

Paha olo iholla

Viiltelykokemukset ja ruumiillisuus
nuorten kertomuksissa keskustelufoorumilla

Sosiologia

Turun yliopisto

Pro gradu -tutkielma

Noora Hästbacka

Sosiaalitieteiden laitos

Lokakuu 2015

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin
OriginalityCheck -järjestelmällä.

Turun yliopisto

Sosiaalitieteiden laitos/ Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta

HÄSTBACKA, NOORA: *Paha olo iholla*

Viiltelykokemukset ja ruumiillisuus nuorten
kertomuksissa keskustelufoorumilla

Pro gradu -tutkielma, 90 s., 1 liites.

Sosiologia

Lokakuu 2015

Tämä pro gradu -tutkielma tarkastelee nuorten kertomuksia itsensä viiltelyyn liittyvistä kokemuksista eräällä internetin keskustelufoorumilla. Tutkimuksessa kysytään, millä tavalla itseään viiltelevät nuoret jäsentävät viiltelyyn liittyviä kokemuksiaan ja millaisena ruumis esitetään viiltelykertomuksissa.

Nuorten viiltely on sosiaalisesti rakentunut käyttäytymismalli yksilöllistyvässä länsimaisessa kulttuurissa, jossa ruumis on yksilön projekti ja koettu minus. Tutkimuksessa lähestytään viiltelyä refleksiivisenä ruumiinmuokkauksen tekniikkana ja identiteetin ilmaisijana tekevän, näkyvän ja kokevan ruumiin kautta. Näin ymmärrettynä viiltelyilmiötä on teoretisoitu ja tutkittu toistaiseksi vähän.

Tutkielman metodologisena orientaationa on narratiivinen lähestymistapa, ja analysoitavana aineistona nuorten kertomukset viiltelyyn liittyvistä kokemuksista. Tutkielman aineisto koostuu 192 viestistä, jotka on kerätty nuorille suunnatulta anonyymilta keskustelufoorumilta. Analyysi perustuu aineiston sisällön teemoitteluun, viiltelykokemusten narratiivisten rakenteiden ja ruumiiseen viittaavan kerronnan tunnistamiseen.

Tutkimuksessa esitetään, että nuorten kertomukset viiltelystä rakentuvat pahanolon kokemuksen, riippuvuuden kehittymisen, viiltelyn salaamisen ja lopettamishalun varaan. Viiltely on toimintaa – *ruumiin tekemistä* -, jonka tavoitteena on auttaa itseä *ruumiin kokemisen ja näkymisen* kautta.

Viiltelevän nuoren olemassaolo vallitsevien kulttuuristen normien keskellä näyttäytyy monin tavoin ristiriitaisena kokemuksena autetuksi tulemisen tarpeen ja itsenäisen selviämisen välillä. Tutkimuksen johtopäätöksenä hahmottuu nuorten viiltelijöiden tarve tulla nähdyksi oikealla tavalla ja saada apua koettuihin psyykkisiin ja sosiaalisiin vaikeuksiin. Tätä pyrkimystä varjostaa viiltelijöiden stigmatisointi ja häpeän kokemus.

Asiasanat: Viiltely, itsensä vahingoittaminen, ruumis, ruumiillisuus, narratiivisuus, kokemus, kertomus

SISÄLLYS

1. JOHDANTO	1
2. VIILTELYILMIÖ AIEMMISSA TUTKIMUKSISSA	5
2.1. Viiltelyn määritelmä ja esiintyvyys.....	6
2.2. Viiltelyyn altistavat tekijät	8
2.2.1. Mielenterveys	8
2.2.2. Sosiaalinen ympäristö.....	9
2.2.3 Ruumissuhde	11
2.3. Sosiologiset näkökulmat viiltelyyn	12
2.3.1. Ruumiillisuus ja sosiaalinen toiminta.....	13
2.3.2. Viiltelijän identiteetin rakentuminen	14
2.4. Viiltelijöiden vertaisyhteisöt internetissä.....	15
3. RUUMIILLISUUS VIILTELYILMIÖSSÄ	18
3.2. Ruumiin tekeminen – minuus	19
3.2.1. Ruumiillistuva yhteiskunta ja yksilö	20
3.2.2. Nuorten tyytymättömyys omaan ruumiiseen.....	22
3.2.3. Sosiaalisten ongelmien yksilöllistyminen	22
3.2.4. Refleksiiviset ruumiintekniikat.....	23
3.3. Ruumiin näkyminen – katseen objekti	25
3.4. Ruumiin kokeminen – subjektin tunteet.....	26
4. VIILTELEVIEN NUORTEN KERTOMUSTEN TUTKIMUS.....	28
4.1. Tutkielman kysymyksenasettelu	28
4.2. Internetaineistojen tutkimus	30
4.2.1. Keskustelufoorumi nuorten toimintaympäristönä	31
4.2.1. Verkkoaineiston erityispiirteet	32
4.2.2. Verkkokeskusteluiden tulkinta	33
4.3. Narratiivinen tutkimusote.....	34
4.3.1. Kertomukset kokemusten kuvaajina.....	34
4.3.2. Tarinallisuus viiltelykokemuksissa.....	35
4.3.3. Kertomusten tulkinta	37

4.4. Tutkielman toteuttaminen	38
4.4.1. Aineiston keruu ja rajaus	38
4.4.2. Tutkimusetiikka aineiston käytössä.....	39
4.4.3. Aineiston analyysi	42
5. NUORTEN KERTOMUKSET VIILTELYSTÄ.....	45
5.1. Keskustelufoorumien kuvaus.....	45
5.1.1. Taustatietoja foorumille kirjoittajista	45
5.1.2. Keskustelufoorumi ja keskustelukulttuuri.....	50
5.2. Viiltelynarratiivien teemat, tarinallisuus ja ruumiillisuus.....	55
5.2.1. Viiltelyn aloittaminen.....	58
5.2.2. Viiltelyn eteneminen ja toisto.....	63
5.2.3. Viiltelynarratiivin käännekohta	67
5.2.4. Viiltelyn lopettaminen	73
6. JOHTOPÄÄTÖKSET.....	79
6.1. Ruumiin tekeminen	81
6.2. Viiltely sosiaalisena identiteettinä.....	83
6.3. Yhteiskunnan ruumisorientaatio	85
7. POHDINTA	87

LÄHDELUETTELO

LIITTEET

Liite 1. Tiedote tutkielmasta keskustelufoorumien käyttäjille

1. JOHDANTO

Tammikuussa 2015 Suomen kuvalehdessä kerrottiin Ylen menestyneimmästä nuortensarjasta, Lovemillasta. Lehtijutun mukaan sarjan suosio perustuu yliampuvaan, karnevalistiseen ja humoristiseen tapaan käsitellä aiheita, joista aikuisetkaan eivät yleensä puhu. Huumeita vetävä jätkä räjähtää vessaan, pojat masturboivat ja mittaavat peniksiään ja tyttöjen kuukautisveri suihkuu. Huumorista huolimatta sarjan teemat liikkuvat todellisella epämukavuusalueella ja käsittelevät vaikeita asioita.

Ainostaan yksi aihe ei kelvannut esitettäväksi tv:ssä: itsensä viiltely. ”Siitä tuli vähän sanomista, koska joidenkin tutkimusten mukaan nuorten itsensä viiltely kasvaa, puhuttiin siitä missä valossa tahansa. Ehkä on asioita joista ei voi puhua.” kertoo sarjan tuottaja ja käsikirjoittaja. (SK 5/2015) Viiltelyn mainitseminen on lehtijutun kannalta pieni, mutta kiinnostava yksityiskohta. Se mainitaan nuoriin liittyvistä aiheista ainoana, jota ei voitu käsitellä mediassa. Tämä kuvastaa osuvasti asennoitumista viiltelyilmiöön. Se on edelleen yhteiskunnallisena ilmiönä eräänlainen tabu, koska sen pelätään *leviävän*.

Nuorten itsensä vahingoittaminen on suuri kansanterveydellinen huoli (Tuisku, Kiviruuu, Pelkonen, Karlsson, Strandholm & Marttunen 2014, 313). Yksi keskeinen huolen kohde on viiltelijöiden internetyhteisöt, joiden ajatellaan kannustavan nuoria viiltelyyn. Internetyhteisöt nähdään ongelmallisina, koska ne normalisoivat viiltelyä ilmiönä ja toimivat keskeisenä lähteenä itsensä vahingoittamisen tapojen leviämislle. Kuitenkin näistä internetyhteisöistä ja niiden vaikutuksista ilmiöön tiedetään hyvin vähän. Vasta viime vuosina aihetta on alettu aktiivisesti tutkia. (esim. Sternudd 2012; Johansson 2010; Whitlock, Powers & Eckenrode 2006.)

Pro gradu-tutkielmassani tarkastelen nuorten kertomuksia itsensä viiltelyn kokemuksista eräissä internetkeskustelufoorumissa. Kiinnostuksen kohteeni ja näkökulmani viiltelykertomuksiin on ruumiillinen kokeminen ja *ruumiinmuokkaaminen*. Vaikka viiltely valikoitui työni aiheeksi osin sattumien kautta, se osoittautui kiinnostavaksi ilmiöksi sen läpi kulkevien, ajankohtaisten ja samalla ajattomien teemojen kautta.

Tutkielman idea on lähtenyt liikkeelle sosiologian klassisesta kysymyksestä: sosiaalisten sidosten mahdollisuudesta ja ihmisiä yhteen liittävästä voimista (Maksimainen & Ketokivi 2014, 101). Pohdin, miten jokin perin pohjin yksityiseksi koettu teko on samalla sosiaalisten sidosten kyllästävä. Kiinnostavaa on se, minkälaisia sosiaalisia sidoksia viiltely välittää, tuottaa tai ylläpitää. Myöhemmin tutkimuksen aihe tarkentui ja tarkastelun kohteeksi muodostui ruumiillisuus, jonka kautta pyrin ymmärtämään ja selittämään sosiaalisia sidoksia.

Ruumiin ja ruumiillisuuden tutkimus on noussut sosiologiassa ja muissa yhteiskuntatieteissä merkittäväksi tutkimussuuntaukseksi viime vuosikymmenten aikana. Ruumiillisuutta pidetään nyky-yhteiskunnassamme keskeisimpänä aikaamme kuvaavana ilmiönä, ja sen merkitystä on luonnehdittu postmodernin yksilön projektiksi. Ruumiillisuudessa itsessään ei ole tietenkään mitään uutta, koska se on aina rakentanut yksilön. Arkielämämme koostuu ruumiillisista käytännöistä, esimerkiksi liikkumiseen ja ravitsemukseen liittyvistä toiminnoista, jotka paljastavat ruumiillisuuden automatisoidun ja näkymättömän luonteen. Monet ruumiillisuudentutkijat kuitenkin ajattelevat, että suhtautuminen ruumiillisuuteemme on muuttunut (esim. Shilling 2003). Muutos voidaan ymmärtää *ruumisorientaation* ja *ruumiinmuokkauksen* lisääntymiseksi.

Oma tutkielmani asettuu myös tähän ruumiintutkimuksen jatkumoon. Tarkoituksena on tuoda keskusteluun näkökulma, jossa tarkastellaan ruumista yhtäaikaisesti koettuna ja elettyinä minuutena, havaittavana objektina ja toiminnan kohteena sekä toimijana. Viiltely ymmärretään tässä tutkimuksessa marginaalisena ruumiinmuokkauksen tapana (Crossley 2005), joka pitää sisällään sosiaalisia merkityksiä ja alakulttuurisen elämäntyylin piirteitä. Viiltelyllä on erilaisia syitä ja tarkoituksia, joiden ympärille nuoret rakentavat identiteettejä ja sosiaalisia ryhmiä. (Adler & Adler 2007, Franzén & Gottzén 2011, Hodgson 2004.) Vaikka viiltely käsitetään ”normaalista ruumissuhteesta” poikkeavana toimintana, voidaan se nähdä yleiseen *ruumisorientaatioon* liittyvänä ilmiönä. Viiltely on kiinnostava esimerkki ruumiinmuokkaamisesta siksi, että sitä on selitetty yksilölähtöisesti ja tulkittu pääsääntöisesti lääketieteen ja psykologian näkökulmista patologisena käyttäytymisenä. Sosiologialle tällaiset ilmiöt ovat otollista tutkimuspintaa, koska sen kautta ilmenee ”normaalin” ruumiillisuuden ja ruumissuhteen luonne yhteiskunnassamme. Kysymykset mielen ja ruumiin sekä yksilön ja yhteisön välisistä suhteista konkretisoituvat ilmiössä mielenkiintoisella tavalla.

Lisäksi viiltely toimii hyvänä esimerkkinä yksilöllistyneestä yhteiskunnasta ja sosiaalisten ongelmien muuttumisesta yksityisiksi (Oksanen 2006, 100–101). Viiltelevien nuorten on todettu kärsivän mielenterveyden häiriöstä muita enemmän (esim. Nixon, Cloutier & Jansson 2008; Hautala 2007, 17; Ruberman 2011, 118). Usein viiltely onkin ymmärretty juuri mielenterveyden häiriönä tai sairauden oireena: yksilön psyykkisten ongelmien seurauksena. Mielenterveydenhäiriöt ovat yksi nopeimmin kasvavista pahoinvoinnin muodoista, ja ne kasautuvat väestön nuorempiin ikäryhmiin (Maunu 2014, 20). Viiltely koskettaakin pääasiassa nuoria, mikä tekee ilmiöstä itsessään myös mielenkiintoisen tutkimuskohteen. Nuorten kulttuuri on tärkeää, koska sitä kautta voidaan päästä kiinni muuttuvaan yhteiskuntaan. Nuoret ovat myös merkittäviä toimijoita postmodernissa yhteiskunnassa. Siksi tarvitaan tietoa ja tutkimusta nuorten ongelmista. (Morch 2005, 29–31.) Tutkimuksellani osallistun nuorten pahoinvoinnista käytävään keskusteluun tuomalla esiin nuorten helposti piiloon jääviä kokemuksia.

Viimeisenä muttei suinkaan vähäisimpänä teemana työssäni on internet. Se kytkeytyy tutkimuksen osaksi tutkimusaineiston kautta ja liittyy olennaisena osana myös nuorten kulttuureihin ja toimintaympäristöihin. Sosiokulttuurisille viiltelyilmiön tutkimuksille on ollut tyypillistä kerätä aineisto internetin välityksellä tai internetissä (esim. Adler & Adler 2007; 2011; Franzén & Gottzén 2011; McDermott, Roen & Piela 2013; Whitlock ym. 2006). Myös tämän tutkielman aineisto on kerätty nuorille suunnatulta anonyymilta keskustelufoorumilta.

Internet toimii tärkeänä kohtaauspaikkana erityisesti marginalisoiduille ihmisille, kuten itseään vahingoittaville nuorille (Whitlock ym. 2006). Anonymiteetin turvin internetissä voidaan jakaa asioita, joista puhuminen voisi olla kasvokkain hankalaa (Valkendorff 2014, 50). Verkossa nuorten on luontevaa kommunikoida myös tuntemattomien kanssa ja etsiä tietoa arkaluontoisista aiheista (Whitlock ym. 2006, 407). Puheen avoimuus ja suoruus sekä henkilökohtaisten asioiden ja kokemusten esille tuonti ovat keskeisiä elementtejä keskusteluryhmien kommunikaatiossa (Valkendorff 2014, 52; Arpo 2005, 296). Vuorovaikutus verkossa tarjoaa sosiaalista tukea nuorille, joilla on ongelmia (Rodham ym. 2007, 423; Adler & Adler 2007, 552; Whitlock ym. 2006, 407, 415).

Internet avaa tutkijalle mahdollisuuden rikkaan aineiston tutkimiseen - marginalisoitujen ryhmien keskusteluihin arkaluontoisista aiheista - joita olisi muuten vaikea tunnistaa ja tavoittaa (Whitlock ym. 2006, 415-416). Verkkokeskustelut tarjoavat uudenlaisen tavan tutkia myös ruumiillisuutta.

Valkendorffin (2014, 50) mukaan internetin luonteeseen kytkeytyy kiinnostava ruumiillisuuden näkökulma: ruumiiton keskustelu ruumiista. Tekstiperusteinen kommunikointi häivyttää ruumiin, ja samalla mahdollistaa uudenlaisen tavan keskustella siitä (Valkendorff 2014, 50). Ruumiin olemus onkin internetissä moniulotteinen, ei näkymätön (Laukkanen 2007, 48).

Verkkokeskustelujen tutkimiseen liittyy kuitenkin myös monia menetelmällisiä ja eettisiä haasteita. Ensinnäkin voidaan pohtia, voiko johtopäätöksiä tehdä viiltelyilmiöstä itsestään vai ainoastaan verkkokulttuurista sekä miten hyvin keskusteluteksti välittää ihmisten todellisia kokemuksia. Keskustelu näyttäytyy verkon käyttäjälle joka tapauksessa merkityksellisenä tekstinä (Valkendorff 2014, 53). Tekstien tulkinta ei kuitenkaan palaudu pelkästään keskustelufoorumin sisälle. Keskusteluja on tarkasteltava lisäksi laajemmassa yhteiskunnallisessa kontekstissa, kirjoittajien sosiaalisen aseman ja elämäntilanteen kautta. Verkkoyhteisöissä ymmärryksen perustana toimivat lopulta verkon ulkopuoliset tekijät. (Arpo 2005, 48, 67.) Tutkijan tulee ymmärtää aineiston syntyyn vaikuttavia tekijöitä ja mitä tarkoitusta tutkittava keskustelufoorumi palvelee. Lisäksi tarvitaan erityistä tutkimusetiikkaa verkkoaineistojen, yksityisiksi miellettyjen keskusteluiden ja arkaluontoisten aiheiden tutkimiseen. (Turtiainen & Östman 2013, 51–55.)

