

Annastiina Mäkilä

Diagnoosina työtön

*Masennusta ja työelämän ulkopuolisuutta kuvaavat kirjoitukset
1900-luvun lopun suomalaisessa arkikulttuurissa*

Itse henkilökohtaisesti olen kokenut työttömyyden joka kerta yhtä masentavana ja stressaavana, oli se yhteiskunnan taholta hyväksyttävää tai ei, tai olipa taloudellinen tilanne millainen hyvänsä. Uskoisin, että suurin osa työttömistä haluaisi saada TYÖTÄ. Vasta silloin elämä tuntuisi olevan tasapainossa ja mieli virkeä.¹

Keskellä talouslamaa vuonna 1993 Suomalaisen Kirjallisuuden Seura (SKS) pyysi kertomaan työttömyydestä. Lainauksen kirjoittaja koki työssäolon mielen virkeyden edellytyksenä. Tässä artikkelissa analysoin työttömyyden ja työssä väsymisen kuvauksia suhteessa mielenterveyden palvelujärjestelmässä 1980-luvulla käyttöön otettuun masennuksen määritelmään, joka pohjautui DSM-III-tautiluokitukseen.² Väitän, että työttömyydelle oli suomalaisessa kulttuurissa rakentunut 1900-luvun loppupuolella omat sanallistamisen tapansa, jotka 1980- ja 1990-luvun diagnosoinnissa yhdistyivät uuden masennustautiluokan kanssa. Yhdysvalloissa vuonna 1980 julkaistu tautiluokitus tunnettiin suomalaisessa praktiikassa heti vuosikymmenen

alussa ja otettiin soveltaen käyttöön vuonna 1987 uudistettaessa maan omaa Lääkintöhallituksen hyväksymää tautiluokitusta.³ Käyttämällä psykiatrista tautiluokitusta työn puutteen tai työssä väsymisen diagnosointiin työelämän ongelmista luotiin mielikuvaa ihmisen yksityisinä mielen sisäisinä ongelmina.

1900-luvun lopulla psykiatristen tautiluokkien merkitys muuttui. Vahva tautiluokakeskeisyys niin tieteessä, arjessa kuin yhteiskunnallisten instanssien toiminnassakin on kuluvalle vuosituhannelle johtanut tutkimuksiin, joissa työttömyyden katsotaan altistavan masennussairaudelle. Vielä 1990-luvun puolivälissä masentuneisuudella viitattiin tällaisissa tutkimuksissa useimmiten patologisoimattomaan tilaan. Muun muassa vuonna 1998 julkaistussa vuodet 1987–1996 kattavassa suomalaisessa tutkimuksessa työttömyyden katsottiin aiheuttavan vaihtelevin määrin psyykkistä pahoinvointia, kuten masentuneisuutta tai unetomuutta.⁴

Keskityn suomenkielisessä kulttuurissa jaetuihin käsityksiin vertaamalla niitä palvelujärjestelmissä tuolloin käyttöön otettuihin diagnostisiin kriteereihin. Olen kiinnostunut siitä,

1. SKS KRA (Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran arkisto, perinteen ja nykykulttuurin kokoelma), Työtön (Työttömän tarina) 6049–6050, 1993.
2. American Psychiatric Association (toim.) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 3. uusittu painos. APA 1980.
3. Vuonna 1987 käyttöön otettu Suomen tautiluokitus pohjautui ICD-9-tautiluokitukseen, mutta mielenterveyshäiriöiden pääluokka perustui valtaosin DSM-III:n kriteereihin. Lääkintöhallitus (toim.) *Tautiluokitus 1987*. Valtion painatuskeskus, 1986, 76; Jorma Laitinen, *Lääketieteen mallit psykiatriassa. Skitsofrenia tieteenfilosofisessa katsannossa*. Turun yliopisto 1994, 17–18.
4. Kortteinen & Tuomikoski 1998, 39–40. Psykotieteissä työttömyyden mukanaan tuomat ongelmat tunnustettiin, mutta niitä ei vielä liitetty selkeästi masennussairauteen. Vuonna 1978 julkaistussa suomalaisten psykiatrien kirjoittamassa teoksessa käsitellään nuorten työttömyyttä ja todetaan työttömyyden nujertavan ja masentavan laajasti psyykkisesti sekä altistavan mielenterveyden häiriintymiselle, sillä työttömyys aiheuttaa niin massiivisen itsetunnon trauman. (Tor-Björn Hägglund, Kari Pylkkänen & Vappu Taipale, *Nuoruusiän kriisit*. Gummerus 1978, 151.) Psykologian opinnoissa 1980-luvun puolivälissä käytössä olleessa ruotsalaisessa oppikirjassa kirjoittaja kuvailee yllättävään työttömyyteen voivan liittyä itsehalveksuntaa, itseinhoa, hyödyttömyyden tunnetta ja kokemusta siitä, ettei ihminen kykene huolehtimaan itsestään ja perheestään. Tämä voi johtaa "depressiiviseen asenteeseen" ja elämänhalun ja jaksamisen vähenemiseen. (Johan Cullberg & Mirja Rutanen, *Tasapainon järkkyyssä. Psykoanalyttinen ja sosiaalipsykiatrinen tutkielma*. Otava 1977, 168.)

miten jaetun kulttuurin välinein sanallistettiin työn ulkopuolella olemista. Kulttuurilla tarkoitin kulttuuripsykologi Svend Brinkmannin tavoin sitä, miten ihmiset ymmärtävät itsensä, toisensa ja maailman käyttämällä erilaisia semioottisia tai materiaalisia merkitysten välittäjiä, kuten kieltä. Kulttuuri on yhtä aikaa sekä yksilöllistä että yhteistä. Kulttuurihistorioitsija Anne Ollila toteaa, että voidakseen toimia kulttuurissa yksilön on täytynyt omaksua ainakin osittain siinä jaetut arvot, normit, uskomukset ja tavat jäsentää kokemuksia ja suuntautua maailmaan. Samalla yksilöt muokkaavat osaltaan näitä arvoja, normeja ja käsityksiä. Analysoin millaista jaettua käsityksimaailmaa lähdeteksteissä luodaan ja toisinnetaan.⁵

Tieteen historian tutkija Lorraine Daston puhuu byrokraattisesta tiedosta tarkoittaen tiedon piiriä, jossa yhteiskunnassa kerätään tilastoja, luokitellaan, kontrolloidaan ja omataan käytäntöjä eri työtehtävien jakamiseksi.⁶ Itse lavennan ajatusta ja käytän termiä *hallinnollinen tieto*, jolla tarkoitan psykotieteellisen ja sellaiseksi mielletyn tiedon soveltamista julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin tarpeisiin. Suomessa erityisesti sosiologit ovat tutkineet masennustautiluokkaan liittyvää murrosvaihetta 1900-luvun lopulla hallinnollisen tiedon piirissä.⁷ Keskityn kirjoituksissa DSM-III-luokituksen masennustilan diagnostisissa kriteereissä lueteltujen oireiden mainitsemiseen sekä yleisemmin sairastamiseen viittaavaan terminologiaan. Samalla tunnustan

jokaisen kirjoittajan tai muutoin aineistoissa kuvatun ihmisen oman kokemuksen.

Esimerkkinä aikansa puhetaivoista toimivat pääasiassa kaksi kirjoituskilpailuvastausaineistoa; vuosina 1990–1991 kerätty Satasärmäinen nainen ja vuonna 1993 kerätty Työttömän tarina. Vain nämä kaksi kirjoituskilpailua antoivat useampia osumia masennus-sanan käytöstä vuosina 1980–1995.⁸ Lisäksi käytän otantaa lehtiteksteistä, joista olen etsinyt sanoja ”masennus”, ”depressio” tai jotain näiden johdannaisista. Lehdistä valikoin mukaan yhden mahdollisimman laaja-levikkisen ja läpi tutkimani ajanjakson ilmestyneen aikakauslehden ja kriteerit täytti *Anna-lehti*. Mielenterveyslehdistä analyysin kohteina ovat *Mielenterveys*, *Käsi kädessä*, *Helmi*, *Kipunoita* ja *Labyrintti*. Kirjoituskilpailuista toinen sekä *Anna-lehti* olivat naisille suunnattuja. Analyysissäni en kuitenkaan ota huomioon kirjoittajan sukupuolta tai alueellista sijaintia, vaan haen jaettuja käsityksiä lukemalla kirjoituskilpailuvastauksia ristiin lehtiaineiston kanssa. Kiinnitän huomiota toistuviin tapoihin sanallistaa työttömyyttä tai työssä väsymistä.

