
Terapiakulttuurin muodot Norjassa

Ole Jacob Madsen: *The Psychologization of Society. On the Unfolding of the Therapeutic in Norway*. Lontoo: Routledge, 2018, 166 s.
ISBN 978-0815360421

Ole Jacob Madsen on kirjoittanut muutaman vuoden sisällä useamman kirjan psykologian ja sosiologian rajamaastoon sijoittuvasta tutkimusalueesta, jota kutsutaan vaihtelevasti terapeuttisen, terapeuttisen eetoksen tai terapiakulttuurin tutkimukseksi. Madsen itse määrittää terapeuttisen psykologiseksi tavaksi ajatella ja puhua itsestämme ja maailmasta. Terapeuttista tutkiva perinne on syntynyt Philip Rieffin, tunnetun amerikkalaisen kulttuurisosiologin, jo 1950-lopussa esittämistä näkemyksistä Freudin tuotannosta ja amerikkalaisen yhteiskunnan psykologisoitumisesta. Tutkimusalue on kehittynyt noin kuuden vuosikymmenen aikana omaksi kentäkseen, joka on rajoittunut lähinnä psykologisten käytäntöjen, yhteiskunnallisten

instituutioiden, populaarikulttuurin ja kulttuurituotteiden analyysiksi.

Kuten Madsen toteaa, on edelleen arvoitus, miksi psykologisen puheen voittokulku on ollut niin ilmeinen. Tätä ja monia muita terapiakulttuuriin liittyviä kysymyksiä keskittyy nyt tarkastelemaan myös Routledgen uusi julkaisusarja, jonka Madsenin tutkimus avaa. Sille on jo luvassa jatkoa: kirjasarjan toinen osa kartoittaa terapiakulttuurin kehitystä niinkin eksoottisessa ympäristössä kuin Karibianmeren Trinidadissa.

Sitä ennen Madsenin kirja on hyvä päivitys ja avaus laajempaan keskusteluun terapiakulttuurista. Se perustuu hänen väitöskirjansa teemoihin ja hänen yhdessä muiden kanssa tai yksin kirjoittamiinsa artikkeleihin. Keskiössä on, miten terapiakulttuuri on kehittynyt Norjassa. Painopisteessä ovat sellaiset alueet kuin media ja naistenlehdet, oikeusinstituutio, uskonto, elämäntaidon kirjallisuus (*self-help*) sekä psykologisen tarkastelun ja psykologisoinnin yleisempää merkitystä pohtivat kirjoitukset.

Kokonaisuutena näkökulma on uusi, sillä terapiakulttuurin kehityksen tarkastelu on rajattu kontekstuaalisesti tarkemmin nyt yhteen maahan. Samalla kuvassa on kuitenkin se, miten

globaalit maallikkopsykologiset mallit leviävät yhteiskuntaan ja millaisia muotoja ne saavat kulttuurisesti paikallisesti. Globalisaatiota koskevassa kulttuuritutkimuksessa tätä kutsuttiin aiemmin globalisaatioksi, jolla korostettiin kulttuuristen ilmiöiden paikallista muuntumista kontekstin mukaan. Esimerkiksi Rieff puhui omassa tuotannossaan psykologisen ihmisen synnystä viitaten lähinnä vain Yhdysvaltoihin. Uudemmassa terapiakulttuuria koskevassa tutkimuksessa ei sen sijaan ole rajattu ilmiötä yleensä vain yhteen maahan, vaikka esimerkiksi Katie Wrightin Australiaan sijoittuvat tutkimukset tarkastelevat Madsenin tavoin terapiakulttuurin kehitystä rajatummin.

Kirjan luvut on yhtä lukuun ottamatta julkaistu aiemmin osin toisessa muodossa artikkeleina. Tämä on kokonaisuuden kannalta hyvä ratkaisu. Aihepiirin käsittely on tiivistä ja avaa monipuolisen näkökulman terapeuttien kulttuurien kehitykseen. Madsenin johdatus esittelee monipuolisesti tutkimusperinteen rakentumista ja sen uudempia avauksia. Ensimmäiset kaksi lukua käsittelevät terapiakulttuurin näkymistä mediassa ja oikeudessa. Tarkemmin sanottuna median osalta aineistona ovat kahden naistenlehden artikkelit. Tavoitteena on vastata analyysin kautta siihen, missä määrin

terapeuttisesta eetoksesta on tullut Eva Illouzin esittämän ajatuksen mukaisesti globaali eetos. Johtopäätöksissään Madsen on varovaisempi kuin Illouz.

Mielenterveyteen, hyvinvointiin, itsetoteutukseen, psykologiaan ja psykoterapiaan liittyvät pohdinnat ovat myös naistenlehtien legitiimiä aluetta, josta kirjoitetaan Norjassa paljon. Oikeudellisten instituutioiden terapeuttisen eetoksen analyysi sen sijaan on huomattavasti suppeampi ja perustuu lähinnä James Nolanin tutkimuksesta alkaneeseen perinteeseen: esimerkkeinä käytetään vahinkolainsäädännön muutoksia, aborttia koskevaa poliittista debattia ja Breivikin oikeudenkäynnin yhteydessä esiin tulleita asioita. Median ja elämäntaitokirjallisuuden erittelyssä Madsen ottaa esille konkreettisempia muotoja arkielämän psykologisoitumisesta ja erilaisista psykologisista suuntauksista.