Tutkielman aineisto koostuu viiltelijöiden kirjoittamista omakohtaisista 192 viestistä, jotka on kerätty viiltelyaiheisista keskusteluketjuista. Tulkitsen aineistoa narratiivisella tutkimusotteella ja ymmärrän viestit kertomuksina viiltelykokemuksista. Lähtökohtanani analyysiin on ajatus yksityisten kokemusten rakentumisesta sosiaaliin tarinoinhin perustuen. Näillä sosiaalisilla tarinoilla on keskeinen rooli yksilöiden elämässä, koska ne tekevät asioita ja tapahtumia ymmärrettäväksi ja antavat tarkoituksia kokemuksille (Riessman 2008). Viiltelykertomukset heijastelevat viiltelyyn liittyviä yhteiskunnallisia merkityksiä ja normeja. Se mahdollistaa viiltelijän ruumiiseen kiinnittyvien sosiaalisten sidosten tarkastelun.

Tutkimuksessa kysyn, millä tavalla itseään viiltävät nuoret jäsentävät kokemuksiaan viiltelyä koskevissa verkkokeskusteluissa ja millaisena ruumis esitetään viiltelykertomuksissa. Keskityn erityisesti pohtimaan, millaisia sosiaalisia tarinoita ja normeja nuorten viiltelykokemukset heijastelevat sekä mitä ne kertovat yhteiskunnastamme. Kuvaan nuorten antamia merkityksiä viiltelylle ja tapoja jäsentää ruumiillista itseä omakohtaisissa viiltelykertomuksissa. Analyysi perustuu viiltelykertomusten sisältöjen teemoittelulle, tarinallisten rakenteiden hahmottelulle ja ruumiillisuuden tunnistamiselle, joita esittelen tutkimuksessa viiltelyn *mallitarinan* kautta.

2. VIILTELYILMIÖ AIEMMISSA TUTKIMUKSISSA

Julkinen keskustelu nuorten naisten terveydestä on keskittänyt huomion itsensä vahingoittamisen käytäntöihin viimeisten vuosikymmenten aikana (Johansson 2011, 197). Yleinen käsitys on, että itsensä vahingoittaminen on lisääntynyt huomattavasti 1990-luvulta alkaen, ja se on saanut erityisen sosiaalisen merkityksen (Adler & Adler 2011, 2). Tämän arvellaan johtuvan esimerkiksi ilmiön näkyvyydestä mediassa (Myllyviita 2014, 19–20). Ilmiön yleistymisen toteennäyttäminen ja tutkiminen on kuitenkin vaikeaa; viiltely usein salataan. Joidenkin arvioiden mukaan puolet itseään vahingoittavista nuorista on hakenut apua viiltelyynsä (Nixon ym. 2008). Monet tutkimuksista toteutetaan sairaalahoidossa oleville nuorille (Chandler 2012, 443). Viiltelyä on harvemmin tarkasteltu omana itsenäisenä ilmiönään (Hodgson 2004, 163). Hoidossa olevien viiltelijöiden lisääntyminen ei välttämättä liity ilmiön lisääntymiseen nuorten keskuudessa, vaan voi viitata myös muutoksiin ilmiön tunnettavuudessa ja avunhakemiskäytännöissä.

Perinteisesti viiltelyä on tutkittu lääketieteen (lähinnä psykiatrian) ja psykologian tieteenalojen piirissä ja ymmärretty niistä lähtökohdista käsin. Sitä on tulkittu poikkeavana käyttäytymisenä ja oireena mielenterveydenhäiriöstä (esim. Adler & Adler 2007, 538; Chandler 2012). Viiltelyä on tulkittu psykiatrisissa tutkimuksissa usein impulsiivisena käyttäytymisenä (Chandler 2012, 453–455), ja toisaalta siihen on liitetty kontrollin kokemus ja elämänhallinnan tunne (Myllyviita 2014, 76).

Yleisin syy viiltelylle on emotionaalinen selviytyminen (Straiton, Roen, Dieserud & Hjelmeland 2013, 80), jolloin viiltely on strategia hallita negatiivisia tunteita (Muehlenkamp & Brausch 2012, 1-2). Chandlerin (2012) mukaan itsensä vahingoittamiseen liitetään siten tunteiden käsittelemisen vaikeus ja kyvyttömyys selvitä voimakkaiden tunnekokemusten kanssa. Tavallisesti tunneongelmat paikannetaan siis yksilöön, joka vahingoittaa itseään. Tunteita käsitellään yksilön kokemuksina ja suhteellisen ongelmattomina kategorioina, eikä tunne-elämää liitetä laajempaan sosiokulttuuriseen kontekstiin. (Chandler 2012, 445.) Viiltely yhdistetään siten yksilön psykopatologiseen luonnehdintaan (Johansson 2011, 197–198).

Viiltelyilmiö tulisi ymmärtää muutenkin kuin yksilöllisten ja patologisoivien diskurssien kautta (Straiton ym. 2013, 82). Maunun (2014) mukaan mikään yksittäinen tekijä ei selitä hyvinvointia tai pahoinvointia, vaan se muodostuu osana ihmisen elämän kokonaisuutta. Terveysteen tai sairautteen ei synnytä, vaan siihen sosiaalistutaan ja sitä tehdään. (Maunu 2014, 9-10.) Sosiaaliset olosuhteet ja kokemukset ovat keskeisiä selitettäessä viiltelyyn johtaneita syitä (Straiton ym. 2013, 82). Terveysteen ja hyvinvointiin liittyvät valinnat tulisikin ymmärtää sosiaalisesti ja kulttuurisesti rakentuneiksi käyttäytymismalleiksi (Maunu 2014, 29).

Viimeaikaisessa tutkimuksessa ollaan oltu yhä enemmän kiinnostuneita sosiaalisista tekijöistä viiltelyilmiössä (esim. Pluck, Anderson, Armstrong, Armstrong & Nadkarni 2010, Straiton ym. 2013), ja käytetty monipuolisempaa empiiristä aineistoa. Esimerkiksi Adler & Adler (2007; 2011) ovat tutkineet itsensä vahingoittamista poikkeavuuden näkökulmasta ja alakulttuurisena ilmiönä, ja Hodgson (2004) on painottanut viiltelyn luonnetta sosiaalisesti opittuna käyttäytymisenä. Chandler (2012; 2013) on puolestaan tarkastellut kipua ja tunteiden hallintaa sosiokulttuurisessa kontekstissa. Ruotsalaistutkijat Franzén ja Gottzén (2011) sekä Johansson (2010) ovat tutkineet viiltelyä kehystäviä diskursseja ja viiltelijöiden identiteettiä. Sosiologinen kulttuurintutkimus on toisin sanoen pyrkinyt valottamaan ilmiön laajempaa kontekstia, viiltelyn sosiaalisia merkityksiä ja viiltelijöiden kokemuksia siitä, mitä tarkoittaa olla viiltelijä.

2.1. Viiltelyn määritelmä ja esiintyvyys

Viiltely (cutting) on yksi tarkoituksellinen itsensä vahingoittamisen muoto (deliberate self-harm) (Adler & Adler 2011; Rissanen, Kylmä & Laukkanen 2008, 35), jossa ihoa lävistetään jollakin välineellä (Hodgson 2004, 162) ja aiheutetaan näkyviä jälkiä (Chandler 2012, 443). Tutkimuskirjallisuudessa käytetään myös termejä self-harm, self-injury, self-mutilation, self-wounding kuvaamaan itsensä vahingoittamista. Suomessa *viiltely* on usein käytetty termi niin maallikoiden kuin tutkijoidenkin keskuudessa, jonka vuoksi myös tässä tutkielmassa käytän sitä. Itsensä vahingoittamiseen (self-injury) liitetään myös itsensä hakkaaminen, polttaminen, pureminen ja raapiminen, ja itsetuhoiseen käyttäytymiseen (self-harm) vielä lisäksi päihteiden tai lääkkeiden yliannostelu (Chandler 2012, 443; Rissanen ym. 2008, 35). Ihoon kohdistuva

tarkoituksellinen itsensä vahingoittaminen – viiltely – on kuitenkin yleisintä (esim. Gmitrowicz ym. 2014, 448; Straiton ym. 2013, 79; Nixon ym. 2008; De Leo & Heller 2004).

Viiltely määritellään yleensä tarkoitukselliseksi oman kehon vahingoittamiseksi ilman tarkoitusta kuolla (esim. Tuisku, Kiviruusu, Pelkonen, Karlsson, Ruuttu & Marttunen 2009, 1126). Tutkimuskirjallisuudessa määrittelyn keskiössä ovatkin yleensä itseä vahingoittavan käytöksen intentiot, jotka usein luokitellaan itsemurhahakuisiksi tai ei-itsemurhahakuisiksi (Straiton ym. 2013, 80). Vakavimmat itsensä vahingoittamisen muodot ovat kuitenkin lähellä itsemurhayrityksiä, joten on vaikea vetää selkeää rajaa itseä vahingoittavan käyttäytymisen ja itsemurhatarkoituksen välille (Tuisku ym. 2009, 1126). Tutkijoiden ideat käsitteiden määritelmistä eivät ole myöskään aina linjassa kokemusten kanssa (Straiton ym. 2013, 80). Viiltelijät eivät liitä itsensä vahingoittamisen käsitettä kuoleman tavoitteluun. Raja ei ole kuitenkaan aina tekijällekään selvä ja tarkoitus vaihtelee tilanteen mukaan. Raja on häilyvä ja ihmisten toiminnan tarkoitukset ovat monimutkaisia ja muuttuvia. Ne voivat myös vaihdella ajan kuluessa. (Straiton ym. 2013, 78-81.)

Viiltelyn ja itsemurhan tavoitteiden ajatellaan olevan erilaisia (Myllyviita 2014, 20), vaikka itsensä vahingoittamisen määrittely ja kategorinen erottelu itsemurha-ajatuksista onkin ongelmallista. Eräessä seurantatutkimuksessa (Tuisku ym. 2014) selvitettiin viiltelyn ja itsemurhayritysten yhteyttä, kun masentuneet nuoret kasvavat ja saavuttavat aikuisuuden. Viiltely oli riski myöhemmälle viiltelylle ja myös suuri riskitekijä myöhemmälle itsemurhayrityksille, jopa suurempi kuin itsemurhayritykset itsessään. Viiltely voi johtaa korkeampaan kipukynnykseen, itseä vahingoittavan käytökseen tottumiseen ja vähentää kuoleman pelkoa. Viiltely linkittyy itsemurhataipumukseen myös siksi, että 25–50 % nuorista, jotka yrittävät itsemurhaa ovat aiemmin vahingoittaneet itseään. Viiltely on siten raportoitu riskitekijäksi itsemurhalle. Vaikka itsemurhayritysten ja viiltelyn välillä on tutkitusti yhteys, niille altistavat tekijät eivät kuitenkaan ole identtiset. (Tuisku ym. 2014, 313-317; Tuisku ym. 2009, 1126–1127.)

Viiltelyn esiintyvyydestä on hyvin erilaisia arvioita tutkijoista, tutkimuskohteista ja tutkimusaineistoista riippuen (Rissanen ym. 2008, 35–36); väestötason esiintymisluvut vaihtelevat nuorten kohdalla 10 % molemmin puolin. Esimerkiksi Iso Britanniassa 13 % (Hill & Dallos 2011,

459), Australiassa 6,2 % (De Leo & Heller 2004, 140), Yhdysvalloissa 14–15 % (Adler & Adler 2011, 30), Kanadassa 16,9 %, Puolassa 19,5 % (Gmitrowicz ym. 2014) nuorista on tutkimusten mukaan vahingoittanut itseään joskus. Suomessa on arvioitu, että 13–18-vuotiaista nuorista 11,5 % viiltelee itseään (Myllyviita 2014, 19; Rissanen 2009, 32; Hautala 2007).

Viiltelyä esiintyy kaikenikäisillä, mutta nuoret ja nuoret aikuiset ovat suuremmassa riskissä (Fliege Lee, Grimm & Klapp 2009). Viiltely alkaa nuoruusiässä, yleensä 12–14-vuotiaana (Hautala 2007, 13; Ruberman 2011, 117). Useimmiten itseään viiltelevät ovat 14–24-vuotiaita nuoria, ja jopa 77 % viiltelijöistä on raportoitu olevan naisia (Nixon ym. 2008, 310). Kysymys sukupuolesta on kuitenkin monimutkainen ja siitä on vaihtelevia arvioita. Esimerkiksi Myllyviitan (2014) mukaan viiltely on naisten suosima käytäntö, vaikka muuten itsensä vahingoittaminen on yhtä yleistä naisilla ja miehillä. Toisaalla on arvioitu viiltelyä esiintyvän molemmilla sukupuolilla, mutta hoitoon hakeutuvista suurin osa on naisia (Fliege ym. 2009, 488).

2.2. Viiltelyyn altistavat tekijät

2.2.1. Mielenterveys

Itseä vahingoittavan käyttäytymisen esiintyvyys on suurta nuorilla, mutta silti tiedetään melko vähän siihen johtavista tekijöistä (Tuisku ym. 2009, 1126). Itsensä vahingoittamisen ja mielenterveysongelmien on todettu korreloivan keskenään väestötason tilastoanalyysissä (Nixon ym. 2008). Viiltelijöillä on todettu olevan enemmän ja useammin negatiivisten tunteiden kokemista, kuten ahdistusta ja aggressiivisuutta, kuin niillä jotka eivät vahingoita itseään (Fliege ym. 2009, 489). Myös masennus korreloi viiltelyn kanssa; ne jotka kokevat masennusoireita viiltelevät useammin, kuin ne, joilla ei ole masennusoireita (Muehlenkamp & Brausch 2012, 1-2). Masentuneet nuoret, jotka viiltelevät, ovat nuorempia, saavat vähemmän tukea vanhemmilta, heillä on enemmän masennusoireita ja alkoholinkäyttöä kuin ei itsetuhoisilla masentuneilla nuorilla (Tuisku ym. 2009, 1125). Myllyviitan (2014, 28) mukaan viiltely tapahtuu kuitenkin yleensä ilman päihteiden vaikutusta.

Monissa viiltelyä koskevilla empiirisissä tutkimuksissa esitetään yhteys itsetuhoisen käyttäytymisen ja lapsuuden aikaisten traumaattisten kokemusten välillä. Vanhempien ero, vanhemman psyykkiset ongelmat, emotionaalinen torjutus tuleminen, psyykkinen ja fyysinen hyväksikäyttö, erityisesti seksuaalinen hyväksikäyttö, ovat viiltelyyn altistavia tekijöitä useimmissa tutkimuksissa (Fliege ym. 2009, 489). Lisäksi vanhempien päihteiden käytön ja pitkäkestoisen koulukiusaamisen on todettu altistavan viiltelylle. Lapsuusajan laiminlyönnin ajatellaan altistavan viiltelylle, koska lapsi on joutunut kasvamaan ilman riittävää aikuisten läsnäoloa ja suojaa. Riittävät tunteidensäätelytaidot eivät ole tällöin kehittyneet. Sosiaalisten kontaktien vähyys, vaikeus luottaa ihmisiin ja läheisyyden puute lisäävät tarvetta vahingoittaa itseään. (Myllyviita 2014, 24–26.)

Monet tutkimukset siis osoittavat, että negatiivisten tunteiden kokeminen liittyy itseä vahingoittavaan käyttäytymiseen, ja näiden tunteiden säätely on nähty käytöksen päämääränä. Tämä ei kuitenkaan selitä viiltelyn esiintymistä kokonaan, koska merkittävä osa nuorista ei koskaan vahingoita itseään negatiivisten tunteiden kokemisesta huolimatta. (Muehlenkamp & Brausch 2012, 2). Toisaalta myös tiedetään, että on viilteleviä nuoria, joilla ei ole vaikeaa elämänhistoriaa taustalla (Myllyviita 2014, 27). Erään seurantatutkimuksen mukaan vain viiltely oli ainut vahva ennusmerkki myöhemmälle viiltelylle (Tuisku ym. 2014, 316–317). Tutkimusten tulokset ovat osin päällekkäisiä ja osin ristiriitaisia. Masennusoireet eivät selitä itsessään kuitenkaan viiltelyä, vaikka ne usein yhdistetään erottamattomasti viiltelyilmiöön.

2.2.2. Sosiaalinen ympäristö

Viiltelyn taustalla on monimutkainen kokemusten yhdistelmä ja sen vuoksi laajempi sosiaalinen ympäristö on otettava huomioon. Monet sosiaaliset vaikeudet ja perhetaustan merkitys nousee keskeisiksi tekijöiksi viiltelyongelmassa. Viiltelijöillä on perheeseen, persoonallisuuteen ja mielenterveyteen sekä lapsuushistoriaan liittyviä yhteisiä piirteitä, jotka usein liittyvät myös toisiinsa. (Pluck ym. 2010, 68–69.) Nuorten kohdalla viiltely on yhdistetty alhaisempaan koulutukseen (Fliege ym. 2009, 488) ja viiltelijöillä on todettu olevan kontakteja viranomaisiin, kuten sosiaalitoimeen ja poliisiin (Pluck ym. 2010, 68-69). Toisaalta perinteisessä

tutkimuskirjallisuudessa viiltelyn on ajateltu olevan valkoisten keskiluokkaisten tyttöjen piilotettu ongelma, joka on myöhemmin levinnyt laajemmin eri sosiaalisiin ryhmiin ja yhdistetty tiettyihin alakulttuureihin, kuten gootteihin (esim. Adler & Adler 2011, 2). Viiltelyilmion yhteydestä sosiaaliseen luokkaan, yhteiskunnallisiin ja kulttuurisiin rakenteisiin on vaihtelevia ja ristiriitaisia arvioita, eikä niitä ole juurikaan tutkittu. Tutkimuksissa on keskitytty tunnistamaan nuoren sosiaalista ympäristöä pääasiassa lähisuhteiden kautta.

