettömän hankala viedä asioissa eteenpäin, ei todellakaan ymmärrä, eikä halua ottaa selvää yhtään eteenpäin. Äiti on ruvennut approksimoimaan pikkasen, että onko hänkin, varsinkin kun sanoin, että mitä mieltä olet, että oliko hänen äitinsä, koska hänen äitinsä käyttäytyi äärimmäisen traumatisoituneen HSP-ihmisen tavoin, mitä aikalaiset hänestä on kertonut, ja

kun piirre on tavallaan geneettisesti periytyvä, niin täytyyhän joku polku olla, että siellä on joku tosi asia olemassa.

Lisäksi Anna kuvaa kokeneensa, että hänen minuutensa ei ole tullut tunnustetuksi edes omassa lähipiirissä. Erityisherkkyydestä puhuminen voi siten mahdollistaa sukupolvelta toiselle siirtyvien toimintamallien näkyväksi tekemisen ja reflektoinnin. Tällaisen sukupolvelta toiselle siirtyvän trauman kuvaaminen on liitetty kiinteäksi osaksi terapeutin kulttuurin puhetapaa (Illouz 2008, 185).

Myös vähemmistöpositio merkitsee haavoittuvuutta, riippuvuutta enemmistön suhtautumisesta. Yhteiskunnan medikalisoituminen ja psykologisoituminen, normaalien ominaisuuksien ja haavoittuvuuksien kääntäminen hoitoa vaativiksi sairauksiksi tai häiriöiksi merkitsee haavoittuvuuden kokemusten arvottamista negatiivisiksi (Conrad & Schneider 1992; Furedi 2004; Honkasalo 2008a; Honkasalo ym. 2022). Teemu ja Anna pohtivat erityisherkkyyttä myös geneettisesti periytyvänä ominaisuutena, ja siten suurempana haavoittuvuuden riskinä. Monet haastateltavat kuvaavat erityisherkkiä vähemmistöksi esimerkiksi viitatessaan monissa keskusteluissa erityisherkkyyttä koskevaan tutkimukseen piirteen mahdollisesta yleisyydestä ja ilmenemisestä 25–35 prosentilla väestöstä.

Kulttuuriset normit toimivat reunaehtoina sille, miten erilaisia piirteitä voi ilmentää, ja näyttäytyvätkö ne potentiaalisina haavoittuvuuksina vai arvostettuina ominaisuuksina. Siten puhe haavoittuvuudesta voi olla myös leimaavaa ja lisätä ryhmään kohdistuvaa stigmaa, häpeäleimaa. Erityisherkkyyys on merkinnyt haastateltaville mahdollisuutta tuoda esiin omaa haavoittuvuutta, mutta samalla ristiriitaisia kokemuksia siitä, miten siihen suhtaudutaan.

Stigmaa voi pyrkiä poistamaan esimerkiksi kuvaamalla ja korostamalla sitä, mitä me emme ole (Juhila 2004). Moni haastateltava toikin esiin, että erityisherkkyyys ei merkitse esimerkiksi ”rikki menemistä”, erityisherkkät eivät ole ”särkyvää ’kristallia’”, kuten Vuokko sanallistaa:

Se ei ole sitä, että me ollaan tehty pienestä kristallista tai lasinpalasesta. Me ei mennä rikki heti, mutta meihin vaikuttaa paljon syvemmin monet asiat. Mitä se on, antennit pitkällä, mitä se ei ole, sitä että me mennään rikki helposti, tai että meitä pitää kohdella silkkihansikkain.

Se ei ole yliherkkyyttä, että kymmenen patjan alla on joku herne, että se tuntuu, toi on nyt ihan klassinen vertaus. Tottakai, voi ne paidan saumat ja tollaiset häiritä, että se siis kuuluu varmasti erityisherkkyyteen, että en minäkään kauhean karkeista materiaaleista tykkää. Se ei ole semmoista, että ai ai ai, että kliseinen yliherkkä. Sitten se ei ole sellainen, että ”minulle ei saa sanoa mitään”.

Vuokon tavoin moni muukin haastateltava toi esiin, että he eivät halua tulla leimatuiksi haavoittuvina, ja sen vuoksi erityistä kohtelua vaativina. He kertoivat, että erityisherkkyydestä puhumisen erityisesti muille kuin omaan ryhmään kuuluville voi olla haastavaa, ja kokevansa sen luovan ja ylläpitävän stereotyyppioita ja asettavan rajoja sille, miten erityisherkkää identiteettiä on mahdollista ylipäättään kuvailla ja ilmentää. Tämän jännitteisen, haavoittuvuuksien näkyväksi tekemisen tarpeen ja sen tuottaman stereotyyppistämisen ”vaaran” kanssa moni haastateltava kuvaa tasapainoilevansa puheessaan erityisherkkyydestä. Moni sanoo jopa välttävänsä erityisherkkyydestä puhumista joissakin tilanteissa, esimerkiksi haastateltava Heljä kertoo välttävänsä sanan käyttöä kokonaan:

En käytä [erityisherkkyyssanaa], olen yrittänyt keksiä sille jonkun vastineen mutta en ole keksinyt. Työkaverillekin kerroin, en voinut sanoa, että kävin erityisherkkien vertaisryhmässä, sanoin vaan että kävin vertaisryhmässä.

Heljän sitaatista tulee esiin, että hän on kokenut olevansa valmis jakamaan erityisherkkyyteen liittämiään kokemuksia vain omaan ryhmään kuuluvien kanssa ja välttääkseen näin erityisherkkyyteen mahdollisesti liittyvää stigmaa. Haavoittuvuuden esiin tuominen voi olla siten ristiriitainen kokemus. Kollektiivisen identiteetin rakentamisessa terapeutin diskurssi voi suunnata haavoittuvuuksien tunnistamiseen, mutta myös luoda moraalisen velvoitteen ottaa vastuu omasta haavoittuvuudesta. Tämä liittyy terapeutin diskurssiin sisältyvään ajatukseen tunnustuksen saamisesta niin sanotulle uhri-identiteetille, mutta samalla siihen sisältyy ikään kuin velvollisuus ottaa vastuu omasta haavoittuvuudesta ja kehittyä paremmaksi versioksi itsestään (Illouz 2008).

Haavoittuvuuden esiin tuomisen ristiriitaisuus tekee ymmärrettäväksi sen, että erityisherkkyyks merkityksellistyy haastateltavien tarinoissa erityisesti *voimaantumisen identiteettinä*. Voimaantumisen kokemusta ilmentää hyvin Katariinan tarina. Haastattelun Katariinaa vaiheessa, jossa hän on juuri vähän aikaa sitten aloittanut aktiivisemmin toimia mukana yhdistyksessä. Olemme viettäneet Katariinan kanssa ennen haastattelua päivän kokouksessa, jossa on keskusteltu erityisherkkyydestä ja koostettu siihen liittyvää materiaalia yhdistyksen käyttöön. Katariina on innostunut päivän tapahtumista ja kertoo, miten motivoitunut hän on saadessaan olla mukana toiminnassa:

Mulla on intohimo, kun itselle tuli ahaa-elämys siitä, kun sain kuulla, että tämäkin Highly Sensitive Person on olemassa. Kun sieltä lapsuudesta selkesi niin paljon asioita, tilanteita, omia kokemuksia, tunteita niin haluan sitä samaa jakaa nyt sitten muillekin.

Katariina kuvaa, miten hänen erityisherkkyyteen liittämänsä erilaisuuden kokemukset ovat tuottaneet hänelle pakkoa sovittaa minuuttaan sille sopimattomaan muottiin, ja Katariina sanoo kokeneensa tarvetta muuttua. Katariina kuvaa, miten hänen kokemuksensa vaikuttavat siihen, että hän haluaa olla mukana yhdistystoiminnassa levittämässä tietoa erityisherkkyydestä, ja tehdä ”näkyvätöntä näkyväksi”: ”että kun sinä et voi sille mitään, mutta se ei näy sinun ulkoisesta olemuksestasi mitenkään, ja että jos sinun pitää himmata sitä omaa olemusta, tekemistä ja vaikka hurmaantumista jostakin asiasta yleisen mielipiteen vuoksi, niin sitä minä haluan olla loiventamassa sillä, että se info leviäisi.” Kokemus voimaantumisen antanut Katariinalle sytykkeen myös yhdistystoimintaan mukaan lähtemiseen. Voimaantuminen voi merkitä sekä yksilön itseen kohdistuvaa voimaantumisen kokemusta että sosiaaliseen ympäristöön ja toimintaan suuntautuvaa voimaantumista (Cruikshank 1999; Siitonen 1999; Freire 1970/2017).

Monet haastateltavien kertomukset osoittavat, että erityisherkkyyttä merkitsee heille erityisesti mahdollisuutta oman minuuden näkyväksi tekemiseen, häpeän kääntämiseen ylpeydeksi ja traumasta vapautumiseen, toisin sanoen sisäisen voimaantumisen kokemusta. Monesta tarinasta tulee esiin, miten kokemus voimavarojen lisääntymisestä on kasvanut erityisherkkyyden tiedostamisen jälkeen. Haastateltavat kertovat, että he ovat oppineet ”kuuntelemaan kehoaan” paremmin nyt, kun ovat tiedostaneet sen erityisherkkyyteen liittyvät tarpeet. He kertovat oppineensa ”nauttimaan elämästä”, ”palautumaan kuormituksesta” ja ”tekemään tietoisia valintoja”. Nämä kaikki kuvaavat yksilöllistä voimaantumista, joka suuntautuu oman hyvinvoinnin hallintaan ja oman elämän jäsentämiseen. Moni kuvaa erityisherkkyyttä ”voimavaraksi”, ja että siihen liittyy esimerkiksi kehon ja intuition kuuntelemista. Esimerkiksi Anna kuvaa, että tällainen toiminta auttaa häntä ja voisi mahdollisesti auttaa myös muita onnistumaan erilaisissa tehtävissä: ”Jos me kuunnellaan mitä meidän keho sanoo ja mitä meidän alitajunta sanoo, niin me voidaan onnistua aika mahtavasti.” (vrt. Hautaniemi 2021). Moni haastateltava tuo esiin, että oikeanlainen ympäristö saa heidät jopa ”kukoistamaan”. Esimerkiksi Laura kuvaa erityisherkkyyttään jopa supervoimaksi:

Minun mielestä ihminen pystyy käyttämään sitä niin sanottuna supervoimana. Ei nyt sentään sellaisella tavalla että, otetaan kaikki erityisherkkät työpaikalle, koska ne [on] niin tunnollisia työntekijöitä, vaan, että pystyy jokainen itse käyttämään sitä sellaisella tavalla minkä kokee. Kyllä minäkin koen, että olen hyvä työntekijä sen takia koska, mulla on sellaisia tiettyjä ominaisuuksia, jotka liittyy erityisherkkyyteen tai tulee sen erityisherkkyyden kautta.

Erityisherkkyyden merkityksestä Lauran kuvaamana hyödynnettävänä ominaisuutena, jopa supervoimana, keskusteltiin myös monilla luennoilla ja kokoontu-

missa, joissa pohdittiin, miten erityisherkkyyteen liitetyjä toimintatapoja voisi olla mahdollista arvostaa nykyistä enemmän eri elämäalueilla. Hyödynnettävyysspuheen ja supervoimaan viittaamisen voi tulkita tavaksi tehdä eroa erityisherkkien ja muiden välille ja korostaa voimaantumisen merkitystä myös haavoittuvuuteen liitettyjen stereotyyppien vähentämiseksi. Esimerkiksi Helena tuo esiin, miten herkkyyteen voi liittyä erityisiä toimintatapoja, joita ei-herkät eivät voi välttämättä samalla tavalla hyödyntää:

Vaikka joku käsitesyvällinen, musta tuntuu, että vain erityisherkät ymmärtää sen asian. Kun yrität selittää sitä ei-erityisheikälle niin se ei näe sitä vahvuutena ollenkaan koska hän ei tajua et sellaista on olemassakaan. Tavallaan näkee niitä omia vahvuuksia ja lahjoja mitä ehkä kuka tahansakin pystyy sitten ymmärtämään. Vaikka käsitteenä luovuus taikka sellainen et pystyy lukemaan toisten tunteita ja tällöiset asiat.

Ylivertaisiin taitoihin viittaaminen voi toimia myös identiteetin rakentamisen välineenä ja keinona liikuttaa erityisherkkyyden identiteettiä lähemmäksi sellaista toimijuutta, jota yhteiskunnassa arvostetaan (ks. Bernstein ym. 2014). Moni haastateltava toi esiin, miten normatiiviset, kapeaksi koetut rationaalis-maskuliiniset toimintatavat voivat rajata mahdollisuuksia toimia esimerkiksi aistien, tunteiden tai intuition tuottaman tiedon varassa, ja niiden hyödyntämättä jättäminen näyttäytyy suorastaan hukattuina potentiaaleina. Esimerkiksi Katariina tiivistää ajatuksensa erityisherkkyydestä: ”Se on vahvuus ja talentti ja valtava rikkaus.”

Terapeuttiseen kulttuuriin liitettyyn voimaantumisen eetokseen sisältyy ajatus mahdollisuudesta kääntää erilaiset potentiaaliset haavoittuvuudet vahvuuksiksi (Brunila ym. 2021; Brunila & Rossi 2018.) Voimaantumisen korostaminen voi näyttäytyä siten mahdollisuutena kuvata erityisherkkyyttä positiivisessa valossa sekä oman ryhmän että muiden silmissä. Terapeuttinen diskurssi voi ohjata puhetapoja terapeuttisen kulttuurin moraalisen kieliopin mukaisesti korostamaan vahvuuksia ja mahdollisuuksia niiden hyödyntämiseen ja voimaantumisen suuntaamiseen haavoittuvuuksien kääntämiseen vahvuuksiksi (Illouz 2008, 184–186). Voimaantumisen identiteetin rakentaminen voi siten olla erottautumista muista ja tunnustuksen hakemista tälle erolle.

Kolmas keskeinen tapa tuoda esiin erityisherkkyyttä yhdistyy tapoihin merkityksellistää sitä eroja muihin häivyttävänä tavallisuutena. Esimerkiksi Sonja on yksi haastateltavista, joka kuvaa lapsuudenkokemuksiaan muiden tarinalinjasta poiketen. Hän ei liitä muiden haastateltavien tavoin omia erilaisuuden kokemuksiaan erityisherkkyyteen. Sonja selittää tämän johtuvan siitä, millaisissa ympäristöissä hän on saanut kasvaa ja elää:

Esimerkiksi minun lapsuudenkoti, en tiedä perheen aikuisista, että oliko niistä kukaan erityisherkkiä mutta, olin niitten kanssa aika hyvin samalla aallonpituudella. Ainakin niillä oli vähän samanlainen viestintätyyli, vaikka en tiedä, että oliko ne erityisherkkiä kuitenkaan välttämättä. Olen ehkä aika paljon hakeutunut semmoisiin harrastuksiin ja muihin paikkoihin missä on aika paljon just ehkä erityisherkkiä.

Sonja kertoo kokevansa, että hän on lapsuudestaan asti saanut ilmentää omaa minuuttaan kodin sallivassa ilmapiirissä. Sonjalle on syntynyt kokemus, että hän on voinut olla juuri sellainen kuin on ja tehdä niitä asioita, joista hän on kiinnostunut. Sonja kuitenkin kertoo tunnistavansa erilaisuuden aiheuttaman ulkopuolisuuden ja ympäristöön sopimattomuuden tunteiden liittyvän monen erityisherkkäksi identifioituvan kokemusmaailmaan, vaikkakin tuo esiin, miten hän jopa hieman ihmettelee, miksi monet hänen kohtaamansa erityisherkkät kuvaavat erilaisuuden ilmentymistä jonkinlaisena omituisuutena tai outoutena:

Mitä olen vähän ihmetellyt tässä yhdistyksen piirissä tai niissä paikallisryhmissä, kun kauhean monet ihmiset sanovat, että ne on jotenkin aina kokeneet itsensä hirveän omituiseksi ja muut on pitänyt niitä hirveän outoina. En minä ainakaan ole mielestäni törmännyt täällä yhdistyksessä ihmisiin, mitkä olisivat minun mielestäni jotenkin kovin outoja tai eksentrisiä. Mutta en sitten tiedä, että olenko jotenkin koko ikäni elänyt jossain semmoisessa ihan ihmeellisessä kuplassa (naurahtaan).

Sonjan kuvaus vahvistaa muiden haastateltavien tarinoista saatua ymmärrystä ympäristön merkityksestä ja erilaisuuden kokemusten suhteisuudesta ympäristön asettamaan normatiiviseen olemiseen. Moni haastateltavista kuvaa elävänsä heille jollain tavalla sopimattomassa ympäristössä, ja Sonjallekin hänen kuvailemansa ”kupla” vaikuttaa kuin onnekkailta sattumalta, jota vasten Sonjan on mahdollista merkityksellistää erityisherkkyytensä tavallisuutena, ei erityisyytenä tai poikkeavuutena suhteessa muihin ihmisiin.

Tavallisuuden korostaminen voi olla myös tapa vastustaa negatiivista kategorisaatiota (Juhila 2012, 215). Se voi ilmetä esimerkiksi irrottautumalla kulttuurisesti negatiiviseksi määrittävistä ilmaisuista ja korostamalla tavallisuutta ja samantavaisuutta suhteessa normatiivisena pidettyyn (Bernstein 1997; Juhila 2012, 219). Esimerkiksi Helena toi monissa yhteyksissä esiin paitsi erityisherkkyyteen liitetyjä potentiaaleja, myös sitä, miten erityisyyden korostaminen näyttäytyy hänestä vääralta taktikalta erityisherkkyyden esiin tuomiseen ja ryhmän tunnustuksen hakemiseen:

Erityisherkkyyks ei ole sitä, että haluaa tehdä numeron herkkyydestään että: ”ai olen niin herkkä”. Silloin on kyse jostain ihan muusta. Eikä se ole sitä, että tarvitsee jotakin erityiskohtelua.

Kuten Helena tuo esiin, hän ei koe erityisherkkyydessä olevan kysymys sellaisesta erityisyydestä, joka oikeuttaisi vaatimaan erityistä kohtelua. Erityisyyden korostaminen voi myös vahvistaa ilmiöön liittyviä erilaisia vääriä yleistyksiä ja stereotypioita. Moni muukin haastateltava piti stereotyyppien purkamista tärkeänä korostamalla, että erityisherkkyyks ei ole erityisten oikeuksien tai suojelun vaatimista, kuten esimerkiksi Vuokko toteaa:

Ei että erityisherkkyyks olisi, että pitäisi olla jossain lasikuvun alla, että aivan erityisessä hoidossa ja huolenpidossa ja kohtelussa, vaan että ihan tavallisia ihmisiä. On sitten niitä selviytymiskeinoja löydettävä itse ja muiden avulla.

Tavallisuuteen viittaamalla voi tehdä näkyväksi eroa oman ryhmän ja muiden välillä, mutta samalla myös kaventaa oman ryhmän eroa normatiiviseen, tavallisena pidettyyn minuuteen ja toimijuuteen (Bernstein ym. 2014). Tavallisuuteen viitataan myös käyttämällä tietoisesti niitä stereotyyppisiä ilmauksia, joita erityisherkkyyteen erilaisissa keskusteluissa liitetään. Esimerkiksi Lauran mukaan erityisherkkiä naisia pidetään ”draamailijoina”, miehiä taas ”nössöinä”. Erityisherkkät ovat ”mielensäpahoittajia”. Stereotyyppisiä ilmauksia esiin tuomalla ja jopa niiden liioittelulla on mahdollista laittaa liikkeelle luonnollistuneita totuuksia ja kyseenalaistaa niitä (Butler 2006). Niiden avulla voidaan myös pyrkiä irrottautumaan stigmoista ja niihin liittyvästä suvaitsevaisuuden ajatuksesta. Haastateltavat korostivat myös, että he eivät halunneet erityisherkkyyden merkitsevän suvaitsevaisuutta vaativaa olemisen tapaa, vaan luonnollista ja normaalia tapaa olla ja toimia. Moni oli valmis tuomaan esiin omasta ryhmästä käytettyjä negatiivisiksi koettuja ilmaisuja, jotta keskustelu erityisherkkyydestä etenisi ja erityisherkkyyks tulisi tunnistetuksi. Esimerkiksi Sofia korostaa avoimen keskustelun merkitystä ilmiöiden normalisoimisessa:

Tavallaan se, että asiat kun niistä puhutaan, ihan samalla tavalla kuin sanat on hyvin tärkeitä, termit on tärkeitä, mutta tärkeätä on myös se, että asioista puhutaan, että ne otetaan esille. Silloin se luo normaaliutta, se luo sitä että, hei, tämä on sellainen asia, joka on tärkeä ja arvostettu ja tunnustettu.

Eri merkitysten esiin tuominen identiteetin kuvaamisessa näyttäytyy edellä kuvaamani perusteella jännitteiseltä. Tavallisuuden korostaminen voi mahdollistaa keskustelun myös haavoittuvuudesta universaalina, kaikissa ihmisissä olevana,

pikemmin kuin ei-erityisenä, tiettyyn ryhmään paikantuvana erityispiirteenä. Toisaalta tavallisuudesta puhuminen voi haastaa identiteetin näkyväksi tekemistä ylipäätään. Erilaisuuden kieltäminen ja samuuden korostaminen voi hierarkkisoida erilaisia kokemuksia niin, että osa kokemuksista ei mahdu samaan kuvaan ja niiden ilmentäminen voi sysätä ulkopuoliseksi myös omasta ryhmästä (Juhila 2004, 31). Mikäli kaikki erityisherkkäksi itsensä kokevat eivät koe olevansa riittävän samantaisia valtaväestön kanssa, heidän toiseuden kokemuksensa eivät vähene. Tavallisuuden korostaminen ei tee siten tilaa haavoittuvuudelle, ja voi vahvistaa siten voimaantumisen eetosta. Seuraavaksi tarkastelen hegemonista terapeutista diskurssia ja voimaantumisen eetosta yhdistystoiminnan käytäntöjä suuntaavina elementteinä.

4.3 Voimaantumisen eetos ja terapeutin diskurssi toiminnassa

Voimaantumista on tarkasteltu aiemmissa suomalaista yhdistystoimintaa koskevissa tutkimuksissa esimerkiksi yhdistystoimintaan aktivoitumisen ja itseapuryhmien toiminnan näkökulmista. Esimerkiksi Marianne Nylund (2000) on tuonut esiin, miten itseapuryhmät voivat orientoitua yksilölliseen voimaantumiseen, edistämään psykologista hyvinvointia tai/ja poliittiseen voimaantumiseen pyrkimyksenä lisätä tietoisuutta erilaisista sairauksista tai terveyteen liittyvistä kysymyksistä, saada muutoksia palveluihin tai ennaltaehkäistä erilaisia sosiaalisia ongelmia. Vapaaehtoisjärjestöt voivat toimia itseapuryhminä tai niiden organisoijina, ja niiden toimintakäytännöt voivat vaihdella sen mukaan, tavoitellaanko toiminnalla yksilöllistä muutosta ja hyvinvointia vai laajempaa rakenteisiin ja kulttuurisiin käytäntöihin vaikuttavaa muutosta. Henkilökohtaiset tavoitteet suuntaavat toimintaa yhdessäoloon ja vuorovaikutukseen, kokemusten jakamiseen, toisten kuuntelemiseen ja tukemiseen ja empatian osoittamiseen. Sosiaalisesti orientoituneiden ryhmien toiminnassa painottuvat koulutukselliset ja tiedon lisäämiseen tähtäävät käytännöt ja julkinen ryhmän edustaminen (Nylund 2000, 87–90.) Voimaantumista voi tarkastella myös osana terapeutin diskurssia osana yhdistystoiminnan voimaantumisen käytäntöjä, toisin sanoen tarkastelen sitä, miten yhdistystoiminnassa rakennetaan toisaalta oma-apua tukevaa *vertaisuutta* ja toisaalta *herkkyyden politiikkaa*. Analyysini pohjalta esitän, että terapeutin diskurssissa yhdistystoiminnassa voi olla piirteitä sekä yksilöllistä että yhteiskunnallista muutosta edistämään pyrkivästä voimaantumisesta. Tarkastelen siten herkkyyden politiikkaa sekä terapeutin diskurssina että institutionaalisten käytäntöjen politiikkana.

4.3.1 Vertaisuus ja itseapu

Kun menin sisään sinne paikkaan, missä se kokous oli, niin siellä oli jotenkin hirmu mukava ilmapiiri. Se oli hirmu jännä, kun siellä oli viitisenkymmentä ihmistä, ja kaikki tietyllä tavalla hirveän samanlaisia semmoiselta viestintä-, toimintatyyliltä. En ole oikeastaan missään aikaisemmin tavannut samalla kertaa niin paljon ihmisiä, joiden kanssa olisi jotenkin ollut sillä tavalla samalla aallonpituudella viestintätyylin ja toimintatyylin suhteen.

Yhdistyksen perustamiskokouksessa mukana ollut Sonja kertoo, että hän oli etukäteen jännittänyt tapaamista ja miettinyt, tuntisiko hän yhteenkuuluvuutta muiden kanssa. Jännitys oli osoittautunut turhaksi. Kokouksen ilmapiiri ja tunnelma muodostuivat Sonjan mukaan ihmisten samanlaisesta viestintä- ja toimintatyylisestä. Sonja koki tullessa ”omiensa joukkoon”.

R: Miten kuvailisit sitä viestintä- ja toimintatyylä?

S: No semmoinen, aika pehmeä, rauhallinen ja vähän pidättyväinen, mutta kuitenkin lämminhenkinen. Että ei sillä tavalla, että kun on toisaalta semmoisia kylmiä ja juroja ihmisiä, että ei semmoinen, vaan enemmän ehkä yhteistyöhenkinen ja tietyllä tavalla yhteisymmärrystä ja ehkä vähän väärä sana sanoa kontaktia hakeva, kun ei sillä tavalla päälle käyvä vaan vähän rauhallisempi ja hillitympi ja pehmeämpi.

Sonjan tavoin toimintaan oli vuosien varrella lähtenyt mukaan monia erityisherkkyyden käsitteen liikuttamaksi tulleita, niin miehiä kuin naisia, niin korkeasti koulutettuja, erilaisissa asiantuntijatehtävissä toimivia, psykotiedon ammattilaisia kuin monenlaisista koulutus- ja ammattitaustoista tulevia asiasta kiinnostuneita. Tapasin kenttätöni aikana toiminnasta kiinnostuneita nuoria, jo eläkeikään päässeitä ja työikäisiä eri ammattialoilta. Monet olivat kasvatus- ja koulutusalan tai sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia. Erityisherkkyyden ympärille oli kerääntynyt monenlaisista taustoista tulevia ihmisiä kuulostelemaan ja tunnustelemaan yhteisen toiminnan sopivuutta itselle ja tuottamaan ymmärrystä erityisherkkyydestä. Kaikki olivat kiinnostuneita ymmärtämään, keitä olivat *me*, erityisherkät. Yhdistyksen nimeäminen ja rekisteröinti voi olla ensimmäinen konkreettinen askel kollektiivisen rakentumiseen ja ryhmän itsemäärättelyyn ja erottautumiseen muista (Siisiäinen 2003, 30). Se luo puitteet vertaisten tapaamiselle, vastavuoroiselle tuelle ja kohtaamiselle. Mahdollisuus jakaa elämäntarinoita ja tavata muita erityisherkkiksi itsensä kokevia ihmisiä oli haastateltaville yksi tärkeimpiä motiiveja lähteä mukaan yhdistystoimintaan. Yhdistystoiminnan keskeisenä tavoitteena voikin olla oman ryhmän välisen yhteenkuuluvuuden ja vertaisuuden rakentaminen (Nylund 2000, 36–37).

Erityisesti monilla eri paikkakunnilla kokoontuvista paikallisryhmistä oli nopeasti muodostunut yhdistyksen tarjoamia tärkeitä paikkoja muiden tapaamiseen ja kokemusten vaihtamiseen. Paikallisryhmien tarkoituksena on tarjota mahdollisuus kokoontua yhteen keskustelemaan erityisherkkyydestä. Monen muun haastateltavan tavoin Sofia toi esiin, miten ryhmiin osallistuminen voi toimia tärkeänä vertaisuuden kokemisen paikkana ja mahdollisuutena saada ymmärrystä omille kokemuksille:

Se on niin ihana tunne siellä, kun on kahdeksan ihmistä ja yksi ihminen selittää jotain asiaa ja sitten kaikki muut vaan nyökyttävät päätä, että ”joo yymm minä niin tiedän mitä sinä tarkoitat”. Suorastaan vaan nautin siitä, että voin puhua tästä aiheesta, se on ihanaa ja ihmiset ymmärtävät. Se on ihanaa, että vaikka kaikki, tottakai, tulevat siitä omasta näkökulmastaan, niin kuitenkin kaikki ymmärtävät. Siinä on se joku yhteinen juttu niin se on ollut aivan ihanaa. Että ehkä vertaistuki voisi olla semmoinen kliinisempi ilmaisu sille.

Sofia, Sonja ja monet muut haastateltavat toivat esiin, että yhteisten tapaamisten ilmapiiri tuntui yhteenkuuluvuutta korostavalta, ja että monet niissä esille nostetut vaikeatkin kokemukset olivat jaettuina. Se tuotti haastateltavien mukaan hyvää mieltä, iloa ja kokemuksia ymmärretyksi tulemisesta. Vertaistukiryhmien merkitys voi olla kokoontumisessa ihmisiä yhdistävien kärsimysten kokemusten äärelle (Illouz 2008, 183). Tähän perustuvat esimerkiksi erilaisiin sairauksiin pohjautuvat vertaisryhmät. Sofian mukaan vertaistuen käsite vaikutti jopa liian kliiniseltä ilmaisulta kuvaamaan tapaamisten aikaansaamia mielihyvän tunteita ja yhteenkuuluvuuden kokemusta. Haastateltavat korostivat vertaistuen merkitystä myös muussa yhdistyksen toiminnassa. Esimerkiksi Lauran mukaan koko toiminta pohjautuu vertaistuen ajatukselle, joka toteutuu kaikessa toiminnassa. Laura kuvaa ryhmää yhteiskunnallisena vähemmistönä, jonka kokoontumiselle yhdistys luo tärkeät puitteet:

Mahtava mahdollisuus erityisherkillle, tuoda erityisherkkiä yhteen ja antaa mahdollisuus sille, että tällainen vähemmistöön kuuluva ryhmä voi olla tavalla tai toisella tekemisissä.

Vertaisten tapaaminen erilaisissa ryhmissä, kokoontumisissa ja koulutuksissa on muodostunut suomalaisen yhdistystoiminnan keskeiseksi tavaksi organisoitua (Lappalainen 2019), ja niissä jaetut keskustelut kuvittavat esiin rajoja oman ryhmän ja muiden välillä. Vertaisryhmä voi toimia kulttuurisena mallina (Illouz 2008, 187), johon sisäänrakennettu ajatus identiteettinarratiivien jakamisesta voi osoittautua tärkeäksi tavaksi kokoontua erilaisten kokemusten äärelle ja antaa niille merkityksiä. Myös kansainvälisissä vertaisryhmiä koskevissa tutkimuksissa on todettu ryhmien suuri terapeuttilinen merkitys ja yksilöllisten kokemusten jakamisen merkitys

yhteenkuuluvuuden rakentamisessa (MacLellan ym. 2015; Rabeharisoa 2006; Repper & Carter 2011). Vertaisryhmissä tehty identiteettityö voi tehdä näkyväksi ryhmään kuulumista ja lisätä myös sitoutumista yhteiseen toimintaan (Polletta & Jasper 2000, 291). Identiteettityö on aktiivista toimintaa, identiteetin rakentamista, edistämistä ja ylläpitämistä (Bernstein ym. 2014), ja vertaisryhmiin osallistuminen voi olla tapa tutustua yhdistyksen toimintaan ja sen myötä lähteä mukaan myös muunlaiseen toimintaan, erilaisiin työryhmiin, koulutuksiin tai järjestämään yhteisiä tilaisuuksia.

Myös mahdollisuus negatiivisten tunteiden kääntämiseen positiivisiksi on monissa tutkimuksissa todettu olevan keskeinen sosiaalisen toiminnan kimmoke (Delap 2018; Guenther 2009; Poma & Gravante 2016; Whittier 2021; Wulff ym. 2015). Kuten Katariinan terapeuttille diskurssille rakentuvassa voimaantumisen tarinassa tulee esiin, mahdollisuus osallistua yhdistystoimintaan on tuottanut innostusta ja antanut mahdollisuuden omaa toimintaa rajoittavan häpeän tunteen kääntämiseen *iloksi* ja *ylpeydeksi*. Samaa itsensä vapauttamisen ja hyväksymisen kokemusta Katariina halusi olla välittämässä myös muille. Myös terapeutin kulttuurin keskeinen piirre on mahdollisuus erilaisten negatiivisten tunteiden kääntämiseen positiiviksi ja voimaantumisen kokemus (Illouz 2008). Katariina esimerkiksi kuvasi, miten hän oli löytänyt vertaisia, joiden kanssa jakaa kokemuksia ja siten saanut kokemuksen oman olon helpottumisesta. Sen myötä hän oli antanut itselleen luvan ””haltioitua” ja ”antautua elämälle”, astua ulos siitä muotista, johon hän ei kokenut sopivansa:

K: Onko se sinun motiivisi, miksi olet tässä yhdistyksessä mukana?

V: Joo, joo. Jakaa sitä tietosuutta muillekin, jotta he pystyisivät kanssa haltioitumaan ja antautumaan sille, elämä on paljon, paljon rikkaampaa sen jälkeen, kun on tiedostanut tämän, että aikaisemmin olen yrittänyt pysyä jossakin muotissa, mutta nyt hoksaan sen, että ei minun tarvitse. Kaltaisiani löytyy (naurahdus).

Katariinan esiin tuomaa haltioitumisen tarvetta voi tulkita osana länsimaisen elämäntavan luomia normeja. Uushenkisyyttä tutkinut Terhi Utriainen on tuonut esiin, että ihmiset voivat etsiä arkeensa erilaisia lumoutumisen kokemuksia vastapainona rationalisoituneelle tiedonhankinnalle ja järkipärisyydelle (Utriainen 2017, 16–17). Katariina kertoi, että hän koki erityisherkkyyteen liitettyjen negatiivisten tunteiden kääntämisen positiivisiksi luovan vertaistoiminnasta ikään kuin paikan lumoutumisen kokemuksille ja niiden jakamiselle. Katariinalle yhdistystoimintaan osallistuminen merkitsi lupaa haltioitua itseään kiinnostavista asioista ilman muiden tuomitsevaa mielipidettä ja mahdollisuutta auttaa muita kokemaan samaa. Myös monissa vähemmistöjen identiteettipoliittikkaa koskeissa tutkimuksissa on argumentoitu, että häpeän tunteiden muuttuminen iloksi ja ylpeydeksi omasta identiteetistä voi innostaa ihmisiä lähtemään mukaan yhteiseen toimintaan (Delap 2018; Guenther 2009; Poma

& Gravante 2016; Whittier 2021). Katariina sanoi, että häntä jopa harmitti, jos erityisherkkyydestä puhuttiin negatiiviseen sävyyn: ”Semmoinen ärsytys on tullut valittamisesta, että koetaan, että erityisherkkyyks on sen valittamisen aihe.”

Negatiivisten tunteiden kääntäminen positiivisiksi osoittautuu keskeiseksi osaksi kollektiivisen identiteetin rakentamista terapeuttisessa kulttuurissa. Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on argumentoitu, että toimintaan valitut käytännöt kuvaavat liikkeen mieltymystä tietynlaisiin keinoihin ja heijastelevat kollektiivista identiteettiä (Polletta & Jasper 2001). Myös muissa vertaistukea koskevissa tutkimuksissa on tuotu esiin, että vaikeiden kokemusten muuttuminen voimavaroiksi voi olla tärkeä toiminnan tavoite ja toimintaa suuntaava periaate (Ikävalko 2021, 339; Yeoung 2005b). Terapeuttinen diskurssi voi siten vahvistaa voimaantumisen eetosta. Yhdistystoiminnassa se voi ilmetä yksilöllisen vastuun ja muutoksen mahdollistavien terapeuttisten käytäntöjen soveltamisena ja toiminnan ammattimaistumisena (Lappalainen 2019). Kollektiivisessa toiminnassa voimaantumisen eetos voi merkitä erityisherkkyyden identiteetin korostamista positiivisena, ylpeyttä tuottavana identiteettinä. Illouzin mukaan (2008, 186–187) vertaisryhmät ovat kulttuurisia välineitä terapeuttisen diskurssin kääntämiseen kulttuuriseksi performanssiksi, yksilöllisten tarinoiden jakamiseksi tietyllä tavalla.

Haastateltavat toivat esiin, että voimaantumisen kokemus ja auttamistyön tuottama ilo ja innostus lisäsivät heidän haluaan korostaa erityisherkkyyden merkitystä hyödynnettävänä voimavarana. Monet korostivat myös, että erilaisiin arkielämän haasteisiin oli toiminnan kautta löydettävissä yksilöllisiä ratkaisuja. Terapeuttinen diskurssi voi suunnata siten myös yhdistysten toimintakäytäntöjä, ja yhdistystoiminta voi näyttäytyä tärkeänä paikkana tarjota erilaisia terapeuttisia käytäntöjä voimaantumisen tueksi. Sain esimerkiksi kokeilla kenttätyöni aikana erilaisia tietoisuus- ja rentoutusharjoituksia, mindfulnessia, taidepajatyöskentelyä ja tanssiharjoitteita. Kiitollisuuskortit, ruokavalioon liittyvät ohjeistukset, monet muut kirjalliset materiaalit ja erilaiset apuvälineet, kuten vastamelukuulokkeet, nostettiin monissa keskusteluissa esiin tärkeinä apuvälineinä erityisherkkyyden hallintaan ja siten myös voimaantumiseen. Minulle suositeltiin erilaisia elämänhallintaoppaita, verkkosivustoja ja hyvinvoinnin tukemiseen tarkoitettua tietokirjallisuutta. Tämä tukee ymmärrystä siitä, että yhdistystoiminta voi toimia yksilöllisen voimaantumisen tukijana, ja sen käytännöt voivat painottua itsehoitoon ja oman hyvinvoinnin hallintaan (vrt. Nylund 2000; MacLellan ym. 2015).

Myös erilaisissa markkinointimateriaaleissa ja viestintäkanavissa käytetyt iskulauseet tiivistävät voimaantumisen sanomaa:

Herkkyyks voimavarana
 Rohkeasti herkkä
 Ei oo häpee olla herkkä

Katariinan tavoin moni muukin kenttätyöni aikana kohtaamani yhdistystoimija kertoi innostuneisuudestaan erityisherkkyyden teemaa kohtaan ja siitä, miten he halusivat olla mukana toiminnassa viemässä eteenpäin aiheeseen liittyvää tietoutta. Vapaaehtoistoiminta näyttäytyy monelle haastateltavalle mahdollisuutena laittaa itsensä likoon muiden hyväksi, kääntää yksilölliset intressit ryhmän tavoitteiksi ja yksilöllinen toimijuus kollektiiviseksi toiminnaksi (vrt. Bernstein 1997). Innostuneisuus näkyi myös aktiivisena monien erilaisten toimintamuotojen käynnistämisenä ja ylläpitämisenä. Yksi tärkeä merkkipaalu ja pitkäjänteisen ponnistelun tulos oli ensimmäisen STEA-rahoitteisen hankkeen käynnistäminen pilotoinnin ja onnistuneen rahoitushaun jälkeen. Haastateltavat korostivat hankkeen merkitystä ja kuvasivat kokevansa ylpeyttä siitä suuresta työstä, jota hankkeen valmistelun eteen oli tehty esimerkiksi näin: ”Olen tyytyväinen, että meillä on ollut hyvin aktiivinen, tehokas ja toiminnallinen vuosi. Ollaan saatu paljon aikaan, koska kyllähän tuo pilotti ja sen myötä tämä hanke, ne on ollut isoja juttuja.”

Auttamishalun on monissa tutkimuksissa todettu olevan keskeinen motiivi lähteä mukaan yhdistystoimintaan (Nylund 2000; Yeung 2005b, 110). Pääsin seuraamaan esimerkiksi hankkeen puitteissa järjestettyjä muiden auttamiseen suuntautuvien vertaisohjaajien koulutuksia. Moni koulutuksiin osallistuva korosti pitävänsä tärkeänä saada tavoitettua syrjäytymisvaarassa olevia erityisherkkiä ja auttaa heitä. Muiden auttaminen voi olla myös osa voimaantumista ja siten aktiivista, kunnon kansalaisuutta (Cruikshank 1999; Lappalainen 2019, 139; Särkelä-Kukko 2019, 235). Moni haastateltava sanoi kokevansa jopa velvollisuudekseen olla jakamassa tietoa erityisherkkyydestä ja myös sen mahdollisista vaikutuksista ihmisten elämään (vrt. Ederth-Cato 2020). Toisten auttaminen voi tulla mahdolliseksi oman voimaantumisen myötä, ja haastateltavat kuvasivat oman erityisherkkyyden tunnistamisen antavan välineitä esimerkiksi toisten ”kannustamiseen”, ”arvostamiseen”, ”kuuntelemiseen” ja ”ymmärtämiseen”. Moni sanoi pitävänsä tärkeänä levittää erityisherkkyyteen liittyvää tietoa mahdollisimman paljon siten, että se tavoittaisi myös sellaiset ihmiset, jotka eivät vielä olleet tunnistaneeet omaa erityisherkkyyttään. Erityisherkkyyttä oli mahdollista käyttää auttamistyön välineenä, auttamaan muita voimaantumiaan.

Auttamistyöhön voi liittyä myös haasteita. Moni keskustelukumppanini erilaissa tilaisuuksissa kuvasivat erityisherkkyyden koskettavan ihmisiä, ”joitakin erityisherkkiä”, jotka olivat ikään kuin näkymättömissä, ja erilaisten auttamisjärjestelmien tavoittamattomissa. Tämä johtui monen mukaan siitä, että he eivät olleet vielä löytäneet erityisherkkyyttä ja tunnistaneeet ominaisuutta itsessään. He eivät olleet tulleet tietoiseksi erityisherkkyyteen liittyvästä voimaantumisen mahdollisuudesta. Tämä saattoi esimerkiksi Katariinan mukaan johtaa siihen, että ”jotkut saattaa sairastua tähän maailman menoon tai saattaa alkaa vaikka juomaan.” Katariina viittaa siten erityisherkkyyteen haavoittuvuutena, riskinä esimerkiksi sairastua tai alkoholisoitua, jos haavoittuvuuden todellinen syy jää ihmiselle itselleen tunnistamatta. Muita

haavoittuvuuksia, joihin haastateltavat viittasivat, ovat erilaiset sosiaaliset ja terveydelliset ongelmat, kuten uupumus, masennus ja syrjäytyminen. He paikansivat ongelmien juurisyiksi yhteiskunnalliset olosuhteet, ”maailman menon” kuten Katriina totesi, mutta syyn niihin sopeutumattomuuteen yksilölliseksi, erityisherkkyydestä johtuvaksi. Haastateltavat kuvasivat, miten väärinymmärretyksi tuleminen voi johtaa yksilön hyvinvoinnin kannalta epäedulliseen toimintaan ja negatiivisiin tunteisiin, jolloin moni voi tuntea häpeää, ”pahaa oloa”, ”hermoilla”, ”olla alakuloinen”, ”stressaantua”, ”olla levoton” tai ”huonovointinen”. Kaikki nämä ovat kuvauksia kärsimyksestä, josta erityisherkkyyden tunnistamisella ja oikeanlaisella avulla oli mahdollista päästä eroon. Nämä keskustelut osoittavat, että terapeutin diskurssi voi suunnata haavoittuvuuksien hallintaan muokkaamalla yksilön roolia sekä avun tarvitsijaksi että samaan aikaan oikeanlaisen avun tuella ottamaan vastuun omasta hyvinvoinnistaan. Kuten Illouz (2008, 183–184) on ehdottanut, sen avulla voi kuvailla yksilöä samaan aikaan sekä olosuhteiden uhrina että oman elämänsä aktiivisena toimijana.

Auttamistyöksi rakentumisen myötä vertaistuki voi näyttäytyä ammatillistuneena ja tavoitteellistuneena osana sosiaali- ja terveystalvvelujärjestelmää. Tätä tavoitteellisuutta esimerkiksi Teemu pohtii näin:

Tällä hetkellä näyttäisi olevan, vaikka miten markkinoidaan niin me ei saada kuuluuvtta ja näkyvyyttä tarpeeksi että varsinkin ne, jotka on vähän lähempänä syrjäytymistä tai jotain vastaavaa tilannetta, ne ei löydä meitä, jos he ei tiedä tämmöisestä persoonallisuus- tai temperamenttipiirteestä mitään, niin monet saattaa olla niin huonossa hapessa henkisesti että ei he jaksa etsii tietoa ja sitten jos he etsivätkin tietoa, jaksaako he tulla esimerkiksi paikallistapaamiseen, luennolle, puhumattakaan että he maksaa vaikka satasen bensalaskut ja ajaa jostakin Helsinkiin, tai ostaa junalipun. Kyllä heilläkin on semmoinen oma elämäntarina.

Tällaisia piilossa ja haavoittuvassa asemassa olevia erityisherkkiä pitäisi Teemun mukaan toiminnassa erityisesti etsiä ja löytää. Moni toi myös esiin, miten kokemukset väärinymmärretyksi tulemisesta saattoivat olla syitä myös siihen, miksi ihmiset saivat ”vääräi diagnooseja”, eivätkä siten saaneet oikeanlaista apua. Pyrkimys sopeutua maailman menoon voi saada ihmiset ”himmäilemaan olemustaan ja tekemistään” ja ”tasapainoilemaan”. Heidän kuvattiin ikään kuin keikkuvan marginaalin ja normatiivisen olemisen välimaastossa tai olevan jo syrjäytymisvaarassa, mikä teki haastateltavien mielestä tällaisten ihmisten avun saamisesta myös vaikeaa.

Auttamistyön haasteeksi voi muodostua myös se, että voimaantumisen eetos voi myös rakentaa normistoa, jota kaikki eivät koe omakseen (Cruikshank 1999). Samalla se voi palvella erityisesti niitä, joilla on jo ennestään resursseja omasta

hyvinvoinnista huolehtimiseen ja lisätä myös moraalista painetta itsen kehittämiseen. Heljä on yksi haastateltavistani, jonka tapaan aivan tutkimusprosessin loppuvaiheissa. Heljä kertoo, miten hän on tullut mukaan yhdistyksen toimintaan ja hankkeen puitteissa järjestettyyn koulutukseen ja vertaisryhmään toiveenaan parantaa omaa hyvinvointiaan, jossa hän kokee olevan puutteita. Heljän kertomus kuvaa, miten erityisherkkyyks näyttäytyy hänelle erityisesti kokemuksena haavoittuvuudesta ja sen näkymistä myös ulospäin:

Mistä haluaisin eroon, en haluaisi tuntea ja kokea niin herkästi. Vähän silläkin mielellä menin siihen ryhmään, että jos saisin ymmärrystä tästä asiasta ja pystyisin jonkun panssarin, paksumman nahkan kasvatettua itselleni. Minulle tämä on riippa, että jotenkin tuntee olevansa haavoittuva ja paljas.

Heljän osallistuma, hankkeen puitteissa toteutettu koulutus on valmennukseen perustuva oman elämän ja hyvinvoinnin parantamiseen tähtäävä prosessi. Se edustaa hyvin terapeuttiseen diskurssiin perustuvaa itsen parantamisen koulutusta (Illouz 2008; Salmenniemi 2022). Koulutus rakentuu vertaisohjaajan tai -valmentajan avulla suoritettavasta 12-vaiheisesta prosessista, jossa edetään tavoitteen asettamisesta kohti tavoitteen saavuttamista. Haastattelen Heljää muutamia kuukausia vertaisryhmän toiminnan ja itsen kehittämisen prosessin päättymisen jälkeen. Heljä saapuu haastatteluun työpäivän jälkeen ja kertoo olevansa väsynyt. Heljä pitää ryhmään osallistumista merkittävänä kokemuksena, ja haluaa kertoa kokemuksistaan. Heljä kertoo, miten hän on lähtenyt koulutusprosessiin mukaan aidosti kiinnostuneena itsen työstämisestä ja mahdollisuudesta sen myötä saada apua arjessa kokemaansa kuormittumiseen, jonka hän on tulkinnut johtuvan erityisherkkyydestään. Hän kertoo pitäneensä ryhmästä ja kokeneensa sen tarjonnan vertaistukea ja tuoneen kokemuksen kuulumisesta johonkin viiteryhmään. Heljä tuo esiin, miten hän kokee tulleet ymmärretyksi ja kohdatuksi juuri sellaisena kuin oli. Hän kuvaa, miten oli ryhmässä muiden avulla löytänyt sanoja myös omille kokemuksilleen, joita koki hankalaksi itse sanallistaa tai sanoa ääneen:

Ne toiset olivat jotenkin sujuvasanaisempia kyllä, ne osasivat puhua ja pukea sanoiksi sen olonsa. Se oli kiva että, joo just tuolla tavalla minäkin tunnen mutta en osaa vaan sitä tuoda julki, pukee sanoiksi. Että on vaan se olo. Ja se oli kiva, kun ne semmoisiakin asioita puhui sillä lailla mitä minä ajattelin, että en kehtaisi. Hienoa kun toiset kehtaavat sanoa, että tuolla tavalla minäkin ajattelen, mutta ei vaan kehtaa sanoa. Ja vähän häpeää omia ajatuksiaankin, että kuinka minä tuolla tavalla ajattelen, mutta toiset ihan pökkana vaan kertoi siinä.

Heljän kuvaus osoittaa, miten vertaisryhmä voi toimia paikkana itsen reflektointiin ja samalla itsen esille tuomiseen myös muille (ks. Illouz 2008, 194). Heljällä olikin ryhmätoiminnasta paljon hyvää sanottavaa. Samalla hän kuitenkin kertoi kokeneensa, että hänen arkensa ei ollut merkittävästi muuttunut vähemmän kuormittavaan suuntaan, eikä hän ollut päässyt erityisherkkyyteen liittämästään häpeän tunteesta. Heljä kertoi myös kokevansa tästä harmistusta, sillä hän oli kaivannut elämänsä muutosta erityisesti arjen tasolla. Hän koki myös jollakin tavalla epäonnistuneensa, koska tavoite oli matkan varrella miltei unohtunut, eikä hän ollut onnistunut pääsemään asettamiinsa tavoitteisiin positiivisesta muutoksesta ja kääntämään erityisherkkyyteen liittämäänsä haavoittuvuuden kokemuksia voimavaroiksi. Toisaalta hän oli jo etukäteen kokenutkin tavoitteensa olevan epärealistinen, kuten hän toteaa: ”Kyllä tuli selväksi, että en semmoiseen tavoitteeseen voi päästä. Minusta tuntuu, että se vähän katosi se tavoitehomma, jotenkin se haihtui.”

Heljän kokema pettymys ja sen tuottama kriittinen epäily voimaantumisen mahdollisuudesta on tulkittavissa särönä voimaantumisen eetokseen. Terapeuttinen identiteettityö erityisherkkyyden taakaksi kokemisesta voimaantumiseen ja hyvinvoinnin lisääntymiseen ei näyttäytynyt Heljälle onnistuneesti toteutuneena prosessina tai edes lopulta realistisena mahdollisuutena. Siten ryhmään osallistumisen lisäämästä yhteenkuuluvuuden tunteesta huolimatta kokemus vertaistoiminnasta tuotti Heljälle myös erilaisuuden kokemusta oman viiter ryhmän sisällä, eikä Heljä kokenut erityisherkkyyden tuottavan hänelle omaa sisäistä voimaa vahvistavaa voimaantumisen kokemusta. Heljän kertomus osoittaa, miten omien kokemusten jäsentäminen terapeutisena diskurssin avulla tai voimaantumisenä ei välttämättä ole kaikille erityisherkkäksi itsensä kokeville toimiva tapa jäsentää omia kokemuksia.

Heljälle yhdistyksen muu toiminta oli jäänyt etäiseksi. Hän ei tiennyt, miten aikoi olla jatkossa siinä mukana. Heljä ei jäsentänyt monen muun haastateltavan tapaan erityisherkkyyttä voimaannuttavana identiteettikuvauksena, eikä myöskään ollut kokenut tarvetta ryhtyä toimimaan muiden auttamiseksi. Hän kertoi, että hän oli kuitenkin tyytyväinen siihen, että oli ylipäättään lähtenyt mukaan koulutukseen, ja tavannut sen myötä uusia ja ”omanlaisia” ihmisiä, joiden seurassa oli helppo olla.

Haastattelun jälkeen Heljä puki ylleen talvitakkinsa, veti pipon päähänsä ja poistui pimeään talvi-iltaan. Haastattelun tunnelma ja Heljän kokeman pettymyksen vastaanottaminen jäivät mieleeni pitkäksi aikaa ja saavat pohtimaan, miten Heljän arki mahtaa jatkossa sujua. Samalla Heljän esimerkki nostaa keskusteluun erilaisten merkitysten luomia jännitteitä osana toiminnan rakentumista. Niihin liittyvät vilpittömältä näyttäytyvä innostus ja halua auttaa ja tehdä erityisherkkyyteen liitettyjä voimavaroja näkyväksi ja välittää samaa kokemusta eteenpäin. Heljä oli tullut mukaan toimintaan odotuksin siitä, että hän saisi arkeensa ja olemiseensa helpotusta. Ryhmätoiminnan tarjoama terapeuttinen henkilökohtaisen tavoitteenasettelun ja siihen pyrkimisen valmennusprosessi oli tarjonnut Heljälle vastuuta oman hyvinvoinnin

parantamisesta. Kun prosessi ei ollutkaan johtanut toivottuun lopputulokseen, Heljä koki pettymystä ja erityisherkkyyteen liittämänsä haasteet edelleen todellisina. Terapeuttinen voimaantumisen eetos voi luvata mahdollisuuden siirtyä kärsimyksestä parempaan itseymmärrykseen ja sitä kautta parempaan hyvinvointiin (Illouz 2008, 176). Tähän Heljän kokemukset eivät täysin istuneet.

Heljän tarinasta ei muodostu sellaista terapeuttista minä-narratiivia, joka sitoo minuuden kärsimyksen kokemuksiin ja niistä selviämiseen. Terapeuttisen diskurssin hegemoninen asema voi vaikuttaa siihen, miten yksilöllisiä tarinoita voidaan jakaa, mikä on motiivi niiden jakamiseen ja miten yleisön pitäisi niitä tulkita. Vertaistuellisen merkityksen lisäksi narratiiveilla luodaan myös kuvaa yhteisöstä sen ulkopuolisille, ja siten niiden kertomiseen liittyy myös eettisiä kysymyksiä siitä, kenellä on oikeus kertoa tarinoita, ja kenen tarina tulee kuuluviin. Kuten olen tuonut esiin, Heljä kertoi tulleen ymmärretyksi pettymyksestään huolimatta, ja piti yhdistyksen tekemää työtä erityisherkkyyden tunnettuuden lisäämiseksi tärkeänä ja arvokkaana. Hänen tarinansa näyttäytyy kuitenkin poikkeavana siitä tarinalinjasta, johon terapeuttinen voimaantumisen eetos voi suunnata, ja jonka pohjalta auttamiseen tähtäävää toimintaa rakennetaan. Samalla voidaan vahvistaa kuvaa ryhmästä tietynlaisina toimijoina ja tietynlaisia resursseja omaavina.

Taylorin ja Whittierin (1992, 105) mukaan kollektiivinen identiteetti on jaettu määritelmä ryhmästä, joka juontuu ryhmään kuuluvien yhteisistä intresseistä, kokemuksista ja solidaarisuudesta. Voimaantumiseen tähtäävät käytännöt voivat lisätä solidaarisuutta, mutta myös rakentaa valtahierarkioita yhteisön sisälle (Whittier 2021; Cruikshank 1999). Yhdistystoiminnan kentällä se voi merkitä kamppailua siitä, mitä toiminnan keskiössä olevasta ilmiöstä voi kertoa ja kenen toimesta. Se voi vaikuttaa myös siihen, miten haavoittuvuuksista voi puhua ja vahvistaa järjestötoiminnan ammatillisuuteen perustuvia auttajien ja asiakkaiden rooleja vertaisten kesken (Hyväri 2005, 220). Kuten Heljän tapaus osoittaa, kaikki eivät välttämättä löydä omaa rooliaan näistä tai koe onnistuvansa niihin sovittautumisessa.

Voimaantumiseen liittyvät ristiriitaiset kokemukset tuovat esiin, että kollektiivisen identiteetin rakentamiseen hegemonisen terapeuttisen diskurssin ja käytäntöjen suuntaamana voi liittyä ristiriitaa erilaisten kokemusten sovittamisesta samaan kuvaan. Samaan aikaan, kun identiteetin rakentaminen edellyttää kuvausta tietynlaisesta tavasta olla suhteessa maailmaan, haastateltavat korostivat, että sen ei toivottu rajoittavan erilaisia tapoja ilmentää erityisherkkyyttä (vrt. Gamson 1995, queer-dilemma). Erilaisissa kohtaamisissa jaetut kokemukset vahvistavat ajatusta siitä, että erityisherkkyyks voi ilmetä ihmisten elämässä monin eri tavoin, kuten Sirkkakin toi esiin toivoessaan, että ”ymmärrettäisiin, että se ei ole kiveen hakattu, että se on just tällainen. Että jos olet erityisherkkä, niin sinun pitää olla just tällainen, koska ihminen tuntee huonommuutta, että en olekaan tai olenkin enemmän mitä on ajateltu. Ei ole standardi -erityisherkkää loppujen lopuksi.”

Kuten olen osoittanut, erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan moninaisista yksilöllisiä kokemuksista. Hegemoninen terapeutin diskurssi ja voimaantumisen eetos voivat kuitenkin aiheuttaa ristiriitaisia kokemuksia siitä, miten esimerkiksi omat haavoittuvuuden kokemukset tulevat näkyviksi ja miten niihin tulisi suhtautua (Illouz 2008, 188). Erityisherkkyyden näkyväksi tekeminen on ristiriitainen prosessi, jossa erityisherkkyyden identiteettiä voi hyödyntää identiteetin rakentamisen välineenä, mutta tietynlainen kategorian kuvaus voi mahdollisesti myös ulos sulkea jopa omaan ryhmään identifioituvia. Siksi on tärkeää tarkastella myös sitä, mitä muuta voimaantuminen voi terapeutissa kulttuurissa tarkoittaa.

4.3.2 Herkkyyden politiikkaa

Terhi: Kun aloitin tämän [yhdistystoiminnan], niin kyllä ihmiset olivat vähän ihmeissään, että ai, että onko se sellaista foliohattumeininkiä, huuhaata tällainen erityisherkkyyks...hörhöä vähän.

Reeta: Yymm. Mikä siitä tekisi hörhöä?

Terhi: No siis ajatellaan, että se ei ole oikea juttu, että se on keksitty, että ihmiset pitää sitä epämääräisenä. Että se on vaan semmoisille, jotka haluaa erityiskohtelua, tai ajatellaan, että kyse on jostain, että ihmiset haluaa diagnoosin. Että yhdistys ajaisikin sitä, että erityisherkkyydestä tehdään sairaus. Ihmiset ymmärtää sen väärin, vaikka me halutaan siitä nimenomaan tehdä positiivinen ja hyvä juttu.

Kollektiivisen identiteetin politisoitumisen tavoitteena voi olla hyväksynnän saavuttaminen stigmatisoidulle identiteetille tai kategorian (uudelleen)rakentaminen. Tavoite voi olla myös laajempi yhteiskunnallisten ja/tai kulttuuristen käytäntöjen muuttaminen. (Bernstein 1997, 535.) Kuten edellä olevasta keskustelusta Terhin kanssa tulee esiin, Terhi korostaa yhdistyksen tärkeänä tehtävänä lisätä ymmärrystä erityisherkkyydestä uskottavana, normaalina ja positiivisena ja ihmisten hyvinvointiin liittyvänä ilmiönä. Terhin vastauksessa kiteytyy myös monen haastateltavan esiin tuoma näkemys yhdistystoiminnan keskisemmästä tavoitteesta ja pyrkimys tunnustuksen ja legitimitetin saamiseen erityishekkälle identiteetille.

Se, millaisia keinoja yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi hyödynnetään, voi riippua Bernsteinin (1997) mukaan liikkeen organisaatorakenteesta ja siitä, millainen suhde toimijoilla on poliittiseen päätöksentekoon, ja siitä, kohtaako ryhmä vastustusta. Suomalaiset sosiaali- ja terveysalalle paikantuvat yhdistykset painottavat perinteisesti tiedon lisäämistä ja vaikuttamistyötä.

Niin siis, minun mielestäni olisi hienoa, jos erityisherkkyydestä tulisi normi, tai että se olisi kaikkien tietoudessa. Se olisi aivan hienoa, vaikka tietenkin sitten

näin markkinoinnin näkökulma se ei olisi sitten niin (nauraen), mutta toisaalta, kyllä sille [markkinoinnille] olisi tarvetta silloinkin, että se olisi normaalia, mutta, ehkä pitäisi mennä kohti sitä, että olisipa tämä normi, että kaikki tietäis et mitä on erityisherkkyyys ja näin, mutta siihen on vielä työtä onneksi tehtävänä.

Vilma viittaa erityisherkkyyteen liittyvän tietoisuuden lisäämiseen ja valistamiseen markkinointina, jossa riittää työsarkaa ja tehtävää yhdistystoiminnassa. Vilhalle se on myös tärkeä syy, miksi hän on mukana yhdistyksessä. Markkinointityö on monen haastateltavan mielestä yhdistyksen keskeisimpiä tehtäviä, jotta erityisherkkyydestä voisi tulla statukseltaan normaali, tunnustettu identiteetti. Esimerkiksi Annelin mukaan yhdistystoiminta on otettu hyvin vastaan myös muiden kuin ryhmään identifioituvien taholta, ja siksi valistaminen uppoaa hänen mukaansa otolliiseen maaperään:

Ajattelen tätä vastaanottoa, niin tässä ei ole semmoista vastarintaa niin kuin josakin muussa yhdistyksessä missä olen toiminut aiemmin. Tässä ei ole naureskelua niin sanotusti. No tietenkin jonkun verran ainahan sitä on uudessa asiassa aina vähän. Että, oletteko erityisiä, haluatteko olla. Mutta sitä on vähän, minä koen sillä tavalla, että sitä on hyvin vähän. Päinvastoin, ihmiset ovat hyvin kiinnostuneita. Ei ole semmoista skeptisyyttä. Tämä on uskottava kuitenkin.

Kollektiivinen identiteetti voi haastaa vallitsevan kulttuurin käsitystä vähemmistöistä ja sitä voidaan käyttää muiden valistamiseen erityisesti silloin, kun ryhmä ei kohtaa jyrkkää vastustusta (Bernstein 1995). Valistaminen voi toimia identiteetin politisoitumisen strategiana myös silloin, kun toimijoilla on toimiva suhde päätöksentekoon. Neutraali valistaminen on siten julkisrahoitteisen ja muiden sektorien kanssa tehtävään yhteistyöhön perustuvan yhdistystoiminnan luonteva toimintamuoto ja tapa politisoida myös herkkyyttä.

Tähän herkkyyden politisoitumisen prosessiin liittyen esitän haastateltaville kysymyksen siitä, millainen yhteiskunta heidän mielestään näyttäytyy erityisherkkyyden kannalta ihanneyhteiskuntana. Monet haastateltavat kommentoivat kysymystä kiinnostavaksi ja uusia ajatuksia herättäväksi. Vastauksissa avautuu pohdintoja esimerkiksi erilaisuuden huomioimisesta, ekologisista arvoista ja onnellisen elämän edellytyksistä, kuten esimerkiksi Helena kiteyttää yhteiseksi visioksi tulevaisuudesta:

Luulisin, että se olisi kaikille tietyllä lailla ihanne, että hyväksytään erilaisia persoonallisuuksia ja halutaan oppia ymmärtämään paremmin. Huomioidaan vaikka työpaikoilla erilaisia työskentelytapoja, että jos tarvitsee omaa rauhaa niin voi olla oma työhuone tai voi tehdä etäpäiviä joustavasti. Annetaan tilaa ja luotetaan et tehdään hyvin töitä. Tehdään merkityksellistä työtä, arvosidonnaista

työtä. Toiminta arvosidonnaisesti, ylipäättään yhteiskunnassa arvostetaan luontoa ja ihmisiä ja eläimiä ja siis tämmöiset pehmeät arvot. Että pehmeitä arvoja, inhimillisyyttä enemmän, toisten kunnioittamista ja arvostamista erilaisuuden arvostamista. Että ei siinä mitään rakettitiedettä ole vaan ihan tämmöisiä yleisiä hyviä asioita, miten yhteiskunnassa voitaisiin elää, rinnakkain erilaisina ihmisinä. Onnellista ja tasapainoista elämää.

