

Zombi uusliberalismin subjektin jäljillä

Itsenmittaamiseen valmentaminen ja itsevastuullisuuden murtumat työelämässä



Venla Okkonen

Työhyvinvoinnin edistämiseksi käytettävien hyvinvointiteknologioiden on esitetty tuottavan uusliberaalia minuutta kannustamalla itsen optimointiin ja siirtämällä vastuuta hyvinvoinnista yksilölle. Hyvinvointiteknologioilla itseään mittaava subjekti voi kuitenkin rakentua myös toisin. Millaisia murtumia uusliberaaliin ideaaliin muodostuu, kun itsenmittaamisen logiikkaa sovitetaan kuormittavan työelämän arkeen? Uusliberalismin kriisissä itseään mittaavan subjektin itsevastuullisuus muodostuu jännitteiseksi ja säröileväksi ihanteeksi.

Työhyvinvoinnin edistämiseen tarkoitettuissa valmennuksissa on viime vuosina alettu käyttää kehon toimintoja mittaavia hyvinvointiteknologioita, kuten aktiivisuusrannekeita (Lupton 2014). Hyvinvointi- ja terveysalan yritysten tuottamissa palveluissa työntekijälle voidaan antaa käyttöön kehoa mit-

taava laite sekä tukea tulosten tulkitsemiseen ja elämäntapamuutosten tekemiseen (ks. Rauttola ym. 2019). Itsenmittaamista hyödyntävien hyvinvointipalveluiden kuvataan mahdollistavan työntekijälle tämän hyvinvointiin ja autonomiaan liittyvien toiveiden edistämisen (Elmholdt, Elmholdt & Haahr

2021; Till 2019) ja samalla parantavan organisaation ”taloudellista hyvinvointia” (Moore & Piwek 2017, 309) muun muassa lisäämällä työtehoa (Till 2019). Itsenmittaamisen käyttöä työkontekstissa on kuitenkin kritisoitu siitä, että se asettaa uusia vaatimuksia valmiiksi kuormittuneille työntekijöille (Oravec

2020), tuottaa ahdistusta (Moore & Robinson 2016) ja kannustaa kehon loputtomaan tarkkailuun ja optimointiin (Cederström & Spicer 2015, 105). Työhyvinvoinnin edistämistä mittaamalla onkin jäsenetty uusliberaalina hallintana, jossa vastuuta hyvinvoinnista ja tuottavuudesta siirretään yhteiskunnalta ja työpaikalta työntekijälle itselleen (Hull & Pasquale 2017). Tällainen uusliberaali hallinta on kuitenkin luonteeltaan väistämättä ristiriitaista ja osittaisena toteutuvaa, ja huomion kiinnittäminen yksilön hyvinvointiin voi sisältää myös uusliberaalin ideologian kanssa ristiriitaisia (Sointu & Hill 2022) tai sitä haastavia elementtejä (Salmenniemi 2022). Tässä tutkimuksessa kiinnitän huomioni näihin säröihin ja kysyn, millaisia murtumia uusliberaaliin subjektiviteettiin muodostuu itsenmittaamista hyödyntävien työhyvinvointivalmentajien kertoessa työstään. Pohdin, onko itseään mittaavan subjektiviteetin tasolla merkkejä siirtymästä uusliberalismin jälkeiseen aikaan tai jatkuvien kriisien ja ristiriitojen leimaamaan niin sanottuun *zombi uusliberalismiin* (Kotsko 2020; Peck 2010). Tutkimus perustuu työhyvinvointivalmentajien haastatteluihin, joita olen tehnyt vuosina 2021 ja 2022. Haastatteluissa valmentajat kertovat siitä, miten he hyödyntävät valmennustyössään hyvinvointia mittaavia tek-

nologioita ja opastavat työntekijöitä tulkitsemaan mittalaitteiden viestejä työelämän arjessa.

Uusliberalismi on poliittinen sekä talouden järjestämiseen liittyvä teoria, jonka mukaan valtion tehtävä on taata vapaat markkinat, joiden kehityksessä yksilöt voivat toteuttaa itseään (Lemke 2001; Mirowski 2013). Uusliberalismi on pitkään nähty kulttuurisena ja taloudellisena arkijärkenä, joka vaikuttaa hienovaraisesti yksilöiden itseymmärrykseen ja jolle länsimaisessa poliittisessa keskustelussa ei ole ollut tarjolla realistisia vaihtoehtoja (Hall 2005; Kotsko 2020). Uusliberalismin teoretisoinneissa on viimeisen 15 vuoden aikana kuitenkin alettu pohtia, ovatko vuoden 2008 talouskriisin jälkeen toteutetut poliittiset ja taloudelliset muutokset johtaneet siirtymään kohti uusliberalismin jälkeistä aikaa (esim. Gerstle 2018; Mykhnenko & Birch 2010; Peck & Theodore 2019) tai pessimistisemmän zombi uusliberalismiin (Peck 2010). Zombi uusliberalismin käsitteellä on viitattu tilanteeseen, jossa moneen kertaan kuolleista herännyt uusliberalistinen politiikka tuottaa jatkuvia kriisejä, mutta ilman uskottavaa vaihtoehtoa sitä pyritään edelleen pakonomaisesti toteuttamaan järjestelmän legitimitettiin ongelmista ja ristiriidoista huolimatta (Kotsko 2020; Peck 2010; ks. myös Kennett &

Dukelow 2018). Vaikka yhtäältä uusliberalismin viimeaikainen tutkimus on tuonut esiin uusliberalismin moninaisen ja joustavan luonteen (esim. Callison & Manfredi 2020), koronapandemian hallinta ja siihen liittyvä talouden elvyttäminen ovat toisaalta uudelleen aktivoineet vuoden 2008 talouskriisin jälkeen esitetyt pohdinnat siitä, missä määrin nykyisessä järjestelmässä kaikkien kriisien jälkeen on kyse enää varsinaisesta uusliberalismista (Gerstle 2021; Koski-aho 2021; Slobodian 2022). Sosiologit William Davies ja Nicholas Gane (2021, 4–5) ehdottavat, että yhtäkkisen katkoksen sijaan käynnissä voikin olla vähittäinen muutos, jossa uusliberaaleihin yhteiskuntiin juurtuu uudenlaisia rationaliteetteja, kritiikkejä, liikkeitä ja reformeja.

Tässä artikkelissa otan vakavasti ehdotukset elävänä kuolleena vaeltavasta zombi uusliberalismista sekä uusliberalismin opinkappaleiden vähittäisestä haurastumisesta ja tarkastelen, miltä uusliberaalin hallinnan murtumat näyttävät itseään mittaavan minuuden tasolla. Uusliberalismin voi ymmärtää Michel Foucault'n (2008) hallinnan teorian mukaisesti poliittisen ja taloudellisen teorian lisäksi erityiseksi subjektiviteetin muodoksi sekä eettiseksi elämäntavaksi, jossa keskeistä on hallinnan uudelleenorganisointi valtiolta yksilöille

(Ayo 2012; Lemke 2001). Uusliberalismin yksilösubjekti on omasta inhimillisestä pääomastaan vastuussa oleva ja siten itseään jatkuvasti kehittävä yrittäjämäinen yksilö, joka pyrkii johtamaan elämäänsä parhaiden saatavilla olevien tulosten saavuttamiseksi (Foucault 2008, 226–231; Miller & Rose 1990). Uusliberaalin hallinnan keskiössä on sosiaalisten riskien siirtäminen yksilön itsehoivaksi, eli sen rationaliteetti perustuu itsevastuullisen subjektin rakentumiselle (Lemke 2001, 201–202). Uusliberaalin subjektin muovaaminen toteutuukin erityisen intensiivisesti juuri terveyden ja hyvinvoinnin alueilla, joilla onnistuminen määrittelee subjektin moraalista arvoa (Crawford 2006; Foucault 2008, 230; Harjunen 2017). Talouskriisin jälkeisen talouskurin olosuhteissa uusliberalismi subjektiviteetteja tuottava paradigmana on vaikuttanut lähinnä kiristyvän, kun itsevastuullisuuden ja yrittäjämäisyyden ideaaleihin on integroitunut kriiseihin sopeutuvan resilienssin yksilön ominaisuuksia (Gill & Orgad 2018) ja yksilöiden minuuksien muovaaminen uusliberaaliin kilpailuun soveltuviksi on tullut keskeiseksi osaksi politiikkaa (Gane 2021).

Taloushistorioitsija Philip Mirowskia (2013, 109) seuraten hahmotan poliittisesti ohjatun uusliberaalin talouden ja uusliberaalin minuuden suhteen vas-

tavuoroiseksi sovitteluksi, joka ei niinkään noudata mitään ylhäältä asetettua suunnitelmaa, vaan tapahtuu yrityksen ja erehdyksen kautta. Jäsenän uusliberaalia hallintaa näin ollen monenlaisissa suhteissa ja verkostoissa tapahtuvaksi neuvotteluksi, jossa rationaliteetteja, perusteluita ja merkityksiä rakentavalla kielenkäytöllä on tärkeä rooli (Miller & Rose 1990). Uusliberaalin hallinnan sääröillä uudenlaiset arjen rationaliteetit (ks. Davies & Gane 2021) ja subjektiviteetin muodot eivät siis suoraan seuraa poliittisen tason muutoksista, mutta ilmenevät kuitenkin suhteessa niihin. Itsenmittaamisen teknologioiden käytön analysointi sopiikin hyvin uusliberaalin minuuden murtumien hahmotamiseen, sillä rationalistinen minuuden optimointi ja kontrolli sovittaa siinä itseään zombi uusliberalismille tyyppilliseen kriisien arkipäiväistymiseen ja sen mukanaan tuomaan arjen kaotisuusuteen, jossa itsehallinta on monin tavoin tuomittu epäonnistumaan. Uusliberalismin kriisissä uusliberaali subjekti voi rakentua totutusta poikkeavilla tavoilla. Tarkastelen ensin, miten itsenmittaamisen ja uusliberalismin suhdetta on hahmotettu, ja kuvaan sitten tutkimuksen aineiston sekä menetelmän. Analyysiluvussa esittelen kolme aineistossa hahmottuvaa murtumaa ja kolme tapaa neuvotella valmennuksen lähtö-

kohdista. Lopuksi pohdin, millaisena zombi uusliberalismin jännitteisyys ja uusliberalismin kriisi näyttäytyvät subjektin rakentumisen tasolla.