Hyvien ja turvallisten ihmiskontaktien sekä sosiaalisen luottamuksen puute on tunnettu terveyttä ja hyvinvointia heikentävä tekijä (Maunu 2014, 11, 33–34). Muutamissa viiltelyä koskevissa tutkimuksissa onkin kiinnitetty huomiota viiltelevän nuoren sosiaalisiin suhteisiin, niiden laatuun tai puutteisiin (esim. Tuisku ym. 2009; 2014; Pluck ym. 2010). Näissä tutkimuksissa tuodaan usein esille itseään viiltävän nuoren suhde vanhempiin ja kotitilanne kokonaisuudessaan keskeisenä käyttäytymisen selittäjänä. Vanhempien tuen puute on tunnistettu esimerkiksi merkittäväksi tekijäksi itsetuhoisten nuorten kohdalla (Tuisku ym. 2009, 1126). Jatkuvalle viiltelylle altistaa myös heikko kommunikointi vanhempien kanssa ja vanhempien negatiivinen suhtautuminen hoitoon. Vaikeudet perhesuhteissa, toisen vanhemman puuttuminen ja konfliktit vanhempien kanssa ovat myös tyypillisiä viiltelijöillä. (Pluck ym. 2010, 67–69.)

Sosiaalisen tuen on todettu olevan viiltelyltä suojaava tekijä. Vanhempien antama sosiaalinen tuki on vaikuttavinta masennuksen ennaltaehkäisyyn ja kavereiden merkitys nousee voimakkaasti nuoruuden aikana. Kavereilta saatu tuki suojaa viiltelijöitä itsemurha-alttiutta vastaan (Tuisku ym. 2014, 317) ja perhekoheesio suojaa nuoria viiltelyltä (Pluck ym. 2010, 67). Tutkijat ehdottavat hoitotoimien kohdistamista viiltelijöiden sijaan koko perheeseen (Tuisku ym. 2009, 1125; Pluck ym. 2010, 68). Sosiaalisten kontaktien lisääminen ja niiden laadun parantaminen on siis keskeistä viiltelyn hoidossa (Myllyviita 2014, 23). Pahoinvoinnilta suojaavien sosiaalisten suhteiden määrittely on kuitenkin hankalaa, eivätkä ne toimi parantavana lääkkeenä sellaisenaan, koska suhteet ovat laadullisesti hyvin erilaisia (Maunu 2014, 35). Esimerkiksi ystävät, jotka eivät tue nuorta, voivat olla suurempi uhka nuoren hyvinvoinnille kuin ei kavereita ollenkaan (Tuisku ym. 2014, 314).

Nuoren sosiaalisella ympäristöllä ja lähisuhteilla on merkittävä asema ongelmien kehittymisen kannalta. Maunun (2014) mukaan toinen tunnetuista sosiaalisista tekijöistä on omien vaikutusmahdollisuuksien merkitys; kyky tai kokemus vaikuttamisesta omaan toimintaan ja elinympäristöön. Sosiaaliset tekijät jakautuvat siten siihen, kuinka sosiaalinen ympäristö vaikuttaa nuoreen sekä nuoren mahdollisuuksiin vaikuttaa omaan ympäristöön. (Maunu 2014, 12, 32, 33.) Viiltelyilmiön tutkimuksissa on kuitenkin tarkasteltu vain sitä, kuinka muut ihmiset vaikuttavat nuoren ongelmaan; onko vanhemmilta ja kavereilta saatu tuki riittävää tai oikeanlaista sekä kuinka vanhemmat suhtautuvat nuoren viiltelyyn. Näissä näkökulmissa nuori näyttäytyy ainoastaan passiivisena tuen tai toimenpiteiden kohteena, eikä nuoren omaa toimintaa tai vaikutusmahdollisuuksia huomioida.

2.2.3 Ruumissuhde

Muehlenkampin ja Brauschin (2012) mukaan tutkimuksissa on jätetty huomioimatta merkittäviä syitä itseä vahingoittavan käytöksen kehittymisessä. Viiltelyn tutkimus on keskittynyt tunnistamaan psykologisia riskitekijöitä ja tunteiden säätelyn malleja, mutta epäonnistunut selittämään tunteidensäätelyongelmien ja itsensä vahingoittamisen välistä suhdetta kokonaisvaltaisesti. Myllyviita ehdottaa, että psyykkiset ongelmat eivät johdu vain syrjityksi tulemisen kokemuksista, vaan nuoren omista sisäistetyistä käsityksistä ja näkemyksestä omaan itseensä (Myllyviita 2014, 30). Esimerkiksi negatiivinen ruumiskuva korreloi viiltelyn kanssa ja on selittävä tekijä tunteiden säätelyn ongelmien ja itsensä vahingoittamisen välillä.

Negatiivisia tunteita kokiessa ruumiinkuvalla on merkittävä rooli ja se selittää, miksi tunteita ilmaistaan viiltelyn kautta eikä muulla tavoin. Itseään vahingoittavat ihmiset kokevat usein vieraantuneisuutta omasta kehosta, jossa oma keho tuntuu vieraalta ja irralliselta suhteessa omaan mieleen (Myllyviita 2014, 100). Ruumiinkuva voi olla merkittävä riskitekijä nuorten viiltelyssä ja ruumissuhteen patologia tulisi siksi sisällyttää viiltelyn etiologisten mallien kehittämiseen. (Muehlenkamp & Brausch 2012, 1-6.)

2.3. Sosiologiset näkökulmat viiltelyyn

Itsensä viiltely on valtaosin määritelty tutkimuskirjallisuudessa psykiatrisen diskurssin kautta, jossa toiminto nähdään oireena mielenterveyden ongelmasta (Johansson 2010, 248–249). Näitä viiltelyä koskevia tutkimuksia on kritisoitu ensinnäkin siitä, että ne eivät ole huomioineet nuorten omaa kokemusta ja tulkintaa ilmiön luonteesta. Muutamit tutkimukset ovat pyrkineet paikkaamaan tätä aukkoa tuomalla nuorten oman äänen esille (esim. Hill & Dallos 2011; Rissanen ym. 2008). Hill & Dallos (2011) ovat tarkastelleet nuorten tapaa kertoa itsensä vahingoittamisesta ja sen suhteesta muihin elämäntapahtumiin elämänkerrallisella haastattelulla. Näiden nuorten mielestä viiltelyn ymmärtämisessä on vakavia puutteita, mikä estää heitä kehittämästä yhtenäistä narratiivia. Rissanen, Kylmän ja Laukkasen (2008) tutkimus on Suomessa ensimmäinen, jossa kohteena eivät olleet psykiatrisessa hoidossa olevat viiltelijät. Tutkimuksessa nuoria pyydettiin kirjoittamaan kokemuksistaan vapaasti eli kertomaan myös oma tarinansa. Viiltelyn kuvauksia on yhtä monta kuin kertojia, mutta yhteistä viilteleville nuorille oli pahan olon kokeminen. (Rissanen ym. 2008, 43.)

Toiseksi ongelmaksi nuorten näkökulman puuttumisen lisäksi on esitetty tutkimusten kyvyttömyys huomioida sosiaalisia ja yhteiskunnallisia tekijöitä ilmiön synnyssä (esim. Hodgson 2004; Adler & Adler 2007; Chandler 2012). Itsensä vahingoittamista tutkitaan useimmiten kliinisestä ja hoidollisesta näkökulmasta, vaikka sosiologisilla lähestymistavoilla on potentiaali edistää käytännön ymmärrystä. Itsensä vahingoittamisen käytännöt ovat tiukasti yhteydessä sosiokulttuuriseen kontekstiin, mutta vallalla olevilla lähestymistavoilla on taipumus kehystää itsensä vahingoittaminen yksilön ongelmaksi. (Chandler 2012, 442, 443.)

Viime vuosina sosiokulttuuriset näkökulmat viiltelyyn ovat kuitenkin olleet kasvussa (Chandler 2012, 443). Tyypillisesti tutkimusten aineistot ovat kerätty ei-sairaalahoidon piirissä olevilta viiltelijöiltä. Tämä on tapahtunut usein internetin välityksellä tai internetissä (Adler & Adler 2007; 2011; Franzén & Gottzén 2011; McDermott ym. 2013; Whitlock ym. 2006; Johansson 2010). Sosiologiset näkökulmat ovat pyrkineet haastamaan psykiatrisia, psykologisia ja maallikkokäsityksiä viiltelystä yksilön oireena erilaisille mielenterveydenongelmille. Tutkimuksissa on painotettu ilmiön sosiaalista ja itsenäistä luonnetta tuomalla esille, etteivät

suinkaan kaikki viiltelijät ole mielenterveysongelmista kärsiviä (Hodgson 2004, 163, Adler & Adler 2007, 539). Viiltelyä on tutkittu sosiaalisena prosessina, symbolisena vuorovaikutuksena ja alakulttuurisena ilmiönä (Adler & Adler 2007; 2011) sekä ymmärretty sosiaalisesti opittuna käyttäytymisenä (Hodgson 2004). Lisäksi sosiologisissa tutkimuksissa on korostettu toiminnan rationaalista luonnetta: itsensä viiltely nähdään vastauksena ongelmallisiin tunteisiin ja tilanteisiin (Hodgson 2004, 163; Adler & Adler 2007, 539; Chandler 2012, 453- 454).

2.3.1. Ruumiillisuus ja sosiaalinen toiminta

Viiltelyn merkitystä sosiaalisena toimintana tulee tarkastella suhteessa sen yhteyksiin mielenterveyden häiriöiden kanssa, koska myös ne ovat sosiaalisten määrittelyjen alaisia ja osa sosiaalista maailmaamme. Koska sosiologit ovat alkaneet tutkia ilmiötä myöhemmin suhteessa psykologian ja lääketieteen aloihin, ilmiön määrittely ponnistaa vahvasti kliinisestä viitekehystä (Adler & Adler 2011, 22). Psykiatriset ja psykologiset tulkinnat viiltelystä ovat vahvasti sidoksissa arkikäsitteisiimme, toimintaamme ja ruumissuhteeseemme. Mielenterveyden häiriöillä ja psyykkisen pahoinvoinnin kokemuksilla on keskeinen merkitys siinä, miten viiltelyilmiö ymmärretään ja koetaan. Viiltelyn sosiaaliset representaatiot vaikuttavat siten nuorten toimintaan. Sosiologisten näkökulmien ei tulisi asettua psykiatris-psykologisia näkemyksiä vastaan, vaan lähteä niistä liikkeelle.

Tällainen näkökulma korostuu esimerkiksi ruumiillisuuden uusmaterialistisissa tulkinnoissa, jossa kyseenalaistetaan vastakkainasettelua materiaalisen ja immateriaalisen välillä (Oinas 2011, 330). Chandlerin (2012) mukaan ruumista itsessään on kuitenkin tutkittu viiltelyilmiössä hyvin vähän, vaikka ruumis on sen keskiössä. Viiltelyssä koetut ruumiin aistimukset ja tuntemukset (viilloista aiheutuva kipu) muuttavat mielen liikkeitä ja tunteita, kuten ahdistusta. Nuoret kokevat viiltelyn siten helpottavan pahaa oloa, koska huomio keskittyy ruumiin tuntemuksiin. (esim. Adler & Adler 2007; Chandler 2012.) Lisäksi viiltämällä pyritään tuomaan esille sisäistä kokemusta havaittavaksi ruumiin kautta (Rissanen ym. 2008, 39). Tästä huolimatta toimijoiden ruumiillinen ja käytännöllinen puoli jää usein huomioimatta, ja itsensä vahingoittaminen jää heikosti teoretisoiduksi ja vähän ymmärretyksi toiminnaksi (Chandler 2012, 443–444).

2.3.2. Viiltelijän identiteetin rakentuminen

Itsensä vahingoittamisen esiintyvyys ja sosiaalinen merkitys on muuttunut ajan kuluessa; sitä esiintyy kasvavassa määrin erilaisissa sosiaalisissa konteksteissa ja sosiaalisissa ryhmissä (Adler & Adler 2011, 2). Johanssonin (2011) mukaan viiltely ilmiönä nuorten keskuudessa on alkanut normalisoitumaan. Kun viiltelyä on tulkittu kulttuurin ilmaisun tapana, viiltelijän identiteetti on kohdannut eräänlaisen kriisin. Viiltelyä ei enää pidetä niin vakavana, eikä automaattisesti yhdistetä mielenterveysongelmiin. *Huomiohakuisuus* on keskeinen tekijä määriteltäessä viiltelijää aidoksi tai epäaidoksi. Nuoret ymmärtävät *autenttisen* viiltelijän mielenterveysongelmista kärsivänä, ja *epäaidon* viiltelijän toiminta nähdään puolestaan tiettyyn nuorisokulttuurin kiinnittyvänä ominaisuutena. (Johansson 2011, 198–213). Normatiivinen itsensä vahingoittajan identiteetti rakennetaan suhteessa autenttisuuden huomioihin. Autenttisen viiltelijän toiminnan pitää vastata jonkinlaista kärsimistä mielenterveyden ongelmasta, jolloin se nähdään oikeutettuna. Viiltelijöiden yhteisöissä hegemonisena puhetapana toimii siten *psykiatrinen diskurssi*. (Johansson 2010, 252–253.)

Viiltelijän identiteetin rakentaminen tapahtuu viiltelijän asettuessa psykiatriseksi potilaaksi tai muuten psykiatriseen diskurssiin (Johansson 2011, 212–213). Viiltelijät asettautuvat eräänlaiseen kaksoisrooliin ollessaan sekä mielenterveyden ongelmien *uhreja* että *selviytyjiä*. Viiltelijöiden verkkokeskusteluissa esiintyy kaksi toisilleen vastakkaisista tapaa puhua itsensä vahingoittamisesta, viiltelijöistä ja heidän arpisista vartaloistaan. Normalisoivassa diskurssissa viiltely nähdään legitimoituksi toiminnaksi käsitellä psyykkisiä vaikeuksia, kun taas patologisoivassa diskurssissa viiltely ymmärretään moraalisesti vääräksi ja arpiset vartalot vastenmieliseksi. (Franzén & Gottzén 2011, 279–280, 285- 290.)

Viiltely ymmärretään toisaalta tapana harkitusti hallita tunteita ja harjoittaa itsekontrollia; ja toisaalta se nähdään äärimmäisenä merkinä toivottomuudesta, itsevihasta ja kontrollin puutteesta. Viiltelijä on samalla toimija, joka käyttää viiltelyä autonomisesti, ja samalla voimaton uhri, joka ei kykene kontrolloimaan omaa ruumista ja impulsseja. Viiltelevä subjekti rakentuu ristiriitaisten odotusten välille ja kahteen eri logiikkaan: uhriutumisen ja toimijuuden sekä normaalin ja poikkeavuuden väliseen suhteeseen. (Johansson 2010.)

2.4. Viiltelijöiden vertaisyhteisöt internetissä

Lähes kaikki viiltelyn aloittaneet nuoret ovat ennen kokeilua kuulleet viiltelystä jostakin. Tärkeimmiksi tiedonlähteiksi on mainittu media, koulu ja kaverit. Internetin yleistyessä nuorten toimintaympäristönä, tietoa etsitään yhä aktiivisemmin sieltä. (Adler & Adler 2007, 550–552.) Sen lisäksi, että verkosta löytyy tietoa nuoria koskevista aiheista, se toimii välineenä, joka tuo nuoret yhteen. Nuoret käyttävätkin internetiä pääasiassa sosiaalisista syistä. Se on eräänlainen virtuaalinen kohtaamispaikka, jossa on luontevaa kommunikoida myös vieraiden kanssa. Internet-kommunikaation muotona on erityisen toimiva marginalisoiduille ryhmille, kuten itseään vahingoittaville nuorille. (Whitlock ym. 2006, 407). Verkossa nuori saa mahdollisuuden löytää uusia vuorovaikutustilanteita ja erilaisia yhteisöllisyyden kokemuksia, joilla on keskeinen merkitys nuoruuteen kiinteästi kuuluvalla identiteettityöllä (Lehtikangas 2014, 12; 25).

Internetissä on lukuisia keskustelukanavia ja vertaisyhteisöjä, jotka on rakennettu viiltelyn ympärille (Adler & Adler 2007; 2011; Franzén & Gottzén 2011; McDermott ym. 2013; Whitlock ym. 2006). Esimerkiksi Whitlock ja kumppanit (2006) löysivät tutkimuksessaan yli 400 viiltelyyn liittyvää keskustelualustaa. Viiltelyaiheiset keskustelufoorumit voivat olla kohtaamispaikkoja ihmisille, joilla on jonkunlainen itsemääritely mielenterveydellinen ongelma ja jotka vahingoittavat itseään selvittääkseen vaikeista tunteistaan (Johansson 2010, 247). Yhteisöihin hakeutumista ja osallistumista voidaan selittää tarpeella jakaa omia kokemuksia ja tunteita. Tärkeimpinä syinä osallistumisesta internetyhteisöihin on tuki samanhenkisiltä nuorilta, kokemus ymmärretyksi tulemisesta ja yksinäisyyden helpottuminen. (Adler & Adler 2007, 552.) Lisäksi vuorovaikutus verkossa tarjoaa tietoa ja sosiaalista tukea nuorille ongelmien kanssa (Whitlock ym. 2006, 407, 415). Keskustelufoorumit koetaan niiden käyttäjien keskuudessa positiivisina, koska niiden koetaan vastaavan tuen tarpeeseen (Rodham ym. 2007, 423).

Kuitenkin itsensä vahingoittamiseen liittyvistä internetsivuista ollaan oltu myös huolissaan tutkimuskirjallisuudessa ja mediassa (Baker & Fortune 2008, 119). Niiden on ajateltu normalisoivan itsensä vahingoittamisen käytäntöjä ja pelätty kannustavan nuoria siihen (Adler & Adler 2007; Whitlock ym. 2006, 407, 415). Huolinäkökulma näkyy nuorten verkkotutkimuksissa laajemminkin, vaikka viime vuosina verkkokulttuuria on tutkittu myös myönteisemmästä näkökulmasta (Lehtikangas 2014, 16).