Käytän analyysini tukena monitieteistä kulttuurista mielenterveystutkimusta. Tutkimuskenttä kokoaa yhteen tutkimusperinteitä, joissa psykotieteitä lähestytään osana yhteiskunnallista, taloudellista ja kulttuurista viitekehystä. Samalla tunnustetaan mielenterveyden ja -sairauden määrittelyn kulttuurisidonnaisuus ja historiallinen muovautuvuus.⁹ Artikkelini sivuaa vammaistut-

5. Ville Vuolanto, Tutkimusprosessi, metodit ja historiantutkimuksen ominaislaatu. *Historiallinen Aikakauskirja* 105 (2007), 304–316; Riitta Laitinen, Kokeva ihminen käytäntöjen maailmassa. Teoksessa Heli Rantala & Sakari Ollitervo (toim.) *Kulttuurihistoriallinen katse*. k&h 2010, 116; Anne Ollila, Yksilö ja yhteisö. Kiista kontekstualisoimisesta. Teoksessa Heli Rantala & Sakari Ollitervo (toim.) *Kulttuurihistoriallinen katse*. k&h 2010, 75–77; Svend Brinkmann, *Diagnostic Cultures*. Taylor and Francis 2016, 5, 16, 21, 64; Svend Brinkmann, Mad or Normal? Paradoxes of Contemporary Diagnostic Cultures. *Tidsskrift for forskning i sygdom og samfund* 26 (2017), 173.
6. Lorraine Daston, The History of Science and the History of Knowledge. *A Journal on the Formation of Knowledge* 1:1 (2017), 146.
7. Psykiatrisen masennustautiluokan käytöstä eri tarkoituksiin erityisesti tuolloin laajentuneella mielenterveyssektorilla ovat kirjoittaneet muun muassa Ilpo Hélen, Saara Kanula & Lotta Hautamäki.
8. Vuosien 1980–1995 aikana, kuin myös lama-aikana toteutettiin myös monia muita kirjoituskilpailuja. Tasa-arvoasiain neuvottelukunta ja Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran kansanrunousarkisto järjestivät 1992–1993 Satasärmäinen nainen -kirjoituskilpailua vastaavan kilpailun miehille otsikolla ”Eläköön mies”, jonka vastauksien pohjalta Juha Siltala kirjoitti teoksen *Miehen kunnia* (1994). Kummastakin käyttämästäni kirjoituskilpailusta on myös toimitettu oma teoksensa; Pekka Laaksonen & Ulla Piela (toim.) *Työttömän tarina*. SKS 1993; Ulla Piela (toim.) *Satasärmäinen nainen. Elämäkertoja*. SKS 1992.
9. Saara Jäntti, Kirsi Heimonen, Sari Kuuva & Annastiina Mäkilä, Hulluus kulttuurisena kysymyksenä. Teoksessa Saara Jäntti, Kirsi Heimonen, Sari Kuuva & Annastiina Mäkilä (toim.) *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Nykykulttuurin tutkimuskeskus 2019, 9, 11–12. Pitkän aikavälin historian tutkimuksia mielenterveyden hoidosta ovat kirjoittaneet mm. Michel Foucault, *Folie et déraison. Histoire de la folie à l'âge Classique*. Plon 1961, Roy Porter, *Madness. A Brief History*. Oxford U. P. 2002 ja Suomen osalta Petteri Pietikäinen *Kipeät sielut. Hulluuden historia Suomessa*. Gaudeamus 2020. Masennuksen historian perusteoksena pidetään Stanley Jacksonin teosta *Melancholia and Depression. From Hippocratic*

kimusta lähestymällä työttömyyttä ja työssä väsymistä sekä diagnosoinnissa käytettyjä masennustautiluokkia sopimuksenvaraisina kategorioina. Näitä jatkuvassa muutoksessa olevia työn ja mielen ongelmien kategorisointeja tuotetaan osittain yhteiskunnan sosiaalisissa ja taloudellisissa rakenteissa sekä kansalaisen oikeuksien ja velvollisuuksien määrittelyssä.¹⁰ Yksilö otti kategorisoinnin vastaan saadakseen muun muassa yhteiskunnan etuuksia, kuten työttömyyskorvausta tai sairauspäivärahaa. 1900-luvun lopun Suomessa työn ongelmia kuvattiin ajoittain kuin oireyhtymää, johon sairastuttiin ja josta parannuttiin. Oireet muistuttivat monin tavoin DSM-III-tautiluokituksen mukaista masennusoireyhtymää, mikä mahdollisti elämän ongelman psykiatrisen diagnosoinnin.

Työn ongelmien tautiluokkaistuminen

Osallistun artikkelillani keskusteluun elämän ongelmien medikalisaatiosta sekä psykotieteellisen tiedon soveltamisesta yhä uusille elämänalueille. Erityisesti huomioni kohdistuu tautiluokkien käyttötapojen muutokseen ja painoarvon lisääntymiseen. Voidaan puhua tautiluokkaistumisesta: tällä viitataan 1980- ja 1990-luvulla tapahtuneeseen muutokseen, jossa psykiatrisesta tautiluokasta alkoi tulla yksilön henkisen tilan määrittelyn lähtökohta. 1990-luvulle tultaessa tautiluokkakakeskeinen ajattelu ei ollut vielä Suomessa vakiintunut. Muutos oli kuitenkin jo käynnistymässä hallinnollisen tiedon piirissä ja laajemmin suomalaisessa kulttuurissa.

Samalla hallinnollisessa tiedossa siirryttiin kohti oireet sairauden oireiden sijasta itse sairaudeksi ymmärtävää biopsykiatrista masennuskäsitystä. 1980-luvulla elettiin hyvinvointivaltion aikaa. 1970-luvun jäljiltä työttömyys oli yhä suhteellisen korkealla, mutta lähti laskuun vuosikymmenen loppua kohden. Läpi 1980-luvun toteutettiin mielenterveyssektorilla hallittua siirtymää raskaasta laitoshoidosta kohti avohoitoa. Sen sijaan, että olisi keskitytty jo puhjenneisiin vakaviin mielenterveysongelmiin, tähdättiin kattavaan mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyyn.

Tutkittuna ajankohtana psykotieteistä oli omaksuttu arkeen teorioita ja termejä, mutta tautiluokat säilyivät pääasiassa asiantuntijoiden työkaluina. Suomalaisella tieteen kentällä – ainakin Turun yliopistossa – uusi tautiluokitus ja paradigma tiedostettiin, mutta 1990-luvun puoliväliin saakka DSM-III-tautiluokitus oli ainoastaan yksi sairauskäsitys ja luokittelutapa muiden joukossa.¹¹ Työelämä oli kiinnostanut psykologian alalla jo pitkään, ja myös sosiologit kiinnostuivat työn ja ihmisen psyko-emotionaalisten piirteiden suhteista 1980-luvulla.¹² Psykologiset mallit työelämän tutkimuksessa ovatkin vaikuttaneet työttömyyden ja työssä väsymisen tautiluokkaistumiseen.

Vuonna 1990 alkanut syvä talouslama nosti työttömyysasteen nopeasti 3,4 prosentista 18,4 prosenttiin ja kymmenkertaisti siihen asti mallillisena pysyneen pitkäaikaistyöttömyyden. Valtion ja kuntien ylläpitämä mielenterveyssektori menetti määrärahoja ja hallittu psykiatristen lai-

Times to Modern Times. Yale U. P. 1986. Oleellisia masennuksen historian tutkijoita ovat myös mm. Edward Shorter, *How Everyone Became Depressed. The Rise and Fall of the Nervous Breakdown*. Oxford University Press 2013 ja Jennifer Radden, *Moody Minds Distempered. Essays on Melancholy and Depression*. Oxford University Press 2009.

10. Elina Vaahtera, Vammaisuuden tutkimuksesta kriittiseen kyvykkyyksien tutkimukseen. *Naistutkimus* 1 (2012), 42, 45; Heli Leppälä, *Vammaisuus hyvinvointivaltiossa. Invalideiksi, vajaamieliseksi tai kehitysvammaiseksi määriteltyjen kansalaisasema suomalaisessa vammaispolitiikassa 1940-luvun taitteesta vuoteen 1987*. Turun yliopisto 2014, 10, 12, 17; Brinkmann 2016, 14.
11. Aki Äijälä, *Psykiatrinen tahdosta riippumaton hoito Suomessa*. Syventävien opintojen opinnäyte. Turun yliopisto 1996, 5; Matti Kortteinen & Hannu Tuomikoski, *Työtön. Tutkimus Pitkäaikaistyöttömien Selviytymisestä*. Tammi 1998, 11; Matti Pohjola, *Suomalainen Työttömyys*. Taloustieto 1998, 8–9; Jukka Kärkkäinen, *Onnistuiko psykiatrian yhdentymisen somaattiseen hoitojärjestelmään?* Stakes 2004, 17; Lotta Hautamäki, *Mahdollinen masennus. Eettinen työ valistusteksteissä*. Pro gradu -tutkielma. Helsingin yliopisto 2006; Jarkko Eskola, Mielenterveystyö ja yhteiskunnan muutos. Teoksessa Jarkko Eskola & Antti Karila (toim.) *Mielekäs Suomi. Näkökulmia mielenterveystyöhön*. Edita 2007, 25; Jarkko Eskola & Antti Karila, Kiteytyksiä. Teoksessa Jarkko Eskola & Antti Karila (toim.) *Mielekäs Suomi. Näkökulmia mielenterveystyöhön*. Edita 2007, 206; Juha Hyvönen, *Suomen psykiatrinen hoitojärjestelmä 1990-luvulla historian jatkumon näkökulmasta*. Kuopion yliopisto 2008, 118–119; Ilpo Helén, Pertti Hämäläinen & Anna Metteri, Komplekseja ja katkoksia. Psykiatrian hajaantuminen suomalaisen sosiaalivaltioon. Teoksessa Ilpo Helén (toim.) *Reformin pirstaleet. Mielenterveyspolitiikka hyvinvointivaltion jälkeen*. Vastapaino 2011, 12–13; Antti Parpola, *Toivo | häpeä. Psykiatria modernissa Suomessa*. Suomen psykiatriyhdistys 2013, 234, 236, 238; Brinkmann 2016; Työn alla oleva väitöskirjani.
12. Pekka Varje, *Cracks in the Mirror. The Ideal Worker and the Labor Process in Finnish Working Life After the Second World War*. Helsingin yliopisto 2018, 15.