Helenan vastauksessa tiivistyvät monet kysymyksen herättämät pohdinnat länsimaisen uusliberalistisen ja taloudellis-rationaalisen yhteiskunnan kovista arvoista ja kapeasta normatiivisesta ihanneminuudesta, jota myös erityisherkkyyden narratiiveissa esiin tuodut toiseuden kokemukset nostavat esiin. Vastaukset vahvistavat kuvaa myös siitä, miten terapeutiseen kulttuuriin liitetty onnellisuuden tavoittelu (ks. Binkley 2014) ja yksilön oma vastuu sen saavuttamisesta ovat tulleet osaksi ihmisten ajattelutapoja. Vilma, yksi nuorimmista haastateltavista, kuvaa erityisherkkyyden tiedostamisen antaneen hänelle ymmärrystä ja uusia välineitä säädellä omia toimintatapoja kuhunkin tilanteeseen sopivasti. Vilma sanoo pitävänsä tärkeänä erilaisia terapeutisia itsetutkiskelun ja itsehoivan käytäntöjä ja niihin liittyvän tiedon hankintaa positiivisuuden ja optimismin ylläpitämisessä ja oman hyvinvoinnin hallinnassa: ”Ainakin itsellä tuli positiivinen herääminen ja tiedonhalu. Se on just sitä, kun nyt ollaan tosi semmoisia itsetutkiskelevia, että on mindfulnessia, arjessa etsitään, että miten pystyisi rauhoittumaan.”

Alle kolmikymmenvuotias Vilma kuvaakin elävänsä toiveikkaana siitä, miten ihanneyhteiskunta voisi näyttäytyä mahdollisena jo nyt: ”Mulla on sellaiset vaaleanpunaiset silmälasit aina päässä, kun menen tuolla maailmalla. Toivoisin, että kaikki voisi tulla toimeen keskenään.” Vilmalle maailman tarkastelu ”vaaleanpunaisten silmälasien” läpi merkitsee mahdollisuutta onnelliseen elämään ja tavoitteeseen pääsy oli Vilman mukaan pitkälti yksilöistä itsestään kiinni: ”hyväksyy itsensä, se on ehkä itselle ollut, että olen itsekin hyväksynyt, että okei, olen tämmöinen, mutta voin kyllä parantaa tapani.”

Vilma edustaa sukupolvea, joka on jo hyvän matkaa nuoruuttaan ja aikuisuuttaan tottunut jäsentämään olemistaan erilaisten terapeuttien käsitteiden avulla ja oppinut säätelämään toimintaansa esimerkiksi erilaisten luovien menetelmien³ avulla. Samaa hän toivoo myös muille:

Olisi ihan mahtavaa, jos joku löytäisi vaikka luovasta kirjottamisesta väylän keskustella itsensä kanssa tai toteuttaa itseään, tai musiikista. Tai että joku ryhtyisi

³ Erilaisista taidepainotteisista menetelmistä ja interventioista on tullut keskeinen osa myös suomalaisia sosiaali- ja terveystalveluja (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019:34).

tekemään laulua ja käsittelemään itseään ja elämäänsä. Se on jo valmiiksi semmoista terapiaa, ilmasta terapiaa, taideterapiaa ja mikä ennaltaehkäisee sitä, että ehkä ei sitten tule mitään muita sairauksia, esimerkiksi päihteiden käyttöä tai että saa purettua sitä oloaan tai mielenterveysongelmaa.

Myös moni muu haastateltava hahmotteli ajatusta, että ihanneyhteiskunnassa olisi mahdollista pitää huolta omasta hyvinvoinnista parhaalla mahdollisella tavalla ja olla onnellisia. He arvioivat Vilman tapaan itsetutkiskelua ja -hoivaa mahdollistavien terapeuttisten menetelmien lisääntyvän käytön näkyvän myös parempana hyvinvointina koko yhteiskunnan näkökulmasta. He pitivät yksilön omaa roolia keskeisenä terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämisessä ja erilaisten ongelmien ja sairauksien ennaltaehkäisyssä. Tätä on terapeuttisen kulttuurin tutkimuksessa kutsuttu terapeuttiseksi individualismiksi (Rimke 2000).

Myös normeihin sovittautuminen voi vaatia yksilöltä joustavuutta ja mukautumista, aktiivista itsen muokkaamista ja kehittämistä (Mäkelä & Brunila 2021; Rose 1996). Monelle haastateltavalle terapeuttiset käytännöt näyttäytyivät mahdollisuutena ”uida myötävirtaan” kohti sitä normatiivista toimijuutta, jota yhteiskunta edellyttää. He kokivat myös onnistuneensa hallitsemaan omaa hyvinvointiaan entistä paremmin nyt, kun omalle minuudelle oli löytynyt sitä kuvaava nimi ja sen myötä he olivat löytäneet keinoja oman haavoittuvuuden hallintaan. Haastateltavien puhe vahvistaa terapeuttisen kulttuurin tutkimuksessa (Cloud 1998; Furedi 2004; Höllinger 2004; Madsen 2014; Matza 2009; McGee 2005; Rose 1990; Redden 2002; Salmenniemi 2019) esiin nostettua ajatusta siitä, miten terapeuttinen diskurssi ja voimaantumisen eetos voivat tukea pyrkimystä löytää keinoja mukautua paremmin vallitseviin olosuhteisiin, ja tähän tarpeeseen voidaan myös yhdistystoiminnassa vastata.

Yhdistystoiminnan monimuotoisuutta ja avoimuutta on pidetty tärkeänä edellytyksenä yhdistysten toiminnan jatkuvuudelle, ja toiminnan jatkuvuutta voi edistää myös osallisuuden perustuminen terapeuttisen itseavun ja auttamissuhteen lisäksi myös muuhun toimintaan (Konttinen & Peltokoski 2020; Mönkkönen 2005, 296). Eräs haastateltava pohti ratkaisuja tähän voimaantumisen kaksoismerkitykseen, voimaantumisen ilmenemiseen toisaalta yksilön itsetutkiskeluna ja omien elämäntavoitteiden edistämisenä, toisaalta yhteiskunnallisesti suuntautuneena toimintana. Hän pohdiskeli sitä, miten erityisherkkyyks voisi äärimmillään merkityksellistyä jopa kokonaan ”keskiluokkaisen, keski-ikäisen ja kohtuullisen hyvin toimeentulevan joukon mielen treenaamisen välineenä”. Toisaalta hän kuvasi yhdistystoimintaa ikään kuin kansalaistoiminnan uusia muotoja ja verkostoja tuottavana toiminnallisena tilana, jossa ei niinkään välttämättä ollut merkitystä identifioitumisella johonkin tiettyyn kuvaan ilmiöstä, vaan toiminnan sisältö ja tapa olla yhdessä ja tehdä mielekkäitä asioita voisi tuottaa ilmiön merkityksiä: ”Meillä on kaksi erilaista ihmistä, kaksi erilaista erityisherkkää, ja sitten on joku juttu, mikä kiinnittää heidät yhteen. Ja ne jutut

voisi juuri kiinnittää ihmisiä siihen ytimeen, mitä erityisherkkyyks on, ja että se on yhdistyksessä tapahtuvaa toimintaa.”

Yksi edellisessä keskustelussa viitattu toiminnan muoto oli verkostoituminen eri toimijoiden ja instituutioiden kanssa, jota moni muutkin keskustelukumppanini piti tärkeänä. He toivat esiin, miten tulevaisuudessa tieto erityisherkkyydestä voisi olla niin tunnettua, että se huomioitaisiin kaikissa yhteiskunnan instituutioissa. Tähän tavoitteeseen yhdistystoimijat kertoivat myös pyrkivänsä aktiivisesti, ja pitävänsä tärkeänä toiminnan muotona verkostoitumista mahdollisimman laajasti niin kasvatuksen ja koulutuksen, nuorisotyön, työelämän kuin sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioiden kanssa, ja saada siten tietoa erityisherkkyydestä leviämään niihin. Esimerkiksi Helena toteaa: ”Kouluilla olisi tarvetta tähän informaatioon, terveydenhoitajilla, terveydenhuoltoalalla, seniorihuollossa varmasti myöskin.” Myös Katariina toivoi, että tieto kulkeutuisi instituutioiden lisäksi myös niiden toiminnasta päättäville: ”Kaikkiin vaikuttajiin ja kuntiin ja isoihin organisaatioihin. Tarkoitan kunnallisiin ja valtiollisiin, terveydenhuolto, koulutus, oppilaitokset.”

Bernsteinin ja Armstrongin (2008) ajatus sosiaalisten liikkeiden toiminnasta moni-institutionaalisenä politiikkana huomioi erilaisten instituutioiden roolin ilmiöiden merkitysten rakentamisessa ja niiden muuttamisessa. Se voi tarkoittaa sitä, että erilaiset kulttuuriset merkitykset kiertävät instituutioissa ja ihmiset alkavat toimia niiden mukaisesti. Merkitysjärjestelmät muokkaavat ja mahdollistavat toimintaa, ja ne voivat olla myös muutospyrkimysten kohteita. (Armstrong & Bernstein 2008, 83.) Tietoisuuden lisääminen erityisherkkyydestä voi merkitä yhdistystoiminnassa verkostoitumista monien erilaisten toimijoiden kanssa niin eri sektorien välillä kuin yhteistyössä muiden, erityisesti sosiaali- ja terveystoimijoiden kanssa. Sosiaalisten liikkeiden verkostomaista toimintaa on tutkimuksissa (Konttinen & Peltonen 2020; Siisiäinen 2002; 2003) tarkasteltu avoimina toimintajärjestelminä, joita kuvaa moninainen osallistuminen yksittäisen järjestön sijasta moninaisissa ympäristöissä tapahtuviin toimintoihin. Yksittäisen yhdistyksen toiminnan merkitys tuleekin siten ymmärrettäväksi osana laajempia verkostoja. Sosiaali- ja terveystoimijoiden verkostot laajentuvat jatkuvasti myös osana eri toimijoista muodostuvaa hyvinvointipalvelujärjestelmää. Kulttuurisiin käytäntöihin vaikuttaminen voi mahdollistaa siten erilaisten institutionaalisten käytäntöjen esiin nostamisella ja niihin vaikuttamisella, joka oli esimerkiksi Pekan mukaan jatkuvasti ylläpidettävä ja hitaasti rakentuva toimintamuoto:

Verkostoitumistyö on hirmu hidasta, sehän lähtee siitä, että ottaa kontaktia ja mietitään, että jos joku signaali tulee, että jos joku organisaatio tai ihminen, niin reagoi siihen heti, otan kiinni siitä. Se on vuorovaikutussuhde. Pitää olla herkällä siinä suhteessa.

Kuten haastateltavat toivat esiin, erityisherkkyyteen liittyvää tietoisuuden lisääminen erilaisen valistamisen keinoin voi olla tärkeä väline myös erilaisten institutionaalisten käytäntöjen muuttamiseksi. Armstrongin ja Bernsteinin mukaan (2008, 82) instituutiot ovat limittäisiä ja siten niiden käytännöt vaikuttavat myös toisiinsa. Erilaiset normit ja diskurssit kiertävät sosiaalisissa instituutioissa, kuten kouluissa, terveydenhuollossa, mediassa ja työpaikoilla. Näihin vaikuttaminen voi mahdollistaa myös muutosta niiden käytännöissä. Nicholas Smith (2019, 8) on tuonut esiin, että kollektiivisen identiteetin luomisella voi olla mahdollista torjua instituutioiden stigmatisoivia käytäntöjä. Moniin eri instituutioihin vaikuttaminen voi lisätä mahdollisuuksia muutoksen aikaansaamiseen (Armstrong & Bernstein 2008, 87). Valistamisen avuksi yhdistystoiminnassa valmisteltiin erilaisia oppaita (mm. työelämäopas, lasten ja nuorten erityisherkkyyteen liittyvä opas) ja muuta markkinoinnissa hyödynnettävää materiaalia jaettavaksi esimerkiksi erilaisissa jäsen- ja verkostotapaamisissa, sosiaali- ja terveysalan tapahtumissa, messuilla sekä oppilaitoksissa ja muissa yhteistyöorganisaatioissa. Nämä olivat myös niitä organisaatioita, joissa moni toimintaan osallistuva työskenteli, tai joihin heillä oli valmiita yhteistyökontakteja. Siten toimijoilla voi olla ymmärrystä, ”pelin tajua” (Armstrong & Bernstein 2008, 85), siitä, miten nämä instituutiot toimivat, millaisia muutoksia niissä mahdollisesti tarvitaan ja millaista materiaalia niissä voidaan käyttää.

Myös terapeuttista kulttuuria koskevissa tutkimuksissa on tuotu esiin terapeuttisen diskurssin tarjoama mahdollisuus nostaa esiin erilaisia rakenteellisia kysymyksiä ja institutionaalisia käytäntöjä (Illouz 2008; Salmenniemi 2019; Wright 2008). Esimerkiksi Pekka piti tätä yhteiskunnallista keskustelua tärkeänä myös yhdistystoiminnan jatkuvuuden ja kansalaistoiminnan tulevaisuuden näkökulmasta. Myös Marianne kuvasi yhdistystoimintaa tärkeäksi paikaksi erilaisten keskustelujen ja kannanottojen esille tuomiseen pohtiessaan yhdistystoiminnan roolia ja muotoja:

Yhdistystoiminta on kenttä, jossa voi aika vapaasti tehdä avauksia ja kannanottoja, vaikkei välttämättä pääse vaikuttamaan kovin pitkälle, että mikä toteutuu. Tukihenkilötoiminta voisi olla aika hyvää vapaaehtoistoimintaa. Semmoinen, joka kokee, että hänellä on aikaa ja mahdollisuutta, vaikka parille ihmiselle toimia jonkinlaisena mentorina tai muuna apuna niin, se olisi hyvinkin helposti yhdistyksen kautta toteutettavissa. Mutta sitten jos ajattelee yhteiskunnan tasolla, niin monet asiat ei toimi siten, että meillä on pari henkilöä, jotka antaa aikaansa, vaan sitä, että olisiko jotkut asiat saatavissa ihan sinne rakenteisiin, ja se on sitten varmastikin paljon pidempi prosessi.

Haastateltavat korostivat esimerkiksi kasvatuksen ja koulutuksen institutionaaliin käytäntöihin vaikuttamista, ja erityisesti lasten erityisherkkyyden tunnistamisesta ja sen huomioimisesta uskottiin löytyvän avaimet tulevien sukupolvien

parempaan hyvinvointiin. Moni sanoi uskovansa muutoksen kohti erityisherkkyyttä huomioivaa yhteiskuntaa tapahtuvan kasvatuksen kautta ja ajan myötä. Erityisherkkyyteen liittyvää tietoutta haluttiinkin viedä eteenpäin kaikkiin yhteiskunnallisiin instituutioihin, joissa toimittiin lasten kanssa tai tehtiin heitä koskevia päätöksiä. Esimerkiksi Terhi ehdotti, että herkkyyttä pitäisi ottaa huomioon koulumaailmassa nykyistä paremmin:

Etä meillä olisi lempeämpi ja tietyllä tapaa ehkä hitaampi. Mulla aina ajatukset palaa peruskouluun ja päiväkotiiin. Omasta lapsuudestani ajattelen, näen että siellä alkoi se ajatus, että pitää olla tietyllä tavalla rohkea ja tietynlainen, että ei niin herkkä, jotta voidaan se koulu-ura saattaa loppuun. Ja sinne yhteiskuntaan ja elämään pitää karsia sitä herkkyyttä jo siellä, että jotenkin mä ajattelen, että lempeyttä ja sallivuutta. Etä se lähtisi rakenteista ja sit toisaalta yksilöistä, etä se oivallettaisi kasvatus- ja koulutustyössä, etä herkkyyys on tosi hieno juttu ja voimavara.

Terhin sitaatti ilmentää, miten koulumaailma voi näyttäytyä kovana ja nopearytmisenä ja tiettyyn kapeaan normatiiviseen olemisen tapaan ja toimijuuteen sovitavana toimintaympäristönä. Terhin lisäksi myös moni muu haastateltava halusi nostaa esiin koulujen toimintakäytäntöjen tarkastelua lasten hyvinvoinnin tukemiseksi. Siten moni näki erityisherkkyyden tunnustamisen toimivan tärkeänä lähtökohtana myös laajemmalle muutokselle, ja erityisherkkien olevan etujoukoissa tekemässä työtä myös muiden kuin oman ryhmän hyväksi, kuten Helena totesi: ”se, mikä on hyväksi erityisherkillle, on hyväksi kaikille”.

Bernsteinin ym. mukaan (2014, 4) kollektiivista identiteettiä voidaan hyödyntää kritiikkinä vallitsevan kulttuurin arvoille, kategorioille tai käytännöille. Erityisherkkyyden liittäminen institutionaalsiin käytäntöihin luo potentiaaleja sen hyödyntämiseen yhteiskunnallisen kritiikin välineenä (ks. Stein 2011). Tulkintani mukaan erityisherkkyyden identiteettiä ei yhdistystoiminnassa rakenneta binaarisille vastakohtaisuuksille (herkkä/ei-herkkä, kärsimys/voimavara, yksilöllinen/kollektiivinen), muita ihmisiä vastaan tai omaa erityisyyttä korostaen, vaan liian kapeita kulttuurisia koodeja (Melucci 1996) ja käytäntöjä, kuten sukupuolittuneita kulttuurisia käytäntöjä tai uusliberalistisen kapitalismin kapeita normatiivisia odotuksia vasten. Hegemonisen terapeutin diskurssin ja voimaantumisen eetoksen vahvan roolin myötä sosiaalisen kritiikin esiin tuominen voi kuitenkin olla ristiriitainen tavoite. Terapeutin eetos voi suunnata sovittautumaan siihen vallitsevaan toimintaympäristöön, jota erityisherkkyyden identiteetillä voi myös kyseenalaistaa. Toisaalta myös terapeutin kulttuurin tutkimuksessa on ehdotettu, etä myös yksilön omaa toimintaa ja arvoja refleктоiva eettinen työ voi nostaa esiin yhteiskunnallista kritiikkiä (Lamberg 2021; Salmenniemi 2019; Salmenniemi ym. 2020). Siten ehdotan, etä

terapeuttinen ja institutionaalisten käytäntöjen politiikka voivat olla myös toisiaan täydentäviä politisoitumisen muotoja.

4.4 Yhteenveto

Erytyisherkkyyden löytäminen on ollut ihmisille tärkeä, koko omaa elämäntarinaa uudelleen jäsentävä kokemus. Erytyisherkkyyteen liitetyille eletyille kokemuksille on annettu moninaisia merkityksiä osana kollektiivisen identiteetin rakentamista. Terapeuttinen diskurssi tarjoaa joustavan kieliopin, jolla moninaisia merkityksiä voi jäsentää ja terapeuttisesta minä-narratiivista (Illouz 2008) on muodostunut keskeinen merkitysten esille tuomiseen käytetty mallitarina. Se mahdollistaa yksilöiden elämäkokemusten reflektion menneestä nykyhetkeen ja tulevaisuuteen, ja sen avulla on mahdollista käsitellä myös kokemuksiin liittyviä tunteita. Terapeuttinen narratiivi antaa myös mahdollisuuden kuvata siirtymistä kärsimyksestä parempaan itseymmärrykseen.

Erytyisherkkyyden identiteettiä rakennetaan suhteessa siihen normatiiviseen ihanneminuuteen, johon vertautuminen tuottaa erilaisuuden kokemuksia. Erytyisherkkät kuvaantuvat perhosiksi metallipinnalla, kulttuurisesti feminiinisenä pidetyn minuuden ja toimijuuden sopimattomuutena maskuliinis-rationaaliseksi kuvattuun ihanneminuuteen ja toimijuuteen. Tämän erilaisuuden kautta rakentuvat myös erityisherkkyydelle annetut erilaiset merkitykset, jotka tulevat ilmi siinä, miten erityisherkkyydestä keskustellaan toisaalta haavoittuvuutena, voimaantumisen identiteettinä tai samanlaisuutta muiden kanssa korostavana tavallisuutena. Nämä eivät ole toisiaan poissulkevia tapoja merkityksellistää erityisherkkyyttä, mutta hegemoninen terapeuttinen diskurssi voi vaikuttaa tapaan, jolla muunlaisista merkityksistä voi puhua.

Erytyisherkkyyteen haavoittuvuutena liittyy kokemuksia oman minuuden piilotamisesta, häpeästä ja epäonnistumisista normatiivisiin odotuksiin sovittautumisessa. Siihen liittyy kokemuksia ylisukupolvisista traumoista ja erityisherkkyyden ymmärtäminen geneettisesti periytyvänä haavoittuvuutta lisäävänä riskinä ja erityisherkkien paikantumista vähemmistöksi. Erytyisherkkyyttä merkityksellistetään myös voimaantumisen identiteettinä, johon liitetään kokemuksia oman itsen hyväksymisestä, häpeän kääntämisestä ilosta ylpeydeksi ja jopa hurmaantumista ja erityisherkkyyden kuvaamista erityiseksi voimavaraksi, jopa supervoimaksi. Erytysherkkyyden esiin tuominen tavallisuutena voi merkitä halua välttää erityisherkkyyteen liitettyjä stereotypioita korostamalla sulautumista valtaväestöön. Tavallisuuden korostaminen voi toisaalta myös haastaa identiteetin näkyväksi tekemistä.

Erilaiset merkitykset asettuvat toisiinsa nähden hierarkkiseen suhteeseen, jota terapeuttinen diskurssi voi vahvistaa. Mahdollisuus voimaantumiseen ja omien kokemusten kääntämiseen voimavaraksi ja oman hyvinvoinnin hallinnan kokemukset saavat pontta terapeuttisesta diskurssista, joka lupaa mahdollisuuden parempaan

itsetuntemukseen ja hyvinvointiin. Se tarjoaa edellytykset tunnustuksen saamiseen erityisherkkyydelle, mutta samalla myös velvollisuuden siirtyä kärsimyksestä vastuottoon omasta hyvinvoinnista. Siten voimaantumisen eetos voi suunnata yhdistystoiminnan käytäntöjä yksilöllistä voimaantumista ja oma-apua tukevaan vertaisuuteen ja auttamiseen ja siten paikantaa yhdistystä yhä tiiviimmäksi osaksi sosiaali- ja terveysalan järjestökenttää ja sen tapoja toimia. Erityisherkkyydelle annetut merkitykset lisäävät myös halua osallistua yhdistystoimintaan. Erityisherkkyyden identiteetin rakentamiseen on liittynyt monille haastateltaville hyvinvoinnin paranemisen kokemuksia, iloa ja innostusta ja halua auttaa myös muita kokemaan samaa. Motiiveja mukaan lähtemiseen ovat mahdollisuus vertaistukeen, voimaantumiseen ja muiden auttamiseen sekä tunnustuksen hakemiseen valistamalla ja verkostoitumalla erilaisiin instituutioihin. Yhteiskunnallisen vaikuttamisen mahdollisuus voi olla toimintaan motivoiva elementti, jota kannattaa ylläpitää ja vahvistaa.

Erityisherkkyyden ymmärtäminen haavoittuvuutena mahdollistaa auttajien ja autettavien roolien muotoutumisen yhdistystoiminnassa. Toisaalta terapeutin diskurssin ja voimaantumisen eetoksen myötä mahdollisuus tuoda haavoittuvuutta esiin voi kaventua, ja siihen voi liittyä painetta kääntää oma haavoittuvuus vahvuudeksi, kuten Heljän kertomus osoittaa. Voimaantumisen eetoksen on argumentoitu suuntaavan yhdistystoimintaa uusliberalistisen jälkiteollisen yhteiskunnan uusintamiseen ja legitimoimiseen (Cruikshank 1999). Barbara Cruikshankin (emt.) mukaan demokraattisissa yhteiskunnissa yksilöistä tulee itsehallintaa harjoittavia kansalaisia arkielämän käytännöissä, myös erilaisissa vapaaehtoisjärjestöjen käytännöissä.

Toisaalta haavoittuvuuden kautta voi politisoida monia sen erilaisia ilmenemismuotoja, ja siten siihen pohjautuva identiteettipolitiikka voi laajentaa kuvaa ihmissyydestä (Brunila & Rossi 2018; Butler 2009). Yhdistystoiminnassa tuotetun identiteettipuheen avulla yksilöiden toimijuuteen liittyvät asemoinnit voivat tulla näkyviksi ja ne voidaan myös kyseenalaistaa ja laittaa liikkeeseen. Siten erityisherkkyyks voi toimia myös välineenä kulttuurisista ja yhteiskunnallisista käytännöistä keskustelemiseen ja niiden muuttamiseen. Erityisherkkyyden tunnustaminen liittyy sen asemaan uskottavana, normaalina ja positiivisena terveyteen ja hyvinvointiin liittyvänä ilmiönä. *Herkkyyden politiikka* voi ilmetä erityisesti muiden valistamisena erityisherkkyydestä, *terapeuttisena ja institutionaalisten käytäntöjen politiikkana*. Terapeuttinen politiikka voi vahvistaa itsehoivaa tukevia käytäntöjä. Institutionaalisten käytäntöjen politiikka voi suunnata toimintaa kohti yhteiskunnallisia tavoitteita, monien eri instituutioiden käytäntöjen tarkastelemiseen ja niiden muuttamiseen pitkällä aikavälillä. Tällaisia voivat olla esimerkiksi kasvatuksen ja koulutuksen, työelämän ja sosiaali- ja terveyspalvelujen institutionaaliset käytännöt, joihin vaikuttaminen yhdistystoiminnassa voi tapahtua erityisesti verkostoitumalla eri organisaatioiden kanssa. Yhdistystoiminnan kiinteä sidos sosiaali- ja terveyspalvelujärjestelmään voi lisätä mahdollisuutta saada vietyä viestiä eteenpäin ja tulla kuulluksi. Terapeuttinen

diskurssi ja voimaantumisen eetos voivat hegemonisina merkitysjärjestelminä myös siivittää pyrkimyksiä, sillä niiden hyödyntäminen ei näyttäydy ristiriitaa korostavana vastustamisena, vaan voi sovitua osaksi vallitsevia diskursiivisia käytäntöjä. Toisaalta ne luovat herkkyyden politiikkaan myös jännitteen vallitseviin olosuhteisiin sopeutumisen ja niiden muuttamisen välille.

Haastateltavien esille nostamat lapsuuden kokemukset perustelevat sitä, miksi erityisesti lasten ja nuorten kanssa työskentelevien tietämystä erityisherkkyydestä pidetään erityisen tärkeänä. Siten hitaana prosessina etenevä keskustelu erityisherkkyyden esille nostamista kapeista normatiivisista olemisen ja toimimisen malleista voi ravisuttaa institutionalisoituneita normeja ja tehdä tilaa moninaisemmille tavoille olla ja toimia. Ja niin kuva erityisherkkyydestäkin muuttuu.



Kuva 2. Vertaisohjaajakoulutuksen itsetutkiskelun mahdollistavia materiaaleja.



Kuva 3. Tapahtumamarkkinointia.

5 Kuvakaappaus työelämän ristiaallokoista

Esitys alkaa valokuvalla, jossa on puu. Se kuvaa puhujalle sitkeyttä. Erityisherkkyyden haasteita ovat tietotulvan hallinta, hektisyys, jatkuvat keskeytykset, kuormitus, ympäristöherkkyys, nopeus ja tehokkuus. Nämä kaikki aiheuttavat ylikuormittumista, joka edellyttää palautumista, esimerkiksi työskentelyä tauotamalla. Haasteet kertautuvat moneen potenssiin, jos ylikuormittumista ei pääse purkamaan. Palautumista täytyy tehdä arjessa jatkuvasti. Palautumiselle on hyvä löytää paikkoja kaikissa arjen tilanteissa. Bussipysäkillä voi ihailia kaunista maismaa tai putoilevia vaahteranlehtiä. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Osallistuin kenttätöön aikana moniin tapaamisiin, joissa yksi teema oli aina tavalla tai toisella läsnä: työelämä erityisherkkyyteen liitettyjen arjen kokemusten kontekstina. Yhdistystoiminnan kohtaamiset toimivat foorumeina, joissa ristiriitaisina näyttäytyviä työelämäkokemuksia oli mahdollista jakaa, ja työelämäteema oli usein ensimmäinen, joka nostettiin esiin haastatteluissa kysyessäni erityisherkkyyden merkityksistä. Työelämäkokemuksilla avattiin monet keskustelut kahvipöydissä ja pienryhmäkeskusteluissa. Työelämä oli valikoitunut yhdistystoiminnan alusta alkaen myös yhdeksi keskeisimmistä teemoista, jonka ympärille oli koottu tiimejä ja työryhmiä ja järjestetty erilaisia teemailtoja ja -luentoja. Yhdessä työstettävästä työelämäoppaasta muokattiin tietopakettia erityisherkkyyden huomioimiseksi työelämässä ja niin erityisherkkiksi itsensä kokevien kuin suuren yleisön, erityisesti työelämän organisaatioiden tietoisuuteen. Moni keskustelukumppanini kertoi kokevansa työelämän erityisherkkää kehoa kuormittavana toimintaympäristönä. Yllä oleva ote kenttäpäiväkirjasta toimii esimerkkinä työelämän aiheuttaman kuormittumisen purkamiseen tarvittavista arkisista keinoista, joita tapaamisissa jaettiin.

Tässä luvussa tarkastelen erityisherkkien työelämäkokemuksia ja niihin liittyviä neuvotteluja yhdistystoiminnassa. Mary Bernstein (1997) on tuonut esiin, miten kollektiivista identiteettiä voidaan käyttää strategiana nostaa yksilöiden arvoja ja arkipäivän käytäntöjä keskusteluihin. Moni haastateltava kuvasi erityisherkkyyteen liitettyjä kokemuksia monenlaisissa ammateissa ja työtehtävissä ja yhteisiä jaettuja kokemuksia työn luonteesta ja alasta riippumatta. Seuraan tässä luvussa erityisesti

sosiaali- ja terveysalalla ja koulutuslalla toimivien haastateltavien sekä miesvaltaisella alalla työskentelevän Teemun esiin tuomia työelämäkokemuksia. Näiden lisäksi viittaan moniin muihin keskusteluihin, joita kuulin kenttätyön aikana erilaisissa kohtaamisissa. Hyödynnän materiaaleina myös yhdistystoiminnassa tuotettua työelämäopasta ja luentomateriaaleja.

Tutkittavien työelämäkokemukset tuovat esiin monia jännitteitä suhteessa työelämään ja sen käytäntöihin ja siellä toimimiseen. Haastateltavat kuvaavat työelämää merkittävänä onnistumisten areenana ja samaan aikaan haastavana, kuormittavana ja jopa pahoinvointia aiheuttavana. Erityisherkkyyttä käytettiin monissa keskusteluissa kuvaamaan ja selittämään sekä onnistumisen että kuormittumisen kokemuksia. Käytän tässä luvussa tästä ristiriitaisuuksia esille tuovasta puhetavasta ristiaallokon metaforaa. Ristiaallokossa kohtaavat niin työelämän vallitsevat normatiiviset vaatimukset, terapeutin kulttuuri kuin erityisherkkiksi koetut työkehot. (Vrt. Hautaniemi 2021.)

Hyödynnän luvussa toimijuuden käsitettä, joka antaa mahdollisuuden tarkastella sitä, miksi ihmiset voivat samaan aikaan pyrkiä sekä noudattamaan normeja että kyseenalaistamaan niitä, neuvottelemaan omaa suhdettaan niihin ja toimimaan toisin. Normit toisaalta säätelevät toimijuutta, mutta myös selventävät sosiaalista toimintaa. (Ks. McNay 2000.) Toimijuus mahdollistuu valtarakenteiden tunnistamisesta ja ilmenee prosessina ja kapasiteettina neuvotella tai ”navigoida” ristiriitaisissa valtasuhteissa (McNay 2000, 39), tässä luvussa työelämän ”ristiaallokossa”. Vallitsevat yhteiskunnalliset ja kulttuuriset normit eivät ole kuitenkaan määräävä sosiaalinen rakenne, vaan avoimia uusien merkitysten avaamille muutoksille ja siten ymmärrän toimijuuden ajallisena, menneen, nykyhetken ja tulevan muodostamana toiminnan potentiaalina, joka voi laittaa alulle jotain uutta (ks. McNay 2000, 21,46).

Päivi on yksi haastateltavista, jonka kanssa käymäni keskustelu painottui erityisherkkyyden merkitykseen juuri työelämässä, sekä hänen omiin kokemuksiinsa että havaintoihinsa muiden kokemuksista. Päivin kuvaus työelämäkokemuksistaan kiteyttää ne monet ristiriitaisuudet, joita keskustelukumppanini puheissaan työelämästä jatkuvasti tuottivat:

Ei se nyt semmoista ruusuilla tanssimista se työ ole, koska siinä kuormittuu, ja pitää koko ajan sen palautumisen ja sen, että taas jaksaa tehdä sitä työtä, niin sen eteen pitää tehdä monenlaisia rajausta ja valintoja. Mutta sitten kun olen siinä työssä, ja kun sitä hyvää palautetta tulee, niin tiedän, että tämä on se juttu, missä minun vahvuudet on, ja se motivoi.

Päiville työelämä merkitsee sekä paikkaa itsen toteuttamiseen että oman hyvinvoinnin jatkuvaan tarkkailuun. Työ itsen toteuttamisen areenana ja omasta työhyvinvoinnista huolehtiminen ovatkin keskeisiä jälkiteollisen työyhteiskunnan ja

terapeuttisen kulttuurin piirteitä (Boltanski & Chiapello 2005; Illouz 2008; Mäkinen 2014). Päivin ja muiden haastateltavien ristiriitaisiksi kuvaantuvat työelämäkokemukset laittavatkin erityisherkkyyden käsitteen diskursiiviseen suhteeseen jälkiteollisen, uusliberalistisen työelämän, työhyvinvoinnin murroksen ja uuden työn käsitteiden kanssa. Niiden avulla on työelämä tutkimuksen parissa kuvattu esimerkiksi markkinaehtoisen työyhteiskunnan logiikkaa, joka luo työntekijälle tarvetta muuntautua työelämään sopivaksi, sopeutuvaksi ja omaa hyvinvointiaan hallinnoivaksi, ketterästi työelämässä liikkuvaksi, joustavaksi työntekijäksi, työruumiiksi tai -kehoksi. Työelämä tutkimuksessa on tuotu esiin, miten työntekijöiden minuus on työmarkkinoilla hyödynnettävä pääoma ja resurssi, josta yksilöiden on itse pidettävä huolta (Collinson 2003; Rose 1990; Sennett 2002). Uuden työn käsite sitoo työelämään ja työn tekemiseen liittyvät piirteet yhteen kuvaten työn subjektivoitumista ja henkilökohtaistumista eri näkökulmista. Vuorovaikutukseen liittyvä emotionaalisen työ korostuminen ja työn feminisaatio, naistapaisten tai feminiinisinä pidettyjen piirteiden arvostus, ovat muokanneet työelämää kehon ja tunteiden jatkuvaa hallintaa edellyttäväksi yksilön kehon muokkamiseksi ja sovittamiseksi työn vaatimukseen (Adkins & Lury 1999; Adkins & Jokinen 2008; Ylöstalo ym. 2018). Monissa tutkimuksissa on tuotu esiin, miten erilaiset sosiaaliset ja kulttuuriset luokittelut kiinnittyvät kehoon ja erottelevat ja arvottavat työkehoja eri tavoin (Berg 2010; Cabanas & Illouz 2016; Julkunen 2008; 2009; Koivunen & Ojala 2015; Koivunen 2016; McDowell 2009; Silvasti ym. 2014; Ylöstalo ym. 2018).

Työelämäkeskusteluja koskevan analyysin perusteella erityisherkkä keho ei näytä vaivatta sulautuvan yhteen työelämän ihannetyöntekijän kanssa. Tässä luvussa tuon esiin, että erityisherkkää identiteettiä kuvataan suhteessa uusliberalistiseen, erityisesti uuden työn ihanteelliseen työntekijään. Kuvaukset toimivat kaksisuuntaisena linssinä, jonka avulla on mahdollista keskustella siitä, millaisena erityisherkkä työidentiteetti ja toisaalta työelämä näyttäytyvät. Esitän, että erityisherkkyyden identiteettiä on mahdollista käyttää kuvaamaan ja myös kritisoimaan työelämän aisteja kuormittavia käytäntöjä, tunnetyötä- ja tyyliä, aikapaineita ja joustavuuden vaadetta ja myös kehon potentiaaleja sopeutua niihin. Toimijuus merkitsee yhtäältä kehoon liitettyjä mahdollisuuksia ja pyrkimyksiä sopeutua ja toisaalta mahdollisuuksia toimia toisin tai jopa muuttaa vallitsevia käytäntöjä.

Tarkastelen erityisherkkien työelämäkokemuksia erityisesti kuvauksina työelämän käytännöistä ja arjen toimijuudesta työpaikoilla. Kuvaukset johdattavat tarkastelun kohti pieniä, yksilöllisiä arjen toisin tekemisen paikkoja, jotka voi ymmärtää tärkeinä politisoitumisen ja yhdistystoimintaan osallistumisen kimmokkeina. Luen haastattelu- ja kenttäpäiväkirjoihin tallennettuja keskusteluaineistoja ja yhdistystoiminnassa tuotettua työelämäopasta terapeuttisen ja poliittisen ristivalossa. Tuon esiin, miten terapeuttinen kulttuuri voi suunnata yhdistystoimintaa työelämä-

kysymysten esiin tuomiseen suuntaamalla työelämäkritiikkiä yksilöiden eettiseksi työksi, ja siten osittain myös vallitsevien käytäntöjen uusintamiseen ja yksilöiden sovittautumiseen työelämän vaateisiin. Siten analyysi vahvistaa aiempien tutkimusten esiin tuomaa käsitystä työn ongelmien yksilöllistymisestä, joka liittyy myös medikalisaation ja psykologisen tiedon, käsitteiden ja käytäntöjen yleistymiseen työelämäkysymyksistä keskusteltaessa (Illouz 2008; Julkunen 2008; Rikala 2013). Toisaalta tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata myös työelämäkysymysten politisoitumiseen ja ylläpitää yhdistystoiminnan välittävää roolia ja mahdollisuuksia nostaa esiin muutosta edistäviä virtauksia ristiaallokoiden alta. Argumentoin, että erityisherkkyyden identiteettiä voi hyödyntää sekä vallitsevien työelämäkäytäntöjen kritisoimiseen, että opastamaan katsomaan herkkyyttä ja siihen identifioituvia uusin silmin. Samalla sitä voi hyödyntää laventamaan sitä normatiivisen toimijuuden kuvaa, johon työelämässä sovittaudutaan. Identiteetti voi toimia välineenä oman ryhmän työelämästatuksen nostamiseen ja erilaisten institutionaalisten käytäntöjen muuttamiseen (Armstrong & Bernstein 2008; Fraser 2003), myös osana herkkyyden politiikkaa.

5.1 Ihannetyöntekijän kehot

Valtaihannointi temperamentti mitä esimerkiksi työnhakuilmoituksissa on, että olethan ekstrovertti ja tuloksennälkäinen suorittaja, erityisherkkät kun lukee niitä, no en ole ja minä olen ihan luuseri, kun minä en ole ekstrovertti, tuloshakuinen, aggressiivinen tyyppi vaan otan huomioon toisten tunteita ja vähän liikaakin pahoitin mieltäni siitä, jos minua torjutaan. Olen liian kiltti ja ehkä olen introvertikin kuten 70 prosenttia erityisherkkistä.

Helena kuvaus työelämän ihannesubjektista vastaa myös monien muiden kuvauksia siitä, millaisiin toimintamalleihin nykypäivän suomalaisessa työelämässä tulisi sopeutua. Ulospäinsuuntautunut, taloudellista tehokkuutta ihannoiva ja omaa etua tavoitteleva työelämätoimijuus näyttäytyy monelle normina, johon oma minuus ei tunnu sopivan. Helena kuvauksesta ilmenee, että erityisherkkyyden identiteetti näyttää Helenalta monin tavoin sopimattomana ”ihannetyöntekijän” muottiin. Haastateltavat kertovat esimerkiksi kokevansa, että jo työnhakutilanteissa oma erityisherkkä minuus voi näyttäytyä riittämättömänä ja vääränlaisena suhteessa työelämän normatiivisiin vaateisiin, ja miten minuuden vertailu työnantajien toivomaan oikeanlaiseen persoonallisuuteen on jatkuvaa puntarointia siihen sovittautumisesta ja omasta riittävydestä. Monissa keskusteluissa tuotiin esiin esimerkiksi työnhakuilmoituksissa käytetyn retoriikan suorastaan lamauttavaksi koettu vaikutus, kuten Terhi toteaa: ”Työpaikkailmoitusten lukeminen on masentavaa, koska siellä haetaan vaan semmoisia, ei-herkkiä superihmisiä.” (Viit. Hautaniemi 2021.)

Moni haastateltava kuvaa ihannetyöntekijää edelleen ”joustavaksi”, ”jaksavaksi”, ”ympäristön aistiärsyksiin reagoimattomaksi”, ”tunteet piilottavaksi”, ”nopeatempoiseksi” ja ”sosiaaliseksi ekstrovertiksi”. Uusliberalistisilla uuden työn markkinoilla työntekijän persoona ja subjektiviteetti ovat yhä tärkeämpiä työvälineitä (Julkunen 2008, 120; Ylöstalo ym. 2018) ja työnantajat kiinnittävät huomiota näihin työntekijän persoonallisiin ominaisuuksiin. Se voi pakottaa muokkaamaan omia tapoja olla ja pyrkiä näyttäytymään tietynlaisena. Moni haastateltava sanoi kokevansa tarvetta piilotella omaa minuutta ja olemusta, jolloin työkeho voi näyttäytyä vain tietyltä osin kelpaavana, ja toimijuus voi tuntua työelämän näyttämöllä esitettävältä roolisuoritukselta tai navigoimiselta erilaisten normatiivisten vaateiden ristiaallokossa.

Haastateltavien puheissa toistuvat toteamukset siitä, miten he joutuvat jatkuvasti kontrolloimaan, tarkkailemaan ja hallitsemaan omaan olemustaan ja toimintaansa työelämässä. He kuvaavat työelämän normatiiviset käytännöt ”ei-herkkien”, määrittelemiksi, ja kehollinen toimijuus voi muovautua siten osaksi normalisaation prosessia (Foucault 1979), jossa identiteettejä yritetään sovittaa jatkuvasti oikeaksi koettuun muottiin tekemällä toisaalta vertailuja, erotteluja, hierarkioita ja poissulkemisia tai toisaalta tuottamalla yhteneväisyyksiä (vrt. Collinson 2003, 528). Esimerkiksi Sirkka kertoo kokemuksestaan, miten hänen tapansa reagoida emotionaalisesti työpaikan sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa on saanut osakseen paheksuntaa, ja miten hän on kokenut tarvetta piilottaa tällaisia reagoititapoja. Sirkka kertoo reflektoidensa ja kontrolloivansa jatkuvasti omaa toimintaansa ja reagoivansa tilanteisiin vertailemalla toimintaansa muihin ja pyrkimällä toimimaan samoin kuin muut. Myös Aino kertoo, miten hän on saattanut esimerkiksi reagoida voimakkaastikin työpaikan epäreiluihin valtasuhteisiin, ja ymmärtänyt sen johtuvan erityisherkkyydestään:

Minulla esimerkiksi työelämässä on aina ollut aika vahva oikeudentunnon kokemus. Yhdessä työpaikassa ihmettelin, miksi minä aina [olen] se, joka menee sanomaan, jos joku on pielessä. Yritin tuoda kehitystä ja oikeudenmukaisuus, [ei] niinkään aina itseä kohtaan vaan nimenomaan työkavereita kohtaan. Se on ollut aina semmoinen, mistä minä nousin takajaloilleni ja sitten hoksasin, että okei, että tästähän [erityisherkkyydestä] se varmaan juontaa juurensa.

Aino kertoo kokevansa ristiriitaiseksi sen, miten toisten edun huomioiminen oman edun sijasta onkin ollut työpaikalla ei-toivottua käyttäytymistä, ja sanoo välttevänsä jatkossa tällaista toimintaa. Kokemusten liittäminen erityisherkkyyteen voi merkitä mahdollisuutta sanallistaa ja jakaa niitä ristiriitaisia kokemuksia, jotka liittyvät pyrkimykseen sovittautua työelämän kilpailuhenkisiin vaateisiin.

Laura on yksi haastateltavista, joka kertoo työelämässä pärjäämisen merkitsevän hänelle ikään kuin pakkoa tehdä asioita toisin kuin moni muu:

Se vaan on tehtävä tietyt asiat eri tavalla, on vaan otettava välillä omaa tilaa ja omaa rauhaa. Ei voikaan vaan vetää sata lasissa.

Laura tuo esiin, miten hänen on itse määriteltävä toimintansa rajat. Tarve rajojen vetämiseen näyttäytyy Lauralle vaihtoehdottomuutena, välttämättömyytenä. Lauralle tämä välttämättömyyden kokemus merkitsee asettumista erilaisen työelämätoimijan positioon. Lauran on toimittava tavalla, joka poikkeaa hänen normatiivisena pitämästään tavasta toimia. Sekä Ainon että Lauran kuvauksissa tulevat esiin ne moninaiset omaa toimijuutta ja asemoitumista koskevat neuvottelut, joita keskustelukumppanini kertoivat käyvänsä työelämän arjessa. Ne voivat merkitä joko oman toiminnan muuttamista tai myös pakottautumista hyväksymään, että asiat on tehtävä eri tavalla, toisin kuin työkaverit tai mielikuvien normatiivinen ”ideaalityöntekijä”. Tähän voi liittyä myös epämukavuutta ja riskejä. Sosiologi Erving Goffmanin (1974) mukaan normatiivisten, sosiaalisten käsikirjoitusten tunteminen merkitsee mahdollisuutta kasvojen säilyttämiseen. Poikkeavalla tavalla toimiva tulee helposti stigmatisoiduksi, ja sosiaalinen taitavuus voi olla kontekstuaalista, leimautumista välttävää toimintaa (Fligstein 2001), ja jos se ei ole mahdollista, tilanteisiin voi liittyä kielteisinä pidettyjä tunteita, kuten häpeää. Esimerkiksi Helena kuvaa: ”voi olla sitä häpeää, että miksi minä olen erilainen tai miksi minua itkettää liian helposti. Tai miksi minä en osaa olla tommoinen, vaikka kyynärpäätaktiikka, joka menestyy”. Helenalle yksi tapa hälventää stigmaa on puhua normatiivisesta työelämätoimijuudesta kulttuurisesti ei-hyväksyttävänä itsekkäänä käytöksenä, johon hän ei edes hallunut sitoutua.

Helena kuvaa työelämässä navigoimisistaan pääasiassa onnistuneena siitäkin huolimatta, että hän ei koe voivansa samaistua kuvaamaansa valtatemperamenttiin. Helena kuvaa ihannetyöntekijän normiin sovitautumisen aiheuttavan myös kuormittumista. Myös Katariina kertoo, miten hän kokee ”erityisherkkyydestä huolimatta” pärjänneensä työelämässä hyvin. Odotukset työelämässä menestymisestä ja mahdollisuudesta toteuttaa omaa minuutta ovat monen haastateltavan mielestä kuitenkin ristiriitaisia suhteessa erityisherkkäksi koettuun minuuteen, kehoon ja sen määrittämään toimijuuteen. Moni kuvaa, miten erityisherkkäksi koettu keho voi asettua ristiriitaiseen suhteeseen fyysisen ja sosiaalisen ympäristön, materiaalistien puitteiden ja kaiken aistittavissa olevan kanssa. Näin tapahtuu monien haastateltavien mukaan esimerkiksi avokonttoreissa. Moni kuvasi myös työelämän aikapaineita ja kiivastahtisuutta ja siten navigoimista työelämän normatiivisen aikakäsitteen, aikalogiikkojen sekä työn ja vapaa-ajan palautumisen pyörteissä. Erityisherkkyyden identiteetin avulla voi tuoda esiin työkehon aisteihin, tunteisiin, joustavuuteen ja kehon potentiaaleihin liittyviä vaihtoehtoisia toimintatapoja työelämässä.

5.1.1 Aistivat kehot

Erityisherkkyyteen liitetyt kokemukset jatkavat työelämä tutkimuksen keskusteluja ihanteellisesta työruumiista/-kehosta ja inhimillisistä mahdollisuuksista sovittautua siihen. Haastateltavat kuvaavat erilaisuuden kokemusten rakentumista työelämän sosiaalisissa suhteissa, kehollisissa kohtaamisissa, kehojen ehdoilla ja kehoon liittyvää kuormittumista. Kuormittumisen käsitteellä he viittasivat siihen, miten oma keho voi asettua poikkitelein ideaalityöntekijän kehoon sovittautumisen kanssa, ja miten erityisherkkä keho on se, joka ei jaksa ja kuormittuu. Tämä vahvistaa kokemusta risti-alkokosta, jossa omia ja työelämän odotuksia ei koeta kyettävän täyttämään.

Keskustelukumppanieni kertomukset kuvaavat hyvin sitä, miten kiinteästi uusliberalistisessa työelämässä työn arvo kiinnittyy yksilöllisiin kehoihin. Keho on se, joka tarjoaa avaimet menestymiseen, mutta myös painaa jarrua monin tavoin. Esimerkiksi Teemu kuvasi monipuolisesti kehonsa mahdollistamaa toimijuutta, mutta myös niitä rajoja, joita keho ja sen aistimukset hänelle työelämässä asettavat. Ympäristön aistiminen tarjoaa työvälineitä työtehtävistä suoriutumiseen, mutta vain tiettyyn rajaan asti ja tietynlaisissa olosuhteissa. Kuten Teemu sanoo: ”jossain menee raja myöskin siihen, miten HSP-ihminen pystyy sulkemaan häiriöt ympäriltään, keskittymään kontekstiin”. Myös Anneli kertoo kokemuksistaan työympäristön merkityksestä keskittymistä vaativissa hallinnollisissa työtehtävissä, ja miten avokonttorista omaan työhuoneeseen siirtyminen oli tuonut hänelle helpotuksen tunteen ja mahdollistanut keskittymisen työtehtäviin. Anneli tuo myös esiin, miten hänen erityisherkkä kehonsa ei ikään kuin taivu tuottamaan ideaalia työruumista missä tahansa tilassa, ja miten voimakkaasti aistiva keho pyrkii joustamaan, mutta törmää taipuessaan avokonttorin seinäin, tai pikemminkin niiden puutteeseen:

Meluisa toimisto, hyvä esimerkki, jos sinä aistit kaiken korvillasi, etkä osaa sulkea sitä älämölöä, miten sinä voit keskittyä näkemään tietokoneen näyttöä ja samaan aikaan miettiä jotain prosessia, kirjoittaa sitä auki, vaikka ohjeeksi, se on mahdotonta.

Puhe avokonttoreista toistuu lähes kaikissa kuulemissani työelämäkeskusteluissa. Avokonttoria kuvataan fyysiseksi eleyksi tilaksi (ks. Kinnunen ym. 2017; Lefebvre 2015), joka ikään kuin vastustaa erityisherkkän kehon ponnisteluita työssä suoriutumiseksi. Tila voi sekä mahdollistaa että estää tapoja toimia (Lefebvre 2015). Avokonttoriin työympäristönä kiteytyvät monet erityisherkkän kehon potentiaalia ja jaksamista rajoittavaksi kuvaavat fyysiset ja sosiaaliset elementit. Avokonttori kuljettaa aistiärsykeitä esteettä, ja esimerkiksi erilaiset äänet, tai ”älämölö”, kuten Teemu kuvaa, estävät keskittymistä. Aistiärsyke voi viedä huomion keskittymistä vaativalta tehtävältä. Moni mainitsi myös tilassa tapahtuva liikkeen, valon voimakkuuden tai hajujen olevan ärsykeitä, jotka vaikuttavat työskentelyyn. Tilassa

oleminen tuntuu kehossa. Kun tila ei tunnu itselle sopivalta, keho määrittyy tilaan sopimattomana, erilaisuutta ilmentävänä. Hille Koskela (1997) ja Reetta Mietola (2014) käsittelevät tutkimuksissaan erilaisuuden tilallisia merkityksiä ja korostavat tiloja sosiaalisesti tuotettuina, ruumiillisuuden ja identiteetin näyttämöinä ja niiden tuottajina, siten myös erilaisuuden kokemusten vahvistimina. Erilaisuuden kokemus vahvistuu, kun äänien tai muiden aistiärsykkeiden aiheuttama häiriö joudutaan ottamaan puheeksi työyhteisössä. Esimerkiksi Sirkka kertoo, miten hän on joutunut työpaikallaan erikseen pyytämään mahdollisuutta päästä toiseen, hiljaiseen tilaan rauhoittumaan ja keskittymään. Erilaisuuden kokemus voi vahvistua entisestään riippuen siitä, miten tällaisiin toiveisiin erilaisissa työyhteisöissä suhtaudutaan.

Avokonttori edellyttää kykyä toimia aistiärsykeisessä tilassa ja voi siten asettaa reunaehdot toimijuudelle (Kinnunen ym. 2017). Haastateltavien kuvaukset tuovat esiin, miten kokemus oman kehon ja toimijuuden sopimattomuudesta tilaan voi siten leimata erityisherkkäksi itsensä kokevan työyhteisön tilan käytön tapoja vastustavaksi ja avokonttorin yhteisöstä poispäin suuntautuvaksi toimijaksi. Esimerkiksi Marianne kertoo, miten hän on työpaikallaan joutunut pohtimaan, miten voisi korrekisti mainita työtä häiritsevistä melusta työkavereille leimautumatta liian vaativaksi:

Lähestyn sitä jotenkin että... kuulun niihin, joiden mielestä kaikkien ei tarvitse tietää, että minä olen nyt erityisherkkä... ihan yleisellä tasolla. Olen ollut yllätynyt, kuinka aina joskus törmää siihen, että joku saattaa sanoa, kun erityisherkkät on niin hirveen vaativia taikka, että joskus kuullut tällaisen, että jotenkin käytetään sitä herkkyyttä hyväksi.

Tilat voivat toimia leimaavina, sillä niihin kiinnitetyt merkitykset voivat kiinnittyä myös niissä toimiviin subjekteihin (Warr 2007). Tilaan paikantumalla voi ilmentää kuuluvansa tilassa toimivaan yhteisöön. Tilan reunoille, avokonttorien rauhallisiin soppiin tai omiin työhuoneisiin hamuavat erityisherkkät voivat siten asemoitua työyhteisön kulttuurista ja käytännöistä poikkeaviksi toimijoiksi. Keskustelu avokonttoreista erityisherkkien toimijuutta haastavina työtiloina mahdollistaa työelämän aisteja kuormittavien käytäntöjen esiin nostamisen. Erityisherkkyyden identiteetin avulla voi siten tuoda esiin erilaisia kehon aistimuksiin liittyviä kokemuksia ja keskustella aistien työelämätoimijuudelle asettamista rajoista ja työympäristön merkityksestä niin työhyvinvoinnille, työstä suoriutumiseksi kuin työyhteisön sosiaalisille suhteille.

5.1.2 Tuntevat kehot – tunnemagneetti vai teflon?

Uusliberalistisessa työelämässä yksilön tunnekapasiteetti, perinteisesti feminiineinä pidetyt empatia, sensitiivisyys ja intiimiyden tunteet on alistettu työn hallinnan

alaisiksi (Julkunen 2008, 144). Myös terapeutminen kulttuuri voi suunnata tunteiden hallintaa työelämässä itsesäätelyyn ja tunneilmaisun kontrollointiin. Emotionaalisen kapitalismin käsite (Illouz 2008, 60) viittaa tunteellisen ja taloudellisen diskurssin yhteen kietoutumiseen ja tunteiden hallinnan suuntaamiseen taloudellista tehokuutta ja tuottavuutta tukevasti. Erityisherkkyyden identiteetin avulla voi tuoda esiin myös terapeutin kulttuurin emotionaaliseen tyyliin, erityisesti tunteiden hallintaan (Illouz 2008, 14) liittyvää ristiriitaista työelämätoimijuutta. Esimerkiksi sosiaalialan tehtävissä toimiva Sirkka kuvaa, miten hänen kehonsa suorastaa imee itseensä asiakkaiden tunteita:

Itselläkin on aina välillä tunteiden säätelyssä haasteita, se ehkä johtuu siitä, kun ei osaa erottaa sitä, että mikä on se oma tunne ja mikä on toisen tunne. Jos lähellä on ihminen, joka on kauhean hätääntynyt tai voimakkaassa tunnetilassa, niin huomaa, että itse kanssa kauhean voimakkaaseen tunnetilaan menen. Minunhan pitäisi pysyä rauhallisena, että voisin esimerkiksi auttaa sitä ihmistä.

Sirkan kuvaus tuo esiin, miten hänestä on tuntunut vaikealta noudattaa terapeutin kulttuuriin liitettyä tunteiden hallintaa edellyttävää tunnetyyliä sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa. Erilaiseen ihmissuhdetyöhön on todettu liittyvän tunteisiin liittyviä ristiriitoja (Rikala 2013, 24), ja uuden työn aikakaudella tunteellinen, mutta tunteita hallitseva toiminta on keskeinen osa työn tekemistä (Adkins & Jokinen 2008). Myös Helena kuvailee tunteiden esiin tuomiseen liittyviä kokemuksiaan ja toimijuutta, joita työyhteisössä ei välttämättä katsota hyvällä: ”Herkkä erilaisille asioille tai pahoittaa mieltänsä tai väsähtää ja rupeaa kiukuttelemaan ja tämmöisiä asioita mitä sitten tulee tästä, että tulkitsee niin vahvasti ja väsy välillä helposti. Ja on intensiivinen.”

Erilaiset affektiiviset, tunteita virittävät kokemukset ovat työelämässä ja työyhteisöissä monesti edelleen alisteisia kognitiivisia kyvyille (Julkunen 2008, 145). Tunteiden hyödyntäminen työtehtävissä on esimerkiksi Teemun mukaan jotain, mitä ei ole vielä riittävästi työyhteisöissä ymmärretty, ja miten hänen tunnepohjainen tapansa prosessoida asioita ei tunnu sopivan miesvaltaisen työpaikan toimintakulttuuriin: ”Miten he saadaan ymmärtämään, sitä minun [tunnepohjaista] tapaan prosessoida”. Teemu kritisoi terapeutin kulttuuriin liittyvää tapaa määrittellä tunteet vastakohtaksi rationaalisuudelle (ks. Illouz 2008, 80). Teemun mielestä tunnepohjaista tietoa käyttämällä on mahdollista sekä suoriutua työtehtävistä hyvin että toimia silti samalla myös järkevästi ja tuloksellisesti.

Teemu viittaa haastattelussaan siihen, miten tunteet huomioiva ja moniaistinen tiedonhankinta ja -käsittely ovat ominaisuuksia, joita työelämässä ei arvosteta. Työstä suoriutumista harvoin mitataan affektiivisilla mittareilla. Jos tunteiden katsotaan häiritsevän tiedonkäsittelyä tai mitattavissa olevaa työsuoritusta, niiden arvo

romahtaa. Yksilön tunnekapasiteettia kuvaillaan rationaalisen työn hallinnan alaiseksi potentiaaliksi, jonka rajoja tulee vahtia tarkoin. Empatia ja sensitiivisyys ovat käypää tavaraa työelämän markkinoilla, mutta vain tiettyyn rajaan asti. Moni haastateltavan kuvaa tasapainoilevansa sen kanssa, miten erilaisia tunteita tulisi hallita niin, että ne toimivat käyttövoimaisina potentiaaleina työssä, mutta eivät aiheuttaisi ristiriitoja muiden kanssa. Sonja kuvaa, miten normatiivinen ihannetyöntekijä on kuin keittoastia, johon tunteet eivät tartu:

Nykyään on ajan henki, että työelämässä ihmisiltä edellytetään tietynlaista kovuutta. Se on vähän huono erityisherkkien kannalta. Tai kun työelämässä pitäisi olla jotenkin tietyllä tavalla hirveän teflon-pintainen.

Sen sijaan, että Sonjan kokee voivansa olla tunteiden suhteen neutraali toimija, hän kuvaa kehonsa imevän tunteita ja aistiärsykkeiden ja tunteiden kiinnittyvän kehoonsa. Moni haastateltava kuvaa Sonjan tavoin tasapainoilevansa tunteiden näyttämisen ja tunteiden hallinnan välillä. Siten tunteiden merkitystä pidetään tärkeänä, mutta tunteisiin pohjautuvalle toimijuudelle määrittyy kulttuurisia rajoja, jotka muodostavat ehdot sille, kuinka paljon tunteita voi hyödyntää työelämässä. Tunnetyön pitää olla hallittua ja oikeanlaisen toimijuuden mitat täyttävää. Haastateltavien kuvaukset tuovatkin esiin, miten terapeutin kulttuurin tunteiden hallintaa korostava eetos voi olla jopa äärimmilleen vietyä ja haastaa hyvinvointia. Erityisherkkyyden identiteetin avulla voi nostaa esiin tunteiden ristiriitaisia merkityksiä työelämässä, jonka kanssa yksittäinen työntekijä voi arjessaan kamppailla.

5.1.3 Kehot nopeusrajoittimina

Hartmut Rosa (2009) on tuonut esiin, miten yhteiskuntaa määrittää teknologian kehittymisen siivittämä nopeus, kiire ja institutionaalisten käytäntöjen jatkuva muutos, joihin ihmiset yrittävät sopeuttaa toimintaansa kiihdyttämällä myös omaan tahtiaan. Sekä uuden työn markkinoilla toimivat asiantuntijatehtävissä työskentelevät että monilla muilla aloilla työskentelevät keskustelukumppanini kertoivatkin työelämän jatkuvasta muutoksesta ja paineistaviksi koetuista käytännöistä. Monissa työelämä tutkimuksissa on nostettu esiin tuottavuuden ja tehokkuuden vaatimukset, aikapaineet ja joustavuuden tarve (Julkunen 2008; Rose 2010; 2015; Sennett 2002), ja loputonta joustavuutta vaativa työelämä voi haastaa etsimään niitä rajoja, joiden puitteissa yksilöt voivat säädellä ja hallita omaa työtään. Tähän joustavuuden vaateeseen voi liittyä haavoittuvuutta, joka ilmenee erilaisina työelämän luomien paineiden kasvamisesta johtuvina työelämäriskinä, esimerkiksi työhyvinvoinnin alenemisena ja jopa sairastumisena. Esimerkiksi Outi viittaa työuupumuksen terveydelle aiheuttaviin vaaroihin mahdollisina seurauksina työelämän liiallisesta kuormituksesta:

Tietysti monet erityisherät saa esimerkiksi jonkun muun diagnoosin, koska erityisherät voi kuormittaa niin paljon, että voi sairastua, vaikka masennukseen helpommin tai ahdistuneisuushäiriöihin.

Kuormittavien työolosuhteiden yhteys esimerkiksi masennukseen on todettu monissa tutkimuksissa (Honkonen ym. 2003, 1327; Rikala 2013, 19). Työntekijän voimavarojen ylittyminen voi johtaa työuupumuksen kehittymiseen (Ahola ym. 2016). Työelämän toimijuus näyttäytyy monien keskustelukumppanieni kuvauksissa tasapainoiluina jaksamisen ja uupumisen, kuormittumisen ja palautumisen, suorittamisen ja toisaalta työstä nauttimisen tai työelämässä mukana pysymisen ja sieltä poissaolon välillä. He kertoivat kokevansa jatkuvaa tarvetta säädellä omaa aktiivisuuttaan, ja miten samaan aikaan säätelyvara on tullut ulkoapäin annettuna liikkuvarana, joka asettaa rajoitteita keholle, toimijuudelle ja määrittää tahdin.

Esimerkiksi Sirkka kuvaa kehonsa fyysistä reagointia ulkoisiin olosuhteisiin ja sitä, miten hän on kokenut erilaisiin muutostilanteisiin liittyvän stressin vaikutukset kehossaan: ”Minulla lapsuudesta asti on ollut, että jos on ollut jotakin muutoksia niin, minä olen ollut hirveän muutosvastainen. Olen reagoinut herkästi, ja sitten koko kroppa on reagoinut. On tutkittu vatsaoireita ja on ollut hermostoperäistä vaivaa.” Sirkka kuvaa kehoaan työvälineenä, joka on altis menemään epäviireeseen. Moni muukin haastateltava toi esiin, miten keho voi ylikuormittua, jolloin se ei enää toimi täydellä potentiaalillaan. Eräässä osallistumassani pienryhmäkeskustelussa moni toi esiin henkilökohtaisia ja karujakin esimerkkejä siitä, miten työelämä oli aiheuttanut sairastumista ja johtanut ”sairaslomapolulle”. Polun päässä saattoi odottaa masennusdiagnoosi, osasairaspäivärahalle jääminen tai lopullinen työelämästä irrottautuminen.

