

seen, vaan pitää mielessä myös luonnon köyhtymisen ja muita "planetaarisia rajoja", joskin ilmastokysymykset ovat monessa luvussa silti keskeisessä asemassa. Kirja painottaa sopivissa määrin suomalaista kontekstia, mutta huomioi silti kestävyysongelmien globaalin luonteen. Painotus pelkän arkielämän sijaan arjen ja laajemman yhteiskunnallisen kontekstin erittelyyn on toimiva ratkaisu, joka havainnollistaa kestävyyskysymysten monimutkaisuutta ja mittakaavaa.

Sisällön osalta puutteeksi jää, että intressi- ja eturyhmäpolitiikalle ei ole omistettu omaa lukuaan. Eturyhmien vaikutuksesta kestävyysmurroksen hidastajina (tai edistäjinä) kylä keskustellaan kirjan edetessä, mutta turhan usein käsittely jää pintapuoliseksi. Aiheen kirjallisuutta yleisemminkin vaivaa näkemys eturyhmäpolitiikasta eräänlaisena mustana laatikona, jonka vaikutuksen myötä kaikki tuiki tärkeät muutokset suorilta käsin torpataan (tai joskus hyväksytään). Eturyhmien ja taloudellisten intressien vaikutus ekologiseen kestävyteen on niin ilmiselvän suuri, että aihetta olisi syytä tarkastella systemaattisemmin ja kattavammin. Tällainen perspektiivi olisi myös helppo kytkä teoksen arkiteemaan: yksittäiset ihmiset ovat arkensa kautta kytköksissä moniin etu-

ryhmiin, varsinkin Suomessa. Työntekijöiden järjestäytymisaste on korkea, järjestötoiminta on aktiivista, ja esimerkiksi metsänhoitoyhdistysten jäseniä on Suomessa noin 185 000.

Teosta lukiessa huomaan mieltiväni sen kohderyhmää. Teos on vertaisarvioitu, mutta teksteistä huomaa, että kohderyhmänä on tutkijoiden lisäksi yhtä lailla ketkä tahansa aiheesta kiinnostuneet kansalaiset. Kenties kirjan fokus olisi voinut olla voimakkaamminkin tieteen popularisoinnissa, ottaen huomioon, että teos monilta osin kannustaa lukijaa osallistumaan ja toimimaan eri tavoin ympäristön hyväksi – ei vain esittelemään tutkimustuloksia tavanomaisen tieteellisen tekstin tavoin. Tällaisenaan teksti on paikoin liian teoreettista ja tieteellistä ilmaisutapaa noudattavaa suuren yleisön tai esimerkiksi poliitikkojen näkökulmasta.

Myös toistoa on varsin paljon. Esimerkiksi ilmastonmuutosta ja luontokatoa kuvaillaan eri osioissa hyvin samankaltaisesti, ja huolellisemmalla editoinnilla päällekkäisyyksiä olisi voitu vähentää. Kestävyyskysymykset ovat toki sisällöllisesti niin laajoja ja kaikenkattavia, että pientä toistoa on lähes mahdotonta välttää. Kielellisesti teksti on erityisen mallikelpoista.

Kokonaisuudessaan teos antaa monia hyviä esimerkkejä tämänhetkisestä kestävyys-tutkimuksesta Suomessa. Suosittelisin kirjaa erityisesti tutkijataustaisille lukijoille, joille kestävyysaiheet eivät ole erityisen tuttuja, tai tavallista valistuneemmalle kansalaiselle, jota kiinnostaa aihepiirin tieteellinen tutkimus ja suomalainen konteksti. Myös poliitikot voisivat löytää teoksesta rohkaisevia esimerkkejä vahvan kestävyden edistämiseen.

Sami Mustikkamaa

Katsaus psykoaktiivisten aineiden sosiologiaan

Aleksi Hupli: *Älyä lääkkeitä ja päihteistä? – Tajusteiden hyötykäyttö*. Helsinki: Siltala, 2024, 185 s.
ISBN 9789523882188

Yhteiskuntatieteiden tohtori Aleksi Huplin *Älyä lääkkeitä ja päihteistä?* käsittelee psykoaktiivisten aineiden hyötykäyttöä. Kirja perustuu Huplin vuonna 2021 valmistuneeseen sosiologian alan väitöskirjaan ja on hänen ensimmäinen tietokirjansa. Teos koostuu luvuista, jotka käsittelevät muun muassa älylääkkeiden määrittelyä, bioeettistä keskustelua,

psykedeleejä mahdollisina älylääkkeinä, kannabista kognitiivisena tehostajana, päihdepolitiikan vaikutuksia ja tajusteita teknologioina. Hupli käyttää erilaisista psykoaktiivisista aineista termiä tajuste tai mielen molekyyli, joilla tarkoitetaan tajuntaan vaikuttavia lääkkeitä ja huumeiksi luokiteltuja psykoaktiivisia yhdisteitä. Kirja alkaa erilaisten psykoaktiivisten aineiden ja niiden historian lyhyellä esittelyllä, jonka jälkeen pureudutaan suomenkielisen älylääke (*smart drug*) termin haasteellisuuteen.