Itsenmittaaminen työelämässä

Päästäkseni murtumien jäljille lähdän liikkeelle valmennuksellisessa suhteessa tapahtuvan itsenmittaamisen hahmotamisesta ilmiönä ja sen asettamisesta osaksi uusliberaalin hallinnan jatkumoa. Keskittymistä yksilöiden elämäntapa- valintoihin voidaan pitää osana 1990-luvulta alkanutta kehitystä, jossa hyvinvointivaltion säästötoimenpiteet ovat kulkeneet käsi kädessä kansalaisia aktivoivan ja omasta terveydestään vastuuttavan terveystalouden kanssa (Jauho & Helén 2022). Yksityisten palveluntarjoajien tuottamat hyvinvointipalvelut ovatkin yleistyneet viime vuosina tapana kehittää työntekijöiden hyvinvointia tarjoamalla heille keinoja huolehtia omasta hyvinvoinnistaan esimerkiksi paikatamalla hyvinvoinnin ongelmakohtia ja pohtimalla tapoja puuttua niihin omassa toiminnassa (Meershoek & Horstman 2016). Oman kehon mittaamista tällaisessa kontekstissa voidaan jäsentää mittaamisen sosiologiaa kehittäneen Deborah Luptonin (2014) termiä seuraten *puskettuna* itsenmittaamisena, jossa aloite tulee valmennuksesta ja tulkinnat

työntekijän hyvinvoinnista muodostetaan teknologian, valmentajan ja työntekijän vuorovaikutuksessa. Mittaavat teknologiat näyttävät, mitä kehossa tapahtuu ilman tiedon selittämistä tai asettamista laajempiin yhteyksiin (Moore 2017, 210). Asiantuntija-asemassa olevalla valmentajalla voikin olla erityistä auktoriteettia opastaa työntekijää tulkitsemaan mittaamisen tuloksia ja kehystää teknologian antamaa informaatiota tavalla, joka tukee hyvinvointipalveluiden päämääriä (ks. Miller & Rose 1990). Toisaalta valmentaja voi aktiivisesti neuvotella suhteestaan teknologian tarjoamiin viesteihin ja myös purkaa mittaamisohjelmien uusliberaaliin ideologiaan kytkeytyviä oletuksia, kuten Kaisa-Riitta Aho (2020) on havainnut tutkimuksessaan itsenmittaamisesta osana ryhmäliikuntatuntien ohjaamista.

Itsenmittaamista Suomessa tutkinutta Harley Bergrothia (2017, 28) seuraten en liitä itsenmittaamista mihinkään tiettyyn teknologiaan, vaan pidän sitä ”laajemmin kehon mittauksiin ja itsen monitorointiin perustuvi[na] tapoi[na] tuottaa ja kokea minuutta”, joka tässä yhteydessä tulee osaksi valmennuksellista suhdetta ja työn rakenteita. Hyvinvointia ja terveyttä mittaavia laitteita, kuten rannekeita ja vaatteisiin kiinnitettäviä sensoreita on markkinoilla lukuisia, ja ne voivat mitata esimerkiksi sykkeen vaih-

telua, fyysistä aktiivisuutta, kulutettua energiamäärää, mielialaa tai hengitysnopeutta (Lupton 2018). Suomessa lainsäädäntö sekä EU:n tietosuojasetus rajoittavat mittaustietojen jakamista työntekijälle (Alén-Savikko 2017, vrt. esim. Cederström & Spicer 2015, 106–107). Mittareiden tarjoamaa tietoa käsitelläänkin haastatteluiden perusteella erityisesti valmentajan ja työntekijän välisissä tapaamisissa, jolloin mittaamisen logiikka asettuu pikemminkin itsevalvontaan houkuttelun kuin ulkoisen valvonnan alueelle.

Työhyvinvointivalmennuksessa¹ tehtävän itsenmittaamisen voi nähdä tuottavan uusliberaalia minuutta häivyttämällä eroa työn ja vapaa-ajan sekä tehokkuuden ja hyvinvoinnin välillä (Cederström & Spicer 2015; Till 2019). Mittaamista hyödyntävien valmennusten tavoitteena voi olla tuottavuuden parantaminen vaikuttamalla työntekijän elintapoihin myös vapaa-ajalla (Cederström & Spicer 2015) ja houkuttelemalla työntekijöitä tarkkailemaan itseään ja ohjaamaan omaa toimintaansa valmennusten tavoitteiden suuntaiseksi (Elmholdt, Elmholdt & Haahr 2021). Itsenmittaamista työssä on jäsennetty tekniikkana, jossa yksilöiden terveyteen ja onnellisuuteen liittyviä toiveita kannetaan tuottavuuden tarpeisiin (Till 2019). Mittaamisen mielekkyys työntekijälle voikin kummuta siitä, että se antaa välineitä pärjätä uusliberaalin kapitalismin kilpailussa ja tulla toimeen prekaarin työelämän aiheuttaman turvatomuuden kanssa (Moore & Robinson 2016). Oman kehon valvominen laskevan katseen avulla näyttättyy siis houkuttelevana sen lupaileman hallinnan ja autonomian kokemuksen vuoksi (mt.). Samalla mittaaminen kannustaa uusliberaalin minuuden keskeisenä piirteenä olevaan laskemiseen ja vertailuun perustuvaan rationaaliseen itsekontrolliin (Elmholdt, Elmholdt & Haahr 2021). Mittaaminen voi toteuttaa uusliberaalia minuutta myös tuottamalla yrittäjämäistä etäännytettyä suhtautumista omaan kehoon (Cederström & Spicer 2015) ja määrittämällä liikunnallisia terveitä kehoja muita arvokkaammiksi (Esmonde 2021). Digitaalisten mittalaitteiden käytön yleistymisen on liitetty ylipäättään kehitykseen, jossa hyvinvointi on alettu hahmottaa mitattavana sekä tiiviisti yhteydessä tuottavuuteen olevana (Hull & Pasquale 2017; Ruckenstein & Schüll, 2017). Tieteellinen näyttö mittalaitteiden sekä niitä hyödyntävien hyvinvointivalmennusten hyödyistä on kuitenkin vielä puutteellista (Hull & Pasquale 2017; Rauttolta ym. 2019).

Itsenmittaamiselle ominaisen, rationaaliseen kontrolliin ja laskelmointiin perustuvan itseymmärryksen voi yhtääl-

tä nähdä ilmentymänä uusliberalismin perustana olevan uusklassisen talousteorian psykologisesta subjektista, *homo economicuksesta* (Foucault 2008, 268–269). Uusliberalistinen subjekti on kontekstistaan irrotettu ja omaa etuaan ajava taloudellisesti-rationaalinen yksilötoimija (Adams ym. 2019; Lemke 2001). Toisaalta mittaamisteknologioiden logiikan voi ymmärtää poikkeavan tästä rationaalisuuden logiikasta, sillä teknologiat perustuvat käyttäjien tiedostamattomien tapojen ja neurologisen toiminnan muovaamiseen ja olettavat siten kohteekseen rationaalisen sijaan tunteellisen toimijan (Till 2019, ks. myös Foucault 2008, 269). Teknologiat hyödyntävät yksilön tunteita ohjatessaan käyttäjiään hienovaraisesti tuuppimalla (*nudging*) tekemään terveytensä kannalta järkeviä valintoja (Schüll 2016; Till 2019). Tuuppimiseen perustuvaa hyvinvointiteknologiaa käyttäessään yksilö voikin itsevas-tuullisuuteen sitoutumisen sijaan delegoida osan hallinnointivastuusta teknologian algoritmille (Schüll 2016).

Sekä kansalaisiin vaikuttamaan pyrkivissä poliittisissa toimenpiteissä että hyvinvointiteknologioiden pohjalla olevissa algoritmeissa käytettävää tuuppimista on tutkimuksessa jäsennetty uusliberalismin teoriaa haastavana neuroliberalismina, jossa uusklassisen taloustieteen psykologisiin oletuksiin liittyviä

virheitä on pyritty korjaamaan käyttäytymistieteelliseen tietoon perustuen (Whitehead ym. 2018). Tuuppimista hallinnan tekniikkana hyödyntävässä neuroliberalismissa yksilön käyttäytymisen ohjaaminen oikeutetaan siis sillä, että yksilön aivojen oletetaan ohjaavan toimintaa tunneperustaisesti ja ajatusvi-noumille altistaen, joten vinoumien korjaaminen käyttäytymisinterventioilla on lopulta yksilön etujen mukaista (mt.). Yksilön vapautteen kajoaminen ei kuitenkaan hajota uusliberaalin hallinnan ydintä, vaan tuottaa siihen mutaation: tuuppimallakin ongelmia pyritään ratkaisemaan neutraalina näyttävästä asiiantuntijatiedon avulla vaikuttamalla yksilöiden käyttäytymiseen, jonka virheitä pidetään ongelmien pääsyyinä rakenteellisten tekijöiden sijaan (Gane 2021). Lisäksi tuuppimista voidaan pitää haluja tiedostamattomalla tasolla muovaavana *psykoteknologiana*, joka ohjaa työntekijöitä toteuttamaan terveyttä ja onnellisuutta tavalla, joka sopii yhteen tehokkuuden ideaalin kanssa (Till 2019). Tuuppimalla työtä tekevän yksilön haluja, tapoja ja neuraalista toimintaa teknologiat voivat siis itsessään tuottaa yrittäjämäistä uusliberaalia subjektiviteettia (ks. Till 2014; 2019). Vaikuttaakin siltä, että itsenmittaaminen voi osallistua uusliberaalin subjektiviteetin tuottamiseen useammalla kuin yhdellä tavalla.