Terapeuttisella eetoksella on ollut Yhdysvalloissa läheinen sidos uskontoon. Se on edustanut kristillisyyden maallistunutta muotoa, jossa keskitytään onnellisuuden ja autenttisuuden tavoittamiseen maanpäällisessä elämässä. Rieff piti uskonnollisuuden katoamista alun perin yhteisöelämää uhkaavana tekijänä, kun ulkoinen auktoriteetti katoaa ja ihmiset

keskittyvät hedonistiseen onnentavoitteluun. Madsenin analyysiin ei liity tällaista puolta. Hän erittelee Norjassa käytyä keskustelua sunnuntaijumalanpalveluksen uudistamisesta, kirkon edustajien näkemyksiä kristillisyydestä ja pohdintaa siitä, miten kristillisyyden ratkoo maanpäällisen elämän ongelmia eli miten ihmisten tulisi toimia jumalan näkökulmasta arkielämässään. Kristityn ei toisin sanoen tule modernissa kristillisyydessä palvella jumalaa vaan pohtia sitä, mitä jumala minulta haluaa.

Luvussa kuvataan kiinnostavasti sekularisaation kehitystä keskeisissä uskonnollisissa käsityksissä. Muutos näyttäytyy Norjan kirkon tapauksessa kaksiteräisenä. Ankan ulkoinen auktoriteetti tai kohtalo kuolemanjälkeisessä elämässä ei enää kannattele ihmisten uskoa, vaan kirkoista on tullut yhtä enemmän viihteellisiä, laajalle yleisölle kulttuuritapahtumia tarjoavia organisaatioita. Kristillinen usko ja uskonnollisuus ovat siis muuttuneet olennaisesti muutaman vuosikymmenen aikana – samoin odotukset kirkon toiminnasta. Tämä muutos näkyy uskonnollisuuden kielen ja terapeuttisen eetoksen samankaltaistumisena, vaikka mistään dramaattisesta muutoksesta ei ole kyse.

Median ja elämäntaitokirjallisuuden analyysi kuvaavat tar-

kemmin sitä, miten alun perin tietyllä tavalla psykologiseen tutkimukseen ja perinteeseen liittyvät näkemykset ovat muuttuneet arkipsykologisiksi opeiksi. Suuri osa näistä liittyy itseluottamuksen (*self-esteem*) kehittämiseen, jonka nähdään ratkaisevan monia psykologisia ongelmia. Tässä yhteydessä on kuitenkin syytä huomata se, että monilla maallikkopsykologisilla näkemyksillä ei ole välttämättä minkäänlaista yhteyttä akateemiseen psykologiaan, tai yhteys on ainakin heikko. Madsenin erittely elämäntaitokirjallisuudesta ja sen kehityksestä tuo hyvin esille, miten tietyt alun perin psykologiset ideat, esimerkiksi itseluottamuksesta, itsekontrollista tai *mindfulness*-perinteestä, ovat yksinkertaistuneet huomattavasti ja saaneet Norjassa hieman uusia tulkintoja. Mediassa puolestaan näkyy se, miten yleismaailmallinen terapeuttinen eetos muuntuu populaarikulttuurissa, kuten naistenlehdissä, omiksi muodoikseen. Kummatkin analyysit paljastavat sen, miten mielen terveyden tai psyyken ongelmista puhuminen on julkisesti hyväksyttyä ja miten niihin haetaan lievimmissä tapauksissa apua erilaisista mielen kontrolloinnin tai harjoittamisen muodoista. Näitä edustavat NLP, kognitiivinen itseterapia, *mindfulness* ja itsejohtamisen mallit.

Kirjan loppuosan pohdinnat kääntyvät kohti psykologisoitumista ja psykologian yhteiskun-

nallista asemaa. Psykologisoitumisen Madsen määrittelee ilmiöiden määrittelyksi psykologisiksi. Yhteiskunnallisten ja sosiaalisten ongelmien psykologiselle käsittelylle löytyy Madsenin mukaan myös selitys: myöhäismodernissa yhteiskunnassa psykologisointi on osoittautunut poliittisesti ja yhteiskunnallisesti toimivaksi keinoksi hallinnoida ihmisiä. Ulkoista kontrollia ei tarvita, vaan kontrolli kääntyy sisäiseksi. Tätä ovat painottaneet terapiakulttuurin kriittiset analyysit, jotka perustuvat hallintavallan tutkimukseen. Kulttuurin psykologisoituminen on puolestaan asia, jota psykologit eivät ole välttämättä itse tunnistanee. Madsen pohtii, onko tälle kulttuuriselle kehitykselle vastavoimaa, mutta pohdinnat jäävät vaille tarkempaa vastausta. Kokonaisuutena Madsenin kirja on käsitteellisesti tarkka ja pohdittu tutkimus, vaikka eräät analyysit jäävät keskeneräisiksi ja osittain avoimiksi, kuten oikeuden kehitystä koskeva erittely. Usein kannattaisi ehkä puhua enemmänkin vain yksilöllistymisestä psykologisoitumisen sijaan. Psykologinen puhe epäilemättä silti jatkuu lähitulevaisuudessa julkisuudessa ja laajemminkin yhteiskunnassa.

Pekka Kuusela