

# Hulluudesta ja huvista: mielenterveysmeemit ja kärsimykselle nauraminen

Reeta Karjalainen

## Akateeminen vitutus

Kun minua pyydettiin puhumaan väitöskirjani aiheesta eli mielenterveysmeemeistä Edistuksen päiville teemalla Tiede ja ilo, totesin, että tutkimusaiheeni tosiaan sopii teemaan. Kirjoitin puheenvuoron otsikoksi jo aikaa sitten ”Hulluudesta ja huvista: mielenterveysmeemit ja kärsimykselle nauraminen”. Ajattelin hyvin kunnianhimoisesti, että tulen puhumaan mielenterveysmeemien huumorista sekä raskaille aiheille, erityisesti mielen järkkymiselle ja kärsimykselle, nauramisesta. Vaikka sivuan näitä teemoja puheenvuorossani, on todettava, että rupesin pohtimaan tämän seminaarin teema laajemmin ja hyvin henkilökohtaisesta näkökulmasta. Tiede ja ilo. Mitä se tarkoittaa?

Pidin hiljattain esitelmän eräässä konferenssissa, jossa esitelin mielenterveyden ja mielenterveysongelmien representatioiden sukupuolittuneisuuksia tutkimusaineistossani. Kun näytin aineistoesimerkkejäni, joissa naiset pinkeissä mekoissa hukuttivat ahdistuksensa kaveribrunseihin ja miehet Nick Caven musiikkiin ja tyhjyyteen tuijottamiseen, kuulin yleisöstä naurua. Myös yksi konferenssin plenaaripuhujista kehui kahvituolla esitelmääni ja kertoi nauraneensa katketakseen aineistolleni. Tajusin, etten ollut itse nauranut esitelmädiuja työstäessäni. En ollut myöskään nauranut aineistolle pitkään aikaan, vaikka olin aiheeni alun perin valinnut juuri siksi, että olimme ystäväni yhteisissä WhatsApp-ryhmissä lähelleet juuri samankaltaisia mee-

mejä toisillemme ja nauraneet yhdessä maailman hirvetydelle ja omalle pahalle olollemme. Valitsin aiheen, jota pidin tärkeänä ja vaikuttavana, ja nyt katson keräämiäni meemejä lievän kyyneisesti, huijarisyndroomassani itseäni muihin vakavasti otettaviin ja arvostettaviin tutkijoihin vertaillen.

Olen työstänyt tutkimustani korkeakouluhallinnollisten kokoaikatoiden ohessa jo lähes kolme vuotta. Sanon työstänyt, vaikka todellisuudessa minä ja huijarisyndroomani katsomme aikaansaannosteni tänä aikana tiivistävän taustateorian lukemiseen (olen jo unohtanut puolet lukemistani lähteistä), aineistonkeruuseen (eli meemien selailuun ja kuvakaappausten ottamiseen sohvalta istuen), yhden teoreettisen yhteisartikkelin kirjoittamiseen (minä fiilistelin jotain, kun ohjaajani tekivät raskaan työn), apurahahakemuksiin (kaksi vuotta itkuja ja hammastenkiristystä luovuttamisen partaalla, kunnes tuli Koneen Säätiön lähes nelivuotinen jättipotti, jonka aloittamista kuitenkin lykkäsin jo allekirjoitetun työsopimuksen ja velvollisuudentunnon takia), esitelmien pitämiseen (eli olen joskus näyttänyt pari diaa ja elänyt loppuajan turistielämää laitoksen rahoilla) ja varsinaisen omien artikkelien kirjoittamisen välttelemiseen.

Ajoittain olen täysin uupunut ja kyllästynyt tutkimukseen, vaikka en ole tuottanut varsinaista tekstiä kuukausiin. Uuvun ja ahdistun,

my friends when i make jokes about my own trauma



**Kuva 1.** Instagram. Meemi, jossa pohjana kuvakaappaus *It's Always Sunny in Philadelphia* -sarjasta.<sup>1</sup>

vaikka en tee mitään – ehkä juuri siksi en naura näille meemeille juuri nyt. Ne osuvat liian lähelle tähän ahdistumiseni hetkeen: olen katsonut niitä liian kauan ilman, että saan niistä mitään irti, ne kuvaavat minua ja hyökkäävät suoraan minua kohti. Tällä hetkellä en osaa edes nauraa omalle, keskiluokkaiselle, itsekeskeiselle ja etuoikeutetulle kärsimyselteni. Osaanko minä edes selittää mitään tutkimusaiheeni huumorista ja pohtia eettisestä näkökulmasta, kuka ja miten mielenterveysongelmille saa nauraa, kun itseä lähinnä vituttaa? Työsuhteeni päättyi vuodenvaihteessa, ja alan tammikuussa työstämään väitöskirjaani kokoaikaisesti apurahalla. Olen tästä kieltämättä innoissani mutta myös kauhusta kankeana. Mitä jos tämä samanlainen venkoilu, saamattomuus ja tekosyiden viljely jatkuu myös apurahakaudella?