Valmentajien haastattelut analyysin kohteena

Tutkimuksen aineisto koostuu vuosina 2021 ja 2022 tekemistäni työhyvinvoinnin edistämisen parissa työskentelevien asiantuntijoiden teemahaastatteluista. Haastatteluita on 19, joista analyysin kohteeksi on valittu yhdeksän, itsenmittaamista työssään käyttävän henkilön haastattelut. Nimitän tässä haastateltavia tunnustettavuussyistä yhteisesti valmentajiksi, vaikka kaikki haastateltavat eivät käytäkään itsestään tätä nimitystä. Haastatteluissa kysyin, mitä valmentajat työssään tekevät ja millaisia kokemuksia heillä mittaamisesta on. Haastattelut rakentuivat joustavina vuorovaikutuksellisinä tilanteina, ja kunkin haastattelun kesto on noin 1,5–2 tuntia. Haastateltavat työskentelevät Suomessa ja tarjoavat laajan kirjon palveluita, kuten työhyvinvointikoulutuksia, yksilö- ja ryhmävalmennuksia, luentoja sekä työhyvinvoinnin kehittämishankkeita. He tarjoavat palveluitaan tyypillisesti organisaatioille, jotka hankkivat niitä henkilöstölleen, sekä toisinaan myös yksilöille, joista osa toimii yrittäjinä. Vaikka artikkelissa näkökulma on työpaikoilla toteutettavissa hyvinvointipalveluissa, valmentajien toimenkuvien moninaisuudesta johtuen työntekijäyys ymmärretään tässä laajasti kattamaan myös tilanteet, joissa valmen-

taja työskentelee johdon tai yksilöiden hyvinvoinnin parissa niin, että valmenuksen fokus on työhyvinvoinnissa. Haastateltavien nimet on korvattu pseudonyymeillä ja haastatteluista on poistettu kohtia, joista henkilöt voitaisiin tunnistaa. Tutkimukselle on tehty yliopiston tutkimuseettisen toimikunnan ennakoarvio.

Aineiston analyysissa kiinnitän huomion *uusliberaaliin rationaliteettiin* eli hallinnalle ominaisten menetelmien ja tavoitteiden kokonaisuuteen, jossa hallinnan kohteina olevat subjektit, toimenpiteet, tavoitteet ja legitimizeetti rakentuvat suhteellisen systemaattisina diskursiivisina kokonaisuuksina (Miller & Rose 1990). Mittaamista jäsenän diskursiivisena tekniikkana, jossa tilastoinnin ja käsitteiden muodostuksen kaltaiset toimenpiteet muovaavat subjekteista tiedon ja toiminnan kohteita (mt.) ja legitimoivat tietynlaisia toimintatapoja, ongelmanasetteluita ja tiedon muotoja (Ajana 2018, 3). Täydennän analyysia Margaret Wetherellin ja Jonathan Potterin (1989) muotoilemalla diskursiivisen psykologian näkökulmalla, joka soveltuu diskursiivisen variaation erittelyyn. Diskursiivisen psykologian näkökulmasta haastattelupuhe ei ole vain asioiden kuvaamista, vaan sillä on vuorovaikutustilanteeseen liittyviä vaihtelevia funktioita, kuten ongelmallisena näyttäyty-

vän tilanteen oikeuttaminen tai selittäminen, jotka tuottavat vaihtelua puheessa ilmeneviin diskursseihin (mt.). Nämä paikalliset funktiot kietoutuvat puheessa diskurssien laajempiin ulottuvuuksiin, kuten valtasuhteiden legitimointiin ja niiden haastamiseen (Bacchi 2005; Wetherell & Potter 1989; Willig 2015).

Toisiaan täydentävien analyttisten näkökulmien avulla tarkastelen haastattelupuhetta teoriasidonnaisesti suhteessa puheessa rakentuviin uusliberaalin subjektiviteetin ulottuvuuksiin. Uusliberaali järjestys rakentuu tilanteisesti sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, ja siihen syntyvien poikkeamien voi odottaa virittävän diskursiivista neuvottelua, joka pyrkii palauttamaan järjestyksen sekä valmennustoiminnan moraalisen mielekkyyden (ks. Juhila 2012). Toisaalta murtumat voivat ilmentää vaihtoehtoisia diskursseja, jotka haastavat olemassa olevaa järjestystä (Willig 2015). Lopulta kiinnitän huomiota myös siihen arjen käytäntöjen tasoon, josta haastateltavat kertovat. Vaikka haastatteluissa on kyse valmentajien tulkinnoista, mittaamisen merkitykset kietoutuvat siinä määrin hyvinvoinnin edistämisen käytännön toimintaan, työelämän rakenteisiin ja mittaamisen ruumiillisuuteen, että haastatteluiden diskursiivisia ulottuvuuksia on mielekästä tarkastella rinnakkain niiden sisältöjen kanssa (ks. myös Berg-

roth 2020, 59–60; Väänänen & Turttainen 2014, 281, 288).

Aloitin aineiston tarkastelun tematisella analyysillä, jossa erittelin haastatteluista kohdat, joissa valmentajat kertovat työntekijöiden hyvinvoinnin mittaamisesta. Lisäksi poimin haastatteluista itsenmittaamista kontekstualisoivia ja täydentäviä kohtia, joissa valmentajat kertovat omasta työskentelystä, sen lähtökohdista ja työelämästä, jossa mittaaminen tapahtuu. Otin tämän osa-aineiston tarkemman analyysin kohteeksi ja identifioin siitä uusliberaalin järjestyksen murtumia kiinnittämällä huomiota kohtiin, joissa itsenmittaamisesta tai valmennuksesta puhuttiin jollain tavalla ongelmallisena tai selitystä vaativana. Tarkastelin kohtia suhteessa uusliberaalin järjestyksen ulottuvuuksiin ja luokittelin ne teoriasidonnaisen tarkastelun avulla teemoihin, joissa kussakin hahmottuu omanlaisensa murtuma uusliberaaliin järjestykseen. Kiinnitin lopulta diskursiivisen psykologian näkökulman avulla huomiota siihen, millä tavalla murtumista neuvotellaan valmennuksen kontekstissa.

Uusliberalismin murtumat ja niiden hallinta

Itsenmittaamisen kohteista haastatteluissa korostuvat stressi, kuormittumi-

nen ja palautuminen. Valmennuksien keskeiseksi tavoitteeksi piiryy näin väsymyksen ja stressin hallinta. Sitä koskevassa kerronnassa uusliberaalin yksilön ihanne näyttäytyy hauraana ja ristiriitaisena, mutta sitkeänä kulttuurisena ideaalina. Uusliberalistinen itsehallinnan rationaliteetti säröilee jollain tavalla kaikissa haastatteluissa, ja sen puolustaminen edellyttää valmentajilta retorista taituruutta.

”Työelämä on rikki” – murtuma itsevastuullisuudessa

Voisin just kiteyttää sitä mun ajatusta siitä, että mikä tää työelämän tilanne on ja tää hyvinvoinnin tilanne. Niin mä koen jotenkin sen vahvasti niin, että no, joku sanokin et työelämä on rikki, niin mun mielestä se on rikki. Ja ongelma on siinä, että se työnteon kulttuuri on – se, minkä täytyy muuttua. Et me ei voida vaan aina tiukentaa ja tiukentaa ja vaatii enempää ja taas lisää, ja vähän kun pörssikurssit, et vaiksä teet kuinka hyvän tuloksen, niin sun pitää seuraavana vuonna tehdä irtisanomisia ja vaikka ja mitä ja parantaa vielä sitä tulosta, niin sama on vähän niinku työelämässä työntekijöitten hyvinvoinnin kannalla, että sust koko ajan puristetaan vaan enemmän ulos. Niin työnteon kulttuurin täytyy muuttua, ja nimenomaan kulttuurin, et siinä on kaikki mukana. Et se on se yleinen toimintatapa, mikä vaatii sen muutoksen,

– yksittäiset asiat ei tuu muuttumaan, et annetaan kaikille nyt vaikka tää – [mittaamisteknologia] käyttöön, niin se ei viel pelasta tätä tilannetta, vaan se täytyy olla ajatusmaailma ja ne odotukset ja koko tekemisen kulttuuri, – minkä täytyy muuttua niinku yksilön hyvinvointia tukevaksi. (Titta)

Tähän on ihan sairas tää maailma ja tää kulttuuri, varsinki yrittäjien keskuudessa. (Noora)

Jos polkupyörästä irtois pyörä ja sä oot mäen päällä, – niin sehän lähtis pyörimään sitä rinnettä alas ja kiihtyy kiihtyy kiihtyy sitten plops, kaatuu jossain vaiheessa, niin tää elämänmeno on nykyään semmonen niinkun kiihtyvä pyörä, että ei se voi kiihtyä koko ajan, jossain vaiheessa se lasahtaa, ja sitten vuos sitten maaliskuussa, no nyt oli se lasahdus. Korona sulki maailman, että jossain kohti on pysähdyttävä, ei tää muuten oo kestävällä tasolla, just näin kuka tahansa melkein on normi että työuuvutaan, eihän se saa olla normi. (Emma)

Hyvinvoinnin edistämisen uusliberaalin hallinnan ulottuvuuksia on kritisoitu siitä, että ne siirtävät vastuun rakenteellisesti tuotetuista ongelmista yksilöille ja peittävät alleen hyvinvoinnin poliittisuuden (esim. Gill & Orgad 2018). Haastatteluissa lähes kaikki valmentajat kuitenkin esittävät työelämän nykytilan kriittikiä, ja useat korostavat tarvetta työ-kulttuurin kokonaisvaltaiselle muutok-

selle. Ensimmäisessä katkelmassa Titta haastaa hyvinvoinnin taloudelliseen laskelmointiin perustuvan uusliberaalin rationaliteetin rinnastamalla työntekijöiden tehokkuusvaatimukset finanssikapitalismin logiikkaan, jossa pörssikurssit muodostavat viimekätisen imperatiivin tehostamiselle. Itsenmittaus esitetään katkelmassa laastarina, johon jotkut muut voivat liittää epärealistisia toiveita rakenteellisesti kestävämmän tilanteen pelastamisesta. Katkelmassa valmentaja vaikuttaakin puhuvan omaa elinkeinoaan – tai siihen kohdistuvia odotuksia – vastaan. Myös Eppu pohtii taloudellisen ajattelun kritiikin ja oman elinkeinonsa ristiriitoja: ”Taloudellinen ajattelu se on niinku niin läpituokeaa ja hallitseeva että kaikki puetaan euroiksi – tuntuu ehkä ristiriitaiselta kun oon yrittäjä ja toimin liike-elämässä mutta – se on aivan mielipuolista kuinka suuren yliotteen se on meistä saanut.”