Monissa vertaiskeskusteluissa jaettiin kokemuksia niin työuupumuksesta, masennuksesta kuin erilaisista stressiperäisistä psykosomaattisista oireista. Kuvaukset tuovat esiin, miten kehon tarpeita ei voida rajattomasti ohittaa. Kehot aistivat, reagoivat, tuntevat, kuormittuvat ja voimaantuvat. Esimerkiksi Helena kuvaa työpäikällä kehosta huolehtimisen olevan tasapainoilua intensiivisen keskittymisen ja väsymisen välillä. Sen helpottamiseksi Helena tuo esiin tarpeen työskentelyn rytmittämiseen ja tauottamiseen omaa kehoa kuunnellen:

Tekee liian intensiivisesti, intensiivisyys on yksi erityisherälle vahva piirre, että tekee hirtävällä palolla ja sen jälkeen tuleekin totaalinen väsymys. Täytyy oppia säännösteleä työskentelyrytmiä, ottamaan taukoja tai antaa itsellensä lupa hetkisen levätä, niin pysyy se viireystilalla yllä ja jaksaa tehdä hyvin asioita.

Haastateltavien mukaan erityisherät kehot tarvitsevat palautumiseen enemmän aikaa kuin ”ei-herkkä ihannetyöntekijä”. Palautumiseen tarvittava aika voi siten

näyttäytyä uuden työn näkökulmasta myös ajan hukkaamiselta. Moni kokee painetta siitä, että normatiivisen ihannetyöntekijän käyttämän palautumisajan tulisi riittää omaankin palautumiseen. Kulttuuriset aikarakenteet voivat jyrätä yksilölliset aikatarpeet ja aikalogiikan (Giddens 1984, Hochschild 1997). Institutionaaliset aikarakenteet näyttäytyvät monille ristiriitaisina ja toimijuutta haastavina ja rajoittavina, ja esimerkiksi Outi kuvaa, miten hän jatkuvasti tarkkailee omaa ajankäyttöään ja pyrkii rajaamaan sitä ja järjestämään aikaa palautumiselle. Outi toteaa myös onnistuneensa tässä rajanvedossa pääasiassa hyvin. Myös Sirkka kertoo, miten hän priorisoi töistä palautumiseen käyttämäänsä aikaa muun vapaa-ajan kustannuksella:

Minä kaipaen, että jos on ollut asiakastapaaminen työssä tai jos on ollut jotain ystävien tapaamista, niin en minä voi ottaa seuraavaan päivään mitään ohjelmaa. Aikaisemmin oli niin että minulla oli ihan hirveästi ohjelmaa, mutta väsyin kanssa ja sitten ajattelin että, okei, että minulla on liikaa ohjelmaa, stressaantuu. Nyt minä ajattelen, että minulla tulee ylikuormittumista ja minulla ylivirittymisen kyllä näkyy ihan fyysisinä oireina.

Sirkka kertoo, miten hän pyrkii laatimaan viikkoaikataulunsa sellaiseksi, että siihen mahtuu riittävästi aikaa ja tilaa palautumiselle. Tämä saattaa merkitä sosiaalisten kontaktien rajoittamista vapaa-ajalla tai muusta mielekkääksikin koetusta tekemisestä kieltäytymistä. Myös vapaa-ajan aktiviteeteista palautuminen vie aikaa. Myös Vilma ja Helena toteavat ajankäytön rajaamisen olevan taito, jota heidän on pitänyt aktiivisesti harjoitella. Aino taas kertoo, miten hän pystyy pinnistelemään aika ajoin ääri rajoille asti ja kestävänsä ”pienen hetken vaikka mitä”, mutta sen jälkeen palautumiselle on raivattava tilaa. Keskustelukumppanieni kuvaukset tuovat esiin, miten pyrkimys toteuttaa uuden työn ideaalin työntekijän roolia vaatii joustamista ja valmiutta antaa myös omasta vapaa-ajastaan työn tarpeisiin. Richard Sennett (2002) kuvaa työelämän vaatiman joustavuuden tarkoittavan käytäntöjä, jotka voimallisesti taivuttavat ihmisiä ja kehoja erilaisiin asentoihin, liikkeeseen ja venymiseen. Työn ja vapaa-ajan rajojen hämärtyminen venyttää työpäiviä ja vie aikaa palautumiselta.

Työelämäkertomuksista käy ilmi, miten joustavuuden vaade tuo esiin erityisherkän kehon rajoja. Kun kehon toimijuutta säädellään työelämän kiihtyneissä aikapaineissa, näyttäytyy toimijuus myös kehon potentiaalien ja rajojen sovittamisena näihin ajallisiin vaateisiin. Monissa erityisherkkään työelämätoimijuuteen liittyvissä kertomuksissa viilettää työelämän aikapaineisiin vastaamaan pyrkivä tunnollinen ja vastuuntuntoinen työntekijä, joka antaa kehonsa koko kapasiteetin työelämän tarpeisiin. Hän tekee työaikaan sidotun työsopimuksen, mutta sitoutuu samalla työelämän vaatimaan aikalogiikkaan (vrt. Jyrkämä 2008). Kunnes saattaa väsyä vauhtiin. Työelämätarinoiden draaman kaari kulkee kehon asettamien rajojen kohtaamisesta niiden reunoilla keikkumiseen ja jopa rajojen ylityksiin.

Kertomukset osoittavat, että työelämän aikapaineet saattavat ylittää työntekijän toimijuuden rajat, ja että normatiiviseksi koettu toimijuus voi näyttäytyä mahdottomana tavoitteena ilman, että jaksaminen loppuu. Sitä voidaan myös aktiivisesti pyrkiä vastustamaan. Kuulen esimerkiksi tarinoita siitä, miten rajojen ylittämistä on voitu välttää ottamalla toimijuutta omiin käsiin ja hakemalla esimerkiksi katkoksia työuraan. Yhdessä osallistumassani vertaistapaamisessa eräs osallistuja kuvasi työtömäksi joutumistaan lopulta positiivisena kokemuksena oman hyvinvoinnin kannalta, mutta ristiriitaisena ja ei-toivottuna toisen luokan kansalaisen rooliin asettautumisena. Hän kuvasi, miten ”järjestelmä edellyttää, että aktiivisesti vaan haet töitä”, kun hän kertoi itse ajattelevansa, että ”nyt tuli hyvä tauko arkeen”. Monista kertomuksista tulee esiin, miten ristiriitaiset kokemukset myös lisäävät riittämättömyyden tunnetta ja sysäävät ikään kuin ”antautumaan” työmarkkinoiden epävarmuudelle. Jotkut keskustelukumppaneistani kertoivat etsineensä joustavuutta esimerkiksi ryhtymällä yrittäjiksi, siirtymällä osa-aikatyöhön, uudelleenkouluttautumalla tai alanvaihdolla. (Vrt. Hautaniemi 2021.) Katkosten hakeminen voi olla välttämätön edellytys työelämässä jaksamiselle, mutta samalla siihen voi sisältyä riski sysäytyä epävarmempaan työmarkkina-asemaan. Yhdistystoiminnassa jaetut keskustelut toimivat tärkeänä foorumina tuoda esiin näitä arkielämän toisin toimimisen paikkoja, jotka näyttäytyvät toisaalta valintoina, toisaalta välttämättöminä ratkaisuin.

Työelämän aikapaineista selviäminen näyttää haastavan toimijuutta monin tavoin. Erityisherkkä keho voi toimia nopeusrajoittimena, joka toisaalta säännöstelee jaksamista, mutta voi rajoittaa työn tekemistä niin, että normatiivisiin työlle asetettuihin tavoitteisiin ei koeta päästävän. Työelämäkertomuksista käy ilmi, miten erityisherkkä keho näyttää vastustavan yhteiskunnan kiihtymistä ja sen vaatimuksia pysyä vauhdissa. Keskusteluissa tulee esiin, miten keho voi rajoittaa arkipäivän toimintaa, ja sillä koetaan olevan vaikutusta myös työmahdollisuuksiin erilaisissa työkuultuureissa. Esimerkiksi Tarjalle yksityisyrittäjänä toimiminen on näyttänyt aina noana vaihtoehtona säädellä omaa työrytmiä ja vähentää kuormitusta:

Stressialttius, kuormittumisalttius että miten sen koko kehossa kokee ja, mikä varmaan silloin aikoinaan, kun olen ollut yli kaksikymmentä vuotta yksityisyrittäjä, niin vaikutti siihen, että näin kun ajattelen niin en missään tapauksessa jaksaisi tehdä työtä julkisella sektorilla tai missään isommassa, yksityisessä yrityksessä.

Työelämäkuvauksista tulee esiin, miten erityisherkkä keho säännöstelee työn tekemisen vauhtia ja lopulta määrää tahdin. Kehon rajoja ei voi loputtomasti ylittää (Julkunen 2008, 108; Sennett 2002). Toisaalta haastateltavien työelämäkuvauksista tulee esiin, miten keho säännöstelee omaa jaksamista, toisaalta se pinnistelee pyrki- myksissään pysyä työelämän jatkuvassa kiihtyvässä vauhdissa. Keskustelijoiden

ratkaisut hallita omaa ajankäyttöään näyttäytyvät siten paitsi valintoina oman hyvinvoinnin puolesta, myös työelämän kiivastahtisuuteen taipumiselta. Taipumista on mahdollista jatkaa, kunnes vauhdissa ei ole enää mahdollista pysyä mukana, vaan on pakko valita muita vaihtoehtoisia tapoja toimia. Valinnat eivät siten välttämättä edusta yksilön kannalta ihanteellisinta, vaan välttämättömintä ratkaisua.

5.1.4 Potentiaaliset ja älykkäät kehot

Se [onnistuminen tärkeäksi kokemassaan työtehtävässä] on jossain minulla tallessa tuolla, ihanana lämpimänä muistona että minä en unohda sitä varmaan ikinä.

Anna kertoo, miten työelämä on mahdollistanut hänelle erityisiä onnistumisen kokemuksia ja niistä syntyvää hyvää oloa. Hän liittää onnistumisen kokemukset omaan erityisherkkyyteensä:

Mietin että millä minä olen sen tehnyt, sillä et minä olen kuunnellut itseäni, minä olen osannut, minä ajattelen, että minun erityisherkkyyksillä hetkellä kertoi minulle mitä minun pitää tehdä ja minä kuuntelin sitä.

Monissa tutkimuksissa on todettu työn merkitys tärkeänä identiteetin rakentamisen areenana (ks. Julkunen 2002; 2008; 2016). Myös Annalle onnistuminen työelämässä on ollut tärkeä tapa kokea merkityksellisyyttä, ja työidentiteetti ollut merkittävä osa minuutta ja arvoa yhteiskunnan jäsenenä. Erityisherkkyyksien merkityksellistyy työelämätarinoissa osaksi monia työelämässä koettuja huippuhetkiä.

Uuden työn kulttuuri korostaa omien resurssien tunnistamista ja niiden jatkuvaa kehittämistä (Ezzy 2001; Rose 1990; Sennett 2002). Myös terapeutin kulttuuri voi vahvistaa yksilön vastuuta tunnistaa omia potentiaalejaan ja elää niiden avulla omaa autenttista minuutta vastaavaa elämää ja soveltaa niitä työelämässä (Illouz 2008, 160). Monissa kuulemissani keskusteluissa tuli esiin, miten moni koki käyttävänsä erityisherkkyyteen liittämiään potentiaaleja jo nyt työelämässä tärkeinä työelämätaitoina. Samoja erityisherkkyyksiä keho kuormittavia ja haastavia olosuhteita on siten mahdollista lähestyä myös vastakkaisesta, kehon potentiaaleja korostavasta näkökulmasta. Terapeutin diskurssi soveltuu hyvin samojen kokemusten tulkintaan sekä negatiivisiksi että positiivisiksi (Illouz 2008).

Jälkiteollinen työetiikka ja terapeutin kulttuuri korostavat esimerkiksi tunnetaitoja ja tunneälyn merkitystä tärkeinä työelämätaitoina (Illouz 2008, 203–216). Tunneäly liittyy sosiaaliseen taitavuuteen, joka määritellään kyvyksi olla vuorovaikutuksessa niin, että muut eivät arvioi käyttäytymistä negatiivisesti (Saaranen-Kauppinen 2014). Tunneälyn liittyy intrapersoonallinen pätevyys, eli kyky tunnistaa

omat tunteet, hallita niitä ja motivoitua niiden avulla (Hughes 2005). Moni kuvasikin tunneällyn merkitystä erilaisissa vuorovaikutukseen perustuvissa ammateissa, ja esimerkiksi Sirkka kertoo käyttävänsä kykyään tunnistaa omia tunteitaan sosiaalialan työssään, olevansa myös taitava toisten tunteiden tunnistamisessa ja omaavansa tutkimuskirjallisuudessa interpersoonalliseksi tunneälyksi (Hughes 2005, 604) kutsuttuja ihmissuhdetaitoja:

Se on hirveän hyvä vahvuus, että pystyy positiivisessa mielessä toisen ihmisen näkemään. Että ehkä siellä on jotain vielä, että hei nyt, minulla on olo, että sinä et nyt ihan kaikkea sanonut että, harmittaako onko sinulla joku harmi. Pystyy sillä tavalla.

Sirkan lisäksi moni muukin haastateltava kertoi kokevansa tunneällyn vahvasti omaksi ja juuri erityisherkkyyteensä liittyväksi resurssiksi työelämässä ja monissa vuorovaikutustilanteissa. Moni toi esiin, miten tunneälyllä ja tunnetyöllä oli iso merkitys erityisesti auttamistyössä, ja tunnetyöstä oli mahdollista saada tunnustusta erityisesti silloin, kun vastapuoli koki saaneensa apua. Hoiva-alalla toimiva Anna kertoi saavansa mielihyvää, kun hän pystyi muodostamaan hoidettavaansa tunneyhteyden. Koulutustehtävissä toimiva Päivikin kuvasi sitä, miten oma työpanos sai palkinnon, kun oma toimijuus suuntasi yhteiseen toimintaan kohti työlle asetettuja tavoitteita. Siten tunneäly ei näyttäydy vain henkilökohtaisena omaan erityisherkkään kehoon ja persoonaan kiinnittyvänä ominaisuutena, vaan hyödyllisenä välineenä suunnata vuorovaikutusta ja toimintaa ja saada aikaan haluttu vaikutus (ks. Adkins & Jokinen 2008, 143).

Terapeuttisen kulttuurin tutkimuksessa on tuotu esiin, miten tunneällyn markkinointi työelämän potentiaalina on yksi tapa vastata itsen brändäämisen vaateeseen, jota myös uuden työn kulttuuri korostaa (Illouz 2008; Mäkelä & Brunila 2021; Rose 1996). Kognitiivisten kykyjen lisäksi yksilön persoona ja vuorovaikutustaidot pitää osata tuotteistaa mahdollisimman myyväksi paketiksi. Tunneäly näyttäytyy yhtenä kykynä ja taitona, jolla erityisherkkyyys on mahdollista nostaa arvostetuksi resurssiksi työelämässä. Haastateltavat toivat esiin, miten erityisherkkän kehon potentiaalit olivat parhaimmillaan hyödynnettävissä erityisesti vuorovaikutukseen perustuvissa hoivan ja koulutuksen työtehtävissä, mutta kehon potentiaalien kuvattiin liittyvän myös monenlaisiin muihin vuorovaikutukseen perustuviin ammatteihin. Erityisherkkien vahvuudeksi kuvattiin esimerkiksi ”superempaattisuutta”, erityistä kykyä asettaa toisten ihmisten asemaan. Uuden työn aikakaudella ja terapeuttisessa kulttuurissa tällaisista vuorovaikutukseen liittyvistä feminiinisinä pidetyistä ominaisuuksista, kuten tunteiden käsittelystä, onkin tullut yksi tapa tuottaa arvoa (Adkins & Jokinen 2008).

Myös verkostoitumista pidetään keskeisenä uuden työn ja terapeutin kulttuurin piirteenä (Illouz 2004; Ylöstalo ym. 2018). Tunnetaitojen lisäksi keskustelukumppanini toivat esiin myös tarpeen verkostoitua ja rakentaa sosiaalista pääomaa työelämässä oikeanlaisten verkostojen avulla. Esimerkiksi Marianne toi esiin, miten verkostoituminen vaatii oman itsen parempaa tuntemusta ja henkilöbrändin kehittämistä ja ylläpitämistä:

Pitäisi pärjätä koulussa ja työssä, mutta myöskin luoda verkostoja, koska me olemme sen varassa (nauraen), että kaikessa luodaan verkostoja. Ne vaikuttaa siihen, että jotenkin aiempaa enemmän tarvitaan myöskin vähintään pinnallisella tasolla ymmärrystä, että kuka ja millainen minä olen ja miten minä pidän itsestäni huolta ja kerron vaikka vahvuuksistani ja ylipäänsä tiedän, että mitä ne minun vahvuudet on.

Mariannen kuvaama erityisherkkyyden identiteetin brändääminen työmarkkinoilla kysyntää herättäväksi tuotteeksi on työkehon ajattelemista muokattavissa olevana (ks. Ylöstalo ym. 2018). Nopeusrajoittimena toimivassa erityisherkkäessä kehossa kuvaillaan olevan myös ominaisuuksia, joilla työelämässä navigointi voi olla menestyksestä. Esimerkiksi Teemu puhuu kehostaan ”skannerina”, jota hän kokee voivansa käyttää työelämän tilanteissa eri tavoin: ”Minun ei tarvitse kuin vähän skannata ympärille, suurin piirtein pystyn tietämään jo, miten palaveri lähtee käyntiin ja kenen toimesta.” Työkehon suhdetta mekanisoituneeseen yhteiskuntaan voi hahmottaa käyttämällä kehosta tekniikkaan viittaavia metaforia (Weber 1991, 228), kuten Teemu tekee.

Teemu avaa skannerina toimimista kertomalla, miten erityisherkkyyks selittää hänen toimintaansa työelämän tilanteissa, miten hän ”kokee tiettyjä tilanteita eri tavalla, voimakkaasti ja ilman, että kukaan muu kiinnittää joihinkin asioihin mitään huomiota.” Tällaisia asioita ovat Teemun mukaan esimerkiksi keskusteluissa käytetyt äänensävyt ja äänenpainot, joita hän tulkitsee palaveritilanteissa ja antaa niille suuremman painoarvon kuin pelkälle tehtävänannolle. Myös Laura kuvaa tätä samaa sanattoman viestinnän käyttämistä, ja miten hän esimerkiksi tulkitsee taitavasti ihmisten mikroilmeitä:

Olen huomannut, että erityisherkkyyks on antanut tosi paljon työkaluja siihen, ihmisten kanssa tekemiseen. Mitkä on ollut tosi käytännöllisiä, että jos esimerkiksi kykenee ihmisiä tulkitsemaan paljon paremmin tai tällaisia mikroilmeitä niin, se on kyllä semmoinen valtti.

Suvi Satama (2017) on tutkimuksessaan käyttänyt estetiikan käsitettä kuvaamaan kehollista toimijuutta ja kaikkia niitä aistein havaittavia nyansseja, joita

työelämässä keholliseen toimijuuteen voi liittyä. Haastateltavat kuvailevat esimerkiksi erityisherkan kehon vastaanottavan ja käsittelevän tietoa intuitiivisesti ja havaitsevan ja aistivan tarkasti erilaisia tunteita ja tunnelmia ja pieniä nyansseja. He yhdistivät tällaisen keholliseen toimijuuteen liittyvän estetiikan ja sen tajun erityisherkan kehon erityisominaisuudeksi. Esimerkiksi Tarja tuo esiin estetiikan tajun hienovaraista ilmentymistä:

Kyllähän se vaikuttaa, että aistii ilmapiirin ja aistii yleensä sitä ympäristöä, värejä, tunnelmia, muotoja niin edelleen. Ehkä sitten myös sitä intuitiivista kykyä nähdä asioita, joskus ihan etukäteen, melkeinpä.

Erityisherkkyyteen liitettyjen kehollisten potentiaalien korostaminen työelämässä hyödynnettävänä resurssina näyttäytyy monissa keskusteluissa työelämän ristiaallokossa navigoiville erityisherkillä houkuttelevana, mutta ristiriitaisena ajatustapana. Parhaimmillaan moni kokee kehollisen toimijuuden liikuttavan heitä kohti työelämän onnistumisia. Kehollisten työkalujen käyttöä kuvaillaan samaan aikaan sekä erityisherkan kehon potentiaalien käyttämisenä että niiden käytöstä koetun kuormittumisen kanssa tasapainoiluna. Toimijuus näyttäytyy siten tilanteesta riippuen joko potentiaalina tai riskinä huuhtoutua työelämän ristiaallokkoon ponnisteluista huolimatta. Kehollisen toimijuuden optimointi merkitsee kykyä hallita toimijuutta oman kehon, sen tarpeiden ja tunteiden ehdoilla.

Vertaistuellisissa keskusteluissa jaetut työelämäkokemukset ja tapa puhua erityisherkkyydestä resurssina työelämässä ovat osa erityisherkkyyden identiteetin rakentamista, joka voi merkitä lohduttavampaa kuvaa tulevaisuuden työelämästä, jossa erityisherkkyyks ja siihen identifioidut nähtäisiin uusin silmin, ja siihen liittyvä toimijuus tulisi arvostetuksi. Kollektiivisen identiteetin avulla voi olla mahdollista tuoda ryhmän arvostuksen nostamisen työelämän kehittämisen kohteeksi.

5.2 Reittejä työelämässä navigoimiseen

Jotta erityisherkkä kokee työnsä merkitykselliseksi, viihtyy työssään ja kokee siinä hyvinvointia, on tärkeää tunnistaa itsensä erityisherkkäksi. Käsitteen ja sen sisällön tuntemus antaa tietämystä omista haasteista, jotka johtavat suotuisiin valintoihin vaikkapa työssä väsymisen välttämiseksi. Tähän liittyy myös oman itsen arvostaminen työntekijänä. (Työelämäopas 2019)

Ei-erityisherkillä opas toivottavasti lisää ymmärrystä siihen, millainen erityisherkkä on työkaverina, alaisena tai esimiehenä. (Työelämäopas 2019)

Erityisherikän työntekemiseen ja työpaikalla toimimiseen sopii ja liittyy monia ohjeita ja vinkkejä. Päätimme tämän oppaan päätteeksi tuoda esille muutamia keskeisiä asioita ikään kuin huoneentauluksi: (Työelämäopas 2019)

Kuten yllä olevat otteet työelämäoppaasta osoittavat, opas voi tarjota lisää ymmärrystä erityisherkkyydestä niin erityisherikiksi itsenä kokeville kuin kaikille työelämätoimijoille. Kahdeksan kohdan vinkkilista tarjoaa lukijalle keinoja vaalia erityisherkkyyteen liitetyjä potentiaaleja jokapäiväisessä työelämän arjessa sekä tietoa erityisherikistä työntekijöinä. Otteita oppaasta voi tulkita myös osana erityisherkkyyden identiteetin hyödyntämisen strategiaa ja työelämätoimijuutta politisoivaa *herkkyyden politiikkaa*, sekä terapeuttisena itsehallintaa ja -hoivaa korostavana että työelämän rakenteiden kriittisen tarkastelun mahdollistavana institutionaalisten käytäntöjen politiikkana.

5.2.1 Terapeutista itsehallintaa ja -hoivaa

Työelämäkuvausten perusteella työelämän normatiivisen toimijuuden reunoilla toimiminen ja tasapainoilu ristiaallokon tempoilussa vaatii jatkuvaa henkilökohtaista rajanvetotyötä, joka tarkoittaa työkehon muokkausta, samaan aikaan sekä työn asettamiin vaatimuksiin asettumista ja mukautumista että suhtautumista niihin myös kriittisesti (Julkunen 2009; Ylöstalo ym. 2018). Haastateltavat kuvasivat, miten he esimerkiksi käyttivät vastamelukuulokkeita suojautuessaan aistiärsyksiltä, vetäytyivät työpaikan sosiaalisista tilanteista ”vessaan hengittelemään ja olemaan hiljaa” tai tekivät mindfulness-harjoituksia mielen ja kehon rauhoittamiseksi. He kertoivat käyttävänsä monia erilaisia itsehallintamenetelmiä työn aiheuttaman kehollisen kuormituksen hallintaan. Moni kuvasi esimerkiksi käyttävänsä vapaa-aikaa työstä palautumiseen, viettävänsä aikaa luonnossa, tai siirtyvänsä rauhoittavan iltateen jälkeen painopeiton alle nukkumaan. He kuvasivat monenlaisia arkisia keinoja, joilla he pyrkivät huolehtimaan omasta kehosta ja sen tarpeista. Työelämäopasta pidettiin tärkeänä apuna levittää työelämätoimijuuden hallintaan liittyviä keinoja laajemmalle yleisölle.

Tiedostan omasta hyvinvoinnista, että on tarvinnut tehdä valintoja ja vaalin sitä, mutta sitten yhteiskunnan tasolla niin, siellä on kuitenkin lainalaisuuksia. Ajattelen, että tässä meidän yhteiskunnassa on ihan hirveästi hyvää, millä hyvinvointia ylläpidetään kaikkien kansalaisten osalta, ja yksittäisen erityisherikän vastuulla on tosi paljon siitä omasta hyvinvoinnista huolehtimisessa ja valintojen tekemisessä, että miten sitä omaa hyvinvointia tukee.

Päivi tuo haastattelukeskustelumme aikana useaan otteeseen esiin yksilön toimijuuteen liittyvää rajanvetotyötä korostaessaan, miten jokaisen on tehtävä oma työnsä ja samalla kannettava vastuuta omasta jaksamisestaan ja hyvinvoinnistaan. Samalla hän tuo esiin, miten tieto erityisherkkyyden käsitteen esille tuomasta erilaisesta toimijuudesta voi lisätä mahdollisuutta myös kompromisseihin, yhteistyöhön ja konsensukseen niin, että samalla on mahdollista yhä enemmän kantaa aktiivisina kansalaisina vastuuta myös toisista. Myös Marianne pohti työelämän asettamia normatiivisia vaateita ja yksilön vastuuta, oletusta olla oman onnensa seppä, ”löytää oma paikkansa” ja työelämässä ja yhteiskunnassa. Näitä pohdintoja vasten erilaiset erityisherkkyyteen liitetyt toisin tekemisen pakot näyttäytyvät samaan aikaan sekä oman vastuun ottamisena että kriittisenä suhtautumisena vallitseviin käytäntöihin, joita myös muissa terapeutin kulttuurin tutkimuksissa on tuotu esiin (ks. Salmeniemi 2019; 2022). Haastateltavien kuvaukset nostavat pintaan keskustelun terapeutisesta kulttuurista ja sen käytäntöjen ehdoille asettumisista ja merkityksestä työelämän ristiaallokon vahvistamisessa.

Jälkiteolliseen työhön on liitetty sisäänrakennettu ajatus sen kuormittavuudesta ja yksilön vastuusta työhyvinvoinnista ja sen ylläpitämisestä (Boltanski & Chiapello 2005; Illouz 2007). Päivin mukaan oman työhyvinvoinnin eteen on tehtävä jatkuvasti itse rajanvetoja ja valintoja, ja työhyvinvoinnista huolehtiminen merkitsee Päiville samalla kokonaisvaltaista huolehtimista niin omasta toimeentulosta, työllisyydestä kuin terveydestäkin, jaksamisesta ja kuormittumisen säätelystä. Omasta työelämätoimijuudesta huolehtiminen näyttää Päiville yksilöllisen hyvinvointivastuun kantamisena ympäröivien rakenteiden puitteissa. Erityisherkkyyden ymmärtäminen yksilöpsykologisenä dispositiona voikin tarjota mahdollisuuden suhtautua siihen oman itsetuntemuksen lisäämisenä ja siten omien tarpeiden parempana huomioidmisena ja mahdollisuutena siten sopeutua paremmin vallitseviin työelämän olosuhteisiin. Yksilöllinen työhyvinvointi onkin yksi keskeisimmistä diskursseista, jolla työelämän mahdollisista ongelmista keskustellaan.

Uuden työn henkilökohtaistuminen ilmenee yksilön oman vastuun korostamisena työhyvinvoinnista huolehtimisen lisäksi myös vastuuna omasta markkina-arvosta työelämässä, koulutukseen ja persoonaan panostamisesta (Parviainen, Kinnunen & Kortelainen 2016). Esimerkiksi Outi kertoo, miten hän on kouluttautunut suorittamalla useampia eri alojen tutkintoja ja miten hän oli opiskellut työuransa aikana monia ammattitaitoa lisääviä tietoja ja taitoja ja hankkinut monenlaisia kvaalifikaatiota osoittavia pätevyksiä. Kuten Päivikin, myös Outi kertoo pyrkineensä kasvattamaan omaa potentiaaliaan ja panostamaan erityisesti omiin vahvuuksiinsa, ja että hänellä on ”koko ajan joku koulutus käynnissä”. Myös monissa muissa keskusteluissa palattiin toistuvasti pohtimaan paitsi työelämän kuormittavuutta ja oman toiminnan merkitystä työhyvinvoinnin ylläpitämisessä, myös sisäistettyä elinikäisen oppimisen eetosta, joka haastaa oman osaamisen jatkuvaan kehittämiseen. Päivi

korosti, miten hän kokee omien vahvuuksiensa käyttämisen myös velvollisuutena, vastuun kantamisena omasta panoksesta työelämässä. Kuten Päivi kuvaa, ”omien vahvuuksien käyttäminen motivoi ja tuottaa mielihyvää”.

Monissa keskusteluissa tuli esiin, miten työelämässä navigoiminen merkitsee omaa panostusta ja omasta kehosta huolehtimista työelämän vaateisiin vastaamiseksi ja siellä pärjäämiseksi ja normin mukaisen työminuuden saavuttamiseksi. Työuupumusta ja masennusta tutkinut Sanna Rikala (2013, 57) on nostanut esiin, miten normeihin asettautuminen voi tuottaa kipuilua, mutta toisaalta myös mielihyvän kokemuksia, jotka suuntaavat ponnistelemaan kohti norminmukaista toimijuutta. Esimerkiksi Marianne pohtii terapeuttisten käytäntöjen, kuten terapeuttisen selfhelp-kirjallisuuden, suosiota ja sen liittymistä ihmisten sisäistettyyn tarpeeseen pärjätä kaikin tavoin ja mahdollisimman hyvin työelämän kiristyvissä vaatimuksissa:

Vaikea sanoa, että vaikuttaako tämä suoraan siihen, että erityisherkkyyks on jotenkin niin suositua, että ehkä se on siellä taustalla, että mihin tietoa, selfhelp-kirjallisuuden vyöryä tarvitaan.

Haastateltavat kuvasivat, miten rajanvetotyö työelämään vaateisiin sopeutumisen ja omien vaihtoehtojen reittien etsimisen välillä voi nostaa pintaan onnistumisen, mutta myös riittämättömyyden tunnetta. Tunteet ovat yksilöllisten kokemusten lisäksi aina myös suhteessa sosiaalisiin valtasuhteisiin (Ahmed 2004; ks. Hautaniemi 2021). Erilaiset selfhelp-kulttuurin tarjoamat selviytymisstrategiat voivat tarjota tukea ja apua esimerkiksi tunteiden hallintaan ja oman toimijuuden sopeuttamiseen työelämän odotettuihin toimintamalleihin. Keskustelukumppanini kuvasivat, miten omasta kehosta huolehtimisen ja ajanhallinnan työkalupakkia oli päivitettävä jatkuvasti ja kerrytettävä mahdollisimman monipuolinen välineistö hyödynnettäväksi työelämän ristiaallokossa navigoimiseksi. Moni puhui siitä, miten erityisherkan kehon kanssa pärjääminen oli kiinni myös omasta halusta opetella ja käyttää erilaisia hallinnan tekniikoita. Muutoksen kohti parempaa hyvinvointia nähtiin syntyvän omasta päätöksestä toimia toisin, kuten Päivi totesi. Tämä viittaa ajatukseen niin sanotusta proteettisesta minuudesta (Skeggs 2014; ks. Ylöstalo ym. 2018, 116), yksilön käyttäytymisen ja persoonan hiomisesta ja muuttamisesta ja omaan toimijuuteen liittyvän kokemuksen muuttamisesta. Moni toi esiin, miten rakenteellisten muutosten odotteluun ei ole aikaa, kun työelämän kiihtyvä tahti imaisee mukanaan. Tuleen ei ole aikaa jäädä makaamaan ja valittamaan, kuten Outi toteaa: ”Se ei auta, että valittaa ja on jatkuvasti vaan kuormittunut, vaan asiat pitää oikeasti ruveta muuttamaan, jos haluat muutosta sinun elämään.”

Outin sitaatti ilmentää, miten yhteiskunnan vauhti ei välttämättä ole suotuisa hitaille rakenteisiin vaikuttamisen käytännöille vaan suosii yksilöiden sopeutumista. Esimerkiksi Sirkka kuvasi selviytymistä edistävän työkalupakin varusta-

mista myös keskeisenä yhdistystoiminnan tehtävänä: ”ehkä semmoinen toive on, että rohkeasti pystyy vertaisten kanssa tai jossain koulutuksessa pohtimaan, että miten minä työelämässä pärjään, että mimmoisia työkaluja minun pitää itselleni rakentaa koska työnantaja ei voi kaikkea. Jos esimerkiksi joudut työskentelemään avokonttorissa, niin miten minä selviän siitä tilanteesta”. Tämä ajatus ilmentää toimijuutta rakenteita tunnistavana, mutta niihin soviittautumista edellyttävänä. Avokonttorissa työskentelyyn voidaan sopeutua, mutta seiniä sinne ei voi itse lähteä rakentamaan.

Vertaistapaamisten tärkeä anti oli monelle juuri työelämätoimijuutta tukevien käytäntöjen jakaminen, ja esimerkiksi vinkit vastamelukuulokkeista, hengitysharjoitteista tai keinoista rytmittää työtä ja arjen ajankäyttöä otettiin niissä ilolla vastaan. Itsetarkkailu, erilaiset selviytymisstrategiat ja psykotekniikat voivat olla tärkeitä yhteisön jakamia keinoja oman jaksamisen hallintaan. Siten ne voivat myös vahvistaa omasta hyvinvoinnista huolehtimisen eettistä säännöstöä (Julkunen 2008; Mäkinen 2014; Rose 1990; 1998). Omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen liittyvien käytäntöjen jakaminen on myös mahdollisuus auttamistyön toteuttamiseen vapaaehtoistojen toiminnassa ja tuo yhteen samassa veneessä navigoivia itsestä ja toisista huolehtivia kunnan kansalaisia. Työelämäoppaan itsetutkiskelua tukevat tehtävät voivat avata ymmärrystä yksilöiden toiminnasta työelämässä ja tarjota reittejä löytää omaa hyvinvointia tukevia käytännön ratkaisuja. Terapeuttisten käytäntöjen soveltaminen ja työkalupakin varustelu voivat osoittaa moraalista kunnollisuutta ja tuottaa omasta hyvinvoinnista huolehtivia ihannekansalaisia (Ylöstalo ym. 2018) myös yhdistystoiminnan käytännöissä.

Terapeuttinen kulttuuri voi toisaalta toimia myös politisoivana ja suunnata arjen toisiin tekemiseen (Salmenniemi 2019). Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on keskusteltu arjen toisiin tekemisten mobilisoivasta voimasta (Edwards 2014; Haenfler ym. 2012). Myös erityisherkkyyden tunnistaminen on tarjonnut monille ”pienen vastarinnan” paikkoja, joita esimerkiksi Suvi Salmenniemi (2022, 68) kuvaa osaksi terapeuttista politiikkaa, epäviralliseksi ja organisoitumattomaksi toisiin tekemiseksi, kieltäytymiseksi ja vetäytymiseksi. Erityisherkkyyden mahdollistama kokemusten sanallistaminen voi antaa välineen reflektoida omia tekemisiä ja tekemättä jättämisistä, jopa ammatinvalintaa. Esimerkiksi Anna pohtii erityisherkkäksi identifioitumisen vaikutusta omaan ammatinvalintaansa toteamalla, että tietynlainen hoitotyö ei olisi voinut tulla hänelle edes kyseeseen: ”Tiesin itse, siihen rooliin siihen ammattiin minä en pysty menemään, koska se menee liian ihon alle. Että siinä kohtaa minä en pysty asettamaan minkäänlaisia rajoja. Ja se olisi työ, josta minä en pääsisi millään tavalla”. Annan kuvauksesta tulee esiin, miten työ voi suorastaan tunkeutua kehoon, ja miten työelämän vahvasta virtauksesta voi olla vaikeaa navigoida eri suuntaan, mutta myös mahdollista hakeutua itselle sopivampiin tehtäviin.

Erityisherkkyyden tunnistaminen on antanut monelle mahdollisuuden oman toiminnan reflektointiin ja omien valintojen uudelleenarviointiin. Se on avannut mahdollisuutta pohtia tapoja tehdä asioita ja valintoja toisin ja toisaalta hyväksyä toisin tekemisen välttämättömyys joissakin tilanteissa. Erityisherkkyyden tunnistaminen näyttäytyy monelle haastateltavalle mahdollisuutena oman työelämätoimijuuden uudelleensuuntaamiseen, pieneen toimijuuteen ja toisin toimimisen mahdollisuuksien huomioimiseen ja hyödyntämiseen. Esimerkiksi Marianne puntaroi suhdettaan työelämään toteamalla, että olisi voinut ottaa työurallaan enemmän erilaisia haasteita vastaan, jos olisi osannut hallita kuormittumistaan paremmin. Myös Anneli kertoo, miten tieto omasta erityisherkkyydestä on helpottanut työelämässä toimimista ja auttanut tekemään toisenlaisia valintoja. Keski-ikäinen Katariina kertoo, miten hän olisi toivonut, että käsite olisi ollut hänellä käytettävissään jo hänen nuoruudessaan ja aiemmassa vaiheessa työuraa. Katariina sanoo kokevansa, että erityisherkkyyden identiteetti on mahdollistanut uskallusta tehdä erilaisia valintoja. Myös Aino kuvaa, miten erityisherkkyyks on opettanut, että ”ei ole yhtään huonompi asia vetäytyä aina välillä ja ottaa ihan rauhallisesti.” Monet myös korostivat, että elämän merkitystä oli mahdollista hakea myös muualta kuin työelämästä, jossa äärimmilleen viety suorittaminen ei tuottanut mielihyvää.

Tulevaisuutta ajatellen erityisherkkyyden käsitteellä operoiminen oli antanut monelle uudenlaista ymmärrystä ja välineitä vahvistaa omaa toimijuutta. Laura oli tiedon myötä päätenyt opiskelemaan uuden ammatin ja totesi, että vanhan ammatin mahdollistamaan työympäristöön liittyen hän oli ”päättänyt, että se ei ole semmoinen paikka missä voin erityisherkkänä olla”. Ja kuten Aino toteaa, erityisherkkyyden tunnistaminen on mahdollistanut uudenlaisen ajattelutavan ja omien ominaisuuksien arvostamisen eri tavalla: ”sitä kautta lähtenyt tekemään ja ajattelemaan vähän eri tavalla.”

Uuden työn kulttuuriin liittyä monia epävarmuuksia. Vallitseva menestymisen etiikka ja pyrkimys sen noudattamiseen tekee subjekteista haavoittuvia etenkin silloin, kun tästä arvostetusta menestyvän työntekijän ja tuottamisesta livetään. Terapeuttinen itsehoiva tai vaihtoehtoiset reitit voivat tuoda helpotusta ihmisten elämään, mutta työelämä voi haastaa työhyvinvointia monin tavoin. Terapeuttinen politiikka voi suunnata työelämäongelmien yksilöllistymiseen ja terapeuttinen politiikka on myös haavoittuva politisoitumisen muoto (Sointu & Hill 2022).



Kuva 4. Erytyisherkkyyteen ja kehosta huolehtimiseen liittyviä materiaaleja jäsenjuhlilla.

5.2.2 Kohti leveämpiä väyliä?

Salmenniemen (2021) mukaan työhyvinvointiin liittyvä yksilöllisen vastuun korostuminen voi merkitä työn ja mahdollisen liiallisesta kuormittumisesta johtuvan työuupumuksen epäpolitisoitumista ja rajautumista rakenteellisten muutospyrkimysten ulkopuolelle. Terapeuttiseen kulttuurin tarjoamat lääkkeet erityisherkkien työelämässä kokemaan kuormittumiseen tai uupumiseen voivat olla vahvasti yksilön omaa vastuuta korostavia. Jos voimavaroja ei ole, selviytyminen voi olla hankalaa, vaikka siihen kunnollisena työelämän toimijana olisikin tahtoa. Siten terapeuttisten itsehoito-oppaiden lukeminen tai mindfulness-harjoitusten tekeminen ei välttämättä ratkaise ongelmia, vaan ne voivat myös lisätä riittämättömyyden tunnetta. Haastateltavat kertoivat, että yksilöiden tukemisen lisäksi heidän yhdistystoimintaan osallistumisestaan motivoi ajatus erityisherkkyyteen liittyvän yleisen tietoisuuden lisäämisen mahdollisuudesta ja siten erityisherkkyyden huomioimisesta työpaikkojen käytännöissä. Tämän voi tulkita työelämätoimijuuden politisoitumisena osana herkkyyden politiikkaa ja siihen liittyvää institutionaalisten käytäntöjen politiikkaa (ks. luku 4). Yhdistystoimijat pitivät tärkeänä työtä erityisherkkyyttä koskevan tiedon levittämiseksi työelämän organisaatioihin, kaikille toimialoille ja eri organisaatiotasolle ja

toivoivat, että erityisherkkyyteen liittyvän tietoisuuden lisääntyminen avaisi mahdollisuuksia myös työelämän käytäntöjen muuttumiseen.

Toisaalta sitten muutoksen kulttuuri, samoja asioita, työelämä henkistyy, se sitten vaikuttaa muuhun maailmaan, yhtä lailla masentuneisuudesta tai tämmöisestä tieto menee läpi.

Esimerkiksi Pekan sitaatti osoittaa optimistisen ajatuksen laajemmasta muutoksen kulttuurista, jossa työelämä voisi rakentua uudenlaisten arvojen pohjalta ja tieto erityisherkkyydestä ja siihen liittyvistä arvoista voisi toimia yhtenä työelämää muuttavana tekijänä. Se voisi tuottaa myös mahdollisuuksia vastustaa uuden työn ihanneyöntekijän rooliin asettumista ja menestymisen etiikkaa (ks. Collinson 2003). Toiveikkaan työelämän arvojen muutoksen lisäksi haastateltavat toivat esiin myös muita tärkeinä pitämiään elämänarvoja. Esimerkiksi Helena puhui ”pehmeistä arvoista”, ”luonnon, eläinten, ihmisten ja inhimillisyyden kunnioittamisesta”. Myös Teemu unelmoi ihmisten hyvinvoinnin ensisijaisuudesta taloudellisen hyvinvoinnin sijaan ja yhteiskunnasta, ”jossa raha ja aika ei säätelisi kaikkea”. Hän korosti, että myös työsuoritusten arvostus ja sen mittarit tulisi laatia paremmin vastaamaan näitä arvoja.

Pekka kertoi pitävänsä mahdollisena tällaisten muutosten edistämisen ja toteutumisen lähitulevaisuudessa. Moni muukin haastateltava kertoi ylläpitävänsä toivoa työelämän muuttumisesta kohti sitä ihannetta, jota he maalailivat vastatessaan kysymykseen siitä, millainen voisi olla ihanneyhteiskunta erityisherkan näkökulmasta. Tällaisen ajattelutavan voi tulkita osaksi identiteetin politisoitumisen prosessia, joka voi edetä sopivalla hetkellä identiteetin näkyväksi tekemisestä sen hyödyntämiseen myös kritiikin välineenä, ja voi tulevaisuudessa merkitä muutoksia esimerkiksi työelämän edellytyksiä parantavaan lainsäädäntöön (Armstrong & Bernstein 2008).

Monet yhdistystoimintaan osallistuvista nostivat työelämän käytänteisiin vaikuttamisen yhdeksi yhdistystoiminnan keskeisimmistä agendoista. Toiminnallaan he ikään kuin kutsuivat tarkastelemaan työelämää ja yhteiskuntaa laajemminkin erityisherkkyyden linssin läpi. Näin voi nousta esiin epäkohtia, joihin tarvitaan muutoksia. Erityisherkkyyden identiteetin tunnustaminen voi haastaa siten myös keskustelemaan uudenlaisesta yöntekijän ideaalista ja sen rajojen laajentamisen tarpeesta. Sen vuoksi yhdistystoiminnassa tuotiin monin tavoin ja monissa yhteyksissä esiin, että erityisherkkyyteen liittyvää tietoa tulisi viedä työelämän eri instansseihin, työpaikoille, niiden työyhteisöihin ja kahvihuoneisiin ja jopa työympäristöjä, kuten avokonttoreita suunnittelevien insinöörien työpöydille. Siten työelämäoppaan merkitystä voi tulkita paitsi itseapuvälineenä erityisherkkille, myös työelämän käytäntöjen muuttamiseen johdattavana tietoisena. Moni piti tärkeänä saada nostettua erityisherkkien statusta työelämässä yöntekijöinä, niin alaisina, esimiehinä, työnhakijoina

kuin työkavereina. Pyrkimystä samaan tavoitteeseen ilmentävät myös esimerkiksi muiden järjestöjen ja erilaisten työorganisaatioiden tilaisuuksissa pidetyt erityisherkkyyttä käsittelevät luennot. Tiedolle oli ollut myös kysyntää:

Vuoden aikana mulla on suurin piirtein yksi ja kaksi tilaisuutta, että minun on pitänyt *myydä* sitä erityisherkkyyttä, että se ihminen ei tiedä siitä mitään, eikä se tajuakaan, vaikka selitän sitä. Kesästä alkoi sitten tulla yhteydenottoja, esitelmäkeikkaa. Nämä tämmöiset uudet yhteistyöpartnerit, ne tietää ne perusasiat, ne tunnistaa sen intressin.

Sain kenttätöön aikana kutsun osallistua erityisherkkyyteen liittyviin keskusteluiltoihin. Erityisesti yksi teemailta vaikutti työelämänalyysin näkökulmasta aiheeltaan niin kiinnostavalta, että matkustin syksyisen pimeänä arki-iltana kahden tunnin matkan toiselle paikkakunnalle päästäkseni kuulemaan, millaisia näkökulmia oli mahdollista tuoda esiin, kun erityisherkkyydestä keskusteltiin tekoälyn kontekstissa. Paikalle oli saapunut lukuisia kiinnostuneita teeman houkuttelevana, ja eri ikäisistä miehistä ja naisista koostuva joukko istuutui yleisöksi kuulemaan alustajan ajatuksia. Tekoäly näytti olevan aihe, joka kiidätti ihmisten ajatukset tulevaisuuteen, jossa erityisherkkyyks olisi arvostettu ja entistä paremmin hyödynnettävissä oleva resurssi myös työmarkkinoilla.

Tekoäly linkittyi keskustelussa työelämän mahdollisuuksiin soveltaa sitä erityisherkkyyteen liitettyjen resurssien ja toimijuuden muotojen esiin nostamisessa ja hyödyntämisessä. Alustuksessa ja sitä seuranneessa yhteisessä keskustelussa pohdittiin, millainen olisi erityisherkkyyteen liittyvä algoritmi⁴, ja miten algoritmin perusteella voisi olla mahdollista luoda jopa uusia ammatteja, joissa erityisherkkyyks voisi toimia hyödynnettävänä resurssina. Erityisherkkyyks voisi olla kilpailuetu työnhaussa, ja erityisherkkät toimia tulevaisuuden työelämän ”tietotyön luovia ongelmanratkaisijoita”, ”virheettömästi toimivia ohjelmistosuunnittelijoita” ja ”tunnetyötaitoisia vuorovaihtajia”. Näitä ilmauksia voi tulkita myös uuden työn kognitiivisina kykyinä ja tunnetyötä korostavina rationaalisuuteen ja työn feminisoitumiseen hyvin sopivina ominaisuuksina. Tekoäly antoi mahdollisuuden kuvitella sekä erityisherkkyyden identiteetin siirtymistä lähemmäksi työelämän normatiivista toimijuutta että luoda myös uudenlaista erityisherkillä soveltuvaa työelämää.

Jännitteinen tapa puhua erityisherkkyydestä työelämän kontekstissa ilmenee myös keskusteluissa työn tuottavuudesta kapitalistisen yhteiskunnan edellytyksenä. Erityisherkkyyden avulla voi nostaa keskusteluun työkehon merkitystä ja rajoja

⁴ Algoritmi on tietojenkäsittelytieteessä käytetty käsite, joka tarkoittaa ohjetta jonkin tehtävän tai prosessin suorittamiseksi ja tietyn ongelman ratkaisemiseksi (Brookshear & Brylow 2015).

myös talouden näkökulmasta. Keskustelukumppanini viittasivat puheissaan Aronin tutkimuksiin, joiden mukaan erityisherkkiä olisi noin 20 prosenttia väestöstä. He korostivat sitä, miten tällaisen joukon ”kollektiivinen keho” on kuormittuessaan myös taloudellinen haaste koko yhteiskunnalle. Kuten Outi naurahtaen toteaa, on tärkeää, että ”veronmaksajat pysyvät toimintakykyisenä tässä maassa.” Esimerkiksi Leena korosti työyhteisöjen johtamisen merkitystä yksilölliset tarpeet huomioon ottavan työympäristön luomisessa: ”sillä on minun mielestäni merkitystä yhteiskunnallekin. Jos sinä voit työyhteisössä huonosti siitä, että johtaminen on mitä sattuu, ja että et saa mitään palautetta, kannustusta, luottamusta, arvostusta, että tunnollisesti teet työtäsi.” Viittaukset veronmaksajien toimintakykyisyyteen tai yksilöllisten työskentelytapojen ja olosuhteiden huomioimiseen voi tulkita myös uusliberalististen työmarkkinoiden ja uuden työn ihanteiden uusintamisena, taloudellisen tehokkuuden ja terapeuttisen eetoksen mukaisena persoonan merkityksen korostamisena. Toisaalta monissa keskusteluissa nousi esiin, miten työelämässä tarvittiin myös kokonaisvaltaisempaa ajattelutapojen ja toimintakäytäntöjen muutosta. Moni haastateltava korosti myös, miten erityisherkkien työelämätoimijuutta tukevien käytäntöjen muutos palvelisi muitakin kuin erityisherkkiä.

Kuten edellä esitetyt esimerkit osoittavat, mahdollisuus erityisherkkyyteen liitettyjen työelämäkokemusten jakamiseen yhdistystoiminnassa muokkaa yksilöllisistä kokemuksista kollektiivista merkityksenantoa, jolla voidaan argumentoida työelämän kehittämiseksi. Kuten Outi ehdottaa, yksilöllisten kokemusten huomioiminen työpaikoilla tulisi olla osa työpaikkojen organisaatiokulttuuria: ”enemmän otettaisiin huomioon esimerkiksi työelämässä sitä aistikuormitusta, että kukaan ei joutuisi tekemään työtä tilanteessa, että työolosuhteet kuormittaa.” Monien haaveissa näyttää siintävän työelämä, jossa myös työelämä joustaa, ei vain työntekijä. Osa viittasi myös vuonna 2003 voimaan tulleeseen työturvallisuuslakiin, jonka: ”pykälässä kymmenen sanotaan, että pitää ottaa huomioon työtä suunniteltaessa ja mitoitettaessa työntekijän henkilökohtaiset edellytykset.” Lain tulkinta merkitsee ajatusta joustavammista mahdollisuuksista esimerkiksi tehdä lyhyempää työaikaa, käyttää tarpeeksi aikaa työtehtävien tekemiseen ja siten mahdollisuuksiin tehdä ne riittävän huolellisesti. Työelämän toivottiin myös sallivan tunteiden näyttämistä ja kehollisten tarpeiden parempaa huomioimista. Erityisherkkyyden identiteetti voi toimia visiona työelämän toimintalogiikkojen muuttumiseen ja työkehojen moninaisuuden ja rajojen parempaan huomioimiseen.



Kuva 5. Yleisötilaisuus erityisherkkyyteen liittyvän tiedon, kokemusten ja keskustelujen äärellä.

5.3 Yhteenveto

Erityisherkkien työelämäkokemukset asettuvat ristiriitaiseen suhteeseen työelämän normatiivis-kulttuuristen reunaehtojen kanssa, ja työelämä näyttäytyy ristiaallokkona, jossa kohtaavat uusliberalististen työmarkkinoiden ja uuden työn kulttuuriin liittyvät vaateet, terapeutin kulttuuri ja erityisherkkäksi koetut kehot. Työelämäkuvaukset tuovat esille kysymyksen siitä, miten koettua kehollista erilaisuutta voidaan hyödyntää syötteenä työelämäkäytäntöjen muuttamiseen. Ei-herkkien määrittelemien työelämän käytäntöjen ja erityisherkkien kokemusten yhteensovittaminen vaikuttavat analyysin perusteella erityisherkkään toimijuuteen monin tavoin. Työelämä voi kuormittaa kehoa, aisteja ja mieltä. Se voi näyttäytyä keskittymistä haastavana, paineistettuna, suorituskeskeisenä ja jopa sairastuttavana toimintaympäristönä (ks. Hautaniemi 2021).

Erityisherkkyyteen liitetyt työelämäkokemukset tuovat näkyviin niitä rajoja, joihin keho työelämän resurssina törmää. Erityisherkkä työkeho kuvantuu voimakkaasti aistivana, aistiärsyksiin reagoivana ja niistä kuormittavana. Se näyttäytyy voimakkaasti tuntevana, ja terapeutin kulttuurin emotionaalista tunteiden hallintaa edellyttävää työkulttuuria haastavana toimijuutena. Se näyttäytyy myös

kuormittavana ja palautumiseen enemmän aikaa tarvitsevana. Erityisherkkä työelämätoimijuus kuvantuu siten *haavoittuvana* toimijuutena. Toisaalta erityisherkkä työelämätoimijuus kuvantuu myös *voimaantuvana* ja jopa erityisiä kykyjä, kuten tunneälyä ja estetiikan tajua, hyödyntävänä toimijuutena. Erityisherkkä toimijuus ilmenee kompleksisena, ja siihen liittyy jatkuvaa määrittelyn tarvetta siitä, mikä on oikeanlaista toimijuutta työelämässä ja kyetäänkö sitä tuottamaan ja millä ehdoin. Jännite näkyy myös erityisherkkyyden identiteetin rakentamisessa ja esille tuomisessa yhdistystoiminnassa.

Työkeho kuormittuu ja voimaantuu. Nämä kuormittumisen ja voimaantumisen kokemukset tuottavat ristiriitaista kuvausta työelämästä ja sen käytännöistä, jotka sekä mahdollistavat erityisherkkyyteen liitettyjen kykyjen käyttämisen että rajoittavat toimijuutta. Näissä normatiivisissa puitteissa erityisherkkät etsivät itselleen sopivimpia navigointireittejä. Terapeuttisen kulttuurin myötä siihen tarjoutuu monia erilaisia apukeinoja ja yhdistystoiminnan myötä myös vertaistukea. Terapeuttinen kulttuuri jopa velvoittaa ottamamaan vastuuta ja etsimään keinoja haavoittuvan toimijuuden hallintaan ja jopa kääntämiseen vahvuudeksi (vrt. Brunila ym. 2021).

Yhdistystoiminta voi tarjota tärkeän paikan ja mahdollisuuden jakaa ristiriitaisia työelämäkokemuksia ja saada tukea vertaisilta, mikä myös houkuttelee mukaan toimintaan. Yhdistystoiminnan terapeuttiset diskurssit voivat suunnata keskustelua kohti erityisherkkän työkehon vaateiden ja toimijuuden haasteiden kääntämiseen puheeksi erityisherkkyyteen liitettyistä kyvyistä, joilla voi olla kysyntää työelämässä. Erityisherkkyyden identiteetti voi auttaa löytämään omaa hyvinvointia tukevia hallinnan keinoja ja arjen toimijuutta tukevia välineitä. Monet keskustelujen esiin tuomat työelämässä navigoimisen keinot ja työelämäoppaan huoneentaulun vinkit näyttäytyvät yksilöllistä muutosta korostavina, yksilöiden arkielämän toimintaan liittyvinä tapoina sovittautua työelämän vaateisiin.

Erityisherkkyyden identiteetti voi siten liittyä työelämän rakenteellisten kysymysten psykologisoitumiseen. Eräs ryhmäkeskustelujen puheenvuoro nousee erityisesti mieleeni. Työelämästä uupumuksen takia pitkään pois ollut osallistuja kertoi eräässä ryhmäkeskustelussa siitä, miten pitkän sairasloman jälkeen työelämään palaaminen osoittautui mahdottomaksi. Työelämän vaatimukset tuntuivat kohtuuttomilta, ja omasta hyvinvoinnista huolehtiminen näyttäytyi mahdottomalta. Työpaikan odotuksiin oli mahdotonta vastata, ja kunnollisen työntekijän ihanne tuntui olevan keskustelukumppanistani entistä kauempana, jopa tavoittamattomissa. Tuulessa tanssivien vaahteranlehtien katselu työmatkalla voi rentouttaa ja palauttaa työpäivästä helpottaen yksilön olotilaa hetkellisesti, mutta se ei välttämättä ratkaise työelämän paineistavien käytäntöjen aiheuttamaa yksilöllistä ja kollektiivista kuormittumista.

Kokemukset ristiaallokosta peräänkuuluttavat monin tavoin vaativalta työelämäältä myös vastapalvelusta yksilön suuntaan. Erityisherkkän työelämätoimijuuden

normalisoimisen tavoite voi olla osa institutionaalisten käytäntöjen politiikkaa. Muiden valistaminen erityisherkeitä työelämätoimijoina on tulkittavissa erityisherkkien statuksen nostamiseksi työelämässä. Verkostoitumalla monien eri alojen organisaatioiden kanssa lisätään tietoutta erityisherkkyydestä.

Erityisherkkyyden identiteetin avulla voi olla mahdollista myös kuvailla vaihtoehtoisia todellisuuksia ja osoittaa tarvetta muuttaa työelämän rakenteita ja käytäntöjä. Se voi toimia politisoitumisen välineenä, jolla voidaan artikuloida uudenlaisia näkökulmia kulttuurissa vallitsevien käytäntöjen tunnistamiseksi. Yhdessä tuotettua materiaalia, kuten työelämäopasta, voi olla mahdollista hyödyntää ryhmän statuksen nostamiseen työelämässä. Ajatus haastaa pohtimaan, mitä keinoja se edellyttää yhdistystoiminnassa tulevaisuudessa. Normatiivisen ihannetyöntekijän kuvan muuttaminen ja toimijuuden ehtojen laventaminen näyttää monen keskustelukumppanini mielestä mahdolliselta, ja he uskovat työelämän muuttuvan sekä erityisherkkyyttä arvostavaan että moninaisuutta ja joustavuutta korostavaan suuntaan. Ajatus muutoksen mahdollisuudesta on monelle toivoa herättävää. Terapeuttisen kulttuurin ristiaallokoissa yhdistystoiminta voi näyttäytyä paikkana, jossa identiteetin rakentamisella on mahdollista raivata terapeuttisen itsehoivan lisäksi tilaa myös toisenlaisen työelämän kuvittelemiselle ja työelämätoimijuuden politisoitumiselle osana herkkyyden politiikkaa.

Terapeuttinen kulttuuri voi mahdollistaa työkeskeisen yhteiskunnan kritiikkiä ja löytää reittejä jopa vastustaa kuormittavia käytäntöjä (Lamberg 2021; Salmenniemi 2021). Ristiaallokko kuohuaa, ja terapeuttinen kulttuuri voi suunnata yhdistystoimintaa työelämäkysymyksistä keskustelemiseen ja edistää siten työelämän suunnan ja horisontin uudelleenmäärittelyä. Ainakin erityisherkkyyteen liitettyjen työelämäkokemusten tarkastelu voi nostaa esiin tarvetta piirtää karttareittejä uudelleen, keskustella normatiivisten työelämäkäytäntöjen laventamisesta ja mahdollisuuksista tilaan ja aikaan välillä laskea purjeet ja luottaa siihen, että ei sittenkään uppoa. Ja niin kuva erityisherkkyydestäkin muuttuu taas.

6 Ilmikuva – tieto toiminnassa

Kun päädyin yhdistyksen sivuille, aloin ottaa selvää yhdistyksen strategiasta, sain tietooni, että siellä on ollut ensimmäisinä vuosina toimintasuunnitelma ja strategia nimenomaan tietoisuuden lisääminen. Koska minä sain niin suuren ahaa-elämyksen, ja minulla niin monia asioita tämän oivalluksen ja **tiedon** myötä, niin halusin ehdottomasti olla mukana tässä yhdistyksessä. Liityin saman tien jäseneksi, koska ajattelin, että tämä yhdistys on tehnyt niin korvaamatonta työtä tämän tiedon lisäämiseksi.

Tapasin Annelin monesti erilaisissa yhteyksissä kenttätyöni aikana. Anneli teki monipuolisesti työtä erityisherkkyyteen liittyvän tietoisuuden lisäämiseksi. Anneli merkityksellisti omaa toimintaansa yhdistyksessä erityisesti mahdollisuutena erityisherkkyyttä koskevan tiedon tuottamiseen ja levittämiseen. Hän piti erityisherkkyyttä uskottavana ja merkittävänä ilmiönä, joka oli saanut hyvin jalansijaa erilaisissa keskusteluissa, mutta koki myös, että yhdistyksellä oli vielä paljon tehtävää tietoisuuden lisäämisessä ja erityisesti erityisherkkyyteen liitettyjen ennakkoluulojen karsimisessa. Hän toi esiin, miten erityisherkkyyks on samaan aikaan uskottava, mutta myös monella tapaa väärinymmärretty ja kyseenalaistettu käsite:

On esimerkiksi lapsia, että niistä näkee, että se on niin kauhean herkkä, sehän on pakko uskoa, että jos sen omin silmin kokee ja näkee, sehän se tekee uskottavaksi tämän asian. Ja kun sitä aletaan vielä tutkimaan niin sitten hoksaa.

Eräskin mies, hän oli mennyt työterveyslääkärille ja kertonut näistä omista jutuista mitä hän kokee ja oli sanonut, että hän tuntee olevansa erityisherkkä. Lääkäri oli sanonut, että semmoista ei ole olemassakaan. Tämä tapahtui siis noin puoli vuotta viiva vuosi sitten, eli tulipa mieleen, että jaaha, yhdistyksellä on vielä paljon työsarkaa jäljellä.

Kuten Annelin kertomuksesta käy ilmi, hän toivoi erityisesti tutkitusta tiedosta vahvistusta omille kokemuksilleen ja havainnoilleen ja niiden uskottavuuden todentamiselle. Erityisherkkyyteen liittyvän tiedon lisääminen näyttäytyi Annelille ja

muillekin toimijoille tärkeänä motiivina yhdistystoimintaan osallistumiseen ja mahdollisuutena vähentää vääriä tulkintoja ja ennakkoluuloja ja saada tunnustusta erityisherkkyydelle. Lääkärin esittämä väite motivoi löytämään todistusaineistoa tämän Annelin epätotena pitämän väitteen kumoamiseksi.

Annelin lisäksi myös monet muut haastateltavat ja keskustelukumppanini kentällä kertoivat mielellään siitä, miten tietoisuuden lisäämiseen liittyvää yhdistyksen strategista tavoitetta käytännössä toteutettiin. Osallistuin myös useisiin yhdistyksen puitteissa toteutettuihin tapaamisiin, seminaareihin, luentoihin ja koulutuksiin ja pääsin seuraamaan niin sanotun asiantuntijapaneelin työskentelyä erityisherkkyyden käsitteen ymmärtämiseksi ja sen kuvaamiseksi mahdollisimman totuudenmukaisesti, kuin sen yksiselitteistä ilmimerkitystä etsien. Tässä luvussa seuraan tietoon ja tietämiseen liittyviä puhetapoja ja käytäntöjä, toisin sanoen tiedon keräämistä, siitä keskustelemista ja uuden tiedon tuottamista yhdistystoiminnassa. Tarkastelen yhdistystoimintaa episteemisenä yhteisönä (Eyeran & Jamison 1991; Jamison 2006, 47) ja kollektiivisen identiteetin rakentamista tavoitteena laittaa liikkeelle ja kyseenalaistaa erityisherkkyyteen liitettviä epäilyksiä, stereotyyppioita ja saada tunnustusta ryhmälle (ks. Bernstein 2005). Annelin kuulemaan ja kertomaan epäuskoisen lääkärin tarinaan viitattiin monissa keskusteluissa kenttätyöni aikana, ja lääkäri ammattikuntineen näyttäytyi keskeisenä erityisherkkyyden uskottavuuden ja legitimitietin portinvartijana, jonka suhtautumista erityisherkkyyteen moni piti avainasemassa tunnustuksen saamiseksi. Lääketieteellä ja lääkäreillä asiantuntijoina on perinteisesti ollut länsimaisissa yhteiskunnissa vahva auktoriteetti terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä (Brown ym. 2004; Tiedebarometri 2019).