**Kuva 2.** *Imgur.com. The Office -sarjasta tehty meemi.*

## Meemit ja niiden huumorin tarkastelu

On siis vaikeaa esittää mielen-terveysvitsailun asiantuntijaa. Aion kuitenkin lunastaa lupaukseni ainakin osittain ja kuvailla aineistoni huumoria. Tutkin väitöskirjassani multimodaalisen diskurssianalyysin avulla mielen-terveyden ja mielenterveysongelmien eri representaatioita eli esitystapoja mielenterveysaiheissa internetmeemeissä. Aineistoni koostuu kahdelta eri alustalta (Instagram ja Imgur.com) kerätyistä kuvaa ja tekstiä yhdistelevistä meemeistä, niin sanotuista image macro -meemeistä, joita olen kerännyt sekä intensiivisten aineistonkeruukausten aikana että käänteistä lumipallomenetelmää hyödyntäen (Särmä, 2014). Internetmeemit ovat yleensä humoristisia, joten minua kiinnostaa myös, miten huumori linkittyy näihin representaatioihin ja millä eri erityisesti intertekstuaa-

lisilla resursseilla huumoria rakennetaan meemeissä.

Meemit ovat perustuvanlaatuisesti intertekstuaalisia eli toisiin, jo olemassa oleviin teksteihin viittaavia ja niitä uudelleen muokkaavia kulttuurituotteita. Myös mielenterveysmeemien huumori perustuu siis osittain juuri johonkin tuttuun popkulttuuriviittaukseen (ks. kuva 2, jossa viitataan Konttori-komediasarjaan). Mielenterveysmeemeille ominaista on muun muassa minuuden ja mielenterveysongelmien ”personointi” meemikuvasa esiintyvillä hahmoilla, kuten kuvan 2 esimerkissä Dwightin ja Angelan hahmoilla. Mielenterveysmeemeissä nojataan myös millennialisukupolven tuntemaan nostalgiaan ja mielenterveysmeemeissä yhdistetäänkin usein lapsuuteni ajan nostalgiset televisiosarjat mielenterveysongelmien ja niiden aiheuttaminen ikävien oireiden synkkyteen ja epävarmuuteen, mikä synnyttää melko absurdia huumoria.

Tällaiset odottamattomat ja sopimattomat rinnastukset mahdollistavat meemien huumorin tarkastelun sopimattomuusteorian eli inkongruenssiteorian (mm. Critchley, 2002) näkökulmasta.

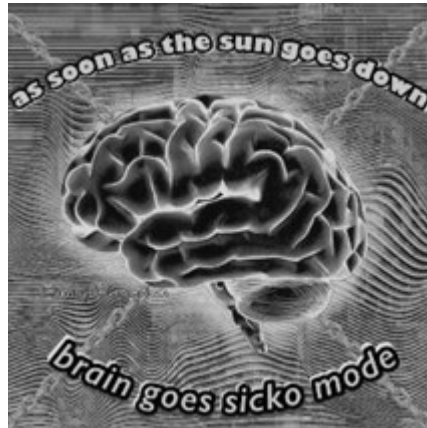
Me talking about my problems with my other personalities at 3AM



**Kuva 3.** *Instagram. Sivupersonat Teletappeina.*



Kuva 4. *Imgur.com. Squid Game* -sarjan kohtaas meeminiä.