tospaikkojen väheneminen muuttui laajemmaksi ja nopeammaksi. Hoidontarvetta vastaamaan nousi yksityinen ja kolmas sektori, ja 1970-luvulta lähtien perustettujen mielenterveyspotilas- ja omaisvetoisten järjestöjen määrä kasvoi ja toiminta aktivoitui. Valtion osalta sosiaalipalvelut, päihdehoito ja vankeinhoito paikkasivat psykiatristen palvelujen alasajoa. Psykiatri Jarkko Eskola toteaa palveluiden käytännössä taantuneen ja monen jääneen kokonaan vaille tarvitsemaansa hoitoa. Sen sijaan akuuttipsykiatria voimistui, sillä 1980-luvulla aloitettu itsemurhien ehkäisyprojekti oli luonut sille uusia käytänteitä. Samaan aikaan 1980-luvun ajan noussut itsemurhakuolleisuus lähti vuosikymmenten vaihteen jälkeen laskuun. Tälle on esitetty useita hypoteeseja, kuten avun hakemisen stigman hälveneminen. Varmoja syytä on mahdollonta saada selville ja yksi syy muiden joukossa saattoi olla ajallisen etäisyyden kasvu vaikeasta sota-ajasta. Hyvinvointivaltiota ja julkista sektoria oli kritisoitu jo 1960-luvulla ja postmodernismin hengessä kaivattu mielivaltaisina pidettyjen laitosten sijaan asiakaspalvelua ja asiakkaan valinnan vapautta korostavaa yksityistämistä ja markkinaistamista. Ajatus oli johtotähtenä 1970-luvulla käyttöön otetussa uudessa julkishallinnossa.¹³

Talouselämä muutti ajattelutapoja. Yhteiskuntapolitiikan syvempää muutosta oli toivottu jo aiemmin ja akuutti talouskriisi mahdollisti myös ideologisen kriisin tunnelman luomisen. Vielä 1980-luvulla oli riittänyt, että kansalainen oli autonominen ja itse itsensä elättävä. Vuosituhannen vaihdetta lähestyttäessä vastuu valtion kannalta oikeiden päätösten tekemisestä siirtyi yhteiskunnalta yhä enemmän kansalaiselle eli

yksilölle itselleen, ja työttömyydestä tuli vahvemmin yksilön ominaisuus. Työtön oli nyt epäonnistunut kansalaisen tärkeimmässä tehtävässä eli itsensä kehittämässä kilpailukyvyä ja talouskasvun parantamiseksi.¹⁴

Brinkmannin mukaan ihmisen elämään kuuluva kärsimys ja vaikeat elämäntapahtumat ovat viime vuosikymmeninä päätyneet yhä laajemmin psykiatristen tautiluokkien piiriin ja ihmiset tulkitsevat omaa kärsimystään enenevässä määrin tautiluokkien kautta.¹⁵ Tämä on suoraa heijastumaa hallinnollisen tiedon piirissä tapahtuneesta muutoksesta, jossa tautiluokkia on alettu vaatia useammin ja uusilla yhteiskunnallisen toiminnan alueilla.

Vuonna 2001 julkaistiin Isossa-Britanniassa toteutettu haastattelututkimus¹⁶, joka osoitti sekä vastaanotolle hakeutuneiden että heidän lääkäreinsä olleen tietoisia masennusdiagnoosin taustalla olevista konkreettisista elämän ongelmista. Rajattujen resurssien tähden lääkärit kokivat, etteivät he voineet antaa kuin lähinnä psykofarmakologista apua.¹⁷ Samanlaista turhautumista näkyi Suomessa asiantuntijoiden puheenvuoroissa, jotka liittyivät työelämän ongelmiin. Vuonna 1991 *Anna*-lehdessä käsiteltiin talouselämää ja haastateltiin Tampellan pitkäaikaisena työterveyslääkärinä esiteltyä lääkärinä. Hänen mukaansa ”depressioivaivat” puhkesivat ”yhtä hyvin niillä, jotka ovat saaneet pitää työpaikkansa kuin niillä, joille on annettu ’lappu käteen’”:

Pelko on kaikilla sama, ja varmuus asiasta antaa taas luvan normaaliin elämään. Negatiivinenkin tieto on parempi kuin epävarmuus.
- Ensimmäinen oire piilodepressiosta on

13. Kortteinen & Tuomikoski 1998, 11; Eskola 2007, 30–31, 34; Antti Karila, Asukkaiden hyvinvointi muuttoliikeen pyörteissä. Teoksessa Jarkko Eskola & Antti Karila (toim.) *Mielekäs Suomi. Näkökulmia mielenterveytyöhön*. Edita 2007, 158; Ville Yliaska, *Tehokkuuden toiveuni. Uuden julkisjohtamisen historia Suomessa 1970-luvulta 1990-luvulle*. Into 2014, 92–94, 107; Findikaattori.Fi ”Itsemurhat.”, <http://www.findikaattori.fi/fi/10> (5.7.2016); Marko Ampuja, Yrittäjämien Kulttuurisena Hegemoniana. Teoksessa Marja Jalava, Ilkka Levä, Tuomas Tepora & Ville Yliaska (toim.) *Yhteisöstä yksilöön*. Into 2017, 245–249.
14. Helena Blomberg, Matti Hannikainen & Pauli Kettunen, Lamafatalismin historiallinen ja vertaileva kritiikki. Teoksessa Helena Blomberg, Matti Hannikainen & Pauli Kettunen (toim.) *Lamakirja. Näkökulmia 1990-luvun talouskriisiin ja sen historiallisiin konteksteihin*. Kirja-Aurora 2002, 9–11; Noora Kallioniemi & Elina Karvo, Lama-ajan joutilas mies ja homososiaalinen yhteisö Pekko Aikamiespoika -elokuvissa 1993–1997. *Lähikuva. Audiovisuaalisen kulttuurin tieteellinen julkaisu* 30:3 (2017), 29–30; Ks. myös Reino Elosuo, Katseet kuntoutukseen. Teoksessa Karl Aché, Jaakko Suominen & Tapani Tamminen (toim.) *Seitsemän vuosikymmentä suomalaista psykiatriaa*. Suomen Psykiatriyhdistys 1983, 281–282.
15. Svend Brinkmann, Perspectives on diagnosed suffering. *Nordic Psychology* 69:1 (2017), 1–4.
16. Tutkimuksessa haastateltiin kahtakymmentäseitsemää masennusdiagnoosin saanutta potilasta sekä kymmentä diagnooseja tehnyttä lääkärinä
17. Carl Rogers, Dianne May & Anne Oliver, Experiencing Depression, Experiencing the Depressed. The Separate Worlds of Patients and Doctors. *Journal of Mental Health* 10:3 (2001), 317–333.

yleensä aamuyön tuntien unettomuus. Potilas alkaa heräillä kolmen aikaan eikä enää saa unta. Haluttomuus ja innottomuus näkyvät selvästi potilaan ilmeissä ja eleissään. Lisäksi mukana kuvassa ovat epämääräiset vatsakivut ja selkävaivat. Mattila tunnustaa, ettei turhautuminen ole tällaisessa tilanteessa kaukana lääkäritätkään, joka ei voi taudin varsinaista aiheuttajaa, Suomen talouselämän tilaa, muuksi muuttaa.¹⁸

Elämän ongelmien tautiluokkaistaminen ei tapahtunut huomaamatta ja ilman vastarintaa. Moni lääketieteen ja psykotieteiden asiantuntija oli tietoinen työelämän ongelmien aiheuttaman pahoinvoinnin syistä, mutta apukeinoina voitiin ainoastaan tukea yksilöllistä jaksamista, usein lääkehoidolla.

Työttömyys ja masennus oireyhtymänä

Analysoimissani teksteissä työttömyyteen yhdistettiin samoja oireita, mitä DSM-III-tautiluokitus katsoi masennustilan oireiksi. Näihin kuuluivat muun muassa toivottomuus, univaikeudet ja vaikeudet pysyä päivärytmissä, ruokahalun ja ulkonäön muutokset, ärtyisyys, apaattisuus ja syyllisyys. Nimimerkillä ”masentunut, nuori työtön” kirjoittanut parikymppinen mies mainitsee kirjoituksen mittaan työttömyyden oireluetteloa; Työttömyys aiheutti ärtymistä, ulkopuolisuutta, ankeutta, toivottomuutta, tyhjyyden tunnetta. Hän kuvailee, kuinka ilman työtä hän koki olevansa yhteiskunnan ulkopuolella. Hän koki, ettei työttömänä hänellä ollut mitään käyttöä eikä hänen elämällään paljoakaan merkitystä. Mies toivoi hartaasti saavansa töitä, jotta saisi kokea yhteenkuuluvuutta muuhun yhteiskuntaan.