Tutkimus erilaisista älylääkkeistä on vilkastunut viimeisen 10–25 vuoden aikana, joten teosta voidaan pitää erittäin ajankohtaisena. Hupli tuo kirjassaan osuvasti esille suomen kielen termien lääke ja huume haasteen, sillä useat nykyisin huumeiksi luokitellut aineet ovat olleet alkuperäiseltä käyttötarkoitukseltaan lääkkeitä tai joissain kulttuureissa osa esimerkiksi uskonnonharjoittamista tai rituaaleja. Kirjan alussa käsitellään ajankohtaista eettistä ja filosofista keskustelua, jota itsensä tehostamiseen erilaisilla yhdisteillä liittyä, ja kysytäänkin osuvasti, onko meillä velvollisuus tehostaa itseämme alati kiihtyvässä elämänrytmisessä? Tehostamisesta esimerkkinä käytetään myös SSRI-lääkityksiä, joiden käyttö länsimaaisissa yhteiskunnissa on hyvin yleistä.

Hupli tuo myös esille, että neurotehostamista (*enchancement*) tapahtuu arjessa myös sosiaalisesti hyväksytyillä keinoilla. Näistä esimerkkinä nostetaan kahvi, jota suomalaiset juovat uusimpien tilastojen valossa edelleen eniten maailmassa.

Tajusteista kirja keskittyy metylylifendaattiin (ritaliini), psykedeleeihin ja kannabikseen sekä näiden yhdisteiden hyötykäyttöön. Jokaista käsitellään omassa luvussaan kattavasti ja tuoreimpaan tutkimustietoon viitaten. Kirjan takakannesta löytyy Mark Adleyn kehittämä ja Huplin suomentama päihdeympyrä, joka on erinomainen tiivistys siitä, millaisia eritavalla vaikuttavia "tajusteita" tai psykoaktiivisia aineita suomen kielen sana huume sisältää.

Vaikka omaehtoista neurotehostamista on tutkittu melko vähän, kirja esittää, että myös terveet ihmiset käyttävät ADHD-lääkkeinä käytettäviä stimulantteja neurotehostamiseen. Hupli esittelee Amsterdamissa ja Liettuassa tehtyä tutkimusta, jonka mukaan opiskelijat näkevät myös psykedeelit ja kannabiksen neurotehostamisen välineenä. Kannabikseen liittyvät esimerkit ovat mielenkiintoinen uudempi avaus, sillä kannabiksen käyttö mielletään yleensä viihdekäytön, ongelmakäytön ja lääkekäytön kautta. Idea kan-

nabikseen liittyvästä hyöty- ja tehostuskäytöstä on oivaltava ja tuoreen tuntuinen, vaikka Hupli on esittänyt tämän ajatuksen myös väitöskirjassaan.

Kannabista käsittelevässä luvussa pureudutaan hyvin huumausaineluokittelun haasteisiin. Luvussa kuvataan, miten kannabiksen päihdyttävä tai lääkinnällinen vaikutus koostuu useista sadoista tai tuhansista vaikuttavista kannabinoideista ja niiden yhteisvaikutuksesta. Keskustelu painottuu hyvin vahvasti THC:n ja CBD:hen, joista kirjan luvussa THC-kannabista käsitellään enemmän. Luku olisi hyötynyt myös "kevytkannabista" tai CBD:tä käsittelevästä alakapaleesta, sillä näihin valmisteesiin liittyvä teollisuus kuvaa omalta osaltaan sitä, miten erilaisia kasvukunnan tuotteita brändätään uuselintarvikkeiksi, ravintolisiksi tai terveystuotteiksi.

Psykedeleejä käsittelevä luku kuvaa psykoaktiivisten aineiden luokitteluun liittyviä muutoksia. 2010-luvulla uudelleen herännyt tutkimus psykedeelien parissa keskittyy näiden Suomessakin huumausaineiksi luokiteltujen yhdisteiden tutkimiseen uusina potentiaalisina hoitomuotoina ja terapiavahvisteina. Luvussa tuodaan esille myös psykedeeleihin liittyvää varhaisempaa tutkimusta 1960-luvulta, sekä 2010-luvulla

alkanutta niin sanottua psykedelitulokimuksen renesanssia ja uudempaa lääketieteellistä tutkimusta. Hupli käsittelee myös psykedeelien historiaa erilaisissa kulttuureissa vuositajujen ja -tuhansien takaa.