Yhdistystoiminnan kognitiivisissa käytännöissä sommitellaan yhteen monista lähteistä tulevaa tietoa, koetellaan tiedon auktoriteettia ja objektivoidaan ilmiöstä hallittavaa kohdetta (Eyeran & Jamison 1991; Jauho 2016; Rabeharisoa 2006, 568; Vuolanto ym. 2020). Tässä luvussa tuon esiin niitä keskusteluja, joissa haastateltavat arvioivat erityisherkkyyteen liittyvää tietoa, sen sovellettavuutta ja esille tuomista erilaisille yleisöille argumentoidessa. Eräs yhdistyksen järjestämään ryhmänohjaajakoulutukseen osallistunut vertasi erityisherkkyyttä joulukuuseen, jolloin siitä kertomisessa oli osallistujan mukaan kyse kuusen koristelusta: ”mitä koristeita tarvitaan, jotta kuusi olisi parhaimmillaan”.

Tiedon politiikkaan liittyvässä tutkimuksessa on tuotu esiin, miten erilaisten ongelmien ratkaisemiseen sovellettavan tiedon tulee olla relevanttia, uskottavaa ja legitiimiä. Tiedon relevanssin arviointi liittyy tiedon ymmärrettävyyteen, sovellettavuuteen ja käyttökelpoisuuteen erityisesti ryhmän tunnustuksen saamiseksi ja erilaisille yleisöille argumentoidessa. Uskottavuuden arviointi kuvaa erilaisen tietoaineksen laatuun ja alkuperään liittyviä keskusteluja. Legitimiteetti viittaa siihen, kuka saa tuottaa tietoa ja mikä määrittäytyi oikeaksi tiedoksi. (Cash ym 2003; Sarkki ym. 2014.) Tuon tässä luvussa esiin, miten tunnustuksen hakemisen kognitiivisiin käytäntöihin

liittyy tietoon liittyviä neuvotteluja, joissa samalla tehdään rajatyötä (Gieryn 1983; 1995) eri tietomuotojen välillä. Hyödynnän rajatyön käsitettä analyttisenä käsitteenä tuomaan esiin erilaisen tietoaineksen arviointiin liittyviä neuvotteluja. Tarkastelen myös erityisherkkyyteen liittyvän asiantuntijuuden arviointia, joka voi liittyä erilaisten asiantuntijoiden koulutukseen, ammatilliseen osaamiseen, kokemuksiin tai maineeseen.

Rajatyön käsite tarkoittaa tässä tutkimuksessa kiistanalaisen ilmiön rajojen vetämistä ja puolustamista ja tieteen auktoriteetin hyödyntämistä episteemisen auktoriteetin haltuun ottamiseksi. Rajatyön käsitteellä on siten mahdollista kuvata kampaailua tiedon uskottavuudesta ja siitä, ketä sitä voi käyttää ja mihin tarkoitukseen (Vuolanto 2020). Olen ottanut tarkastelun lähtökohdaksi tiedon sosiologiassa (Alasuutari & Qadir 2014; Alasuutari ym. 2016; Syväterä 2020) hyödynnetyn ajatuksen siitä, miten muotoilemalla tulkintoja ilmiöihin liittyvästä tiedosta ja sen hyödynnettävyydestä ryhmän hyvinvoinnin tukemisessa ryhmä ja siihen kuuluvat voivat ottaa käsitteitä omaan haltuunsa. Rajatyöllä voidaan tehdä tilaa erilaisille tietämisen tavoille. Käytän myös rajaobjektin käsitettä (Star & Griesemer 1989) kuvaamaan niitä tekijöitä, joista keskustelemalla rajatyö tulee esiin. Tuon esiin, miten rajatyö ilmenee 1) neuvotteluna lääketieteellisen ja biomedikaalisen tiedon roolista ilmiön määrittelyssä 2) neuvotteluna psykologisen tutkimuksen asemasta ja tiedon riittävydestä ja 3) neuvotteluna kokemustiedon roolista ja muodoista ilmiön määrittelyssä. Terapeutin kulttuurin tieto rakentuu institutionaalisesta, muodollisesta tietojärjestelmästä, mutta myös epämuodollisesta kulttuurisesta ilmapiiristä, jossa sekoittuvat populaari ja tieteellinen tieto (Illouz 2008, 10). Tuon siten esiin, miten terapeutin kulttuuri voi suunnata tunnustuksen hakemista moninaisen tiedon avulla ja vahvistamaan psykotiedon roolia suhteessa lääketieteeseen ja biomedikaaliseen tietoon ja yhdistämällä psykotieteellistä tietoa ja kokemustietoa. Vertaan toimintaa terveystieteisiin (HSM), joissa sekä hyödynnetään että haastetaan biomedikaalista tietoa ja vahvistetaan kokemustiedon roolia (ks. Brown ym. 2004; Epstein 1995; 1996).

Tunnustuksen hakemisen kognitiivisiin käytäntöihin liittyy myös neuvotteluja tiedon legitimititeetistä eli siitä, kuka saa tuottaa tietoa, toisin sanoen miten ilmiötä voi tehdä näkyväksi ja kenen toimesta (ks. Andell 2020; Vuolanto 2013). Tarkastelen tiedon legitimitettiin neuvotteluina asiantuntijuudesta, joka korostaa psykotietoon liittyvää asiantuntijuutta, mutta myös terapeuttiin narratiiveihin pohjautuvaa kokemusasiantuntijuutta. Yhdistystoiminta voi toimia alustana uuden relevantin, legitimiin ja uskottavana pidetyn tiedon ja asiantuntijuuden tuottamiselle (Casas-Cortés ym. 2008; Jones ym. 2021). Tuon esiin, miten terapeutin kulttuuri voi vahvistaa erityisesti psykoasiantuntijuuden ja kokemusasiantuntijuuden roolia yhdistystoiminnassa. Ammatillinen asiantuntijuus voi mahdollistaa tiedon levittämisen myös erilaisten instituutioiden välillä ja siten vaikuttaa niiden käytäntöihin institutionaalisten käytäntöjen politiikkana (ks. Armstrong & Bernstein 2008; Meyer 2010;

Väliverronen 2014). Terapeuttinen kulttuuri voi siten vahvistaa moninaisen tiedon roolia terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden tunnustamiseksi ja legitimitettiin saamiseksi. Siten yhdistystoiminnassa legitimoitulla tiedolla voi olla erityinen merkitys osana herkkyyden politiikkaa.

6.1 Kuusen koristelu – moninainen tietoinen

”Niillä, jotka tuottavat diskurssin, on aina valta *tehdä siitä totta* eli vahvistaa sen pätevyys, asema tietona.” (Hall 1999, 104)

Ensimmäinen kenttätömatkani suuntautuu erityisherkkyyttä koskevan tiedon tuottamisen ytimeen, erityisherkkyydestä kiinnostuneiden eri alojen asiantuntijoiden tapaamiseen. Maaliskuisen kevätaamun junamatka kuljettaa minut havainnoimaan erityisherkkyyden määrittelytyötä ja tiedon tuottamisen ja levittämisen tapoja. Tapaamisen ohjelmassa on myös tutkimushankkeeni esittely tulevan aineistonkeruun pohjustamiseksi. Junamatkalla valmistelen esitystäni ja jännitän, millaisen vastaanoton tutkimus tässä erityisherkkyyteen liittyvää tietoa käsittelevässä tapaamisessa saisi. Sateisessa ja tuulisessa kevätilmassa kävelen juna-asemalta yhdistyksen vastaperustetulle toimistolle. Kännykän navigaattorin käytöstä huolimatta en ole löytää reittiä perille, ja pelkään myöhästävänä ja antavani huonon ensivaikutelman, joka voisi horjuttaa sekä omaa uskottavuuttani tutkijana että tutkimukseni uskottavuutta. Perille päästyäni pyyhin hikeä otsalta ja puhdistan huurtuneita silmälasejani, ehdin ajoissa perille.

Tapaan viisi eri puolelta Suomea yhteen kokoontunutta osallistujaa. Junat ovat kuljettaneet heitä tapaamaan toisiaan vapaa-ajalla, lauantaipäivänä. Panen merkille, että kaikki osallistujat ovat riisuneet kengät jalastaan, ja useammalla heistä on villasukat jalassa. Ihailen yhden osallistujan pinkkejä villasukkia ja kaipaen mukavia, lämpöisiä sukkia myös omiin jalkoihini. Tietotekniset välineet, tietokoneet, dataprojektori, puhelimet ja valkokangas ovat valmiina päivän ohjelmassa oleviin esityksiin ja niiden tallentamiseen. Ikkunalaudalla notkuu pino erityisherkkyyttä käsitteleviä kirjoja sekä yhdistyksen esitteitä. Seinällä on post-it-lapuista tehty aikajana. Tapah- tumapaikan erilaiset aineelliset elementit rentoine villasukkineen ja asiantuntemuk- sen jakamiseen soveltuvine teknisine välineineen luovat odotuksen mukavan ren- nosta mutta asiapitoisesta ja tiedontäyteisestä kohtaamisesta.

Koolla oleva ryhmä on kokoonpanoltaan muuntuva, osa ryhmästä on kokoon- tunut ennakoin, osa on mukana ensimmäistä kertaa. Osa paikalle kutsutuista on ilmoit- tanut esteestä. Keskustelu käynnistyy vapaamuotoisesti rupertellen, ja pöydältä na- pattua mandariinia osallistujalta toiselle heittämillä jokainen saa tilaisuuden esittäy- tyä ja kertoa kuulumisistaan. Pienessä tilassa ihmiset ovat fyysisesti lähellä toisiaan, ja keskustelun myötä vuorovaikutus alkaa rakentua tiiviinä mutta rauhallisena

yhteisen aiheen, erityisherkkyyden, äärelle. Vapaamuotoisesta keskustelusta siirrytään erityisherkkyyttä koskeviin alustuksiin ja niihin liittyvään ajatustenvaihtoon. Keskustelujen kantavana teemana on erityisherkkyyteen liittyvän erilaisen tietoaineksen kerääminen yhteen, ja keskusteluissa viitataan toistuvasti erityisherkkyyttä käsitteleviin kansainvälisiin tutkimuksiin, osallistujien omiin kokemuksiin ja moniin mediassa käytyihin keskusteluihin tiedon lähteinä. Oma esitykseni koittaa kahvitauon jälkeen, ja tutkimukseni saa kiinnostuneen vastaanoton. Esityksen jälkeen saatan huokaista, olen onnistunut tuomaan tutkimukseni tavoitteen esiin riittävän uskottavasti ja päässyt sisälle siihen kenttään ja kontekstiin, jossa erityisherkkyyttä merkityksellistetään. Paluumatkalla junavaunussa on aikaa purkaa tapaamisen antia ja kirjoittaa ensimmäinen havainnointipäiväkirja.

Kenttätyön aikana pääsin osalliseksi lukuisiin muihinkin tapaamisiin, joiden tärkeimpänä tavoitteena oli erityisherkkyyteen liittyvän tiedon kerääminen, tuottaminen ja jakaminen aihetta erilaisista tiedollisista ja ammatillisista lähtökohdista lähes tyviä näkökulmia huomioimalla. Haastateltava Pekan lausahdus kiteyttää monen muunkin keskustelukumppanini kuvaaman ”tiedonjanon” ja yhdistyksen roolin tiedon lisäämisessä: ”Sitä tietoa pitäisi saada lisää, se on sitten yhdistyksen tehtävä, että vaan sinnikkäästi pitää tietoa saada”. Moni kaipasi lisää monipuolista ja ennen kaikkea uskottavaa tietoa sekä erityisherkkyyteen identifioituville että suurelle yleisölle ja kaikkiin yhteiskunnallisiin keskustelupöytiin. Sinnikäs tiedonkeruu viittaa yhdistystoiminnassa tehtävään jatkuvaan ponnisteluun moninaisen tietoaineksen keräämiseksi ja eri lähteistä tulevan tiedon käyttökelpoisuuden arvioimiseksi.

Toiminta erityisherkkyyden ympärillä näyttäytyy *episteemisen yhteisön* rakentamisena. Episteemiset yhteisöt hyödyntävät erilaisia tiedon keräämisen, tuottamisen ja levittämisen tapoja *kognitiivisten käytäntöjen (cognitive praxis)* avulla, ja voivat tuovat siten yhteen erilaisia keskenään ristiriitaisia tai jännitteisiä tiedon ja tietämisen muotoja (Eyeran & Jamison 1991; Jamison 2006, 47; Jauho 2016; Vuolanto ym. 2020). Haastateltavat ja muut kentällä tapaamani yhdistystoimijat käyttivät tiedon käsitettä laajasti viitaten kaikkeen mahdolliseen erityisherkkyyteen liittyvään tietoainekseen, jota oli mahdollista soveltaa toiminnassa. Tiedon roolina oli toimia ikään kuin todistusaineistona erityisherkkyyden olemassaololle ja uskottavuudelle, kuten Anneli luvun alussa viittaamassani aineistolainauksessa ehdotti. Terveysliikkeitä koskevissa tutkimuksissa on tuotu esiin, miten erilaisista lähteistä tulevaa tietoa voidaan hyödyntää todentamaan jonkin sairauden tai terveydentilan uskottavuutta (Rabeharisoa, Moreira & Akrich 2013). Erityisherkkyyteen liittyvässä legitimoitavassa tiedossa oli kyse myös akateemisen, ammatillisen ja populaarin tiedon rooleista ja erilaisten tietämisen tapojen yhteensovittamisesta ilmiön määrittelyssä. (ks. Eyeran & Jamison 1991, 49.)

Järjestöjen tietokäytäntöjä tutkineet Marjaana Jones, Piia Jallinoja ja Ilkka Pietilä (2021) ovat tutkimuksessaan havainneet, että järjestöissä yhdistetään hyvin

moninaista tietoa. Kuten kuusen koristeluun viitannut keskustelukumppanini mainitsi, kaiken hyödynnettävissä olevan tiedon arvioinnissa merkittävää oli se, miten tietoa voitaisiin sopia edustamaan erityisherkkyyden ilmiötä mahdollisimman positiivisessa valossa ja olla relevanttia erityisherkkyydestä argumentoidessa. Jaotellen erityisherkkien yhdistystoiminnassa hyödynnettävän moninaisen tietoaikaisen tutkimukseen perustuvaksi tiedoksi, kansantajuistetuksi tiedoksi ja kokemustiedoksi. *Tutkimukseen perustuva* tieto viittaa erityisesti psykotieteelliseen tutkimustietoon, kuten Aronin tutkimukset sekä muut erityisherkkyyteen ja muihin persoonallisuuteen ja temperamenttipiirteisiin liittyvät psykologiset tutkimukset ja niihin pohjautuva tietoa. Lisäksi tutkimukseen perustuva tieto liittyy erilaisiin lääketieteellisesti diagnosoitavissa oleviin häiriöihin, joiden eroa erityisherkkyyteen haluttiin korostaa. Myös muu tieteellinen tietoa tai tarve sen lisäämiseen näyttöä tärkeänä yhdistystoimijoiden keskustelunaiheena ilmiön todentamiseksi suomalaisessa yhteiskunnassa. *Kansantajuistettu tietoa* tarkoittaa psykotietoon pohjautuvaa tietokirjallisuutta ja erilaisia itseoppaita sekä *mediassa esille nostettua tietoa*, kuten erilaisia sosiaalisen median sivustoja, blogeja ja lehtiartikkeleja. Myös sekä mediassa esille nostetut että erityisesti yhdistystoiminnassa mukana olevien elettyjä kokemukset ovat yhdistystoiminnan keskeinen tietovaranto. *Kokemustiedon* suhteesta tutkittuun tietoon näytti muodostuvan tietokäytäntöjä määrittävä jännitteinen kamppailu siitä, millainen asema kokemustiedolle erityisherkkyyden identiteetin rakentamisessa oli sen uskottavuuden näkökulmasta mielekäs antaa.

Yhdistystoiminta voi toimia paikkana relevantin tiedon rakentamiseen hyödynnettäväksi identiteetin tunnustuksen hakemisessa (Pols 2014, 95). Eri lähteistä tulevan tiedon relevanssi liittyy sen käyttötarkoitukseen ja soveltuvuuteen kommunikoidessa erilaisille yleisöille (Cash ym. 2003). Erityisherkkyyteen liittyvän tiedon hyödynnettävyyden arvioinnissa oli monen haastateltavan mukaan kyse ensisijaisesti oman ryhmän vakuuttamisesta ja tiedon suomasta mahdollisuudesta tunnistaa erityisherkkyyttä, testata ja vahvistaa kokemusta kuulumisesta ryhmään ja samastua muiden erityisherkkien kokemuksiin ja saada tunnustusta omalta ryhmältä. Tunnistamisen tueksi moni koki tarvitsevansa monipuolista erityisherkkyyteen liittyvää tietoa, tutkittua tietoa, kansantajuistettua tietoa sekä vertaisten kokemustietoa. Nämä kaikki ovat luettavissa terapeutin kulttuurin keskeiseksi tietopohjaksi, joka rakentuu psykologisesta tiedosta ja terapeutin kokemuksesta, jota hyödynnetään erityisesti yksilöiden paremman itsetuntemuksen ja omasta hyvinvoinnista huolehtimisen lisäämiseen (ks. Illouz 2008).

Monissa keskusteluissa kävi selväksi, että erityisesti tieteellisen tiedon arvioitiin soveltuvan hyvin muiden vakuuttamiseen ja tunnustuksen saamisen välineeksi, kuten Annelikin toi esiin. Yhdistystoiminnassa laadittujen oppaiden (mm. työelämäopas) lähteinä hyödynnettiin erityisherkkyyteen liittyvää tieteellistä tutkimusta. Yhdistystoiminnassa hyödynnettävä psykotieteellinen tietoa voi antaa siten

käsitteet osallistua tieteelliseen keskusteluun, argumentoida tieteellisillä, lääketieteeseen ja psykotietoon kiinnittyvillä käsitteillä ja tuoda ilmiötä sosiaaliseen tietoisuuteen (Illouz 2008; Rabeharisoa 2006). Episteemiset käytännöt objektivoidivat ja politisoivat erityisherkkyyttä, ne tekevät ilmiöstä tietämisen kohteen ja yhteisestä toiminnasta tilan ottaa ilmiö ja sen määrittely oman ryhmän käsiin.

6.2 Uskottavan tiedon rajat

Episteemisen yhteisön toimintaan voi liittyä moninaisia neuvotteluja tiedon uskottavuudesta eli erilaisen tietoaineksen laadusta ja alkuperästä. Länsimaisissa yhteiskunnissa erityisesti vetoaminen tieteelliseen tietoon ja tieteellisen kielen käytön on todettu olevan hyödyllinen tapa vahvistaa tiedon uskottavuutta (Epstein 1995; 1996; Syväterä 2020), ja Suomessa luottamus tieteeseen ja erityisesti lääketieteeseen on korkealla (Tiedebarometri 2019). Luottamus tieteellisen tiedon uskottavuuteen tekee ymmärrettäväksi myös yhdistystoiminnan tiedon hallinnan käytäntöjen tukeutumisen erityisesti tieteen auktoriteettiin ilmiöiden todentamisessa. Tästä osoituksena on, että yhdistystoiminnassa oli alusta alkaen tartuttu erityisherkkyyttä koskeviin tieteellisiin tutkimusartikkeleihin ja niiden pohjalta oli lähdetty tuottamaan kirjallisia kirjoituksia ja dokumentteja, joissa erityisherkkyyteen liittyvä tutkimustieto tulisi kootuksi yhteen. Erityisherkkyyden tutkimuksesta kiinnostuneet vapaaehtoiset kertoivat keränneensä tutkimustietoa esimerkiksi kirjastojen tietokannoista ja kansainvälisiltä erityisherkkyyteen liittyviltä internet-sivustoilta. He kertoivat yhteistyöstä, jota viriteltiin myös erilaisiin mahdollista uutta tutkimustietoa tuottaviin instituutioihin, erityisesti ammattikorkeakouluihin, joissa he toivoivat tehtävän mahdollisimman monipuolisesti erityisherkkyyteen liittyviä ja tutkimukseen pohjautuvia opinnäytetöitä.

Tieteellisen tiedon arviointiin voi liittyä myös haasteita, joissa on kysymys tiedon olemuksesta, siitä, mikä lopulta on tietoa ja mitkä sen rajat ovat. Saan kuulla monissa haastatteluissa, miten toiminnassa oli alusta asti pyritty olemassa olevaan tieteelliseen tutkimukseen pohjautuvaan ilmiön määrittelyyn, mutta se ei ollut vielä edennyt erään haastateltavan sanoin ”maaliin asti”. Moni toi esiin, miten haastavaa oli saavuttaa edes tutkimusten perusteella yksimielistä määritelmää moninaisesta ilmiöstä. Esimerkiksi Tarja oli lukenut käsitteeseen liittyviä tieteellisiä tutkimuksia ja seurannut siihen liittyvää keskustelua. Hän osoitti huolensa puutteellisen tutkimustiedon varaan pohjautuvien johtopäätösten tekemisestä ja mahdollisista liian suoraviivaisista yleistyksistä, joita hänen mielestään tehtiin erityisesti julkisessa keskustelussa: ”yleistetään liikaa ja minä koin vastuuta, ajattelin että minä teen oman osuuteni.” Tarja kertoi kokevansa tärkeäksi olla mukana erityisherkkyyteen liittyvässä määrittelytyössä ja toi esiin, miten erityisherkkyyksyys vaikutti tieteellisestikin kiisteltyä käsitteeltä, ja että siihen kohdistuva tutkimus oli vielä riittämätöntä. Tarja piti tarpeellisena kriittistäkin keskustelua tutkimustiedon lähteistä ja niiden luotetta-

vuudesta. Episteeminen yhteisö voi osallistua tiedon ja tieteen olemuksesta ja merkityksestä käytävään keskusteluun.

John Meyer ja Ronald Jepperson (2000) ovat todenneet, miten tieteellisen tiedon huomioon ottaminen kaikessa toiminnassa liitetään vastuullisiin moderneihin länsimaisiin yksilöihin ja yhteisöihin. Tällainen tieteelliseen tietoon kiinnittyminen on heidän mukaansa merkityksellistä myös moraalisten ilmiöiden puolustamisessa. Haastateltavat kertoivat pitävänsä erityisherkkyyden ilmiön todentamista ja sen uskottavuuden vahvistamista viime kädessä tieteen tehtävänä, kohdistivat tieteelliseen tutkimuksen etenemiseen suuria odotuksia ja toivoivat sen tuottavan jatkuvasti lisää uskottavaa tietoa erityisherkkyydestä. Moni kuvasi Tarjan tavoin erityisherkkyyteen liittyvän tiedon olevan vielä puutteellista. Siten tiedon lisääminen vaati erityisherkkyyden objektivointia ja haltuun ottoa, tosin sanoen sen rakentamista ja artikuloimista niin, että erityisherkkyyksyys voisi toimia keskinäistä ymmärrystä lisäävänä linkkinä oman ryhmän jäsenten ja toisten ihmisten välillä (ks. Rabeharisoa 2006, 568). Uskottavan tiedon rakentamiseen voi liittyä rajatyötä, jota voi tarkastella keskusteluna tieteellisen tiedon ja muun tietoaineksen yhdistävistä rajaobjekteista (Star & Griesemer 1989). Uskottavan ja ei-uskottavan tiedon välistä rajaa esiin tuovina rajaobjekteina tarkastelen lääketieteellisiä diagnooseja, psykologisia taksonomioita ja testejä ja kokemustietoa rakentavaa koulutusta.

6.2.1 Ei diagnoosia

Erilaiset terveystilanteet hyödyntävät lääketieteellistä tietoa identiteettityön välineenä (Brown ym. 2004). Yksi kollektiivisessa toiminnassa tehty rajatyön muoto on erityisherkkyyteen liittyvän tiedon arviointi suhteessa lääketieteelliseen ja biomedikaaliseen tietoon. Monissa keskusteluissa tuotiin esiin, miten tieteellisen tutkimuksen toivottiin tuottavan tietoa erityisesti erityisherkkyyden biologisesta ja neurologisesta olemuksesta. Siten luonnontieteellisiin metodeihin pohjautuva tutkimus sai haastateltavilta erityistä arvostusta ilmiön todentamisen ja uskottavuuden lisääjänä. Moderni länsimainen luonnontieteellinen tutkimus voi soveltua tunnustuksen saamiseksi tieteellis-rationaaliseen maailmankuvaan pohjautuvassa yhteiskunnassa (vrt. Andell 2020). Erityisherkkyyksyys linkittyy siten osaksi laajempia keskusteluja lääketieteellisen tiedon roolista terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden määrittelyssä ja esille tuomisessa. Esimerkiksi Leena piti tärkeänä, että myös lääketieteessä huomioitaisiin erityisherkkyyden tutkimus, vaikka sitä ei pidettykään lääketieteellisesti diagnosoitavana ilmiönä:

Pitäisi olla lääketieteeseen liittyvää tutkimusta, että se nousisi sieltä tavallaan esiin. Mutta voi olla, että sitä on vähän vaikea kytkeä mihinkään, ehkä psykiatriaan voisi pikemminkin kytkeä tai psykologian kanssa. Psykologian ja

lääketieteen yhdistämisellä, jotain tällaista voisi tulla. Ylipäättänsä mahdollisimman vahvaa tutkimusta saisi aikaiseksi.

Leena ehdotti, että lääketieteellisen tutkimuksen lisäksi erityisherkkyyttä pitäisi tutkia monitieteisesti ja yhdistämällä lääketieteeseen erilaisia näkökulmia. Myös erilaisia vaihtoehtoisia hoitoja tarkastelevissa tutkimuksissa on havaittu, että terapeuttisten ja lääketieteellisten käytäntöjen välille toivotaan löytyvän yhteistyötä (Hiemäe & Utriainen 2021). Keskusteluissa tuli kuitenkin esiin myös monen yhdistystoimijan ambivalentti suhtautuminen lääketieteelliseen tietoon, ja erityisherkkyyden uskottavuuden todentaminen merkitsi paitsi lääketieteellisen tutkimuksen hyödyntämistä, myös sen aseman kyseenalaistamista erityisherkkyyden legitimitetin portinvartijana.

Lääketieteellisen tiedon rooli nousi keskeiseksi erityisesti monissa keskusteluissa, joissa osallistujat vertasivat erityisherkkyyttä koskevaa tietoa erilaisiin diagnostisiin sairauksiin tai häiriöihin, niiden neurologisiin ominaispiirteisiin ja niitä koskevaan tietoaikeseen. Siten lääketieteellinen medikalistinen diagnoosi toimi ikään kuin rajaobjektina (Star & Griesemer 1989) terapeuttisen kulttuurin tiedon ja lääketieteellisen tiedon välillä. Diagnoosi on lääketieteeseen perustuva taudin olemassaolon ja laadun määrittävä kuvaus, joka samalla myös luo sosiaalista todellisuutta, sillä diagnoosi jäsentää sairauksia ja toimii hallinnollisena työkaluna hoidon saamiseksi ja erilaisiin sairauksiin liittyviin ryhmiin identifioitumiseksi (Jutel 2009, 278–279). Rajatyö ilmeni keskusteluissa, joissa moni toi esiin erityisherkkyyteen liitettyjä yhteisiä ja erottavia piirteitä suhteessa esimerkiksi AD/HD:n⁵ tai autismiin⁶. Ero näihin haluttiin tehdä selväksi. Erilaisista diagnostisista häiriöistä jaettiin tietoa eri foorumeissa, esimerkiksi osana luentomateriaaleja. Tieteellisen tiedon roolina oli toimia apuna näiden rajanvetojen selkiyttämiseen ja siten erityisherkkyyden parempaan ymmärtämiseen. Diagnoosista keskustelu mahdollisti erityisherkkyydestä keskustelun lääketieteellisessä kontekstissa ja lääketieteellisin termein. Esimerkiksi Laura pohti sitä, miten erityisherkkyyks sekoitettiin hänen mielestään liian helposti esimerkiksi aistilyliherkkyyteen, jota hän piti erityisherkkyyteen liittyvänä, mutta kuitenkin erillisenä ominaisuutena:

Me ollaan keskusteltu paikallistoiminnassa just tästä, että se [erityisherkkyyks käsitteenä] kyllä antaa ehkä tietynlaisen käsityksen ihmiselle, joka ei tiedä siitä

⁵ Adhd viittaa aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriöön (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder) ja oireyhtymään, joka liittyy aivojen tarkkaavuutta ja vireystilaa säätelevien hermoverkkojen häiriintyneeseen kehitykseen. (Lääkärikirja Duodecim 2019)

⁶ Autismikirjon häiriöillä tarkoitetaan lääketieteessä laaja-alaisia kehityksen häiriöitä, jotka voivat ilmetä poikkeavuuksina vuorovaikutuksessa, kommunikaatiossa, käyttäytymisessä tai kiinnostuksen kohteissa (Lääkärikirja Duodecim 2020).

mitään. Olen itse huomannut, että sitä sekoitetaan aistiyliherkkyyteen, joka on sitten oma asiansa.

Riittämättömän tiedon vuoksi rajatyö erityisherkkyyden ja siihen liitettyjen diagnoitoitujen häiriöiden erojen tunnistamiseksi näyttäytyi haastavana. Sofia kuvaa, miten myös erityisheriksi itsensä kokevillakin saattoi olla kyse jostain muusta:

Kyllähän autistitkin havaitsee hyvin paljon, ja hehän analysoi hyvin paljon, mutta itse henkilökohtaisesti ajattelisin, että se ei itsessään ole synonyymi erityisherkkyydelle, se voi olla sekä, että, tai joko tai. Mutta nämä on tällaisia tois-taiseksi vielä hyvin paljon veteen piirrettyjä viivoja.

Sofia kiinnitti huomiota erilaisten sairauksien ja häiriöiden määrittelyn huokoi-siin rajoihin, sillä myös niihin liittyvä tieto on kokemuksellista ja kulttuurisidon-naista (Andell 2020; Irwin & Wynne 1996). Diagnoosit syntyvät yksilöiden ja yhe-teiskunnallisten professioiden välisissä neuvotteluissa siitä, mikä on normaalia ja mikä siitä poikkeavaa (Canguilhem 1966/1991). Diagnoosit myös legitimoivat sair-auksia (Jutel 2009, 281). Länsimaisissa medikalisoituneissa yhteiskunnissa erilaiset ihmisten hyvinvointia ja pahoinvointia koskevat kysymykset paketoidaan yhä use-amin psykiatrisiksi diagnooseiksi (Rose 1996; Brinkmann 2015). Siten erityisher-kkyyden määrittelyssäkään ei voitu välttyä tältä diagnooseihin liittyvältä keskuste-lulta. Peter Conrad (2007) on kuvannut medikalisaatioprosessia ja tuonut esiin, miten potilaiden suhtautuminen diagnoosiin voi olla joko/tai -ilmiö, mutta myös jatkumo hyväksynnästä diagnoosin hylkäämiseen.

Myös terapeutin kulttuuri suuntaa erilaisten normatiivisesta poikkeavana pidet-tyjen ominaisuuksien ja käyttäytymisen diagnoosimiseen (Rose 1996). Muutama haas-tateltava mainitsi mahdollisen diagnoosin välineellisen merkityksen tilanteessa, jossa jonkin hyvinvointia tukevan palvelun saaminen oli kiinni diagnoosin avulla nimetystä oireilusta tai sairaudesta. Diagnoosin ilmiön olemassaoloa kuvaavasta ja todentavasta luonteesta johtuen erityisherkkyydenkin diagnosointi olisi voinut näyttäytyä mielek-käältä tavalta lisätä sen uskottavuutta ja legitimizeettiä, mutta se ei kuitenkaan saanut yhdistystoimijoilta kannatusta. Esimerkiksi Leena ilmaisi kantansa monen muun ta-voin hyvin selvästi: ”Diagnoosi liittyy aina sairauksiin. Tämä ei ole sairaus.”

Monille haastateltaville diagnoosinnin vastustaminen näyttäytyi oman itsemää-rittelyoikeuden ja yksilönvapauden puolustamisena. He kuvasivat kokevansa diag-noosinnin yksilön minuuteen pureutuvana ja siten erityisherkkyyden ilmentämistä rajoittavana tapana suhtautua piirteeseen. Diagnoosit myös siirtävät määrittelyvaltaa lääkäreille ja vahvistavat siten lääketieteen auktoriteettia (Jutel 2009). Ne myös mää-rittelevät kehoja normatiivisiksi tai siitä poikkeaviksi (ks. Cregan 2006). Kielteinen suhtautuminen diagnoosiin voi toimia yhtenä rajanvetona suhteessa lääke-

tieteelliseen tietoon ja tutkimukseen. Toisaalta lääketieteen auktoriteettiin tukeutuminen voi näyttäytyä houkuttelevana tapana lisätä erityisherkkyyden uskottavuutta, toisaalta diagnostiikkaa ei pidetty soveltuvana metodina uskottavuuden saavuttamiseen. Moni toi esiin diagnosoinnin merkityksen ymmärrettävänä ja selkeänä rajave-tona ryhmään kuuluvien ja kuulumattomien välille, mutta piti erityisherkkyyden kohdalla diagnoosia vääränä tapana erottautumiseen. Diagnoseilla on todettu olevan ambivalentti rooli, toisaalta niiden on osoitettu tarjoavan ihmisille mahdollisuuden avun saamiseen, toisaalta ne voivat tuottaa uudenlaista ”potilaan identiteettiä” ja siten myös rajoittaa käsitystä itsestä ja omasta toimijuudesta (Johnstone & Boyle 2018; Kvaale ym. 2013). Erytyisherkkyyden identiteetin kuvaamiseen sairauksiin liittyvä diagnosointi ei näyttänyt istuvan.

Svend Brinkmannin (2016, 2) mukaan diagnosoinnista on tullut keskeinen osa kulttuuria ja ihmisten itseymmärrystä ja tapaa tulkita ihmiselämän kärsimyksiä. Diagnoosin hakeminen on monien kiisteltyjen sairauksien kohdalla tärkeä osa sairauden tunnustamista (Brown ym. 2014). Moni haastateltava toi esiin, miten diagnosoitin puutteen ja erityisherkkyyden itsemäärittelyn nähtiin lisäävän vääriä tulkin-toja erityisherkkyyden olemuksesta ja erityisherkkyyden ymmärtämistä jonkinlaisena muoti-ilmiönä:

Se mikä minua kiukuttaa on se, että kun tuntuu siltä, että se [erityisherkkyyks] on jonkinlainen muotitermi ollut, jossain vaiheessa. Joka ikinen taiteilija on erityisherkkä ja joka ikinen kirjailija, joka ikinen julkimo tai julkisuuteen haluava mainitsee, että kun he on erityisherkkiä. Olen että ei, koska se vie sitä uskottavuutta pois, siitä tulee banaalia, jos kaikki on erityisherkkiä, niin kukaan ei ole erityisherkkä.

Sofia totesikin, että diagnosoitin puute ja itsemäärittely saattoivat viedä ilmiön uskottavuutta. Terveys sosiologisessa tutkimuksessa on tuotu esiin, miten diagnosoitin ja ilmiön uskottavuuden ja tunnustuksen saamisen välillä on todettu olevan jännitteinen suhde: tunnustuksen saaminen voi olla kiinni diagnosoista ja ilman sitä terveydentilaan liittyvä kärsimys voi jäädä vaille huomiota ja sitä voidaan pitää teeskentelynä (Dumit 2006, 578). Haastateltavat pitivät erottautumista tukevaa tietoa tärkeänä, mutta sitä ei haluttu kiinnittää sairauksiin liittyvään käsitteistöön ja diagnostiikkaan. Tämä loi lisähaastetta erityisherkkyyden uskottavuuden lisäämiselle, ja lääketieteellisen diagnostisen todentamisen puuttuessa erityisherkkyydestä pelättiin piirtyvän ilmiö, joka väärin tulkittuna näyttäytyisi jopa tieteelliselle ajattelulle täysin vastakkaisena, ”huuhaana”, kuten esimerkiksi Terhi toi esiin:

Kun aloitin tämän [yhdistystoiminta], niin kyllä ihmiset oli vähän ihmeissään, että ”ai onko se vähän semmoista jotain sellaista foliohattumeininkiä, että vähän huuhaata tämmöinen erityisherkkyyks”.

Terhi kuvasi erityisherkkyyden uskottavuuden liittyvän siihen, että se voitaisiin pitää erillään epäuskottavina pidetyistä ilmiöistä. Esimerkiksi uushenkisyyttä tai vaihtoehtoisia hoitoja ja terapeuttisia käytäntöjä on leimattu epäuskottaviksi ja ei-rationaalisiksi (Hiemäe & Utriainen 2021; Salmenniemi 2021; Sointu 2011). Myös moni muu haastateltava sanoi pitävänsä tärkeänä erityisherkkyyden pitämistä erillään tällaisista ei-rationaalisina pidetyistä ilmiöistä.

Nikolas Rose ja Joelle M. Abi-Rached (2013) ovat kuvanneet, miten neurotieteestä on tullut keskeinen osa persoonallisuuden tarkastelua. Siten keskustelu neurotieteen asemasta erityisherkkyyden määrittelyssä nousee keskeiseksi osaksi lääketieteen ja muun tieteellisen tiedon rajatyötä. Esimerkiksi Laura pohdiskeli lääketieteen mahdollisuutta erityisherkkyyden todentamiseen uskottavana ilmiönä puhumalla erityisherkkyyden biologiasta, sen yhteydestä ihmisen hermojärjestelmään ja aivojen toimintaan. Laura etsi erityisherkkyyden todentamiseen vastauksia neurotieteellisestä tutkimuksesta, ja lääketieteellisen diagnosoinnin sijasta uskottavan ja käyttökelpoisen tiedon löytymisestä monitieteisestä, biomedikaalista tietoa ja psykotietoa yhdistävästä tutkimuksen alasta. Laura kiinnitti toiveensa erityisherkkyyden todentamisesta aivokuvantamisen tuomiin mahdollisuuksiin osoittaa erityisherkkyyden olemassaolo.

Mitä erityisherkkyyks on, se on sitä, autonomisen hermostojärjestelmän reaktiivisuutta. Ero on siinä, että aivot ottaa vastaan sen tiedon mitä se saa niin eri tavalla. Aivotkin toimii eri tavalla, että vastaanottaa voimakkaammin sitä tietoa, mitä tulee.

Haastateltavat arvioivat nykyteknologian mahdollistavan erityisherkkyyden todentamisen aivokuvantamisen avulla. Teknologian liittäminen keskusteluun voi vahvistaa ajatusta ilmiön todentamisesta erityisesti yksilötasolla. Laura arvioi, että aivokuvantaminen voisi olla tapa todentaa erityisherkkyyks erityisesti positiivisena ominaisuutena haavoittuvuuden sijaan:

Olen lukenut paljon tutkimuksia esimerkiksi mitä on tehty, millä tavalla se näkyy aivoissa esimerkiksi tietyt asiat, että ollaan tehty tutkimuksia esimerkiksi, miten empatia näkyy erityisherkan ja ei-erityisherkan aivoissa. Ne on ainakin tuonut lisävahvistusta siihen, että miten se näkyy ja että se on ensinnäkin totta. Sellaiset on ehkä tuonut lisätietoa siitä, että se ei oo mikään ongelma. Siitä on paljon myös tämä tutkija Aronkin puhunut, että miten se on jäänyt ihmisille, koska se on ollut hyödyllinen.

Lauran mukaan neurotieteellisen tutkimuksen avulla voisi olla mahdollista todentaa erityisherkkyyttä erityisesti hyödynnettävänä ominaisuutena, ja siten sen pohjalta saatavaa tietoa voisi olla mahdollista hyödyntää myös tunnustuksen saamiseksi

erityisherkkyyden identiteetille. Neurotieteellinen tieto on mahdollista sitoa osaksi keskustelua identiteetin tunnustuksen saamiseksi uskottavaksi arvioituna tietona, koska se voi tuoda esiin ja perustella erityisherkkyyden eroa sairauksiin ja diagno-soitaviin häiriöihin. Siten keskustelu erityisherkkyyden neurologiasta voi myös hor-juttaa perinteistä lääketieteen ja biomedikaalisen diagnosoimiseen perustuvan tiedon auktoriteettia erityisherkkyyden ja muiden terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien il-miöiden uskottavuuden portinvartijana.

6.2.2 Taksonomioita ja testejä

Toinen keskeinen tiedon uskottavuuden arvioinnin rajatyön muoto liittyy psykolo-gisen tutkimuksen asemaan ja tutkimustiedon riittävyteen ja neuvotteluun amma-tillisen ja populaaripsykologisen tiedon välillä. Moni haastateltava luotti psykotie-teiden todistusvoimaan paitsi erityisherkkyyden olemassaolon todentamisessa, myös erityisherkkyyden erottamisessa muista persoonallisuuden piirteistä tai diagnosti-sista häiriöistä, omaksi itsenäiseksi ilmiökseen. Siten erityisherkkyyteen liittyvä psy-kologinen tutkimustieto oli monen keskustelukumppanini mielestä tärkeä todistusai-neisto erityisherkkyyden uskottavuuden todentamiseksi. Terapeuttisessa kulttuurissa erilainen psykotieteellinen sanasto siirtyy nopeasti tieteestä populaariin keskuste-luun (Nehring ym. 2020; Rose 1990; 1998), ja haastateltavat pitivät tätä hyödyllisenä erityisherkkyyden uskottavuuden todentamisessa.

Esimerkiksi Tarja piti erityisherkkyyden saamaa huomiota hyvänä asiana, mutta siihen liittyvän psykotiedon nopeaa siirtymistä arkikieleen myös erityisherkkyyden uskottavuutta haastavana. Tarja oli kiinnittänyt huomiota erityisesti mediassa nope-asti levinneeseen erityisherkkyyttä koskevaan tietoon, joka perustui hänen mukaansa osittain väärille tulkinnoille ja liian suoraviivaisille johtopäätöksille vielä suhteelli-sen vähäisestä tutkimustiedosta, jota ei oltu todennettu suomalaisessa, vaan pääasi-assa amerikkalaisessa väestössä. Tarjan mukaan oli vaarana, että tiedon murusiin tartuttaisiin liian hanakasti, ja niillä suljettaisiin erityisherkkyyden ymmärrystä jo-honkin epäolennaiseen: ”lehdissä alettiin kirjoittaa tästä erityisherkkyydestä ja sanottiin semmoisia väittämiä, jotka psykologiaan perehtynyt henkilö tajuaa heti, että ne ei pidä [paikkaansa], että ei noin voi sanoa.” Tarja arvioi tieteellisen tiedon sovel-tuvuutta suhteessa siihen kontekstiin, jossa se oli tuotettu. Hän kiinnitti myös huo-miota siihen, miten tietoa käytettiin eri tavoin erilaisissa viestintäkanavissa, toisaalta julkisessa mediassa, toisaalta yhdistystoiminnassa.

Tarjalle käsitteen huolellinen ja tieteellisyyteen pohjautuva määrittely oli kes-keinen syy lähteä mukaan yhdistystoimintaan. Hän halusi varmistaa, että käsitettä käytettäisiin erityisesti psykologian alan tutkimukseen nojautuen, jotta siihen liitet-täisiin mahdollisimman vähän vääriä tulkintoja. Samalla hän korosti, että käsite oli vielä irrallinen muusta herkkyyteen liittyvästä persoonallisuuspsykologisesta

tutkimusperinteestä, eikä sitä pidetty virallisena käsitteenä psykologiatieteessä: ”persoonallisuuden tutkimuksen näkökulmasta se on ihan mielivaltainen käsite.” Tarja kertoi pitävänsä tärkeänä, että yhdistyksen toiminta kiinnittyi juuri Aronin tulkintaan herkkyydestä, ja että erityisherkkyyks oli käsitteenä vastine Aronin *high sensitivity* -käsitteelle, vaikka suomenkielinen sana ei sitä täysin ilmiänsultaan vastannutkaan.

Psykotieteellinen tutkimustieto, erityisesti Aronin tutkimukset olivat monelle haastateltavalle kulmakivi ilmiön ymmärtämiseen. Aronin tutkimusten esille tuomista ja tulkintaa toivottiin kuitenkin lisää erityisesti suomalaisen yhteiskunnan näkökulmasta. Esimerkiksi Katariina pohti erityisherkkyyden kiistanalaisuuden liittyvän siihen, että erityisherkkyyteen liittyviä luokitteluja, käsittekokonaisuuksia ja niiden merkitystä ei oltu vielä riittävästi avattu. Yksi tällainen oli Katariinan mukaan Aronin erityisherkkyyttä kuvaava DOES-malli (suomennettu EVÄS-malliksi, kts. mallin kuvaus luku 2.1), jota moni piti tärkeänä kivijalkana erityisherkkyyden määrittelyssä ja sen esiin tuomisessa helposti lähestyttävällä tavalla.

Semmoista realistista kertomista siitä, että mistä siinä on kysymys. Avata se EVÄS ihan fysiologisesti, että mitä se tarkoittaa. Se olisi minun mielestä järkevin, koska ihmiset, jotka perustaa omat ajatuksensa johonkin faktaan, niin heille olisi sitten kerrottu se, avattu se, että mistä siinä on kysymys. Että se ei ole mikään kuviteltu juttu, että jos oikeasti on HSP-ihmisestä kysymys, siinä erottuisi jyvät akanoista.

Vaikka Katariinakin toivoi mallin avaamista vielä paremmin, se piti hänen ja moneen muunkin haastateltavan mielestä sisällään kaiken olennaisimman tiedon erityisherkkyydestä tiiviissä ja yksinkertaisessa muodossa. Erilaiset luokittelut eli taksonomiat, mallintamiset tai käytännön toimintaa ohjaavat listat ovat terapeuttisessa kulttuurissa suosittuja tapoja tarjota tietoa suodatetussa ja helposti lähestyttävässä muodossa (Woodstock 2005). Ne voivat toimia rajatyön välineinä ja rajaobjekteina siirtämässä ilmiötä koskevaa tietoa uskottavaksi ja identiteetin tunnustuksen hakemiseen soveltuvaksi. Toisin kuin suomenkielistä erityisherkkyyks-käsitettä, moni haastateltava piti DOES-mallin suomennosta EVÄS-malliksi onnistuneena, ja mallia hyödynnettiin monissa yhdistyksen materiaaleissa, kuten esitteissä ja luentojen aiheeseen johdattelevana perustietona erityisherkkyydestä. Malli voi toimia sanastona, jolla on mahdollista samaan aikaan kuvailla sekä haavoittuvuuksia että potentiaaleja.

Terapeuttisen kulttuurin tieto on Illouzin (2008) mukaan soviteltavissa taksonomioiden lisäksi persoonallisuuden määrittelyyn liittyvien, tutkimukseen pohjautuvien mutta helposti popularisoitavien testien muotoon. Esimerkiksi Antti halusi näyttää minulle tekemänsä Aronin erityisherkkyyden testaamiseen laatiman itsearviointitestin (*HSPScale*) tulokset. Kävimme testin yhdessä kohta kohdalta läpi, ja Antti tulkitsi testistä saamansa pistemäärän avulla oman erityisherkkyytensä

voimakkuutta. Testitulokset vahvistivat Antin kokemuksen oikeaksi, ja määritteli hänet erityisherkkäksi. Testi voi toimia erityisherkkyyden todisteena, ja osa kertoi tehneensä testin varoiksi jopa useampaan kertaan. Testi oli esillä yhdistyksen nettisivuilla, ja se oli monelle tuttu myös erilaisista medioista. Esimerkiksi Katariina kertoo, miten oli saanut ystävältään vinkin testin tekemiseen, ja miten se varmisti hänelle erityisherkkyyden selitysvoiman:

Teepä tämä testi, ja sitten kun tein sen testin, niin sain, oliko se kaksikymmentäyksi kahdestakymmenestäkahdesta, niin ei ollut epäilystäkään etteikö, ei tarvinnut alkaa miettimään, että ollako vai eikä olla.

Haastateltavat kertoivat suhtautuvansa erityisherkkyyden tunnistamiseen tarkoitettuihin psykologisiin testeihin myönteisesti, ja niiden nähtiin toimivan erityisesti itseymmärryksen tukena. Robert Kaplanin ja Dennis Sacuzzon mukaan (2018, 6) testaaminen on tekniikka, jolla yksilön käyttäytymistä voidaan tarkastella mitattavassa, kvantifioitussa muodossa. Psykologiset testit ovat suosittuja, ja niitä käytetään yhä enemmän ihmisten erilaisissa elämänvaiheissa ja erilaisiin tarkoituksiin. Niistä haetaan ymmärrystä ja selitystä ihmisten toiminnalle (Liinamo & Peteri 2021; Rose 1998). Ammatilliseen tarkoitukseen käytetyt psykologiset testit ovat apuvälineitä niin työntekijöiden rekrytoinnissa kuin mielenterveyden haasteiden tunnistamisessa (Kuuskorpi 2012; Liinamo & Peteri 2021). Testit voivat toimia taksonomien tavoin rajaobjektina todentamaan erityisherkkyyttä ja lisäämässä erityisherkkyyden uskottavuutta ja siirtämässä sitä huuhaana pidetystä ilmiöstä kohti tunnistettavaa identiteettikuvausta. Erityisherkkyyden todentamiseksi laaditut psykologiset testit näyttävät monille lääketieteellistä diagnoosia ”pehmeämpinä” tapoina todentaa erityisherkkyyttä ja helpottaa samaistumista.

Psykologisten tutkimusten pohjalta kehitetyt testit voivat näyttäytyä käyttökelpoisina rajatun väliseinän eriytyksen legitimoimiseen hyödynnettävän uskottavan tiedon arvioinnissa. Toisaalta testien tutkimukselliset lähtökohdat validoituina mittareina voivat lisätä niiden arvostusta luotettavina ja erityisherkkyyden ja muiden terveyden ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden uskottavuutta vahvistavina todisteina. Toisaalta moni toi esiin, miten testien luonne oli toimia vain suuntaa antavina ja osittain popularisoituina tapoina arvioida yksilön mahdollista erityisherkkyyttä. Keskustelimme eräässä haastattelussa testien merkityksestä ja niiden veto-voimasta itsetuntemuksen lisääjinä. Haastateltava pohti testien ristiriitaisuutta:

Kun menee psykologian puolelle niin niitä muita [psykologisia testejä] olen minäkin tehnyt ja vastailut ja suositellut niitä, ymmärtänyt että sitä varten on, että niitä toivotaan. Mutta en ole kauhean syvällä tuossa keskustelussa, se on sitä ylivaltaa ja ymmärrän sen, että erityisherkkyyden statukselle olisi tarvetta.

Suhtautuminen testaamiseen voi olla ambivalenttia, ja testit voivat palvella toisaalta tarpeellisina ryhmän tunnustuksen saamisen ja statuksen nostamisen välineinä, mutta myös yhteiskunnallisiin valtarakenteisiin liittyvinä (ks. Rose 1996). Testit voivat toimia erityisherkkyyden uskottavuutta lisäävinä ja erityisherkkyyden statusta nostattavina. Esimerkiksi Sofia pohti testien toimivan itsearviointin tukena ja näki testien mahdollisuuden vahvistaa erityisherkkyyden rajoja ja siten toimia ryhmään kuulumisen tunnistautumisen välineenä. Sofialle se näyttäytyi hyvänä asiana, ja erityisherkkyyden identiteettiä vahvistavana. Testituloksen perusteella erityisherkkäksi osoittautumisella oli Sofialle voimaannuttava merkitys. Silti Sofiakkin suhtautui myös kriittisesti testeihin ja korosti, miten erityisherkkyyden tunnistaminen testien avulla pohjautui viime kädessä yksilön omaan kokemukseen, ja voimaannuttavasta vaikutuksestaan huolimatta testin tulkinta saattoi johtaa jopa vääriin arviointeihin:

Musta tuntuu, että jos olet erityisherkkä, ja toki sekin on spektri, ei sellainen joko tai juttu, niin sinulla on varmaan intuitiivinen fiilis, että oletko vai etkö ole, että millä tavoin, missä määrin. Ne [testit] on minun mielestäni enemmän tällaisia kohtuu leikkimielisiä apuneuvoja siihen, että jos sinulla on semmoinen fiilis. Koska jokainenhan lopulta itse päättää sen, ja jokainen itse sanoo, että onko hän, eikä siihen kukaan oikeastaan voi sanoo sitten mitään muuta. Se on ehkä hyvä väline, jolla tavallaan huomaa, että okei, kyllä nämä resonoi, että kyllä tässä on niin paljon minua, että selkeästi jokin juttu tässä nyt on minua. Riippuu tietysti, miten ne kyselyt on tehty, kuinka hyvin, mutta musta tuntuu, että siellä voi tapahtua misdiagnosointia, ihminen tavallaan itse kategorioi itsensä erityisherkkäksi, vaikka se ei sitten kuitenkaan välttämättä liity juuri erityisherkkyyteen.

Testit näyttäytyivät Sofialle ikään kuin tieteellisen ja populaarin tiedon rajapinnalla keikkuvina itseymmärryksen ja itsekategorisoinnin välineinä, toisaalta leikkimielisinä apuneuvoina, toisaalta tieteellisessä kontekstissa validoituina uskottavina mittareina. Testien ambivalentti rooli toi esiin objektiivisen tieteellisen todentamisen ja subjektiivisen kokemuksellisuuden välisiä jännitteitä. Testien puhuttelevuus ja omaa minuutta selittävä ymmärrys näyttäytyivät monille haastateltaville erityisesti voimaannuttavina elementteinä ja tapoina määritellä erityisherkkyyttä. Testit toimivat erityisherkkyyteen liitettäviä kokemuksia mittaavina ja todentavina välineinä, joilla voidaan piirtää rajaa omien kokemusten ja muiden kokemusmaailman välille. Ne mahdollistavat siten aivokuvien vielä puuttuessa konkreettisen todisteen siitä, miten erityisherkkyyys merkitsee eroa muihin. Ne kiinnittävät erityisherkkyyden määrittelyä paitsi tieteelliseen tutkimuspohjaan, myös kokemuksellisuuteen pohjautuvaan itsearviointiin ja voivat toimia siten terapeutin kulttuurin tarjoamina joustavina ja monia tulkintoja mahdollistavina välineinä ilmiön uskottavuuden arviointiin (ks. Illouz 2008; Madsen 2015). Yhteenvedon voi todeta, että helposti

lähestyttävä psykodiskurssi ja uskottavan tiedon rajaobjekteina toimivat taksonomiat ja testit voivat vahvistaa psykotiedon roolia terveyteen ja hyvinvointiin liittyvän ilmiön uskottavuuden todentamisessa ja identiteetin tunnustamisessa.

6.2.3 Kokemustiedon hierarkiat

Keskeinen tapa arvioida erityisherkkyyden uskottavuuden todentamiseen hyödynnettävää tietoa ilmenee myös rajatyönä kokemustiedon muodoista ja roolista ilmiön määrittelyssä ja tunnustuksen saamisessa. Palaan luvussa 4 esiin tuomaani Heljän tarinaan. Heljä oli osallistunut ryhmätoimintaan, jonka tarkoituksena oli ollut saavuttaa jokin omaan elämään liittyvä tavoite. Ryhmään osallistumisen tavoitteena oli tarjota uusia taitoja tunteiden käsittelyyn tai välineitä sosiaalisissa verkostoissa tai työelämän epävarmoissa tilanteissa selviämiseksi. Tällaisten psykotietoa soveltavien käytäntöjen hyödyntäminen on keskeinen osa terapeutista kulttuuria (Illouz 2008, 220). Heljä kuvasi kokemustaan hyväksi, mutta hänen itselleen asettamansa tavoite oli lopulta jäänyt saavuttamatta. Heljä koki erityisherkkyyden vahvasti omaa elämäänsä haastavana asiana, eikä sen kääntäminen positiivisia kokemuksia tuottavaksi asiaksi ollut hänen mielestään hänelle henkilökohtaisesti mahdollista. Heljä koki olevansa edelleen uupunut, ja hän kertoi kokevansa jatkuvasti haasteita sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa (kts. luku 4). Heljä kertoi, että esimerkiksi perheenjäsenten hyvinvointi tai yksinäisyyden kokemukset vaikuttivat hänen jaksamiseensa, ja miten tilanteeseen oli vaikeaa vaikuttaa itseään tsemppaamalla. Heljän kertomus nostaa esiin niitä tilanteisia ja sosiaalisia tekijöitä, joihin hän ei kokenut voivansa terapautisen itsen työstämisen käytännöillä vaikuttaa.

Heljän kokemus erityisherkkyydestä ainoastaan negatiivisia kokemuksia tuottavana identiteettinä ei helposti sovi hegemoniseen terapeutiseen diskurssiin. Erilaisilla kokemuksilla ei välttämättä myöskään ole samanlainen asema kokemustiedon lähteenä esimerkiksi sosiaali- ja terveystalveissa (Meriluoto 2018). Kokemustiedon hyödyntäminen voi näyttäytyä identiteetin uskottavuuden argumentointia monipuolistavana, mutta jännitteisenä tunnustuksen muotona. Monissa kokemustietoa tarkastelevissa tutkimuksissa on tuotu esiin kokemustiedon jännitteinen ja jopa ennakkoluuloja lisäävä rooli (Blume 2017; Jones 2018; Jones, Jallinoja & Pietilä 2021). Esimerkiksi Taina Meriluoto (2018, 108) on järjestöjen kokemusasiatuntijuutta koskevassa tutkimuksessaan tuonut esiin, miten kokemusasiatuntijuuden rakentamisessa kaikkien kokemustieto ei ole samanarvoista. Kokemusasiatuntijuus näytättyy yhdistystoiminnassa monimuotoisena tietoaikseksena, jonka erilaiset elementit riippuvat siitä, missä yhteydessä, miten ja mihin tarkoitukseen sitä hyödynnetään. Tietoa voidaan hallita suodattamalla kokemustietoa yhteiseen tietoisuuteen sopivaksi, jolloin osa kokemuksista voi suodattua yhteiseen kuvaan huonosti asettavana kollektiivisen kertomuksen ulkopuolelle (Blume 2017; Meriluoto 2018). Omaa

minuutta ja elämäntarinaa on siten mahdollista käyttää kokemusasiantuntijuutena tietyin ehdoin. Positiivisen ajattelun eetos voi korostaa ajattelun merkitystä yksilöllisten haasteiden kääntämisessä vahvuudeksi ja terapeutin kulttuuri voi nostaa esiin erilaisia itseapukäytäntöjä ajattelutapojen muuttamiseksi (Tiainen-Quadir & Salmenniemi 2017; Woodstock 2005). Siten terapeutin kokemustieto on kokemusten ajattelua positiivisesti, ja niiden kertomista tietyllä tavalla, terapeutin minä-narratiiveina (ks. Illouz 2008, Meriluoto 2018).

Kokemustietoa voidaan tarkastella suhteessa muuhun tietoon ja siihen vuorovaikutukselliseen ympäristöön, jossa tietoa tuotetaan (Jones ym. 2021; Munn-Giddins & Borkman 2017). Erityisherkkien yhdistystoiminnassa rajatyö ilmenee eri kokemustiedon muotojen välillä, erityisesti rajatyönä sanallistetun ja kokemusasiantuntijakoulutuksen kautta esille tuotavan kokemustiedon suhteesta muuhun kokemustietoon, kuten Heljän esille tuomiin negatiivisiin kokemuksiin tai kehollisen tiedon rooliin ilmiön uskottavuuden todentamisessa. Meriluoto (2018, 110) on tuonut esiin, miten kokemusasiantuntijuutta hierarkkisoidaan kouluttamalla kokemusasiantuntijoita, joiden yksilölliset tarinat sopivat edustamaan ryhmää, ja joiden kokemuksista voi muodostua normatiivisia tapoja edustaa sitä. Koulutus voi toimia siten rajaobjektina, jonka suorittaminen ikään kuin siirtää kokemuksia uskottavaksi tiedoksi.

Kenttätyöni aikana järjestettiin ensimmäiset erityisherkkien ohjaaja- ja kokemusasiantuntijakoulutukset. Koulutuksissa hyödynnettiin ja koulutettiin soveltamaan erityisesti psykotietoon pohjautuvia terapeutteja ja ratkaisukeskeisiä menetelmiä sekä ikään kuin ”paketoitiin” terapeutteja kertomuksia eleyistä kokemuksista yhdistystoiminnassa hyödynnettävään muotoon (vrt. luku 4). Koulutusmateriaaleissa kerrotaan esimerkiksi, miten koulutusten tavoitteena oli prosessoida ja jäsentää kokemustietoa niin, että kokemusasiantuntijat ”osaavat kääntää kokemukset voimavaroiksi ja tuoda toivoa kuulijoille”. Tarinoiden kirjoittamisessa hyödynnettiin psykoterapeuttista narratiivista menetelmää oman elämäntarinan jäsentämiseen ja siten myös kokemustietoon pohjautuvat tarinat voivat noudattaa terapeutin minä-narratiivin muotoa.

Kokemusasiantuntijuus on keino hallita kokemustietoa ja yhdistää kokemuksia uskottavaksi tiedoksi yhdistystoiminnan tarpeisiin (Rabeharisoa & Callon 2004). Yhdistystoiminnan kontekstissa tuotetun kokemustiedon kokoamisessa pidettiin tärkeänä, että taustalta löytyy myös tieteellisesti tutkittua tietoa (HSP Suomi ry, koulutusmateriaalit). Kokemusten kietominen yhteen tieteellisen tiedon ja standardoidun kokemusasiantuntijakoulutuksen kanssa näyttää keinoon hallita kokemustietoa ja siten varmistaa erityisherkkyyden uskottavuutta. Tieteellisen diskurssin korostaminen paketoitiin kokemustietoa tieteellisempään formaattiin, sillä kokemusasiantuntijoiden koulutukseen kuului myös erityisherkkyyden tutkimukseen tutustumista ja kokemusten tarinallistamista tieteellinen tausta huomioiden. Kokemustieto ja tieteellinen tieto asettuvat siten osittain jännitteeseen ja osittain toisiaan täydentävään asetelmaan erityisherkkyyden uskottavuutta arvioitaessa. Kokemusasiantuntijuus on tietämisen muoto, joka on

kokemuksista kertomisen suodattamista ja tiedon välittämistä julkisiin keskusteluihin ja erilaisiin instituutioihin ryhmän yhteisesti legitimoimalla tavalla (Blume 2017; Jones ym. 2021; Meriluoto 2018; Meyer 2010; Setälä & Väliverronen 2014). Koke-
mustiedon esille tuominen koulutuksen kautta jäsennellynä tarinana ja CV:n muodossa näyttäytyvät mahdollisuutena lisätä erityisherkkyyden uskottavuutta.

Toinen kokemustiedon muotoa koskeva rajatyö liittyy kehollisen tiedon ja sanal-
lisesti tuotetun ja artikuloidun kokemustiedon suhteeseen. Yhdistystoiminnassa hyö-
dynnettiin monia kehollisia tai taiteeseen pohjautuvia menetelmiä, kuten tanssihar-
joitteita, erityisherkkyyteen liitettyjen kokemusten esille tuomiseen ja niiden käsit-
telyyn. Osallistuin kenttätyön aikana harjoitteisiin ja kirjoitin niiden tunnelmista
kenttäpäiväkirjaan:

Pääsin tänään osallistumaan keholliseen tapaan tuottaa tietoa erityisherkkyy-
destä tanssillisen harjoituksen muodossa. Harjoitteen tavoitteena oli oman kehon
kuunteleminen; sen tuntemusten havainnointi, tiedostaminen ja toiminta niiden
pohjalta. Tanssin kerrottiin luovan mahdollisuuden päästä kiinni kehon tunte-
muksiin, ja niiden avulla vahvistaa itsetuntoa, kasvattaa tietoisuutta ja löytää
omia rajoja ja tasapainottaa ympäristön ärsykkeiden aiheuttamaan yliviritty-
mistä. Tanssin kerrottiin myös helpottavan erilaisia stressiperäisiä psykosomaat-
tisia oireita, kuten päänsärkyä tai vatsaoireita. Rauhallinen instrumentaalimu-
siikki alkoi soida, ja musiikin tahdissa jokainen sai liikkua omaan tahtiinsa,
omalla haluamallaan tavalla. Tila täyttyi liikkuvista kehoista, suljin silmät ja an-
noin musiikin kuljettaa. Harjoitteen jälkeen palasimme paikoillemme, ja osallis-
tijat keskustelivat harjoituksesta liikkumisen ja musiikin kokemisesta. Harjoi-
tuksesta pidettiin, ja moni kertoi, miten hyvältä tuntui liikkua musiikin tahdissa.
Osallistujat kertoivat, miten liikkeen avulla oli mahdollista vähentää alkaneen
syksyn tuomaa alakuloa ja haikeutta. Tunnelma tuntui iloiselta ja vapautuneelta.
Sain myös itse purettua omaa kehossani olevaa jännitystä ja venyteltyä kireää
niskaani. Koko päivän vireystasoni on tuntunut alhaiselta, olen todella väsynyt,
joten joudun todella pinnistelemään, että pysyn jopa hereillä ja jaksan seurata,
vaikka asia onkin mielenkiintoista. Havainnointi vaatii jatkuvaa aktiivisuutta ja
huomion kohdistamista. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Taiteelliset menetelmät laajentavat tietämisen muotoja kehon ja aistien kautta
tietämiseen, *keholliseen kokemustietoon (embodied experience)*, joka korostaa ke-
hon keskeistä merkitystä henkilökohtaisessa ja sosiaalisessa elämässä (Synnott
1997). Kehollisista ja taidepainotteisista menetelmistä on tullut tärkeä tapa toteuttaa
erilaisia terapeuttisia interventioita ja monipuolistaa sosiaali- ja terveyspalvelujen
toimintamuotoja (Sosiaali- ja terveysministeriö 2019:34). Taiteeseen perustuvat me-
netelmät voivat olla erilaisia taidepainotteisia interventioita, joissa hyödynnetään

esimerkiksi esteettisyyttä, mielikuvitusta, aistien aktivoimista, tunteiden kuvauksia tai kognitiivista stimulaatiota. Niihin voi liittyä myös sosiaalista vuorovaikutusta tai fyysistä liikettä. (Ks. Fancourt & Finn 2019.)