Viiltelijöiden keskustelufoorumit voivat toimia virtuaalisina vertaisryhminä, joissa saadaan ja annetaan apua sekä jaetaan kokemuksia ja tietoa yhteisistä huolista. Käyttäjille tarjoutuu kaksi positiivista ja sosiaalisesti arvokasta identiteettiä; ymmärtäjä ja ymmärretty. Käyttäjät saavat vahvistusta omalle arvolleen, kun foorumit mahdollistavat käyttäjien sosiaalisesti arvokkaan identiteetin, kuten ymmärretyksi tulemisen, kuulumisen yhteisöön ja selviytymisen ongelmien kanssa. Viiltelijät hakevat myös foorumeilta apua keskellä kriisiä, jolloin he pelkäävät viiltelyn alkavan. Lisäksi nuoret ilmaisevat viiltelyyn liittyviä tunteitaan, kun keskustelufoorumi tarjoaa käyttäjilleen turvallisen ympäristön tuoda esille asioita joista muuten on vaikeaa keskustella. Kirjoittaminen omasta viiltelystä keskustelufoorumille on kuvattu selviytymisstrategiaksi; tavaksi hallita monenlaista sosiaalista ja psyykkistä ahdistusta. (Baker & Fortune 2008, 120; Rodham ym. 2007, 423–428.)

Viiltelijöiden internetkeskustelut toimivat areenana kollektiiviselle identiteetin luomiselle, jossa yhteisön normit ja arvostukset rakentuvat itsensä vahingoittamisen ja psyykkisen pahoinvoinnin ympärille. Vaikka keskustelijoilla on eri syitä viiltelylle, heitä yhdistää keskustelufoorumilla jaettu kokemus määrityä ihmisiksi, jotka ”voivat huonosti” ja ”tuntevat pahaa oloa”. *Pahanolon tunteminen* tässä yhteydessä ei siis ole vain yksilön mielentila vaan myös subjektipositio, johon keskustelijat kiinnittävät itsensä liittyessään keskustelufoorumille. (Johansson 2010, 247, 250.)

Johanssonin (2010) tutkimus on erityisen kiinnostava verrattaessa sitä tutkimuksiin anoreksiaa sairastavien identiteetin rakentamisesta verkkoyhteisöissä, niin kutsutuissa pro-ana yhteisöissä. ”Todellisen anorektikon” ja ”todellisen viiltelijän” identiteetin luominen vaatii yhteisöjen ulossulkevia käytäntöjä ja määritelmiä siitä, ketkä ovat autenttisia. Pro-ana yhteisöt tarjoavat tukea ja yhteisöllisyyttä, jossa ei oteta kielteistä asennetta syömishäiriöihin. Ne haastavat yleiset psykologiset ja medikalisoituneet käsitykset syömishäiriöistä; korostavat toimijuutta, omistautuneisuutta ja kontrollia sekä anoreksiaa valinnaisena elämäntyylinä. (Boero & Pascoe 2012, 35, 39–40; Johansson 2010; Valkendorff 2007.) Viiltelijöiden yhteisöissä puolestaan täytyy todistaa, ettei vapaaehtoisesti valinnut itsensä vahingoittamista, vaan se on patologian tulos. Viiltelijöiden yhteisöissä kaikista varmin tapa olla autenttinen viiltelijä on määritellä itsensä psykiatrian diskurssilla. Kirjoittajat etsivät tapoja näyttää viiltelyn olevan heidän kontrollin ulottumattomissa, eikä heitä voida siksi pitää vastuussa viiltelykäyttäytymisestä, koska he todella

kärsivät mielenterveydensairaudesta. (Johansson 2010, 252–253.) Viiltelijöiden ja anorektikoiden yhteisöissä autenttisuus rakentuu siis lähes vastakohtaisille normeille.

Viiltelijöiden yhteisöissä se, joka on sairain, ymmärretään autenttisimpana. Keskustelufoorumeille syntyykin väittelyitä siitä, kuka on oikeasti masentunut, kenellä on oikeus olla masentunut ja kuka vain esittää olevansa masentunut. Epäaidot viiltelijät nähdään kulttuurisen ilmaisun jäljittelijöinä, trendin seuraajina ja huomiohakijoina. Viiltelijät työstävät identiteettiään erottautumalla *epäaidoista viiltelijöistä*. Kuten syömishäiriöissä, myös viiltelyssä tarttuvuusvaikutukset kertovat taipumuksesta identifioitua parhaaksi (eli pahimmaksi) viiltelijäksi. Yhteisössä muodostuu ikään kuin kilpailu siitä, kuka voi huonoimmin ja kuka viiltää syvemmälle. Kaikki haluavat olla parhaita itsensä viiltelyssä. Laajemmassa sosiaalisessa kontekstissa viiltelijän identiteetti ja sosiaalinen asema voidaan nähdä nuorta *uhriuttavana*. Jos ainoa tapa identifioitua viiltelijäksi, on kohottaa sairaan subjektin identiteettiä, jää nuoren toimijuus tällöin puutteelliseksi. (Johansson 2011, 205–207, 215–219.)

3. RUUMIILLISUUS VIILTELYILMIÖSSÄ

Ruumis on noussut tärkeäksi tutkimuskohteeksi sosiologiassa 1980-luvulta alkaen. Ruumiin tai ruumiillisuuden tutkiminen valaisee uudella tavalla sosiologian perinteisiä lähtöoletuksia. Käsitteelliset dikotomiat, kuten mieli/ruumis, ovat klassisen sosiologian yleisiä orientaatioita ja selittämisen ydintä. Biologinen ruumis ei ole kuulunut sosiologiaan, vaan *luonnon* piiriin. Ruumiillisuuteen on omaksuttu ikään kuin *ruumiiton* lähestyminen, kun se on otettu eräänlaisena itsestäänselvyytenä. (Shilling 2003, 17–27, 37, 62.)

Ruumiillisuuden teoretisoinnin kautta on pyritty tarkastelemaan niin mielen ja ruumiin, yksilön ja yhteiskunnan kuin biologisen ja sosiaalisen välisiä suhteita. Ruumiillisuuteen keskittyvä tutkimus haluaa kehittää selkeitä tarkastelutapoja ihmisen biologisen ja sosiaalisen elämän kohtauspinnan selittämiseen (Oinas 2011, 17–19; 306). Kuitenkin useat lähestymistavat, käsitykset ja teoriat ruumiillisuuteen kuvaavat, kuinka vaikeaa ruumis on määrittellä yksiselitteisesti (Shilling 2003, 35). Sen sijaan, että pyrkisimme määrittelemään ruumista itsessään tarkasti, voimme kysyä, *mitä ruumis tekee* (ks. Latour 2004). Tällöin olennaista on tarkastella sitä, mitä merkityksiä ruumille annetaan esimerkiksi puheessa ja millaisin käsittein materiaalista ruumiillisuutta kehystetään.

Viiltely on ruumiinmuokkauksen tapa ja ruumiillinen kokemus, jota värittävät monet sosiaaliset merkitykset. Ilmiön kannalta keskeiseksi muodostuu sairauteen ja terveyteen liittyvät käsitykset ja kokemukset sekä kysymykset ”normaalista ruumissuhteesta” (esim. Johansson 2010; Franzén & Gottzén 2011). Toisaalta viiltely voidaan nähdä myös alakulttuurisena ilmiönä (esim. Adler & Adler 2007; Hodgson 2004) ja sijoittaa se kulttuurintutkimuksen viitekehykseen. Tällöin keskiössä on identiteettien ja sosiaalisten ryhmien rakentaminen viiltelyn ympärille.

Yhteiskunnallisissa näkökulmissa viiltely voidaan siten paikantaa sekä terveyteen että kulttuuriin liittyviksi kysymyksenasetteluiksi. Näissä lähtökohdissa tukeudutaan erilaisiin käsityksiin ruumiista. Ensimmäisessä korostuvat psyykkiset sairaudet ja niiden suhde ruumiillisuuteen, kun toisessa ruumis nähdään identiteettityön välineenä ja viiltely eräänlaisena elämäntapana. Lähtökohdat avaavat ruumiin sosiaalisten sidosten ja jaettujen merkitysten tulkintaa, mitkä kytkeytyvät ruumiillisuuteen ja viiltelykokemuksiin.

Tässä luvussa esittelen aiempaa tutkimusta viiltelyilmiön ruumiillisuuteen liittyen. Teorian tarkastelu ja sen jaottelu on muodostunut aineiston alustavan analyysin pohjalta. Aluksi esittelen ruumiillisuustutkimusta yleisesti, ja tämän jälkeen suhteessa viiltelyilmiöön. Alalukujen jäsenyys kolmeen näkökulmaan – ruumiin *tekemiseen*, *näkymiseen* ja *kokemiseen* - perustuu aineiston ja kirjallisuuden vuoropuhelulle. Pyrin sen avulla avaamaan oman tutkielmani teoreettista näkökulmaa nuorten viiltelykokemuksiin.

3.2. Ruumiin tekeminen – minuus

Ruumiinmuokkauksen tutkimuksissa on usein analysoitu tiettyjä ilmiöitä tai käytäntöjä, kuten laihdutusta, kuntoilua, tatuointeja, lävistyksiä, kauneusleikkauksia ja kehonrakennusta (Crossley 2005, 1). Vaikka ruumiinmuokkaamisen tavat keskittyvät kirjavasti eri asioihin, niiden merkitys yksilölle on huomattavan samanlainen (Valkendorff 2007, 35–36). Ruumis mielletään itselle ”toisena”, ja kuitenkin samalla se koetaan omaan identiteettiin kuuluvana minuutena (Shilling 2003, 32–33). Ruumiillisuudessamme onkin keskeistä juuri mahdollisuus kokea ruumis sekä subjektina että objektina. Voimme samaistua toiseen ja saavuttaa myös ulkopuolisen tarkastelun itseemme. Me siis yhtäaikaaisesti *olemme* ja *omistamme* ruumiimme. Ruumiin kaksoisolemus on osoitus kyvystämme refleksiivisyyteen, ei luonnollisesta jaosta. (Crossley 2005.)

Crossley (2005) on kehittänyt teoriaa ruumiillisten käytäntöjen ymmärtämiselle ja nimittää ruumiin muokkauksen ja ylläpidon käytäntöjä *refleksiiviseksi ruumiintekniikoiksi*. Ne tarkoittavat ruumiintekniikoita, joiden päätarkoituksena on työstää, muokata tai ylläpitää ruumista jollakin tavalla, kuten hampaita pesemällä. Olennaista *ruumiintekniikoissa* on myös toiminnan tarkoitus ja tilannekohtaisuus, toisto ja rutiini. Crossleyn lähestymistapa korostaa ”ruumiin manipulaation” olevan osa arkista toimintaamme, ja koostuvan myös tekniikoista, joita emme välttämättä miellä *ruumiinmuokkaukseksi*. (Crossley 2005, 9-14.)

Siitä huolimatta, että itsensä viiltely kuuluu Crossleyn määrittämiin marginaalisiin ruumiinmuokkaustapoihin, sitä voidaan analysoida ruumissuhteemme kuvauksena. Viiltelyä voidaan lähestyä esimerkkinä yksilöllistymiskehityksestä, refleksiivisestä identiteetin

rakentamisesta ja ruumisorientaatiosta. Tässä luvussa esittelen *ruumiin tekemisen* näkökulmaa viiltelyyn, jolla viitataan ruumiinmuokkauksen käytäntöihin, toisin sanoen *refleksiivisiin ruumistekniikoihin*, sekä minuuden rakentamisen kokonaisuuteen. Ruumiin tekeminen yhdistyy merkityksellisiin sosiaalisiin prosesseihin ja laajemmin yhteiskunnan ruumisorientaatioon, jossa ruumis muodostaa keskeisen yksilöllisen identiteetin.

3.2.1. Ruumiillistuva yhteiskunta ja yksilö

Ruumiillisuustutkijat ovat tehneet näkyväksi ruumiin roolia nykykulttuurissa ja esittäneet sen sosiaalisen merkityksen muuttuneen. Käsitys tästä ruumissuhteemme muutoksesta tiivistyy yksilön suhtautumisena omaan ruumiiseen eräänlaisena projektina. Identiteettiin liittyvä yksilöllinen asema yhteiskunnassa määrittyy voimakkaasti ruumiin kautta ja mahdollisuus kontrolloida ruumista on lisääntynyt runsaasti. (Shilling 2003, 27–28.) Ruumista muokataan sosiaalisen kelpoisuuden ja identiteetin rakentamiseksi (Bessonoff & Kinnunen 2013, 183). Ruumis ja tyyli kertovat jotain siitä, minkälainen yksilön ajatellaan olevan. Ruumiin pinnan ja toiminnan kautta voidaan rakentaa sekä omaa yksilöllisyyttä että ryhmään kuulumista. (Laukkanen 2007, 66–67.)

Elämäntapa- ja identiteettivalinnat ovat moninaistuneet postmodernissa nykymaailmassa (Oksanen 2006, 106), jolloin uudeksi vaatimukseksi tulee refleksiivisen minuuden rakentaminen. Minuuden rakentamisprojektissa ruumis on tärkeässä roolissa (Saaristo & Jokinen 2008, 264–265). Ruumiiseen kohdistuu uudenlaisia odotuksia kulutuskulttuurin, terveystalouden ja teknologian kehittymisen myötä. Kulutuskulttuuri tuottaa esteettisiä ihanteita ruumiin ulkomuodolle (Bessonoff & Kinnunen 2013, 181) ja nykyinen terveystalouden kannustaa panostamaan omaan ruumiiseen ja kehittämään sitä tukevia *terveellisiä* elämäntapoja (Puuronen 2006, 7-9). Ruumisorientaation lisääntyminen yhteiskunnassa tuottaa toisin sanoen erilaisia tapoja muokata, tarkkailla ja kontrolloida ruumistamme (Shilling 2007). Yksilön kannalta tämä tarkoittaa vastuullisten valintojen tekemistä (Puuronen 2006, 11). Esimerkiksi jatkuva kunnon

kohottaminen, oikeaoppinen syöminen ja ruumiin koristelemine ovat refleksiivisiä keinoja *tehdä ruumiillisuutta* ja minuutta.

Ruumiista on tullut kulutuskulttuurissa keskeinen itsensä esittämisen väline, jonka nähdään ilmentävän yksilön persoonaa ja todellista luonnetta. Sen ulkomuotoon identifioidutaan niin negatiivisissa kuin positiivisissa merkityksissä. Ruumiin kontrolloinnin ja muokkaamisen mahdollisuus on myös lisääntynyt tieteen ja teknologian myötä. Kehitys on luonut idean ruumiista koneena, jota huolletaan esimerkiksi liikunnalla ja terveysohjelmilla, dieeteillä ja pukeutumalla. (Shilling 2003, 27–28, 32–33.) Kulutuskulttuuri luo otollisen olosuhteen ruumiin pakonomaiselle muokkaamiselle, koska ruumis itsessään on arvokasta pääomaa. Kauneusteollisuus tuottaa ihanteita, joita media välittää. Terveystavoittelu yhdistyy medikalisaatioon ja ruumiin kontrolliin. Ruumista normitetaan ja muokataan näiden kulttuuristen arvojen ja merkitysten mukaisesti. Normaalius tarkoittaa ruumiin järjestelmällistä tarkkailua ja hallintaa sekä elämäntapojen säännöllisyyttä. (Bessonoff & Kinnunen 2013, 181-193; Puuronen 2006, 7-11.)

Terveellisuuden ja hyvinvoinnin määritelmän ollessa tiukka ei yhteiskunta välttämättä olekaan terveellinen, vaan ahdistava, syrjivä ja samanlaisuuteen pakottava (Oinas 2006, 77). Oksanen (2005) yhdistää ruumisorientaation, tyytymättömyyden omaan ruumiiseen ja monet (jopa itseä vahingoittavat) ruumiinmuokkauskäytännöt postmodernin yhteiskunnan kehityskulkuihin ja yksilöllistymiseen. Hän arvelee ruumiinmuokkauksen liittyvän toimijuuden ja kontrollin tarpeeseen sosiaalisen maailman ja ympäristön kaoottisuuden keskellä. Yksilön minuus ja oma ruumis ovat asioita, joita voi uudelleen työstää, kun sosiaalista maailmaa ei voi muuttaa. (Oksanen 2005, 81.) Tällöin nuoreen kohdistuu odotuksia, jotka edellyttävät nuoren muokkaavaan omaa elämänsä itselleen sopivaksi (Oinas 2006, 79). Ongelmien yksilöllistyminen valtaa tilaa sen sijaan, että käsiteltäisiin sosiaalisia ongelmia ja yhteiskunnan asettamia normeja (Oksanen 2006, 100–101).

3.2.2. Nuorten tyytymättömyys omaan ruumiiseen

Monet tutkijat ovat esittäneet huolensa ruumisorientaatioon ja sen objektivointiin liittyvistä ongelmista, kuten lasten ja nuorten negatiivisesta ruumiskuvasta ja syömishäiriöistä (esim. Valkendorff 2014, Frost 2005, Oksanen 2005). Erityisesti nuorten naisten ruumissuhdetta ajatellaan leimaavan tyytymättömyys omaa ruumista kohtaan ja yritykset muokata sitä ihanteita vastaavaksi (Liimakka 2011, 158-159; Frost 2005; Oksanen 2005). Elämme visuaalisessa maailmassa, jossa ruumiin ulkomuodolla on suuri merkitys. Tyytymättömyydestä ruumiiseen on tullut kulttuurinen syndrooma, joka koskettaa nuoria. Erityisesti feministiset tutkijat ovat nostaneet esille länsimaisen ruumiin ideaalin negatiivisia vaikutuksia. (Oksanen 2005, 71)

Empiiriset tutkimukset osoittavat, että lapset ja nuoret ovat kasvavassa määrin tyytymättömiä omaan ruumiiseensa. On näyttöä esimerkiksi siitä, että jopa 8-9 -vuotiaat tytöt ovat tyytymättömiä ruumiiseensa. Suomessa 9-12 -vuotiasta 53 % raportoi olevansa tyytymätön vartaloonsa, kun vertailumaissa Ruotsissa ja Norjassa tämä on paljon harvinaisempaa. Tilastot osoittavat myös, että lapset, jotka raportoivat tyytymättömyyttä ruumiiseen, ovat pessimistisiä, kokevat epäonnistuvansa ja tuntevat itsevihaa. Lisäksi he ovat yksinäisiä ja tuntevat itsensä alempiarvoisiksi sekä kokevat, ettei heitä rakasteta. Kokemus omasta ulkomuodosta on toisin sanoen yhteydessä psyykkiseen terveyteen ja hyvinvointiin. Kymmenen vuoden ikä vaikuttaisi olevan merkillinen käännekohta, jossa itseinho, epäonnistumisen tunne, kuoleman toiveet ja itsen kohdistuva aggressio kasvavat. Samanlainen käännekohta voidaan tunnistaa suomalaisten lasten suhteessa vanhempiin. Kommunikointi vanhempien kanssa ja saatu tuki heikkenee tutkimuksen mukaan samassa iässä. (Oksanen 2005, 67, 76–78.) Tilastot osoittavat siten ruumistyytymättömyyden ja mentaalisten, fyysisten ja sosiaalisten ongelmien välisen yhteyden.