Ilman töitä ja työpaikkaa elämäni menettää suuresti merkitystä. [...] Tunsin itsensä kuin tyhjäksi kuoreksi, jolla ei ollut mitään käyttöä. Tunsin itseni mitättömäksi hylkiöksi, joka kulkee rahattomana, ankeana ja ärtyisenä samoissa vaatteissa, vailla mitään toivoa omasta, paremmasta elämästä. Osalta tyhjyyden tunnetta lisäsi kotona oleva paine

joka muuttui eräänlaiseksi stressiksi. [...] Työpaikka poistaisi epävarman ja epäluottavaisen tunteen tulevaa vastaan, sisältäni. Se antaisi tunteen kuulumisesta asemaan, josta olisi pidettävä kiinni, pystyäkseen ansiotulon turvin tuntea hyvinvointia ja yhteenkuuluvuuden tunnetta yhteiskuntaa vastaan antamalla sille työpanokseni.¹⁹

Työttömän tarina -keruun kirjoituksessa kolmekymppinen nainen kuvailee ystävättärensä työttömyyskokemusta, jota hän oli seurannut likeltä. Nainen seurasi ystävänsä vaipumista masennukseen ja rahapulaan. Hän oli niin huolissaan ystävästään, että toivoi tämän hakevan apua ammattiauttajilta, mutta ystävä ei suostunut. Lopulta yli puolen vuoden työttömyyden jälkeen ystävä löysi työtä: ”Työt alkoivat tammikuun puolessa välissä ja ovat toistaiseksi jatkuneet. [Naisen ystävätär] on itekin tyytyväinen työpaikkaansa ja on nyt saanut itseluottamuksensakin täysin takaisin. Puoli vuotta kestänyt surkeus on ohi.”²⁰

Vajaa parikymppinen nainen puolestaan kertoo valmistuneensa tarjoilijaksi vuotta aikaisemmin ja joutuneensa suoraan työttömäksi. Noin vuoden aikana hän onnistui saamaan töitä vain muutamaksi kuukaudeksi, vaikka kyseli kaikista mahdollisista paikoista. Nainen kuvailee voineensa todella huonosti työttömyytensä takia. Kirjoituksensa lopuksi hän kirjoittaa saaneensa töitä: ”Nyt kun kirjoitan tätä olen ollut viikon töissä. [...] Nyt on hyvä olo. Paljon pirteämpi. En masennu enää turhista asioista ja ilmapiiri kotonakin on paljon leppoisampi. Kiitos työn.”²¹ Teksteissä työn puute oli oireyhtymä, josta työ paransi.

Nelikymppisen yksinhuoltajanaisen kirjoituksessa kuvataan sekä työtä masennuksen poistajana että työttömyyden aiheuttamaa masennusta. Nainen kertoo jopa lääkärin ehdottaneen työtä lääkkeeksi masennukseen.

Koska koko elämäni oli tehnyt työtä, työ - tuntuu olevan tänä päivänä ihmisen - mitta. Ei ollut väliä mitä teit, kunhan olit töissä. [...] Tilasin ajan mielenterveystoimistoon, siellä 2 kertaa lääkärissä käynnin jälkeen lääkäri sanoi:

18. Kristiina Harjula & Kimmo Torkkeli, Tampellasta tuli hillittömän kasvun mannekiini. *Anna* 43/1991, 29–30.

19. SKS KRA, Työtön 6336, 6337 ja 6339–6340, 1993.

20. SKS KRA, Työtön 7731, 1993.

21. SKS KRA, Työtön 12678–12679, 1993.

Teillähän on kaikki hyvin! Teidän ei tarvitse täällä käydä, tänne odottaa pääsyä sellaiset ihmiset joilla todella on vaikeuksia. Menkää vain töihin niin kaikki järjestyy. – ”Mihin töihin, kun työtä ei saa?”²²

Kirjoituksessa näkyvät myös muut toistuvat teemat, kuten työttömyyden häpeä. Nainen kirjoittaa irtisanoutuneensa joitain vuosia aiemmin pitkäaikaisesta työstään eikä yrityksestä huolimatta ollut saanut uutta työtä. Hän kuvailee, kuinka työttömyys oli muuttanut ympäristön suhtautumista häneen. Rahavaikeuksien ja yksinäisyyden lisäksi nainen kohtasi sosiaalisia paineita, juoruilua ja panettelua, kun sukulaiset, ystävät ja jopa oman kerrostalon porrassiivoja ihmettelivät, miksei hän käy töissä. Nainen koki masentuneensa, mutta mielenterveystoimistossa oltiin vastahankaisia antamaan apua ja nainen pääsi hoitoon vasta kun sisar otti yhteyttä ”terveyskeskuksen johtoon” ja vaati naiselle eri lääkärin kuin aiemmin epäasiallisesti kommentoineen.²³

Kirjoituksessa työ ja masennus kietoutuvat toisiinsa monin tavoin. Nainen koki masentuneensa työttömyytensä pitkittyessä ja haki apua masennukseen asiantuntijalta, joka puolestaan kehotti naista parantamaan masennuksensa menemällä töihin. Lopulta masennus parani uudella työllä: ”Loppukesästä sain velvoite työn. Olin intoa täynnä, nyt asiat järjestyy, talous saadaan parempaan kuntoon jne.”²⁴ Asiat eivät kuitenkaan järjestyneet lopullisesti ja uusi työttömyysjakso alkoi. Kirjoitushetkellä nainen oli sanojensa mukaan masennuksesta sairauslomalla. Työttömyys muuttui lopulta mielenterveysdiagnoosiksi.

Häpeä, työ ja masennus

1970-luvun lopulla työttömäksi jäänyt nainen aloittaa koko pitkän kirjoituksensa työttömyyden aiheuttamalla häpeällä:

Häpesin työttömyyttäni. Minut oli kasvatettu protestanttiseen työn kunnioittamiseen,

käytännössä työnarkomaniaan. Kun jouduin vasten tahtoani työttömäksi, olin syyllinen. Ongelma oli paitsi taloudellinen myös – ja ennen muuta – psyykinen. En pystynyt vähääkään nauttimaan vapaudesta. Stressin puute aiheutti stressiä.²⁵

Naisen työttömäksi jäämiseen liittyi epäkohtia, sillä hän oli juuri palaamassa muista kuin mielenterveysongelmista johtuvalta sairauslomalta, mutta yllättäen hänen työsopimustaan ei uusittu syrjivin perustein.

Kun tämä selvisi, masennus iski täydellä teholla. Depressiota hoidettiin lääkityksellä. Lääkkeet lievensivät oireita, mutta eivät poistaneet masennuksen syytä. Pienentyneen talouden työt eivät tyydyttäneet. Turhauduin. En hoitanut kunnolla edes niitä vähiä töitä, joita kotona olisi ollut.²⁶

Työn menetys ja tapa miten hän työnsä menetti, olivat naisen kirjoituksessa suora syy hänen masennukseensa. Työn merkitys mielenterveydelle toistuu kirjoituksessa monissa kohdin. Nainen pohti kodin töitä ja koki epäonnistuneensa jopa niissä ilman palkkatyön tuomaa mielekkyyttä. Samalla: ”Pienikin toivo [työstä] esti minua vaipumasta täydelliseen apatiaan.”²⁷ Nainen haki töitä viisi vuotta, kunnes luovutti.

Depressio väliin helpotti, väliin paheni. Kelpaamattomuuden tunne nousi pintaan, samoin kuluttava katkeruus taannoista työnantajaani kohtaan. Hyvää tarkoittavat ihmiset ihmettelivät miksi lorvin kotona. [...] Pahinta kuitenkin oli, etten itse hyväksynyt itseäni.²⁸

Nainen kirjoittaa kokeneensa itsensä kelpaamattomaksi, mikä palaa yhteiskunnan arvoihin. Abstraktimpien asenteiden lisäksi nainen kohosi monessa muussakin kirjoituksessa esiintyvät konkreettiset ihmettelyt työttömyyden syistä.

22. SKS KRA, Työtön 292, 1993.

23. SKS KRA, Työtön 302, 1993.

24. SKS KRA, Työtön 293, 1993.

25. SKS KRA, Työtön 10339, 1993.

26. SKS KRA, Työtön 10341, 1993.

27. SKS KRA, Työtön 10342, 1993.

28. SKS KRA, Työtön 10342, 1993.



■ Kuva 1. Työttömäksi ilmoittautuminen ei ollut yksityinen tapahtuma. Lähde: Työväenmuseo Werstas, tkk_23818.

Työttömyyden, masennuksen ja häpeän liitto näkyy myös seuraavassa lainauksessa, jossa nainen kertoo, millaista oli kohdata tuttuja ihmisiä, kun oli hoidettava omia työttömyyteen liittyviä asioitaan.