Nooran sekä Emman haastattelukatkelmissa kuvaillaan niitä työelämän kuormittavia olosuhteita, joissa mittamiseen perustuvan hyvinvoinnin edistämisen on määrä tapahtua. Sairaus paikannetaan niissä yksilön sijaan työelämään, mikä kertoo terveyteen liittyvien merkitysten joustavuudesta. Yleistäsoisen työelämäkritiikin lisäksi valmentajat reflektoivat haastatteluissa työelämän eri asemiin liittyviä hyvinvoinnin

reunaehdoja, kuten yrittäjyyteen liittyvää taloudellista epävarmuutta, jossa henkilön terveys ja taloudellinen pärjääminen kietoutuvat täysin toisiinsa, sekä alustatalouden nopeita työkeikkoja, joissa työnantajan vastuu työhyvinvoinnista ei toteudu lainkaan. Tutkimuksissa todennettu työelämän intensifioituminen ja kuormittavuus (Väänänen & Turtainen 2014) eivät siis näyttäydy haastatteluissa millään lailla kiistanalaisena kysymyksenä, vaan niihin liittyvästä tietoisuudesta näyttää tulleen osa valmennusten arkijärkeä. Jos uusliberaali hallinta tuottaa syllisyyttä selittämällä vaikeudet ensisijaisesti yksilön huonoilla valinnoilla (Kotsko 2020), voi sairauden liittäminen työelämään yksilön sijaan vapauttaa työntekijää tästä syllisyydestä.

”Hei tänään sä et pysty mihinkään” – murtuma halujen ohjaamisessa

Se on aika armoton, kun sä näät sen siitä, – – et siel ei oo yhtään hetkeä ollut et sun keho ois saanut oikeesti palautua. (Noora)

Mä kuulen paljon vaikkapa [mittaamisteknologiasta], että se on tosi stressaavaa, ihmiset haluaa heittää sen nurkkaan, koska se koko ajan antaa niinku semmosta syötettä sieltä, et hei tänään sä et pysty mihinkään, sä

nukuit niin huonosti. Ja apua, mulle on tulossa rankka päivä, miten mä pystyn kun toi [mittaamisteknologiakin] sanoi ettei musta oo mihinkään, ja niin. Että moni kokee sitten myös tavallaan stressiä niistä näitten mittalaitteitten antamasta datasta. (Linda)

Valmentajat käyvät haastatteluissa vuoropuhelua mittaamisteknologioiden sekä työntekijöiden äänten kanssa, mikä esittää itsenmittauksen moninaisen neuvottelun alueena. Data ei näyttäydy vuoropuhelussa neutraalina, vaan siihen liitetään erilaisia tunnesävyjä. Mittausteknologioiden tavoitteen onkin tulkittu olevan ihmisten haluihin ja tunteisiin vetoaminen ja sitä kautta niiden huomioon otettavuuden tarpeisiin (Till 2019). Tällainen teknologioiden suunnittelua ohjaava ideaali ei kuitenkaan näytä toteutuvan saumattomasti teknologian ja ihmisten aktuaalisen vuorovaikutuksen tasolla. Jos palautumisen mahdollisuuksia ei ole tarjolla, teknologian uupumuksen kokemusta toistava ääni voi olla houkuttelevan sijaan Nooran sanoin ”armoton”. Työelämän kuormittavuuden arkinen kokemuksen ja uusliberaalin hyvinvointiprojektin ideaalin välille aukeaa kuilu, joka luonnehtii työhyvinvoinnin historiaa tutkineiden Pekka Varjen ja Ari Väänänen (2016) mukaan suomalaista työelämää yleisemminkin.

Uusliberalismin oletama yksilösubjekti reagoi systemaattisesti ympäristön ärsykkeisiin ja on siten hallittavissa käyttäytymistä muovaavilla psykologisilla tekniikoilla (Foucault 2008, 270). Arjen kaoottisuuden olosuhteissa käyttäytymisen ohjailu on kuitenkin altis epäonnistumaan, sillä uupunut työntekijä ei reagoikaan ärsykkeisiin oletetuilla tavoilla. Toisessa katkelmassa Linda kuvaa mittauslaitteen ja työntekijän äänillä käytävää dialogia, jonka seurauksena työntekijä haluaa kieltäytyä vuorovaikutuksesta laitteen kanssa heittämällä sen nurkkaan. Murtuman seurauksena uusliberaalin hallinnan itsevastuullisuuteen houkuttelu (Moore & Robinson 2016) ja resilentiksi voimauttaminen (Gill & Orgad 2018) epäonnistuvat.

Katkelma tuo esille sen, etteivät uusliberaalin hallinnan toimijat passiivisesti omaksu heille tarjottuja ärsykeitä ja miinuden ymmärtämisen tapoja, vaan niihin voidaan suhtautua myös kriittisesti. Vaikka mittaamisesta kieltäytyminen on eleenä pieni verrattuna poliittisiin vastarinnan muotoihin, olemisen tapana se ilmentää säröä harmoniassa (ks. Varje & Väänänen 2016).

*”He ei oo ehtiny toteuttaa sitä” –
murtuma itsevastuullisuuden
asetumisessa työhön*

Ja nyt sitten nää yksilöt, kun ne on – – lähtenyt tähän niinkun hankkeeseen mukaan ja saanut sitten siellä – – tän oman yksilöllisen polun niinku [mittaamisteknologian] kautta, mikä alotettiin, niin saanu tukee siihen oman hyvinvoinnin vähän niinkun havainnointiin – – mutta nyt se, nyt se ei oo menossa tolla tavalla kyl niinku ihan maaliin, koska nyt [työntekijöillä] on ollut niin paljon siis töitä, et he ei oo ehtiny toteuttaa sitä [hyvinvointiohjelmaa], ja sitten työnantajaosapuoli niin ei oo resursoinut tähän tarpeeks sellasta aikaa, että [työntekijät] pystyisivät sitä työajan sisällä tekemään, niin nyt se tavallaan se viimeinen vaihe jää nyt tässä hankkeessa toteutumatta. (Kirsi)

Julkisen sektorin naisvaltaiset alat erottuvat haastatteluissa olosuhteina, joissa yrittäjämäisen itsen kehittämiseen ja hyvinvoinnin optimointiin perustuvan työtehon kehittämisen logiikka kohtaa työelämän niukkojen resurssien ja byrokraatian arjen. Edellä olevassa katkelmassa Kirsi kertoo, miten työhyvinvointi-interventio jouduttiin lopettamaan mitaamisjakson jälkeen, sillä työnantaja ei ollut varannut sen loppuun saattamiseksi työaika. Toisella julkisen sektorin

työpaikalla hyvinvointiteknologiaa hyödyntävän palvelun kokeilu keskeytettiin, sillä organisaation johdon mukaan ohjelman tarjoaminen vain osalle organisaation työntekijöistä on ongelma työntekijöiden yhdenvertaisuuden näkökulmasta, kun taas ohjelman laajentamiselle ei ollut resursseja.

Jos uusliberaalia minuutta luonnehtii yhtäaikainen olemassaolo itsensä yrittäjänä, työntekijänä ja resurssina sekä yritys hallita tätä hajanaisuutta (Mirowski 2013, 117), niukentuvien resurssien naisvaltaisilla aloilla tämä minuuden eri ulottuvuuksien yhteensovittaminen epäonnistuu eikä yrittäjämäiselle itsensä kehittämiseksi ole tilaa. Juuri keskiluokkaiset naiset esitetään uusliberaalissa hyvinvointipuheessa idealisoituina resilientteinä subjekteina, joiden psykologiset ja materiaaliset resurssit mahdollistavat ideaalin toteuttamisen (Gill & Orgad 2018). Tämä puolestaan sulkee ulkopuolelle haavoittuvammassa asemassa olevia ihmisryhmiä (mt.). Riitta kertookin niukasti resursoituilla julkisilla aloilla työskentelyn olevan työntekijöiden vähäisten vaikutusmahdollisuuksien takia sen verran turhauttavaa, että hän on päättänyt rajata niitä työskentelykenttäänsä ulkopuolelle. Vaikka yrittäjämäisen toimijuuden ihannetta on lanseerattu myös esimerkiksi hoivatyöhön (Olakivi 2017),

hyvinvointiaan optimoivan yrittäjämäisen subjektin ideaali näyttäytyy realistisena vain kapeaa ihmisryhmää koskevissa olosuhteissa.