3.2.3. Sosiaalisten ongelmien yksilöllistyminen

Nuorten itsensä viiltelyä selitetään usein nuoren *tunteiden* kautta. Tunteiden tarkastelu sosiokulttuurisessa kontekstissa on kuitenkin harvinaista ja tunteita on tapana käsitellä universaaleina ja suhteellisen ongelmattomina kategorioina. Tavallisesti tunneongelmat

paikannetaan yksilöön, joka vahingoittaa itseään. Esimerkiksi kliinisessä tutkimuksessa viiltelyä selitetään tunteiden säätelyn ongelmina, tunteiden nimeämisen vaikeutena ja kyvyttömyytenä tulla toimeen voimakkaiden tunteiden kanssa. (Chandler 2012, 444.) Kliiniset lähestymistavat jakavat toisin sanoen huolen *tunnekokemusten hallinnasta*. Tunteita käsitellään tällöin yksilön kokemuksina, välttämättä tunne-elämän liittämistä laajempaan yhteiskunnalliseen kontekstiin. Nämä lähestymistavat itsensä vahingoittamiseen harvoin myöskään käsittelevät tunteiden ruumiillista luonnetta. (Chandler 2012, 445.)

Oksanen (2006) on nostanut esille kuinka psykologinen diskurssi ja ongelmien yksilöllistyminen valtaavat tilaa sen sijaan, että käsiteltäisiin sosiaalisia ongelmia. Ihmisten sosiaalisessa elämässään kohtaamat ongelmat ovat alkaneet näyttäytyä yksilön omana kyvyttömyytenä, syyllisyyden tunteina, ahdistuksena, konflikteina ja neurooseina. Psykokulttuuri ja terapeutin kontrolli käsitteellistää yksilöt psykologisilla käsitteillä. Psykokulttuurissa keskeistä on asiantuntijatiedon muodostuminen ja sen siirtäminen yksilön käytettäväksi. (Oksanen 2006, 100–101.)

Psykokulttuurin yhdistyessä yksilöllistymiskehitykseen, ruumisorientaatioon ja itsensä kontrolloimisen ideaaliin maailmassa olemisen perustaksi muodostuu *taisto itseä vastaan*. Tunteet pidetään ruumiin pinnan rajan takana ja ruumiista tulee kontrolloitava mikrokosmos (Oksanen 2005, 72–73). Kulttuurimme pohjaa ajatusmallille, jossa perimmäiset ongelmat kumpuavat itsestä ja samalla ongelmien ratkaisu voi löytyä vain itsestä. Havainnot ympäröivästä todellisuudesta tehdään suhteessa omaan kokemusmaailmaan ja asiantuntijatiedon merkitys perustuu sen hyödyntämiseen oman kokemusmaailman tueksi. Psykokulttuurin asiantuntijat toimivat siis apuna ja tukena itsen rakennusprosessissa ja taistossa itseä vastaan.

3.2.4. Refleksiiviset ruumiintekniikat

Postmodernissa yhteiskunnassa ruumis muodostuu yksilölle tärkeäksi vyöhykkeeksi, jota pyritään hallitsemaan esimerkiksi erilaisten ruumiinmuokkaustapojen ja äärielämysten kautta. Alakulttuuriset ilmiöt, kuten tatuoinnit, näyttävät kuvaavan ruumiin joustavuutta ja uudelleen työstettävyyttä, halua ilmaista identiteettejä ruumiin kautta. (Oksanen 2005, 73; 2006, 111.)

Vaikka ruumiinmuokkaamisen tavat keskittyvät kirjavasti eri asioihin, niiden merkitys yksilölle on huomattavan samanlainen ja ne yhdistyvät laajasti kulttuuriseen ruumisorientaatioon (Valkendorff 2007, 35–36). Oman ruumiillisuuden kehittämisen luomat vapaudet alkavat kääntyä velvoitteiksi (Oksanen & Turtiainen 2004, 30). Kulutuskulttuurissa ja nykyisellä aikakaudella tämä tarkoittaa kasvavaa toimintaa ruumiin kautta, subjektiivisuuden kirjaamista iholle (Oksanen 2005, 81–82).

Ruumiinmuokkauksen yleistymisen paradoksaalisesti johtaa rajankäyntiin ja moraaliseen kamppailuun sen välillä, mitkä ruumiinmuokkauksen ilmiöt ovat sosiaalisesti hyväksytyjä ja mitkä eivät, mitä omalla ruumiilla saa ja ei saa tehdä (Oksanen & Turtiainen 2004, 38). *Refleksiiviset ruumiintekniikat* sisältävät erilaisia sosiaalisia merkityksiä ja hyväksynnän tasoja. Crossley jakaa ne kaikkien käyttämiksi (1), enemmistön tai suuren vähemmistön käyttämiksi (2) ja pienen vähemmistön käyttämiksi (3) ruumistekniikoiksi. Käsien pesu oli aineistossa esimerkkinä kaikkien käyttämästä tekniikasta. Pienen vähemmistön käyttämät, marginaaliset tekniikat ovat selvästi eriytyneitä, alakulttuurisia ja ei-hyväksytyjä tapoja muokata ruumista, joihin itsensä vahingoittaminen kuuluu. Niitä määritellään myös yksilön psykopatologiaksi, josta viiltely toimii oivallisena esimerkkinä. (Crossley 2005, 29–30.)

Viiltelyn käsitteleminen yhtenä ruumiinmuokkauksen käytäntönä ei kuitenkaan ole ongelmaton, koska niitä on ymmärretty lähinnä ulkonäköruumiin kautta. Viiltelyn tietoisena tavoitteena harvoin on kuitenkaan ulkonäön parantaminen, jolloin ruumiinmuokkauksen ideaa voi pitää hedelmättömänä lähtökohtana. Myllyviita (2014) korostaa ruumiinmuokkauksen päämäärien merkitystä toteamalla, että viiltely tulee erotella tatuointikulttuurista ja lävistyksistä, jossa kyseessä on kehonmuokkaus kosmeettisista syistä. Tilanne on täysin toinen, jos ihon lävistämistä käytetään keinona säädellä tunteita. Silloin se on yksi menetelmä vahingoittaa itseä. (Myllyviita 2014, 20.)

Pelkästään itsetuhoisuuden tai itsensä vahingoittamisen käsitteen käyttö ja määrittely kertoo siitä, mitkä toiminnot nähdään kulttuurisesti normaalina ja mitkä patologisina, eikä itsetuhoisuudelle ole mitään absoluuttista rajaa, jossa se alkaa ja loppuu. Johansson (2010) käyttää esimerkkinä kivuliasta karvojen poistoa iholta ja vertaa sitä ymmärrykseemme viiltelystä. Myös karvojen poisto on tarkoituksellista kivun tuottamista, mutta sitä ei kuitenkaan pidetä sairaana käyttäytymisenä. Kun ruumiin muokkaus koskee ulkonäköä, nähdään se oikeutettuna toimintana.

Kun taas ruumiinmuokkaus sotii ulkonäkönormeja vastaan, ymmärrämme ne itsetuhoisena toimintana. Se joka määritellään itsetuhoiseksi, nähdään merkkeinä, että jotakin on vialla ja taustalla on psyykkisiä ongelmia. (Johansson 2010, 11–12.)

3.3. Ruumiin näkyminen – katseen objekti

Ihmiset kommunikoivat aina ruumiinkielellään - tahtoivat tai eivät. Ruumiinkielellä on visuaalinen järjestyksensä, joka vaikuttaa yksilöiden toimintaan, käyttäytymiseen ja identiteetin muodostumiseen. Ruumista koskeva visuaalinen järjestys, esimerkiksi kauneushanteet, kertovat millaiset ruumiilliset esitykset ovat toivottavia ja mitkä eivät. (Seppänen 2002, 46, 110.) Laukkasen (2007) mukaan *ulkonäkö* on keskeisin ruumiin representaatio tyttöjen nettikeskusteluissa, jossa sitä kuvataan suhteessa ihanneruumiiseen. Ihanneruumiin määrittelyssä keskeistä on toisten katseiden kohteena oleminen. (Laukkanen 2007, 61-63.) Katse käsittää katsovan ja katseen kohteena olevan ihmisen. Keskeisimmällä paikalla ei ole katsojan oma katse vaan hänen näkyvyytensä muille. Toisten katseet vaikuttavat omaan minuuteen ja subjektiuden rakentumiseen. (Seppänen 2002, 29, 124.)

Katse on valikoiva, koska se näkee vain olennaiset asiat eli yleensä poikkeamat totutusta. Näkemisen tulkinta perustuu kulttuurisille merkityksille ja visuaalisille järjestyksille, jonka perusteella ihmisiä luokitellaan esimerkiksi normaaleiksi ja sairaiksi. (Seppänen 2002, 46, 95.) Se, miten pukeudutaan, koristaudutaan ja muokataan kehoa, on kulttuurista riippuvaista. Ihon koristelemisen tatuoinneilla ja lävistyksillä on normaalia, kun taas ihon viiltely ei ole (Johansson 2010). Viiltelyn jäljet ruumiissa saa merkityksiä, joiden perusteella viiltelijä luokitellaan poikkeavaksi, jopa sairaaksi.

Visuaaliset järjestykset muodostuvat vain kulttuuristen merkitysten kykeytymisen kautta (Seppänen 2002, 52). Riippuvuus ”superterveen” ruumiin tavoittelusta näyttäytyy hyveellisenä addiktiona, samalla kun narkomaani esitetään itsetuhoisuuden ruumiillistumana ja ruumiillisena toiseutena (Bessonoff & Kinnunen 2013, 194–195). Viillelty ruumis näyttäytyy myös toiseutena ja vastakohtana ”superterveelle” ruumille. Se voidaan nähdä kääntöpuolena Bessonoffin &

Kinnusen (2013) esimerkille fitness-kulttuurista nykyajan hyveellisenä ruumiinmuokkauksen tapana, jossa elämänhallintaa ja ”hyvinvointia” tuotetaan ja *näytetään* oman ruumiin kautta.

Nuorten viiltelykokemuksia tutkineiden Rissanen, Kylmän ja Laukkasen (2008) mukaan viiltelyn tarkoituksiin lukeutuu nuoren sisäisen maailman muuntaminen muille havaittavaksi ja avun tavoittelemineen. Tutkimukseen osallistuneet viiltelijät toivoivat aikuisten näkevän viiltojaljet ja kysyvän niistä. Tutkijat pohtivat, että nuorten verbaaliset avunpyynnöt eivät tule ehkä kuulluksi, jolloin on käytettävä ”ihon puhetta”. (Rissanen ym. 2008, 39, 40, 43.) Johanssonin (2010) mukaan viiltely on yksi tapa visualisoida ja osoittaa avun tarve myös psykiatrisissa palveluissa. Tämä tarkoittaa sitä, että potentiaalisella potilaalla on vastuu osoittaa tarvitsevänsä todella apua. Nuoren täytyy siis ratkaista, miten esiintyä mielenterveysongelmista kärsivänä, saavuttaakseen psykiatriset palvelut, ja tähän viiltely toimii yhtenä mahdollisuutena. (Johansson 2010, 253-254)

Ruumiin avulla ilmaiseimme asioita, joita emme osaa tai pysty kielellisesti kommunikoidaan (Seppänen 2002, 107). Voidaan siis ajatella, että ruumista muokataan omaa identiteettiä vastaavaksi, jotta nuoren viiltelijän pahoinvointi tulee nähdyksi ja tunnistetuksi, ja jotta nuori saisi toivomaansa apua. Myös pahoinvoinnin tulee näkyä ruumiissa silloin, kun yksilö ei koe voivansa hyvin, eikä elämä ole yksilön hallinnassa.

3.4. Ruumiin kokeminen – subjektin tunteet

Kokevan ruumiin näkökulmasta tarkasteltuna viiltelyssä keskeisessä roolissa ovat ruumiin aistimukset ja tuntemukset, jotka muuttavat mielen liikkeitä ja sisäisiä olotiloja. Viiltämisen tarkoituksena voi olla sisäisten tunteiden, kuten ahdistuksen, muuntaminen paremmin siedettävään muotoon ja niiden tekeminen havaittavaksi itselle (Rissanen ym. 2008, 39). Chandlerin (2012) mukaan viiltelyä tulisi ymmärtää *tunnetyönä*, jossa haetaan tunteiden kontrollia, niistä vapautumista tai tunteiden esille saamista. Kyseessä on käytäntö, jossa tunteita muokataan ruumiin kautta. Viiltelyn vaikuttavuus perustuu sen ruumiilliseen luonteeseen ja mahdollisuuteen kohentaa koettuja tunteita (Chandler 2012, 453- 454.). Itsensä vahingoittaminen tarjoaa uniikin esimerkin

kivusta keskeisenä toiminnon tekijänä, vapaaehtoisesti hankittuna ja elettyä kokemuksena (Chandler 2013, 720).

Itsensä viiltäminen on yksi Oksasen (2006) mainitsema yritys saavuttaa subjektiivinen kokemus, jossa joko voimistetaan tai latistetaan kontrollia. Toisin sanoen viiltelyllä etsitään muualta saavuttamatta jäänyttä kontrollin kokemusta tai äärimmäistä vapautta ja rauhaa. Ihon viiltäminen on joka tapauksessa tapa olla olemassa, koska se tuottaa ruumiille voimakkaan shokin ja kokemuksen omasta olemassaolosta. (Oksanen 2006, 110–111; 241–242.)

Liimakka (2011) lähestyy ruumiinkokemusta Merleau-Pontyn ruumiinfenomenologian kautta. Merleau-Pontyn filosofiassa korostuu subjektin ruumiillisuus; ruumis nähdään *minuutena*, ei minuudelle ulkoisena objektina. Poikkeuksellista teoriassa on subjektuuden paikantaminen ruumiiseen. Ruumis muodostuu yksilöllis-yhteiskunnallisesta kokemusten kerrostumasta, jolla on taipumus toimia tietyllä tavalla. Ruumis on suurimman osan aikaa ikään kuin näkymätön, koska ruumiillisuuttamme hallitsee automatisoidut, tiedostamattomat ja harkitsemattomat rutiinit (Oinas 2011; Liimakka 2011, 146–150).

Ruumis tulee läsnäolevaksi ja koetuksi yleensä jonkun poikkeaman kautta, kuten kivun seurauksena. Viiltelyä voi ymmärtää tällaisen poikkeaman tuottamisena, jolloin ruumis tulee itselle uudella tavalla koetuksi. Poikkeama totutussa asiantilassa tuottaa uudenlaisen kokemuksen, joka mahdollistaa tietoisuuden muutoksen. (Liimakka 2011, 150–151, 158.) Viiltely vaikuttaa ruumiiseen ”konkreettisesti” tavalla – vapauttamalla endorfiinia ja adrenaliinia – mikä puolestaan vaikuttaa tunnetiloihin. Siten fyysiset tuntemukset ja kivun kokeminen ovat keskeisessä roolissa viiltelyssä. (Chandler 2012, 453–454; 2013, 723–724.)

Liimakka toteaa, ettei ruumista tule ajatella vain muutostoimien kohteena, vaan muutoksen *tekijänä* itsessään. Ruumis on aktiivinen toimija ja kokemusten tuottaja. Ruumiin toimijuuden löytäminen ja oman ruumiillisuuden kokeminen ovat yksilöä voimaannuttavia kokemuksia. Positiivisena koettu muutos kuvataan usein tapahtuneeksi ruumiillisen kokemuksen kautta. Yhteyden löytäminen omaan ruumiiseen erilaisten tuntemusten ja toiminnan kautta toimii vastalääkkeenä objektivoidulle ruumissuhteelle, jossa ruumiista etäännytetty mieli kontrolloi ruumista. Objektiruumiista tulee myös eletty ja koettu subjektiruumis, joka tuntuu enemmän omalta. (Liimakka 2011, 168–169.)

4. VIILTELEVIEN NUORTEN KERTOMUSTEN TUTKIMUS

Tässä luvussa esittelen pro gradu tutkielman tarkoitusta ja tutkimusmenetelmää. Ensin esittelen tutkimuskysymyksiä ja kuvaan valittua tarkastelukulmaa. Toiseksi käsittelen internetiä tutkimuskohteena ja –ympäristönä, koska se määrittää aineiston kontekstia ja valittuja analyysimenetelmiä. Tämän jälkeen kuvaan narratiivista tutkimusotetta ja tarinallisuutta viiltelykokemuksissa, mikä määrittää aineiston lukutapaa. Viimeisessä luvussa esittelen tutkimusprosessin toteuttamista kokonaisuudessaan; aineiston keruuta ja rajausta sekä sen analyysia ja tulkintojen muodostamista.

4.1. Tutkielman kysymyksenasettelu

Tarkastelen tutkielmassa viiltelyä yhteiskunnallisena ilmiönä ja sitä, miten se heijastelee ruumiillisia kokemuksia. Olen kiinnostunut ruumiin toiminnasta ja *tekemisestä*, ruumiillisista *kokemuksista* ja ruumiin *näkymisestä* viiltelyilmiössä. Keskityn tutkielmassa tarkastelemaan sitä, miten ruumiillisista kokemuksista kerrotaan viiltelyä koskevissa verkkokeskusteluissa ja miten kokemuksiin heijastuu sosiaaliset tarinat ja yhteiskunnan normit. Ymmärrän aineistoni sisällön yksityisen ja sosiaalisen välisenä vuorovaikutuksena; se perustuu yksittäisten kirjoittajien kokemuksiin, jotka tulevat ymmärrettäväksi sosiaalisen, jaetun todellisuuden kautta.