Keholliset ja taidelähtöiset menetelmät näyttävät yhdistystoiminnassa erityisesti yksilöille suunnattuina omaan itseen, omaan kehoon ja luovuuteen tutustumisen välineinä, kuten yllä oleva ote kenttäpäiväkirjasta osoittaa. Ne ovat tapoja tutustua omaan kehoon ja mieleen ja suodattaa kokemus erityisherkkyyden käsitteen kautta tulkittavaksi. Samalla niihin voi sisältyä terapeutin voimaantumisen eetosta vahvistava vire, yksilöllisen hyvinvoinnin ja positiivisuuden lisäämisen mahdollisuus. Keholliset ja taiteeseen pohjautuvat menetelmät tuntuivat olevan monien kentällä osallistumieni tapahtumien ohjelmassa ikään kuin lisämausteita, keventäviä ohjelmanumeroita tai hetkelliseen palautumiseen tähtäviä, kuten yllä oleva kenttäpäiväkirjaote havainnollistaa. Siten niiden asema erityisherkkyyttä koskevan tiedon rakentamisessa näyttävät epämääräisempänä suhteessa muuhun tietoainekseen. Vaihtoehtoisten, usein kehollisuutta korostavien, terapeuttien menetelmien hyödyntämiseen on liitetty myös ennakkoluuloja, ja niihin on erityisesti lääketieteen piirissä kohdistettu myös julkista kritiikkiä (Hiemäe & Utriainen 2021, 184). Siten tällaisten menetelmien hyödyntäminen ilmiön uskottavuuden todentamiseen voi olla jännitteistä, sillä ne voivat yhdistää erityisherkkyyden ilmiötä tälle jännitteiselle vaihtoehtoisten ja käytäntöjen kentälle.

Kolmas kokemustiedon uskottavuuden arviointiin liittyvä rajatyön muoto liittyi kokemustiedon lähteestä käytävään keskusteluun. Norjan prinsessa Märtha Louise teki kentällä oloni aikana vierailun Suomeen kertomaan erityisherkkyyteen liittyvästä kirjastaan *Herkäksi syntynyt*. Vierailu herätti mielenkiintoa suomalaisessa mediassa ja prinsessaa haastateltiin valtakunnallisissa tv-lähetyksissä, myös viihteellisen keskusteluohjelman vieraana. Märtha Louisen vierailuun liittyi kirjakauppahaastatteluja ja niiden yhteydessä oli mahdollisuus saada omistuskirjoitus kirjaan. Myös yhdistys mainosti viestintäkanavissaan vierailua ja innoitti mukaan kuuntelemaan haastatteluja ja lukemaan kirjan. Itse en päässyt seuraamaan vierailua, mutta kuulin vierailun kirjoittamia keskusteluja monissa osallistumissani tapaamisissa. Moni piti kansainvälisesti tunnetun kuninkaalliseen perheeseen kuuluvan henkilön tunnustautumista erityisherkkäksi mahdollisuutena saada ilmiölle näkyvyyttä myös Suomessa. Moni piti myös suomalaisten julkisuudesta tunnettujen henkilöiden erityisherkkyyteen liittämien kokemusten esiin tuomista hyvänä asiana erityisherkkyyden tunnetuksi tekemisessä. Märtha Louisen haastatteluissaan esiin tuomat uushenkisyyteen liittyvät näkemykset kuitenkin herättivät myös kritiikkiä ja huolta siitä, että ne johdattaisivat erityisherkkyyden ymmärrystä väärään suuntaan.

Julkisuuden henkilöiden erityisherkkyyteen liittyvät tunnustautumiset voivat olla sekä mahdollisuus että riski episteemisen yhteisön tiedon hallinnalle ja ilmiön uskottavuuden lisäämiselle. Gamson (1995, 99–100) on tuonut esiin, miten media

voi tuoda korostuneesti esiin jotain tiettyä puolta identiteetistä, joka ei välttämättä vastaa ryhmän intressejä. Sofian mukaan kaikenlainen aiheen käsittely mediassa oli kuitenkin lopulta hyvästä ja edisti ilmiön näkyväksi tekemistä:

Se, että tästä tuli puheenaihe, ja että tuli näitä lieveilmiöitä mukana, niin, ketä se loppujen lopuksi haittaa. Ei se vahingoita ketään, nämä lieveilmiöt kuuluvat siihen, joku aina tarttuu. Mutta jos ne auttavat sitä keskustelua ja sitä, että tämä pysyy tietoisuudessa, että hei, tällaisiakin ihmisiä on ja en tiedä, onko meitä viidesosa vai mitä mutta, eipä se lopulta hirveen iso negaatio ole.

Haastateltavat kertoivat seuraavansa tarkoin ajankohtaista erityisherkkyyteen liittyvää keskustelua ja tiedon tuottamista mediassa. He olivat lukeneet ensimmäiset erityisherkkyyttä koskevat populaarit julkaisut ja toivoivat niitä lisää. Erilaiset mediassa esillä olleet artikkelit, haastattelut ja keskustelunavaukset olivat erilaisten yhteisten tapaamisten kestopuheenaiheita. Vaikka mediassa esille nostettu kansantaajuistettu tietoaaines oli monen haastateltavan mielestä tärkeässä roolissa erityisherkkyyden tunnettuuden lisäämisessä, ne eivät kuitenkaan saaneet kritiikitöntä kannatusta puolelleen, päinvastoin. Uskottavuutta saattoi haastaa ”naistenlehtimaine”. Media voi näyttäytyä ymmärrystä haastavana, toiseutta tuottavana hegemoniana, jonka antamaa kuvaa ilmiöistä voi olla vaikea tai jopa mahdoton hallita (Taylor & Whittier 1992).

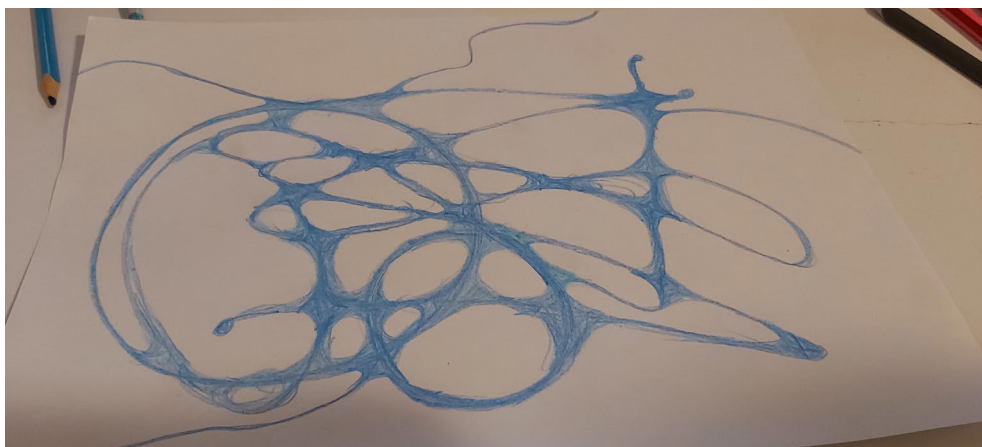
Median lisäksi erilaisten digitaalisten kanavien kautta tavallisten kansalaisten mahdollisuus tuoda esiin omia näkemyksiään ja määrittelyjään erilaisista ilmiöistä on lisääntynyt (Saikkonen 2019; Mäki-Kuutti 2014). Haastateltavat pitivät tätä paitsi mahdollisuutena tiedon levittämiselle, myös haasteena erityisherkkyyden uskottavuuden lisäämiselle. Kuten edellä esitetyt esimerkit osoittavat, median esille tuoma kokemuspohjainen tieto voi näyttäytyä erityisherkkyyteen liittyvän tiedon uskottavuuden näkökulmasta suodattamattomana, hallitsemattomana tietoaineksena. Esimerkiksi monissa keskusteluissa todettiin, että median antamaa kuvaa erityisherkkyydestä oli mahdoton hallita. Myös vaihtoehtoisia hoitoja ja terveyskäytäntöjä tarkastelleissa tutkimuksissa on tuotu esiin, miten median antamaa tietoa on usein koettu epätarkaksi ja vajaaksi, minkä on koettu haastavan käytäntöjen uskottavuutta (Hiemäe & Utriainen 2021, 185; Lewis ym. 2010).

Erytyisherkkyyttä koskevan tietoaineksen uskottavuuden arvioinnissa tehty rajatyö näyttää vahvistavan psykotiedon ja kokemustiedon roolia suhteessa lääketieteelliseen tietoon erityisherkkyyden uskottavuuden todentamiseksi. Silti lääketieteellisellä tietoaineksella on myös keskeinen rooli sen mahdollistaessa erityisherkkyydestä keskustelun samoilla termeillä ja suhteessa erilaisiin diagnosoitaviin sairauksiin. Kokemustiedolla voi olla jännitteinen rooli toisaalta tärkeänä tietoaineksena terveyteen ja hyvinvointiin liittyvän ilmiön todentamisessa ja uskottavuuden lisää-

misessä, toisaalta kaikenlainen ja kaikista lähteistä tulevaa kokemustietoa tulee tarkastella kriittisesti osana ilmiön uskottavuuden todentamista.



Kuva 6. Hankeseminaari Tieteiden talossa.



Kuva 7. Taidetyöpaja.

6.3 Legitimiteetin portinvartijat

Erilaiset psykologiset käsitteet ja terapeuttiset käytännöt leviävät nopeasti yhteiskunnassa ja erityisesti mediassa (Brunila ym. 2021), ja tässä vauhdissa pysyminen näytettyi haastateltaville tärkeänä ilmiöstä liikkuvan tiedon hallitsemiseksi. He kertoivat, miten samaan aikaan erilaiseen tietoainekseen perehtymisen kanssa oli jo yhdistystoiminnan alusta asti suunniteltu ja toteutettu monia tiedon *soveltamiseen* tähtäviä käytännön toimia. Niiden ympärille rakennettiin organisatorisia puitteita ja haettiin taloudellisia resursseja hankehakemuksia valmistelemalla. Moni sanoi haluavansa saada erityisherkkyyttä koskevaa tietoa nopeasti laajemman joukon käyttöön ja erityisesti erityisherkkiksi itsensä kokevien ihmisten tarpeisiin. Kentällä ollessani aistin jopa malttamattomuutta ja kiirettä ottaa nopeasti haltuun tietoisuuteen nousnut käsite ja siihen liittyvä ymmärrys. Vaikka moni piti tieteellisen tiedon keräämistä erityisen tärkeänä, siihen ei kuitenkaan haluttu käyttää liikaa aikaa. Esimerkiksi Pekka kertoi myös huomanneensa, miten asioiden eteneminen vaikutti tuntuvan hitaalta ja aiheuttavan tunnetta siitä, että tunnistamistyö etenee verkkaisesti: ”Ja huomaa että kärsimättömyyden tunne, että miksi ei tapahdu, että edetään hitaasti.”

Järjestötoiminnan tutkimuksessa on tuotu esiin, miten asiantuntijuudella on yhä merkittävämpi rooli ja auktoriteetti myös vapaaehtoistoiminnan auttamistyössä (Lappalainen 2019). Moni haastateltava toivoi erityisherkkyyden ilmiölle lisää uskottavuutta erilaisilla käytännön kokeiluilla, erityisherkkien hyvinvointia parantavilla interventioilla, kuten ryhmätoiminnalla, koulutuksilla tai työpajoilla. Sinnikkäästi tehty työ STEA:lle suunnatun hankehakemuksen eteen oli lopulta tuonut toivotun tuloksen, ja pääsin seuraamaan kenttätöön aikana ensimmäisen yhdistystoiminnan puitteissa toteutetun erityisherkkyyteen liittyvän julkisrahoitteisen hankkeen alkua, etenemistä ja loppuunsaattamista. Hanketoiminnan keskeinen piirre on, että olemassa olevaa tieteellistä tietoa sovelletaan käytännön toimintaan ja mitataan valittujen toimenpiteiden vaikuttavuutta (Hodges & Howieson 2017; Vesterinen 2006). Hankkeistamisen myötä erityisherkkyyttä koskevaan kansainväliseen perustutkimukseen perehtyminen ja sitä soveltava kehittämis- ja auttamistoiminta tapahtuivat ajallisesti yhtä aikaa. Monipuolisella toiminnalla oli haastateltavien mukaan mahdollista lisätä uskottavaa tietoa erityisherkkyydestä ja siten lisätä myös tietoisuutta sen merkityksistä ihmisille. Kokemusasiantuntijuuden lisäksi toimijoiden ammatillinen, erityisesti kasvatukseen ja koulutusalan, sosiaali- ja terveysalan, osaaminen voi nivoutua osaksi toimintaa ja mahdollistaa ammatilliseen asiantuntijuuteen pohjautuvan tiedon hyödyntämisen (Epstein 1995).

Toinen havainnointimatkani yhdistystoiminnan pariin liittyikin hanketoiminnan käynnistämiseen ja sen puitteissa toteutettuun hankeseminaariin. Seminaarin ohjelmassa oli yhdistyksen ja käynnistyneen hankkeen esittelyä sekä psykologian alan asiantuntijaluento. Lisäksi seminaarin aikana kuultiin musiikkiesityksiä ja katsottiin erityisherkkyydestä kertova tanssitaide-esitys. Lisäksi yleisöä osallistettiin keskus-

teluun, ja jokaisella osallistujalla oli mahdollisuus myös pienemmissä ryhmissä keskustella erityisherkkyyteen liittyvistä kokemuksistaan, myös oman ammattinsa näkökulmasta. Moni paikalla olija mainitsi olevansa koulutuksen alalla tai sosiaali- ja terveysalan toimija. Seminaarin ohjelma rakentui elementeistä, jotka toistuivat jatkossa myös monissa muissa seuraamissani tilaisuuksissa, missä käytiin keskusteluja tieteellisestä käsitteistöstä, tuotettiin luento- ja videomateriaalia erityisherkkyydestä ja sen ilmenemisestä esimerkiksi ihmisen elämänkaaren eri vaiheissa ja erilaisissa konteksteissa, kuten kouluissa ja eri alojen työpaikoilla. Moni haastateltava toi esiin, miten yhdistyksen legitimoimalla asiantuntemuksella oli keskeinen rooli, kun erityisherkkyyttä koskevaa tietoa haluttiin välittää laajasti eteenpäin erilaisissa verkostoissa ja erilaisissa yhteiskunnallisissa instituutioissa hyödynnettäväksi. Suomalaisessa asiantuntijuutta ja tieteellistä tietoa arvostavassa poliittisessa kulttuurissa erityisesti asiantuntijoiden ja tutkijoiden argumentteihin viittaaminen on nähty tehokkaana legitimizeettiä vahvistavana keinona julkisissa keskusteluissa (Ylä-Anttila & Luhtakallio 2016).

Tutkimuksissa on tuotu esiin, miten yhdistystoiminta voi tuottaa uutta asiantuntijuutta (Casas-Cortés ym. 2008; Jones ym. 2021), ja sitä voidaan rakentaa moninlaisissa yhdistystoiminnan käytännöissä. Esimerkiksi terapeutin, ratkaisukeskeisen menetelmän haltuun otto oli tärkeä osa vertaisryhmänvetäjien koulutusta, kuvataiteeseen, musiikkiin, tanssiin ja muihin taidemuotoihin pohjautuvat työpajat houkuttelivat ihmisiä mukaan jakamaan kokemuksia ja lisäämään ymmärrystä erityisherkkyyden merkityksistä. Yksilöllisiä terapeutin kokemuksia tarinallistettiin kokemusasiantuntijoiden kerrottaviksi. Myös tutkittuun tietoon perehtyminen, koulutukset ja yhteiset keskustelut olivat pohjana uudelle erityisherkkyyteen liittyvälle asiantuntijuudelle, ja asiantuntijuuden lisääntyminen edusti mahdollisuutta ottaa portinvartijan rooli erityisherkkyyden legitimizeetistä.

Terveysliikkeissä erilaisilla tiedon tuottamisen ja välittämisen keinoilla voidaan pyrkiä lisäämään tietoisuutta terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä ilmiöistä (Brown ym. 2004; Epstein 1995; 1996). Esimerkiksi erilaisissa vapaaehtoisten työryhmissä tuotettiin yhdistyksen käyttöön erilaisia erityisherkkyyttä koskevia esitteitä ja oppaita. Tietoa koostettiin sähköiseen muotoon ja sosiaalisen median kanaviin. Tietoa tallennettiin, videoitiin, tuotettiin podcasteja ja asiantuntijaluentoja. Haastateltavat pitivät tärkeänä tiedon saamista mahdollisimman monen, erityisesti vuorovaikutustyötä tekevän käyttöön ja levitettyä mahdollisimman laajasti erilaisiin instituutioihin ja organisaatioihin, päiväkoteihin, kouluihin, työpaikoille, psykologien ja lääkärin vastaanotoille, ryhmään kuuluvien asiantuntijuutta hyödyntäen. Asiantuntijaorganisaation statuksen avulla voi pyrkiä lisäämään hálventämään myös epäluuloja ja väärin tulkintoja. Yhdistystoiminnan ammattimainen rooli osana suomalaista hyvinvointipalvelujärjestelmää voi vahvistaa uusien terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden legitimoimista.

No kyllä ainakin henkilökohtaisesti itse ajattelisin niin, että jos on yhdistys, joka on perehtynyt tiettyyn asiaan, niin silloin he myös tietävät siitä. Kyllä luottaisin paljon siihen, että joltain tietyltä yhdistykseltä tai järjestöltä tulee se tieto.

Kuten Laura edellä pohtii, luotettavan tiedon merkityksen korostaminen voi vahvistaa erityisherkkyyden käsitteen käytön diskursiivista haltuunottoa ja siten luottamusta siihen, että yhdistyksen on mahdollista toimia erityisherkkyyttä koskevan ”oikean tiedon kotina”, jonka portinvartijoina asiantuntijoilla on tärkeä rooli. Luotettavan tiedon saaminen oli esimerkiksi Annelille merkittävä vastine jäsenmaksun maksamiselle ja ikään kuin portti sisään toimintaan:

Sillä [jäsenmaksu] saa viimeistä tietoa, viimeistä tutkimustietoa ja viime käden tietoa erityisherkkyydestä. Tiedotuskanavat somessa ja jäsenkirjeessä niin sieltä tulee lainausmerkeissä oikea tieto.

Muotoilemalla tulkintoja ilmiöihin liittyvästä tiedosta ja sen hyödynnettävyydestä ryhmän hyvinvoinnin tukemisessa voi ottaa käsitteitä omaan haltuunsa (Alasuutari & Qadir 2014; Alasuutari ym. 2016; Syväterä 2020). Erityisherkkyyteen liittyvä tiedonhallinta yhdistystoiminnassa näyttäytyi yhdistystoimijoille mahdollisuutena tehdä näkyväksi erityisherkkien hyvinvoinnin kannalta tärkeäksi koettuja asioita ryhmän omilla ehdoilla. Brown ym. (2004, 5) kutsuvat vastaavaa tiedon rajatyötä tekeviä terveysliikkeitä hybridimäisiksi liikkeiksi, joiden toiminnassa neuvotellaan tieteellisten käytäntöjen rajoista ja yhdistetään kokemukseen perustuvaa maallikkotietoa ja tieteellistä ja ammatillista asiantuntijatietoa. Asiantuntijuuden haltuunotto avaa mahdollisuuden määritellä sitä, kuka saa tietää, mikä on oikeaa tietoa ja miten sitä käytetään (Salmenniemi 2019, 419). Tunnustuksen hakeminen voi siten näyttäytyä tiedon legitimitietin haltuunottona, mahdollisuutena tuottaa tietoa ja tehdä erityisherkkyyttä näkyväksi.

Esimerkiksi Laura pohti oikean, legitimiin tiedon merkitystä, ja sen välittämistä oikealla tavoin niin, että tietoa voitaisiin tulkita mahdollisimman hyvin erityisherkkien kokemuksista vastaavasti ja erityisherkkyyden legitimitiettiä vahvistaen:

Tässä on ehkä sellainen ongelma, että mikä on oikeata tietoa, ja miten levität sitä. Kun alkaa tulla enemmän tietoa, niin siinä on myös se vaara, että se tieto on jollain tavalla väärää, tai sitä ei tuoda oikealla tavalla esiin. Mihin pitää myös paneutua, että se on oikeanlaista [tietoa] ja annettu oikealla tavalla.

Esa Väliaverron (2021) on tuonut esiin, miten monipuolistunut viestintä luo kanavia uusien asiantuntijuuksien legitimoimiselle, ja asiantuntijapuhe voi rakentua tieteellisen ja käytännöllis-ammatillisen tiedon yhdistämisestä. Perinteinen käsitys

tieteeseen, instituutioihin ja professioihin perustuvasta asiantuntijuudesta on laajentunut jälkimodernissa yhteiskunnassa, ja perinteisten asiantuntijoiden auktoriteettia voidaan yhä rohkeammin myös kyseenalaistaa (Väliveronen 2021). Myös terveystieteitä koskevissa tutkimuksissa on tuotu esiin, miten perinteisten asiantuntijoiden käsityksiä haastamalla kamppaillaan tunnustuksesta ryhmän omilla ehdoilla (Rabeharisoa 2005). Haastateltavat korostivat yhdistystoiminnan olevan avainasemassa oikean tiedon levittämiseen ja uuden asiantuntijuuden rakentamisessa. Toimintaan osallistuvien tietämys erityisherkkyydestä ja ammatillinen asiantuntijuus näyttäytyivät merkittävänä tiedollisina resursseina, joita toiminnassa haluttiin hyödyntää mahdollisimman monipuolisesti ja erilaisissa yhteistyöverkostoissa. Esimerkiksi Terhin mukaan erilaisista ammatillisista taustoista tulevien vapaaehtoisten panos loi myös positiivista henkeä toimintaan:

Se on tosi monipuolinen porukka, se on yksi parhaita puolia tässä, että tapaa tosi erilaisia ihmisiä, jotka haluavat vaan antaa aikaansa ja asiantuntemustaan, se on ilo ollut huomata.

Erilainen tietoon liittyvä toiminta oli monelle yhdistystoimijalle mielekäs tapa olla mukana toiminnassa ja lisäsi myös iloa ja innostusta, kuten Terhikin toi esiin. Esimerkiksi Annelille ja Tarjalle oman ammatillisen tiedon ja osaaminen käyttäminen merkitsivät koko toiminnassa mukana olemisen ydintä ja merkityksellisintä tapaa toimia oman ryhmän hyväksi. Se merkitsi ammattimaista vastuun kantamista toiminnasta, johon myös jäsenistön ja suuren yleisön uskottiin luottavan. Marianne korosti, miten toimintaa olisi tärkeää rakentaa erityisesti jokaisen omien vahvuuksien pohjalta:

Jokainen, joka osaa englantia voi lukea tutkimusartikkelin, mutta silloin helposti lähdetään nostamaan esiin jotakin mikä ei liitykään asioihin, joita se, joka tuntee sen koko tutkimuskentän riittävän hyvin niin osaa sanoa, että toi ei ole oikea tulkita, nyt nostat [esiin] jotakin, mikä ei ole se pääasia. Että siinä mielessä on parempi toimia niillä alueilla, jotka on ihmisten vahvuuksia, eikä niin, että lähdettäisiin tavallaan tekemään tieteellisesti jotakin, mikä ei ainakaan sellaisena tulkintana sitä olekaan.

Asiantuntijuus ei ole sidoksissa vain tieteelliseen kompetenssiin, vaan myös muihin ammatillisiin taitoihin seuloa tietoa ja arvioida sen luotettavuutta (Väliveronen 2021). Marianne viittasi vahvuuksilla ammatilliseen asiantuntemukseen tiedon seulomisessa ja soveltamisessa, josta oli hyötyä erityisherkkien kohtaamisessa ja haavoittuvimmassa asemassa olevien auttamisessa:

Yhdistystoiminnassa liikutaan vähän erilaisten asioiden kanssa, että se ei oo niinkään, että onko meillä tilastollisesti merkitsevä korrelaatio kahden erityisherkkyyden osa-alueen tai kahden eri piirteen välillä vaan että jotenkin tullaan ihmisten kohtaamiseen ja että esimerkiksi, miten jossain käytännön toiminnassa pystytään edistämään osallisuutta.

Sosiaali- ja terveystoiminnassa yhdistystoiminnassa asiantuntijuus merkitsee psykotietoon liittyvän asiantuntijuuden lisäksi myös kasvatuksen ja koulutuksen sekä sosiaali- ja terveystoiminnassa asiantuntijuutta. Organisoituneen toiminnan kiinteä sidos taloudellisiin resursseihin ja kilpailtuun rahoitukseen edellyttää tiedon haltuunottoa ja sen soveltamista erilaisiin kehittämistarpeisiin asiantuntijoiden avulla. Tutkitun tiedon omaksuminen ja erilaisiin ammatillisiin auttamiseen, koulutukseen ja parantamiseen perustuviin tietoihin ja taitoihin liittyvät asiantuntijuudet ovat keskeisiä resursseja ammattimaistuneella yhdistystoiminnan kentällä. (Lappalainen 2019.) Steven Epstein (1995) on esittänyt, että myös tavallisten ihmisten asiantuntijuus voi lisääntyä opettelemalla suosittujen asiantuntijoiden kielen ja omaksumalla heiltä saatua tietoa. Tieteellisten käsitteiden ja metodien opettelu tai tieteellisten artikkelien lukeminen voivat mahdollistaa asiantuntijuuden rakentumisen ja keskusteluihin osallistumisen. Esimerkiksi Anna kertoi, että kokemustiedon lisääntyminen ja sen pohjalta rakentuva asiantuntijuus toi hänelle lisää käytännön työkaluja arkielämän tilanteisiin: ”Pystyt omia kokemuksia ja sitä kautta tullutta tietoa soveltamaan omassa työssä.”

Edellä kuvattujen esimerkkien pohjalta ehdotan, että kokemustiedon hyödyntäminen voi lisätä yksilöiden hyvinvoinnin kokemuksia ja motivoida hyödyntämään niihin pohjautuvaa asiantuntijuutta myös muiden auttamiseen. Terapeuttisen kulttuurin tiedon tuottamisen käytännöt voivat rakentaa psykotieteiden tuottaman tieteellisen tiedon tulkitsemiseen, hyödyntämiseen ja sitä soveltaviin terapeuttisiin koulutus- ja ohjauksikäytäntöihin yksilöllisten voimaantumisprosessien tukena. Siten myös terapeuttiset käytännöt ja erilaiset terapeuttisia menetelmiä soveltavat tekniikat voivat palvella sekä yhteisen toiminnan järjestämisen tapoja että mahdollistaa yksilöiden arkipäiväiseen elämään ulottuvia oman hyvinvoinnin hallinnan käytäntöjä.

Ryhmän edustaminen voi olla tärkeä tapa tuoda esiin myös niiden ääntä, joilla ei ole samanlaisia kielellisiä resursseja tai verkostoja tuoda sitä esiin. Innostusta kuvaava, jopa uskonnollinen retoriikka vahvistaa kuvaa siitä ilosta, jota oman asiantuntijuuden hyödyntäminen voi antaa. Eräässä ryhmänohjaajakoulutuksessa keskusteltiin siitä, miten koulutus voi tarjota mandaatin julistaa erityisherkkyyteen liittyvää ”ilosanomaa”, ja miten sen myötä oli mahdollista profiloitua erityisherkkyyden ”sanasaattajiksi”, kuten Anna sanoo: ”Tärkeätä, että me viedään sanomaa eteenpäin, pidetään luentoja, julistetaan tätä sanomaa ja tietoisuutta asiasta.” Myös Sofia korosti yhdistystoimijoiden tärkeää roolia tietoisuuden lisäämisessä ja ryhmän esiin nostamisessa: ”Soitetaan meidän omaa torvea, rummutetaan omaa rumpua eli toisin

sanoen pidetään meteliä siitä et hei, tällainen homma on olemassa, meillä on myös yhdistystoimintaa.”

Asiantuntijamainen toiminta voi toimia keinona vahvistaa kollektiivisen identiteetin legitimitettä (Rabeharisoa & Callon 2004). Haastateltavat toivoivat erityisherkkyyteen liittyvän tietoisuuden lisääntyvän niin, että sen merkitys uskottavana ilmiönä tulisi tunnustetuksi yhteiskunnallisissa instituutioissa, myös terveydenhuollossa. Identiteetin huomioiminen erilaisissa terveydenhuollon institutionaalisissa konteksteissa voi toimia merkittävänä ihmisten hyvinvointia lisäävänä tekijänä (Armstrong & Bernstein 2008; Bernstein 1997, 543). Moni koki tavoitteeseen olevan erityisherkkyyden osalta kuitenkin vielä pitkä matka. Kenttätyöni aikana kuulinkin vielä monta kertaa luvun alussa esitetyn Annelin kertoman tarinan siitä, miten lääkärin vastaanotolla erityisherkkyydestään maininnut potilas oli saanut lääkäriltä kuulla, että ”ei sellaista erityisherkkyyttä ole olemassakaan”. Esittämäni analyysin pohjalta voi todeta, että herkkyyden politiikka voi olla myös tiedon politiikkaa, terveyteen ja hyvinvointiin liittyvän ilmiön määrittelyä ryhmän sisältä käsin, moninaisen tietoaineksen hyödyntämistä ja siten uskottavana pidetyn tiedon ja asiantuntijuuden rajojen laajentamista.

6.4 Yhteenveto

Erityisherkkyyteen liittyvän tiedon kerääminen, hyödyntäminen ja arviointi ovat keskeinen osa erityisherkkyyden identiteetin rakentamista ja tunnustuksen hakemista yhdistystoiminnassa. Analyysi vahvistaa näkemystä siitä, että ottamalla haltuun ilmiöön liittyvää erilaista tietoainesta ja tuottamalla uutta uskottavana pidettyä tietoa on mahdollista ottaa valtaa terveyteen ja hyvinvointiin liittyvän ilmiön määrittelystä oman ryhmän sisälle. Mahdollisuus osallistua yhteisön tietokäytäntöihin on myös keskeinen motiivi yhdistystoimintaan osallistumiseen.

Yhdistystoiminnassa voidaan rakentaa episteemistä yhteisöä, joka hyödyntää moninaista tietoainesta kollektiivisen identiteetin rakentamiseen ja tunnustuksen saamiseksi. Yhteisön kognitiivisissa käytännöissä tietoainesta arvioidaan sen relevanssin eli hyödynnettävyyden näkökulmasta, sillä uskottavalla tiedolla on tärkeä rooli sekä omalle ryhmälle argumentoidessa että muiden vakuuttamisessa. Erityisherkkyyteen liittyvän tiedon rakentamiseen ja tietoaineksen uskottavuuden arviointiin liittyy erilaisen tietoaineksen yhteensovittamiseen liittyvää rajatyötä. Erityisherkkyyden uskottavuutta haastavat vielä riittämättömäksi koettu tieteellinen tieto ja erityisherkkyyteen liittyvän tiedon epämääräiset rajat suhteessa esimerkiksi erilaisia diagnosoitavia sairauksia tai psyykkisiä häiriöitä koskevaan lääketieteelliseen tietoon. Haasteita uskottavuudelle voivat tuottaa myös ilmiöön liitetyt stereotypiat ja populaarin median tieteen auktoriteettia haastava kokemuspohjaisuuteen perustuva uutisointi. Näihin uskottavuutta koetteleviin haasteisiin vastaamisessa rationaali-

suuteen, luotettavuuteen ja erityisesti psykotieteelliseen tutkimukseen pohjautuva tieto ja siihen sidoksissa olevat käytännöt näyttävät erityisen tärkeinä tapoina ottaa haltuun erityisherkkyyden ilmiötä. Uskottavan tiedon rajatyö tulee esiin keskusteluina tieteellisen tiedon ja muun tietoaineksen yhdistävistä rajaobjekteista (Star & Griesemer 1989), joina toimivat lääketieteelliset diagnoosit, psykologiset taksonomiat ja testit ja elettyjä kokemuksia legitimoiva koulutus. Akateeminen ja erityisesti psykotieteisiin pohjautuva ammatillinen asiantuntijuus näyttää merkittävänä resurssina, jota tarvitaan erityisherkkyyden ja siten myös siihen liittyvän yhdistystoiminnan legitimoimiseksi ja tunnustuksen saamiseksi. Toisaalta erityisherkkyyden terapeutin merkityksenanto tekee ymmärrettäväksi erilaisten terapeuttien menetelmien ja niihin perustuvan terapeutin asiantuntijuuden tärkeän roolin toiminnassa. Tiedon uskottavuus näyttääkin rakentuvan erityisesti yksilöllisen terapeutin kokemustiedon, ammatillisen tiedon ja niihin sidotun tieteellisen todistusaineiston vuoropuhelussa, johon voi liittyä myös jännitteitä.

Yhdistystoiminta on moninaista tietoa ja erilaisia tietämisen tapoja yhdistävää ja uutta asiantuntijuutta tuottavaa. Toiminnassa lisätään tietoisuutta olemassa olevasta tutkimuksesta, mutta myös kyseenalaistetaan sitä, reflektoidaan ja luodaan mahdollisuuksia moninaisiin keskusteluihin. (Ks. Casas-Cortés ym. 2008.) Erityisesti tieteelliseen tietoon nojautuminen voi merkitä mahdollisuutta erityisherkkyyden uskottavuuden todentamiseen. Terapeutin merkityksenanto voi lisätä myös kokemustiedon merkitystä. Erilaisilla kehollisilla ja aisteihin pohjautuvilla ja taideperustaisilla menetelmillä voi laajentaa tietämisen käytäntöjä, mutta niiden uskottavuutta vahvistava rooli voi näyttää jännitteisenä. Kokemustiedon muodot asettuvat keskinäiseen hierarkiaan, ja niitä ikään kuin suodatetaan yhdistystoiminnassa muun tietoaineksen läpi. Myös Meriluoto (2018) on tuonut tutkimuksessaan esiin kokemustiedon hierarkiat. Erityisherkkien yhdistystoiminnan tietoon liittyvien käytäntöjen tarkastelu jatkaa siten terveystieteitä koskevan tutkimuksen keskusteluja tiedon luonteesta ja roolista terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden määrittelyssä ja tarkemmin sosiaali- ja terveysjärjestöissä (ks. Brown ym. 2004; Jones ym. 2021).

Erityisesti tieteellisen, objektiiviseksi tulkitun tiedon tärkeyden korostaminen ja siihen liittyvät tiedon tuottamisen käytännöt voivat näyttää yhdistystoiminnassa ”korrektina”, konsensusta ja uskottavuutta mahdollistavana tapana toimia (Della Porta 2021). Tieteeseen viittaaminen näyttää rationaalisen ja uskottavuutta lisäävänä tapana tuottaa ymmärrystä myös erityisherkkyydestä. Terapeutin merkityksenanto näyttää suuntaavan ymmärrystä yksilöllistä muutosta korostavaan suuntaan, ja voimaantumisen tarinat voivat saada tuekseen myös voimaantumista tukevaa, psykotietoon nojautuvaa asiantuntijuutta ja terapeutteja käytäntöinä.

Tieteellisenäkin pidetyt faktat ovat lisäksi subjektiivisesti suodatettua tietoa, ja siten tieto ei voi olla immuunina politisoitumiselle (Boström 2004, 76). Uskottavan tiedon lisääminen voi olla tärkeää tunnustuksen saamiseksi ja mahdollistaa ajatuksen

myös erityisherkkyyden huomioimisesta yhä paremmin tulevaisuudessa. Siten tiedon tuottamisen käytännöissä voi toteutua myös terapeutista, yksilöllistä muutoksen tavoittelua laajempi sosiaalista muutosta edistävä vire. Analyysini tuo esiin, miten terapeutti-kulttuuri voi vahvistaa psykotieteiden ja kokemusasiantuntijuuden roolia yhdistystoiminnan käytännöissä tunnustuksen hakemiseksi terveyteen ja hyvinvointiin liittyvälle ilmiölle. Yhdistystoiminnassa syntyvä uusi asiantuntijuus voi toimia kanavana tiedon lisäämiseen yhteiskunnallisissa instituutioissa, ja siten mahdollisuutena myös niiden käytäntöjen muuttamiseen. Ja niin kuva erityisherkkyydestäkin muuttuu taas.

7 Heimokuva – terapeuttisen tunnekuultuuri

Sweet is the sound of my new-formed wings
I stretch them open and let them dry
I haven't seen this world before
But I'm excused, I'm a butterfly...

Sweet is the touch of your newborn wings
We fly in circles and play with the sun
We haven't seen this world before
So fair, so bright, so blue the sky...
(Mia Makaroff, *Butterfly*)

On elokuinen, aurinkoinen perjantaipäivä, ja olen matkalla vuotuiseen, kaikille yhdistyksen jäsenille tarkoitettuun kokoontumiseen, kuudetta kertaa järjestettävälle jäsenjuhille. Ilmassa on juhlan odotuksen tuntua. Mieleepi tulevat suomalaisen laulu-yhtye Rajattoman tunnetuksi tekemä *Butterfly*-kappale ja sen perhosten lennosta kertovat sanat. Olen kuullut monissa tapaamisissa ja haastatteluissa innostuneita kertomuksia aiempina vuosina järjestetyistä jäsenjuhlista ja niiden ainutlaatuisesta tunnelmasta. Haastateltava Leenan kuvauksen perusteella juhlien tunnelmassa korostuu yhteenkuuluvuuden tunne:

L: Tunnelma on aivan erilainen verrattuna johonkin muuhun tilaisuuteen. Olin aivan, että aah, missä minä olen (naurahdus).

R: Miten kuvailisit sitä?

L: Siis siellä oli sellainen yhteenkuuluvuuden tunne. Kun en ole mikään ekstrovertti, että tykkäisin olla koko ajan sellaisessa sosiaalisessa tilanteessa. Vaikka siellä oli paljon ihmisiä, se oli aivan täynnä, buukattu, kaikki ihmiset olivat niin läsnä siellä, niin mukana, se oli heidän jokaisen oma juttu. Ja sillä perusteella ne on varmaan sinne mennytkin. Se tunnelma, sitä on vaikea kuvata edes sanoin, se tunnelma oli niin valtava, intiimi ja se oikein huokui sitä että, olen sanonut monelle, että en ole missään muussa tilaisuudessa ollut, jossa oli toistasataa ihmistä

yhdessä tilassa varsinkin siinä, kun meillä on se yhteinen juttu. Että kaikki oli niin mukana.

Yhteenkuuluvuuden tunteen lisääminen, toisin sanoen ryhmään kuuluvien emotionaalinen tunnustaminen ja aktiivisten suhteiden luominen ja ylläpitäminen yhteisön jäsenten välillä ovat Alberto Meluccin (1996) mukaan tärkeä osa kollektiivisen identiteetin rakentamista. Kuulumisen tunne on tärkeä osa identiteettiä ja voi synnyttää, lisätä ja vahvistaa solidaarisuutta ryhmää kohtaan (Collins 2004, 48). Kuulumisen kokemuksilla voi olla myös positiivinen yhteys ihmisten hyvinvointiin, ja erilaiset juhlatilaisuudet voivat olla tärkeitä paikkoja lisätä kuulumisen tunnetta, ja niissä toteutetut käytännöt voivat edistää positiivisia muutoksia osallistujissa (Simons 2020). Näistä lähtöasetelmistä käsin tarkastelen tässä luvussa yhteenkuuluvuuden tunteen rakentamista, vahvistamista ja ylläpitämistä erityisherkkien yhdistyksen jäsenjuhlassa käyttämällä Randall Collinsin (2004) interaktiorituaalin käsitettä. Kuten Leena edellä olevassa sitaatissa kuvaa, yhteenkuuluvuus voi ilmetä juhlien ilmapiirissä aistittavana olevana, ihmisten jakamana yhteisenä tunnekokemuksena. Ymmärrän tunteet ihmisten välillä liikkuvina, mutta myös jatkuvasti kontekstisina, muuntuvin ja siten ryhmän sisäistä dynamiikkaa värittävinä (vrt. emt).

Juhlien tarkoituksena on tunnelmallaan vaikuttaa osallistujiin (Collins 2004). Jokaisen juhlan tunnelma on ainutkertainen, jolloin myös tunnepohjaiset vaikuttumiset ovat tilanteisia. Koska olen ollut etnografisella kentällä ja itse läsnä jäsenjuhlassa, olen pyrkinyt ymmärtämään juhlien ilmapiiriä myös omien kokemusteni kautta ja moniaistisesti. (Vrt. Henry 2012.) Kuten Leena edellä olevassa sitaatissa kuvailee, tunnelma voi olla jotakin, jota voi olla vaikeata pukea sanoiksi. Sen vuoksi puheen ja kielen lisäksi olen kiinnittänyt huomiota myös kehojen välisiin suhteisiin, äänimaailmaan, visuaalisiin elementteihin ja niiden herättämiin tuntemuksiin (vrt. Ehn & Löfgren 2012). Olen siis pyrkinyt interaktiorituaaliteorian ja sitä soveltavien tutkimusten mukaisesti (Collins 2004, 49; Henry 2012; Simons 2019; Taylor 1995) tulemaan tietoisiksi osallistujien jakamasta yhteisestä tietoisuudesta, liittymään yhteiseen mielialaan en vain ”filisten tarkkailijana”, vaan myös tuntevana ja tunteille merkityksiä antavana. Tätä asemoitumista kuvaa seuraava ote kenttäpäiväkirjasta:

Juhlat ovat minulle erittäin vaikuttava kokemus, jonka jälkitunnelmat säilyvät ajatuksissa ja kehossa pitkään. Olen havainnointimatkan jälkeen uuvuksissa monta päivää. Ajatuksissa on paljon asioita, samoin kehossa ja mielessä on paljon sulateltavia kokemuksia ja tunteita. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Lähden analyysissä ajatuksesta, että juhlat toimivat yhtenä tapana luoda ja vahvistaa yhteisön omaa tunnekulttuuria, eli yhteisiä tunteiden ilmaisun ja hallinnan tapoja (ks. Collins 2004; Taylor & Whittier 1995; Taylor & Leitz 2010). Tuon

aineiston avulla esiin tunteisiin liittyvää puhetta ja tarkastelen erityisesti yhteisön tunnekulttuurin terapeutteja. Interaktiorituaaliteoriaan pohjautuen ymmärtän tässä tutkimuksessa rituaalin syntyvän kokoontumisesta yhteisen kiinnostuksen äärelle ja yhdessä jaetuista tunteista. Rituaali on myös kehollinen prosessi (Collins 2004, 53), jossa yhtä aikaa samassa tilassa olevat kehot mukautuvat toistensa antamiin merkkeihin ja rytmiiin. Rituaaleihin liittyy myös yhteinen huomion kohde ja jaettu mielentila tai tunneilmapiiri, ja interaktiorituaalilla korostetaan ryhmän eroa muihin. Näistä elementeistä syntyy kollektiivinen innostus (*effervescence*, Durkheim 1912/1980), joka lisää osallistujien emotionaalista energiaa. Tarkastelen erityisherkkien vuotuista jäsenjuhlaa interaktiorituaalina tarkastelemalla juhlia kollektiivisen identiteetin rakentamisen kontekstina. Aiempien tutkimusten mukaan juhlat voivat toimia paikkana identiteetin esiin tuomiselle ja siten identiteettiä voi tarkastella performatiivisena arkiympäristöstä poikkeavassa ajallisesti ja tilallisesti rajatussa tilanteessa (Simons 2019; 2020; Richards & Palmer 2010, 23).

Interaktiorituaaliin liittyy Collinsin (2004, 49) mukaan jokin alulle paneva tunne, kuten ilo tai suru. Rituaalin alulle sysäävä tunne voi olla osa yhteisön laajempaa tunnekulttuuria. Interaktiorituaaliteoria toimii siten tässä tutkimuksessa sosiaalisten liikkeiden tunnekulttuuriin liittyvää tutkimusta täydentävänä, koska sen avulla on mahdollista analysoida tunnekulttuuria osana yhteisön vuorovaikutusta. Tarkastelen erityisherkkien yhdistyksen vuosittaista jäsenjuhlaa identiteettijuhlana, johon liittyy monien haastateltavien esiin tuomia ilon, innostuksen ja hurmioitumisen tunteita. Toisaalta tarkastelen myös muiden tunteiden merkitystä osana interaktiorituaalia. Lähdän ajatuksesta, että samassa tilanteessa voivat olla läsnä monet erilaiset, jopa ristiriitaiset tunteet.

Onnistunut interaktiorituaali lisää yhteiseen identiteettiin liittyvää solidaarisuutta ja yhteenkuuluvuutta, ylläpitää ryhmään kuulumista vahvistavia jäsen symboleita sekä ryhmän jäsenten emotionaalista energiaa. Jäsen symbolit muistuttavat ryhmästä ja jäsenyydestä, ja ne voivat olla fyysisiä asioita, esineitä tai logoja. Symbolit voivat olla myös toimintaa, eleitä, sanoja ja henkilöitä. (Collins 2004, 81–101.) Jäljitän näitä erilaisia symboleja ja niiden roolia ryhmän yhteenkuuluvuuden tunteen vahvistamisessa. Emotionaalinen energia tarkoittaa itse rituaalitapahtumaa pidempää tunnetta, jonka ihmiset ottavat ryhmästä mukaansa, ja joka voi antaa heille luotamusta ja varmuutta ja lisätä innostusta ja aloitteellisuutta.

Tarkastelen jäsenjuhlaa jatkumona, sillä olen päässyt osallistumaan kolmeen eri jäsenjuhlaan. Interaktiorituaaliteoria ehdottaa, että kollektiiviset tunteet voivat hiipua tapahtumakohtaisiksi muistoiksi, jos niitä ei uusinneta toistuvalla rituaalilla. Juuri rituaalin toistuvuus, tapahtumien ketju (*ritual chain*), voi pitää yllä yhteenkuuluvuuden tunnetta pitkäkestoisesti. Oma tutkimukseni vahvistaa tätä näkemystä. Myös aiemmat interaktiorituaaleja käsittelevät tutkimukset ovat tuoneet esiin, miten yhteinen kiinnostuksen kohde ja jaetut tunteet voivat lisätä identifikaatiota ryhmään

ja kiinnostusta osallistua tapahtumiin, joissa yksilön emotionaalinen energia lisääntyy (Weininger & Lizardo 2019). Tämä voi vahvistaa myös yhdistystoiminnan jatkuvuutta. Interaktiorituaali voi myös epäonnistua, toisin sanoen se ei välttämättä saakaan aikaan toivottua lopputulosta, ja samastuminen ryhmään voi heiketä, sen symboleja ei arvosteta, tai rituaalien tavoitteena oleva innostuksen tunne ei tartu tai pysy yllä. Keskeistä interaktiorituaaleissa on, että ne muuttavat tunteita, kääntävät yhteistä tunnetta toiseksi yhteiseksi tunteeksi, solidaarisuudeksi. (Collins 2004, 107–111.) Keskustelen tässä luvussa terapeutin kulttuurin vaikutuksista yhdistystoimintaan ja siten emotionaaliseen energiaan, jota interaktiorituaaleissa vahvistetaan. Tuon esiin, että juhlien hetkellisyys voi rakentaa kohtaamisista terapeutteja, lyhyitä pakoja arkipäivän haasteista, joissa vahvistetaan yhteisön rajoja käyttämällä tunneyhteisöön viittaavia ilmaisuja, hyödynnetään terapeutteja itsen ja muiden voimaannuttamiseen tähtääviä käytäntöjä ja jaetaan terapeutteja lahjoja. Pohdin myös, millaisina erityisherkkyyden politisoitumisen mahdollistajina tai poissulkijoina tunteet voivat toimia.

Juhlissa voi nousta esiin monenlaisia tunteita. Iloisen ja myönteisen ilmapiirin lisäksi kiinnitin juhliin osallistuessani huomiota erilaisissa vuorovaikutustilanteissa käytyihin keskusteluihin, joissa jaettiin raskaitakin elämäkokemuksia ja tuotiin esiin arkielämän kuormittavuutta. Argumentoin tässä luvussa, että ilon jakamisen lisäksi myös negatiivisten tunteiden jakamisella voi olla tärkeä merkitys yhteenkuuluvuuden vahvistamisessa. Herkkyyden politiikka on siten myös tunteiden politiikkaa. Identiteettiä juhlistavien käytäntöjen tarkastelu interaktiorituaalina sommittelee kuvaa siitä, miten terapeutin kulttuuri vaikuttaa yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja kollektiivisen identiteetin rakentamiseen ja tuo esiin sekä sitä vahvistavia että haastavia elementtejä. Saako juhlissa itkeä?

7.1 Juhlat kotipesässä

Aiemmista juhlista kerrottujen kokemusten perusteella odotukseni ennen ensimmäistä osallistumaani jäsenjuhlaa ovat korkealla, ja minulla on perhosiä vatsanpohjassa. Olen pääsemässä osalliseksi jotakin ainutlaatuisiksi kuvattua ilmapiiriä, jonka olen ymmärtänyt merkitsevän juhliin aiemmin osallistuneille erityisen paljon. Leenan ja monen muun haastateltavan kuvausten perusteella yhteenkuuluvuutta rakennetaan luomalla lämmintä ja intiimiä juhlatunnelmaa. Mieleeni muistuu myös Sonjan kuvaus erään kokoontumisen tunnelmasta ja ryhmää yhdistävästä viestintä- ja kommunikointityylistä pehmeänä ja rauhallisena, vähän pidättyväisenä, mutta lämminhenkisenä (kts. luku 4).

Sonjan mukaan erityisherkkien kokoontumisia kuvaa vähäeleinen, mutta lämmin ja helposti lähestyttävä tunneilmapiiri. Myös Anna korosti ystävällisen ja myönteisen ilmapiirin merkitystä vuorovaikutuksessa, ja miten ”se pyritään se ilmapiiri

pitämään semmoisena mukavana ja positiivisena”. Myös sähköpostitse saapuneissa jäsenkirjeissä käytetyt mainoslauseet kuvasivat juhlia ”rennoiksi”, ja ”mieleenpainuviksi”, ja joissa ”pidetään hauskaa ja juhlistetaan erilaisuuden rikkauden voimaa yhdessä”. Monet haastateltavat puhuivat ilon tunteesta juhliin liittyvänä tärkeänä tunteena. Esimerkiksi ennen yhtä vuosijuhlaa annetun sääennusteen lupaillemaa ukon-ilmaa markkinoitiin ”tapahtumaamme kuuluvaksi ilotulitukseksi”.

Interaktiorituaalin keskeisenä lähtökohtana on pidetty yhteistä kokoontumista ja fyysistä läsnäoloa ja sitä edeltäviä yhteisiä, myönteisiä pidettyjä tunteita, jotka erityisherkkyyden juhlan osalta vaikuttivat olevan ilo ja positiivisuus (Collins 2004, 49, 54). Positiivisina pidettyjen tunteiden korostaminen liitetään myös terapeuttisen kulttuurin tunnetyyliin (Illouz 2008). Koronapandemian aikana etätapahtumana pidetyn juhlan valmisteluja väritti pettymys kasvokkaisen tapahtuman mahdollisesta poisjäämisestä, joka mahdollisesti saattaisi vähentää tapahtumaan liittyvää ilon tunnetta, joka oli olennainen osa tapahtuman odotusta ja juhlien toivottua ilmapiiriä. Verkkoympäristöön siirtyminen herätti huolta siitä, miten yhteistä, iloista tunneilmapiiriä oli mahdollista luoda ilman fyysistä kohtaamista. Myös Collins on korostanut fyysisen kokoontumisen olevan keskeinen edellytys onnistuneelle interaktiorituaalille. Verkkovälitteisen vuorovaikutuksen lisääntymisen myötä interaktiorituaaleja on alettu tutkia myös verkkotapahtumissa, ja esimerkiksi Patricia Maloney (2013) on verkkoetnografisessa tutkimuksessaan tuonut esiin, miten myös verkossa tapahtuva interaktiorituaali ja siihen liittyvät tunteet voivat vahvistaa identifioitumista johonkin ryhmään.

Collinsin (2004, 48) mukaan interaktiorituaalia edeltää etukäteen luotu yhteinen tunneilmapiiri, jota rituaalilla halutaan vahvistaa. Terapeuttisen kulttuurin tutkimuksessa on tuotu esiin, miten hyvinvointia, onnellisuutta ja voimaantumista pyritään edistämään erilaisilla terapeuttisilla käytännöillä (Illouz 2008; Cabanas & Illouz 2019; Sointu 2005). Tällaisia terapeuttisia käytäntöjä suosiva tunneilmapiiri korostaa tunteiden hallintaa ja negatiivisten tunteiden kääntämistä positiivisiksi. Juhlia edeltävä terapeuttinen tunnekulttuuri voi siten suunnata rituaalia ryhmän solidaarisuuden vahvistamisessa. Interaktiorituaalin keskiössä on jokin yhteinen huomion kohde, ja olen tarkastellut erityisherkkyyden juhlimiseen osallistuvien yhteisen huomion kohteena olevaa erityisherkkyyttä erityisesti terapeuttisena ja iloa tuottavana identiteettinä.

Yhteisön kokoontuminen samaan fyysiseen paikkaan toimii alustana interaktiorituaalille, tekee näkyväksi ryhmään kuulumista ja sulkee rituaalista pois muita kuin yhteisön jäseniä (Collins 2004, 48). Kokoontuminen luo mahdollisuuksia yhteisille jaetuille kokemuksille, aiempien kohtaamisten muistelemiselle ja yhteisön toisiin jäseniin tutustumiselle. Monet jäsenjuhlien osallistujista kertoivat osallistuneensa juhliin myös aiempina vuosina, osa tunsu toisensa oltuaan mukana muussa yhdistyksen toiminnassa. Juhlista välittyi jälleennäkemisen iloa tuttuvien kohdatessa

toisiaan, tapahtumapaikoilla näkyi paljon iloisia kasvoja ja kuului innostunutta keskustelua. Juhlien toistuva luonne voi lisätä kuulumisen tunnetta (Collins 2004; Pohjonen 2016).

Myös juhlien ohjelman virallisissa puheenvuoroissa muisteltiin aiempia juhlia ja niiden tunnelmia ja merkitystä muuhun toimintaan mukaan lähtemisen innoittajina. Nostalgian ja kollektiivisen muistin rakentaminen on yksi tapa luoda ja vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta (Eyerma 2005). Moni haastateltava kertoi juhliin osallistumisen olevan tärkeä tilaisuus kuulumisten vaihtamiseen aiemmissä juhlissa kohdattujen ihmisten kanssa. Kuulin muisteluja aikaisemmista juhlista ja niiden tunnelmista ja tapahtumista. Collinsin (2004) mukaan jo pelkästään oman ryhmän jäsenten näkeminen yhdessä voi tuottaa mielihyvää. Yksi ensimmäisistä tapahtumapaikalla kohtaamistani osallistujista kertoi innostuneena, miten jo aiempien vuosien perusteella tiesi juhlien tarjoavan itselleen mielekästä ”omaa aikaa ja irtioton arjen keskeltä omien joukossa”. Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa (ks. Eyerma 2005) on tuotu esiin, miten ryhmään kuulumisen tunnetta ja keskinäistä solidaarisuutta voidaan vahvistaa käyttämällä ryhmästä erilaisia sukulaisuuteen tai muuhun tunneyhteisöön viittaavia metaforia. Myös tapahtumapaikan valinnalla voi olla tärkeä merkitys luomaan oikeanlaisia, kodinomaisia puitteita kohtaamisille ja mahdollisuudelle luoda yhteisölle yhteistä historiaa, johon myös jatkossa sen jäsenet voisivat kiinnittyä kuin omaan perheeseen.

Tunneyhteisön rakentamisessa voidaan hyödyntää monenlaisia kodinomaisia elementtejä. Ensimmäisille jäsenjuhlilleni saavuttuani ilahduin, kun pitkän matkan jälkeen tapahtumapaikalla odottivat järjestäjien omien puutarhojen antimet, porkkanat, viinimarjat sekä muut naposteltavat herkut osallistujien nautittaviksi. Jokaisen osallistujan rintaan kiinnitettävässä käsin askarrellussa nimilapussa oli erityisherkkyyteen liittyvä mietelause. Omassa nimilapussani luki: ”Kun arvioidaan soveltuvuutta ihmisten parissa tehtäviin töihin, tulisi älyllisten valmiuksien lisäksi ottaa huomioon kyky tajuta toista ihmistä (Manninen 2014)”. Teksti antoi lupauksen kohdatuksi ja kuulluksi tulemisesta. Esillä oli myös yhdistyksen esitteitä, sen logolla varustettuja t-paitoja sekä erityisherkkyydestä kertovia kirjoja. Yksi pöytä oli varattu terveellisiä elämäntapoja tukevalle materiaalille. Materiaalit voi tulkita erityisherkkyyteen liittyvinä symboleina (Collins 2004, 81–101), jotka voivat vahvistaa kuulumista ryhmään. Jatkoin matkaani tapahtumapaikkana toimivaan auditorioon, jossa äänentoistolaitteet ja videotykit olivat valmiiksi viritettynä päivän esityksiä varten. Kutsuvieraat toivotettiin ystävällisen hymyn kera tervetulleiksi, ja tilaisuus saattoi alkaa. Kutsuvieraita oli saapunut juhlapaikalle ympäri Suomea, ja juhlien valmisteluihin panostamalla oli mahdollista luoda kohtaamisille kodinomaista ja vieraanvaraista tunnelmaa.

Kodinomaisen tunnelman rakentaminen voi tapahtua myös ilman kokoontumista fyysisesti samaan tilaan. Covid19-pandemian myötä seuraavan vuoden juhlat

jouduttiin perinteestä poiketen järjestämään kokonaan verkkovälitteisesti. Verkossa tapahtuvalla vuorovaikutuksella voi olla vaikutusta siihen, miten tunteet välittyvät ja miten yhteenkuuluvuuden tunnetta voidaan rakentaa ja ylläpitää (Maloney 2013, 107). Teknologian ansiosta juhla ei tarvinnut kokoontumisrajoitusten vuoksi perua, vaan teknologiset välineet mahdollistivat juhlien järjestämisen ja yhteydenpidon ihmisten välillä. Linjoille saapui monia ensimmäistä kertaa juhliin osallistuvia, ja moni kertoi osallistuvansa tapahtumaan omasta arkiympäristöstään, esimerkiksi rennosti kotisohvalta. Keskustelun perusteella uusien osallistujien mukaan saaminen ilahdutti järjestäjiä ja paikkasi lähitapaamisen peruuntumisen tuottamaa pettymystä.

Tekniikka voi lisätä juhlatunnelmaan myös odottamattomia elementtejä (Bennett & Segerberg 2012, 752), ja tekniikasta voi muodostua ”juhlavieras”, jonka toiminta tai toimimattomuus voi nopeastikin muuttaa juhlien suuntaa ja luonnetta. Esimerkiksi omaan tutkijan rooliini verkkoympäristö toi uudenlaisen näkökulman ja piirteitä verkkoetnografisesta identiteetin tutkimuksesta (Hine 2000, 64–65). Pohdinkin etukäteen havainnoinnin teon onnistumista uudenlaisessa ympäristössä:

Odotan päivän sisältöä mielenkiinnolla. Teknologian käytöstä on koronakevään aikana tullut osa omaa työarkeani. Suhteeni verkkoteknologiaan ja verkkovälitteiseen kommunikointiin on ristiriitainen. Olen kokenut, että verkon kautta tapahtuva kommunikointi muuttaa vuorovaikutuksen luonnetta. Sitä koodistoa opettelen edelleen. Kasvokkaisen vuorovaikutuksen tarjoama nonverbaalinen viestintä on itselle sitä turvaverkkoa, johon on helpompi tukeutua kuin verkko- viestinnän suoraviivaisuuteen. Yksi tapa elää ja kokea vuorovaikutusta on suljettu pois. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Verkkujuhlat olivat osallistujien lisäksi myös tilaisuutta järjestäville vapaaehtoisille uusi toimintamuoto, ja he kuvasivat jännittyneisyyttään siitä, miten tekninen toteutus onnistuisi. ”Kanavilta tippuminen” huoletti ja näyttäytyi riskinä yhteenkuuluvuuden tunteen ylläpitämiselle ja merkitsi riskiä yhteisen tunneilmapiirin kokemiselle. Osallistujia neuvottiin pitämään kamerat kiinni, jotta yhteys pysyisi mahdollisimman hyvänä koko juhlapäivän ajan. Toisten näkemisen mahdollisuutta päätettiin hyödyntää mahdollisuuksien mukaan sopimalla, miten ”välillä voimme vilkaista toisiamme”. Toisaalta verkko-yhteyksien ptkeminen, äänen kuulumiseen tai laitteiden käyttöön liittyvät ongelmat toivat vuorovaikutukseen suunnitellun ohjelman lisäksi oman sisältönsä ja yhteisen keskustelun aiheen, joka myös ylläpiti vuorovaikutusta ja mahdollisti osaltaan kokemusta yhteenkuuluvuudesta. Juhlien aikana käydyissä keskusteluissa tuotiin monta kertaa esiin, miten verkkoympäristö tuntui teknisistä haasteista huolimatta toimivalta tavalla kokoontua yhteen.

Tilannekohtainen huumori ja nauru voivat toimia tärkeinä interaktiorituaalia rytmittävinä elementteinä (Collins 2004, 66) ja vahvistaa yhteistä kokemusta ja tarinaa.

Tästä esimerkkinä toimivat seuraavan vuoden juhlien tapahtumat osana yhteisen kesäpäivän viettoa. Juhlien ohjelma alkoi sisävesiristeilyllä, jonka tuuliset sääolosuhteet kuitenkin muuttivat laiturissa seisovan laivan kannella vietetyksi yhteiseksi hetkeksi. Osallistujia viihdytettiin sekä laululla että runonlausunnalla. Viereisen huvipuiston laitteiden katselusta ja kommentoinnista syntyi yhteinen kokemus, jota jaettiin iloisissa ja naurun siivittämissä humoristisissa keskusteluissa, joissa kuvattiin huvipuistolaitteissa kieppumisen olevan monelle ”kauhistuttava ajatus”, ja pelkän laitteiden katselun kerrottiin riittävän ”elämykseksi”. Sään aiheuttama juhlien ohjelman odottamaton käänne antoi uutta keskusteltavaa, ja yllättävä tilanne loi siten juhlahetken, josta syntyi yhteinen hauska tarina kerrottavaksi myös muille. Itsekin laitoin kotiin viestin, jossa huvittuneena kerroin, miten istuimme laivan kannella ja katselimme aaltoilevaa ulappaa tiukasti laiturissa pysytellen. Tapahtumapaikan vaihtelu ja niihin liittyvät yllättävätkin elementit voivat myös tarjota tilan yhteiselle vuorovaikutukselle, jaetuille tunteille ja yhteenkuuluvuuden rakentamiselle.

Jäsensymbolit ovat tärkeitä muistuttamassa ryhmän jäsenyydestä ja siten yhteenkuuluvuutta lisääviä elementtejä. Tällaisia voi liittyä esimerkiksi juhlien tapahtumapaikkaan, jolla voi olla kodinomaisen tunnelman luomisen ja ihmisiä yhteen kokoavan roolin lisäksi myös muita merkityksiä osana ryhmän yhteenkuuluvuutta vahvistavaa rituaalia. Niistä yksi liittyy tapahtumapaikan maantieteelliseen sijaintiin. Itä-Suomessa pidettyjen juhlien avauspuheenvuorossa tapahtuman järjestämiseen osallistuneet vapaaehtoiset toivottivat osallistujat tervetulleiksi ”erityisherkkien kotipesään”. Tällä kotipesän metaforalla viitattiin ryhmän keskuudessa esitettyyn ajatukseen siitä, miten itäsuomalaisissa olisi enemmän erityisherkkyyttä kuin muussa väestössä. Samaa yhteisön alkuperään liittyvää narratiivia vahvistettiin yhdistämällä tapahtumapaikan merkitys herkkyyttä tutkineen psykologi Sylvi Sanni Mannisen henkilöhistoriaan (kts. luku 2). Historiallinen henkilö ja paikka voivat olla osa ryhmän niin sanottua perustamismyyttiä, tarinaa siitä, keitä ryhmän jäsenet ovat, ja mistä he tulevat. Tällaisten tarinoiden esittäminen on prosessi, jossa ”meidän” ryhmä tulee muistamisen kohteeksi ja samalla tehdään näkyväksi rajoja muihin (Eyerman 2005; 95–96).