Depression taudinkuvaan kuuluu kuitenkin köyhtymispelko. Omaa rahaa sain vain työttömyyskassasta. Se oli murto-osa siitä mitä olisin hyvässä virassa ansainnut. Sitä paitsi koin nöyryyttävänä työkkärissä käynnit ja rahan haun postipankista, jossa työskenteli tuttuja rouvia.²⁹

Jokseenkin kaikissa kirjoituksissa työstä poissaolo rasitti taloutta ja aiheutti ajoittain suunnatonta huolta sekä itsestä että läheisistä. Yllä olevassa lainauksessa nainen katsoi köyhtymispelon kuitenkin sairauden oireeksi, mikä korostaa

työttömyyden ja masennussairaudeksi tulkittuun tilaan päällekkäisyyttä. Kirjoituksessa masennussairautta pohditaan useassa kohdin ja kirjoittaja liittyy sen niin vahvasti työstä poissaoloon, että ilman työttömyyttään hän olisi sairastunut masennukseen jäätyään eläkkeelle eli jäätyään pois töistä:

Kirjallista harrastusta tuskin olisin koskaan löytänyt, jos olisin ollut työssä tähän vuoteen asti, ehkä loppuun palaneena. Ehkä olisin nyt siinä depressiossa, jonka koin 15 vuotta sitten. Niinhän käy monelle, jotka eläkkeelle joutuessaan huomaavat, että elämässä ei ole ollut muuta kuin työtä.³⁰

Työn ja työn puutteen totaalisuutta elämässä kuvaa naisen kirjoitus työhön liittyvistä unista:

Aivan viime vuosiin asti näin tämän tästä unia, joissa minulla oli työpaikka. Tosin työpaikat ja -tehtävät olivat outoja. Kenties on totta, mitä jotkut unien tutkijat ovat sanoneet: unet suojelevat valvetilaa. Painajaisia uneni eivät olleet. Kiitävä hetki työssä. Uni armahti.³¹

Työttömyyttä ja asiantuntijan nimeämää psykiatrista masennustautiluokkaa leimaa teksteissä usein häpeä ja oman arvon kyseenalaistus osana yhteiskuntaa. Normaali ihminen piti työpaikansa tai löysi uuden työpaikan eikä ollut mielen asiantuntijoiden hoidon kohteena. Työn ulkopuolelle jouduttiin niin työn epätoivotun loppumisen kuin muiden työelämän ongelmienkin tähden. 1900-luvun lopulla mielisairaanhoidon piiriin päättymiseen tai joutumiseen liitettiin yhä ajatuksia elinkautisesta ja ulkopuolisuudesta, mikä oli perua ajalta, jolloin mielenterveyssektorin potilaana oleminen tarkoitti lähinnä pitkäaikaista ja ainakin alkuun vastentahtoista laitoshoidoa. Toiseutta rakensivat myös fyysiset ympäristöt. 1900-luvun mittaan rakennettu raskas mielisairaalaverkosto sijoittui usein muusta asutuksesta ja terveydenhoidosta erillisiin tiloihin. Työttömäksi jouduttuaan yksilö puolestaan joutui fyysisestikin työelämän ulkopuolelle jäädessään kotiin muiden lähtiessä aamulla töihin ja työttömyyskorvaus haettiin konkreettisesti tis-

29. SKS KRA, Työtön 10342–10343, 1993.

30. SKS KRA, Työtön 10345–10346, 1993.

31. SKS KRA, Työtön 10343, 1993.

kiltä mahdollisesti yksilön jo entuudestaan tuntemalta ihmiseltä.³²

Työn ulkopuolella oleminen ja mielenterveysdiagnoosin omaaminen altistivat häpeälle. Sitä koetaan todellisen tai kuvitellun yleisön edessä. Häpeä ei kuitenkaan ole ainoastaan sosiaalinen tunne, vaan siihen sisältyy olettamus valtasuhteesta. Asiantuntija tunnistaa ja nimeää vallan kohteena olevan objektin ja määrittää hänen yhteiskunnallisen asemansa suhteessa muun muassa etuuksiin. Tässä mielessä asiantuntijan rooli on aktiivinen ja potilaan tai työttömän passiivinen, vastaanottava. Kun sosiaalisen määrittelyn sijaan analysoidaan työn ulkopuolella tai mielenterveyssektorin potilaana olemiseen liitettyä häpeää yksilön kokemuksena, näyttäytyä häpeä henkilökohtaisempana ja hienosyisempänä. Kirjallisuuden tutkijat Siru Kainulainen ja Viola Parente-Čapková kirjoittavat häpeän olevan valtaan, väkivaltaan ja hierarkiaan kiedottu tila, jonka alistettu sisäistää ja joka saattaa lopulta määrittää hänen koko elämänsä.³³

Asiantuntijoiden nimeämisestä masennustautiluokasta ja mielenterveyssektorin hoidon piiriin päättämisestä ei aina koettu häpeää, mutta yleensä näissäkin teksteissä kommentoitiin häpeän mahdollisuutta ja kerrottiin, miten häpeän kokemus vältettiin.³⁴ 1980-luvulla työttömyysjaksoja kokenut mies kirjoittaa:

Koskaan työttömyyteni aikana en ole tuntenut sen takia masennusta tai alemmuuskompleksia tai mitään muutakaan henkistä painetta, koska en ole syyllinen työttömyyteeni.³⁵

Kirjoittaja ei siis ollut kokenut häpeää, mutta tiedosti sen mahdollisuuden ja halusi tuoda ilmi välttäneensä kokemuksen. Häpeä on työttömyydessä, työssä väsymisessä ja psykiatrisessa diagnoosissa läsnä potentiaalisena, ei väistämättä aktualisoitavana. Häpeästä saatettiin aktiivisesti kieltäytyä tai saada ympäristöstä toisenlainen kokemus.

Työttömyys, masennus ja häpeä kietoutuivat toisiinsa myös kirjoituksessa, jossa keski-ikäinen nainen kertoo kokeneensa työttömyyttä kolmella eri vuosikymmenellä – ensimmäisen kerran 1960-luvulla. 1980-luvun puolivälissä hän joutui jälleen hetkeksi työttömäksi ja kuvaa tuntojaan näin:

Olin masentunut, itsetuntoni laski nolville. Tunsin olevani yhteiskunnan loinen. Tilanetta ei yhtään parantanut kommentti: 'Kyllä tekevälle töitä löytyy.' Eräiden, mielipiteiden mukaan työttömyyskortistossa olivat vain ne, jotka eivät viitsineet tehdä töitä. Työttömyys oli siis hyvin tuomittavaa. Olin siis muiden mielestä toisen luokan kansalainen, kun en viitsinyt töitä tehdä.³⁶

Asiantuntijoiden diagnosoima psykiatrinen tautiluokka ja asiantuntijoiden hoidon kohteeksi päätyminen herätti epätietoisuutta ja jopa pelkoa "elinkautisesta". Epätietoisuus liittyi myös työttömyyteen. Mielenterveysongelmaiseksi tai työttömäksi todettu joutui helposti yhteiskunnan marginaaliin, ja häntä kohtaan asetetut odotukset muuttuivat toisenlaisiksi. Nämä ovat myös vammaistutkimuksesta tuttuja marginalisoinnin välineitä. Aiemmin tuotteliaasta ja aktiivisesta yksilöstä tuli työttömyyden myötä "yhteiskunnan loinen" ja mielenterveysdiagnoosin myötä menetetttiin autonomisen pärjäämisen tila.

Yllä lainatussa otteessa nainen kertoo kuulleensa ihmisiltä suoraan tuomioita työttömyydestään. Mielisairaaksi katsottujen sekä työttömien keskenään jakama yksityinen häpeän kokemus ei kuitenkaan vaadi muiden taholta tulevaa tuomitsemista, sillä yhteiskunnan odotusten edessä epäonnistuminen ovat teksteissä selvästi sisäistettyjä asioita. Häpeä on jaettua kulttuuria, joka tiedotetaan jo ilman ensimmäistäkään yksilön ulkopuolista tuomiota. Yhteiskunnan prosesseihin on rakennettu kyvykkyyden ideaali, josta poikkeavat joutuvat neuvottelemaan omasta marginalisoi-

32. Kun vuoden 1977 lopussa pakkohoitopotilaiden osuus kaikista psykiatrisista potilaista oli 83 %, niin vuoden 1983 lopulla prosenttiosuus oli enää 23 eikä se noussut tutkimani ajanjakson loppuun mennessä. Äijälä 1996, 7.

33. Siru Kainulainen & Viola Parente-Čapková, Häpeän latautunut toiminta. Esipuhe. Teoksessa Siru Kainulainen & Viola Parente-Čapková (toim.) *Häpeä vähän! Kriittisiä tutkimuksia häpeästä*. Utukirjat 2011, 10; Peter N. Stearns, *Shame. A Brief History*. University of Illinois Press 2017, 1.

34. Ks. esim. Kirsti Ollila, Taavi Takaperoinen. *Mielenterveys* 3/1987, 31–32.

35. SKS KRA, Työtön 105, 1993.

36. SKS KRA, Työtön 6047, 1993.

tumisestaan niin yhteiskunnassa kuin kulttuuris-
sa.³⁷ Työn ulkopuolelle päätyminen ei välttämättä
tarkoittanut marginaaliin päätymistä. Marginaali-
in asettaminen ja häpeä toimivat yhdessä, mutta
juuri kyvykkyyden kautta potentiaali joko aktua-
lisoitui tai ei. Kirjoituksissa on selvää, että osalla
mielenterveysdiagnoosin saaneista sekä työttö-
mäksi päätyneistä oli elämässään resursseja, joi-
den tuella he väistivät yhteiskunnan ja kulttuurin
tuottaman marginalisoinnin.