Tutkimuskysymykseni ovat muotoutuneet tutkimusprosessin aikana yhdessä teorian, aiemman tutkimuksen ja aineiston kanssa. Lopullinen tutkimusasetelma rakentuu kahden kysymyksen varaan:

1. *Millä tavalla* itseään viiltävät nuoret jäsentävät viiltelyyn liittyviä kokemuksiaan?
2. *Millaisena* ruumis esitetään näissä viiltelykertomuksissa?

Aineistoni muodostuu keskustelufoorumille kirjoitetuista viesteistä, joita tulkitsen kertomuksina viiltelyyn liittyvistä kokemuksista. Internet ja tutkimani keskustelufoorumi toimivat kokemuksen tutkimisen mahdollistajina. Analyysia ja tulkintaani määrittää ensinnäkin internet nuorten toimintaympäristönä, ja se vuorovaikutustilanne, jossa aineiston teksti on tuotettu. Toiseksi tulkintaa määrittää valittu näkökulma ja tutkimusmenetelmä: mitä teksti merkitsee tutkimuksen kannalta. (Laaksonen & Matikainen 2013.)

Vaikka tutkimukseni kohdistuu siihen, *mitä* viiltelystä puhutaan, yksityisten kokemusten voidaan ajatella heijastuvan kertomuksiin. Tulkintaani ohjaavana menetelmänä on narratiivinen tutkimusote, jossa kerrottujen tarinoiden ajatellaan kuvaavan ihmisten kokemusmaailmaa ja tapaa jäsentää kokemuksia tarinamuotoon. Narratiivisuudella voidaan viitata sekä ajattelutapaan että tutkimusaineiston luonteeseen. Tässä tutkielmassa molemmat puolet ovat läsnä, koska narratiivinen ajattelu on lähtökohtana ohjannut aineiston keräämistä ja sen analyysia. (Erkkilä 2009, 196, 199–201.)

Aineiston kertomukset, joita kutsun myös viiltelynarratiiveiksi, kuvaavat nuorten kokemuksia viiltelystä ja tapaa jäsentää kokemuksia tarinamuotoon. Kertomukset tekevät näkyväksi, kuinka omia yksityisiä kokemuksia rakennetaan jaetun ymmärryksen ja sosiaalisten merkitysten kautta. Olennaista tutkimuksessa ei kuitenkaan ole yksittäisten viiltelijöiden kokemusten kuvaaminen, vaan se miten kokemuksia työstetään kollektiivisesti ja miten jaamme kokemuksiamme toisille. Narratiivinen suuntaus korostaa kerronnan sosiaalisia konteksteja ja kulttuurista perustaa merkityksen muodostumisessa. (Erkkilä 2009, 198-199.) Kertomusten kautta hahmottelen tapoja jäsentää viiltelyä ja ruumiillisuutta sosiaalisena ilmiönä.

Viiltelynarratiivit pitävät sisällään tietoa siitä, minkälaisena ilmiönä viiltely tunnetaan ja millaisiin elämäntarinoihin se kytkeytyy sekä minkälaiset kokemukset ja tapahtumat ovat viiltelijöille viiltelyn kannalta merkittäviä. Niiden kautta voi pyrkiä ymmärtämään, mitä viiltely on ja miksi sitä tehdään. Kertomuksia tutkimalla voi ymmärtää niitä asemia ja identiteettejä, joihin viiltelijä asettuu myös verkon ulkopuolella. Lisäksi viiltelynarratiiveja tarkastelemalla voidaan katsoa, miten ruumis hahmotetaan osana viiltelykokemuksia ja millaisena ruumiillisuus näyttäytyy kirjoittajalle, koska ruumis on toiminnan keskiössä.

4.2. Internetaineistojen tutkimus

Internetkulttuurin tutkimuksessa on keskusteltu paljon siitä, tuleeko verkkoon suhtautua kulttuurisesti uutena ja yhteiskunnan rakenteita muuttavana muodostelmana vai tulisiko historiallisen kehityksen jatkuvuutta painottaa. Toinen keskustelu liittyy siihen, onko mahdollista tehdä rajanvetoa verkon ja sen ulkopuoleen välille. (Arpo 2005, 13.) Verkkokulttuurin määrittelemisen kaiken kaikkiaan on hankalaa, vaikkakin tutkimuksen kannalta tärkeää; se määrittää millaisena tutkittava ilmiö näyttäytyy tutkijalle. Voidaan ajatella, että tutkittavat ilmiöt, kuten ihmisten toiminta, vuorovaikutus ja teksti, ovat periaatteessa samoja verkkoympäristössä kuin aikana ennen verkkoa. Kuitenkin ilmiöiden kehittymisen vauhti ja niiden jäljitettävyyys on muuttunut, kun toiminnasta jää uudenlaisia jälkiä. (Laaksonen, Matikainen & Tikka 2013, 11.) Viiltely ja siitä keskusteleminen vertaisryhmässä eivät ole ilmiöinä uusia. Verkkoympäristö kuitenkin mahdollistaa uudenlaisen tavan keskustella viiltelyyn liittyvistä henkilökohtaisista kokemuksista, ja ennen kaikkea tutkia näitä keskusteluja.

Nuorten verkkokulttuurien tutkimuksissa ollaan oltu kiinnostuneita usein identiteettien rakentamisesta verkossa, siellä tapahtuvasta vuorovaikutuksesta ja yhteisöllisyydestä. Myös verkon mahdollistamat monipuoliset tavat saada omaa ääntä esiin ovat viime vuosina olleet kotimaisen tutkimuksen kohteena. (Lehtikangas 2014, 12,16,22.) Laitisen (2003, 358–359) mukaan internetin ongelmana tutkimuksen kannalta on kuitenkin toiminnan paikantaminen. Ovatko verkkokeskustelut itsessään nuorten toiminnan keskiössä vai keskustelun kohteena olevat tapahtumat ja kokemukset? Internetyhteisöjä tutkiessa tulee pohtia, voiko johtopäätöksiä tehdä viiltelyilmiöstä itsestään vai ainoastaan internetyhteisöistä.

Internet muokkaa ympäröivää kulttuuriamme tarinoiden kerrontapaikkana, yhteisöllisyyden ilmentäjänä ja tiedonhaun keskiönä (Laitinen 2003, 357). Internet muodostaa tilan jo olemassa oleville kulttuureille ja tuottaa samalla uutta kulttuuria (Arpo 2005). Nykyisin verkko on niin kiinteä osa nuorten arkea ja sosiaalista elämää, ettei sitä ole perusteltua tarkastella muusta elämästä erillisenä osa-alueena (esim. Lehtikangas 2014, 25). Kuitenkin verkko määrittää tutkimuskohdettani keskeisellä tavalla, joten se tulee huomioida aineiston tulkinnessa.

4.2.1. Keskustelufoorumi nuorten toimintaympäristönä

Internetin käyttö voidaan ymmärtää kulttuurisena ilmiönä ja toimintana, jolla on keskeinen rooli nuorten arjessa ja elämässä (Lehtikangas 2014, 25–26). Nuorten elämäntapa on 2000-luvulta asti yhdistetty vahvasti informaatioteknologiaan, globaalisti levittyviin vertaisryhmiin ja niissä toimimiseen (Kangas & Kuure 2003, 12). Voidaan esittää, että internet on nykyisin yksi keskeisimmistä nuorten toimintaympäristöistä.

Nuoret tuovat omaa ääntään esiin verkossa muun muassa keskustelufoorumeilla ja blogeissa (Lehtikangas 2014, 25). Keskustelufoorumit tarjoavat mahdollisuuksia sosiaalisten verkostojen luomiseen tiettyjen aiheiden ympärillä (Arpo 2005, 20, 47). Nuorten verkkokeskusteluita tutkineen Laukkasen (2005) mukaan foorumit ovat ”ajattelua ja keskustelua” tiettyjen teemojen ja otsikoiden alla, eräänlaista yleisöosastokirjoittelua. Niissä ei ole niin merkittävää kenen kanssa, vaan mistä aiheesta keskustelua käydään. (Laukkanen 2005, 7-11.) Keskusteluryhmien kommunikaatiolle on tyypillistä puheen avoimuus ja suoruus sekä henkilökohtaisten asioiden ja kokemusten esilletuonti (Valkendorff 2014, 52; Arpo 2005, 296). Keskusteluryhmiä voidaan tulkita yhteisönä, johon kokoonnutaan keskustelemaan yhteisistä kiinnostuksenkohteista, elämäntavasta tai ongelmista (Valkendorff 2014, 52.) Vuorovaikutus tarjoaa sosiaalista tukea niille nuorille, joilla on ongelmia.

Verkon yhteisöllisyys voi tarjota hyviä ja pelastavia kokemuksia nuorille aikana, jolloin pyritään sekä itsenäistymään ja olemaan yksilöllisiä että sulautumaan massaan ja piiloutumaan (Lehtikangas 2014, 15). Internetissä tapahtuva kommunikointi tarjoaa mahdollisuuksia nuorten itseilmaisuun, yksilöllisyyden ja oman persoonan esittämiseen (Kangas 2003, 24). Anonymiteettiin perustuvat virtuaaliympäristöt antavat nuorelle mahdollisuuksia kokeilla joustavasti erilaisia identiteettejä (Lehtikangas 2014, 25). Anonyymius on tärkeää tämänkaltaiselle kokeilulle ja identiteettileikittelylle. Nimettömällä verkkokeskustelulla on monesti negatiivinen kaiku, sillä siihen yhdistetään vihapuhe ja ”trollaaminen”. Nuorille anonyymius on kuitenkin myös suoja ja turvaa antava keino hallita omaa toimintaa verkossa. (Vainikka 2014, 36–37.) Anonymiteetin turvin internetissä voidaan jakaa asioita, joista kasvokkain puhuminen voisi olla hankalaa (Valkendorff 2014, 50).

4.2.1. Verkkoaineiston erityispiirteet

Internet avaa mahdollisuuden rikkaaseen aineistoon; marginalisoitujen nuorten tavoittamiseen ja arkaluontoisten aiheiden tutkimiseen (Whitlock ym. 2006, 415–416). Verkkoaineiston haasteena on toisaalta materiaalin runsaus ja hajanaisuus (Laaksonen, Matikainen & Tikka 2013, 11). Valkendorffin (2014) mukaan internetin tutkimuskäytön rajoituksista yleisimpinä pidetään tekstin tuottamishetoja, kirjoittajien valikoitumista, provokatiivisia viestejä ja keksittyjä tarinoita. Monet pohtivat myös sitä, kuka tai ketkä verkkoon kirjoittavat ja miten hyvin keskusteluteksti välittää ihmisten todellisia kokemuksia (Valkendorff 2014, 53). Naisten peliriippuvuutta tutkineen Järvinen-Tassopouloksen (2011) mukaan verkkokeskusteluihin osallistuvat ne, jotka kokevat yhteydenpidon turvallisena, eivät halua mennä hoitoon tai ne jotka ovat jääneet palveluiden ulkopuolelle. Nettikeskustelijoita on usein pidetty myös verbaalisempina ja teknologisesti taitavampina sekä valmiimpina etsimään apua. Internetissä toimimisen on myös todettu olevan riippuvuudesta kärsivien terapiaa, mikä näkyy henkilökohtaisten tarinoiden ja tiedon jakamisena sekä emotionaalisen tuen vastavuoroisessa antamisessa. (Järvinen-Tassopoulos 2011, 206.) Lisäksi on sanomattakin selvää, muttei yhdentekevää, että foorumeiden keskusteluihin osallistuminen vaatii oman tilanteen ja mahdollisen ongelman tunnistamista ja nimeämistä sekä tarvetta jakaa kokemuksia muiden vastaavassa elämäntilanteessa olevien kanssa.

Valkendorffin mukaan olennaista ei ole pohtia sitä, keitä tekstien takana on, vaan tarkastella internetaineistoa sellaisenaan kiinnostavana tekstinä, jolla on itsessään merkitystä verkon käyttäjälle. Keskustelu verkossa on todellisuuden aktiivista tuottamista ja sosiaalista toimintaa. (Valkendorff 2014, 53.) Tekstit kertovat kirjoittajien välisistä suhteista ja siitä, millä tavalla keskusteluryhmässä määritellään sitä, mistä ryhmässä voidaan keskustella, millä tavalla ja kuka saa osallistua keskusteluun. Tulkintatyö tehdään kehyksissä, jotka eivät palaudu pelkästään aineiston sisälle, kuten keskustelufoorumiin, vaan sitä on tarkasteltava lisäksi laajemmassa yhteiskunnallisessa kontekstissa. (Arpo 2005, 16, 67.) Keskustelut pohjautuvat kuitenkin verkon ulkopuoliseen elämään ja ymmärryksen perustana toimivat verkon ulkopuoliset tekijät (Arpo 2005, 48).

4.2.2. Verkkokeskusteluiden tulkinta

Internetaineistot tarjoavat tutkijalle hyvän mahdollisuuden tarkastella jonkun yhteisön toimintaa, yhteisöllisiä representaatioita ja saada ”oikeaa” sisäpiiritietoa aiheista, joiden tutkiminen on muuten vaikeaa (Laitinen 2003, 357). Erityisesti arkaluontoisten aiheiden, kuten viiltelyilmiön, tutkiminen mahdollistuu uudella tavalla *luonnollisesti* ja anonyymisti tuotetun aineiston kautta.

Sen lisäksi, että verkkokeskustelut mahdollistavat uudenlaisen puhettavan henkilökohtaisille kokemuksille, internetin luonteeseen kytkeytyy lisäksi kiinnostava ruumiillisuuden näkökulma (Valkendorffin 2014, 50). Internetiä on perinteisesti ymmärretty ruumiittomana ja vapaiden identiteettien alueena. Internet on kuvattu ikään kuin reaalityodellisuudelle vaihtoehtoiseksi ruumiittomaksi todellisuudeksi. Materiaalisen ruumiin ollessa näkymätön, on sen ajateltu olevan myös merkityksetön. Laukkasen (2007, 48) mukaan internet keskustelualueena ei kuitenkaan vaikuta täysin ruumiittomalta, eikä ruumiin näkymättömyys tarkoita käyttäjien ruumiittomuutta.

Tekstiperusteinen kommunikointi häivyttää ruumiin, ja samalla mahdollistaa uudenlaisen tavan keskustella siitä (Valkendorff 2014, 50). Myös Boero & Pascoe (2012) ovat tarkastelleet *ruumiin tekemistä* ja ruumiin käytänteiden hallintaa verkkoympäristössä. Internetin ruumiiton luonne saa osallistujat kehittämään ryhmärituaaleja ja yksilöllisiä välineitä tuodakseen ruumiin näkyville ja taistellakseen epäaitoutta vastaan. Yhteisöllisyyden tunteen rakentaminen tapahtuu jaetun ruumiillisuuden tunteen kautta. Esimerkiksi ruumiin koko ja mitat sekä kuvat ovat tärkeä keino oman autenttisuuden todistamiseksi yhteisössä. (Boero & Pascoe 2012, 35, 40–43.)

Tekstien tai keskusteluiden tulkinnassa korostuu esiyymmärryksen ja kontekstualisoinnin prosessit, joiden kautta rakennetaan merkityksiä tekstistä. Tutkijan tulee pohtia ja ymmärtää aineiston syntyyn vaikuttavia tekijöitä ja mitä tarkoitusta varten tutkittava keskustelufoorumi tai yksittäinen keskusteluketju on alun perin syntynyt (Turtiainen & Östman 2013, 54). Yhteiskunnallinen tulkintakehys sijoittaa keskustelijat asemaan, mistä käsin he osallistuvat foorumeiden keskusteluihin. Tilannekohtaisuus puolestaan kuvaa, miten elämäntilanteesta ja kokemuksista kirjoitetaan, joka määräytyy internetfoorumin tarkoituksiperän ja luonteen mukaan. (Järvinen-Tassopoulos 2011, 206.) Verkkoympäristön julkilausumattomiin sääntöihin tutustumalla voi päätellä, millaisia kysymyksiä aineistolle voi esittää (Laaksonen, Matikainen & Tikka 2013).

4.3. Narratiivinen tutkimusote

Narratiivisessa tutkimuksessa tutkimuskohteena ovat kertomukset. Monet tutkijat kiinnostuvat narratiiveista, koska ne paljastavat totuuksia ihmisten kokemuksista. Viiltelijöiden kokemusten ymmärtäminen on myös oman tutkielmani tavoitteena. Tukeudun aineiston analyysissä narratiiviseen ymmärrykseen, jonka mukaan ihmisillä on taipumus kertoa ja ymmärtää kokemuksiaan tarinoina. Narratiivit ovat ihmisen tärkeimpiä tapoja muodostaa merkityksiä elämäntapahtumista ja representoida kokemuksia. (Riessman 2008, 10; Erkkilä 2009, 195–201.)

Ihmisen ajatellaan elävän omien ja muiden tarinoiden ympäröimänä ja hahmottavan tapahtumat tarinoina. Nämä tarinat ovat syvästi sosiaalisia; niiden alkuperä on siinä kulttuurissa, jossa ne on luotu. (esim. Squire 2008; Erkkilä 2009.) Omassa aineistossani kokemusten sosiaalisuus ja tarinallisuus näkyy ensinnäkin siinä, että kertomuksilla on kertojia ja kuulijoita. Foorumille kirjoittaminen itsessään on sosiaalista toimintaa ja tarkoittaa kokemusten jakamista. Toiseksi viiltelykertomukset tulevat ymmärrettäviksi jaetun maailman – yhteisen kielen ja merkitysten - kautta. Tarinoissa on automaattisesti läsnä niiden vuoropuhelu toisten tarinoiden kanssa. Nuoret ottavat omissa kertomuksissaan kantaa toisten kertomuksiin, esimerkiksi niihin samaistuen tai esittäen vaihtoehtoisia kokemuksia. On lopulta vaikea vetää rajaa sen välille, mihin toisen tarina loppuu ja mistä toisen tarina alkaa. Kertomukset ovat siten yhteisesti tuotettuja tarinoita viiltelystä.