Myös historiallinen henkilö symbolina voi merkitä mahdollisuutta yhdistää yksittäisen henkilön elämäntyötä osaksi yhteisöä ja olla osa kollektiivisen identiteetin rakentamista (Eyerman 2005). Osa kotipesän tarinaan kiinnittymistä oli juhlapäivän aikana tapahtunut vierailu Mannisen kotipaikassa. Moni osallistuja toi esiin, miten he olivat odottaneet innolla mahdollisuutta tähän vierailuun. Paikka sijaitsi luonnon-suojelualueella metsän keskellä, ja sinne siirryttiin kahdella tilauslinja-autolla. Aurinko paistoi, ja pihamaalla tunnelma oli rauhallinen. Ihmiset keskustelivat ja tutustuivat uteliaan oloisina ympäristöön. Sisätiloihin tutustumisen ja Mannisen elämäntyöstä kertovan esityksen jälkeen oli kahvitauon aika. Keskustelin kahvin ja itäsuomalaisen perinneruoan, karjalanpiirakoiden ja mustikkapiirakan, äärellä muiden

osallistujien kanssa, ja moni kertoi olevansa vaikuttunut vierailusta ja paikan historiasta. Vaikuttuneisuutta lisäsi myös käynti pihapiirissä sijaitsevalla Mannisen haudalla. Sain kuulla kommentteja siitä, miten paikassa vallitsi ”hieno”, ”rauhallinen” ja ”pysähtynyt” tunnelma. Monet kertoivat paikalla käymisen olleen heille tärkeä kokemus. Elokuun aurinko siivilöityi puiden oksistoista, ja teimme pihamaalla vielä mindfulness-harjoituksen, jossa jokainen sai mahdollisuuden keskittyä oman mielen ja kehon palautumiseen ja tunnekokemuksen sulattelemiseen ennen paluuta juhlien päätapahtumapaikalle. Tunnelma vahvasti ymmärrystäni siitä, mitä Sonja luultavasti tarkoitti kuvaillessaan ryhmän tunnetyyliä rauhalliseksi ja hillityksi. Myös terapeuttilinen itsehoiva toimi elementtinä, jolla oli mahdollista lisätä kokemusta rennosti ja kotoisasta olost. Terapeuttilinen kulttuuri voi siten suunnata myös yhteenkuuluvuuden vahvistamiseen hyödynnettäviä interaktiorituaaleja.

Onnistuneeksi koettu vierailu osoitti, miten tarkoin harkittu ohjelmisto voi vahvistaa juhlien haluttua tunnelmaa ja yhteistä innostusta. Vapaaehtoisten ponnistelut juhlaohjelman ja -järjestelyjen eteen olivatkin niihin osallistuneiden haastateltavien mukaan pitkän suunnittelun ja valmistelujen tulosta. Vapaaehtoiset olivat valmiita käyttämään juhlien tapahtumajärjestelyihin paljon omaa aikaansa ja työpanostaan. Juhlapäivän ohjelman laatiminen, esiintyjien hankkiminen, muut käytännön järjestelyt ja tapahtumasta mainostaminen olivat kaikki vapaaehtoisten käsissä. Juhlien järjestäjillä oli vastuu siitä, miten yhteisessä tapahtumassa voitiin huomioida kaikki vieraat ja heidän viihtymisensä. Juhlajärjestelyjen vapaaehtoisella hoitamisella voi osoittaa solidaarisuutta omaa ryhmää kohtaan (Taylor & Whittier 1995; Collins 2004). Moni kertoi tämän tuntuvan erityisen tärkeältä ja arvokkaalta tehtävältä. Esimerkiksi Vuokko oli osallistunut aiemmin juhlien järjestämiseen, ja kuvasi kokemuksesta itselleen tärkeänä, vaikka totesi siihen sisältyneen myös monia epävarmuuksia yhteenkuuluvuudesta:

Tunsin kyllä sen joukon todella vieraaksi. Muutaman tunsin sieltä ja tutustuin lounastauollakin yhteen oikein ihanaan. Sen jälkeen en ole tavannut, mutta tuolla Facebookissa. Se oli kiva kyllä se juhla, kun yritti tuntosarvet ylhäällä olla ja tunnustella että kelpaanko minä ja kyllä minä tunsin olevani osa joukkoa.

Vuokon kokemus toi esiin, miten aiemmalla onnistuneella vuorovaikutuksella voi olla merkitystä toiminnassa pysymiselle, vuorovaikutuksen ylläpitämiselle ja uusiin toimintoihin mukaan lähtemiselle. Interaktiorituaaliteoria ehdottaa, että toistuva onnistunut vuorovaikutus voi lisätä yhteenkuuluvuutta ryhmään ja yksilöiden *emotionaalista energiaa*. Se voi auttaa ylläpitämään kollektiivisia rituaaleja, koska ihmiset haluavat siirtää kuulumisen tunnetta eteenpäin ja jakaa omasta energiastaan myös muille. Emotionaalinen energia voi siten kompensoida esimerkiksi pitkien kokousmatkojen aiheuttamaa raskautta tai vapaaehtoistoiminnan muusta tekemisestä viemää

ajankäyttöä. Toiminta voi antaa enemmän kuin ottaa. Se voi mahdollistaa myös kuulumisen, empatian ja luottamuksen kokemista muita kohtaan, yhteisen tilaisuuden tarjoamaa hoivaa ja lämpöä (Hemmings 2012; Nash 2013; Whittier 2021; Yuaval-Davis 2011).

Collinsin (2004, 71) mukaan myös rituaalin rytmittäminen sujuvaksi kokonaisuudeksi voi vahvistaa rituaaliin osallistuvien jaettua mielialaa. Juhlapäivien ohjelmat olivat monipuolisia sisältäen erilaisia tiedollisia, taiteellisia ja kehollisuutta hyödyntäviä elementtejä. Juhlissa jaettiin tietoa yhdistyksen toiminnasta, kuultiin asiantuntijoiden esitelmiä erityisherkkyyden tutkimuksesta, tunteiden hallinnasta, esitettiin musiikkia ja runoja, tehtiin erilaisia mielen- ja kehonhallintaan liittyviä harjoitteita ja työskenneltiin erilaisissa taidepainotteisissa työpajoissa. Tarkastelen siten juhlien ohjelmaa erityisherkkyyden identiteettiä vahvistavina 1) kognitiivisina, 2) tunteisiin vetoavina ja 3) terapeuttisina elementteinä.

Kognitiiviset elementit liittyvät erityisesti tiedollisen ohjelman liittämiseen osaksi juhlien ohjelmaa. Erityisherkkyyteen ja yhdistykseen liittyvän ajankohtaisen asiantuntijatiedon välittäminen oli keskeinen osa kaikkien juhlien ohjelmaa. Erityisherkkyyden uskottavuutta vahvistavan tiedon (kts. luku 6) esille tuominen näytti tuottavan mielihyvää, joka Kolehmaisena (2019) mukaan voi näyttäytyä jaettuna tunnekokemuksena. Kognitiivisia elementtejä tuki myös niiden välittämiseen soveltuva ympäristö. Lähitapaamisina pidettyjen juhlien päätapahtumapaikkana toimivat auditoriot, joihin yleisö oli sijoittunut pieniin rykelmiin eri puolille salia. Tiedottamiseen ja tietoisuuden lisäämiseen liittyvää koulutuksellista ohjelmaa tuntuikin luontevalta kuunnella ympäristössä, joka oli suunniteltu juuri koulutuskäyttöön, ja jossa oli riittävä tekninen laitteisto hyödynnettäväksi esityksiä varten. Ilmapiiri vaikutti kiinnostuneelta, tarkkaavaisuutta tukevalta ja kannustavalta, ja puheenvuorojen jälkeen annetut aplodit toimivat erilaisista ohjelmallisista tilaisuuksista tuttuna ja virallisena tapana antaa esiintyjälle hyväksyntä ja siirtyä ohjelmassa eteenpäin. Ne toimivat myös interaktiorituaaliin liittyvänä kehollisena prosessina (Collins 2004, 53), jossa yhtä aikaa samassa tilassa olevat kehot mukautuvat toistensa antamiin merkkeihin ja rytmiin. Tähän rytmiin oli helppo sulautua. Omalla paikalla istuminen, kuunteleminen, taputtaminen ja muistiinpanojen tekeminen tulivat kuin selkärangasta, kehoni oli kuin ohjelmoitu toimimaan tutulla tavalla, kuten monissa koulutuksissa aiemminkin. Myös muut osallistujat tekivät muistiinpanoja, jotkut tallensivat esiteltyjä dioja kameralla. Tiedollinen sisältö houkutteli esiin kokemusta siitä, että oltiin kokoonnuttu vakavasti otettavan, todellisen ja tärkeän asian äärelle. Tapahtumien jälkeen moni toi esiin, miten juhlissa oli ollut mahdollista oppia uutta ja oppimista oli mahdollista jatkaa myös tapahtuman jälkeen, kuten yksi juhlien antia kommentoinut osallistuja ilahduneena totesi: ”Tätä voi harjoitella!”

Interaktiorituaalissa huomio kohdistuu yhteiseen kiinnostuksen kohteeseen, ja rituaalin onnistumista vahvistetaan toistamalla jaettua mielialaa vahvistavia

elementtejä. Tämä tapahtuu esimerkiksi toistamalla jotakin tiettyä ohjelmallista runkoa ja sisältöä, ja rituaalin eri elementit vaikuttavat yhteisen innostuksen syntymiseen. Kognitiivisten elementtien lisäksi myös taiteen kokeminen ja siihen liittyvät affektiiviset vaikuttumiset näyttäytyivät juhlien tärkeinä yhteenkuuluvuuden tunteen rakentamiseen liittyvinä elementteinä. Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on kiinnitetty huomiota kollektiivisten käytäntöjen taiteistumiseen ja estetisoitumiseen eli kauneuden etsimiseen, visuaalisuuteen ja kuvallisuuteen, aistillisuuden ja ruumiillisuuden korostamiseen ja elämysten kaipuuseen. Näiden elementtien sommitteleminen oikeissa suhteissa on tärkeä osa esteettisyyden kokemusta ja siten niitä voidaan käyttää yhteenkuuluvuuden kokemuksen rakentamisessa ja vahvistamisessa. (Lindholm & Lundbom 2010.) Kuten kenttäpäiväkirjaotteestani tulee esiin, taiteella voi olla tunteita pintaan nostava vaikutus ja esimerkiksi runon kuuleminen antoi syäyksen kehollisille kokemuksille osana interaktiorituaalia:

Auditorio tapahtumapaikkana vaihtui taiteellisen ohjelman myötä toisenlaiseksi kontekstiksi houkutellessa esiin erilaista tapaa olla ja toimia osana yhteistä tilaa ja tunnelmaa. Yleisö pysyi edelleen paikoillaan, esityksiä seuraten. Taiteen kokeminen tapahtui omilta paikoilta, auditorio muuntui teatterin katsomoksi. Istuin auditoriossa hieman erillään muista kuulijoista, joten en päässyt jakamaan esitysten aikaansaamia kokemuksia ja ajatuksia muiden osallistujien kanssa. Kuuntelin runoilija Edith Södegranin (1929) runoa tarkkaavaisesti ja tunsin liikutuksen kehossani:

Eikö juuri eilen
 metsän vaalea tytär viettänyt häitään,
 ja kaikki iloinneet?
 Hän oli kevyt lintu ja kirkas lähde,
 hän oli salainen polku ja naurava pensas,
 hän oli päihtynyt ja uskalias kesäyö.
 Hän oli julkea ja nauroi määrättömästi,
 sillä hän oli metsän vaalea tytär:
 hän oli lainannut käeltä soittimen
 ja hän kulki soitellen järveltä järvelle.
 Kun metsän vaalea tytär vietti häitään,
 ei ollut maan päällä yhtään onnetonta:
 metsän vaalea tytär on päässyt ikävästä,
 hän on vaalea ja tyynnyttää kaikki unet,
 hän on kalpea ja herättää kaikki himot.
 Kun metsän vaalea tytär vietti häitään,
 katsoivat kuuset niin tyytyväisinä hiekkatörmällä

ja männyt niin ylpeinä jyrkän teillä
ja katajat niin iloisina päivänrinteillä,
ja pienillä kukilla oli valkoiset kaulukset kullakin.
Silloin varisutti metsä siemenensä ihmisten sydämiin,
kimmeltäviä järviä ui heidän silmissään,
ja valkoiset perhoset liehuivat lakkaamatta ohi.
(ote kenttäpäiväkirjasta)

Kollektiivisen toiminnan strategiat voivat valikoitua vastaamaan kollektiivista identiteettiä, ja mieleeni piirtyvä kuva valkoisten perhosten parvesta yhdistyy monissa haastatteluissa ja keskusteluissa kuulemaani metaforaan erityisherkeästä ”perhosena”. Myös muiden kuulemiemme runojen sanat tuntuivat tilaisuuteen tarkasti valituilta. Toinen ote samasta kenttäpäiväkirjastani osoittaa, miten runojen lisäksi myös musiikki voi virittää erilaisia kehollisia kokemuksia ja tunteita, ja tunneilma- piiri suuntaa tapaa, joilla niitä voi ilmaista ja tuoda esiin:

Runojen lisäksi juhlien toistuvina elementteinä toimivat myös humoristinen tarinointi ja musiikki. Yleisön nauru ilmensi iloista tunnelmaa, ja runojen tai musiikin aiheuttamasta liikutuksesta kielivät taskuista esiin otetut nenäliinat. Oma vaikuttumiseni aiheutti tarvetta keskittyä pitämään kehoni paikallaan auditorion penkissä, vaikka musiikki olisi luontaisesti saanut kehoni liikehtimään sen rytmisissä, ja runojen sanat liikuttivat mieltäni niin, että kyöneleitä pyrki ulos silmäkulmista enemmän kuin koin tilanteissa sopivaksi näyttää. Kamppailin sisäisesti tutkijan roolilta odotettavan, neutraalin tunteita hallitsevan ja esityksistä vaikuttuneen liikuttuneen kehon reaktioiden välillä. Jäin pohtimaan, miltä muiden osallistujien kehoissa tuntui samoissa tilanteissa, sillä ulospäin en heidän toiminnastaan sitä pystynyt tulkitsemaan. Olimme yhteisessä tilassa, mutta tuntui, kuin jokainen olisi kokenut tapahtumia ennen kaikkea yksilönä, omissa mielissä ja kehoissaan. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Taiteen tunteita virittävää roolia voi tarkastella myös terapeutin kulttuurin linssin läpi. Terapeutin kulttuurin emotionaalinen tyyli korostaa tunteiden hallintaa osana sosiaalisia vuorovaikutustilanteita (Illouz 2008, 80). Esimerkiksi Katariina puhui moneen otteeseen erityisherkkyyden mahdollistamasta ”hurmioitumisesta”, ja Katariinan lisäksi myös monet muut haastateltavat kertoivat myös, että he kokivat erityisherkkyyden sekä lähteenä luovuuteen ja taiteen tekemiseen, että välineenä taiteen kokemiseen, jopa siitä hurmioitumiseen. Kuten edellä esitetystä tilanteen kuvauksesta ilmenee, hillityssä ja rauhallisessa ilmapiirissä voi olla läsnä moninaisia tunteita ilman eksplisiittisesti näyttäviä tunteiden ilmaisuja. Interaktiorituaali voi siten vahvistaa myös terapeutista, tunteiden hallintaan suuntaavaa tunneilmapiiriä.

Myös omasta hyvinvoinnista huolehtimisen terapeuttilinen eetos voi suunnata interaktiorituaalia ja se voi sisältää myös terapeuttilisia elementtejä. Esimerkiksi seuraava ote kenttäpäiväkirjasta kuvastaa interaktiorituaalin tarjoamaa mahdollisuutta hallita stressiä tai väsymystä:

Käynti Päivilässä ja jo iltapäivään ehtinyt ohjelma ja sen tarkkaavainen havainnointi ja aistiminen ovat vieneet energiaani ja tunnen väsymystä kehossani. Aurinkoisella tapahtumapaikan pihamaalla tapahtunut venyttelyhetki osuu sopivaan aikaan, ja koen sen hyväksi mahdollisuudeksi päästä purkamaan jännitystä kehostani ja mielestäni. Tavoitteeni on myös kokea juhlaa mahdollisimman autenttisesti muiden osallistujien tavoin tutkijan roolistani huolimatta. Shindo-venyttelyn sanotaan poistavan stressiä ja kireyttä kehosta ja mielestä. Teen liikkeit ohjeen mukaan, mutta rentoutuminen on vaikeaa, koska mielessä pyörivät päivän tapahtumat ja se, mitä kaikkea tulen siitä kirjaamaan ylös kenttäpäiväkirjaani. Ensimmäisenä kirjaankin sen monien tunteiden kirjon, jota olen tuntenut päivän aikana. Siihen kuuluu niin iloa, innostusta, jännitystä, liikutusta kuin harmitustakin. Aurinkoinen sää saa kuitenkin kokonaisuuden tuntumaan sellaiselta rennolta kesäpäivältä, kuin se oma työroolini huomioiden oli mahdollista. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Kehon venyttely tai mielenhallintaan tähtäävät mindfulness-harjoitukset ovat terapeuttiliseen kulttuuriin liitettyjä käytäntöjä (Madsen 2015), joiden avulla on mahdollista rentoutua ja käsitellä omia ajatuksia ja tunteita ja antaa keholle ja mielelle mahdollisuuksia palautumiseen. Liikuttamista esiin nostava esteettinen ja elämyksellinen ohjelma ja toisaalta tunteiden hallintaa korostava terapeuttilinen ilmapiiri saivat rinnalleen kaikissa juhlissa myös muita terapeuttiliseen kulttuuriin liitettyjä elementtejä, kuten itsehoivaa vahvistavia, erilaisia kehon- ja mielenhallintaan liittyviä ohjelmanumeroita. Tällaisia kehon ja mielen hallintaan tähtääviä menetelmiä on monissa tutkimuksissa tarkasteltu vaihtoehtoisina terveyskäytäntöinä, joilla on todettu olevan kasvava rooli yksilöiden hyvinvoinnista huolehtimisessa. Niillä on todettu olevan vaikutuksia esimerkiksi ahdistuksen vähenemiseen tai positiivisuuden kokemuksiin, ja niiden on todettu lisäävän hallinnan tunnetta omasta terveydestä. (Sointu 2013.)

Harjoitusten ja työpajojen toimintaohjeita voi lukea terapeuttilisen kulttuurin teksteinä, jotka lupaavat siirtymistä parempaan hyvinvointiin ja itsetuntemukseen. Esimerkiksi venyttely- ja mindfulness-harjoitusten lisäksi tanssiliike- ja kuvataideterapiaa sisältävissä työpajoissa käytettyjen menetelmien ohjeistuksissa kerrotaan, miten niiden luvattiin auttavan itsehoivaan ja -tutkiskeluun, kuten ”edistämään omaa hyvinvointia”, ”lisäämään itsetuntemusta” ja ”omanarvontuntoa” ja ”itsen hyväksymistä” ja mahdollistavan ”omaan sisäiseen maailmaan tutustumisen”. Työpajojen

kuvattiin tarjoavan mahdollisuuden ”tunteiden ja ajatusten reflektointiin” ja siten niiden käsittelyyn itsenäisesti. Menetelmien kuvattiin auttavan ”oman kommunikaation ja vuorovaikutuksen tutkimiseen” ja ”kärsivällisyyteen”. Itsetutkiskelun ja -parantelun lisäksi menetelmien kuvattiin antavan ”mahdollisuuden elää hetkessä”, ”lempeästi ja hyväksyen ja kaikesta ylimääräisestä irti päästäen”. Työpajoista toivottiin löytyvän myös ”voimavaroja arkeen ja elämän tarjoamiin haasteisiin”. Juhlia voi tulkita siten vaihtoehtoisten terapeuttien käytäntöjen soveltamisen paikkoina, joissa on lupa keskittyä itseen ja omaan hyvinvointiin.

Työpajojen menetelmiä kuvaavat ilmaukset osoittavat terapeutin kulttuurin emotionaalisen tyylin voivan olla sisäänrakennettu osa yhdistystoimintaa. Terapeutin diskurssi korostaa mahdollisuuksia parantaa vuorovaikutustaitoja, lisätä itsetuntemusta ja -hyväksyntää, mutta samalla myös muokata omaa minuutta yhä paremmaksi. Terapeutin kulttuurin on sanottu myös vahvistavan uusliberalistisia arvoja, henkilökohtaista kasvua ja yksilön vastuuta. (Foster 2016; Rose 1999; Swan 2010.) Terapeutin kulttuurin emotionaalinen tyyli houkuttelee itsehallinnan parantamiseen ja tilanteesta riippuen joko oman toiminnan muuttamiseen ja asioiden näkemiseen uudella tavalla tai niiden täydelliseen hyväksymiseen (Illouz 2008). Terapeutin tunnekulttuurin vahvistamista tukevan interaktiivisen elementteinä erilaiset terapeutit voivat tarjota jokaiselle jotakin, itsen kehittämistä, reflektiota ja terapeutista itsehoivaa. Itsehoivan ja -tutkiskelun merkitystä on myös korostettu tärkeäksi lähtökohdaksi solidaarisuuden syntymiselle, sillä itsestä huolehtiminen voi vahvistaa myös halua huolehtia muista (Sointu & Hill 2022). Siten itsehoiva voi siivittää antamaa myös muille hoivaa ja terapeutteja lahjoja, kuten seuraavaksi tuon esiin.



Kuva 8. Käynti Päivilässä.



Kuva 9. Kotipihojen antimet.



Kuva 10. Itsehoivaa mahdollistava venyttelyhetki osana juhlaohjelmaa.

7.2 Terapeuttiset lahjat

Kaikessa runsaudessaan se on valtava lahja

Helenan tavoin moni muukin keskustelukumppanini kuvasi erityisherkkyyttä rikkaudeksi elämässään, lahjaksi. Myös juhlien vuorovaikutustilanteissa jaettuja kokemuksia ja kannustavia sanoja kuvattiin ”lahjoiksi toisille”. Kokemusten sanallistaminen, ajatusten, mielipiteiden ja näkökulmien jakaminen ja avun tarjoaminen voivat olla lahjoja, joilla ylläpidetään ja edistetään vuorovaikutusta. Lahjan merkitys liittyy lahjan antajan ja saajan välisen sosiaalisen suhteen uusintamiseen ja vahvistamiseen. (Hallamaa 2017; Mauss 1999; Papilloud 2015.) Juhlia voi siten tulkita paikkana, jossa on mahdollista vaalia erityisherkkyyttä lahjana ja antaa myös toisille lahjoja. Collinsin (2004) mukaan onnistunut interaktiorituaali lisää osallistujien positiivisia tunteita yhteisön muita jäseniä kohtaan ja voi lisätä halua auttaa ja antaa jotakin hyvää myös takaisin.

Juhlien tiedollisten ja taiteellisten elementtien seuraamisesta ja terapeuttisten harjoitteiden tekemisestä syntynyt vaikutelma yksilöllisestä ja terapeuttisesta oppimisen, liikuttumisen ja itsehillinnän kokemuksista rakentuvasta ilmapiiristä täydentyy, kun monet haastateltavat ja keskustelukumppanini toivat tapahtumassa esiin, miten ensimmäinen osallistuminen juhliin oli ollut erityisen mieleenpainuva, ”helpotuksen” tunnetta tuottava kokemus. He kertoivat, että muut osallistujat olivat tuntuneet alusta asti helposti lähestyttäviltä ja esimerkiksi Pekka luonnehti, miten keskustelun aloittaminen oli tuntunut helpolta:

Se eka kesätapahtuma oli tajuntaa räjäyttävä. Sata ihmistä, pystyit kahvijonossa alkaa täysin tuntemattoman ihmisen kanssa juttelemaan.

Pekka kertoi, että keskustelun aloittamisen helppous vieraiden ihmisten kanssa oli ollut hänelle jopa yllättävä ja uudenlainen kokemus. Tein saman havainnon, sillä juhlien ruokailuhetket ja siirtymätilanteet näyttäytyivät paikkoina avoimille keskustelunaloituksille. Kirjoittamaton sääntö tuntui olevan, että hyvin henkilökohtaisistakin asioista oli lupa keskustella. Jaoin siten kokemuksen avoimesta keskustelukulttuurista, ja päädyin monissa tilanteissa juhlien aikana juttelemaan ennestään vieraiden ihmisten kanssa niin ihmissuhteisiin kuin terveyteen liittyvistä henkilökohtaisistakin aiheista. Keskustelut loivat tunnetta intiimistä ilmapiiristä, jossa oli mahdollista kohdata muita avoimesti. Osallistujien välillä tuntui vallitsevan luottamus siitä, että omat kokemukset tulivat kuulluiksi ja ymmärretyiksi. Sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on tuotu esiin, miten vapailla, intiimeillä keskusteluilla voi luoda aitouden ja autenttisuuden ilmapiiriä, vahvistaa yhteenkuuluvuuden kokemusta, ja ne voivat tarjota myös mahdollisuuden erilaisten tunteiden pintaan nousemiseen ja

esille tuomiseen (*emotional opportunities*, Guenther 2009; Whittier 2001; Whittier 2021).

Myös omaan elämään liittyvät narratiivit voivat toimia interaktiorituaalia vahvistavina symboleina, joita voidaan kuljettaa tarinavarantona myös rituaalista toiseen ja siten vahvistaa yhteenkuuluvuutta (Collins 2004, 85). Juhlien intiimiksi ja luottamusta herättäväksi kuvatussa ilmapiirissä käytiin monia keskusteluja, joissa tuotiin esille vaikeita elämäntilanteita ja tunteita. Erityisherkkyyden käsitteellä merkityksellistettiin monia elämän aikana koettuja kriisejä. Monille tuntui olevan tarve näiden kokemusten jakamiseen myös juhlien kontekstissa. Siten moninaiset tunteet, ilon, hurmioitumisen ja voimaantumisen lisäksi myös surun ja harmistuksen tunteet näyttäytyivät yhteenkuuluvuuden rakentamisen elementteinä. Moni haastateltava ja keskustelukumppani toi esiin, miten he kokivat joutuvansa arkielämässään piilottelemaan omaa minuuttaan ja sopeuttamaan toimintaansa erilaisissa ympäristöissä. Monet kertoivat, miten ryhmän yhteinen kokoontuminen ja erityisherkkyyden juhlistaminen antoivat mahdollisuuden turvalliseen ympäristöön olla ja toimia omaa minuutta ilmentävästi ja erityisherkkyyden ilmiötä arvostaen. Juhlat näyttäytyivät heille paikkana saada tunnustusta omalle minuudelle, ja siten niihin sisältyi lupaus niin hyväksynnästä, kunnioituksesta kuin arvostuksestaakin. Nämä ovat tunnustus- suhdeteoreetikko Axel Honnethin (1995) mukaan keskeisiä tunnustuksen muotoja. Narratiivien kertominen ja identiteetin tunnustaminen voivat rakentaa juhlatunnelmaan luottamuksen ilmapiiriä. Pidän tätä osoituksena siitä, että interaktiorituaali voi toimia terapeutin itsehoidon tarjoavana paikkana ja yhteisön terapeutista tunnekulttuuria vahvistavana. Interaktiorituaali voi tarjota mahdollisuuden sekä antaa että saada hyväksytyksi tulemisen ja osallisuuden kokemuksen mahdollistamia lahjoja.

Lahjojen jakamista voi tarkastella myös verkossa tapahtuvana yhteenkuuluvuutta vahvistavana osana interaktiorituaalia. Juhlat voivat tarjota paikan verkossa tapahtuvalle vertaistuelle, jonka on tutkimuksissa todettu painottuvan erityisesti tiedon välittämiseen, mutta myös kokemusten jakamiseen ja emotionaaliseen tukeen (Niéla-Vilen ym. 2014). Kiinnitin huomiota siihen, miten sanallisen vuorovaikutuksen merkitys juhlien tunneilmapiirin rakentamisessa korostuu verkkoympäristössä toteutetuissa juhlissa. Esimerkiksi juhlien tunnelma onnistuttiin säilyttämään alun teknisistä haasteista huolimatta osallistujia sitouttavana, sillä suurin osa osallistujista jakoi olla mukana juhlien alusta loppuun. Sitouttavaa tunnelmaa pidettiin yllä erityisesti positiivisilla kommentteilla ja chat-keskusteluilla. Chat-keskustelun koettiin kuitenkin myös jonkin verran häiritsevän varsinaiseen ohjelmaan keskittymistä ja luovan levotonta tunnelmaa. Esimerkiksi yksi osallistujista kommentoi, miten syventyminen kahteen asiaan, kuunteluun ja kirjalliseen keskusteluun, yhtä aikaa oli vaikeaa. Syyn tähän vaikeuteen hän paikansi erityisherkkyyteen: ”Tämä on just tätä erityisherkkyyden ydintä”. Kommentin voi tulkita sanallisena lahjana, joka voi

vahvistaa yhteistä identiteettiä ja ryhmän yhteenkuuluvuuden kokemusta uudenaikaisessa toimintaympäristössä, ja voi lisätä siten luottamusta osallistujien välillä.

Keskustelut verkkoympäristössä voivat mahdollistaa yhteenkuuluvuuden artikulointia ja siten hyvän tekemistä muille, ne voivat mahdollistaa juhlatunnelmaa nostattavien sanallisten lahjojen antamisen toisille osallistujille. Käytännössä verkossa toteutettuja keskusteluja käytiin sekä koko osallistujajoukon yhteisessä tilassa että pienemmissä ryhmissä. Pääsin seuraamaan eri ryhmien keskusteluja ja sain siten käsitteksen siitä, mistä teemoista niissä keskusteltiin. Keskustelujen lähtökohtana oli pohtia, miten erityisherkkyyden koettiin ilmenevän erilaisissa arkipäivän tilanteissa. Ryhmäkeskustelujen ohjeet oli jaettu etukäteen osallistujien sähköpostiin. Osa kertoi, että ohjeet olivat ohjautuneet sähköpostin roskapostikansioon, joten kaikki eivät olleet voineet tutustua tehtävänantoon etukäteen. Ryhmissä päätettiin jakaa näytölle keskustelussa pohdittaviksi tarkoitettut kysymykset kaikkien nähtäväksi, ja näin ryhmien jäsenten yhteistä toimintaa ja vuorovaikutusta oli mahdollista säädellä joustavasti muuttamalla toimintatapoja erilaisten osallistujien tarpeisiin vastaavasti ja pitäen kiinni siitä, että kaikki kokisivat voivansa osallistua keskusteluihin erilaisista teknisistä haasteista huolimatta. Yhteenkuuluvuuden tunteesta pidettiin kiinni varmistamalla, että kaikki kokivat kuuluvansa juhluvieraiden joukkoon, vaikka ilman toimivaa mikrofonia tai kameraa, pelkästään kuuntelemalla sanallista vuorovaikutusta.

Yhteiset keskustelut voivat tarjota mahdollisuuden seurata, millaisia samanlaisuuden ja erilaisuuden kokemuksia osallistujat liittävät identiteettiin suhteessa muihin ja myös suhteessa ryhmän jäseniin (Bernstein ym. 2014). Verkkokeskustelut voivat toimia myös erityisherkkyyden identiteetin vahvistamisen paikkoina, ja moni kuvasi keskusteluissa itseään ”erilaiseksi”, ”kummalliseksi” tai ”omaperäiseksi”. Eräs keskustelija koki olevansa kuin ”punainen vaate joillekin”, ja miten hänen olemuksensa oli koettu arkielämän tilanteissa ”häiritseväksi”. Keskusteluissa tuotiin esiin myös työelämään liittyviä kokemuksia, ja jaettiin kokemuksia työelämän vaatimuksista ja siitä, miten niihin oli mahdollista sopeutua. Eräs keskustelija tiivistä kertomuksia toteamalla, miten ”nämä ovat monia erityisherkkiä yhdistäviä hirvittäviä tilanteita”. Yhteisten kokemusten jakaminen koettiin tärkeäksi ja ryhmäkeskustelut mahdollistivat ikään kuin empatian kokemisen ja välittämisen muille. Keskusteluissa tuotiin esiin, miten ne tarjosivat paikan olla ”omien kanssa”, paikan, jossa oma ”kummallisuus” ei häirinnyt ketään, ja voitiin olla ikään kuin ”paossa arkielämää” ja sen haastaviksi koettuja tilanteita. Keskustelut toimivat omien kokemusten esille tuomisen paikkoina ja muiden hyväksymisen lahjan saamisena. Verkkokeskustelujen tarkastelu vahvistaa haastatteluissa esiin nousutta tulkintaa erityisherkkyyden identiteetin merkityksestä erilaisuutena, ja tätä kokemusta on mahdollista jakaa omaan ryhmään kuuluvien kanssa (ks. luku 4).

Sanalliset lahjat voivat auttaa solmimaan, ylläpitämään ja syventämään yhteenkuuluvuutta ja edistämään yhteisen asian näkyväksi tekemistä myös tulevaisuudessa (Hallamaa 2017). Tällä voi olla tärkeä merkitys myös yhdistystoiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Arkielämän erilaisuuden kokemusten jakamisen yhteydessä moni kertoi, että muiden kertomista kokemuksista oli löydettävissä paljon tuttua, ja että niihin oli mahdollista samastua. Esimerkiksi yksi pienryhmän osallistujista toi esiin, miten keskustelu loi hyväksymisen tuntua ja ryhmässä vallitsi ymmärrys, ”samanlainen pohjavire”. Sanoilla luotiin kuvausta siitä, millaisia erityisherät olivat, ja miten samuuden kokemukset sitoivat osallistujia yhteen. Yksilöllisistä kokemuksista artikuloiminen tuntui lisäävän kokemusta yhteenkuuluvuudesta pikemminkin kuin tekevän eroa osallistujien välille. Bernsteinin (1997) mukaan yksilöllisten kokemusten ja erojen artikuloiminen voi tuottaa samanlaisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Erityisherkyys paikantui keskusteluissa yhteiskunnallisesti marginaaliseksi ilmiöksi, ja keskusteluissa oli mahdollista tehdä näkyväksi myös rajoja suhteessa muihin kuin oman yhteisön jäseniin. Esimerkiksi juhlan lopussa kuullussa paneelikeskustelussa todettiin, että ”erityisherkyys-keskustelu ei ole vielä valtavirtaa”. Interaktiivisissa voidaan luoda tunnelmaa ja tunnetta siitä, miten kokoontuminen muulta maailmalta vielä suhteellisen vieraan ilmiön äärellä voi vahvistaa yhteenkuuluvuutta yhteisön sisällä.

Lahjan ideaan sisältyvää vastavuoroisuutta voi osoittaa myös jakamalla samoja neuvoja eteenpäin (Maloney 2013, 117–119). Terapeuttilinen kulttuuri suuntaa yksilöitä erilaisten itsehallintamenetelmien käyttöön sekä erilaisia yhteisöjä auttamaan, neuvomaan ja opastamaan tällaisten menetelmien löytämiseen ja hyödyntämiseen (Illouz 2008). Juhlissa jaetut sanalliset lahjat sisälsivät erilaisia käytännön keinoja hallita erityisherkyyttä ja kantaa vastuuta omasta ja toisten hyvinvoinnista. Yksi keskeisimmistä keskustelunaiheista juhlissa oli se, millaisilla keinoilla erilaisissa haastaviksi koetuissa arkipäivän tilanteissa oli mahdollista selviytyä paremmin. Sain kuulla, miten erilaisista koulutuksista, kirjoista, joogasta, mindfulnessista, meditaatiosta tai luonnossa liikkumisesta oli monelle löytynyt toimivia keinoja pitää huolta itsestä. Keskusteluissa viestittiin välittämistä ja tuotiin esiin halua auttaa, neuvottiin ja kannustettiin. Eräs osallistuja totesi, miten oli tärkeää myös ”käyttää saamia lahjoja oikein”. Tällä hän viittasi siihen, miten erityisherkyyttä vaalimalla oli mahdollista jakaa hyvää myös eteenpäin. Kokemusten jakamisessa oli siten tulkintani mukaan terapeuttilinen vire, ja lahjoilla ”terapeuttilinen henki”. Yhteisön juhla voi näyttäytyä yhdistystoiminnan tarjoamana paikkana ottaa haltuun terapeuttilisen kulttuurin laaja käytäntöjen tarjonta ja löytää sieltä sekä ryhmälle että kullekin yksilölle parhaiten sopivat välineet.

Vertaistuellisen kohtaamisen tunneyhteys voi mahdollistaa ymmärryksen, lohdun ja sympatian välittämistä ja tiedonvaihtoa, jotka ovat Kirkegaardin (2022, 515–516) mukaan tärkeitä vertaistuen elementtejä. Juhlat voivat tarjota puitteet vertais-

tuelliselle kohtaamiselle, jossa yhteenkuuluvuuden tunnetta voi vahvistaa esimerkiksi sanallistamalla myös tilanteessa koettuja tunteita ja kehollisia reaktioita, kuten eräs keskustelija totesi: ”Täällä yksi herkkis alkaa kohta kyynelehtiä.” Myös verkkoympäristö voi mahdollistaa avoimen tunneilmapiirin, jossa on mahdollista liikuttua ja välittää sanallisesti omaa liikuttumisen tunnetta myös muille. Chatissa käyty keskustelu kannustavine viesteineen voi tukea tunteiden ilmaisuun rohkaisevaa ilmapiiriä. Positiivisella kannustamisella voi olla tärkeä merkitys yhteenkuuluvuuden tunteeseen vaikuttavana tekijänä ja juhlatunnelman ylläpitäjänä, ja keskustelussa eräs osallistuja kutsuikin viestejä ”lahjoiksi toisille”. Sanallisiin lahjapaketteihin on mahdollista kääriä positiivisia kommentteja ja vahvistaa yhteisön rajoja. Kommentteissa kannustettiin, lohdutettiin, kiitettiin ja jaettiin kokemuksia samoista tunteista: ”Minulla on ihan sama juttu”, ”Osaan sen kuvitella”, ”Kiitos ryhmälle, oli ihanaa”.

Sanallisten lahjojen vastaanottaminen voi olla interaktiorituaalia vahvistava elementti, mutta niiden vaikutusta yksilöiden emotionaalisen energiaan vaikea ennustaa. Verkkoviestintä painottui lyhyisiin puheenvuoroihin ja sanallisiin kommentteihin viestikentässä, ja kehollisen läsnäolon puuttuminen teki tunnelman moniaistisesta havainnoinnista haastavaa. Keskustelujen sisältöjen seuraaminen vaati paljon keskittymistä ja tuntui vievän voimavaroja aivan eri tavalla kuin lähitapaamisena pidetyt juhlat. Verkon kautta välittyi yhteenkuuluvuutta korostavia sanoja samalla, kun katselin tietokoneen ruutua ja oman työpöytäni paperipinoja ja kuuntelin sivukorvalla perheenjäsenteni keskusteluja vieraisesta huoneesta. Olin mukana juhlissa, mutta tunnelma oli kuin sommitelma verkon kautta välittyviä sanallisia lahjoja, ja oman arkiympäristöni ärsykyttä, jotka selvästi häiritsivät juhlatunnelmaan keskittymistä ja sen kokemista. En myöskään voinut tietää, millaisissa olosuhteissa muut osallistujat osallistuivat tapahtumaan, ja miten esimerkiksi ainoastaan kuuntelijoina tilaisuuteen osallistuvat ottivat jaossa olleita lahjoja vastaan. Niiden pohjalta ei myöskään ollut mahdollista jatkaa vapaamuotoisia keskusteluja esimerkiksi siirtymätilanteissa tai yhteisissä ruokailuhetkissä. Sanallisten lahjojen merkitys emotionaalisen energian ylläpitäjänä vaatii niiden tarkastelua myös juhlien jälkeen, osana yhdistyksen muuta toimintaa ja yhteisön jäsenten arkielämää.

Sanallisten lahjojen jakamisen lisäksi mahdollisuus osallistua ryhmän erilaisiin symboleihin liittyvään keskusteluun ja ottaa kantaa niihin voi vahvistaa ryhmän yhteenkuuluvuuden kokemusta ja solidaarisuutta (Collins 2004). Keskustelu yhdistyksen brändistä ja visuaalisesta ilmeestä oli yksi ohjelmanumero, jossa yhteisöön liittyvistä symboleista oli mahdollista keskustella ja kertoa mielipiteitä. Yhdistyksen uudistetun logon teemaksi oli valittu luonto, ja keskusteluissa logoa verrattiin ”kukan terälehdiksi”, ”laineeksi” tai ”sipulin kuoreksi”. Sipulinkuori -metaforalla kuvattiin kerroksittain paljastuvaa oman minuuden löytämisen prosessia. Symbolit voivat edustaa ja vahvistaa identiteetin kuvausta, jota yhteisössä toiminnassa tuotetaan. Uudesta ilmeestä ja logosta keskusteltiin innostuneesti, ja sitä kehuttiin ”raikkaaksi”,

”tyylikkääksi”, ”selkeäksi”, ja ”kauniiksi”. Keskusteluissa pohdittiin myös sitä, toiko logo riittävästi esiin ”herkkyyttä”. Logolla ja muilla symboleilla on oma roolinsa viestittämässä ryhmän yhteenkuuluvuudesta (Collins 2004), mutta kuten keskustelussa tuotiin esiin, moninaisten kokemusten tiivistäminen yhdeksi kuvaksi voi olla mahdotonta, ja valittu visuaalinen ilme on aina ”kompromissi” ja ”resurssikysymys”. Yhteisistä symboleista keskustelu voi kuitenkin mahdollistaa osallistumisen ryhmästä annettavan julkisen kuvan muokkaamiseen ja siten sen määrittelemiseen, millaisena ryhmä näyttää myös muille kuin siihen kuuluville (Bernstein ym. 2014).

Kuten edellä olen osoittanut, juhlat voivat toimia tärkeänä kontekstina yhteenkuuluvuuden kokemusten artikulointiin ja jakamiseen ja yhteisistä symboleista keskustelemiseen. Erimielisyyden ilmaisu tai lahjoista kieltäytyminen olisivat voineet muodostua yhteenkuuluvuutta haastaviksi, mutta niitä ei juurikaan ilmaistu. Juhlat toimivat lahjojen antamisen paikkana, ja vahvistavat tulkintaani siitä, että yhteenkuuluvuutta vahvistavat sanat ja terapeuttiliset käytännöt voivat välittyä ajasta ja paikasta riippumatta, ja kulkea lahjoina ihmisten välillä kaikkien avattaviksi ja hyödynnettäviksi. Lahjoja tunnuttiin myös otettavan ilolla vastaan. Kuten yksi osallistuja juhlien jälkitunnelmista kertoessaan totesi: ”Tapahtuma oli terapeuttilinen ja rikastutti elämääni”. Lahjojen prosessimainen luonne (Mauss 2002) voi mahdollistaa vastavuoroisuuden kohdistumisen myös muihin kuin juhlassa mukana oleviin. Ehkä tilaisuudesta saatuja lahjoja voi jakaa eteenpäin myös muussa toiminnassa ja arkielämän tilanteissa, ja siten ne voivat toimia myös emotionaalisen energian vahvistajina ja saada toimimaan.

7.3 Tunteet liikkeessä

Jos tässä paikassa ei ymmärretä kyyneliä, mihin menen itkemään?

Jos tässä paikassa ei sieluni pääse lentoon, mihin menen lentämään?

Jos tässä paikassa en voi esittää kysymyksiäni, mihin menen etsimään?

Jos tässä paikassa ei kuulla tunteitani, mihin menen kertomaan?

Jos tässä paikassa ei minua ymmärretä sellaisena kuin olen, mihin voin mennä olemaan?

Jos tässä paikassa en voi yrittää oppia ja kasvaa, missä voin olla vain oma itseni?

Jos tässä paikassa ei ymmärretä kyyneliäni, mihin menen itkemään?

(William J. Crockett, ote kenttäpäiväkirjasta)

Kolmansissa osallistumisssani juhlassa lausuttuihin William J. Crockettin sanoihin kietoutuu koko sen hetkiseen elämäntilanteeseeni liittyvien tunteiden kirjo. Pitkään

jatkunut Covid19-pandemia ja siihen liittyvät yleiset kokoontumisrajoitukset olivat estäneet ihmisiä kokoontumasta yleisötilaisuuksiin. Tapahtuman järjestämisen aikaan tehdyt lievennykset rajoituksiin mahdollistivat tilaisuuden toteutumisen. Itselteni osallistuminen merkitsi ihmisten kohtaamista pitkän etätyöskentelyä sisältäneen ajanjakson jälkeen, ja se tuntui erityisen merkitykselliseltä. Myös runon antama loppaus tunteiden näyttämisestä tuntui vapauttavalta. Maailmanlaajuinen tilanne, henkilökohtainen elämä ja juhlahetki kietoutuivat yhteen. Saatoin vain arvailla, millaisista tilanteista muut osallistujat pitkien rajoitusten jälkeen saapuivat paikalle, ja millaisia tunteita he jo valmiiksi kantoivat kehoissaan. Tunteisiin liittyvä sosiaalisten liikkeiden tutkimus on korostanut tunteiden tilanteisuutta ja hetkellisyyttä, mutta myös niiden verkostomaista kurottautumista yksilöllisiin ja kollektiivisiin tilanteisiin ja kokemuksiin (Flam 1990; Flam & King 2005). Samassa paikassa voivat olla hetkellisesti läsnä moninaisten tunteiden kirjo ja niiden erilaiset tarinat. Onnistunut interaktiorituaali vaatii kuitenkin erilaisten tunteiden suuntaamista yhteiseen tunnekokemukseen ja muiden tunteiden häivyttämiseen. Siten rituaaleihin liittyy myös moraalinen ulottuvuus liittyä sopivana pidettyyn tunneilmaisuun (Collins 2004, 50–53).

Eva Illouz (2008) mukaan terapeutista tunnetyöä kuvastaa tunteiden säätelyn korostunut merkitys ja neutraali muiden kuuntelemisen ja ymmärtämisen merkitys. Juhlien ohjelmassa ollut tunteiden psykologiaan ja mielen hyvinvointitaitoihin painottuva luento sai yleisöltä paljon kiitosta. Kuulimme, miten tunteita pitää kohdata, käsitellä ja niiden ilmaisua ohjata. Ymmärsin opiskelevani tunneälyyn liitettyjä taitoja. Tiedostavaan, tietopohjaiseen tunteiden hallinnan parempaan käsittelyyn johdettava ohjelma loi tarvetta rationalisoida ja reflektoida omaa toimintaa myös juhlatilanteessa ja pyrkiä sulautumaan joukkoon.

Yhteiseen toimintaan osallistuminen voi muuttaa yksilöiden tunteiden ilmaisua vastaamaan yhteisesti jaettua tunnekokemusta (ks. Collins 2004). Juhlien järjestämisen tarkoitus voi olla vahvistaa yhteenkuuluvuutta, solidaarisuutta ja kääntää arkielämässä koettuja toiseuden ja häpeänkin tunteita ylpeydeksi omasta erityisherkkyydestä, juhlistaa erityisherkkiä, ja samalla opetella taitoja erityisherkkyyden kokemusten hallintaan ja parempaan hyvinvointiin. Nämä ovat monissa sosiaalisten liikkeiden tutkimuksissa tunnistettuja kollektiivisen identiteetin rakentamisen elementtejä (Delap 2018; Flam 2015; Guenther 2009; Jasper 2011; Poma & Gravante 2016; Whittier 2021; Wulff ym. 2015). Samaan aikaan tunneilmapiiriin sulautuminen voi olla myös ristiriitaista. Interaktiorituaali suuntaa siten vahvistamaan yhteisön tunnekuultuuria ja identiteettiä. Ote kenttäpäiväkirjasta kuvastaa omaa tunteiden hallintaan liittyvää tasapainoilua, johon liittyi oman henkilökohtaisen elämän, juhlan esteettisen ohjelman ja ympäröivän tunneilmapiirin sekä tutkijan positioni reflektointia:

Keskustelin muiden osallistujien kanssa esimerkiksi pandemia-ajan etätyöskentelystä. Kiertelin ihastelemassa tapahtumapaikan kukkivaa pihamaata ja nautin lounaspöydän antimista. Totesin osaavani sulautua joukkoon, mutta sisälläni kävin läpi niin hämmennyksen kuin lievän ärtymyksenkin tunteita. Pohdin tilaisuuden alussa esitettyä runoa, sen sanoja ja niiden antamaa lupaus tunteiden ilmaisuun. Runon sanat antoivat luvan itkeä, silti suuri osa energiastani meni tunteiden peittelemiseen ja niiden hallintaan. Tunsin nolouden tunnetta siitä, miten juuri minä tutkijana olin se, joka jatkuvasti niisti nenäänsä esitysten aikana. Tuntui, kuin muut olisivat istuneet täysin hillittyinä ja tunteensa hallitsevina omilla paikoillaan nauttien musiikista. Heidän ulkoisesta olemuksestaan en pystynyt päätelemään, miten liikuttuneita he musiikista olivat. Siten tunsin lievää ristiriitaa siitä, mitä runo lupasi ja miten tuota lupaus oli mahdollista hyödyntää. Toisaalta en voinut arvioida sitä, miten muut osallistujat näkivät minun liikuttumiseni tilanteessa. Kävivätkö muutkin osallistujat samoja pohdintoja mielessään, kamppaillen kaikin voimin liikuttumista vastaan, kyyneleitä pidätellen? (ote kenttäpäiväkirjasta)

Koin tilanteessa henkilökohtaista ristiriitaa siinä, miten oma tunteiden näyttämisen ja hallitsemisen välinen tasapainoilu suhteutui ympäristöön ja mietin, osasinko tuottaa oikeanlaista juhlijuutta. Nancy Whittierin (2021) mukaan jaettu toiminta voi lisätä solidaarisuutta, mutta tunnekulttuuri voi luoda myös eroja ryhmän jäsenten välille. Terapeuttinen itsetutkiskelu voi toimia merkittävänä tapana käsitellä omia tunteita. Itselleni se ei juuri tässä tilanteessa tuntunut tuovan muutosta ristiriitaiseen oloon, jota ote kenttäpäiväkirjasta kuvastaa:

Juhlissa kuultu musiikkikappale surujen kitarasta nosti pintaan oman elämäntilanteeseeni liittyvien tunteiden kirjon, ja ne loivat juhlatunnelman kokemiseen ristiriidan, jota en luennoilla kuulemillani opeilla enkä kuvataideterapeuttisessa työpajassa käyttämillani vesiväreillä pystynyt häivyttämään. Silti olo oli samaan aikaan perhosenkevyt. (ote kenttäpäiväkirjasta)

Mahdollisten ristiriitaisten kokemusten näkyväksi tekeminen ei ole juhlien kontekstissa sopivaa, ja vääränlaisten tunteiden ilmaiseminen voi johtaa interaktiorituaalin epäonnistumiseen. Collins (2004) käyttää emotionaalisen energian käsitettä kuvaamaan itse rituaalitapahtumaa pidempää tunnetta, jonka ihmiset ottavat ryhmästä mukaansa, ja joka voi antaa heille luottamusta, varmuutta, innostusta ja aloitteellisuutta. Omat havaintoni antavat viitteitä siitä, miten tunnekulttuuri ja sitä vahvistavat interaktiorituaalit voivat suunnata noudattamaan terapeuttilisen eetoksen moraalialueita, kääntämään negatiivisia tunteita positiivisiksi ja vahvistamaan solidaarisuutta niiden

varassa. Tulkitsin juhlien tavoitteeksi yhteenkuuluvuuden lisäämisen vahvistamalla erityisherkkyydelle annettuja positiivisia ja voimaannuttavia merkityksiä.

Emotionaalinen energia suuntaa kohti tulevaa ja rakentaa jatkuvuutta yhteiselle toiminnalle. Kaikkien juhlien päättyessä oli jo varmuus siitä, että seuraavana vuonna olisi jälleen mahdollisuus kokoontua yhteen. Juhlien toistuvuudella ja niiden mahdollistamalla ilon ja yhteenkuuluvuuden tunteilla voi olla merkitystä myös yhteisön jatkuvuudelle. Juhlat voivat siten toimia kollektiivista identiteettiä vahvistavana rituaaliketjuna, joka vahvistaa solidaarisuutta, iloa, toivoa ja yhteyttä toisiin (*interaction ritual chain*, Collins 2004) ja voi tuoda jatkuvuutta yhdistystoiminnalle. ”Kotipesässä” jaetut tunteet voivat lisätä mahdollisuuksia ylläpitää yhteenkuuluvuuden tunnetta myös ympäri vuoden, uusia juhlia odotellessa (vrt. Whittier 2021). Esimerkiksi yksi juhlien osallistujia kuvasi myöhemmin yhdistyksen blogissa tunnelmiaan juhlien jälkeen vertaistuellisen kohtaamisen merkityksestä ja siitä, miten kokemus ymmärretyksi tulemisesta lisäsi hänen luottamustaan ryhmää kohtaan: ”Aina tulee tunne, että näihin ihmisiin voin luottaa. He ymmärtävät mun juttuja. Samoin kävi tälläkin kertaa.”

Lähitapaamisina järjestettyjen juhlien virallisen ohjelman päätyttyä oli vielä mahdollista vaihtaa ajatuksia päivän tapahtumista tapahtumapaikan pihamaalla. Sain kuulla, miten juhlat olivat olleet odotuksen arvoisia, ja ihmiset poistuivat paikalta iloiset ilmeet kasvoillaan. Myös tapahtuman järjestämiseen osallistuneet vapaaehtoiset kertoivat olevansa tyytyväisiä. Vain juhliin osallistuvien jäsenten määrä herätti keskustelua siitä, mitkä tekijät vaikuttivat juhlien kävijämäärään ja sen jäämiseen aiempia vuosia pienemmäksi. Aiempien vuosien juhlat oli koettu ”yleisömenestyksiksi”, ja osallistujamäärän vähenemistä kuvattiin ”pettymykseksi”. Syitä etsittiin tapahtuman puitteista, tapahtumapaikan sijainnista ja tapahtuman ajankohdasta juuri koulujen alettua kesäloman jälkeen. Juhlien tyypilliseksi piirteeksi oli jo ehtinyt muodostua runsaslukuinen osanottajajoukko, joten pienemmän osallistujamäärän vuoksi moni kutsui juhlia ”epätyypilliseksi” jäsenjuhliksi. Yhteenkuuluvuuden tunnetta rakennettiin siten pienemmän osallistujajoukon varassa, ja juhlien mahdolliset yhteenkuuluvuutta vahvistavat vaikutukset koskettivat siten pienempää osaa jäsenistöstä. Collins (2004) näkee emotionaalisen energian rituaaliin osallistuneiden yksilöiden kantamana energiana, joten juhliin osallistuneiden määrä voi vaikuttaa siihen, miten emotionaalista energiaa riittää uusintamaan rituaalia, yhteisön solidaarisuutta ja siten myös yhdistystoiminnan jatkuvuutta. Siten voi olla tärkeää kiinnittää huomiota siihen, millaiset elementit vahvistavat yhteisön tunnekuiluttuuria ja siten solidaarisuutta.

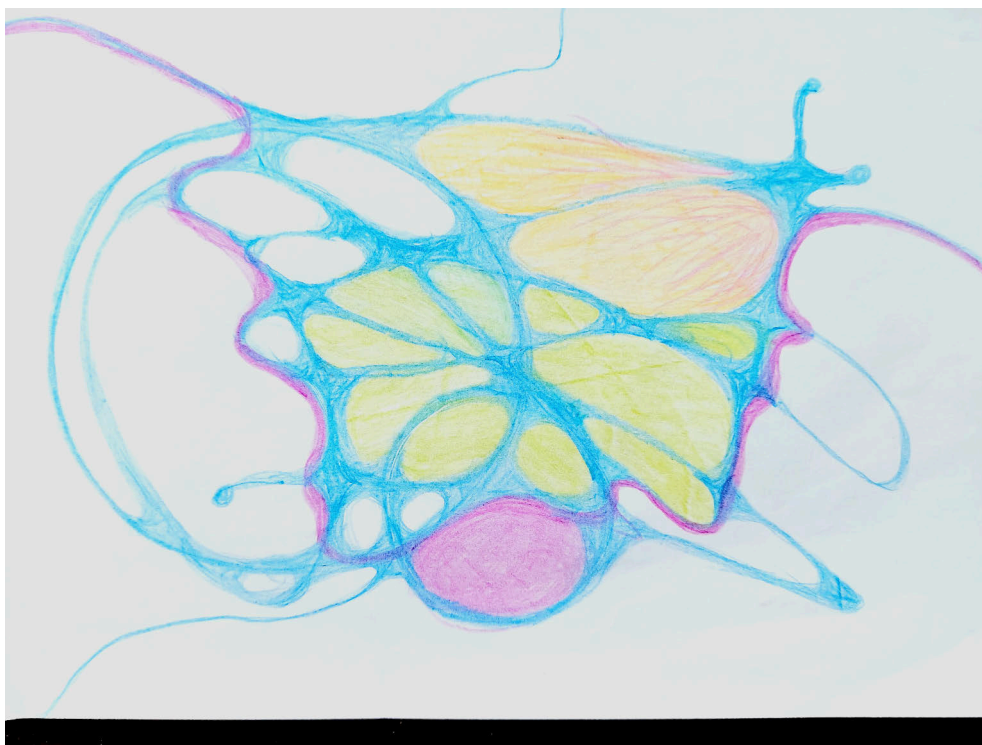
Yhdistystoiminnan ja vapaaehtoistoiminnan tutkimuksessa on kiinnitetty huomiota vapaaehtoisuuden episodisuuteen ja lyhytaikaisuuteen (Nylund 2000; 2005; Nylund & Yeung 2005; Yeung 2004). Myös symbolit voivat olla väliaikaisia ja muuntuvia. Muistelen ensimmäisten osallistumieni jäsenjuhlien yhtä osallistujaa, isoa pehmolelunallea, joka istui auditorioon johtavassa aulassa. Nallesta kerrottiin, miten se oli kulkenut yhdistyksen tilaisuuksissa maskottina, ja siitä oli tullut kuin yksi

yhdistyksen ”vapaaehtoisista”, ja yhteenkuuluvuutta rakentava symboli. Sitä sai käydä halaamassa, ja sen sanottiin olevan hyvä kuuntelija. Tilaisuuksissa, joissa näiden juhlien jälkeen kävin havainnoimassa, en nallea enää nähnyt. Yksi kysymys toiminnan jatkuvuuden näkökulmasta voi olla se, millaista tunnekulttuuria yhteisessä toiminnassa rakennetaan, mikä vaikutus sillä on interaktiorituaalien, esimerkiksi juhlien, onnistumiseen, symboleihin ja siten ihmisten solidaarisuuden ja emotionaalisen energian ylläpitämiseen ja vahvistamiseen. Tunteet kertovat jotakin yhteisön merkityksistä ja sen tarjoamista mahdollisuuksista yhteenkuuluvuuden kokemuksiin. Moninaisten tunteiden huomioimisella voi siten olla monenkeskistä vastavuoroisuutta edistävä luonne, ja ne voivat toimia käyttövoimana ja sitouttaa toimintaan (Flam 2015; Jasper 2011; Whittier 2021). Yhdessä toimimisen etiikkaa tarkastellut Jaana Hallamaa (2017, 264) on ehdottanut, että esimerkiksi eriävien näkemysten tai tunteiden esiin tuominen voidaan tulkita lahjaksi, ja siten se voi mahdollistaa niiden hyödyntämisen resursseina, joiden varassa voidaan tunnistaa myös yhteiskunnallisia epäkohtia. Juhlissakin voi olla surullista, tylsää, ja niissä voi itkeä.

Tunnekulttuuri ja interaktiorituaalit voivat virittää positiivisia tunteita ja suunnata niitä tiettyyn normatiiviseksi koettuun suuntaan kuten iloon ja voimaantumiseen. Kääntöpuolena ne voivat tukahduttaa toisenlaisten tunteiden tuomia viestejä siitä, millaisissa olosuhteissa yksilölliset kokemukset todentuvat. Siten voi myös jäädä pohtimatta keinoja, joilla noihin olosuhteisiin olisi kollektiivisesti mahdollista vaikuttaa. Emotionaalinen solidaarisuus voi lisätä myös poliittista toimijuutta, jonka muodostumisessa on keskeistä kaikenlaisten tunteiden merkitys muutoksen edistämisen elementteinä (Hemmings 2012; Sointu & Hill 2022). Myös tunteita koskevassa sosiaalisten liikkeiden tutkimuksessa on tuotu esiin, miten myös negatiivisia pidetyt tunteet, kuten viha, toivottomuus tai turhautuminen, voivat olla tärkeitä liikkeelle panevia voimia ja motivoida toimintaan (ks. Klandermans ym. 2008).

Elina Ikävalko (2021) on järjestötoimintaa koskevassa tutkimuksessaan tehnyt tärkeän havainnon siitä, miten affektiivinen solidaarisuus voi lisätä toimijuutta ja häpeän, surun, kuormittuneisuuden ja tyytymättömyyden kokemukset voivat vahvistaa yhteisöön kuulumisen kokemusta ilman terapeutista vaadetta kokemusten kääntämiseen pelkästään iloon ja ylpeyteen. Se voi myös poistaa sitä vastuuta, jota vertaisuellinen, toisia ohjeistava tai neuvova ote voi tukea antavalle tuottaa (Kirkegaard 2022). Tunteilla on keskeinen osa erityisherkkyyden merkityksellistämistä (luku 4), ja yhdistyksen jäsenjuhla voi olla tärkeä rituaali yhteisön tunnekulttuurin rakentamisessa ja siten solidaarisuuden ylläpitämisessä. Terapeutin tunnekulttuuri voi vaikuttaa juhlien tunnelmaan ja sen pohjalta rakentuvaan solidaarisuuteen, emotionaaliseen energiaan ja yhteisöön liittyviin symboleihin. Se voi vahvistaa kollektiivisen identiteetin rakentamista terapeutin eetosensa moraaliselle kielipille ja kääntämään negatiivisia tunteita positiivisiksi. Se voi myös aiheuttaa ristiriitaa, saako erilaisia tunteita ilmaista ja miten se tulisi tehdä.

Interaktiorituaalia koskevan analyysini pohjalta ehdotan, että herkkyuden politiikka on tunteiden politikkaa. Terapeuttinen kulttuuri voi luoda jännitettä siihen, mitä tunteiden esiin nostaminen voi merkitä. Esimerkiksi Sointu ja Hill (2022) ovat esittäneet, että terapeuttinen kulttuuri voi luoda yksilöllisiä ja kollektiivisia käytäntöjä ja rituaaleja, joilla voidaan itsetutkiskelun lisäksi myös nostaa esiin sosiaalista kritiikkiä ja suunnata kiinnostusta itsetutkiskelun sijaan myös toisiin ihmisiin. Se voi edellyttää tunteiden hallinnan sijasta niiden näkyväksi tekemistä ja toisaalta myös sen huomioimista, miten myös esimerkiksi herkkyyteen liitetty pehmeä, hillitty ja pidättyväinen tunnetyyli voi mahdollistaa moninaisten tunteiden näkyväksi tekemisen ja voi velvoittaa tarkastelemaan, millaisia erilaisia yhteiskunnallisia olosuhteita tunteiden takaa voi löytyä. Tunteilla on keskeinen merkitys kollektiivisen identiteetin rakentamisessa. Omissa mielikuvissani juhlien ilmapiirissä lentävien perhosten tanssi oli hetken kevyt, mutta lennon jatkuminen tai suunta vielä tuntematon.



Kuva 11. Taidetyöpajan lopputulos.

7.4 Yhteenveto

Sweet is the wind as it gently blows
 The day away, and the nighttime comes
 Great are the wonders that silence shows
 I fall asleep, and I dream of the sun
 And my butterfly...
 (Mia Makaroff, *Butterfly*)

Vuosittainen jäsenjuhla voi toimia interaktiorituaalina, joka voi tuottaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja lisätä solidaarisuutta ryhmään kuuluvien välille. Jäsenjuhlan tarkastelu tarjoaa mikrososiologisen kuvakulman tunnekulttuuriin ja sen rooliin kollektiivisen identiteetin rakentamisessa. Olen tuonut esiin, että juhlapaikka on tärkeä osa interaktiorituaalia, ja yhdistystoiminnassa tunnekulttuuria voi rakentaa kodinomaisin puittein ja yhteisön yhteiseen historiaan viittaavilla elementeillä, ryhmää edustavilla symboleilla, sanallisilla ja terapeuttilisilla lahjoilla sekä itsehoivaa vahvistavilla käytännöillä. Tunnekulttuuri voi myös motivoida yhdistystoimintaan ja ylläpitää siten toiminnan jatkuvuutta.