Tuomitseminen itsessään oli usein myös
eksplisiittistä. Ihmiset kertovat kuulleensa ja
kokeneensa työttömyyteen liitettyjä negatiivisia
asenteita. Työttömän tarina -keruun kirjoituk-
sessa nainen kuvailee miehensä työttömyysko-
kemusta ja miehen vaipumista syvään lamaan
ja masennukseen. Nousukauden loppupuolella
miehen yritys teki konkurssin, josta seurasi ongel-
mia ja rahahuolia. Nainen kuvailee, kuinka ympä-
röivä maailma oli raadollinen hänen työttömäksi
joutunutta miestänsä kohtaan eikä kukaan – edes
suku ja ystävät – osoittanut myötätuntoa tämän
tilanteessa. Mies turvautui alkoholiin ja nainen
yritti saada miehelle apua. Mies törmäsi kuiten-
kin apua hakiessaankin tuomitsemiseen:

Täydellinen masennus ja itsesääli vei voiton.
Kuvaan tuli alkoholi, joka vähitellen alkoi
hallita elämää. [...] Päihdehuoltolaitos, jonka
apuun oli lopulta turvauduttava, latisti mie-
hen entisestään. Henkilökunta leimasi kaikki
asiakkaansa samaksi 'rupusakiksi', 'sosiaali-
pummeiksi' jne. Johtajatar ilmoitti inhoavansa
kaikkia köyhiä ja juoppoja. Lopputulos oli, että
mies oli entistä katkerampi yhteiskunnalle.³⁸

Talouselämyksen keskellä kerätyissä Työttömän
tarina -kirjoituksissa kerrotaan aika ajoin, kuinka
julkisuudessa työttömyyteen liitettiin henkinen
pahoinvointi ja masennus. Ajoittain juuri asian-
tuntijoiden huomioitiin tekevän tämän yhteyden:

Työttömyys on monelle meistä kirosana. Se
on vaikea ja arka asia, joka rassaa ihmistä joka
kantilta. Paitsi, että se kaventaa jokapäiväistä

toimeentuloa ja elämisen tasoa, se tekee myy-
räntyötä myös ihmisen psyydessä. Pahim-
massa tapauksessa se rikkoo perhe- ja muutkin
ihmissuhteet, murtaa isetunnon ja vie elä-
mänhalun. Nämä tutkijoiden ja asiantuntijoi-
den mielipiteet olen poiminut julkisen sanan
valtavasta tietotulvasta. Työttömyys on tämän
hetken kuuma peruna. Sitä ja sen mukanaan
tuomia ongelmia pyöritellään julkisuudessa
vinhaa vauhtia edestakaisin, mutta kukaan ei
halua tarttua siihen tehdäkseen sille jotain.³⁹

Aihe oli julkisuudessa niin tiuhaan, että ihmiset
ajoittain refleктоivat omaa työttömyyden koke-
mustaan median kautta saatuun kuvaan:

Luen lehtiartikkeleita ja yleisönosastokirjoi-
tuksia työttömyyden kurjuudesta, apatiasta ja
masennuksesta, taloushuolista. Mietin, voinko
samaistua kirjoittajiin, tuntuuko tutulta? Ei
tunnu, vastaan rehellisesti itselleni.⁴⁰

Sotien jälkeisinä vuosikymmeninä hulluuden
häpeä rakentui mielenterveyssektorin potilaana
olemiseen liitettyjen merkitysten kautta. Kotona
koettu pahoinvointi oli yhä tutun ja normaalin
piirissä, mutta mielen asiantuntijakulttuuriin
astuminen siirsi ihmisen konkreettisesti vierai-
siin tiloihin jo mielenterveystoimistokäynnin
myötä, mutta erityisesti psykiatriseen osastohoi-
toon päädyttyä. Vasta 1990-luvulle tultaessa
ja tautiluokkakakeskeisyyden yleistyessä alettiin
mielenterveyssektorin potilaaseen liitettyjen
merkitysten sijaan neuvotella tautiluokkien väli-
sestä hierarkiasta. Masennussairaat alkoivat
muodostaa oman potilasryhmänsä selkeämmin
kuin sotien jälkeisinä vuosikymmeninä. Masen-
nustautiluokan häpeää purettiin vertaamalla sitä
ruumiillisiin sairauksiin, kuten kipsattuun käteen.
Samalla psykiatristen tautiluokkien välillä raken-
nettiin arvoasteikkoa, kun skitsofrenia nimettiin
todelliseksi "hulluudeksi".

Tautiluokkien välisen hierarkian rakentamisen
lisäksi häpeästä pyrittiin pois retoriikalla, jossa
masennussairaus oli kaikkien yllä leijuva riski.

37. Vaahtera 2012, 42.

38. SKS KRA, Työtön 12299, 1993.

39. SKS KRA, Työtön 110, 1993.

40. SKS KRA, Työtön 559, 1993.



Kuka tahansa saattaisi elämänsä aikana sairastua masennukseen ja päätyä mielenterveyspotilaaksi.⁴¹ Samankaltaista riskiretoriikkaa näkyi 1990-luvun talouslaman myötä liittyen työttömyyteen. Kun pahimmillaan lähes viidennes työikäisistä oli työttömänä, oli muidenkaan turha olla täysin varma oman työsuhteensa jatkumisesta. Muutamisissa kirjoituksissa todetaan asenteiden työttömiä kohtaan muuttuneen hyväksyvämmiksi.⁴² 1990-luvulla työttömäksi joutunut nelikymppinen nainen kuvailee omaa kokemustaan näin:

Tällä kertaa työttömyys on kuitenkin hyväksyttävää. Onhan meitä työttömiä satoja tuhansia, joten ihan kaikkia ei voi kai luokitella työtä vieroksuviiksi. Työttömyys on jopa joidenkin mielestä kadehdittava asia. Punnitaan tarkoin kumpi on edullisempaa käydä työssä vai nostaa työttömyysrahaa ja olla vapaana. Vapaasta puuttuvat vain punnukset masennukselle, ahdistukselle, toivottomuudelle ja turhautu-

■ Kuva 2. Kansaneläkelaitokselta saattoi hakea työttömyysetuuksia sekä psykiatrisen diagnoosin nojalla muun muassa sairauspäivärahaa. Kuvaaja: Veikko Seppänen. Lähde: Työväenmuseumo Werstas, tkk_26698.

neisuudelle. Tällä kertaa päättäjät haluavat horjuttaa työttömän asemaa.⁴³

Nainen oli ollut työttömänä myös 1980-luvulla ja koki, että tuolloin yhteiskunnan asenteet aiheuttivat hänelle itsetunnon laskun ja masennuksen – ei niinkään itse työttömyys. Lopulta nainen päätyi siihen, että suurin ongelma on se, että nimenomaan työ tuo elämään mielekkyyttä.⁴⁴ Yhteiskunnan ilmapiiriä aiempaa ymmärtävämmäksi kuvailevat kirjoitukset jäävät kuitenkin selkeään vähemmistöön. Moni kertoo kohdanneensa eksplisiittistä syyllistämistä työttömyydestään myös 1990-luvulla, laajan työttömyyden aikaan.

41. Työn alla oleva väitöskirjani.

42. SKS KRA, Työtön 12304, 1993.

43. SKS KRA, Työtön 6049, 1993.

44. SKS KRA, Työtön 6049–6050, 1993.

Masennus ja liiallinen työnteke

Työn ulkopuolelle ja jopa työkyvyttömyyseläkkeelle saattoivat ajaa myös työssä ilmenneet ongelmat, kuten työpaikkakiusaaminen. Vuonna 1987 *Mielenterveys*-lehdessä julkaistiin esimiehen kiusaamisen tähden psykiatriselle osastolle ja myöhemmin työkyvyttömyyseläkkeelle joutuneen nelikymppisen poliisin haastattelu.

Ongelma ei ole ainoastaan [miehen]. Hänen työtovereistaan liian moni on viime vuosina tehnyt itsemurhan ja puolikymmentä joutunut palaamaan vuosia töitä tehneenä loppuunpalaneina siviilielämään.⁴⁵

1980-luvulle tyypillisesti yksilölle diagnosoitua tautiluokkaa ei kerrota, mutta artikkelissa puhutaan masentumisesta ja masennuskausista. Täysin työelämästä ulkopuolelle ja mielenterveyssektorin piiriin joutuminen tuotti miehelle häpeää, vaikka hän kokikin syyn ongelmiin olleen työilmapiirissä ja esimiehen systemaattisessa vallan väärinkäytössä.