*”Ei ne vaan marmata” – uupumuksen
rajaaminen tiedon piiriin*

Monet yritykset on just, tai monissa tapauksissa on tullut esiin just se, että kun kyllähän työntekijät saattaa ollaan silleen, että vitsi kun nyt on vähän paljon kaikkee ja kun ei millään kerkeis nyt ja tuntuu vähän että on vaikee keskittyä. Et tämmöstä palautetta siel arjessa tulee, mut yleensä se johdolt menee vähän niinku yli korvien, että totta, kaikillahan täs on nyt vähän vaikeeta ja tää nyt on vähän kuormittavaa, mut sit kun tehaan se mittaaminen niin se on niin paljon konkreettisempi, että se on oikeesti niinku fysiologista mitattu tulos, ja kun se kertoo että jos tää kyseisen henkilö tai nää kyseiset henkilöt jatkaa tätä ra- niinku samaa rataa, niin seurauksena tulee olemaan terveysongelmia ja tulee olemaan sairauslomia. Ja niitähän yrittäjät ja työnantajat ei halua, koska ne käy kalliiks. Niin sit voidaan sitä kautta ennaltaehkäistä näit poissaoloja ja ja muuta, et jos nähään et totta, että ei ne vaan marmata vaan kyllä ne niinku oikeesti on, on sit ihan haasteina siellä. Jos tälleen rumasti sanotaan. (Titta)

Itsenmittauksesta voidaan toisinaan tarjota ryhmätason raportteja työnantajille.

Katkelmassa Titta kertoo, että työnantaja saattaa havahtua työntekijöiden jaksamisongelmiin vasta, kun ne tuodaan esille mittalaitteiden tuottamana datana. Mittaamisen avulla työntekijöiden subjektiivinen kokemus, katkelmassa työnantajan äänellä nimetty ”marmattaminen”, muuttuu legitiimiksi tiedoksi. Laitteet konkretisoivat ja standardoivat tietoa väsymyksestä myös työntekijälle itselleen. Titta pohtiikin subjektiivisen kokemuksen epämääräisyyttä verrattuna mittausdataan: ”Mieli on niin abstrakti, niin vaikee tietää, – – että oonks mä nyt liikaa kuormittanut mieltä ja oonks mä nyt kuinka väsynyt suhteessa niinku mihin.” Linda kertoo mittauksen yleensä vahvistavan työntekijän kokemuksen väsymyksestä, mutta toteaa joskus työntekijän olevan niin ”sumussa”, että mittauksen tuottama tieto tulee yllätyksenä. Itsenmittaaminen vaikuttaa toimivan diskursiivisena tekniikkana, joka rajaa kokemuksellisesti epämääräisen uupumuksen tiedon piiriin ja tekee siitä toiminnan kohteen (ks. Miller & Rose 1990, 7–8). Mittausteknologia ikään kuin vahvistaa kehon väsymys-signaaleja, minkä voi nähdä erityyppisenä kontrolloida työelämän riskejä uusliberaalille hallinnalle ominaisesti työntekijän ruumiin tasolla (Ayo 2012). Kuitenkin jos minän rajanvedot tapahtuvat nykytyöelämässä erityisesti mielen ja

kehon uupumisen kautta (Väänänen & Turtiainen 2014, 292), mittausteknologiat tuovat nämä lähestyvät rajat näkyviin jo ennen totaalista romahdusta.

Jos valmentajien puheessa erottuva työelämäkritiikki ja mittausteknologian näkyväksi tekemä uupumus muodostavat särön uusliberaaliin tehokkuusajatteluun, tilanneanalyysistä seuraava toimintamahdollisuuksien valikoima näyttää korjaavan murtuman. Katkelma työnantajien suhtautumisesta dataan piirtääkin esille ne valtasuhteet, joiden puitteissa valmentajat ja itseään mittaavat työntekijät toimivat. Hyvinvointipalveluille tyypilliseen tapaan valmentaja asettaa jaksamisongelman taloudelliseen kehukseen, jossa työntekijöiden uupuminen tulee ongelmaksi taloudellisten menetysten kautta ja jossa siihen puuttuminen näyttäytyy työnantajan kannalta rationaalisena tekona. Oletuksena näyttää olevan, että työntekijöiden jaksamisen tukeminen on aina työnantajan intressien mukaista. Oletus työntekijöiden ja työnantajien etujen olemuksellisesta harmoniasta on Pekka Varjen ja Ari Väänänen (2016) mukaan tullut osaksi suomalaista työhyvinvointikeskustelua 1970-luvulta lähtien käsi kädessä työelämän uusliberalisoinnin kanssa. Vaikka työnantajan maksamassa hyvinvointivalmennuksessa voidaan päätyä jopa valmennetta-

van työntekijän irtisanoutumiseen, kuten Riitta kertoo tapahtuneen, on ongelmien tunnistamisen jälkeen saatavilla oleva toimintatapojen valikoima yleensä harmoniahakuinen.

”Herkkiä tilanteita” – neuvottelu itsevastuullisuudesta

Kyllähän monesti kun tekee noi – – mittaukset, niin tota se vaatii paljon semmosta niinku ammattitaitoo, et sä pystyt käymään – – sitä dataa läpi silleen siinä hengessä, että sieltä pystytään löytään kuitenkin asioita, jotka vahvistaa sen ihmisen sitä kokemusta siitä omasta, omasta hyvinvoinnista. Koska monestihan niinku työikäiset ihmisethän palautuu tosi heikosti työaikana, – – he tavallaan tietää sen, ja sitten kun sä, sä tunnet siitä jo, sä tiedät että vitsi, että mä oon tosi kuormittunut ja tää on tosi raskasta tää mun työ, niin sit sä teet sen mittauksen ja sit haluat sä kuulla, että se asian tuntija on vielä siinä sillain, että no kyl-läpäs surkeestii palaudut. Et jotenkin pitää niinku löytää niistä niinku tavallaan niitä asioita, et missä se ihminen niinku vaikka palautumisen suhteen onnistuu. Et sit kuitenkin yrittää niinkun tietkö tuoda niitä asioita, missä niinku vois olla mahdollisuus niinku tavallaan vähän muuttaa sitä omaa toimintaa. Et ne on semmosii herkkiä tilanteita, et vaatii semmosta tilannetaju ja ihmisten kohtaamisen taitoo kyllä. (Kirsi)

Itsenäisesti tehtävästä itsenmittaamisesta poiketen valmennuksellisessa suhteessa asiantuntijalla on tärkeä rooli mittauksen tulosten tulkitsemisessa. Valmennussuhteessa taitamaton valmentaja näyttää olevan vaarassa sortua samanlaiseen armottomuuteen kuin väsymykseen jo liiankin tietoisien työntekijän palautumisvajetta hälyttävä laite. Katkelmassa Kirsi kertoo, ettei hänen kannata tuoda esille palautumiseen liittyviä ongelmia, jotka työntekijä jo tuntee hyvin kehossaan. Sen sijaan valmentajan ammattitaito näkyy siinä, miten hän löytää mittausdatasta onnistumisia ja toiminnan mahdollisuuksia. Vuorovaikutustilanteen nimetty ”herkkyys” ja valmentajan kerronnassa erottuva poleeminen dialogi työntekijän kanssa tuovat esille itsevastuullisuuteen houkuttelun jännitteisyyttä ja haurautta. ”Tilannetaju” ja ”kohtaamisen taito” taas näyttävät katkelmassa valmentajan tekniikoina, jotka mahdollistavat itsevastuullisuuden suostuttelun tilanteessa, jossa oman elämän haltuun ottaminen ei näyttäyty itsestään selvänä vaihtoehtona. Mittaus ei siis noin vain käynnistä uusliberaalinäköprojektia, vaan se muodostuu sellaiseksi, jos muodostuu, työelämän rakenteissa toteutuvista toiminnan mahdollisuuksista neuvottelun myötä. Siinä missä edellä valmentaja houkutteli työntekijää tunnistamaan uupumisongelman

asettamalla sen taloudelliseen kehykseen, työntekijän puhuttelussa ongelma tulee toiminnan piiriin psykologisoituna. Kuten työuupumuskuntoutusta tutkineet Maija Korhonen ja Katri Komulainen (2021) esittävät, työelämän ongelmien psykologisointi voikin toimia mekanismina, jonka avulla ongelmiin on ylipäättään mahdollista puuttua silloin, kun resursseja tai institutionaalisia mahdollisuuksia varsinaisiin syihin vaikuttamiseen ei ole.

Itsevastuullisuudesta voidaan neuvotella myös työntekijän ja mitalaitteen välillä. Kuten kulttuuriantropologi Natasha Dow Schüll (2016) on esittänyt, mittaamisen edesauttama itsehallinta koostuu jännitteestä vastuun ja kurin sekä yritteliäisyyden ja alistumisen välillä. Mittauksen tuuppiva logiikka voiikin itsessään muodostua käytännöksi, joka liiallisesti haastaa itsevastuullisuuden ideaalia, kuten Elli tuo esille: ”Sä johdat omaa hyvinvointia, mut jos se mittari lähtee johtaa sitä omaa hyvinvointia, niin se voi kääntyä myös niinku päinvastoin vastaan.” Ellin mukaan ”mittarista voi tulla myös huono isäntä” sen sijaan, että mittauksen tuottama data tukisi vastuun ottamista itsestä. Vastaavasti Eppu kertoo, että mittaamalla voi päästä tilanteeseen, jossa ”oman elämän ohjat on omissa käsissä”, mutta tämä edellyttää mittaustulosten aktiivista reflektointia

ja keskustelua valmentajan kanssa. Itsevastuullisuus näyttääkin ideaalilta, joka toteutuu valmennuksessa monenlaisten neuvotteluiden ja reflektion tuloksena eikä suoraan seuraa hyvinvoinnin jäsentämisestä mittausdatan avulla.