Kuva 5. *Imgur.com. Dadaistinen tapa kuvata aivojen kemiallista epätasapainoa.*

Huojennusteorian mukaan toisaalta huumori perustuu vitsin tuomaan helpotuksen ja rentouden tunteeseen. Australialainen koomikko Hannah Gadsby kuvaileekin Netflixissä julkaistussa komediaesityksessään komiikaansa ensisijaisesti paineen, kiusaantuneisuuden ja epäjumukavuuden luomiseksi, jota hän pyrkii lopulta keinotekoisilla loppukevennyksillään vapauttamaan. Mielenterveysmeemit toimivat samalla logiikalla: aihe luo painetta ja epäjumukavuuden tunnetta, jota meemissä sitten jollakin visuaalisella tai tekstuaalisella sutkautuksella puretaan. Tämän lisäksi mielenterveysmeemit ovat vahvan itseironiaa. Critchley (2002, s. 95) toteaaakin, että itseironia on huumorin lajeista lohduttavin. Toisaalta mielen-terveysmeemejä voisi analysoida myös Bahtinin (1984) karnevalismin käsitteellä. Mielenterveysmeemeissä kyseenalaistetaan normatiivista maailmaa ja hullusta tuleekin pilkan kohteen sijasta kertoja ja kokija, kuten karnevalin narrista tulee kuningas.

Vaikka klassiset huumorin teorialat tarjoavatkin työkaluja myös meemien huumorin tarkasteluun, sosiaalisen median ja internethuumorin absurdismi sekä nopeasti vaihtuvat trendit voivat tehdä meemien huumorin analysoimisesta haastavaa (esim. Sundén & Paasonen, 2020; Wiggins, 2019). Osa meemeistä ei noudatta vitsien logiikkaa, sillä esimerkiksi niin sanottu ”punchline” eli vitsin kärki ei ole havaittavissa – on siis haastavaa kuvailla, mikä meemeissä itse asiassa on edes hauskaa. Onko meemien outous, absurdius ja mielettömyys itsessään hauskaa tai naurettavaa? Vai vaatiiko meemien ymmärtämisen tietoa ja empiiristä kokemuksta internetyhteisöissä olemisesta ja elämisestä? Vaatiiko meemien huumori meemipohjien ja intertekstuaalisten popkulttuuriviitauksien ymmärtämistä? Tuleeko meemien tulkitsijan jakaa miellessään meemeissä esiintyvää nostalgiaa 1990-luvusta ja 2000-luvun alusta?

Joskus olen meemejä katsellessani huomannut nauravan, vaikka en yhtään tiedä mille.

Wiggins (2019) väittääkin, että meemit ovat uudadadaiistista yhteisöllistä kollaasitaidetta, ja erityisesti mielen-terveysmeemeissä voikin havaita yhteyksiä alitajunnasta ammentavaan ja yhteiskuntakriittiseen dadaistisiin taidesuuntaukseen. Meemejä voisi kuvailla myös eräänlaisiksi sisäpiiriviteiksi, jotka on jaettu myös laajemman yleisön tietoisuuteen sosiaalisen median kautta.

## Kärsimykselle nauraminen selviytymiskeinona

Miksi sitten ylipäänsä nauramme kärsimykselle? Hietalahti (2016, s. 28) korostaa mustan huumorin tärkeää roolia yhteiskunnallisessa kritiikissä. Hietalahden (2016, s. 34) mukaan huumorin rajojen etsiminen ja rikkominen voi olla itessään hauskaa ja jännittävää, ja shokeeraava ja loukkaava huumori voi auttaa huomaamaan valtavirtakulttuurin kaksinaismoralis- mia. Mielenterveysmeemeissä toki nauretaan mielen-terveysongelmiin liittyville asioille mutta samalla

kritisoidaan muun muassa oireilua aiheuttavaa sairasta kulttuuria.

Toisaalta Charlie Chaplininkin ainakin väitetään sanoneen elämän olevan tragedia lähikuvassa ja komedia kaukaa katsottuna. Huumori voi auttaa kärsimyksestä etäännyttämisessä, ja mielenterveysmeemeillä leikittelyn voi nähdä selviytymismekanismina. Mielenterveysmeemeissä usein todetaankin mielenterveysoireiden olevan melko huvittavia ajan ja etäisyyden jälkeen. Esimerkiksi paniikkikohtaus julkisella paikalla kuvataan meemeissä jälkikäteen nolostuttavaksi ja naurettavaksi tilanteeksi. Huumorin voima kärsimyksestä etäännyttämisessä ja myös yhteisöllisyyden edistämisessä oli havaittavissa koronapandemian pahimpina vaiheina, jolloin mielenterveysaiheisia ja pandemiaa sivuavia meemejä luotiin ja jaettiin erityisen paljon. Koronapandemiaa ja sen sivuvaikutuksista ammentavissa meemeissä korostuu globaalin trauman aiheuttama yhteisöllinen kärsimys. Yhteisellä traumalla vitsaillaan meemeissä kauhistelun ja kurjuuden maksii-

moinnin sijaan. Voimmekin kysyä, onko korona-ajan meemeissä kyse kärsimykselle nauramisesta vai nauramisesta kaikesta kärsimyksestä huolimatta? Jos ympärillä näyttää olevan pelkkää kärsimystä, voiko muulle nauraakaan?