Kirjan luku politogeenisistä päihdevaikutuksista (*politico-genic drug effects*) eli harjoitetun päihdepolitiikan vaikutuksista päihdeiden käyttöön tuntuu raikkaalta tuulahdukselta kotimaiseen päihdekeskusteluun. Hupli kiteyttää hyvin huumeetutkimukseen liittyviä sosiologiaa ulottuvuuksia, joissa olennaisiksi elementeiksi nousevat käyttökonteksti, käyttäjän toiveet, käyttöhistoria ja annosmäärät, sekä yleinen kulttuurinen ilmapiiri ja lainsäädäntö, jotka myös vaikuttavat käytetyn aineen mahdollisiin positiivisiin tai negatiivisiin vaikutuksiin. Luvussa Hupli maalaa katsantokannan mukaan futuristisen tai dystooppisen kaltaisia tulevaisuuskuvia yhteiskunnista, joissa erilaisten tajusteiden käyttäminen olisi sallittua näille suunnitelluissa valvotuissa käyttötiloissa joko päihdeajokortin tai tajustiikiintiökortin turvin. Ajatus voi kuulostaa suomalaisessa viitekehäksessä vieraalta, mutta on radikaaliudessaan erinomainen keskusteluavaus suomalaiseen päihdepolitiikkaan, kun otetaan huomioon, että vastavia käytäntöjä on toteutettu

esimerkiksi Huplin entisessä kotikaupungissa Amsterdamissa. Kirja sisältää mittavan lähdeluettelon niin huumeetutkimuksen klassikoita, kuin uusia ajankohtaisia julkaisuja. Kirja linkittyy keskeisesti kotimaiseen huumekeskusteluun ja tuo siihen kattavan tietopaketin kansainvälistä tutkimuskirjallisuutta ja kehityskulkuja Euroopasta sekä muualta maailmalta.

Teorialuku esittelee tajusteiden käsittelyä sosiologisessa viitekehäksessä, esimerkiksi tajusteiden instrumentaalisen käytön kautta (*drugs as instruments*), tajusteita ei-inhimillisinä toimijoina tai teknologioina. Luvussa käsitellään lyhyesti transhumanismia, uusmaterialismia ja näiden suhteita erilaisten tajusteiden vaikutuksiin, merkityksiin sekä niihin liittyviin sosiaalisiin verkostoihin. Luvussa kuvataan neurotieteiden ja sosiologian limittymistä sekä keskusteluun liittyvää määrittelykamppailua.

Kirjan kiihkoton ja tutkimustietoon perustuva lähestymistapa on tervetullut näkökulma hyvin tunnelautuneeseen aiheeseen. Hupli korostaa myös, että useat tajusteiksi luokitellut yhdisteet määrittellen Suomessa ja useassa Euroopan maassa huumausaineiksi, joiden käyttö ja hallussapito on rikosoikeudellisesti rangaista-

vaa. Kirjassa käsitellään myös tajusteiden ongelmakäyttöä, ja Huplin fokus on vahvasti haittoja ja kärsimystä vähentävässä päihdepolitiikassa. Hupli toteaaakin kirjassaan, että "Jokainen yliannostuskuolema on surullinen ja periaatteessa estettävissä paremmalla päihdepolitiikalla" (115). Konkreettiseksi esimerkiksi hän mainitsee laittomat markkinat, joilla ostaja ei voi koskaan olla varma ostetun tuotteen päihdesisällöstä, aineen vahvuudesta tai hankintaketjuun liittyvästä epäeettisestä toiminnasta ja riistosta.

Kattavan aihepiirin esittelyn lisäksi kirja taustoittaa Huplin polkua Helsingin, Amsterdamin ja Tampereen kautta yhteiskuntatieteiden tohtoriksi ja päihdetutkimuksen asiantuntijaksi. Tällaiset kuvaukset tutkijoiden urapoluista ovat melko harvinaisia myös yleistajuisissa tietokirjoissa, ja tuovat mukavan lisän niille lukijoille, joita kiinnostaa, miten tutkija on päätenyt oman tutkimusaiheensa pariin. Hupli avaa myös omaa positiotaan esimerkiksi suomalaisen Psykedeelitutkimus ry:n perustajajäsenenä, erilaisten eurooppalaisten työ- ja tutkimusryhmien jäsenenä sekä Humaania päihdepolitiikka ry:n hallituksen jäsenenä. Nämä tekijät tuodaan tekstissä selvästi esille ja tämä helpottaa lukijaa kontekstoimaan esitettyjä väitteitä.