4.3.1. Kertomukset kokemusten kuvaajina

Hyvärisen (2004) mukaan elämme kertomuksellisesti. Voidaan ajatella, että kerronnallinen rakenne läpäisee kokemuksemme ja sosiaalisen olemassaolomme, jolloin kertomus on alun alkaen mukana elämässä. Toimintaamme ohjaa keinon ja päämäärän suhde, ja kokemusta jäsentää esimerkiksi ajallinen rakenne: ennen, nyt ja jälkeen. Toisaalta kokemuksen ja kertomuksen välillä on tietty katkos. Päivittäin toistuvat ja automatisoidut toiminnat eivät ole kerrottavissa samalla tavalla kuin poikkeukselliset tapahtumat. Kertomuksellisuus tarkoittaa siis toimijan asennetta toimintaansa ja tilanteeseensa sekä merkityksen antamista omalle toiminnalle. Yksinkertaiset

muistot ja kokemukset rakentuvat elämänhistoriallisiksi kokonaisuuksiksi, jotka muodostavat yksilön elämän jatkuvuuden. (Hyvärinen 2004, 299-301; 307.) Riessmanin (2008) mukaan yksilöt tekevät asioita ja tapahtumia ymmärrettäväksi tarinankerronnan kautta. Tällöin narratiivit rakentavat kokemuksiamme, järjestävät muistiamme ja antavat tarkoituksia elämän tapahtumille.

Keskeisin tapamme jäsentää kokemuksia tapahtuu tuntemiemme kertomusten kautta. Tämä tarkoittaa, että käytämme kokemustemme tulkintaan tuntemiamme kertomuksia. Jokainen uusi kertomus vaikuttaa siitä seuraavaan toimintaan. (Hyvärinen 2004, 307-308) Yksilö soveltaa ainutkertaisessa elämässään sosiaalisen kokemuksen kautta omaksumiaan tarinoita omaan tilanteeseen (Hänninen 1991, 93-94). Yksityisen elämäkerrallisen tarinan rakenteet sekoittuvat yhteisöllisiin elämäntarinoihin, kulttuurin syviin rakenteisiin. Sosiaalistumme narratiivisuuden käytäntöihin jo varhain. (Riessman 2008, 2-3, 10.) Jokainen itseään viiltävä nuori sitoutuu omalla tavallaan viiltelyn jaettuihin merkityksiin ja käytäntöihin. Kokemus viiltämisestä on siten perustaltaan sosiaalinen. Vaikka tarinat viiltelystä koetaan yksityisiksi, ne ovat aina kulttuurisesti jäsenneiltyjä ja perustuvat sosiaalisiin mallitarinoihin.

Vaikka tarinankerronnan impulssi voikin olla luonnollinen ja universaali, kertomuksen normatiiviset kriteerit ovat kulttuurisia. Länsimainen individualismi näkyy tavassamme kertoa tapahtumista tai kokemuksista ”minä” muodossa. Yksityiset kokemukset muodostavat keskeisen olemassaolon tavan. Länsimainen narratiivi rakentuu persoonallisille, kertojan omille kokemuksille, joka kuvastaa yksilön kokemuksen ensisijaisuutta suhteessa esimerkiksi yhteisiin kokemuksiin. Postmodernin yhteiskunnan piirteenä on lisäksi itsensä rakentaminen narratiivisuuden kautta, jossa merkittävässä roolissa tapahtumille rakentuvan juonen lisäksi ovat tunteet. Tunteiden kerronta on tapa varmistaa kertomuksen tarkoitus. (Riessman 2008, 2-3.)

4.3.2. Tarinallisuus viiltelykokemuksissa

Tarinalliset elementit voidaan tunnistaa lähes kaikista aineiston kertomuksista, koska ne perustuvat ymmärrykseemme ja tapaamme hahmottaa tapahtumia ja kokemuksia tarinoina. Me kerromme asioita tietynlaisessa järjestyksessä, tarinan peruskaavan mukaisesti, jotta ne ovat

toisille ymmärrettäviä. Tarinat rakentuvat muutoksen ympärille, jossa tapahtumille annetaan merkityksiä, syitä ja seurauksia. Muutosten tarkastelu tarinoina antaa tapahtumien kululle jonkin juonen. (Hänninen 1991, 95.) Juonimallien tulkinta on kerronnallisen tutkimuksen ytimessä, missä kertomusten elementit tulee suhteuttaa juonenkulkuun (Hyvärinen 2004, 308). Viiltelyä on tulkittu muutoksen tekijänä tarkastelemalla, minkälaiset elementit johtavat ja seuraavat viiltelyä eli minkälaisia alkujä ja loppuja kertomuksilla on. Esimerkiksi Rissanen ym. (2008) ovat tutkimuksessaan kuvanneet viiltelyä tapahtumana, josta voidaan erottaa tilanne ennen viiltelyä, viiltely ja viiltelyn seuraukset. Narratiivisesta näkökulmasta katsottuna viiltely on toimintaa, joka muodostaa juonellisen käänteen tapahtumille tai tähtää muutokseen.

Tarinaa tuotetaan kulttuurisesta varannosta löytyviä henkilöahmoja ja juonen kulun tyyppejä soveltaen. Tarina kytkee tapahtumaketjujen elementit yhteen niiden keskinäisen riippuvuuden kautta eli niille annettujen merkitysten mukaisesti. Tarinan kautta yksilö voi perustella tekemiään valintoja ja ennakoita niiden seurauksia. Tarinat toimivat omaa toimintaa ohjaavina viitepisteinä. Tarkastelemalla viiltelystä kerrottuja kokemuksia voi hahmotella viiltelyä sosiaalisena ilmiönä ja siihen liittyviä yhteiskunnallisia merkityksiä. Tarinan on myös sovittava kertojan elämäntarinaa omaa identiteettiä tukevaksi osaksi. (Hänninen 1991, 93–95.) Kertomuksia tutkimalla voi ymmärtää niitä asemia ja identiteettejä, joihin viiltelijä asettuu myös ”todellisessa elämässä”, verkon ulkopuolella.

Voidaan ajatella, että kertomukset ovat kertojalle aina tosia (Erkkilä 2009, 201). On tärkeää kuitenkin ymmärtää, että vaikka sisäinen kokemusmaailma ja pelot ovat nuorelle totta, ulkoinen todellisuus voi näyttäytyä toisesta näkökulmasta katsottuna erilaiselta. Esimerkiksi on mahdollista, että ongelmat saavat suurempia mittakaavoja nuoren kokemusmaailmassa, kuin vanhempien tai ammattilaisten näkökulmasta katsottuna. Aineiston perusteella ei voi kuitenkaan päätellä, mitkä kokemukset perustuvat ulkoisiin tapahtumiin ja mitkä sisäisiin oletuksiin niistä. Kertomuksiin tulee siis suhtautua tosina kokemuksina, mutta kriittisesti niiden suhteesta ulkoiseen todellisuuteen ja tapahtumiin.

4.3.3. Kertomusten tulkinta

Ruumiillisten kokemusten tutkiminen sanallisten aineistojen perusteella on metodologinen haaste ja siihen liittyy tietty ironiansa. Toisten kokemuksiin ei ole kuitenkaan muuta pääsyä kuin sanalliset kertomukset kokemuksista. (Saarikoski 2011, 132–133.) Narratiivisessa tutkimustavassa on erilaisia näkemyksiä siitä, kuinka eletty ruumiillinen kokemus suhteutuu siitä kerrottuun tarinaan; toiset ajattelevat kokemuksen ja kertomuksen suhteen yhteenkietoutuneeksi ja toiset erottelevat ne selvemmin toisistaan (Hyvärinen 2004). Viiltelykertomusten tulkinnassa jäsenmän kokemuksen ja kokemuksen kuvauksen erillisiksi. Toisin sanoen sanallinen ruumiinkokemus ei ole yksi ja sama kuin ruumiinkokemus itse (Saarikoski 2011, 117,118).

Kuitenkin myös ruumiin kokemukset voivat rakentua kerronnan välityksellä. Tämä tarkoittaa käytännössä, että ilman sisäistettyä kertomusta ei ole tiedostettua kokemusta. Ilman tiedostettua kokemusta ei puolestaan ole viiltelyä, koska viiltely on tietoista itsensä vahingoittamista. Viiltelykokemus on toisin sanoen perin pohjin yhteenkietoutunut viiltelykertomuksen kanssa. Kokemusten kuvaukset sisältävät kuitenkin jo kokemuksen tulkintaa (Erkkilä 2009, 201). Viiltely sisältää jo lähtökohtaisen ajatuksen sen syistä (tarpeesta) ja tavoitteista (pahan olon helpottamisesta) eli sisäistetyn kertomuksellisuuden. Ymmärrys viiltelyyn johtavista ja sitä seuraavista kokemuksista perustuvat puolestaan *sosiaaliseen mallitarinaan*.

Tutkijan idea siitä, mikä narratiivi lopulta on, ohjaa analyysin tekoa. Omassa analyysissäni seuran ajatusta yksilöllisen ja kulttuurisen narratiivin yhteenkietoutumisesta ja erottamattomuudesta. Ymmärrän yksittäiset kertomukset viittauksina kulttuuriseen tarinaan viiltelystä, koska tarinat ovat sosiaalisesti muodostettuja ja jaettuja. (esim. Squire 2008). Olen toisin sanoen kiinnostunut viiltelyä ja ruumiillisuutta koskevasta sosiaalisesta *mallitarinasta*. Mallitarinalla viitataan yksityisiä kokemuksia ja kertomuksia kehystävään kulttuuriseen perustaan, jonka kautta omaa toimintaa tehdään ymmärrettäväksi. Tavoitteena on analysoida näitä kertomuksellisia elementtejä ja tapahtumille annettuja merkityksiä. Kokemuksen narratiivisuus ja erityisesti sosiaalisen mallitarinan idea toimivat tutkimuksen analyttisinä työvälineinä.

4.4. Tutkielman toteuttaminen

4.4.1. Aineiston keruu ja raja

Aloitin aineistonkeruuprosessin surffailemalla internetissä ja tutustumalla erilaisiin viiltelyä koskeviin sivustoihin, blogeihin ja keskustelufoorumeihin. Tämä ensimmäinen työvaihe oli keskeinen hahmoteltaessa lopullisen aineiston kontekstia, vaikka blogit rajautuivat myöhemmin aineiston ulkopuolelle. Kokonaisuuteen tutustumisen jälkeen aloin pohtia aiheen rajaamista johonkin suppeampaan kokonaisuuteen, jotta aineistoa olisi mahdollista kerätä ja analysoida. Tutkimuseettisistä haasteista johtuen päätin tarkastella vain anonyymeja ja julkisia tekstejä viiltelystä. Valitsin tutkimuskohteeksi yhden nuorille suunnatun keskustelufoorumin, jonka olen myös anonymisoinut keskustelujen helpon jäljitettävyyden vuoksi. Keskustelufoorumi sisältää pääasiassa viiltelijöiden kirjoittamia kertomuksia omista viiltelyyn liittyvistä kokemuksista ja sen käyttäjät määrittelevät itsensä nuoriksi. Nämä tekijät olivat olennaista kriteereitä tutkimusasetelmani kannalta.

Valitsemani keskustelufoorumi on suunnattu apua ja tukea tarvitseville nuorille. Se sijaitsee alustalla, jonka ylläpitäjinä toimivat apua tarjoavat järjestöt. Siellä voi maksutta saada henkilökohtaista tukea, osallistua erilaisiin keskusteluryhmiin ja etsiä tietoja. Keskusteluihin osallistuminen edellyttää nimimerkillä tapahtuvan rekisteröitymisen, mutta keskusteluita voi lukea rekisteröitymättä. Foorumille lähetettäviä viestejä moderoidaan ennen julkaisua, ja käyttäjien yksityisyydestä huolehditaan jo ylläpitäjän toimesta. Kyseisen keskustelufoorumin rajoitukset oman tutkimusasetelmani kannalta on tunnistettava. Voidaan esittää, että sivustolle hakeutuvat vain ”hädässä olevat” nuoret, jolloin aineistossa korostuu tietty näkökulma viiltelystä. Sivustolle ei juurikaan hakeudu kirjoittamaan ne, jotka eivät koe viiltelyä ongelmaksi. Muihin sivustoihin tutustuminen ja esitietous mahdollistavat sivuston keskustelukulttuurin tunnistamisen ja asettamisen laajempaan kontekstiin.

Aineiston kerääminen ja rajaaminen sopivan keskustelufoorumin valinnan jälkeen perustui ajatukseen sen tulevasta analyysistä. Kävin läpi keskustelufoorumin keskustelunavausten otsikot, joista ensimmäiset oli kirjoitettu vuonna 2007. Poimin tarkempaan tarkasteluun keskusteluketjut, joiden otsikossa mainittiin ”viiltely”, ”itsetuhoisuus” tai ”itsensä vahingoittaminen”.

Keskusteluketjuja näillä otsikoilla oli yhteensä 25 kpl. Viestejä keskusteluketjuissa oli vaihdellen yhdestä kahdeksaankymmeneen kappaaleeseen. Kaikkien keskusteluketjujen viestejä oli yhteenlaskettuna 345 kappaletta. Kerättyyn aineistoon tutustussa rajasin aineistoa edelleen.

Olen poistanut aineistosta viestejä muutamilla kriteereillä; jos kirjoittaja ei ole itse viiltelijä, jos kirjoittaja ei puhu viestissä omista kokemuksista (esimerkiksi vain neuvoo muita) ja jos viestin keskiössä on jokin muu asia kuin viiltely. Lisäksi olen järjestänyt viestejä uudelleen nimimerkkien mukaan ja yhdistänyt saman kirjoittajan viestit kertomuskokonaisuuksiksi. Olen myös lyhentänyt viestejä poistamalla niistä viiltelyyn liittymättömät kohdat pyrkien siihen, että aineistona on vain kertomuksia omista viiltelykokemuksista. Lopullinen aineisto sisältää yhteensä 192 kertomusta 112 eri nimimerkiltä.

Aineiston rajoitteet tutkimusasetelman kannalta on tunnistettava ja huomioitava. Aineisto koostuu vain yhden verkkoyhteisön keskusteluista, joka on melko kapea rajaus suhteessa keskustelualustojen runsaaseen määrään. Myöskään kaikki itseään viiltelevät eivät jaa kokemuksiaan internetissä, eikä aineistosta voi päätellä, ketkä kertomuksiaan jakavat ja ketkä eivät. On myös mahdotonta arvioida, mitä kaikkea viiltelyn kokemuksesta jätetään kertomatta. Tästä huolimatta ja rajoitukset tiedostaen, ajattelen aineiston välittävän olennaista tietoa siitä, minkälaisia sosiaalisia ulottuvuuksia ja *mallitarinoita* viiltelyilmiö pitää sisällään. Rajoitteet ohjaavat lukutapaani kriittiseksi, ja huomioin tämän tulkinnoissani.

4.4.2. Tutkimusetiikka aineiston käytössä

Oman aineistoni keräämisessä ja käyttämisessä olen pyrkinyt ottamaan eettisiä ongelmakohtia mahdollisimman hyvin huomioon. Tutkimuseettisissä ohjeissa on painotettu tutkimuskohteeseen tutustumista ja aineiston laadun huomiointia, kuten kuinka intiimejä, arkaluontoisia ja kuinka julkisiksi tarkoitettuja tutkittavat sisällöt ovat (Turtiainen & Östman 2013, 51). Tutkijan vastuu korostuu tutkittaessa arkaluontoisia aiheita ja haavoittuvia yksilöitä (Järvinen-Tassopoulos 2011, 203–204). Valitsemani keskustelufoorumi on paikka, jossa ihmiset vaihtavat kokemuksia henkilökohtaisesta elämästään ja yksityisistä, aroista kokemuksistaan. Keskustelussa voi olla

mukana esimerkiksi vain muutama nuori, jotka pyrkivät tukemaan toisiaan tietyssä elämänkriisissä.

Olen yrittänyt ratkoa yksityisyyteen liittyvää eettistä kysymystä asettumalla kuvitteellisesti foorumien käyttäjien tilanteeseen. Pidän erittäin epätodennäköisenä sitä, että kirjoittajat tulevat ajatelleeksi päätyvänsä mukaan tutkimukseen. Intuitiivisesti ajateltuna tuntuu väärältä tutkia keskustelija salaa, ilman keskustelijoiden tietoisuutta tutkimuksen kohteena olemisesta. Tutkittavat voivat kokea itsensä loukatuiksi, jos jälkikäteen huomaavat olleensa tutkimuksen kohteena tai yhteisön jäsenten välinen tuttavallisuus ja vuorovaikutus voi kärsiä (Järvinen-Tassopoulos 2011, 207–208). Tämän vuoksi foorumin käyttäjiä on pyritty informoimaan tutkimuksesta.

Varsinainen tutkimuslupa aineiston keräämiseen pyydettiin keskustelufoorumin ylläpidolta, jonka kanssa käytiin sähköpostitse keskustelua tutkimusmenetelmän eettisyydestä. Käyttäjille laitettiin tiedote tutkimuksesta ja aineiston keräämisestä (ks. Liite 1.) keskustelufoorumin ylläpitäjän toimesta. Tässä yhteydessä kerrottiin mahdollisuudesta kieltää omien viestien käyttö aineistona. Kukaan foorumin käyttäjistä ei ottanut yhteyttä tutkimukseen liittyen. Minulla ei ole kuitenkaan varmuutta siitä, että kaikki käyttäjät olisivat lukeneet tiedotteen. Suostumusta tutkimukseen osallistumisesta jokaiselta foorumin käyttäjältä erikseen ei ollut mahdollista pyytää, koska sivusto ei luovuta käyttäjien yhteystietoja.