[Miehen] mielestä on paljon helpompi sairastaa vaikka käsi kipsissä, niin että toiset näkevät sinun olevan sairas. Psykkisiin ongelmiin suhtaudutaan vieroksuen. Ei tulla sairaalaan kukkakimppu kädessä vointia tiedustelemaan.⁴⁶

Haastattelussa mainittu loppuunpalaminen oli tuolloin vielä paikkaansa etsivä käsite. Burn out oli 1970-luvulla julkaistu psykologinen malli, jolla kuvattiin terveydenhuollossa ja sosiaalialalla ihmissuhdeammattissa työskentelevien reaktiota krooniseen emotionaaliseen stressiin. Kyse ei ollut sairaudesta, saati masennussairaudesta,

vaan psykologisesti määritellystä reaktiosta. Vuosikymmenen edetessä alkoi tieteen sisällä muodostua ajatus, jonka mukaan normaalina pidetty psykologinen reaktio saattoi pitkittyessään muuttua patologiseksi tilaksi, masennussairaudeksi. Samalla tila alettiin liittää kaikkeen työelämään ja jopa ylipäätään kiireiseen elämäntyyliin.⁴⁷

Pekka Varjeen mukaan työelämän terveysuhkia koskevassa julkisessa keskustelussa keskityttiin 1960- ja 1970-luvulla fyysisiin sairauksiin ja loukkaantumisiin, kun 1980-luvulla psykologiset riskitekijät ja mielenterveys nousivat keskiöön – jopa siinä määrin, että 1990-luvulla stressi ja uupumus katsottiin uhaksi suomalaiselle työelämälle. Samalla työelämän itsensä katsottiin olevan muutoksessa 1980-luvulla, kun ajatuksen tasolla siirryttiin hierarkkisesta mallista keskiluokkaisia arvoja paremmin palvelemaan horisontaaliseen organisaatioon, mikä toi mukanaan vaatimuksen työhön ja työpaikkaan sitoutumisesta ja osallistumisesta myös tunnetasolla.⁴⁸

Suomen osalta on oleellista, että toisin kuin esimerkiksi Ruotsissa ja Alankomaissa, burnout ei ole koskaan ollut virallinen tautiluokka. Voidakseen jäädä etuuden turvin pois työstä yksilön oli otettava vastaan jokin, yleensä psykiatrinen, tautiluokka, joksi soveltui helposti 1980-luvulla sateenvarjomaiseksi muuttunut masennustautiluokka.⁴⁹ Suomalaiseen kulttuuriin puhe loppuunpalamisesta ja burnoutista alkoi juurtua 1980-luvun loppupuolella. Samalla se etsi yhteyttä masennukseen ja vakiintumassa olleeseen tautiluokkakakeskeiseen masennussairausajatteluun. Aina yhteyttä masennukseen ei mainita, kuten tässä:

Kun ensimmäisen kerran yliopistosta valmistumiseni jälkeen jäin työttömäksi, se

45. Kristina Salonen, Turhilta uhreilta voitaisiin välttyä. *Mielenterveys* 4/1987, 20.

46. Salonen 1987, 22.

47. Yrjö O. Alanen, Kalle Achté & Pekka Tienari (toim.) *Psykiatria* 2. 4. painos. WSOY 1981, 396; Kenneth J. Gergen & Mary M. Gergen. *Social Psychology*. 2. painos. Springer 1986, 348; Tiina Stenfors-Laajala & Soili Keskinen, *Päiväkotihenkilöstön burn out*. Turun yliopiston psykologian laitos 1988, 1–2, 12–13; Ville Lehtinen, Yrjö O. Alanen, Erik E. Anttinen, Kaija Eerola, Jouko Lönnqvist, Kari Pylkkänen & Vappu Taipale, *Sosiaalipsykiatria*. Tammi 1989, 12; Harjoitusaine, *Psykologia*, 1989, Tekijän hallussa oleva aineisto; *Neuropsykologia*, Kevät 1989, Psykosomatiikka, Tekijän hallussa oleva aineisto; Väsyminen ja virkistyminen, Luentomonistekirjanen, joka luultavasti vuodelta 1990, 107–111, Tekijän hallussa oleva aineisto; Lakikurssi 1990 syysy, Tekijän hallussa oleva aineisto; Ulla Kinnunen, Stressi ja sen hallinta. Teoksessa Kirsti-Liisa Kuusinen (toim.) *Terveyspsykologia*. WSOY 1993, 68.

48. Varje 2018, 44–45.

49. Burnout syndrome in Europe. Towards a harmonized approach in occupational health practice and research. *Industrial Health* 57 (2019), 745–752; Tekeillä oleva väitöskirjani.; Wilmar B. Schaufeli, Burnout. A Short Socio-Cultural History. Teoksessa S. Neckel et al. (toim.) *Burnout, Fatigue, Exhaustion*. Springer International Publishing 2017, 122–123.

tapahtui sairasloman jälkeen. Olin kokenut burn-out-ilmiön lähes kolmen vuoden sosiaalityö-periodin jälkeen. Itkettyäni ulos väsymystäni ja ahdistustani tauottoman rääkkäytymisen loputtua kaksi ensimmäistä työttömyyskuukauttani, jaksoin kiinnostua lopulta muustakin kuin nukkumisesta, ja aloin miettiä, mitä haluaisin päivilläni tehdä.⁵⁰

Sairauslomasta huolimatta kirjoittaja ei identifioinut itseään mielenterveyspotilaaksi eivätkä näin tehneet myöskään yhteiskunnan instanssien virkailijat, joten kirjoittaja koki jäävänsä yhteiskunnan tukimuotojen ulkopuolelle.

Olen aikuisuuteni ajan etsinyt vastausta kysymykseen, kuinka voisi elää kokemuksen ja vaiston syvän intensiteetin kanssa ilman, että kuormittuu katkeamispisteeseen. Koska herkkyys ei ole diagnosoitavissa oleva sairaus, en voi yrittää hakeutua eläkkeelle, kuten työvoimaneuvoja oivaltavasti totesi.⁵¹

Suurin ero 1900-luvun lopun työttömyyden ja loppuunpalamisen kuvauksien välillä oli häpeän kokemus. Siinä missä työttömyys tuotti ihmiselle konkreettisten ongelmien lisäksi itsen kohdistuvaa negatiivisuutta, liiallinen työnteko pääasiassa väsytti, ajoittain äärimmäisen paljon. Asiantuntijan nimeämästä masennussairaudesta huolimatta liiallisen työnteon uuvuttama ei välttämättä samastunut masennussairaaksi. Satasärmäinen nainen -aineistosta löytyy kahden vuoteen keskittyvä kuvaus kaupan ostamisesta, sen pyrittämisestä, työssä uupumisesta ja uupumuksesta selviämisestä. Kirjoittaja kuvailee kokeneensa itsensä yllirasittuneeksi, stressaantuneeksi ja väsyneeksi. Hakiessaan apua mielenterveystoimistosta lääkäri kysyi ensimmäiseksi: ”Oletteko masentunut?”⁵², mutta nainen piti itseään ainoastaan väsyneenä. Lopulta lääkärin mielestä kyseessä oli ”melko selvä ns. BURN OUT tapaus”⁵³.

Lääkärin kysymys oli naiselle yllättävä ja asiantuntijan tekemä nimeäminen sai naisen



■ Kuva 3: Etuuskien ja avun saamiseksi oli avettava ovia aivan konkreettisesti hallinnollisen tiedon alueelle. Työvoimatoimistoon tai mielenterveystoimistoon astuminen saattoi olla myös symbolinen siirtymä työttömyyteen tai mielenterveyspotiluuuteen. Lähde: Työväenmuseo Werstas, tkk_23807.

pohtimaan tilaansa masennussairautena. Myöhemmin tekstissä hän on omaksunut sairaan identiteetin käyttäen ajoittain sairausterminologiaa ja kirjoittaa esimerkiksi ”sairaudesta toipumisestaan”. Masennuksesta hän puhuu tekstissään silti enää yhden kerran. Sairauspuheesta huolimatta nainen ei tulkitse elämäänsä sairauden kautta, vaan tekstissä tilan katsotaan johtuvan elämänhistoriasta; liiallisesta työnteosta mutta myös naista kuormittaneista yksityiselämän tapahtumista. Kirjoituksessa ei myöskään näy masennussairauteen tuona aikana usein liitettyä itsen kohdistuvaa negatiivisuutta eikä kirjoittaja syyttänyt itseään asioista, joihin ei ollut voinut vaikuttaa.⁵⁴

50. SKS KRA, Työtön 559, 1993.

51. SKS KRA, Työtön 559, 1993.

52. SKS KRA, Sata (Satasärmäinen nainen) 2745, 1991.

53. SKS KRA, Sata 2746, 1991.

54. SKS KRA, Sata 2725–2765, 1991.

Vuonna 1994 *Käsi kädessä* -lehdessä nainen kertoo työelämän ongelmista, jotka veivät hänet mielenterveyssektorin potilaaksi. Ensimmäisen kerran hän väsyi työhön hieman alle viisikymppisenä, kun hänen työnkuvaansa tuli tietokoneen käyttö ilman kunnon perehdytystä. Väsymys paheni ja hän päätyi puoleksi vuodeksi psykiatrieen osastohoitoon. Nainen koki saaneensa apua ja palasi töihin työkavereidensa kannustamana. Myös ylilääkäri oli kannustanut ja muistuttanut, että vanhanakin oppii, vaikka se vie aikaa. Mielenterveyspotilaaksi identifioituminen hävetti, mutta häpeästä autoitivat eroon työkaverit.