Koronapandemian lisäksi meemeissä hyödynnetään kuvastoa muista ajankohtaisista aiheista, esimerkiksi Ever Given -laivan juuttumisesta Suezisiin sekä poliittisen keskustelukulttuurin kiristymisestä. Juuri meemien julkaisuuhetkinä Ever Given -meemit ovat varmastikin naurattaneet uutisia seuraavia sosiaalisen median käyttäjiä, mutta ajan kuluessa nämä meemit saattavat vaikuttaa katsojille aivan käsittämättömiltä. Mielenterveysmeemit, kuten kaikki meemit, ammentavat siis huumoria tietynlaisesta aallonharjalla olemisesta.

Entä saako mielenterveysongelmille ja kärsimykselle nauraa? Onko mielenterveysongelmille nauraminen eettistä – saako hullulle nauraa muu kuin hullu itse? Muun muassa meemeistä on kuitenkin pääteltävä, että mielenterveysongelmille nauretaan joka

tapauksessa. Voimme kuitenkin kysyä, nauraako katsoja näissä meemeissä mielenterveysongelmille vai mielenterveysongelmillesille. Naurammeko siis itsellemme, oireille, yhteiskunnan epäkohdille mielenterveysongelmiin liittyen, mielenterveysongelmien aiheuttamille tilanteille – vai naurammeko me ylemmyydentunteesta itse hulluille? Pilkkammeko mielenterveysongelmaisia vai samaistummeko?

## Lopuksi

Tämän puheenvuoron alussa esitin uupumukseni ja pelkoni liittyen tutkimukseeni. Mitä jos peloistani huolimatta käykin hyvin? Mitä jos löydän taas aiheeni kiinnostavuuden, en ole enää niin lopen uupunut, jaksan paremmin ja saan tehdä sitä, mitä haluan, ilman että se vie minulta kaiken vapaa-ajan? Vaikka minua ei juuri nyt naurata, se ei tarkoita, että asia tulee aina olemaan niin. Ajan ja etäisyyden jälkeen voin toivottavasti nauraa itselleni ja omille mielenterveyden haasteilleni, niin kuin olen



**Kuva 6.** Koronapandemian henkiset sivuoi-reet tiivistettynä Halloween-meemiin.



**Kuva 7.** Imgur.com. Ever Given -laivan jumiutumista riitti materiaalia mielenterveysmeemeille

joskus ennenkin tehnyt. Ehkä minäkin löydän naurun uudestaan. Ehkä minä vielä nauran tällekin eksistentiaalisen angstin täyttämälle puheenvuorolleni. Ehkä minäkin löydän taas ilon tieteen tekemisestä.

KESKUSTELUPUHEENVUORO PERUSTUU EDISTYKSEN PÄIVILLÄ 3.11.2023 PIDETTYYN ESITELMÄÄN.

## Viitteet

1) Tekstissä esitetyt kuvat ovat väitöskirjatutkimukseni aineistosta, joka on kerätty Instagramista ja Imgur.comista. Kuvien alkuperäisiä tekijöitä tai julkaisijoita ei joko ole tiedossa tai olen on päättänyt salata ne tutkimuseettisistä syistä vedoten mielenterveysaiheiden arkuuteen.

## Lähteet

- BAHTIN, M. (1984). *Rabelais and his world*. Indiana University Press.
- CRITCHLEY, S. (2006). *On humour*. Routledge.
- HIETALAHTI, J. (2016). Humor and disobedience: understanding controversial humor. *Filosofiska notiser*, 3(3), 23–44. [http://filosofiskanotiser.com/Hietalahti16\\_3\\_1.pdf](http://filosofiskanotiser.com/Hietalahti16_3_1.pdf)
- SUNDÉN, J., & PAASONEN, S. (2020). *Who's laughing now? Feminist tactics in social media*. The MIT Press.
- SÄRMÄ, S. (2014). *Junk feminism and nuclear wannabes - collaging parodies of Iran and North Korea* [väitöskirja, Tampereen yliopisto]. Trepo. <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/95961>
- WIGGINS, B. E. (2019). *The discursive power of memes in digital culture: ideology, semiotics, and intertextuality*. Routledge.

Being far enough along in recovery to go to a party and actually have fun



**Kuva 8.** Instagram. Kirjoittajan luotto tulevaisuuteen meemimuodossa.