”Ketunhäntä kainalossa” – uusliberalismin kriisien hallinta työntekijän ruumiin tasolla

Tää termi kaksineljäseitsemän, et jos vaikka kymmenen vuotta sitten selaa takas niin ei semmosta termii Suomessa vielä tunnettu se oli enemmänki Yhdysvalloissa mut nyt puhutaan ihan yleisesti kaksineljäseitsemän yhteiskunnasta ja se on kuluttajalle ehkä hyvä asia mut onko se sitten työntekijälle – – Et joo se stressi ja stressin mittaus, että sen mä näkisin et uni ja unen laadun mittaus niin ne on varmaan semmosia mitkä koko ajan kehittyä ja niille on eniten kysyntää. (Eppu)

Jos mä lähen kauppaan kahta [palvelua], toisessa on niinku lukee stressi ja toisessa niinku rentoudu, niin se rentoutuminen on aina niinku paljon silloin halutumpi. Et ihmiset jotenkin niinkun tiedostaa sen, että tää niinku, tää elämänot, arki, korona, sota, tämä teknologia- niinku ympäristö, missä niinku tavallaan koko ajan tätä, tätä teknologista kuormitusta meille kertyy, niin niin se niinku- et ihmiset on jo hirveen tietosia siitä, et meidän pitää palautua ja oppii rentoutumaan. (Kirsi)

Et kun meil on ollut paljon vielä tämmöstä vahvaa suorittamisen kulttuuria eli me ikään kuin mennään töihin selvitäkseen, ja silloin me ei välttämättä ylläpidetä sitä työkyvykkyyttä tai kuntoa. Elikkä se kulttuuri on vielä ehkä tämmöinen jääne siitä historiasta, ja kun maailma on muuttunu, me ollaan ihan uudenaikaisessa digiajassa tai käytetään tämmöstä termiä kun VUCA-aika, jolloin maailma ei oo enää lineaarista vaan se on ikään kuin kompleksista. Kaikki muuttuu niin nopeesti, et sä et oikeesti pysty hallitsemaan, ja silloin ois tosi arvokasta niinku löytää ne oman työkunnan johtamisen työkalut, koska se ei enää tuu ikään kuin ulkopuolelta. Ei esihenkilö tai työnantaja pysty, ne toki antaa sulle työterveyshuollon, mut jos et sä itse johda sitä työtä tietosemmin, niin se työkuntoisuus heikkenee koko ajan. Et kyllä sitä työtä on kuitenkin niin paljon liikaa varsinkin asiantuntijatyössä tällä hetkellä. (Elli)

Edellä olevissa haastattelukatkelmissa valmentajat kuvailevat työelämän kuormittavuutta tavalla, joka tuo yhteiskunnalliset muutokset ja kriisit osaksi työntekijöiden hyvinvointiprojekteja. Muutoksiksi nimetään 24/7-yhteiskunta, sota, pandemia, teknologia sekä siirtyminen VUCA-aikaan, joka akronyymina viittaa termeihin *volatility* (epävakaisuus), *uncertainty* (epävarmuus), *complexity* (monimutkaisuus) ja

ambiguity (monitulkintaisuus) (Baran & Woznyj 2021). Väsymyksen esittäminen normaalina reaktiona kriisien olosuhteissa tekee kenestä tahansa työntekijästä uupumisvaarassa olevan, valmennuksen potentiaalisen asiakkaan. Katkelmissa työelämän muutokset näyttäytyvätkin nimenomaan ilmiöinä, jotka lisäävät palveluiden kysyntää ja perustelevat valmennuksen moraalista arvoa yksilöiden tukemisessa. Oman hyvinvoinnin johtaminen ja stressin säätely näyttäytyvät tekniikoina, joilla kriisejä ja työelämän vaatimuksia voi hallita kehon ja yksilön toiminnan tasolla. Yksilöiden tukeminen voi kuitenkin muodostua mekanismiksi, jossa uusliberalismin kriisiin tarjotaan lisää uusliberalismia. Näin näyttää käyvän valmentajien kuvatessa yhteiskuntaa, jossa hallinnan ja autonomian kokemuksia on mahdollista saavuttaa vain oman hyvinvoinnin intensiivisellä huoltamisella, joka ei haasta työelämän valtasuhteita (ks. Gill & Donaghue 2016).

Kuvaukset työelämästä eivät valmentajien puheessa toimikaan vain todellisuuden kuvaajina, vaan ne ovat osa valmennustoimintaa. Myös yksilön vastuun korostaminen mainitaan eksplisiittisenä myyntivalttina, jonka työnantaja mielellään ostaa ja jota hyvinvointivalmentaja siten myy retorisenä tuotteena. Epun mukaan valmennuksen kon-

tekstissa ongelman havaitseminen johtaa kuitenkin tarkoituksellisesti aina samantapaisiin toimenpiteisiin: ”Siinä mielessä ketunhäntä kainalossa, – – riittävä liikunta, terveellinen ruokavalio, stressin välttäminen ja riittävä lepo, on ne lääkkeet on se [mittaustulos] mikä tahansa.” Tunnistetusta epävakaudesta ja epävarmuudesta huolimatta ideaali oman elämän hallitsemisesta itsetuntemuksen avulla ei raukea. Vaikka itsekontrollin saavuttaminen terveyteen keskittymällä osoittautuu projektina hauraaksi ja hahmottuu jonkinlaisena pakotettuna toimijuuden muotona (Olakivi 2017), valmentajat kannattelevat uskoa hankkeen mielekkyyteen.

Väsyneen työntekijän itsevastuullisuuden murtumat

Valmentajien haastatteluiden analyysin perusteella työhyvinvoinnin edistämiseksi tehtävä itsenmittaaminen voi muodostua väyläksi uusliberaalin minuuden kultivoimiselle. Projekti näyttää kuitenkin läpikotaisen jännitteiseltä. Valmentajien puheessa uusliberaalin hallinnan keskeiset ulottuvuudet – yksilöiden halujen kanavoiminen taloudellisiin päämääriin, ongelmien paikantaminen yksilöön ja niiden ratkominen yksilöitä muovamalla – toteutuvat vain osittain. Uusliberalille subjektiviteetille ominainen itse-

vastuullisuus näyttää olevan erityisen altis ristiriidoille. Työelämän kuormittavuuden edessä itseään optimoiva työntekijäsubjekti rakentuu sekä olosuhteiden uhrina että vastuullisena toimijana, ja itsen kehittäminen itsessään voi olla sekä osa ongelmaa että sen ratkaisu. Itsevastuullisuus hahmottuukin haastatteluissa elävänä kuolleen kategoriana, joka säätelee ihmisten toimintaa ja instituutioita siitä huolimatta, että sen merkitystä kannattelevat eronteot häilyvät (Beck 2002; Beck & Beck-Gernsheim 2002).

Ristiriitojen retorista hallintaa ja sitä, että uusliberalismin kriisiin tarjotaan lääkkeeksi lisää uusliberalismia, voidaan pitää zombivaiheen uusliberalismille tyyppillisenä ilmiönä. Juuri toiminnan mahdollisuuksien ja kuviteltujen tulevaisuuksien kapeus voi olla ilmentymä uusliberalismin tuottamasta kyynisyydestä ja voimattomuudesta, jossa ongelmien tunnistamisesta ei seuraa niiden aktiivista haastamista (Saukko & Weedon 2022; Wheeler-Bell 2020). Zombi uusliberalismissa edistysuskon korvannut kyyninen voimattomuus voi toisaalta palvella yksilön hyvinvointia tavoittamattomiin karkaavan uusliberaalin ihannesubjektiuden tavoittelua paremmin (ks. Korhonen & Komulainen 2019; Olakivi 2017). On kuitenkin huomattava, että analyysin tulokset koh-

distuvat yksittäisten henkilöiden ajattelun ja toiminnan sijaan itsenmittaamiseen ja hyvinvointivalmennukseen yksilöt ylittävänä kulttuurisena käytäntönä. Valmennustoimintaan keskittyvien haastatteluiden perusteella ei voida päätellä, että valmentajat henkilöinä jättäisivät työelämäkriitikin vain ongelmien tunnistamisen tasolle.

Uusliberalismin sitkeydestä huolimatta näyttää selvältä, että valmentajat myös haastavat sen logiikkaa. He soveltavat työssään hyvinvoinnin ideaalia työelämän taloudellisiin realiteetteihin ja valtasuhteisiin, eikä hyvinvointi näytty tässä yksioikoisesti tehostamisen välineenä, vaikka sellaisena se työnantajille voidaan myydäkin. Sen sijaan se asettuu erilaisiin asetelmiin – toisinaan myös tehokkuuden vastakohtaksi ja välineeksi työelämän kriitikille (ks. myös Salmenniemi 2021). Kuormittumisen mittaaminen ja siitä kertominen ei automaattisesti yksilöllistä työelämän ongelmia. Mittaamisen avulla on myös mahdollista näyttää ja nimetä rakenteellisia kehityskulkuja, kuten uusliberaalin politiikan seurauksia, työn arjen tasolla, kuten myös Paula Saukko ja Amie Weedon (2022) ovat omassa tutkimuksessaan havainneet.

Hyvinvoinnin uusliberalisoitumista koskevat tutkimukset herättelevät suhtautumaan kriittisesti siihen, että kuor-

mittavassa työelämässä itsen optimoinnin vaatimuksesta on tullut normi (Cedeström & Spicer 2015) ja työntekijöiden hyvinvoinnista huolehtiminen tarkoittaa usein interventioita, jotka ottavat kohteekseen työolojen sijaan työntekijöiden mielen ja kehon (Hull & Pasquale 2017). Uusliberalismin käsitteellistä kehystä on kuitenkin myös kritisoitu siitä, että käsitteen epämääräisyyden takia se johtaa helposti todellisuuden monisävyisyyden latistamiseen yhden käsitteen alle (Bell & Green 2016). Itsenmittaamisen tarkastelu uusliberalismin näkökulmasta voikin kääntyä yrittäjäksi tunnistaa jokin yhtenäinen tiedostamaton logiikka valmentajien kertoman takana. Tässä tutkimuksessa pyrkimykseni ei ole ollut kuitenkaan asettua tutkijana valmentajien yläpuolelle paremmin tietäväksi kriitikoksi. Sen sijaan olen yrittänyt uusliberalismin käsitteiden avulla ajatella haastatteliemiä valmentajien kanssa – saada otetta toisinaan rivien välissä hahmottuvista, toisinaan haastateltavien itse vahvasti artikuloimista jännitteistä. Samalla olen tasapainoillut tutkijana kriittisen ja ymmärtävän position välimaastossa.