- Tämä depressio on sellainen tauti, että se saattaa uusiutua. Ja niin kävi minullekin. Tein pitkiä päiviä ja ylitöitä, enkä halunnut luovuttaa. Minä kun olen lisäksi sellainen, että yritän tehdä kaiken mahdollisimman hyvin, Elsa luonnehtii itseään.

Toisella kerralla diagnoosi oli 'työstä väsyminen'. Nyt Elsa osasi jo vaatia sairaalaan pääsyä, vaikka hänelle jälleen ehdotettiin muita vaihtoehtoja. Paikka järjestyikin nopeasti ja parin kuukauden hoito kuntoutti hänet taas takaisin työelämään.

Vielä kolmannenkin lyhyen hoitajakson jälkeen Elsa palasi työpaikalleen. Mutta sitten hän joutui vastakkain taas uuden automaatio-systeemin kanssa. Sen opiskeluun ei Elsanakaan motivaatio enää riittänyt.⁵⁵

Haastatteluhetkellä nainen oli eläkkeellä ja koki itsensä terveeksi. Vaikka mielenterveyssektorin potilaaksi päätyminen ajoittain hävettikin, nainen ei puhu itsestään negatiivisesti. Hän näki tilansa johtuneen koulutukseen nähden liian vaativista työtehtävistä ja koki hakeneensa ja saaneensa apua oikeilta tahoilta.⁵⁶

1990-luvun alussa⁵⁷ julkisuuden henkilöiksi noussut Anna-Kaisa Hermunen kertoo vuonna 1992 *Käsi kädessä* -lehden haastattelussa uupu-

neensa liiasta työnteosta vuonna 1986, mistä alkoi vuoden ja kolmen kuukauden toipumisjakso.⁵⁸

- Sairauteni pysäytti minut täysin, kertoo Hermunen. Elin siihen aikaan täysin aikatauluorjuudessa. Tein töitä kilpaa kellon kanssa. [...] Tein töitä yli voimieni.

- Fyysiset oireet tulivat ennen lopullista psykikistä romahtamista. Tiesin itsekin, että käyn ylikerroksilla, mutta en kyennyt hiljentämään tahtia. Lopulta tuli romahdus, ymmärsin hakea sairaslomaa.⁵⁹

Vuonna 1993 Hermunen kertoi uupumisestaan *Mielenterveys*-lehdessä.⁶⁰ Näissä haastatteluissa kirjoitetaan välillä loppuunpalamisesta ja burnoutista ja välillä sairastumisesta masennukseen. Kirjoituksissa toistuukin näiden käsitteiden käyttäminen lähes synonyymeina toisilleen. Vuonna 1994 *Käsi kädessä* -lehdessä julkaistiin haastattelu, jossa mies kertoo sairastavansa nimenomaan masennusta. "Sairastuminen"-otsikon alla kerrotaan: "Vaikkei kiihtyvää työtahtia voidaan yksin syyttää Björnin loppuun palamisesta ja uupumisesta ne olivat varmasti ratkaisevia tekijöitä sairastumiselle."⁶¹ Tässäkään ei jää epäselväksi, että nimenomaan burnout aiheutti masennussairaudesta tai oli ainakin perusta masennussairaudesta.

Burnoutista oli 1990-luvulla tullut jo niin tunnettu ilmiö, että siitä saatettiin käyttää termiä "fraasi". Vuonna 1994 mielenterveyttä käsittelevässä jäsenlehti *Helmissä* oli haastattelu kirjoitushetkellä työtoiminnassa mukana olleesta miehestä. Miehen kerrotaan sairastuneen masennukseen liiallisen työnteon seurauksena:

- Toteutin fraasin loppuunpalamisesta. Jälkikäteen näen kovan tahdin vaikuttaneen sairastumiseeni - en osannut, enkä jaksanut esimerkiksi laukaista stressiä muuta kuin alkoholin avulla.⁶²

55. Heli Ilaskari, Sisukas ja rohkea Elsa Karvonen on kulissien kaataja. *Käsi Kädessä* 2/1994, 32.

56. Ilaskari 1994.

57. Vuoden 1991 syksyllä Kolmoskanavalla alettiin esittää Hermusen juontamaa *Hermunen* haastatteluohjelmaa.

58. Inkeri Salovaara, Anna-Kaisa Hermunen: "Olen hallitun kaaoksen kuningatar". *Käsi Kädessä* 3/1992, 20.

59. Salovaara 1992, 20.

60. Hille Puusaari, Uupuminen voi olla kuin toinen syntymä. *Mielenterveys* 5/1993, 20–22.

61. Timo Peltowuori, Björn Nyman: Tosi masennuksessa sukelletaan syvällä... *Käsi Kädessä* 5/1994, 24.

62. Marjatta Nurminen, Selviytymisen tiellä. *Helmi* 2/1994, 12.

Johtopäätökset

1900-luvun viimeisten vuosikymmenten aikana työelämä muuttui ja yhä useampi kohtasi työttömyyden ja pitkäaikaistyöttömyyden. Samalla työssä väsymisestä alettiin puhua uudella terminologialla.⁶³ Jotta ihmiset saattoivat saada apua työttömyyden tai työssä väsymisen aiheuttamiin ongelmiin, heille oli annettava ja heidän otettava vastaan tautiluokka, joka usein oli masennus. Elämän ongelmien patologisointi ei tapahtunut vaivihkaa, vaan sitä myös kyseenalaistettiin. Yhteiskunnan ja työelämän muutokset kuitenkin vaativat sairauslomien tai työkyvyttömyyseläkkeiden kaltaisia yksilölähtöisiä ratkaisuja, joihin psykiatriset tautiluokat soveltuivat. Työelämän ongelmilla oli jo valmiiksi kulttuurissa jaetut omat puhetapansa, jotka oli helppo yhdistää uuteen inkluusiiviseen masennustautiluokkaan.

Elämän ongelmien tautiluokkaistaminen hallinnollisen tiedon piirissä muuntaa ongelmat yksilölähtöisiksi ja yksilöiden vastuulle, jolloin työelämään ja yhteiskunnan toimintaan liittyvät ongelmat sivuutetaan. 1900-luvun lopun kehitys kulki tautiluokakeskeisyyttä kohti ja tällä vuosikymmenellä kehitystä on tukenut yksilöiden valtion kannalta oikeanlaisen vastuunkannon mahdollistava terapeuttinen kulttuuri ja diagnostisten kulttuurien levittäytyminen yhä useammille elämän alueille.⁶⁴

Kun puhutaan työn ongelmien vastuun siirtämisestä yksilöiden harteille, kritiikki kohdistetaan usein psykotieteiden suuntaan ja kyseenalaistetaan niiden liiallinen valta yhteiskunnassa ja kult-

tuurissa. 1900-luvun lopun suomalaisen kulttuurin, tieteellisten kulttuurien ja yhteiskunnallisten instanssien sisäisten muutosten valossa voidaan kuitenkin kysyä, voiko vika todella olla mielen ongelmiin keskittyvissä tieteenaloissa vai enemmän muualla yhteiskunnassa ja kulttuurissa tehdyissä valinnoissa ja vaatimuksissa. Jokaisella elämän alueella on omat tapansa todellisuuden luokitteluun ja määrittelyyn ja voidaan perustellusti kritisoida näiden sekoittamista toisiinsa. Työttömyydestä tai työssä väsymisestä aiheutuvat ongelmat voisi yhtä hyvin merkitä tilastoihin juuri sellaisina, eikä ihmisille avun tarjoaminen työttömyyden tai työssä väsymisen perusteella sulkisi pois tieteen sisäisiä luokitteluja ja tutkimustyötä. Työn ongelmat olisi hyvä nähdä nimenomaan työn ongelmina.

Kiitos väitöskirjaohjaajilleni Kirsi Tuohelalle ja Hannu Salmelle sekä kollegoilleni Heta Aalille, Annikka Immoselle, Maiju Kannistolle ja Anna-Leena Perämälle sekä kulttuurihistorian oppiaineen (TY) 1800- ja 1900-lukujen tutkijaseminaarin ihmisille kommentista tekstiini. Kiitos Matti Roitolle lukuvinkeistä. Kiitos kahdelle kommentillaan artikkelia eteenpäin vieneelle vertaisarvioijalle. Kiitos artikkelin mahdollistaneesta rahoituksesta Waldemar von Frenckellin säätiölle.

FM Annastiina Mäkilä on väitöskirjatutkija kulttuurihistorian oppiaineessa Turun yliopistossa.

Sähköposti: aemaki@utu.fi.

63. Työn alla oleva väitöskirjani.

64. Sanna Rikala, *Työssä uupuvat naiset ja masennus*. Suomen Yliopistopaino 2013; Brinkmann 2016; Nikolas S. Rose, *Our Psychiatric Future. The Politics of Mental Health*. Polity Press 2019; Suvi Salmenniemi, Suvi, Harley Bergroth, Johanna Nurmi, & Inna Perheentupa. From Culture to Assemblages. An Introduction. Teoksessa Suvi Salmenniemi, Harley Bergroth, Johanna Nurmi & Inna Perheentupa (toim.) *Assembling Therapeutics. Cultures, Politics and Materiality*. Routledge 2019, 2–19.