Yhteisön tunnekulttuuri muodostuu yhteenkuuluvuuden tunnetta lisäävistä ja sitä haastavista tunteista ja tavoista hallita ja ilmentää niitä (Taylor & Whittier 1995). Juhlien tunneilmapiiri syntyy emotionaalisesti intensiivisistä kohtaamisista, joiden painotukset ja niihin sitoutuminen voivat lisätä osallistujien emotionaalista energiaa, luoda osallistujiin pysyviä jälkiä, mielikuvia toiminnan merkityksistä, ja ne voivat toimia kuin koordinaatteina kohti tulevaa toimintaa juhlatunnelman purkauduttua (Collins 2004; Konttinen & Peltokoski 2010). Tätä käsitystä analyysini vahvistaa.

Terapeuttilinen kulttuuri voi vaikuttaa tunteiden hyödyntämisen ja politisoitumisen mahdollisuuksiin (*emotional opportunities*, Whittier 2001) yhdistystoiminnassa suuntaamalla negatiivisina pidettyjen tunteiden kääntämiseen positiivisiksi ja vahvistamalla tunteiden hallintaan suuntaavaa terapeuttilista tunnekulttuuria. Tämä voi korostua yhteisön juhlarituaalissa, jossa ilolla ja positiivisuudella on tärkeä merkitys juhlatunnelman luomisessa ja ylläpitämisessä. Ilon, positiivisuuden ja hurmioitumisen tunteiden merkitys näyttäytyy tärkeänä elementtinä erityisherkkien yhdistystoiminnan tunnekulttuurin rakentamisessa. Juhlien terapeuttiliset elementit voivat suunnata positiivisten tunteiden vahvistamiseen ja interaktiorituaali voi edellyttää osallistujilta osittain myös muunlaisten tunteiden häivyttämistä ja hallintaa. Juhlien terapeuttilinen luonne voi vahvistaa myös voimaantumisen eetosta, ajatusta aktivoitumisesta itsen kehittämiseen, mutta toisaalta myös yhteiseen toimintaan, sen ylläpitämiseen ja muiden auttamiseen. Myös juhlien terapeuttilisiin käytäntöihin painottuva sisältö voi suunnata itsen tarkkailuun ja omien tunteiden kontrollointiin. Se, mikä sitoo toiminnassa mukana olevat vapaaehtoiset osaksi yhteisöä, voi olla hetkellistä

iloa ja siitä kumpuavaa emotionaalista energiaa ja solidaarisuutta. Tärkeää onkin kiinnittää huomiota myös siihen, millä edellytyksin terapeutin tunnekulttuuri voi sitouttaa erilaisia yhteisön jäseniä ja vahvistaa heidän solidaarisuuttaan ryhmää kohtaan ja luoda siten edellytyksiä toiminnan jatkuvuudelle.

Olen esittänyt, että herkkyyden politiikka on myös tunteiden politiikkaa. Moninaisten tunteiden ilmaisun mahdollisuus osana yhteisön tunnekulttuuria ja sitä vahvistavia juhlia voi lisätä solidaarisuutta ryhmää kohtaan. Negatiivisinaan pidettyjä tunteita ei välttämättä tarvitse tukahduttaa, vaan ne voivat toimia erilaisten ilmiöiden monipuolisuutta esiin tuovina politisoitumisen viritteinä. Tätä ilmentävät jäsenjuhlassa käydyissä keskusteluissa esiin tuodut kokemukset arkielämän kuormittavista tilanteista ja niiden aiheuttamista tunteista. Viitataan näillä keskusteluilla myös luvussa 6 esille tuomiini työelämäkeskusteluihin. Moniulotteiset tunteet ja niiden ilmaisu eivät välttämättä ole merkkejä epäonnistuneesta interaktiorituaalista, vaan ne voivat sekä lisätä että vähentää solidaarisuutta ryhmää kohtaan. Ne voivat myös kuvittaa esiin niitä yhteiskunnallisia ja kulttuurisia rajoja, joita inhimillinen subjekti ei kykene ylittämään. Sara Ahmed (2021) on tuonut kiinnostavalla tavalla esiin, miten surun, kivun, tyytymättömyyden tai kärsimyksen ilmaisua voidaan pitää valituksena, jonka esittäjä voidaan leimata negatiiviseksi valittajaksi, ja ilmaus voidaan ohittaa ja jättää huomiotta viittaamalla tähän valittajan rooliin. Erityisherkkyyden kollektiivisen identiteetin rakentamisen näkökulmasta tämä voi tuntua riskiltä stereotyyppien vähentämiselle ja identiteetin tunnustuksen hakemiselle. Valittaminen on silti aina jonkin asian puolesta toimimista, muutoksen edistämistä. Toisaalta myös ilolla ja innostuksella on toimijuutta tuottava voima, ja niitä voidaan huomioida yksilöiden itsehoivan tai hetkellisen juhlahumun nostattamisen lisäksi myös rohkeiden keskustelunavausten tekemiseen. Kuten Ahmed (2004/2018) on todennut, esimerkiksi lumoutumisen kokemukset voivat auttaa katsomaan maailmaa uudella tavalla ja voivat paljastaa rakenteita. Lumoutumisesta voi seurata toivoa, josta voi seurata muutosta. Erilaiset ristiriitaisetkin tunteet voivat olla osa yhdistystoiminnan tunnekulttuuria ja tuoda esiin uusia näkökulmia erilaisiin ilmiöihin ja niiden ymmärtämiseen. Terapeutin kulttuurin emotionaaliseen tunnetyyliin voi mahtua myös moninaisten tunteiden ilmentämistä, jolloin niiden kertomat viestit voivat tulla kuulluiksi. Ja niin kuva erityisherkkyydestäkin muuttuu taas.

8 Johtopäätökset

Tässä tutkimuksessa olen tarkastellut erityisherkkyyttä sosiaalisesti tuotettuna ilmiönä ja sen merkityksellistämistä yhdistystoiminnassa. Olen tarkastellut erityisherkkyyden identiteetin rakentamista ja paikantanut erityisherkkien yhdistystoimintaa osaksi suomalaista yhdistystoiminnan kenttää ja kansalaisyhteiskuntaa. Olen lähestynyt yhdistystoimintaa organisoituneena osana laajempaa sosiaalista liikehdintää, jota ilmiön ympärille on syntynyt heti erityisherkkyyks-käsitteen ilmestyttyä suomalaiseseen sanastoon. Olen ollut kiinnostunut ilmiön määrittelyn prosessista ja tarkastellut ”herkkyyttä liikkeessä”. Tällä tarkoitan ilmiölle annettuja muuttuvia merkityksiä, ihmisten liikuttumista, organisoitumista ja toimintaa, toimintaan liittyvää tavoitteellisuutta ja sen sisältämää muutoksen potentiaalia. Tästä liikkeestä olen pyrkinyt tallentamaan etnografisia ”kuvakaappauksia”. Lopuksi palaan pohtimaan tutkimuksen tuloksia, ja asemoin tutkimusta myös osaksi laajempaa kuvaa. Tutkimus liittyy herkkyyden ilmiön tarkastelun osaksi sosiologista hyvinvoinnin ja kollektiivisen toiminnan tutkimusta ja kiinnittää huomion niihin diskursseihin ja käytäntöihin, joiden puitteissa ja avulla yksilöt ja yhteisöt pyrkivät rakentamaan hyvän elämän edellytyksiä sekä yksin että yhdessä.

Tutkimuksellani on ollut useita pyrkimyksiä. Olen etsinyt vastauksia siihen, mitä merkityksiä erityisherkkyydelle annetaan, miten erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan ja hyödynnetään yhdistystoiminnassa. Näitä olen tarkastellut neljän tarkentavan kuvakulman avulla. Tutkimuksen pohjalta ehdotan, että erityisherkkien yhdistystoimintaa voi tarkastella tapauksena terapeutisesta yhdistystoiminnasta ja siten terapeutin kulttuurin toiminnasta suomalaisessa kansalaisyhteiskunnassa.

Väitän, että *erityisherkkyyden identiteettiä rakennetaan terapeutin diskurssin avulla*. Terapeutista diskurssia hyödynnetään erityisherkkyyden kokemuksista kertomiseen, ja terapeutin minä-narratiivi toimii kuvaamaan erityisherkkyyden löytämistä ja oman elämän reflektiota menneestä nykyisyyteen ja tulevaan. Se sitoo myös tunteet osaksi merkityksenantoa. Terapeutin diskurssi suuntaa myös muita erityisherkkyyden merkityksellistämisen tapoja, ja sille rakentuu hegemoninen ja välittävä rooli suhteessa muihin diskursseihin. Erityisherkkyyttä merkityksellistetään erona erityisesti maskuliinis-rationaaliseen ja uusliberalistiseen, normatiiviseksi kuvattuun ihanneminuuteen ja toimijuuteen. Tätä eroa tuodaan esiin kuvaamalla

erityisherkkyyden merkitystä *haavoittuvuutena* ja *voimaantumisen identiteettinä*. Terapeuttinen diskurssi suuntaa kohti voimaantumisen eetosta, haavoittuvuuksien kääntämiseen vahvuuksiksi. Se voi ilmetä haavoittuvuuksien esille tuomisena, mutta terapeuttisen kulttuurin moraalinen kielioppi voi vastuuttaa itsen kehittämiseen ja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. *Tavallisuuden* korostaminen voi toimia erojen kaventamisen diskurssina ja mahdollisuutena purkaa erityisherkkyyteen liitettyjä stereotyyppioita. Terapeuttinen kulttuuri voi siten vahvistaa yleisen ja erityisen paradoksia (Laclau 1994) identiteetin rakentamisessa, sillä terapeuttinen diskurssi taipuu helposti kuvaamaan erilaisia vastakohtia ja liikettä niiden välissä.

Kuvaan tutkimuksessa erityisherkkyyden esiin nostamia keskusteluja myös *herkkyyden politiikkana*. Esitän, että herkkyyden politiikka on *voimaantumisen politiikkaa*, joka voi suuntautua sekä yksilöllisiin että sosiaalisiin tavoitteisiin. Olen keskustellut tästä voimaantumisen kaksoismerkityksenä. Herkkyyden politiikka on *terapeuttista politiikkaa*. Se voi lisätä yksilön vastuuta omasta hyvinvoinnista ja psykologisoida esimerkiksi työelämän rakenteellisia kysymyksiä. Lisäksi, herkkyyden politiikka on *institutionaalisten käytäntöjen politiikkaa*. Se mahdollistaa keskustelun esimerkiksi kasvatuksen ja koulutuksen, työelämän ja sosiaali- ja terveystalvelujen käytännöistä ja niihin liittyvistä muutostarpeista. Ehdotan, että *erityisherkkyyden identiteetin avulla on mahdollista nostaa keskusteluun työelämän työkehoja kuormittavia sekä toimijuutta haastavia ja mahdollistavia käytäntöjä*. Tutkimuksen perusteella esitän myös, että identiteetin tunnustamiseksi määritellään uudelleen uskottavana pidetyn tiedon ja asiantuntijuuden rajoja, johon sisältyy myös terapeuttisen kulttuurin tieto. Herkkyyden politiikka on *tiedon ja asiantuntijuuden politiikkaa*, ja nostaa esiin erilaisten, myös lääketieteen auktoriteettia haastavien, tietomuotojen merkitystä terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden legitimoinnissa. Osoitan myös, että keskustelu erityisherkkyydestä nostaa esiin tunteiden merkitystä kollektiivisen identiteetin rakentamisessa ja tunteiden roolin erilaisissa institutionaalisissa käytännöissä. Herkkyyden politiikka on *tunteiden politiikkaa*, keskustelua erilaisten tunteiden merkityksestä, mahdollisuudesta niiden ilmentämiseen ja hallintaan. Väitän, että kaikki näkökulmat yhdistyvät osaksi sellaista ruumiillisuuden ja *kehojen politiikkaa*, jossa subjektiivisten kehollisten kokemusten merkitys tulee huomion kohteeksi ja voi haastaa institutionaalisten auktoriteettien kehoja objektivioivia normatiivisiksi koettuja käytäntöjä.

Olen tutkimuksella pyrkinyt lisäämään ymmärrystä kollektiivisen identiteetin rakentamisen ja politisoitumisen prosessista ja identiteettityöstä (Bernstein ym. 2014; Melucci 1996; Polletta & Jasper 2001; Taylor & Whittier 1992) yhdistäen sen tarkasteluun terapeuttisen kulttuurin roolin. Siten tutkimus vahvistaa käsitystä kulttuurin keskeisestä vaikutuksesta yhdistystoiminnan syntyyn ja toimintastrategioihin (Armstrong & Bernstein 2008; Johnston & Klandermas 1995; Taylor 1989) ja lisää ymmärrystä terapeuttisesta kulttuurista suomalaisessa yhteiskunnassa (Brunila ym.

2021; Salmenniemi ym. 2020) ja sen vaikutuksista yhdistystoiminnan rooliin ihmisten kokemusten välittäjänä. Tutkimuksellani olen pyrkinyt osoittamaan, että herkkyys on psykologisen käsitteen ohella tärkeä yhteiskunnallinen ilmiö. Kaikissa empiirisissä luvuissa tulee esiin, miten ihmiset etsivät tapoja toimia, liikkua, ”navigoida” uusliberalistisen yhteiskunnan ja terapeuttisen kulttuurin tuottamissa normatiivisten odotusten ristipaineissa ja toisaalta sopeutua, toisaalta toimia toisin. Kaikissa luvuissa tulee myös esiin, miten erityisherkkyyden identiteetti voi toimia tärkeänä välineenä arkielämän kokemusten jäsentämiseen. Erityisherkkyyteen liittyvä yhdistystoiminta ja sen tulkinta terapeuttiseen kulttuuriin liittyvänä ilmiönä haastaa keskusteluun kolmannen sektorin ja laajemmin kansalaisyhteiskunnan roolista yksilöllisen voimaantumisen eetoksen luomissa jännitteissä. Tämän pohjalta väitän, että terapeuttinen kulttuuri muokkaa myös kansalaisyhteiskunnan roolia.

8.1 Yhdistystoiminnan merkitykset

Tutkimus osoittaa, miten erityisherkkyyden käsitteen käyttövoima yksilöllisten elettyjen kokemusten sanallistajana ja selittäjänä on keskeinen tekijä, joka ”kutsuu” ihmisiä lähtemään mukaan yhteiseen toimintaan. Erityisherkkyydelle annetaan yksilöiden elämää ja elämäntapahtumia selittäviä kognitiivisia, moraalisia ja emotionaalisia merkityksiä, ja siitä kuulemiseen liittyy kokemuksia itseymmärryksen ja -hyväksymisen lisääntymisestä ja iloa ja innostusta ruokkivia voimaantumisen kokemuksia. Erityisherkkyyys näyttäytyy autenttisen minuuden kuvauksena, joka ”antaa luvan olla se, joka on”. Käsitteen avulla on mahdollista ymmärtää yksilöiden elämään liittyviä erilaisuuden kokemuksia, jotka ovat tilannesidonnaisia, mutta monille eri kontekstit ylittäviä kokonaisvaltaisia kuulumattomuuden kokemuksia. Siten erityisherkkyyys koetaan tärkeäksi käsitteeksi ja identiteettityön välineeksi, joka johdattaa yhteen muiden samoja kokemuksia jakavien vertaisten kanssa, ja mahdollistaa kuulumisen kokemuksia ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Tarve kuulua ja kokea yhteenkuuluvuutta luovat yhdistystoiminnasta paikan erilaisille kohtaamisille ja vertaistapaamisille. Elettyjen kokemusten jakaminen on keskeinen osa myös kollektiivisen identiteetin rakentamista. *Voimaantumisen kokemukset innostavat ja motivoivat lähtemään mukaan yhteiseen toimintaan.* Voimaantumisen eetos suuntaa yhdistystoimintaa kohti auttamistyötä ja sosiaali- ja terveystalouden järjestöjen auttamiseen perustuvia toimintamalleja ja -käytäntöjä (Lappalainen 2019). Voimaantumisen kokemukset voivat merkitä hyvinvoinnin paranemisen kokemuksia, iloa ja innostusta ja lisätä halua auttaa myös muita kokemaan samaa. Tutkimus vahvistaa näkemystä yhdistystoiminnan tarjoaman vertaistuen tärkeästä merkityksestä ja yhdistysten roolista ihmisten hyvinvoinnin tukemisessa osana suomalaista hyvinvointipalvelujärjestelmää. Yhdistystoiminta voi tukea ihmisten hyvinvointia kohtaamista ja osallisuutta mahdollistavalla vertaistuellalla.

Psykologinen sanasto voi tarjota ilmaisun eletyille kokemuksille, tehdä niitä näkyväksi ja saada tunnustusta. Yhdistystoiminta on paikka, jossa hyvinvointiin liittyvän ilmiön määrittelyä voi ottaa ryhmän omiin käsiin. Yhteinen toiminta motivoi keräämään, tuottamaan ja jakamaan sellaista tietoa, joka voi tehdä ilmiötä näkyväksi uskottavasti ja siihen identifioituvien omilla ehdoilla. Siten yhteinen toiminta voi näyttäytyä myös mahdollisuutena rikkoa stereotyyppioita ja stigmoja (ks. Smith 2019). Ehdotan, että identiteetin rakentamiseen ja tunnustuksen hakemiseen hyödynnettävän moninaisen tiedon roolina on todentaa uskottavuutta, ja että tunnustaminen on oikeudenmukaisuuskysymys, ei erityiskohtelun vaatimista. *Uskottavuutta lisäävän tiedon etsiminen, tuottaminen ja levittäminen ovat yhdistystoimintaan osallistumisen keskeinen motiivi.* Yhdistystoiminnan kognitiiviset käytännöt ja mahdollisuus oman asiantuntijuuden hyödyntämiseen voivat motivoida mukaan toimintaan. Erityisesti tieteellinen ja ammatillinen tieto ja asiantuntijuus voidaan kokea hyödylliseksi resurssiksi toiminnassa. Myös mahdollisuus elettyjen kokemusten käyttämiseen uskottavana tietona voi houkuttaa mukaan toimintaan. Tutkimus tuo siten esiin, miten yhdistystoiminta voi tarjota paikan ammatillisen asiantuntijuuden ja kokemusasiantuntijuuden hyödyntämiseen ja myös uuden tiedon ja asiantuntijuuden luomiseen ja aktiivisena kansalaisena toimimiseen (vrt. Ansala 2017).

Yhdistystoimintaan liittyvät emotionaaliset investoinnit näyttäytyvät mahdollisuutena lisätä sekä omaa että muiden kokemaa iloa ja innostusta ja halua toimia ryhmän hyväksi. Myös *mahdollisuus erilaisten tunteiden jakamiseen voi lisätä halua lähteä mukaan ja pysyä mukana toiminnassa.* Yhdistystoiminta voi tarjota tilaa tunteiden ilmaisemiseen ja huomioimiseen toiminnan potentiaaleina. Myös Elina Ikävalko (2021) on tuonut tutkimuksessaan esiin samansuuntaisia tuloksia erilaisiin tunteisiin liittyvän solidaarisuuden kuulumisen kokemuksia lisäävästä vaikutuksesta.

Elettyjen kokemusten jakaminen ja vertaistuki avaavat mahdollisuuden myös ihmisten arkielämän käytäntöjen pohtimiseen, kuormittavista elämäntilanteista kertomiseen ja omien elämäntilanteiden ja niihin liittyvien kokemusten reflektointiin. Toimintaan mukaan lähteminen voi olla mahdollisuus jakaa erilaisia arkielämän toimijuuteen liittyviä kokemuksia ja reflektoida vaihtoehtoisia tapoja olla ja toimia, tuoda esiin omia arvoja ja keskustella niiden sovittamisesta yhteen nykypäivän yhteiskunnassa vallitseviin arvoihin, normeihin ja käytäntöihin. Työelämä on yksi keskeisin arkielämän konteksti, josta keskustelemiseen yhdistystoiminta voi antaa paikan, tilan ja mahdollisuuden. *Mahdollisuus työelämäkokemusten jakamiseen ja työelämätoimijuuden haasteiden ja mahdollisuuksien esiin nostamiseen on merkityksellinen tapa osallistua toimintaan ja ulottaa yhteisen merkityksellistämisen lisäämää ymmärrystä myös omaan arkielämän toimintaan.* Työelämäkysymyksistä ja työhön liittyvistä arvoista ja käytännöistä keskustelu voi merkitä myös mahdollisuutta päästä vaikuttamaan työelämän käytäntöihin ja nostamaan erilaisten resurssien ja työkehojen arvostusta työelämässä. Tutkimus osoittaa, miten yhdistystoiminta voi

tarjota terapeutista itsehoivaa työelämän ristiaallokossa navigoimiseen ja siten toimijuuden vahvistumiseen. Samalla se voi tarjota paikan työelämän rakenteellisten kysymysten esille nostamiseen ja näkymän erilaisiin työelämäkäytäntöihin vaikuttamiseen. Tutkimus tarkentaa kuvaa suomalaisen vapaaehtoistoiminnan moninaisista motiiveista ja tavoitteista, kuten vertaistuesta, tiedon ja asiantuntijuuden hyödyntämisestä, yhteenkuuluvuuden kokemuksista, auttamishalusta, osallistumisen merkityksestä ja halusta vaikuttaa. Siten se rakentaa kuvaa kansalaisyhteiskunnasta paikana kurottautua muita kohti, kuulua, osallistua ja vaikuttaa.

8.2 Terapeuttinen identiteetin rakentamisessa

Tutkimus tuo esiin, miten *terapeuttinen kulttuuri suuntaa kollektiivisen identiteetin rakentamisen käytäntöjä*. Se voi vaikuttaa yhdistystoiminnan diskursseihin, tiedon rakentamiseen, keskusteluihin arkielämän institutionaalista käytännöistä sekä yhteisön tunnekulttuuriin. Terapeuttinen voi toimia yhdistystoiminnassa yksilönvastuuta lisäävästi. Toisaalta yhdistystoiminnassa voi rakentua monien instituutioiden käytäntöjä kyseenalaistavaa herkkyyden politiikkaa.

Terapeuttinen kulttuuri voi vahvistaa erityisherkkyyden tulkintaa voimaantumisen identiteettinä ja suunnata yhdistystoimintaa yksilölliseen sisäisen voiman vahvistamiseen sekä toisten voimaantumista tukevaan auttamiseen. Yhteisesti jaetut terapeuttiset minä-narratiivit voivat vahvistaa voimaantumisen kokemuksiin liittyvää iloa ja innostusta sekä auttaa että tulla autetuksi. Auttaminen voi konkretisoitua erityisesti terapeuttisena vertaistuellisena toimintana, toisten kuuntelemisena, kannustamisena, ymmärtämisenä ja erilaisten käytännöllisten vinkkien jakamisena ja vastaanottamisena. Se voi merkitä myös stereotypisoivaa kategorisointia vastustavaa irtottautumista haavoittuvuuden määrittämästä identiteettikuvauksesta kohti voimaantumisen identiteettiä tai samanlaisuutta muiden kanssa korostavaa tavallisuutta. Näillä samaan aikaan eroa ja samanlaisuutta korostavilla puhetavoilla on mahdollista liikuttaa identiteettikuvausta kohti normatiivista, hyväksytyä ja hyödyllisenä näytettyä minuutta ja toimijuutta.

Työ uskottavuuden lisäämiseksi tekee yhdistystoiminnasta paikan uusien hyvinvointiin liittyvien ilmiöiden kotouttamiseen suomalaiseen yhteiskuntaan, keskusteluihin ja tunnutuksen hakemiseen. Tietokäytännöt ja uutta tietoa tuottava rajatyö erilaisen tietoineksen välillä luovat tilaa ottaa ilmiöiden määrittelyä ryhmän omiin käsiin. Keskustelu tieteellisesti tutkitun tiedon tärkeydestä voi olla yhdistystoiminnassa keskeinen keino vakuuttaa erilaisia tiedon yleisöjä tieteen episteemiseen auktoriteettiin nojaamalla. Osoitan tässä tutkimuksessa, että lääketieteen auktoriteettia terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä on mahdollista sekä hyödyntää että kyseenalaistaa, ja siten *terapeuttisen yhdistystoiminnassa on piirteitä episteemisiin yhteisöinä toimivien terveystiikkeiden toiminnasta*. Ehdotan, että terapeuttinen

kulttuuri suuntaa moninaisen tietoaineksen, myös terapeutin kulttuurin tiedon roolin vahvistamiseen yhdistystoiminnassa ja hyvinvointiin liittyvän ilmiön uskottavuuden todentamisessa. Tässä myös kokemustiedolla on tärkeä rooli, ja yhdistystoiminta voi toimia paikkana legitimoidun kokemustiedon keräämiseen. Erilaisilla kehollisilla, aisteihin pohjautuvilla ja taideperustaisilla menetelmillä on mahdollista laajentaa tietämisen käytäntöjä. Tutkimus vahvistaa kuvaa erilaisten kehollisten ja taiteellisten menetelmien roolista yhdistystoiminnassa ja terveyden ja hyvinvoinnin kentällä (ks. Kaattari & Suksi 2019). Yhdistystoimintaan voi liittyä erilaisia tapoja tietää ja hyödyntää ja siten myös uusintaa, haastaa ja tuottaa erilaista tietoa. Yhdistystoiminta voi nostaa esiin tiedon muuttuvaa luonnetta ja päätöksenteossa hyödynnettävän tiedon moninaisuuden merkitystä, ja keskustelua siitä, kuka saa tietää ja miten ja mihin tietoa voidaan käyttää.

Osoitan tässä tutkimuksessa, että *terapeuttinen kulttuuri voi mahdollistaa keskustelunavauksia mutta myös suunnata keskusteluja arkielämän toimijuudesta*. Yhdistystoiminta voi tarjota monipuolisia paikkoja jakaa kokemuksia, saada vertaistukea ja kuulua joukkoon. Siten esimerkiksi vaikeidenkin työelämäkokemusten jakamisella voi olla merkittävä voimaannuttava merkitys. Esimerkiksi työelämäoppaat, työelämäaiheesta pidetyt luennot ja moninaiset keskustelut voivat avata ymmärrystä omasta toiminnasta työelämässä ja siten mahdollisuuksia löytää omaa hyvinvointia tukevia käytännön ratkaisuja. Näkemykseni tämän tutkimuksen pohjalta on, että terapeuttinen kulttuuri voi suunnata yhdistystoimintaa tukemaan yksilöllistä itsehoiva ja omasta hyvinvoinnista huolehtimista.

Tutkimuksen pohjalta voi sanoa, että moninaisten tunteiden huomioiminen ja aktiivisten suhteiden luominen ja ylläpitäminen jäsenten välillä on tärkeää yhteisön yhteenkuuluvuuden tunteen rakentamisessa ja vahvistamisessa (vrt. Flam 2005; Melucci 1996). Yhdistystoiminnassa ylläpidettävät rituaalit, kuten jäsentapaamiset tai -juhlat voivat lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja solidaarisuutta ryhmään kuuluvien välille. Yhteenkuuluvuuden tunnetta voidaan rakentaa esimerkiksi erilaisilla yhteiseen historiaan viittaavilla elementeillä, ryhmää edustavilla symboleilla ja kannustavilla sanoilla. Yhteenkuuluvuuden tunnetta voi ylläpitää muuttuvien elementien, tilanteisesti ja hetkellisiin merkityksiin kiinnittyen. Ehdotan, että terapeuttisen tunnekulttuuri voi suuntautua positiivisten tunteiden, kuten ilon, haltioitumisen ja voimaantumisen, vahvistamiseen ja ilmentämiseen ja negatiivisten tunteiden hallintaan ammentamalla terapeuttisen kulttuurin ”työkalupakista”.

Tutkimus herättää keskustelua terapeuttisen kulttuurin itsetutkiskeluun, itsen kehittämiseen ja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen suuntaamisen lisäksi yhdistystoiminnan mahdollisuuksista nostaa esiin yhteiskunnallista kritiikkiä. Kollektiivista identiteettiä ei välttämättä tarvitse rakentaa muita ihmisiä tai ryhmiä vastaan tai omaa erityisyyttä korostaen, vaan kapeaksi koettuja kulttuurisia koodeja ja käytäntöjä,

kuten uusliberalistisen työelämän kuormittavia logiikkoja esiin nostaen. Tutkimuksen pohjalta yhdyin terapeutista kulttuuria koskevien tutkimusten (Aubry & Travis 2015; Illouz 2007; Salmenniemi 2019, 2022; Sointu & Hill 2022; Wright 2008; 2011) näkemykseen, että tulkinta terapeutin kulttuurin epäpoliittisuudesta ei välttämättä ole ainoa kuva. Esimerkiksi tässä tutkimuksessa esiin tulevat erityisherkkyyden metaforat tekevät näkyväksi erityisherkkien identiteetin rajoja suhteessa vallitseviin normatiivisiin käytäntöihin. Erityisherkkien kuvantuminen perhosiksi metallipintaa vasten tai väriä vaihtavina kameleontteina valkoisella hangella tai erityisherkkien kehojen kuvaaminen nopeusrajoittimina tai skannereina ovat tutkittavieni käyttämiä metaforia. Ristiaallokon metafora on tutkijana tekemäni konstruktio niistä moninaisista jännitteistä, joita erityisherkkyyteen ja sen mahdollistamaan toimijuuteen erityisesti työelämässä liitetään. Ilmiö ei merkityksellisty vain binaarisina vastakohtaisuuksina, kuten herkkä - ei-herkkä, kärsimys - voimavara, yksilöllinen - kollektiivinen eikä purkaudu yksinkertaistettuihin kategoriin luokitteluihin.

Terapeuttinen yhdistystoiminta voi olla vastausta tarpeeseen saada nopeita ”lääkkeitä” arkielämän kuorittaviksi koettuihin tilanteisiin. Samalla toiminnassa voi saada vahvistusta erilaisille tavoille toimia toisin, arkipäivän pienelle toimijuudelle (ks. Salmenniemi 2019). Arkipäivän toimijuus voi auttaa selviytymään esimerkiksi työelämän ristiaallokoissa, ja samalla siitä voi syntyä pidemmällä aikavälillä konkretisoituvaa käytäntöjen muutosta. Tutkimus tuo esiin, että terapeuttinen kulttuuri ja sen vaikutus yhdistystoiminnassa voi suunnata työelämätoimijuutta yksilöiden eettiseksi työksi, yksilöiden sovittautumiseen työelämän vaateisiin ja siten vallitsevien käytäntöjen uusintamiseen. Se voi psykologisoida työelämän rakenteellisia kysymyksiä. Toisaalta se voi antaa tilaa ja käsitteistöä keskustella työelämän yksilöä ja työkehoa kuormittavista käytännöistä. Työkehoa koskeva keskustelu yhdistyy tutkimuksessani uusliberalistisen työelämän ja uuden työn tutkimukseen. Tässä tutkimuksessa erityisherkkäksi nimetty työkeho on näyttäytynyt työelämän vaateissa kuormittavana, tunteiden kanssa tasapainottelevana nopeusrajoittimena, joka säätelee työelämässä pärjäämistä ja jaksamista. Toisaalta työkeho voi olla täynnä potentiaalia, joka oikeissa olosuhteissa voi toimia resurssina työelämässä pärjäämiseen. Keholle kuvantuu siten ambivalentti rooli, sillä voidaan uusintaa vallitsevia työelämän tuottavuutta ja tehokkuutta korostavia käytäntöjä, mutta se voi myös asettua vastustamaan niitä. Se herättää kysymyksen siitä, millaisin ehdoin työelämässä on mahdollista toimia, mitkä ovat toimijuuden ehdot, ja onko niitä mahdollista muuttaa, miten ja kenen toimesta. Edellä kuvatun pohjalta esitän, että yhdistystoiminnasta voi nousta uusia avauksia esimerkiksi työelämätoimijuudesta keskusteluun ja erilaisten institutionaalisten käytäntöjen uudelleenarviointiin. Sosiologiseen työelämäntutkimukseen tutkimus lisää siten uuden käsitteen.

Osoitan tässä tutkimuksessa, että tunneilmapiirin rakentaminen positiivisten tunteiden varaan saattaa edellyttää muunlaisten tunteiden häivyttämistä ja suunnata

toimintaa negatiivisten tunteiden hallintaan. Tutkimus osoittaa, että ilolla ja innoksella voi olla voimaannuttava ja toimijuutta tuottava voima. Myös negatiivisina pidetyt tunteet, kuten suru tai pettymys, voivat toimia erilaisten ilmiöiden monipuolisuutta esiin tuovina keskustelun viritteinä, *lahjoina* ja resursseina toiminnalle. Tunteet voivat kuvittaa esiin niitä rajoja, joita inhimillinen subjekti ei kykene ylittämään, vaan tarvitaan laajempaa yhteiskunnallisiin olosuhteisiin liittyvää keskustelua siitä, millaisia tunteita voi ilmentää, kenen toimesta, missä, miten, ja mitä niistä voi seurata. *Tutkimus tuo esiin, että erilaisten tunteiden huomioimisella voi olla tärkeä merkitys yhdistystoiminnassa ja siihen sitoutumisessa.* Ehdotan, että tunteiden huomioiminen yhdistystoiminnan rakentamisessa on tärkeää ja tunnekuulttuurin huomioimisella voi olla keskeinen rooli toiminnan jatkuvuuden näkökulmasta. Tätä keskustelua voi laajentaa myös muihin yhteiskunnallisiin instituutioihin ja organisaatioihin, joissa ihmiset päivittäin kohtaavat.

Tutkimus tuo lisää tukea aiempaan tutkimukseen terapeutin kulttuurin mahdollisuuksista nostaa esiin yhteiskunnan kulttuurisia ja institutionaalisia käytäntöjä ja mahdollistaa niiden politisoitumista (ks. Salmenniemi 2019). Analyysi on tuonut esiin, että myös hitaana prosessina etenevä keskustelu kapeista normatiivisista olemisen ja toimijuuden malleista voi olla mahdollisuus ravisuttaa vallitsevia normeja ja tehdä tilaa moninaisille tavoille olla ja toimia. Samalla voi olla mahdollista muuttaa olosuhteita paremmiksi kaikille, ei vain tietyille ryhmälle, ja muotoilla uudelleen joustavampia ja leveämpiä olemisen rajoja. Ehdotan, että terapeutin yhdistystoiminta voi sisältää muutoksen siemenen ja liikettä kohti erilaisuutta huomioivaa yhteiskuntaa ja kulttuuria, ilman minuuteen kajoavaa katsetta ja erilaisten ominaisuuksien hierarkkisoivaa arvottamista. Yhdistystoiminnan rooli terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä voi auttamistyön rinnalla hahmottua myös erilaisia kriittisiä diskursseja välittäväksi (ks. Siisiäinen 2003).

8.3 Terapeutin kansalaisyhteiskunnassa

Olen tässä tutkimuksessa tarkastellut yhdistystoimintaa osana uusliberalistista ja terapeutista eetosta. Kansalaisyhteiskunnan rooli on muuttunut 2020-luvulle tultaessa, ja yksilöllistyminen on lisännyt kansalaisten vastuuta omasta hyvinvoinnista. Tämä heijastuu myös kansalaisyhteiskunnan ja yhdistystoiminnan rooliin ja merkitykseen hyvinvointia tukevana toimintana. Yhdistystoiminnan psykologisoituminen ja terapisoituminen voivat olla osaltaan vastausta hyvinvointivaltion eroosioon. Tutkimus tuo esiin, että yhdistystoiminnan terapeutit käytännöt voivat vastata ihmisten tarpeeseen löytää nopeita ratkaisuja ja apua ja helpotusta arkielämän haasteisiin. Samalla se voi vastata tarpeeseen kokea yhteenkuuluvuutta, kuulua joukkoon ja löytää yhteisöllisyyttä yksilöllisyyttä korostavissa olosuhteissa. Yhdistystoiminta

näyttää tutkimuksen perusteella tarjoavan keinoja pärjätä uusliberaalin yhteiskunnan vaatimusten kanssa ja vastata niihin.

Kolmannen sektorin järjestötoiminnalla on tärkeä rooli osana kansalaisten hyvinvointia tukevaa palvelujärjestelmää julkisia palveluja täydentävänä ja osittain jopa korvaavana toimintana. Yhteistyö eri sektorien välillä, järjestöjen palvelutuotannon lisääminen, toiminnan markkinaehtoistuminen ja taloudellisesti-rationaaliset toimintamallit sitovat toimijoita osaksi laajempaa kokonaisuutta. Myös rahoitus on kiinteästi sidoksissa julkiseen hallintoon. Järjestötoiminnan rooliksi voi siten muodostua instrumentaalinen, hyvinvoivan kansalaisen tai työvoiman ja tuottavien ja tehokkaiden työkehojen uusintamisen tukeminen. Tutkimus tuo esiin, että asiantuntijuuden ja ammatillisuuden korostuminen voi tukea järjestökentän mahdollisuuksia vastata toiminnalle asetettuihin odotuksiin.

Tutkimuksen perusteella ajattelen, että terapeutin kulttuuri voi vahvistaa suomalaisen hyvinvointipolitiikan muutosta kohti yksilöiden vastuun lisäämistä omasta hyvinvoinnistaan. Terapeutin diskurssi on vahva, muut diskurssit helposti alleen peittävä ja niitä muotoileva merkitysjärjestelmä. Tutkimus tukee näkemystä siitä, että myös vapaaehtoistoiminnan logiikaksi voi yhä enemmän olla muodostumassa erilaisten itseavun ja oman hyvinvoinnin hallinnan menetelmien hyödyntäminen. Se voi ikään kuin ”vapauttaa” yksilöitä jopa perinteisestä kolmannen sektorin vapaaehtoistyön verkosta. Siten terapeutin eetos voi osaltaan nakertaa vapaaehtoistoiminnan roolia haavoittuvien ryhmien auttajina. Avun saamiseen ja vapaaehtoistoiminnassa mukana olemiseen voi kiinnittyä itsen kehittämisen ja hallitsemisen ehtoja, jotka voivat myös karkottaa ihmisiä pois vapaaehtoistoiminnan piiristä. Oikeanlaisen vapaaehtoisuuden kaventuminen voi olla tarkoitukseton seuraus käytäntöjen terapeutisuudesta. Samaan aikaan, kun käytännöillä pyritään voimaannuttamaan ja lisäämään yksilöiden hyvinvointia, niillä voidaan myös lisätä riittämättömyyden tunteita ja saada aikaan epävarmuutta siitä, onko riittävän hyvä vapaaehtoinen tai oikeanlainen avun saaja.

Edellä esille tuomani näkökulmat saavat pohtimaan, mitä yhteiskunnan psykologisoituminen ja terapisoituminen merkitsevät yhdistystoiminnalle osana suomalaista kansalaisyhteiskuntaa ja vielä laajemmin pohjoismaista hyvinvointivaltiota. Yhdistystoiminnan ja koko järjestökentän rooli on ollut historiallisesti merkittävä kansalaisten toiveiden, tarpeiden ja muutospyrkimysten välittäjänä ja keskustelujen virittäjänä. Olen tässä tutkimuksessa tuonut esiin, että terapeutiseen yhdistystoimintaan voi liittyä yksilön oman hyvinvointivastuun korostamista ja mahdollisen sosiaalisen kritiikin muuttumista yksiköiden eettiseksi työksi ja tavoiksi sopeutua ja mukautua vallitseviin olosuhteisiin. Tällainen yhdistystoiminnan terapisoituminen voi myös haastaa yhdistysten mahdollisuuksia nostaa esiin kriittisiä rakenteellisia muutoksia edellyttäviä keskusteluita. Suunta on huolestuttava, jos sen myötä jää nousematta esiin kysymyksiä, jotka eivät ratkea yksilön omin keinoin.

Tässä tutkimuksessa tulee kuitenkin ilmi, että terapeutin kulttuurin myötä identiteettipolitiikan kohteeksi voi nousta uusia käsitteitä ja siten uusia avauksia myös haastaa vallitsevia normatiivisia käytäntöjä. Samalla ne voivat olla keskustelunavauksia myös erilaisiin kulttuuriin ja yhteiskunnallisiin muutostarpeisiin. Siten terapeutin kulttuuriin voi liittyä mahdollisuus kolmannen sektorin organisaatioiden diskursseja välittävän roolin vahvistamiseen (ks. Siisiäinen 2003). Tulevaisuus näyttää, millaiseksi osaksi tällainen toiminta rakentuu niin alueellisesti kuin suhteessa julkiseen ja yksityiseen sektoriin.

Tutkimus antaa vahvistusta ajatukselle terapeutin kulttuurin ristiriitaisesta roolista osana kansalaisyhteiskuntaa. Toisaalta se voi vahvistaa yksilöllisiä tapoja sopeutua ja selviytyä, toisaalta se voi antaa mahdollisuuden myös katsoa pidemmälle tulevaisuuteen. Terapeutin kulttuuri voi nostaa esiin mahdollisuuksia myös institutionaalisten käytäntöjen muutokseen ja herättää toivoa.

8.4 Kuva muuttuu

Tutkimukseni on etnografinen ”kuvasommitelma” erityisherkkyyden merkityksellistämistä yhdistystoiminnassa. Olen haastanut ilmiön yksilöpsykologista tulkintaa ja nostanut sen sosiologisen keskustelun kohteeksi. Olen osoittanut, että ilmiön tarkastelu mahdollistaa monia sosiologisesti relevantteja keskustelunavauksia ja teoreettisia lähestymistapoja. Monia käsitteellisiä aineksia sisältävästä sommitelmasta on tullut suorastaan laajakuva, ja olen sitonut tutkittavaa ilmiötä moniin eri teoreettisiin käsitteisiin. Pyrkimykseni on ollut osoittaa, miten totut tulkinnat jonkin ilmiön luonteesta on mahdollista kyseenalaistaa ja löytää uusia tapoja tulkita ilmiötä ja niiden merkityksiä. Valintani on tarkoittanut erilaisiin teoreettisiin lähestymistapoihin perehtymistä ja niiden sovittamista osaksi analyysiä ja tulkintaa. Tällainen moniaineksinen lähestymistapa on merkinnyt monien käsitteiden nostamista esille, ja sitten niiden jättämistä taka-alalle. Samaa kuvaan on mahdotonta sommitella kaikkea. Silti olen halunnut näyttää kuvassani paljon, myös keskenään jännitteisiä elementtejä. Olen pyrkinyt havainnollistamaan vuorovaikutteista prosessia ja miten merkitysten takaa löytyy muita merkityksiä, miten tästä kaikesta neuvotellaan, ja miten tutkittava ilmiö, tutkimukseen osallistuvat ja tutkija vaikuttavat kuvan rakentamiseen. Rungas kuva voi herätellä uusia tutkimusavauksia, ja sekä herkkyyden että yhdistystoiminnan ja kansalaisyhteiskunnan tutkimusten näkökulmasta sommiteltavaa riittää jatkossakin. Herkkyyden tarkastelu sosiaalisesti rakentuvana kulttuurisena kategoriana mahdollistaa käsitteen liittämisen moniin tutkimustarkoituksiin ja uusien käsitteellistysten kehittämiseen. Haaste on nyt esitetty.

Erityisherkkyyden sosiologinen tarkastelu paljastaa ihmisten kokemusten taustalta yhteiskunnallisia sukupuolittuneita käytäntöjä ja kyseenalaistaa esimerkiksi maskuliinis-rationaalista hegemoniaa normatiivisen toimijuuden rakentumisessa. En

ole tässä tutkimuksessa kuitenkaan keskustellut esimerkiksi sukupuolesta riittävästi. Erityisherkkyyden käsitteen kiinnittyminen feminiinisiksi ymmärrettyihin ominaisuuksiin ja kulttuurisiin käytäntöihin, terapeutin kulttuurin naistapaisuus ja järjestötoiminnan puitteissa tehdyn auttamistyön historiallisesti rakentuneet sukupuolittuneet käytännöt ovat tärkeitä näkökulmia, joihin en ole tässä tutkimuksessa riittävästi pureutunut. Tämä on johtunut siitä, että sukupuoli ei ole ollut tutkittavien aktiivisesti esiin nostama teema. Sukupuoli on vilahtanut keskusteluissa, mutta se ei ole ollut keskustelujen keskiössä. Työelämän sukupuolittuneita käytäntöjä vasten erityisherkkien kokemukset piirtävät kuvaa myös sukupuoliroolit ylittävästä toimijuudesta. Sukupuolen merkitys on aiheen näkökulmasta ilmeinen, ja kutsuu siten tarkempaan tarkasteluun.

Tutkimukseni on viitannut erityisherkkyydelle annettuihin affektiivisiin merkityksiin, tunteiden ja niiden ilmaisemisen kulttuuriin tapoihin. Myös erityisherkkyyden käsitteen esille nostama tunteiden ja aistien korostaminen ja kehollisuuden merkitys ovat olleet tutkimuksessani läsnä, mutta vain osana laajempaa kokonaisuutta. Toisaalta olen pyrkinyt huomioimaan niitä myös tavassani toteuttaa etnografista tutkimusta, johon on sisällytynyt myös omien kehollisten kokemusteni huomioista tulkintojen tekemisessä. Huomion kiinnittäminen affekteihin, aistitiedon merkitykseen ja kehollisuuteen ovat tärkeitä keskusteluita, joihin liittymisen herkkyyden ilmiön tarkastelu mahdollistaa ja voi tuottaa uutta tietoa. Tutkimus on nostanut kehollisuuden tärkeäksi käsitteeksi erityisherkkyyden määrittelyssä ja sen merkitys tulee esiin läpäisevänä, koko tutkimusta läpileikkaavana teemana. Siten tutkimus haastaa tarkastelemaan ruumiillisuutta ja kehollisuutta yhtenä ajankohtaisena sosiologisen tutkimuksen kohteena siitä, miten ihmiset (uudelleen)asemoivat kehojaan osaksi maailmaa.

Olin tutkimusprosessini alussa kiinnostunut materian ja ihmisten välisestä suhteisuudesta ja verkostojen merkityksestä tiedon tuottamisessa ja tapana hahmottaa sosiaalisia suhteita ja institutionaalisia käytäntöjä, joka on terveys sosiologiassa keskeinen tutkimussuuntaus. Minua kiehtoi toimijaverkostoteoreettinen lähestymistapa, joka huomioi materiaalisuuden merkityksen toiminnassa ja toimijuudessa. Sen vuoksi halusin lähteä tutkimuskentälle huomioimaan myös materiaalisia suhteita. Koin toimijaverkkoteorioiden tarjoavan antideterministisen näkökulman uuden ilmiön tarkasteluun. Nämä näkökulmat pohjustivat ajatteluani, kunnes pääsin sisälle kohtaamiini ihmisten tarinoiden ja oivalsin sanojen voiman ja merkityksen. Siten valitsin seurata erityisesti yhdistystoiminnan diskursiivisia käytäntöjä. Verkostojen tutkimus voi avata herkkyyden ilmiötä entistä laajemmin.

Tutkimukseni kuvaa ihmisten kokemuksia uusliberalistisessa ja terapeutisessa yhteiskunnassa ja yhdistystoimintaa paikkana merkityksellistä kokemusta. Keskustelu haavoittuvuuksista ja mahdollisuuksista niiden esiin tuomiseen on tärkeä näkökulma terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien kysymysten tarkastelussa. Tutkimus

tuota esiin, miten yksilöllistymisen eetos ja kapeiksi koetut normatiiviset kansalaisen tai työntekijän mallit voivat tuntua ahtailta ja jopa tavoittamattomilta. Se osoittaa, että kaipuu kuuluu johonkin ja löytää omia viiteryhmiä ja identiteetin kiinnittymisiä on perustava tarve, ja saa uusia kulttuurista nousevia muotoja. Vanhojen kategorisointien muuttuessa niihin identifioituminenkin voi olla muuttuvaa ja väliaikaista, ja ihmisillä voi olla tarve etsiä uusia tapoja kuulua johonkin. Samalla voivat tulla ylitetyksi myös ne rajat, joilla kuulumisen kategorioita tuotetaan, tunnistetaan ja mil-laista tunnustusta identiteeteille haetaan. Erilaisuuden kokemukset voivat jatkaa yhteisöstä toiseen. Jos kategoriat tarkentuvat yhä pienempiin minuuden piirteisiin, ni-hinkin voi olla yhä vaikeampaa sovittaa sitä elämän kirjoa, joka sosiaalista elä-määmmä värittää. Tutkimuksen pohjalta nostankin esiin myös kysymyksen siitä, mitä merkitsee, jos kollektiivista identiteettiä hyödynnetään vain terapeuttisena. Li-sääkö se yksilöiden hyvinvointia, vai kaventaako se mahdollisuuksia tuoda haavoit-tuvuuksia esiin? Mihin me täällä toisiamme tarvitsemme? Charles Taylor (1995) va-roittaa autenttisen minuuden etsimisen vaaroista, jolloin oman yksilöllisen ja ainut-laatuksen elämän tarkoituksen löytäminen ja tavoittelu voi kääntää meitä pois muista ihmisistä. Terapeutin ei saa tarkoittaa vain omaan itseän kääntymistä, vaan myös sen huomioimista, miten me olemme yhteydessä toisiimme ja vastuussa myös mui-den hyvinvoinnista.

Toisaalta pienikin voi viitata johonkin suurempaan. Erityisherkkyydelle annetut merkitykset kuvittavat näkymiä yhteiskuntaan, jossa kuuluminen voi perustua iden-titeettiin tai sen esille nostamiin jaettuihin arvoihin, *moninaisuutta mahdollistavaan, tasa-arvoiseen, kehojen rajat huomioivaan yhteiskuntaan*. Tutkimuksen pohjalta eh-dotan, että myös terveyteen ja hyvinvointiin liittyvillä yhdistyksillä voisi olla välit-tävä rooli kansalaisten esiin nostamille kamppailuille esimerkiksi puristavia normeja ja taloudellisen tehokkuuden vaateita vastaan. Alain Tourainen (2003) mukaan ih-misten konkreettiset kokemukset ovat johtotähtiä, joiden avulla voidaan puolustaa kansalaisten sosiaalisia ja kulttuurisia oikeuksia ja parempaa elämää. Terapeutin voi olla myös haavoittuva politisoitumisen muoto (Sointu & Hill 2022, 893). Esi-merkiksi Heljälle erityisherkkyyys näyttäytyi kärsimysten kokemusten selittäjänä. Katariinalle erityisherkkyyys oli lahja: ”Nyt kun sen asian olen oivaltanut itse, niin olen ajatellut, että se on lahja minulle.” Molempien kokemus on todellinen, ja siten tarpeen ottaa huomioon.

Erityisherkkyyden politisoituminen voi olla aallon kosketus rantakallioon tai tuuli perhosen siiven alla. Katsoessasi tutkimukseni tuottamaa kuvaa, voitko nähdä sen?

Lähteet

- Acevedo, B.P., Aron, E.N., Pospos, S. & Jossen, D. 2018. The functional highly sensitive brain: a review of the brain circuits underlying sensory processing sensitivity and seemingly related disorders. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences* 373(1744). 1–5.
- Adkins, L. & Lury, C. 1999. The labour of identity: performing identities, performing economies. *Economy and Society* 28(4). 598–614.
- Adkins, L. & Jokinen, E., 2008. Introduction: Gender, Living and Labour in the Fourth Shift. *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 16(3). 138–149.
- Ahola, K., Toppinen-Tanner, S. & Seppänen, J. 2016. Vaikuttava työuupumusorientaatio: Systemaattinen katsaus ja toimintaohjeita. Työterveyslaitos. Juvenes Print.
- Ahmed, S. 2004. *The Cultural Politics of Emotion*. Routledge.
- Ahmed, S. 2018. Tunteiden kulttuuripolitiikka. Haltunen-Riikonen, E. suom. Niin & Näin. Tallinnan Kirjapaino Oy.
- Ahmed, S. 2021. *Complaint!* Duke University Press.
- Airaksinen, A. & Satri, J. 2020. Herkkyys ja yksilölliset olemisen kehykset. *Sosiaalipedagoginen aikakauskirja* Vol 22. 63–94.
- Alasuutari, P., Mikola, E., Rautalin, M., Syväterä, J. & Valkeasuo, L. 2013. Globaalien kehityslinjojen luominen ja kotoistaminen. Teoksessa Lehtonen, M. toim. Liikkuva maailma. Liike, raja, tieto. Vastapaino. 33–53.
- Alasuutari, P. & Quadir, A., 2014. Introduction. Teoksessa Alasuutari, P. & Quadir, A. toim. *National Policy-Making: Domestication of Global Trends*. Routledge.
- Andell, K. 2020. Tiede ja sen toiset. Tieteen ja kokemustiedon rajatyö arkiymmärryksen ylittävissä kokemuksissa. *Sociologia* 2/2020. 227–245.
- Ansala, L. 2017. "Niin monta rautaa tulossa". Aktiivinen kansalaisuus järjestöaktiivien yliopisto-opiskelijoiden kertomana. *Acta Universitatis Lapponensis* 342. Lapin yliopistopaino.
- Anttiroiko, A.-V., Haveri, A., Karhu, V., Ryyänen, A. & Siitonen, P. 2007. Kuntien toiminta, johtaminen ja hallintasuhteet. Kunnallistutkimuksia. Tampere University Press.
- Anttonen, A. & Sipilä, J. 2009. Suomalaista sosiaalipolitiikkaa. 2. painos. Vastapaino.
- Armstrong, E. & Bernstein, M. 2008. Culture, Power and Institutions. A Multi-Institutional Politics Approach to Social Movements. *Sociological Theory* 26(1). American Sociological Association. 74–99.
- Aron, E.N., 1996. *Highly Sensitive Person*. Birch Lane Press.
- Aron, E.N. & Aron, A. 1997. Sensory-processing Sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology* 73(2). 345–368.
- Aron, E.N. & Aron, A. & Jagiellowicz, J. 2012. Sensory Processing Sensitivity: A review in the light of the evolution of biological responsibility. *Personality and Social Psychology Review* Vol. 16(3). 262–282.
- Aron, E.N., Aron, A. & Davies, K. 2005. Adult shyness: The interaction of temperamental sensitivity and an adverse childhood environment. *Personality and Social Psychology Bulletin* 31(2), 181–197.

- Aromaa, J. & Tiili, M-L.. 2014. Empatia ja ruumiillinen tieto etnografisessa tutkimuksessa. Teoksessa Hämeenaho, P. & Koskinen-Koivisto, E. toim. Moniulotteinen etnografia. Ethnos ry. Tallinnan kirjapaino.
- Assary, E., Zavos, H.M.S., Kraphol, E., Keers, R. & Pluess, M. 2021. Genetic architecture of environmental sensitivity reflects multiple heritable components: a twin study with adolescents. *Molecular Psychiatry* 26, 4896–4904.
- Atkinson, Paul., Coffey, A., Delamont, S., Loftland, J. & Loftland, L. 2001. toim. Handbook of Ethnography. SAGE Publications.
- Aubry, T. & Travis, T. 2015. toim. Rethinking therapeutic culture. University of Chicago Press.
- Aubry, T. & Travis, T. 2015. What is therapeutic culture and why do we need to "rethink it"? Teoksessa Rethinking therapeutic culture. University of Chicago Press, 1–23.
- Bakker, K. & Moulding, R. 2012. Sensory-Processing sensitivity, dispositional mindfulness and negative psychological symptoms. *Personality and individual differences* 53(3), 341–346.
- Bamberg, M. 2004. Talk, small stories and adolescent identities. *Human Development* 47(6). 366–369.
- Barber, T. 2009. Participation, citizenship and well-being. Engaging with young people, making a difference. *YOUNG. Nordic Journal of Youth Research* 17(1), 25–40. SAGE Publications.
- Belsky, J. & Pluess, M. 2009. Beyond diathesis stress: differential susceptibility to environmental influences. *Psychological Bulletin* Vol. 135(6), 885–908.
- Benham, G., 2006. The highly sensitive person: stress and psysical symptom reports. *Personality and individual differences* 40(7), 1433–1440.
- Benn, R. 2000. The genesis of active citizenship in the learning society. *Studies in Education of Adults* Vol 32(1), 241–256.
- Bennett, W.L. & Segerberg, A. 2012. The Logic of connective action. Digital media and the personalization of contentious politics. *Information, Communication & Society* Vol 15(5), 739–768.
- Bensford, R.D. 2002. Controlling Narratives and Narratives as Control within Social Movements. Teoksessa Davis, J.E. toim. Stories of Change: Narrative and Social Movements. State University of New York Press, 53–74.
- Berg, P. 2010. Ruumis on sielun peili? - Liikuntakasvatus minän hallintana. Teoksessa Komulainen, K., Keskitalo-Foley, S., Korhonen, M. & Lappalainen, S. toim. Yrittäjyyskasvatus hallintana. Vastapaino. 124–155.
- Berger, J., 1987. Toisinkertoja. Lintunen, M. toim. Literos.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. 1994. Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen: Tiedonsosiologinen tutkielma. Gaudeamus.
- Bergsma, E. 2019. HSP and burnout: international research. <<https://hoogsensitief.nl/hsp-and-burnout-international-research/>> Viitattu 15.9.2019.
- Berlant, L. 2011. Cruel Optimism. Duke University Press.
- Bernstein, M. 1997. Celebration and suppression: The strategic uses of identity by the lesbian and gay movement. *Americal Journal of Sociology* 103(3), 531–581.
- Bernstein, M. 2013. "Power, politics and social movements.: A multi-institutional politics approach". *Politics, Groups and Identities* 1(1). 87–93.
- Bernstein, M., Wulff, S. & Taylor, V. 2014. New theoretical directions from the study of gender and sexuality movements: collective identity, multi-institutional politics and emotion. Teoksessa Della Porta, D., Diani, M. toim. The Oxford Handbook of Social Movements. Oxford Handbooks Online.
- Bernstein, M., & Olsen, K.A. 2009. "Identity Deployment and Social Change: Understanding identity as a social movement and organizational strategy." *Sociology Compass* 3/6, 871–883.
- Binkley, S., 2011. Psychological life as enterprise: Social practice and the government of neo-liberal interiority. *History of the Human Sciences*, 24(3), 83–102.
- Binkley, S. 2014. Happiness as enterprise. An essay on neoliberal life. State University of New York Press.

- Sanford, B., Meyers, K. & Love, T. 2013. Response of the μ -opioid system to social rejection and acceptance. *Mol Psychiatry*, 18(11), 1211–1217.
- Boltanski, L. & Chiapello, E. 2005. *The New Spirit of Capitalism*. Verso.
- Booth, C., Standage, H & Fox, E. 2015. Sensory-processing sensitivity moderates the association between childhood experiences and adult life satisfaction. *Personality and individual differences* 87, 24–29.
- Boström, M. 2004. Cognitive practices and collective identities within a heterogeneous social movement: the Swedish environmental movement. *Social Movement Studies* 3(1), 73–88.
- Bourdieu, P. & Wacquant, L.J.D., 1995. *Refleksiiviseen sosiologiaan. Tutkimus, käytäntö ja yhteiskunta*. Joensuu University Press.
- Bourdieu, P. Accardo, A., 1999. *The Weight of the World: Social Suffering in Contemporary Society*. Polity Press.
- Bowker, G. & Star, S.L. 2000. *Sorting Things Out. Classification and Its Consequences*. The MIT Press, Cambridge.
- Braun, V. & Clarke, V. 2006. Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology* 3(2), 77–101.
- Brinkmann, S. 2015. *Diagnostic Cultures. A Cultural Approach to the Pathologization of Modern Life*. Routledge, New York.
- Brookshear, J.G. & Brylow, D. & Harris, N. 2015. *Computer Science: An Overview*. <w3.cs.jmu.edu>. Viitattu 14.10.2023.
- Brown, P., Zavestoski, S., McCormick, S., Mayer, B., Morello-Frosch, R. & Gasior Altman, R. 2004. Embodied health movements: new approaches to social movements in health. *Sociology of Health & Illness* Vol. 26, No. 1, 50–80. Blackwell Publishing Ltd.
- Brown, P. 2007. *Toxic Exposures: Contested Illnesses and the Environmental Health Movement*. Columbia University Press.
- Brown, P., Morello-Frosch, R., Zavetovski, S. & the Contested Illness Research Group. 2011. *Contested Illness. Citizens, Science and Health Social Movements*. University of California Press.
- Brown B. & Baker S. 2013. *Responsible Citizens: Individuals, Health and Policy Under Neoliberalism*. Anthem Press. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.7135/UPO9780857289131>.
- Brunila, K. 2012. From Risk to Resilience: The therapeutic ethos in youth education. *Education Inquiry* Vol. 3(3), 451–464.
- Brunila, K., & Rossi, M-L. 2018. Identity politics, the ethos of vulnerability and education. *Educational Philosophy and Theory* Vol50(3), 287–298.
- Brunila, K., & Ylöstalo, H. 2020. The Nordic therapeutic welfare state and its resilient citizens. Teoksessa Nehring, D., Madsen, O.J., Cabanas, E., Mills, C. & Kerrigan, D. toim. *The Routledge Handbook of Therapeutic Cultures*. Routledge. 334–345.
- Brunila, K., Harni, E., Saari, A. & Ylöstalo, H. 2021. toim. *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Vastapaino, Tampere.
- Burr, V. 2015. *Social Constructionism*. 3. painos. Routledge.
- Butler, J. 1990. *Gender trouble: feminism and the subversion of identity*. New York, Routledge.
- Butler, J. 1997. *Excitable speech: a politics of the performative*. New York, Routledge.
- Butler, J. 2006. *Hankala sukupuoli, Feminismin ja identiteetin kumous*. Suom. Pulkkinen, T. & Rossi, L-M. Gaudeamus.
- Cabanas, E. & Illouz, E. 2016. *The making of happy worker. Teoksessa Pugh, A.J. toim. Beyond the cubicle. Job insecurity, intimacy and the flexible self*. New York: Oxford University Press, 26–49.
- Cabanas, E. & Illouz, E. 2019. *Manufacturing happy citizens: How the science and industry of happiness control our lives*. Cambridge, Polity Press.
- Campbell, D. & Bleiker, R., 2007. *Poststructuralism. Teoksessa Dunne, T., Kurki, M. & Smith, S. toim. International Relations Theories. Discipline and Diversity*. Oxford University Press. 197–219.
- Canguilhem, G. 1966/1991. *The normal and the pathological*. Zone Books, New York.

- Casas-Cortés, M.I., Osterweil, M. & Powell, DE. 2008. Blurring Boundaries: Knowledge-Practices in the Study of Social Movements. *Anthropological Quarterly* Vol 81 (1), 17–58.
- Cash, D., Clark W.C., Alcock, F., Dickson, N.M., Eckley, D.G., Jäger J. & Mitchell R. 2003. Knowledge Systems for Sustainable Development. *PNAS* 100:14, 8086–8091.
- Cerwonka, A. & Malkki, L.H. 2007. Improvising Theory: Process and Temporality in Ethnographic Fieldwork. 162–187. University of Chicago Press.
- Clifford, J. & Marcus, G.E., 1986. toim. Writing Culture. The Poetics and Politics of Ethnography. California University Press.
- Clifford, J., 1986. Introduction: Partial Truths. Teoksessa Clifford, James & Marcus, George E. toim. Writing Culture. The Poetics and Politics of Ethnography. California University Press.
- Cloud, D. 1998. Control and consolation in American culture and politics: Rhetoric of therapy. Sage Publications.
- Collier, D., Hidalgo, F.D. & Maciuceanu, A.O. 2006. Essentially contested concepts: debates and applications. *Journal of Political Ideologies* 11 (3), 211–246.
- Collins, R. 2004. Interaction Ritual Chains. Princeton University Press.
- Collinson, D.L. 2003. Identities and Insecurities: Selves at Work. *Organization* Vol 10(3). 527–547.
- Conrad, P., 2007. The medicalization of society: on the transformation of human conditions into treatable disorders. John Hopkins University Press, Baltimore.
- Conrad, P. & Schneider, J.W. 1992. Deviance and Medicalization. Temple University Press.
- Cooper, T.M. 2016. The Integral Being: A Qualitative Investigation of Highly Sensitive Persons and Temperament Appropriate Careers. Invictus Publishing.
- Cregan, K. 2006. The Sociology of the Body: Mapping the Abstraction of Embodiment. Sage Publications. 1–16.
- Cruikshank, B. 1999. The Will to Empower. Democratic Citizens and other Subjects. Cornell University Press.
- Davies, W. 2015. The happiness industry. Verso.
- Davis, J.E. 2002. Narrative and Social Movements: The Power of Stories. Teoksessa Davis, J.E. toim. Stories of Change: Narrative and Social Movements. State University of New York Press.3–30.
- de Boise, S. & Hearn, J. 2017. Are men getting more emotional? Critical Sociological Perspectives on men, masculinities and emotions. *The Sociological Review* Vol 65(4), 779–796.
- de Duve, T. 2007. Time Exposure and snapshot. The photograph as paradox. Teoksessa Elkins, J. toim. Photography Theory. Routledge, New York.
- de Hooge I.E., Breugelmans S.M., Wagemas, F.M.A. & Zeelenberg, M. 2018. The Social Side of shame: approach versus withdrawal. *Cognition and Emotion* 32(8), 1671–1677.
- Delamont, S. & Atkinson, P. 2018. The ethics of ethnography. Teoksessa Iphofen R & Tolich M. toim. The SAGE Handbook of Qualitative Research Ethics. London: SAGE Publications. 119–132.
- Delanty, G. 2003. Citizenship as a learning process: disciplinary citizenship versus cultural citizenship. *International Journal of Lifelong Education* 22 (6), 597–605.
- Denzin, N.K. 1989. Interpretive Biography. *Qualitative Research Methods*. Vol 17. SAGE Publications.
- Delap, L. 2018. Feminism, Masculinities and Emotional Politics in Late Twentieth Century Britain. *Cultural and Social History* 15:4, 571–593.
- Dumit, J. 2006. Illnesses you have to fight to get: Facts as forces in uncertain, emergent illnesses. *Social Science & Medicine* 62 (2006) 577–590.
- Durkheim, E. 1912. The Elementary Forms of Religious Life. Free Press, New York.
- Durkheim, E. 1980. Uskontoelämän alkeismuodot. Australialainen toteemijärjestelmä. Suom. Randell. S. Tammi, Helsinki.
- Edenroth-Cato, F. 2020. Motherhood and highly sensitive children in an online discussion forum. *Health*, Vol 24(4), 442–458.