Myös valmentajat asemoituivat haastatteluissa suhteessa minuun haastattelijana eri tavoin: moni vaikutti haluavansa esittää toimintansa ymmärrettävästi mahdollisimman suotuisassa valossa

ikään kuin markkinoiden omaa osaa-
mistaan, mutta keskusteluissa tuntui ole-
van myös kriittisen itsereflektion ja us-
koutumisen elementtejä. Diskursiivisen
psykologian näkökulmasta kerronnassa
vaihtelivat erilaiset funktiot (Wetherell
& Potter 1989; Willig 2015), joita tä-
män analyysin puitteissa ei kuitenkaan
ole ollut mahdollista tarkemmin eritel-
lä. Kokonaisen kuvan saaminen työnte-
kijöiden uupumisen hallinnan ja itsen
kehittämisen projekteista vaatisi lisäksi
työntekijöiden äänen kuulemista ja te-
kemisen seuraamista. Tutkimusta jatke-
taan analysoimalla hyvinvointivalmen-
nuksiin osallistuneiden työntekijöiden
haastatteluita, joissa hyvinvoinnin edis-
täminen voi asettua osaksi työntekijöi-
den elämäntapojen kokonaisuutta (ks.
Korhonen & Komulainen 2019; Saukko
& Weedon 2022) ja näyttää sitten toisen-
laiselta.

Säröilevä uusliberalismi

Murtumien tarkastelu herättää pohti-
maan, onko uusliberaalin subjektin ra-
kentumisen katkoksissa kyse historialli-
sista muutoksista vai siitä, että uuslibe-
raali hallinta on joka tapauksessa aina
osittaista ja ristiriitaisia elementtejä sisäl-
tävää. Kuten sosiologi Suvi Salmenniemi
(2022, 11–13) on argumentoinut etno-
grafiaan perustuvassa analyysissään tera-

peuttisesta kulttuurista, terapeuttisen
kulttuurin suhde uusliberalismiin on ol-
lut tapana esittää koherentimpana kuin
millaisena se elettyssä elämässä näyttäy-
tyy. Uusliberalismi ei ylipäätään ole jär-
jestelmänä yhtenäinen kokonaisuus, ku-
ten uusliberalismin tutkimus on tuonut
esille. Sen sijaan on esitetty, että uusli-
beralismin kehitys tapahtuu yritysten ja
erehdysten kautta prosessissa, jossa krii-
sistä toiseen vaeltava ja useaan kertaan
kuolleista herännyt järjestelmä pyrkii
tulemaan toimeen omien ristiriitojensa
kanssa (Peck 2010; Mirowski 2013).

Tutkimushaastattelut on tehty histo-
riallisessa tilanteessa, jossa koronavirus-
pandemia vaikutti monin tavoin työelä-
mään ja myös valmentajien omaan työ-
arkeen. Pandemian herättämä kollektiivinen vastuunkanto on voinut tuot-
taa ehkä pysyviäkin murtumia uuslibe-
raaliin itsevastuullisuuteen (ks. Davies
& Gane 2021, 18). Sen on myös esitetty
jäsentäneen uudestaan ihmisten suhtau-
tumista työhön, mitä ilmentää esimer-
kiksi pandemian jälkimainingeissa nous-
nut *quiet quitting* -ilmiö, jossa työntekijä
tekee työnsä sitoutumatta ylimääräisiin
tehtäviin tai henkilökohtaisiin panos-
tuksiin (Forrester 2023). Toisaalta uus-
liberalismin viimeisin mutatoituminen
kohti autoritaarisia muotoja on heijastu-
nut terveyden ja subjektiviteetin alueelle
pandemian ajan hyvinvointikulttuuria

leimanneissa salaliittoteorioissa
(Richards 2022). Kulttuurisen muutok-
sen merkeistä huolimatta on lopulta liian
aikaista sanoa, ovatko tässä analyysissa
tunnistetut murtumat uudenlaisten ra-
tionaliteettien (Davies & Gane 2021),
zombi uusliberalismille tyypillisen frag-
mentaarisuuden (Kotsko 2020; Peck
2010) vai molempien aineksia.

VIITTEET

1. Englanninkielisessä kirjallisuudessa käytetään esimerkiksi termejä *corporate wellness self-tracking* (CWST) (Till 2014) ja *workplace wearable devices and self-tracking technologies* (WSTT)-driven wellness programme (Moore & Piwek 2017).

TUTKIMUSAINEISTO

Vuosina 2021 ja 2022 kerätty haastatteluaineisto, joka koostuu 19 työhyvinvointiasiantuntijan haastattelusta.

LÄHTEET

- Adams, Glenn, Estrada-Villalta, Sara, Sullivan, Daniel, & Markus, Hazel Rose (2019) The psychology of neoliberalism and the neoliberalism of psychology. *Journal of Social Issues* 75(1), 189–216. <https://doi.org/10.1111/josi.12305>
- Aho, Kaisa-Riitta (2020) Itsensämittaamis-
teknologia osana ryhmäliikunnan ohjaamista
sisäpyöräilytunneilla. *Kulttuurintutkimus*
37(3–4), 3–17.
- Ajana, Btihaj (2018) Introduction: metric culture
and the over-examined life. Teoksessa Btihaj
Ajana (toim.) *Metric Culture: Ontologies of Self-
Tracking Practices*. Bingley: Emerald Publishing,
1–9.
- Alén-Savikko, Anette (2017) Ennaltaehkäisy,
hyvinvointipalvelut ja työntekijän tietojen
hyödyntäminen - katsaus tietosuojan työ-
terveydessä. Teoksessa Päivi Korpisaari (toim.)
Viestintäoikeuden vuosikirja 2016: Viestinnän

- muuttuva sääntely. Helsinki: Helsingin yliopisto, 94–111.
- Ayo, Nike (2012) Understanding health promotion in a neoliberal climate and the making of health conscious citizens. *Critical Public Health* 22(1), 99–105. <https://doi.org/10.1080/09581596.2010.520692>
- Bacchi, Carol (2005) Discourse, discourse everywhere: subject “agency” in feminist discourse methodology. *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research* 13(3), 198–209. <https://doi.org/10.1080/08038740600600407>
- Baran, Benjamin E. & Woznyj, Haley M. (2021) Managing VUCA: the human dynamics of agility. *Organizational Dynamics* 50(2). <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2020.100787>
- Beck, Ulrich (2002) The terrorist threat: world risk society revisited. *Theory, Culture & Society* 19(4), 39–55. <https://doi.org/10.1177/0263276402019004003>
- Beck, Ulrich & Beck-Gernsheim, Elisabeth (2002) Zombie categories: interview with Ulrich Beck. Teoksessa Ulrich Beck & Elisabeth Beck-Gernsheim (toim.) *Individualization. Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences*. London: Sage Publications, 202–213. <https://doi.org/10.4135/9781446218693>
- Bell, Kirsten & Green, Judith (2016) On the perils of invoking neoliberalism in public health critique. *Critical Public Health* 26(3), 239–243. <https://doi.org/10.1080/09581596.2016.1144872>
- Bergroth, Harley (2017) Terapeuttinen tiedontuotanto ja aktivoitumisen järjestelmät itsenmittaajien arjessa. *Kulttuurintutkimus* 34(1), 28–40.
- Bergroth, Harley (2020) *Paradoxes of Therapeutic Self-tracking Assemblages in Everyday Life*. Turku: Turun yliopiston julkaisuja.
- Callison, William & Manfredi, Zachary (2020) Introduction: theorizing mutant neoliberalism. Teoksessa William Callison & Zachary Manfredi (toim.) *Mutant Neoliberalism. Market Rule and Political Rupture*. New York: Fordham University Press, 1–38. <https://doi.org/10.2307/j.ctvq4bz15.3>
- Cederström, Carl & Spicer, André (2015) *The Wellness Syndrome*. Cambridge: Polity.
- Crawford, Robert (2006) Health as a meaningful social practice. *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine* 10(4), 401–420. <https://doi.org/10.1177/13634593060067310>
- Davies, William & Gane, Nicholas (2021) Post-neoliberalism? An introduction. *Theory, Culture & Society* 38(6), 3–28. <https://doi.org/10.1177/02632764211036722>
- Elmholdt, Kasper Trolle, Elmholdt, Claus & Haahr, Lars (2021) Counting sleep: ambiguity, aspirational control and the politics of digital self-tracking at work. *Organization* 28(1), 164–185. <https://doi.org/10.1177/1350508420970475>
- Esmonde, Katelyn (2021) ‘From fat and frazzled to fit and happy’: governing the unhealthy employee through quantification and wearable technologies. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health* 13(1), 113–127. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2020.1836510>
- Forrester, Nikki (2023) Fed up and burnt out: ‘quiet quitting’ hits academia. *Nature* 615, 751–753. <https://doi.org/10.1038/d41586-023-00633-w>
- Foucault, Michel (2008) *The Birth of Biopolitics. Lectures at the Collège de France, 1978–79*. Käänt. Graham Burchell. Toim. Michel Senellart. [Naissance de la Biopolitique: Cours au Collège de France, 1978–1979, 2004.] London: Palgrave Macmillan.
- Gane, Nicholas (2021) Nudge economics as libertarian paternalism. *Theory, Culture & Society* 38(6), 119–142. <https://doi.org/10.1177/0263276421999447>
- Gerstle, Gary (2018) The rise and fall(?) of America’s neoliberal order. *Transactions of the Royal Historical Society* 28, 241–264. <https://doi.org/10.1017/S0080440118000129>
- Gerstle, Gary (2021) The age of neoliberalism is ending in America. What will replace it? *The Guardian* 28.6.2021. <https://www.theguardian.com/commentisfree/2021/jun/28/age-of-neoliberalism-biden-trump> (Tarkistettu marraskuussa 2022.)
- Gill, Rosalind & Donaghue, Ngaire (2016) Resilience, apps and reluctant individualism: technologies of self in the neoliberal academy. *Women’s Studies International Forum* 54, 91–99. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2015.06.016>
- Gill, Rosalind & Orgad, Shani (2018) The amazing bounce-backable woman: resilience and the psychological turn in neoliberalism. *Sociological Research Online* 23(2), 477–495. <https://doi.org/10.1177/1360780418769673>
- Hall, Stuart (2005) New Labour’s double-shuffle. *The Review of Education, Pedagogy, and Cultural Studies* 27(4), 319–335. <https://doi.org/10.1080/10714410500338907>
- Harjunen, Hannele (2017) *Neoliberal Bodies and the Gendered Fat Body*. Abingdon: Routledge.
- Hull, Gordon & Pasquale, Frank (2017) Toward a critical theory of corporate wellness. *BioSocieties* 13, 190–212. <https://doi.org/10.1057/s41292-017-0064-1>
- Jauho, Mikko & Helén, Ilpo (2022) Citizenship by vitality: rethinking the concept of health citizenship. *Distinktion: Journal of Social Theory*. Ennakkojulkaisu verkossa. <https://doi.org/10.1080/1600910X.2022.2057561>
- Juhila, Kirsi (2012) Ongelmat, niiden selittäminen ja kategoriat. Teoksessa Arja Jokinen, Kirsi Juhila & Eero Suoninen (toim.) *Kategoriat, kulttuuri & moraalit. Johdatus kategoria-analysiin*. Tampere: Vastapaino, 131–173.
- Kennett, Patricia, & Dukelow, Fiona (2018) Introduction to themed section: neoliberalism’s afterlives: states of neoliberalism, power and resistance in post-crisis societies. *Critical Social Policy* 38(3), 453–460. <https://doi.org/10.1177/0261018318769389>
- Korhonen, Maija & Komulainen, Katri (2019) Kynnistyminen kehityksellisenä siirtymänä työuupumuksessa. Teoksessa Karin Filander, Maija Korhonen & Päivi Siivonen (toim.) *Huiputuksen moraalijärjestys. Osallisuuden ja sosiaalisen kivun kertomuksia*. Tampere: Vastapaino, 211–242.
- Korhonen, Maija & Komulainen, Katri (2021) Individualizing the burnout problem: health professionals’ discourses of burnout and recovery in the context of rehabilitation. *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine*. Ennakkojulkaisu verkossa. <https://doi.org/10.1177/13634593211063053>
- Koskiahon, Briitta (2021) Uusliberalismi kuin yhdeksänhenkinen kissa ja sosiaalisen kysymyksen ratkaiseminen. *Janus* 29(4), 386–397. <https://doi.org/10.30668/janus.102716>
- Kotsko, Adam (2020) American politics in the era of zombie neoliberalism. *Public Culture* 32(3), 453–463. <https://doi.org/10.1215/08992363-8358662>
- Lemke, Thomas (2001) ‘The birth of biopolitics’: Michel Foucault’s lecture at the Collège de France on neo-liberal governmentality. *Economy and Society* 30(2), 190–207. <https://doi.org/10.1080/03085140120042271>
- Lupton, Deborah (2014) Self-tracking modes: reflexive self-monitoring and data practices. *Social Science Research Network* 19.8.2014. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2483549>