Kirja on pääsääntöisesti sujuvaa luettavaa tiiviistä asiasällöstä huolimatta. Teos olisi hyötynyt vielä yhdestä editointikierroksesta, sillä joissain luvuissa on käytetty todella paljon täytesanoja. Tästä huolimatta kirjaa voi suositella heille, jotka kaipaavat erilaisia ja rohkeita avauksia huume politiikkaan liittyen sekä yleistajuista katsausta mielen molekyylien parissa tehtävään tämänhetkiseen tutkimukseen.

Mika Tsupari

Erityisherkkyyden osana suomalaista terapeutista kulttuuria

Reeta Hautaniemi: Herkkyyden liikkeessä. Etnografisia kuvia terapeutiseen yhdistystoimintaan. Turku: Turun yliopisto, 2023, 241 s. ISBN 978-951-29-9506-6

Erityisherkkyydeksi nimetty ilmiö on saanut viime vuosina paljon huomiota mediassa, ja lukuisat ihmiset ovat kokeneet erityisherkkyyden käsitteen antavan nimen omille kokemuksilleen. Tieteellisenä tutkimuskohteena ilmiö on kuitenkin jäänyt vielä varsin vähälle huomiolle, erityisesti sosiologiassa.

Reeta Hautaniemi pureutuu väitöstutkimuksessaan etno-

grafisin menetelmin itsensä erityisherkkiksi identifioivien henkilöiden kokemuksiin ja heidän muodostamansa yhdistyksen toimintaan. Hän tarkastelee erityisherkkyyttä sosiaalisena ilmiönä erityisesti terapeutin kulttuurin käsitteitä hyödyntäen. Koska tutkimuksen fokuksena on erityisherkkiksi identifioituvia yhteen kokoava järjestö, väitöskirja kytkeytyy myös yhdistystoimintaa koskevaan tutkimusperinteeseen. Tarkastelu ulottuu yksityisestä kokemuksesta kollektiiviseen identiteettiin ja toimintaan.

Erityisherkkyyden sosiaalinen konstruointuminen on Suomessa alkanut vuonna 2013 julkaistusta Elaine Aronin kirjasta *Highly sensitive person*, joka suomennettuna sai nimen *Erityisherkkä ihminen*. Erityisherkkyydsanaan ei kuitenkaan olla täysin tyytyväisiä, minkä vuoksi Hautaniemen tarkasteleman yhdistyksen nimessä on sen sijaan englanninkielisen termin lyhenne HSP. HSP-ominaisuudelle on kehitetty itsearviointiin perustuva testi, ja testiä käyttäneiden tutkimusten mukaan jopa 20–35 prosenttia ihmisistä kuuluisi erityisen herkkien ryhmään. Vaikka erityisherkkyyteen ajatellaan liittyvän erityistarpeita esimerkiksi työelämässä, sitä ei haluta mieltää diagnoosinimikkeen ansaitseväksi häiriöksi – kuten monien muiden psyykkisten erityispiirteiden

(esim. ADHD, autismi) kohdalla on tapahtunut.

Hautaniemen tutkimuksen empiirisenä kohteena on erityisherkkien yhdistys HSP Suomi ry, joka perustettiin vuonna 2013 ja on Suomen ensimmäinen temperamenttipiirteeseen perustuva yhdistys. Yhdistys pyrkii lisäämään tietoisuutta erityisherkkyydestä, ajaa erityisherkkien etuja yhteiskunnassa ja toimii jäsentensä keskinäisen verkostoitumisen väylänä. Hautaniemi on tutustunut syvällisesti järjestön toimintaan kolmen vuoden ajan haastatteleamalla yhdistyksen jäseniä heidän yksilöllisistä kokemuksistaan, erittelemällä yhdistyksen dokumentteja sekä osallistumalla yhdistyksen kokouksiin ja vuosittaisiin juhlatapahtumiin. Näin hän on kerännyt aineksia sekä yksilöllisen kokemuksen että kollektiivisen identiteetin muodostumisen tarkasteluun. Koska tutkija itsekään kokee ainakin osittain kuuluvansa erityisherkkien ryhmään, tutkimuksessa on myös pilkahdus autoetnografiaa.

Tulosten ensimmäinen osa *Omakuva yhteiskuvaan* käsittelee erityisherkkyyttä yksilöiden kokemana. Se erittelee haastattelujen kautta ja erityisesti Eva Illouzin ajattelua hyödyntäen sitä, miten erityisherkkiksi identifioituvat jäsentävät suhdettaan erityisherkkyyteen