- Edenroth-Cato, F., & Sjöblom, B. 2022. Biosociality in Online Interactions: Youths' Positioning of the Highly Sensitive Person Category. *Young* 30(1) 80–96, 2022. Sage Publications & YOUNG Editorial Group.
- Edwards, G. 2014. *Social Movements and Protest*. Cambridge University Press.
- Ehn, B. & Löfgren, O. 2012. Kulturanalytiska verktyg. [Cultural analytical tools.] Gleerups, Malmö.
- Einwohner, R.L., Reger, J. & Myers, D.L. 2008. Identity Work, Sameness, and Difference in Social Movements. Teoksessa Reger, J. ym. toim. *Identity Work in Social Movements*, University of Minnesota Press.
- Elkins, J. 2007. toim. 2007. *Photography Theory*. Routledge: New York.
- Ellis, B.J. & Boyce, W.T. 2011. Differential susceptibility to the environment: toward an understanding of sensitivity to developmental experiences and context. *Development and psychopathology* 23(1), 1–5.
- Epstein, S. 1995. The construction of lay expertise: AIDS activism and the forging of credibility in the reform of clinical trials. *Science, Technology and Human Values* 20(4). 408–37.
- Epstein, S. 1996. *Impure Science: AIDS, Activism, and the Politics of Knowledge*. University of California Press.
- Eräsaari, L. 1995. Kohtaamisia byrograattisilla näyttämöillä. Gaudeamus.Tammer-Paino Oy, Tampere.
- Eskola, A. & Kurki, L. 2001. Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Vastapaino, Tampere.
- Evers, A. & Rasche, J. & Schabracq, M.J. 2008. High sensory processing sensitivity at work. *International Journal of Stress Management* 15(2), 189–198.
- Eyerman, R. 2005. Menneisyys nykyhetkessä – kulttuuri ja muistin siirtyminen. Teoksessa Paasonen, S., toim. *Aktivismi. Verkostoja, järjestöjä ja arjen taitoja*. Nykykulttuuri. Gummerus Kirjapaino Oy, Vaajakoski.
- Eyerman, R. & Jamison, A. 1991. *Social Movements: a cognitive approach*. Pennsylvania State University Press.
- Ezzy, D. 2001. A simulacrum of a workplace community: individualism and engineered culture. *Sociology* 35(3), 631–650.
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Copenhagen: World Health Organization, WHO Regional Office for Europe. Health Evidence Network, 67. Viitattu 26.9.2021. <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553773/>>.
- Fetterman, D.M. 2010. *Ethnography. Step-by-step*. Applied Social Research Methods Series. Volume 17. SAGE.
- Fingerroos, O. & Jouhki, J. 2014. Etnologinen kenttätyö ja tutkimus. Teoksessa Hämeenaho, P. & Koskinen-Koivisto, E. toim. *Moniulotteinen etnografia*. Ethnos ry. Tallinnan Kirjapaino. 79–108.
- Flam, H. 1990. Emotional 'man': I. The emotional 'man' and the problem of collective action. *International Sociology* Vol 5(1), 39–56.
- Flam, H. 2005. Emotion's map: a research agenda. Teoksessa Flam, H. & King, D. toim. *Emotions and Social Movements*. Routledge, London. 19–40.
- Flam, H. 2015. *Micromobilization and Emotions*. Oxford University Press.
- Flam, H. & King, D. (toim.). 2005. *Emotions and Social Movements*. Taylor & Francis, Hoboken.
- Fligstein, N. 2001. Social Skill and the Theory of fields. *Sociological Theory* 19, 105–125.
- Foster, R. 2016. Therapeutic culture, authenticity and neoliberalism. *History of the Human Sciences*, 29(1), 99–116.
- Foucault, M. 1979. *The history of sexuality*. Vol 1. Introduction. Penguin Books.
- Foucault, M. 1999. *Seksuaalisuuden historia*. Gaudeamus, Helsinki.
- Fraser, N. 2003. Rethinking the Public Sphere. A Contribution to the Critique of Actually Existing Democracy. Teoksessa Carolyn M.E. toim. *Civil Society and Democracy*. Oxford University Press, New York, 84–86.
- Freire, P. 2017. *Pedagogy of the Oppressed*. Penguin Modern Classics.
- Furedi, F. 2004. *Therapy Culture. Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. Routledge.

- Gallie, W.B. 1956. Essentially contested concepts. *Proceedings of the Aristotelian Society* 56, 167–198.
- Gamson, J. 1995. “Must Identity Movements Self-Destruct? A Queer Dilemma,” *Social Problems*. 42(3) 390–407.
- Geertz, C. 1973. Thick description: toward an interpretive theory of culture. Teoksessa Geertz, C. The interpretation of cultures. Selected essays. Basic Books. 3–30.
- Geertz, C. 1988. Works and Lives. The Anthropologist as Author. Cambridge University Press.
- Giddens A. 1984. Yhteiskuntateorian keskeisiä ongelmia. Toiminnan, rakenteen ja ristiriidan käsitteet yhteiskunta-analysissä. Otava.
- Gieryn, T.F. 1983. Boundary-work and the demarcation of science from non-science. *American Sociological Review* Vol 48(6), 781–795.
- Gieryn, T.F. 1995. Boundaries of Science. Teoksessa Jasanoff, S., Markle, G.E., Petersen, J. C. & Pinch, T. toim. Handbook of Science and Technology Studies. Thousand Oaks & London, SAGE, 393–443.
- Gieser, T. 2008. Embodiment, Emotion and Empathy: A Phenomenological Approach to Apprenticeship Learning. *Anthropological Theory* 8(3), 299–318.
- Gobo, G. 2008. Doing Ethnography. SAGE Publications.
- Goffman, E. 1955/1967. On Face Work: An Analysis of Ritual Elements in Social Interaction. Teoksessa Goffman, E. Interaction Ritual. Doubleday, New York.
- Goffman, E. 1974. Frame Analysis. An essay on the Organization of Experience. Harvard University Press, Cambridge.
- Goodwin, J., Jasper, J., and Polletta, F. 2001. Passionate Politics: Emotions and Social Movements. University of Chicago Press.
- Greven, C.U., Lionetti, F., Booth, C, Aron, E.N., Fox, E., Schendan, H.E., Pluess, M., Bruining, H., Acevedo, B., Bijttebier, P. & Homberg, J. 2019. Sensory Processing Sensitivity in the Context of Environmental Sensitivity: A critical review and development of research agenda. *Neuroscience & Behavioral Reviews*, Vol 98, 287–305.
- Guenther K.M. 2009. The Impact of emotional opportunities on the emotion cultures of feminist organizations. *Gender and Society* 23(3): 337–362.
- Hacking, I. 2009. Mitä sosiaalinen konstruktivismi on? Vastapaino, Tallinna.
- Haenfler, R., Johnson, B., & Jones, E. 2012. Lifestyle movements: Exploring the intersection of lifestyle and social movements. *Social Movement Studies*, 11(1), 1–20.
- Hall, S. 1992. Kulttuurin ja politiikan murroksia. toim. Koivisto, J., Lehtonen, M., Uusitupa, T. & Grossberg, L. Vastapaino, Tampere.
- Hall, S. 1997. toim. Representation. Cultural Representations and Signifying Practices. Sage Publications Ltd, London.
- Hall, S. 1997. Introduction. Teoksessa Stuart H. toim. Representation. Cultural Representations and Signifying Practices. Sage Publications Ltd, London, 1–11.
- Hall, S. 1997. The work of representation. Teoksessa Stuart H. toim. Representation. Cultural Representations and Signifying Practices. Sage Publications Ltd, London, 13–74.
- Hall, S. 1999. Identiteetti. Suom. Lehtonen, Mikko & Herkman, Juha. Vastapaino, Tampere.
- Hallamaa, J. 2017. Yhdessä toimimisen etiikka. Gaudeamus, Helsinki.
- Haraway, D. 1988. Situated knowledges: The Science question in feminism and the privilege of partial perspective. *Feminist Studies*, 14:3, 575–599.
- Harding, N. & Kostera, M. 2021. Doing ethnography. Introduction. Teoksessa Kostera, M. & Harding, N. (toim). Organizational ethnography. Elgar Online. 1–17. <<https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.4337/9781786438102.00005>>.
- Harju, A. 2004. Aktiivisten kansalaisten Suomi. Keskustelunavaus järjestöllisen koulutuksen kehittämistä. Edita Prima, Helsinki.

- Harju, A. 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, M. & Yeung AB. toim. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä.
- Harju, A. 2010. Puheenvuoro kansalaisyhteiskunnan tulevaisuudesta. Sivistysliitto Kansalaisfoorumi, Vantaa.
- Hautaniemi, R. 2021. Herkkää toimijuutta työelämän ristiaallokoissa. Ilmiömedia. Sosiologinen media kaikille. Viitattu 9.6.2023.
- Heikkala, J. 1998. Ajolähtö turvattomiin kotipesiin: liikunnan järjestökentän muutos 1990-luvun Suomessa. Akateeminen väitöskirja. Acta Universitatis Tamperensis 1455–1616; 641.
- Heimonen, P. 2019. Järjestöt, muutos ja johtajuus. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen toiminnan ja johtajuuden rakentuminen yhteiskunnallisten muutosten keskellä. Tampereen yliopiston väitöskirja 119.
- Heinonen, J. 2014. Rakenteellinen sosiaalityö muutoksessa ja muuttajana. Teoksessa Pohjola, A., Laitinen, M. & Seppänen, M. toim. Rakenteellinen sosiaalityö. Sosiaalityön tutkimuksen vuosikirja 2014. UNIPress.
- Heinonen-Guzejev, M. 2009. Noise sensitivity – medical, psychological and genetic aspects. Akateeminen väitöskirja. Julkisen terveyden laitos, Helsingin yliopisto.
- Helander, V. 1998. Kolmas sektori. Saarijärvi: Gaudeamus.
- Helander, V. & Laaksonen, H. 1999. Suomalainen kolmas sektori. Rakenteellinen erittely ja kansainvälinen vertailu. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto. Hakapaino Oy, Helsinki.
- Hemmings, C. 2012. Affective solidarity: Feminist reflexivity and political transformation. *Feminist Theory* 13(2). 147–161.
- Henry, R. 2012. Gifts of grief: performative ethnography and the revelatory potential of emotion. *Qualitative Research* Vol. 12(5), 528–539.
- Heyes, C. 2020. "Identity Politics", *The Stanford Encyclopedia of Philosophy*. Zalta, E.N. toim. <<https://plato.stanford.edu/archives/fall2020/entries/identity-politics/>>.
- Hodges, J. & Howieson, B. 2017. The challenges of leadership in the third sector. *European Management Journal* 35(1), 69–77. <<http://dx.doi.org/10.1016/j.emj.2016.12.006>>.
- Holstein, J.A. & Gubrium, J.F. 2000. *The Self We Live By. Narrative Identity in Postmodern World*. Oxford University Press, New York.
- Hiiemäe, R. & Utriainen, T. 2021. From "unbelievable stupidity" to "secret clues for staying healthy": Cam landscape and boundary-work in Estonian and Finnish mainstream media in April 2020. *Folklore* 2021 (82), 183–214.
- Hine, C. 2000. *Virtual Ethnography*. SAGE.
- Hintsanen, M. 2014. Persoonallisuuden merkitys terveydelle ja hyvinvoinnille. *Academia Scientiarum Fennica* 2014, 56–61.
- Hirvonen, O. 2020. Johdanto – Tunnustuksen filosofia ja politiikka. Teoksessa Hirvonen, O. toim. Tunnustuksen filosofia ja politiikka. Hegelistä nykypäivään. Suomen Kirjallisuuden Seura.
- Hokkanen, L., Kinnunen, P. & Siisiäinen, M. 1999. Haastava kolmas sektori: pohdintoja tutkimuksen ja toiminnan moninaisuudesta. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto. Gummerus, Jyväskylä.
- Honneth, A. 1995. *The Struggle for Recognition: The Moral Grammar of Social Conflicts*. MIT Press.
- Honkasalo, M-L. 2000. Chronic pain as a posture towards the world. *Scandinavian Journal of Psychology* 2000, Vol 41(3), 197–208.
- Honkasalo, M-L. 2008a. Reikä sydämessä. Vastapaino.
- Honkasalo, M-L. 2008b. Etnografia terveyden, sairauden ja terveydenhuollon tutkimuksessa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 45, 4–17.
- Honkasalo, M-L. 2012. Kulttuuri ja sairaus etnografisena tutkimuskohteena. Teoksessa Salmi, H. & Honkasalo, M-L. toim. Terveyttä kulttuurin ehdoilla: näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen. Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen. Turun yliopisto, Kulttuurihistoria.

- Honkasalo, M-L., Jylhänkangas, L. & Leppo, A. 2022. toim. Haavoittuva toimijuus. Sairastaminen ja hoiva hyvinvointivaltion laitamilla. Vastapaino, Tampere.
- Honkasalo, M-L., Jylhänkangas, L. & Leppo, A. 2022. Johdanto: Toimijuutta haavoittuvuuden ehdoilla. Teoksessa Honkasalo, M-L., Jylhänkangas, L. & Leppo, A. toim. Haavoittuva toimijuus. Sairastaminen ja hoiva hyvinvointivaltion laitamilla. Vastapaino, Tampere. 7–43.
- Hollan D. & Throop, C.J. 2008. Being There: On the Imaginative Aspects of Understanding Others and Being Understood. *Ethos* 36(4), 475–489. <<https://www.jstor.org/stable/20486593>>.
- Homberg, J.R., Schubert, D., Asan, E. & Aron, E.N. 2016. Sensory processing sensitivity and serotonin gene variance: insights into mechanisms shaping environmental sensitivity. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, Vol 71, 472–483. <<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.09.029>>.
- Honkonen, T., Lindström, K. & Kivimäki, M. 2003. Psykososiaalinen työkuormitus mielenterveyden häiriöiden etiologiassa. *Duodecim* 199(14), 1327–1333.
- Hughes, J. 2005. Bringing emotion to work: emotional intelligence, employee resistance and the reintervention of character. *Work, employment and society*, Vol 19 (3), 453–699. SAGE Publications.
- Hyväri, S. 2005. Vertaistuen ja ammattiauttamisen muuttuvat suhteet. Teoksessa Nylund, M. & Yeung A.B. toim. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä. 214–235.
- Hyvärinen, M. 2010. Haastattelukertomuksen analyysi. Teoksessa Ruusuvoori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. toim. Haastattelun analyysi. Vastapaino, Tampere. 90–118.
- Hänninen, S. 2003. Yhdistykset uuden aloittajina. Teoksessa Hänninen, S., Kangas, A. & Siisiäinen, M. Toim. Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori. Atena Kustannus Oy, Jyväskylä.
- Hänninen, S., Kangas, A. & Siisiäinen, M. 2003. toim. Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori. Atena, Jyväskylä.
- Hänninen, V. 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. *Acta Universitatis Tamperensis* 696. Vastapaino.
- Hänninen, V. 2004. A Model of Narrative Circulation. *Narrative Inquiry* 14(1), 69–85.
- Hämeenaho, P. & Koskinen-Koivisto, E. 2014. Etnografian ulottuvuudet ja mahdollisuudet. Teoksessa Hämeenaho, P. & Koskinen-Koivisto, E. toim. Moniulotteinen etnografia. Ethnos ry, Tallinnan Kirjapaino, Tallinna.
- Högbacka, T. & Aaltonen, S. 2015. Refleksiivisyyden ulottuvuudet. Teoksessa Hogbacka, R. & Aaltonen, S. toim. Umpikujasta oivallukseen. Refleksiivisyys empiirisessä tutkimuksessa. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura julkaisuja 164. Tampere University Press.9–31.
- Illouz, E. 2007. Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism. Polity, Cambridge.
- Illouz, E. 2008. Saving the Modern Soul. Therapy, Emotions and the Culture of Self-help. University of California Press, London.
- Ikävalko, E. 2021. Affektiivinen kuuluminen vertaisuuteen perustuvassa mielenterveystyössä. *Sosiologia* 4/2020, 338–354.
- Irwin, A. & Wynne, B. 1996. Misunderstanding Science? The Public Reconstruction of Science and Technology. Cambridge University Press.
- Jamison, A. 2006. Social movements and science: Cultural appropriations of cognitive praxis. *Science as Culture*, 15:01, 45–59. DOI: 10.1080/09505430500529722.
- Jasper, J.M. 2011. Emotions and social movements: Twenty years of theory and research. *Annual Review of sociology* 37: 285–303.
- Jauho, M. 2016. The social construction of competence: Conceptions of science and expertise among proponents of the low-carbohydrate high-fat diet in Finland. *Public Understanding of Science* 25(3), 332–345.
- Jauho, M. & Meskus, M. 2017. Tieteen ja teknologian tutkimuksen näkökulmia terveyteen. Teoksessa Karvonen, S., Kestilä, L. & Mäki-Opas, T. toim. Terveys sosiologian linjoja. Gaudeamus. 125–140.

- Johnston, H. & Klandermas, B. 1995. toim. *Social Movements and Culture. Social Movements, Protest and Contention, Volume 4.* University Press, Minnesota.
- Johnston, H. & Klandermas, B. 1995. The Cultural Analysis of Social Movements. Teoksessa Johnston, H. & Klandermas, B. toim. *Social Movements and Culture. Social Movements, Protest and Contention. Volume 4.* University Press, Minnesota. 1–24.
- Johnstone, L. & Boyle, M. 2018. The Power Threat Meaning Framework: An Alternative Nondiagnostic Conceptual System. *Journal of Humanistic Psychology*. Vol 0(00). ps://doi.org/10.1177/0022167818793289
- Jokinen, A., Huttunen, L. & Kulmala, A. toim. 2004. Puhua vastaan ja vaieta: neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. *Gaudeamus*.
- Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E. 2012. Kategoriat, kulttuuri & moraali. *Vastapaino*.
- Jokinen, A. 2012. Kategoriat, instituutiot ja sosiaalisen järjestyksen tuottaminen. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E. toim. *Kategoriat, kulttuuri & moraali. Vastapaino*.
- Jokinen, A. 2004. Diskurssianalyysin kourissa. Sotilasteksteissä muotoutuva miehisuus. Teoksessa Liljeström, M. toim. *Feministinen tietäminen. Keskustelua metodologiasta. Vastapaino*. 191–208.
- Jokinen, A. 2010. Kriittinen mies- ja maskuliinisuustutkimus. Teoksessa Juvonen, T., Rossi, L-M. & Saresma, T. toim. *Käsikirja sukupuoleen. Vastapaino*. 128–138.
- Jones, M. & Jallinoja, P. & Pietilä, I. 2021. Representing the ‘Voice’ of Patients: How Third Sector Organisations Conceptualise and Communicate Experiential Knowledge in Health Service Development. *Voluntas* (2021) 32, 561–572.
- Josefsson, K. & Cloniger, C.R. & Hintsanen, M. & Jokela, M. & Pulkki-Råback, L. & Keltikangas-Järvinen, L. 2011. Associations of personality profiles with various aspects of well-being: A population-based study. *Journal of Affective Disorders* 133, 265–273.
- Juhila, K. 2004. Leimattu identiteetti ja vastapuhe. Teoksessa Jokinen, A., Huttunen, L. & Kulmala, A. toim. *Puhua vastaan ja vaieta. Neuvottelu kulttuurisista marginaaleista. Gaudeamus*. 20–32.
- Juhila, K. 2012. Poikkeavan kategorian jäsenyyden tuottaminen ja vastustaminen. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E., toim. *Kategoriat, kulttuuri ja moraali. Vastapaino*.
- Julkunen, R. 2002. Työtä vastaan? *Yhteiskuntapolitiikka* 67 (2002): 4.
- Julkunen, R. 2006. Kuka vastaa? Hyvinvointivaltion rajat ja julkinen vastuu. *Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus Stakes*.
- Julkunen, R. 2008. Uuden työn ja liikkeen äärellä. *Yhteiskuntapolitiikka* 73 (2008):3.
- Julkunen, R. 2009. Uuden työn paradoksit. Keskusteluja 2000-luvun työprosess(e)ista. *Vastapaino*.
- Julkunen, R. 2017. Muuttuvat hyvinvointivaltiot – eurooppalaiset hyvinvointivaltiot reformoitavina. *Sophi*.
- Jutel, A. 2009. Sociology of diagnosis: a preliminary review. *Sociology of Health & Illness* Vol. 31 No. 2, 278–299.
- Juvonen, T. 2019. Nimeämisen mahti. Sukupuolta ja seksuaalisuutta kuvaavien termien suhteisuudesta. *SQS* 1–2/2019. 1–21.
- Jyrkämä, J. 2008. Aika tutkimuksessa ja elämäkulussa. Teoksessa Sankari A. & Jyrkämä, J. toim. *Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Vastapaino. Juvenes Print*.
- Järjestöbarometri 2018. Järjestöjen toimintaedellytykset. *SOSTE Suomen Sosiaali- ja terveys ry, Helsinki*.
- Kaattari, M. & Suksi, I. toim. 2019. Kulttuuri ja taide hyvinvoinnin edistäjinä sosiaali- ja terveydenhuollossa, työelämässä ja koulutuksessa. Terveyttä ja hyvinvointia edistävän taide- ja kulttuuritoiminnan yhteistyöryhmän raportti ja jatkotoimenpide-ehdotukset. *Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja* 201:34.
- Kalmari, S. & Taanila, P. 2014. Vertaistuki Facebook-ryhmissä: pitkäaikaissairaiden ja vammaisten lasten/nuorten vanhempien ajatuksia vertaistuesta Facebook-ryhmissä. *Norio-keskus*.
- Kangas, A. 2003. Kolmas sektori ja kulttuuripolitiikka. Teoksessa Hänninen, S., Kangas, A. & Siisiäinen, M. toim. *Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori. Atena Kustannus Oy*.

- Kangas, A. & Siisiäinen, M. toim. 2003. Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori. Atena Kustannus Oy.
- Kankainen, T. 2007. Yhdistykset, instituutiot ja luottamus. Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä Studies in Education, Psychology, and Social Research 326.
- Kaplan, R.M. & Saccuzzo, D.P. 2018. Psychological testing. Principles, applications, and issues. Cengage Learning.
- Kekäle, J. & Puusa, A. 2020. Tiedesodat. Realistinen ja konstruktionistinen maailmankäsitys. Teoksessa Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2019. Ujot ja introvertit. WSOY.
- Kemper, T. 2001. A structural approach to social movement emotions. Teoksessa Goodwin, J. & Jasper, J. & Polletta, F. toim. *Passionate Politics*. University of Chicago Press, Chicago, 58–73.
- Keränen, M. 2019. Onko osallistamispolitiikka osa uusliberaalia hallintaa vai sen vastavoima? Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? Vastapaino*.
- Kinnunen, P. & Laitinen, R. toim. 1998. Näkymätön kolmas sektori. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.
- Kinnunen, M., Lempiäinen K. & Peteri, V. 2017. Konttorista monitilatoimistoksi. Työn tilojen etnografinen analyysi. *Sociologia* 2/2017.
- Kirkegaard, S. 2022. Experiential knowledge in mental health services: Analysing the enactment of expertise in peer support. *Sociology of Health and Illness* Vol 44(2), 508–524.
- Kleres, J. & Wettergren, Å. 2017. Fear, hope, anger and quilt in climate activism. *Social Movement Studies* 16(5): 507–519. <<https://doi.org/10.1080/14742837.2017.1344546>>.
- Koivunen, T. 2016. Täyttä päivää työttämänä. Työn ja ei-työn rajalla. *Aikuiskasvatus* 36 (4), 270–278.
- Koivunen, T. & Ojala, H. 2015. Joogaopettajat. Sukupuolistunutta työtä talouden laitamilla. *Sukupuolentutkimus – Genusforskning* 28 (2), 5–18.
- Koivunen, T. & Saari, T. 2016. Työntekijä itsensä johtajana työelämäoppaissa. *Aikuiskasvatus* 36(1), 14–23.
- Kolehmainen, M. 2019. Affective assemblages. Atmospheres and therapeutic knowledge production in/through the researcher-body. Teoksessa Salmenniemi, S., Nurmi, J., Perheentupa, I. & Begroth, H. toim. *Assembling Therapeutic Cultures, Politics and Materiality*. Routledge, London. 43–57.
- Kolehmainen, M. 2021. Parisuhteen tunnesäännöt. Teoksessa Brunila, K., Harni, E., Saari, A. & Ylöstalo, H. toim. *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Vastapaino.
- Komulainen, K., Keskitalo-Foley, S., Korhonen, M. & Lappalainen, S. 2010. toim. Yrittäjyyskasvatus hallintana. Vastapaino.
- Konttinen, E., Ruuskanen, P. & Siisiäinen, M. 2010. Osallistuminen kansalaisyhteiskunnassa ja osallistumisen tutkimus. Teoksessa Elo, K. toim. *Suomalaisten kansalaisosallistumisen tutkimuksen bibliografia 2000–2009*, 19–38. Oikeusministeriö: Selvityksiä ja ohjeita, 15 / 2010. Helsinki, Oikeusministeriö.
- Konttinen, E. & Peltokoski, J. toim. 2010. Verkostojen liikettä. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Jyväskylän yliopisto.
- Koskela, H. 1997. Tilapuoli sukupuoli. Teoksessa Haarni, T., Karvinen, M., Koskela, H. & Tani, S. toim. *Tila, paikka ja maisema. Tutkimusretkiä uuteen maatiiteeseen*. Vastapaino, Tampere, 9–36.
- Koskiaho, B. 2014. Kumppanuuden sosiaalipolitiikkaa etsimässä. *Setlementtijulkaisuja* 32.
- Kostera, M., & Harding, N. toim. 2021. *Organizational ethnography*. Northampton: Edward Elgar Publishing.
- Kostera, M. 2021. *Observation: on the importance of being there*. Teoksessa Kostera, M., & Harding, N. toim. 2021. *Organizational ethnography*. Northampton: Edward Elgar Publishing.
- Kostera, M. & Modzelewska. 2021. To look at the world from the Others point of view: interview. Teoksessa Kostera, M., & Harding, N. toim. *Organizational ethnography*. Northampton: Edward Elgar Publishing. 74–90.

- Kostera, M. & Srednicka, J. 2021. Notes and poetry from the field: a fieldwork diary. Teoksessa Kostera, M., & Harding, N. toim. 2021. Organizational ethnography. Northampton: Edward Elgar Publishing.
- Kozinets, R.V. 2010. Netnography. Doing Ethnography Research Online. SAGE Publications, Lontoo.
- Kroll-Smith, Steve & Floyd, Hugh H. 1997. Bodies in Protest: Environmental Illness and the Struggle Over Medical Knowledge. NYU Press.
- Kruks, S. 2001. Retrieving Experience: Subjectivity and Recognition in Feminist Politics. Cornell University Press. <<https://www.jstor.org/stable/10.7591/j.ctv5qdj8x>>.
- Kunda, G. 1992. Engineering culture: Control and commitment in a high-tech corporation. Temple University Press.
- Kuusela, P. & Kuittinen, M. 2008. Organisaatiot muutoksessa. Unipress.
- Kuusisto, A. 2016. Moninaisuus ykseydessä – kunnallispoliitikko ja yhteiskuntakriitikko. Teoksessa Kuusisto, A. toim. Sylvi-Sanni Manninen. Näkökulmia karjalaisen tiedenaisen elämään. Päivilän sanktuarin säätiö. Hansaprint Oy, Turku.
- Kuuskorpi, T. 2012. Psykologisten testien käyttö Suomessa. Akateeminen väitöskirja. Psykologia. Turun yliopisto. Painosalama.
- Kvaale, E.P. & Haslam, N. & Gottdiener, W. 2013. The ‘side effects’ of medicalization: A meta-analytic review of how biogenetic explanations affect stigma. *Clinical Psychology Review* Vol 33(6). 782–794. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2013.06.002>.
- Laclau, Ernesto toim. 1994. The Making of Political Identities. Verso.
- Lahelma, E. & Gordon, T. 2007. Taustoja, lähtökohtia ja avauksia kouluetnografiaan. Teoksessa Lappalainen, S., Hynninen, P., Kankkunen, T., Lahelma, E. & Tolonen, T. toim. Etnografia metodologiana. Lähtökohtana koulutuksen tutkimus. Vastapaino.
- Laitinen, M. & Nurmi, K.E. 2003. Aktiiviseksi kansalaiseksi kasvaminen suomalaisten elämäkertojen valossa. *Aikuiskasvatus* 2, 122–132.
- Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta. 306/2019. Finlex. <<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2019/20190306>>. Viitattu 20.9.2022.
- Lakoff, G. & Johnson, M. 2003. Metaphors We Live By. London: University of Chicago Press.
- Lamberg, E. 2021. Nuoret naiset sopeutuvina työntekijöinä. Teoksessa Brunila, K., Harni, E, Saari, A. & Ylöstalo, H. toim. Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa. Vastapaino.
- Lamont, M. & Molnar, V. 2002. The study of boundaries in social sciences. *Annual Review of Sociology* Vol 28. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1146/annurev.soc.28.110601.141107>.
- Lappalainen, S., Hynninen, P., Kankkunen, T., Lahelma, E. & Tolonen, T. 2007. toim. Etnografia metodologiana. Lähtökohtana koulutuksen tutkimus. Vastapaino, Tampere.
- Lappalainen, P. 2019. Osallistamispolitiikalla hallinnoidaan kansalaisia ja asukkaita. Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? Vastapaino, Tampere.
- Lappano, G. 2016. The highly sensitive seeker's soul in education: A healing paradigm. Nipissing University (Canada), ProQuest Dissertations Publishing.
- Lasch, C. 1979/1991. The Culture of narcissism: American life in an age of diminishing expectations. New York: Norton.
- Lazzarato, M. 2006. Kapitalismin vallankumoukset. Tutkijaliitto.
- Lawler, S. 2013. Identity: sociological perspectives. Cambridge Polity Press.
- Lefebvre, H. 2015. The Production of Space. Oxford: Blackwell.
- Lewis, M., Orrock, P. & Myers, S. 2010. Uncritical reverence in CM Reporting: Assessing the Scientific Quality of Australian news media reports. *Health Sociology Review*, Vol 19 (1). 57–72.
- Lindholm, A. & Lundbom, P. 2010. Tunteet yhteiskunnallisissa liikkeissä. Teoksessa Konttinen, Esa & Peltokoski, J. toim. Verkostojen liikettä. 176–193. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Jyväskylän yliopisto.

- Liinamo, S. & Peteri, V. 2021. Persoonallisuustestauksen ristiriitaiset ideaalisubjektit. *Kulttuurintutkimus* 38 (2–3), 3–18.
- Lionetti, F., Aron, A., Aron, E.N., Burns, L.G., Jagiellowicz, J. & Pluess, M. 2018. Dandelions, Tulips and Orchids: evidence for the existence of low-sensitive, medium-sensitive and high-sensitive individuals. *Translational Psychiatry*, Vol 8(1), 24–11.
- Lionetti, F., Pastore, M., Moscardino, U., Nocentini, A., Pluess, K. & Pluess, M. 2019. Sensory Processing Sensitivity and its association with personality traits and affect: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality* 81, 138–152.
- Liss, M., Mailloux, J. & Erchull, M.J. 2008. The relationships between sensory processing sensitivity, alexithymia, autism, depression and anxiety. *Personality and individual differences* 45(3), 255–259.
- Lury, C. 1998. *Prosthetic Culture: Photography, Memory and Identity*. Routledge.
- Lääkärikirja Duodecim 2019. <<https://www.terveyskirjasto.fi/sisalto/laakarikirja-duodecim>>. Viitattu 11.3.2023.
- Lääkärikirja Duodecim 2020. Viitattu 11.3.2023.
- Löppönen, P. 2017. *Vapauden markkinat. Uusliberalismin kertomus*. Tampere: Vastapaino.
- MacLellan, J., Surey, J., Abubakar, I. & Stagg, H.R. 2015. Peer Support Workers in Health: A Qualitative Metasynthesis of Their Experiences. *PLoS ONE* 10(10), e0141122. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0141122>.
- MacNeil, C. & Mead, S. 2005. A Narrative Approach to Developing Standards for Trauma-Informed Peer Support. *The American journal of evaluation*, Vol 26(2), 231–244.
- MacNevin, A. 2003. Remaining audible to the self: Women and holistic health. *Atlantis*, 27(2), 16–23.
- Madsen, O. J. 2014. *The therapeutic turn*. Routledge, London.
- Madsen, O. J. 2015. *Optimizing the Self: social representations of self-help*. Routledge, London, New York.
- Malkki, L. 2007. Tradition and Improvisation in Ethnographic Fieldwork. Teoksessa Cerwonka, A. & Malkki, L.H. toim. *Improvising Theory: Process and Temporality in Ethnographic Fieldwork*. 162–187. University of Chicago Press.
- Maloney, P. 2013. Online networks and emotional energy. *Information, Communication & Society*, 16(1), 105–124.
- Marcus, G.E. 1995. Ethnography in/of the World System: The Emergence of Multi-sited Ethnography. *Annual Review of Anthropology* 24, 95–117.
- Matthies, A-L. 1991. Valtion varjossa: katsaus epävirallisen sektorin tutkimukseen. Sosiaaliturvan keskusliitto.
- Matthies, A-L. 1994. Epävirallisen sektorin ja hyvinvointivaltion suhteiden tarkastelua. Jyväskylä: Jyväskylä Studies in Education. *Psychology and Social Research*. Nro 110.
- Matthies, A-L. & Kotakari, U. & Nylund, M. toim. 1996. Välittävät verkostot. Vastapaino, Tampere.
- Matthies, A-L. 2006. Nordic civic society organizations and the future of welfare services: A model for Europe? *TemaNord* 2006:517. Nordic Council of Ministers, Copenhagen.
- Matthies, A-L. 2014. How participation, Marginalization and Welfare Services are Connected? Teoksessa Matthies, A-L. & Uggerhoj, L. toim. *Participation, marginalization and welfare services: concepts, politics and practices across the European countries*. Ashgate Publishing Limited, Farnham, Surrey, 3–18.
- Matza, T. 2009. Moscow's echo: Technologies of the self, publics, and politics on the Russian talk show. *Cultural Anthropology*, 24(3), 489–522.
- Mauss, M. 1999. *Lahja. Vaihdannan muodot ja periaatteet arkaaisissa yhteiskunnissa*. Tutkijaliitto, Helsinki.
- McDowell, L. 2009. *Working Bodies: Interactive Service Employment and Workplace Identities*. John Wiley & Sons.
- McGee, M. 2005. *Self-help, Inc.: Makeover culture in American life*. Oxford University Press.

- McNay, L. 2000. *Gender and Agency. Reconfiguring the Subject in Feminist and Social Theory*. Polity Press.
- Melucci, A. 1996. *Challenging codes: Collective action in the Information Age*. Cambridge University Press.
- Meriluoto, T. 2018. *Making Experts-by-experience. Governmental Ethnography of Participatory Initiatives in Finnish Social Welfare Organisation*. JYU dissertations. Jyväskylän yliopisto.
- Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* Vastapaino, Tampere.
- Meriluoto, T. & Litmanen, T. 2019. *Pelastaako osallistaminen demokratian?* Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. (toim.). *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* Vastapaino.
- Meriluoto, T. & Laine, S. 2019. *Osallistajien ja osallistujien tavoitteet törmäävät kokemus-asiatuntijuushankkeissa*. Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. (toim.). *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* Vastapaino.
- Meyer, J.W. & Jepperson, R.L. 2000. *The Actor's of Modern Society: The Cultural Construction of Social Agency*. *Social Theory* 18, 100–120.
- Meyer, M. 2010. *The rise of the knowledge broker*. *Science Communication*, 32(1), pp. 118–127.
- Mietola, R. 2014. *Hankala erityisyys: etnografinen tutkimus erityisopetuksen käytännöistä ja erityisyyden muotoutumisesta yläkoulun arjessa*. Väitöskirja. Helsingin yliopiston käyttäytymistieteellinen tiedekunta.
- Morello-Frosch, R. & Brown, P. & Zavetovski, S. 2011. *Introduction. Environmental Justice and Contested Illness*. Teoksessa Brown, P., Morello-Frosch, R., Zavetovski, S. & the Contested Illness Research Group toim. *Contested Illness. Citizens, Science and Health Social Movements*. University of California Press.
- Moskowitz, E. S. 2008. *In therapy we trust: America's obsession with self-fulfillment*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Munn-Giddins, C. & Borkman, T. 2017. *Reciprocity in peer-led mutual aid groups in community. Implications fo social policy and social work practices*. Teoksessa Törrönen, M., Munn-Giddins, C. & Tarkiainen, L. toim. *Reciprocal Relationships and Wellbeing*. Routledge.
- Mäenpää, P. & Faehnle, M. 2021. *4. sektori. Kuinka kaupunkiaktivismi haastaa hallinnon, muuttaa markkinat ja laajentaa demogratiaa*. Vastapaino.
- Mäkelä, K. & Brunila, K. 2021. *Nuoret aikuiset ja tukijärjestelmien terapeuttinen valta*. Teoksessa Brunila, K., Harni, E., Saari, A. & Ylöstalo, H. toim. *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Vastapaino.
- Mäkinen, K. 2014. *The individualization of class: A case of working life coaching*. *The Sociological Review*, 62(4), 821–842.
- Mäkiranta, M. 2005. *Säkenöivät ja mykät valokuvalliset omakuvat*. *Naistutkimus* 18(1), 48–51.
- Mäkiranta, M. 2013. *Semioottinen valokuva-analyysi, kuvanmonimerkityksellisyys ja visualisoitu kokemus*. Teoksessa Granö, P., Keskitalo, A., Ronkainen, S., toim. *Visuaalisen kokemus – johdatus moniaistiseen analyysiin*. Hansaprint Oy.
- Mönkkönen, K. 2005. *Toiminnallinen vaikuttaminen. Maallikkous vuorovaikutuksen energialähteenä*. Teoksessa Nylund, M. & Yeung, AB., toim. *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Vastapaino, Tampere. 277–304.
- Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. *Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot*. PS-Kustannus: Keuruu.
- Nehring, D., Alvarado, E., Hendriks, E. C., & Kerrigan, D. 2016. *Transnational popular psychology and the global self-help industry*. Palgrave.
- Nehring, D., Madsen, O J., Cabanas, E., Mills, C. & Kerrigan, D. toim. 2020. *The Routledge Handbook of Therapeutic Cultures*. Routledge. 334–345.
- Niéla-Vilen, H., Axelin, A. & Salanterä, S. & Melender, H-L. 2014. *Internet-based peer support for parents: A systematic review*. *International Journal of Nursing Studies* Vol 51(11), 1524–1537. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.06.009>.

- Nolan, J. 1998. *The therapeutic state: Justifying government at century's end*. New York University Press.
- Nolvi, S., Tuulari, J. J., Lavonius, T., Scheinin, N. M., Lehtola, S. J., Lavonius, M., Merisaari, H., Saunavaara, J., Korja, R., Kataja, E.-L., Peltö, J., Parkkola, R., Karlsson, R. & Karlsson, H. 2020. Newborn white matter microstructure moderates the association between maternal postpartum depressive symptoms and infant negative reactivity. *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 15 (6), 649–660.
- Nousiainen, M. 2019. Osallistamisesta tuli keskeinen hallinnon käytäntö EU:n köyhyysohjelmassa. Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? Vastapaino*.
- Nylund, M. 2000. *Varieties of Mutual Support and Voluntary Action. A Study of Finnish Self-Help Groups and Volunteers*. The Finnish Federation for Social Welfare and Health. Hakapaino Oy.
- Nylund, M. 2005. Vertaisryhmät kokemusten ja tiedon jäsentäjinä. Teoksessa Nylund, M. & Yeung AB., toim. *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Gummerus kirjapaino Oy. 195–213.
- Nylund, M. & Yeung AB. toim. 2005. *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Gummerus kirjapaino Oy.
- Ollila, S. & Kujala, A. 2020. Moninaisuus työelämässä ja johtamisessa. *Hallinnon tutkimus* Vol. 39 (2), 90–102.
- Omansky Gordon, B., & Rosenblum, K.E. 2001. Bringing Disability into the Sociological Frame: A comparison of disability with race, sex, and sexual orientation statuses. *Disability & Society*, 16:1. 5–19.
- Palonen, K. 1993. Introduction: from policy to polity and polity to politicizing and politicization. Teoksessa Palonen, K. & Parvikko, T. toim. *Reading the political. Exploring the margins of the politics*. The Finnish Political Science Association. Tammer-Paino Oy. 6–15.
- Palukka, H. & Auvinen, P. & Tiilikka T., 2019. Kokemusasiantuntija sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä – osallisuuden mahdollistaja vai osallistamispolitiikan edustaja. *Janus, Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti*.
- Papilloud, C. 2015. Gift: History of the Concept. Teoksessa Wright, James D. toim. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. 2. painos. Osa 10. Amsterdam, Elsevier, 139–143..
- Parviainen J., Kinnunen, T. & Kortelainen, I. 2016. Johdatus työruuminne tutkimukseen. Työruumis jälkiteollisessa taloudessa. Teoksessa Parviainen, J. Kinnunen, T. & Kortelainen, I. toim. *Ruumiillisuus ja työelämä. Työruumis jälkiteollisessa taloudessa*. Vastapaino.9–25.
- Peltosalmi, J., Eronen, A., Haikari, J., Laukkarinen, M., Litmanen, T., Londén, P., Ruuskanen, P. 2020. *Järjestöbarometri 2020. Ajankohtaiskuva sosiaali- ja terveysjärjestöistä*. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry, Helsinki.
- Pihlaja, R. 2010. Kolmas sektori ja julkinen valta. Helsinki: Kunnallisanalan kehittämissäätiö.
- Peltola, M. 2020. Ristiriitainen maskuliinisuuskerronta ja tunteiden jakamisen mahdollisuudet poikien läheissuhteissa. *Sociologia* Vol. 57 (1). 65–81.
- Pervin, LA. 2003. *The Science of Personality*. Oxford University Press.
- Pluess, M. 2015. Individual Differences in environmental sensitivity. *Child Development Perspect* 9 (3), 138–143.
- Pluess, M. & Boniwell, I. 2015. Sensory-Processing Sensitivity predicts treatment response to a school-based depression prevention program: evidence of Vantage sensitivity. *Personality and individual differences* 82(0), 40–45. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.011>.
- Pluess, M., Assary, E., Lionetti, F., Lester, K.J., Kraphol, E., Aron, E.N. & Aron, A. 2018. Environmental sensitivity in children: development of the highly sensitive child scale and identification of sensitivity groups. *Developmental psychology* Vol.54 (1), p.51–70. <http://dx.doi.org/10.1037/dev0000406>.
- Pohtinen, J. 2016. Creating a feeling of belonging. Solidarity in Finnish Kink Communities. *SQS* 1–2/2016, 21–34.

- Polletta, F. 2006. It was like a fever: storytelling in protest and politics. University of Chicago Press.
- Polletta, F. 2016. Participatory Enthusiasms: A recent history of citizen engagement initiatives. *Journal of Civil Society* 12:3. 231–246.
- Polletta, F. & Jasper, J. 2001. Collective Identity and Social Movements. *Annual Review of Sociology* 27(1): 283–305.
- Pols, J. 2014. Knowing Patients: Turning Patient Knowledge into Science. *Science, Technology, & Human Values* Vol. 39(1). 73–97. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1177/0162243913504306>.
- Poma, A. & Gravante T., 2016. “This Struggle Bound Us”. An Analysis of the Emotional Dimension of Protest Based on the Study of Four Grassroots Reseistances in Spain and Mexico. *Qualitative Sociology Review* Vol 12 (1). 142–161. <https://doi.org/10.18778/1733-8077.12.1.07>.
- Puusa, A. & Juuti, P. 2020. Laadullisen tutkimuksen tieteenfilosofinen perusta. Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Gaudeamus.
- Pöysä, J. 2015. Lähiluvun tieto. Näkökulmia kirjoitetun muistelukerronnan tutkimukseen. Suomen Kansantietouden Tutkijain Seura.
- Rabeharisoa, V. 2006. From representation to mediation: The shaping of collective mobilization on muscular dystrophy in France. *Social Science & Medicine* 62 (2006) 564–576.
- Rabeharisoa, V. & Callon, M. 2004. Patients and scientists in French Muscular Dystrophy Research. Teoksessa Jasanoff, S. toim. States of Knowledge: The Co-production of Science and the Social Order. Routledge.
- Rabeharisoa V, Moreira T & Akrich, M. 2014. Evidence-based activism: Patients’, users’ and activists’ groups in knowledge society. *BioSocieties* 9(2): 111–128.
- Reger, J., Einwagner, R.L. & Myers, D.J. toim. Identity Work in Social Movements, University of Minnesota Press.
- Repper, J. & Carter, T., 2011. A Review of the Literature on Peer Support in Mental Health Services. *Journal of Mental Health* 20(4), 392–411.
- Richards, G. & Palmer, R. 2010. Eventful Cities: Cultural management and urban revitalisation. Routledge.
- Ricœur, P. 1992. Oneself as Another. University of Chicago Press, London.
- Ricœur, P. 2005. The Course of Recognition. Harvard University Press.
- Riessman, C.K. 2008. Narrative Methods of Human Sciences. Sage, Thousand Oaks, CA.
- Rikala, S. 2013. Työssä uupuvat naiset ja masennus. Akateeminen väitöskirja. Suomen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.
- Rimke, HM. 2000. Governing Citizens Through Self-Help literature. *Cultural Studies* 14(1). 61–78.
- Rinne, J. & Kajander, A. & Haanpää, R. toim. 2020. Affektit kulttuurien tutkimuksessa. Ethnos. Kirjapaino Grano.
- Rosa, H. 2009. Social acceleration: ethical and political consequences of a desynchronized high-speed society. Teoksessa Rosa, H. & Scheuerman, WE. toim. High-speed society: Social Acceleration, Power and Modernity. The Pennsylvania State University Press. 77–111.
- Rose, N. 1990. Governing the soul: The shaping of the provate self. Routledge.
- Rose, N. 1996. Inventing our Selves. Psychology, Power and Personhood. Cambridge University Press.
- Rose, N. & Abi-Rached, J.M., 2013. Neuro. The New Brain Sciences and the Management of the Mind. Princeton University Press.
- Rose, N., & Novas, C. 2005. Biological citizenship. Teoksessa Ong, A. & Collier, S.J. toim. Global assemblages: Technology, politics, and ethics as anthropological problems. John Wiley and Sons. 439–463.
- Ruohonen, M. 2003. Järjestöt vapaaehtoistoiminnan areenoina ja mahdollistajina. Teoksessa Niemelä, J. & Dufva, V. toim. Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat. Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhannella. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saaranen-Kauppinen, A. 2014. Sosiaaliset taidot: näkökulmia toimijuuteen työelämässä. Teoksessa Teoksessa Kuusela, P. & Saastamoinen, M. toim. Hyvän elämän sosiaalipsykologia. Toimijuus, tunteet ja hyvinvointi. UNIPress.

- Salmenniemi, S. 2019. Therapeutic politics: critique and contestation in the post-political conjuncture. *Social Movement Studies*, 18(4), 408–424.
- Salmenniemi, S. 2021. Terapeutista politiikkaa. Teoksessa Brunila, K., Harni, E., Saari, A. & Ylöstalo, H. toim. 2021. *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Vastapaino, Tampere.
- Salmenniemi, S. 2022. *Affect, alienation and Politics in Therapeutic Culture: Capitalism on the Skin*. Palgrave MacMillan.
- Salmenniemi, S., & Adamson, M. 2015. New heroines of labour. Domesticating postfeminism and neoliberal capitalism in Russia. *Sociology* 49(1), 88–105.
- Salmenniemi, S., Nurmi, J., Perheentupa, I. & Bergroth, H. toim. 2020. *Assembling Therapeutics Cultures, Politics and Materiality*. Routledge, London.
- Salmenniemi, S., Bergroth, H., Nurmi, J. & Perheentupa, I. 2020. From culture to assemblages: An introduction. Teoksessa Salmenniemi, S., Nurmi, J., Perheentupa, I. & Bergroth, H. toim. *Assembling therapeutics: Cultures, politics and materiality*. Routledge, London. 1–19.
- Salmenniemi, S., Nurmi, J. & Jaakola, J. 2020. “Living on a razor blade”: Work and alienation in the narratives of therapeutic engagements. Teoksessa Salmenniemi, S., Nurmi, J., Perheentupa, I. & Bergroth, H. toim. *Assembling therapeutics: Cultures, politics and materiality*, Routledge, London. 155–171.
- Sarkki, S., Niemelä, J., Tinch, R., van den Hove, S., Watt, A., Young, J. 2014. Balancing Between Credibility, Relevance and Legitimacy: A Critical Assessment of Trade-Offs in Science-Policy Interfaces. *Science & Public Policy* 41:2, 194–206.
- Satama, S. 2017. Capturing Movement that evades the eye. A Sensory Ethnography of the ‘Hidden’ Qualities of Embodied Agency in Professional Dance. Turun yliopiston julkaisuja. Sarja E osa – tom.16 *Oeconomica Turku*.
- Satama, S. 2020. Researching through experiencing aesthetic moments: ‘Sensory slowness’ as my methodological strength. Teoksessa Pullen, A. & Helin, J. & Harding, N. toim. *Writing Differently*. Emerald Publishing Limited. 209–240.
- Satri, J. 2016. Julkaisujen sisältö ja vastaanotto. Teoksessa Kuusisto, A. toim. *Sylvi-Sanni Manninen. Näkökulmia karjalaisen tiedenaisen elämään. Päivilän sanktuarin säätiö*. Hansaprint Oy, Turku.
- Sennett, R. 2002. Työn uusi järjestys: miten uusi kapitalismi kuluttaa ihmisen luonnetta. Vastapaino.
- Setälä, V. & Väliverronen, E. 2014. Fighting Fat: The Role of ‘Field Experts’ in Mediating Science and Biological Citizenship. *Science as Culture* Vol 23(4), 517–536.
- Siisiäinen, M. 1986. Intressit, yhdistyslaitos ja poliittisen järjestelmän vakaisuus. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 57. Jyväskylän yliopisto.
- Siisiäinen, M. 1990. Suomalainen protesti ja yhdistykset. Tutkimuksia yhdistyslaitoksen kehityksen ja protestijaksojen suhteesta suurlakosta 1990-luvulle. Tutkijaliitto.
- Siisiäinen, M. 1996. Yhteiskunnalliset liikkeet, yhdistykset ja hyvinvointivaltio. Teoksessa Matthies, A-L. & Kotakari, U. & Nylund, M. toim. *Välittävät verkostot*. Vastapaino. 33–48.
- Siisiäinen, M. 2002. Yhdistyslaitos vuosituhannen vaihteessa. Teoksessa Ruuskanen, P. toim. *Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulma sosiaali- ja terveysaloille*.
- Siisiäinen M. 2003. Vuoden 1997 yhdistykset. Teoksessa Hänninen, S. & Kangas, A. & Siisiäinen, M. toim. *Mitä yhdistykset välittävät. Tutkimuskohteena kolmas sektori*. Atena Kustannus Oy.
- Siisiäinen, L. 2019. Hallinnan ohjaama osallistuminen vahvistaa valta-asetelmia. Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. *Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian?* Vastapaino.
- Siisiäinen, M. & Kinnunen, P. & Hietanen, E. toim. 2000. *The Third Sector in Finland. Review to Research of the Finnish Third Sector*. Hakapaino.
- Siisiäinen, M. & Kankainen, T. 2009. Järjestötoiminnan kehitys ja tulevaisuudennäkymät Suomessa. Teoksessa Kankainen, T., Pessala H., Siisiäinen, M. & Stranius, L. toim. *Suomalaiset osallistujina: Katsaus suomalaisen kansalaisvaikuttamisen tilaan ja tulevaisuuteen*. Oikeusministeriön julkaisuja, 5. 90–137.

- Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Akateeminen väitöskirja, Oulun yliopisto.
- Silvasti, T., Lempäinen, K. & Kankainen, T. 2014. Eriarvoisuuden uudet paikat. Teoksessa Lempäinen, K. & Silvasti, T. toim. Eriarvoisuuden rakenteet: haurastuvat työmarkkinat Suomessa. Vastapaino, Tampere.
- Simmel, G. & Levine, DN & Andrews, J A.Y. 2010. The View of Life: four metaphysical essays, with journal aphorisms. The University of Chicago Press.
- Simons, I. 2019. Events and online interaction: the construction of hybrid event communities. *Leisure Studies* 38(2), 145–159.
- Simons, I. 2020. Changing identities through collective performance at events: the case of the Redhead days. *Leisure Studies* Vol 39(4), 568–584.
- Skeggs, B. 1999. Seeing differently. Ethnography and explanatory power. *Australian Educational researcher* 26(1), 33–53.
- Skeggs B. 2001. Feminist ethnography. Teoksessa Atkinson, P., Coffey, A., Delamont, S., Lofland, J. & Lofland, L. toim. Handbook of Ethnography. SAGE Publications. 426–442.
- Skeggs, B. 2014. Elävä luokka. Tampere, Vastapaino.
- Smith, N C. 2019. How can stigma contribute to our understanding of the formation and mobilization of collective identities in health social movements. *Sociology Compass* 14: e12796.
- Smolej, M. 2017. Vapaaehtoistyöstä palvelutuotantoon – kasvava ammatillisuuden vaatimus kolmannen sektorin lastensuojelujärjestö Suomen Icehearts ry:ssä. *Janus* 25(1), 4–20.
- Smolewska, K. A. & McCabe, S.B. & Woody, E.Z. 2006. A psychometric evaluation of the Highly Sensitive Person Scale: the components of sensory-processing sensitivity and their relation to the BIS/BAS and “Big Five”. *Personality and individual differences* 40(6): 1269–1279.
- Sointu, E. 2005. The rise of an ideal: Tracing changing discourses of wellbeing. *The Sociological Review* 53(2). 255–274.
- Sointu, E. 2011. Detraditionalisation, Gender, and Alternative and Complementary Medicines. *Sociology of Health and Illness*, Vol. 33, No. 3, pp. 356–371.
- Sointu, E. 2013. Complementary and alternative medicines, embodied subjectivity and experiences of healing. *HealthVolume* 17(5), 441–545.
- Sointu, E. 2020. Challenges and a Super Power: How Medical Students Understand and Would Improve Health in Neoliberal Times. *Critical SociologyVolume* 46(6), 799–951.
- Sointu, E. & Hill, D W. 2022. Trump therapy: Personal identity, political trauma and the contradictions of therapeutic practice. *European Journal of Cultural Studies* Vol. 25(3), 880–896.
- Star, S. & Griesemer, J R. 1989. Institutional ecology. ‘Translations and boundary objects: Amateurs and professionals in Berkeley’s Museum of Verbrate Zoology. *Social Studies of Science* 3(19), 1907–1939.
- Stein, A. 2011. The forum: Therapeutic politics—An oxymoron? *Sociological Forum*, 26(1), 187–193.
- Stranius, L., 2009. Epämuodollinen kansalaistoiminta – järjestötoiminnasta kevytaktivisimiin. Teoksessa Kankainen, T., Pessala H., Siisiäinen, M. & Stranius, L. toim. Suomalaiset osallistujina: Katsaus suomalaisen kansalaisvaikuttamisen tilaan ja tulevaisuuteen. Oikeusministeriön julkaisuja, 5. 138–169.
- Swan, E. 2010. Worked up selves: Personal development workers, self-work and therapeutic cultures. Palgrave Macmillan.
- Swidler, A. 1986. Culture in Action: Symbols and Strategies. *American Sociological Review* 51, 273–286.
- Swidler, A. 1995. Cultural Power and Social Movements. Teoksessa Johnston, H. & Klandermas, B., toim. Social Movements and Culture. *Social Movements, Protest and Contention* Vol 4. Minnesota University Press. 25–40.
- Synnott A. 1997. The Body Social: Symbolism, Self and Society. Routledge.
- Syväterä, J. 2020. Tieteen monitahoinen auktoriteetti. Analyysi eduskunnan uutta lainsäädäntöä koskevista keskusteluista. *Sosiologia* 1/2020.

- Särkelä-Kukko, M. 2019. Syntykö arjen omaehtoinen osallisuus spontaanisti ilman instituutioita? Teoksessa Meriluoto, T. & Litmanen, T. toim. Osallistu! Pelastaako osallistaminen demokratian? Vastapaino, Tampere.
- Taylor, C. 1995. Autenttisuuden etiikka. Helsinki, Gaudeamus.
- Taylor, V. 1989. Social Movement Continuity: The Women's Movement in Abeyance. *American Sociological Review* 1989 Vol 54(5), 761–775.
- Taylor, V. & Whittier, N. 1992. Collective identity in social movement communities: lesbian feminist mobilization. Teoksessa Morris, A. & Mueller CM. toim. *Frontiers in Social Movement Theory*. Yale University Press, New Haven CT.
- Taylor, V. and Whittier, N. 1995. Analytical Approaches to Social Movement Culture: The Culture of the Women's Movement. Teoksessa Johnston, H. & Klandermans, B. toim. *Social Movements and Culture*. 163–187. University of Minnesota Press, Minneapolis.
- Taylor, V. & Leitz, L. 2010. From Infanticide to Activism: Emotions and Identity in Self-Help Movements. Teoksessa Banaszak-Holl, J., Levitsky, S. & Mayer, N.Z. toim. *Social Movements and the Transformation of American Health Care*, 266–83. Oxford University Press, New York.
- Tiainen-Quadir, T. & Salmenniemi, S. 2017. Self-help as a glocalised therapeutic assemblage. *European Journal of Cultural Studies*, Vol. 20(4), 381–396.
- Tiedebarometri 2019. Tutkimus suomalaisten suhtautumisesta tieteeseen ja tieteellis-tekniseen kehitykseen. Raportti (v1.4) 14.10.2019. Kiljunen, P. Yhdyskuntatutkimus Oy.
- Toikko, T. 2005. Sosiaalityön ideat. Johdatus sosiaalityön historiaan. Vastapaino.
- Toikko, T. & Gawel, A. 2012. Yksityisten sosiaalipalveluiden kehitys. Teoksessa Zechner, M. toim. *Julkiset sosiaalipalvelut muutoksessa*. Markkinat, mittarit ja ennakointi. Anja Mäntylän Rahasto.
- Toiviainen, H., Kersh, N. & Hyytiä, J. 2019. Understanding vulnerability and encouraging young adults to become active citizens through education: The role of adult education professionals. *Journal of Adult and continuing education* Vol 25(1).
- Tolonen, T. & Palmu, T. 2007. Etnografia, haastattelu ja (valta)positiot. Teoksessa Lappalainen, S., Hynninen, P., Kankkunen, T., Lahelma, E. & Tolonen, T. toim. *Etnografia metodologiana*. Lähtökohtana koulutuksen tutkimus. Vastapaino.
- Touraine, A. 2001. *Beyond Neoliberalism*. Cambridge, Polity.
- Touraine, A. 2003. Yhteiskunnalliset liikkeet. Suomennos, Siisiäinen, L. Teoksessa Hänninen, S., Kangas, A. & Siisiäinen, M. toim. *Mitä yhdistykset välittävät*. Tutkimuskohteena kolmas sektori. Atena Kustannus Oy.
- Tranvik, T. & Selle, P. 2007. The Rise and Fall of Popular Mass Movements. *Organizational Change and Globalization - the Norwegian Case*. *Acta Sociologica* Vol 51(1). 57–70.
- Uotinen, J. 2010. Kokemuksia autoetnografiasta. Teoksessa Pöysä, J., Järviluoma, H., Vakimo, S. toim. *Vaeltavat metodit*. Kultaneito VIII, 178–189. Suomen Kansantietouden tutkijain seura.
- Utriainen, T. 2017. Enkeleitä työpöydällä. Arjen ja lumon etnografiaa. *Tietolipas* 257. Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Vander Elst, T., Sercu, M., Van den Broeck, A., Van Hoof, E., Baillien, E. & Godderis, L. 2019. Who is more susceptible to job stressors and resources? Sensory-processing sensitivity as a personal resource and vulnerability factor. *PLoS ONE* 14 (11), e0225103. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225103>.
- Vuolanto, P. 2013. *Boundary-work and the Vulnerability of Academic Status: the Case of Finnish Nursing Science*. Tampere University Press.
- Vuolanto, P., Bergroth, H., Nurmi, J. & Salmenniemi, S. 2020. Reconfiguring health knowledges? Contemporary modes of self-care as 'everyday fringe medicine'. *Public Understanding of Science* Vol. 29(5), 508–523.
- Vuorinen M., Särkelä R., Perälähti, A., Peltosalmi, J. & Londén, P. 2004. Paikkansa pitävät. Sosiaali- ja terveysjärjestöt paikallisina toimijoina. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Helsinki.
- Warr, D. 2007. "The stigma that goes with living here": social-spatial vulnerability in poor neighbourhoods. Teoksessa McLeod, J. & Allard, A.C. toim. *Learning from the Margins*. Young women, social exclusion and education. Routledge. 6–19.

- Warren, S., 2008. Empirical Challenges in Organizational Aesthetics Research: Towards a Sensual Methodology. *Organization Studies* 29(4), 559–580.
- Weber, M. 1991. From Max Weber: Essays in sociology. Toim. Geth, H.H & Wright Mills, C. Routledge.
- Whittier, N. 2001. Emotional Opportunities. Teoksessa Goodwin, J., Japser, M. & Polletta, F. toim. *Passionate Politics: Emotions and Social Movements*. Chicago IL: University of Chicago Press, 267–281.
- Whittier, N. 2021. How emotions shape feminist coalitions. *European Journal of Women's Studies*, Vol 28(3), 369–386. <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.1177/13505068211029682>.
- Widdicombe, S. 1998. 'But you don't class yourself'. The interactional management of category membership and non-membership. Teoksessa Antaki, C. & Widdicombe, S. toim. *Identities in Talk*. Sage Publications. 52–70.
- Woodstock, L. 2005. Vying Constructions of Reality: Religion, Science, and "Positive Thinking" in Self-Help Literature. *Journal of Media and Religion* 4:3, 155–178. DOI: 10.1207/s15328415jmr0403_3.
- Yeung, AB. 2004. Individually together: volunteering in late modernity: social work in the Finnish church. Akateeminen väitöskirja. Helsingin yliopisto. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.
- Yeung, AB. 2005. Tutkimustyökaluja vapaaehtoismotivaation mysteeriiin. Teoksessa Nylund, M. & Yeung AB. toim. *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Gummerus kirjapaino Oy. 104–125.
- Yeung, AB. 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatiota? Teoksessa Nylund, M. & Yeung AB. toim. *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Gummerus kirjapaino Oy. Yhdistyslaki (1989). 1987/503. Annettu Helsingissä 26.5.1989. Viitattu 15.9.2022.
- Ylä-Anttila, T. & Luhtakallio, E. 2016. Justifications Analysis: Understanding Moral Evaluations in Public Debates. *Sociological Research Online* 21(4). <https://doi-org.ezproxy.utu.fi/10.5153/sro.4099>.
- Ylöstalo, H. & Anttila, A-H., Berg, P. & Härmä, V. 2018. Uuden työn joustavat ruumiit. *Työelämän tutkimus – Arbetslivsforskning* 16(2), 113–125.
- Young, IM. 1990. *Justice and the Politics of Difference*. Princeton University Press.
- Yuval-Davis N. 2011. *The Politics of Belonging*. SAGE.
- Zackariasson M. 2020. Kun kaikki ei menekään niin kuin piti. Syyllisyyden tunne ja häpeä tutkielmaohjauksessa. Teoksessa Rinne, J. & Kajander, A. & Haanpää, R. toim. *Affektit kulttuurien tutkimuksessa*. Ethnos, Kirjapaino, Grano, Vantaa.



**TURUN
YLIOPISTO**
UNIVERSITY
OF TURKU

ISBN 978-951-29-9506-6 (Painettu)
ISBN 978-951-29-9507-3 (PDF)
ISSN 0082-6987 (Painettu)
ISSN 2343-3191 (Sähköinen)