- Lupton, Deborah (2018) *Digital Health: Critical and Cross-Disciplinary Perspectives*. London: Routledge.
- Meershoek, Agnes & Horstman, Klasien (2016) Creating a market in workplace health promotion: the performative role of public health sciences and technologies. *Critical Public Health* 26(3), 269–280. <https://doi.org/10.1080/09581596.2015.1015489>
- Miller, Peter & Rose, Nikolas (1990) Governing economic life. *Economy and Society* 19(1), 1–31. <https://doi.org/10.1080/03085149000000001>
- Mirowski, Philip (2013) *Never Let a Serious Crisis Go to Waste: How Neoliberalism Survived the Financial Meltdown*. London: Verso.
- Moore, Phoebe (2017) *The Quantified Self in Precarity. Work, Technology and What Counts*. New York: Routledge.
- Moore, Phoebe & Piwek, Lukasz (2017) Regulating wellbeing in the brave new quantified workplace. *Employee Relations* 39(3), 308–316. <https://doi.org/10.1108/ER-06-2016-0126>
- Moore, Phoebe & Robinson, Andrew (2016) The quantified self: what counts in the neoliberal workplace. *New Media & Society* 18(11), 2774–2792. <https://doi.org/10.1177/1461444815604328>
- Mykhnenko, Vlad & Birch, Kean (2010) The end of an economic order? Teoksessa Kean Birch & Vlad Mykhnenko (toim.) *The Rise and Fall of Neoliberalism. The Collapse of an Economic Order?* London: Zed Books, 255–268.
- Olakivi, Antero (2017) Unmasking the enterprising nurse: migrant care workers and the discursive mobilisation of productive professionals. *Sociology of Health & Illness* 39(3), 428–442. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12493>
- Oravec, Jo Ann (2020) Digital iatrogenesis and workplace marginalization: some ethical issues involving self-tracking medical technologies. *Information, Communication & Society* 23(14), 2030–2046. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2020.1718178>
- Peck, Jamie (2010) Zombie neoliberalism and the ambidextrous state. *Theoretical Criminology* 14(1), 104–110. <https://doi.org/10.1177/1362480609352784>
- Peck, Jamie & Theodore, Nik (2019) Still neoliberalism? *The South Atlantic Quarterly* 118(2), 245–265. <https://doi.org/10.1215/00382876-7381122>
- Rauttola, Ari-Pekka, Halonen, Janne, Lukander, Kristian, Passi, Tomi, Uusitalo, Arja, Rauhamaa, Saija & Virkkala, Jussi (2019) *Puettavan teknologian hyödyntäminen työterveyshuolloissa ja työpaikoilla*. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Richards, Imogen (2022) Neoliberalism, COVID-19 and conspiracy: pandemic management strategies and the far-right social turn. *Justice, Power and Resistance* 5(1–2), 109–126. <https://doi.org/10.1332/YBGU3291>
- Ruckenstein, Minna & Schüll, Natasha Dow (2017) The datafication of health. *Annual Review of Anthropology* 46, 261–278. <https://doi.org/10.1146/annurev-anthro-102116-041244>
- Salmenniemi, Suvi (2021) Terapeutista politiikkaa. Teoksessa Kristiina Brunila, Esko Harni, Antti Saari & Hanna Ylöstalo (toim.) *Terapeutin valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Tampere: Vastapaino, 33–54.
- Salmenniemi, Suvi (2022) *Affect, Alienation, and Politics in Therapeutic Culture: Capitalism on the Skin*. London: Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-10572-2>
- Saukko, Paula & Weedon, Amie (2022) Self-tracking of/and time: from technological to biographical and political temporalities of work and sitting. *New Media & Society* 24(8), 1813–1829. <https://doi.org/10.1177/1461444820983324>
- Schüll, Natasha Dow (2016) Data for life: wearable technology and the design of self-care. *BioSocieties* 11(3), 317–333. <https://doi.org/10.1057/biosoc.2015.47>
- Slobodian, Quinn (2022) The new paradigm: how fares post-neoliberalism? *Democracy* 64, <https://democracyjournal.org/magazine/64/the-new-paradigm-how-fares-post-neoliberalism/> (Tarkistettu marraskuussa 2022)
- Sointu, Eeva & Hill, David W. (2022) Trump therapy: personal identity, political trauma and the contradictions of therapeutic practice. *European Journal of Cultural Studies* 25(3), 880–896. <https://doi.org/10.1177/1367549420980007>
- Till, Christopher (2014) Exercise as labour: quantified self and the transformation of exercise into labour. *Societies* 4(3), 446–462. <https://doi.org/10.3390/soc4030446>
- Till, Christopher (2019) Creating 'automatic subjects': corporate wellness and self-tracking. *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine* 23(4), 418–435. <https://doi.org/10.1177/1363459319829957>
- Varje, Pekka & Väänänen, Ari (2016) Health risks, social relations and class: an analysis of occupational health discourse in Finnish newspaper and women's magazine articles 1961–2008. *Sociology of Health & Illness* 38(3), 493–510 <https://doi.org/10.1111/1467-9566.12376>
- Wetherell, Margaret & Potter, Jonathan (1989) Discourse analysis and the identification of interpretative repertoires. Teoksessa Charles Antaki (toim.) *Analysing Everyday Explanations. A Casebook of Methods*. London: Sage Publications, 168–183.
- Wheeler-Bell, Quentin (2020) The politics of opting out in the age of neoliberal cynicism. *Educational Theory* 70(3), 335–354. <https://doi.org/10.1111/edth.12428>
- Whitehead, Mark, Jones, Rhys, Lilley, Rachel, Howell, Rachel & Pykett, Jessica (2018) Neuroliberalism: cognition, context, and the geographical bounding of rationality. *Progress in Human Geography* 43(4), 632–649. <https://doi.org/10.1177/0309132518777624>
- Willig, Carla (2015) Discourse analysis. Teoksessa Jonathan A. Smith (toim.) *Qualitative Psychology. A Practical Guide to Research Methods*. Los Angeles: Sage, 143–167.
- Väänänen, Ari & Turtiainen, Jussi (2014) Suomalaisen työntekijöiden muutos 1945–2013. Teoksessa Ari Väänänen & Jussi Turtiainen (toim.) *Suomalainen työntekijä 1945–2013*. Tampere: Vastapaino, 261–302.

Psm Venla Okkonen työskentelee väitöskirjatutkijana Itä-Suomen yliopistossa. Hänen psykologian alan tutkimuksensa käsittelee työhyvinvoinnin edistämistä työelämän valtasuhteiden, hyvän työntekijyyden rakentumisen sekä yksilöiden minuuden muovaamisen projektien näkökulmista.