Keskustelufoorumi on kuitenkin julkinen ja julkisuus selvästi käyttäjille informoitu. Jokaisen keskustelusivun alussa muistutetaan, että kaikilla sivuilla käyvillä on mahdollisuus lukea viestejä. Uskon jokaisen kirjoittajan olevan tietoinen omien viestien näkyvyydestä kaikille foorumeilla käyville ihmisille, vaikka käyttäjät tuskin ajattelevat sitä joka hetki kirjoittaessaan. Keskustelut kuitenkin käydään sivustolla anonyymisti, nimimerkkien takaa. Lisäksi foorumin viestejä moderoidaan tarkasti ennen julkaisua, ja käyttäjien yksityisyydestä huolehditaan niin, ettei keneenkään liittyviä henkilökohtaisia tietoja julkaista. Sivustolla ei suvaita toisten kiusaamista, haukkumista tai keskustelun häiriköintiä. Aineistoksi siis valikoitui sivusto, jossa käyttäjiä kunnioitetaan ja suojellaan jo ylläpitäjän toimesta erittäin hyvin.

Tarkastelemani foorumin erityispiirteenä on sen suuntaaminen kriisissä oleville ja apua tarvitseville nuorille. Siksi kysymys arkaluontoisuudesta ja tutkittavien haavoittuvuudesta on

olennainen oman aineistoni kohdalla. Viiltely ymmärretään kulttuurisesti ongelmana tai sairautena, joka määrittelee viiltelevien nuorten yhteiskunnallista asemaa. Tutkijalla on velvollisuus olla leimaamatta tutkittavia, jotka kokevat jo muutenkin häpeää (Järvinen-Tassopoulos 2011, 213). Haavoittuvuuden käsitteeseen kuitenkin liittyy myös vallankäyttöä. Se leimaa näitä nuoria kohtelemalla heitä erityisryhmänä, muista poikkeavina yksilöinä. *Haavoittuvuus* ei kuitenkaan ollut tutkimuksessa ennakkokäsitys viiltelijöistä, vaan se on noussut keskeiseksi kysymykseksi aineistoon tutustuesssa nuorien omien määrittelyiden kautta.

Aineistoni keskustelufoorumille kirjoittavat nuoret kokevat olevansa avun tarpeessa ja usein hyvin epävakaisissa elämäntilanteissa. Foorumille valikoituu toisin sanoen nuoria, jotka kokevat elävänsä jonkun akuutin ongelman keskellä. Lisäksi sivustolla kirjoittaa niitä, jotka haluavat auttaa muita. Usein nämä ”auttajat” ovat aiemmin kokeneet vastaavia ongelmia, ja haluavat neuvoa tai tukea muita omista kokemuksistaan käsin. Tarkastelemani keskustelufoorumi kokoaa yhteen avuntarpeessa (avuntarpeen kokemus) olevia nuoria kertomaan kokemuksistaan. Tutkimusaiheeni kannalta tarkoittaa sitä, että viiltelystä puhutaan pääasiassa ongelmana ja negatiivisena asiana. Sitä ei pidetä ”normaalina käytöksenä” toisin kuin muissa mahdollisissa verkkoyhteisöissä voidaan viiltelyä ymmärtää myös vapaasti valittuna elämäntapana (esim. Adler & Adler 2007). Keskustelufoorumilla ymmärretään ja koetaan viiltely pääasiassa ongelmana, riippuvuutena ja patologisena toimintona, jota piilotellaan ja hävetään sekä varjellaan sen paljastumista muille. Tällöin on selvää, että tutkimukseni viiltelijöitä on kohdeltava haavoittuvina tutkittavina sekä viiltelyä arkaluontoisena aiheena. Samalla on muistettava, että aineistoni on tältä osin valikoitunutta, eikä viiltelijöihin tule suinkaan aina suhtautua haavoittuvina tutkittavina.

Tutkimuseettisiin ratkaisuihin kuuluu myös tutkittavien kunnioittaminen analyysivaiheessa. Tulkintojen tekeminen tapahtuu kirjoittajia ja heidän kokemuksiaan kunnioittaen, esimerkiksi niin, ettei kokemuksia aseteta kyseenalaiseksi, vaan ne ymmärretään kuvauksina kirjoittajan todellisuudesta. Lisäksi anonymitetista huolehditaan tuloksista raportoidessa. Tutkijan vastuulla on jättää teksti elävään muotoon ja olla muokkaamatta sitä muuksi, ja samalla kuitenkin huolehtia, ettei mistään viestiotteesta voi suoraan tunnistaa kirjoittajaa tai viestiketjua (Järvinen-Tassopoulos 2011, 219–220). Tulosten esittelyssä tuleekin löytää tasapaino tarkan anonymitetin ja viestien jäljitettävyyden peittämisessä sekä viestien autenttisuuden säilyttämisen ja tutkimuksen luotettavuuden arvioinnin mahdollistamisen välillä. Olen valinnut keskusteluviesteistä otteita ja

muokannut niiden viestikieltä kirjallisempaan asuun häivyttäen tunnistettavuutta ja mahdollisuutta hakukoneen avulla löytää kyseiset keskusteluketjut. Viestien muokkaus on tapahtunut mahdollisimman pienin muutoksin säilyttäen viestien sisällöt ja alkuperäisen kirjoitustyylin. Lisäksi kaikki nimimerkit on muutettu.

4.4.3. Aineiston analyysi

Analyysin tekeminen jakautui useaan työvaiheeseen. Ensimmäisessä vaiheessa olen luokitellut aineistolähtöisesti, mitä viiltelystä kerrotaan ja mitä teemoja keskusteluissa tuodaan esiin. Kävin aineistoa järjestelmällisesti läpi jäsentämällä sisältöä luokkiin (Hakala & Vesa 2013, 218). Tarkoituksena oli muodostaa kokonaiskuva verkkokeskustelun teemoista luokittelemalla sitä (Laaksonen & Matikainen 2013, 208). Toisessa vaiheessa tarkastelin, kuinka kirjoittajat jäsentävät kertomusta, ja mitä merkityksiä teemat kertomuksen juonessa saavat. Lähestyin aineistoa narratiivi-analyysia soveltaen. Kolmanneksi keskityn jäsentämään viittauksia ruumiillisuuteen, ja siinä käytän apuna teoriasta nousevia ruumiillisuuden eri muotoja ja tapoja jäsentää puhetta ruumiista. Näiden työvaiheiden lisäksi analyysin alussa poimin aineistosta kertojia koskevia taustatietoja ja kommentteja foorumin merkityksestä. Sen perusteella oli mahdollista hahmotella foorumin käyttäjien profiilia ja keskustelukulttuuria. Näitä tuloksia esittelen tulosluvun alussa (ks. luku 6.1).

Varsinaisessa analyysissa tarkastelin keskusteluviestien sisältöjä ja aiheita viiltelyn ympärillä. Jaottelin samankaltaisia aiheita suuremmiksi kokonaisuuksiksi ja pyrin muodostamaan sisällöllisiä teemoja, joiden sisään viesteissä esiintyvät aiheet sopivat. Temaattisen analyysin lähtökohtana ovat aineiston teemat, jotka välittyvät teorian ulkopuolelta (Riessman 2008, 55). Luokittelin aineistoa keskusteluissa esiintyvien aiheiden mukaan eli katsoin, *mitä* aineistossa kerrotaan viiltelystä ja mitä teemoja keskusteluissa tuodaan esiin. Muodostamani teemat aihealueille olivat *viiltelyn syyt, riippuvuus, haavat ja arvet, viiltelyn salaaminen, muille kertominen, avun hakeminen ja viiltelyn lopettaminen*.

Kertomusten teemat eivät kuitenkaan vielä paljasta sitä, miten ne suhteutuvat toisiinsa ja millaiset teemat liittyvät toisiinsa. Toiseksi tarkastelinkin aineistossa olevia viiltelykertomusten rakenteita. Tässä vaiheessa keskityin kertomuksen juoneen; tapahtumien välisiin suhteisiin ja merkityksiin.

Kertomusten rakenteellisten muotojen analyysin fokus on siinä, *kuinka* tarina on kerrottu (Riessman 2008, 19). Toisin sanoen kertomuksissa sidotaan tapahtumia yhteen niin, että ne seuraavat toisiaan ja muodostavat eräänlaisen juonen. Kiinnitin huomiota tapahtumien järjestykseen ja millainen *tarina* niistä muodostuu.

Suurimmassa osassa aineiston kertomuksissa oli kuitenkin löydettävissä useampi tapahtumaketju, joita ei voinut pelkistää yhdeksi tarinaksi. Aineiston kertomuksissa oli ikään kuin useita *tarinoita* yhden kertomuksen sisällä, joita käsittelin erillisinä havaintoina. Tyypillistä oli myös sellainen kerronta, jossa ei kuvata yksittäistä tapahtumaa vaan jotain sellaista, mitä on tapahtunut useasti. Tätä kerrontaa kutsutaan tavan kertomukseksi (Hyvärinen 2010, 93), jota oma aineistoni sisältää paljon.

Aloin tekemään havaintoja syy-seuraus suhteista eli etsin kohtia joissa mainitaan jokin tapahtuma tai kokemus joka seuraa toista tapahtumaa tai kokemusta. Pilkoin viestejä osiin ja käsittelin niitä erillisinä tarinoina. Pilkoin tarinoita pienemmiksi osiksi esimerkiksi sen mukaan, mitä oli tapahtunut ennen viiltelyä ja mitä sen jälkeen. Lopuksi tarkastelin havaintojani yhdessä ja luokittelin usein toistuvia tarinoita isommiksi kokonaisuuksiksi. Niistä muodostui seuraavat luokat: tarinat viiltelyn aloittamisesta (1), tarinat viiltelyn lopettamisesta (2), tarinat uudelleen aloittamisesta (3), tarinat viiltelyn etenemisestä ja riippuvuudesta (4), tarinat viiltelyn peittelystä/jäljistä (5), tarinat viiltelyn paljastumisesta muille (6), tarinat avun saamisesta (7) ja tarinat arpien kanssa elämisestä (8).

Tämän jälkeen hahmottelin kertomusten rakentumista kokonaisuutena. Lähdin liikkeelle ajatuksesta, että kertomuksia voi järjestää tarinan peruskaavan mukaisesti - alkutilanne (1), muutos (2), lopputilanne (3) - jossa viiltely muodostaa juonellisen keskikohdan. Sisällölliset teemat voidaan luokitella tarinan mukaan seuraavasti: viiltelyyn johtaneet tapahtumat ja tunteet (1), viiltelytapahtumaan liittyvät asiat (2), viiltelyn seuraukset, tapahtumat ja tunteet (3). (Ks. myös Rissanen, Kylmä & Laukkanen 2008.) Kertomuksista voidaan toisin sanoen tunnistaa alku, keskikohta ja loppu, ja luokitella aineiston sisältöjä sen mukaan. Lisäksi monissa kertomuksissa on eräänlainen käännekohta, jonkin yksittäisen tapahtuman kuvaus, joka sitoo yhteen alun ja lopun, ja selittää niiden välisen muutoksen. Kertomuksissa usein toistuvia tarinallisia elementtejä luokittelemalla voidaan muodostaa viiltelynarratiivin rakenne seuraavalla tavalla (ks. taulukko 1).

Taulukko 1. Kertomusten rakenteiden luokittelu

Luokittelutapa	Kertomuksen alku	Keskikohta	Käännekohta	Loppu
Aineiston sisältö	Lähtötilanteen kuvaus	Tapahtumien selostus	Muutos	Nykytilan kuvaus

Viimeisessä vaiheessa kävin aineistoa systemaattisesti läpi ruumispuheen osalta, ja tarkastelin millaisia viittaukset ruumiiseen ja ruumiillisuuteen kertomuksissa ovat. Ruumiiksi tai ruumiillisuudeksi kuvataan kertomuksissa kirjaimellisesti se puoli itsessä, joka ei ole *mieli* eli ajatukset, tietoisuus ja tunteet. Ruumiin ominaisuuksiksi määrittyy tällöin omat ulkoiset ja materiaaliset ominaisuudet. Tulkitsin ruumiillisuuden kuitenkin laajemmin eli viittauksina *ruumiilliseen minuuteen*, jolloin siihen kuuluu myös sen tiedostamattomat tai näkymättömät puolet (esim. Liimakka 2011). Tulkitsin esimerkiksi *mieleen* liitettävät ominaisuudet myös ruumiillisiksi, koska tämä *mieli* on osa ruumiin kokonaisuutta ja ruumiillisuuden refleksiivisyyttä (Crossley 2005). Ruumiillisuusteoreettinen lähtökohta pyrkii nimenomaan purkamaan mieli-ruumis ja subjekti-objekti dikotomiaa. Valitsin viitekehyksessä esittelemäni kolme näkökulmaa ruumiiseen siksi, ettei tarkastelu typistyisi ruumiin kaksoisroolin vuoropuheluun. Kiinnitin huomiota siis siihen, missä *roolissa* ruumis kertomuksissa oli ja, miten ruumis kulloinkin *toimi*. Luokittelin aineiston ruumiillisuuspuhetta *tekevän*, *näkyvän* ja *kokevan* ruumiin mukaan. Ruumiin kahtiajakoa oli aineiston kertomuksissa kuitenkin mahdotonta sivuuttaa, koska niissä korostui näkyvän ja kokevan ruumiin vuorottelu. Ruumiin *tekeminen* muodostui eräänlaiseksi yläkäsitteeksi kahdelle muulle.

Kun olin tehnyt edellä mainitut analyysin työvaiheet, tarkastelin tekemiäni luokitteluja yhdessä. Analyysissa yhdistyy siten narratiivianalyysin *temaattinen* ja *struktuurallinen* lähestymistapa *viiltelykertomuksiin* sekä *diskurssianalyysia* soveltava näkökulma ruumiiseen. Hahmottelin viiltelyn ympärille muodostuvaa *mallitarinaa* sen perusteella, kuinka temaattiset kertomusten sisällöt suhteutuvat kertomuksen rakenteeseen ja juoneen. Lisäksi liitin ruumiillisen kerronnan tähän mallitarinan juoneen, ja pohdin, millaisissa kertomuksissa tai kertomuksen osissa ruumis on keskeisessä roolissa ja miksi. Seuraavassa luvussa esittelen näitä analyysin tuloksia.

5. NUORTEN KERTOMUKSET VIILTELYSTÄ

Tässä luvussa esittelen analyysin tuloksia. Ensimmäisessä alaluvussa (5.1. Keskustelufoorumin kuvaus) käyn läpi keskustelufoorumin käyttäjien kertomia taustatietoja ja keskustelufoorumin kulttuuria. Toisessa alaluvussa (5.2. Viiltelynarratiivien teemat, tarinallisuus ja ruumiillisuus) käyn läpi varsinaista analyysia. Olen jäsentänyt tämän alaluvun neljään osaan viiltelyn mallitarinan mukaan: aloittamiseen, etenemiseen, käännekohtaan ja lopettamiseen. Näitä neljää kertomuksen osaa käsittelen niiden sisältämien teemojen, tarinallisuuden ja ruumiillisuuden kautta. Nämä analyysin tavat esittelen jokaisen kertomuksen osan kohdalla erikseen. Luku etenee toisin sanoen viiltelykertomusten rakenteiden mukaisessa järjestyksessä, ja esittelen vaiheittain kertomusten olennaisia piirteitä.

5.1. Keskustelufoorumin kuvaus

Kuten aiemmissa luvuissa on todettu, internetaineiston kohdalla on merkittävää pohtia, missä kontekstissa se on tuotettu. Tässä alaluvussa on tarkoituksena esitellä aineistoa ja pyrkiä asettamaan sitä laajempaan kontekstiin. Esittelen ensin keskustelufoorumin käyttäjiä ja peilaan heidän profiiliaan aiempaan tutkimukseen viiltelijöistä. Toiseksi kuvaan keskustelufoorumin keskustelukulttuuria pohtimalla, mitä varten nuoret foorumille kirjoittavat ja mitä internetyhteisö heille merkitsee.

5.1.1. Taustatietoja foorumille kirjoittajista

Olen poiminut aineistosta mainintoja liittyen erilaisiin tietoihin kirjoittajasta, kirjoittajan elämänculusta ja viiltelyhistoriasta. Kirjoittajien taustatietoja ei ollut mahdollista kerätä systemaattisesti, koska tietoja esiintyy vaihtelevasti aineiston luonteen vuoksi. Nuoret kertovat vapaasti viesteissä asioista, jotka kokevat tärkeäksi kokemustensa ja *oman tarinansa* kannalta.

Jotkut kertovat enemmän yksityiskohtia itsestään ja toiset vähemmän keskittyen pelkästään viiltelykokemuksiin. Keskustelun ja kertomusten luonnollinen kulku mahdollistaa tulkinnat nuorille keskeisistä teemoista ja yksityiskohdista sekä juuri viiltelynarratiivin kannalta keskeisen sisällön ymmärtämisen. Aineistossa korostuu nuorten oma näkökulma viiltelyyn ja ymmärrys siihen liittyvistä tekijöistä.

Tällaisia usein toistuvia yksityiskohtia eli niin kutsuttuja taustatietoja ovat aineistossa viiltelyn aloittamisikä, kirjoittajan ikä, kuinka kauan viiltely on jatkunut ja mahdolliset mielenterveyden ongelmat, itsemurha-ajatukset tai -yritykset sekä hoidot niihin. Viestit sisältävät myös jonkin verran konkreettisia kuvauksia eri tavoista, miten itseä satutetaan, mihin ja millä viilletään sekä mahdolliset maininnat tarpeesta haavojen hoitoon.

Lähes puolet keskusteluun osallistuneista kertoo, milloin on viiltelyn aloittanut tai milloin on ensimmäistä kertaa viiltänyt itseään. Kaikki maininnat jakautuvat 11–18 vuoden välille yhtä poikkeusta lukuun ottamatta (ks. taulukko 2). Suurin osa viiltelijöistä on aloittanut viiltelyn yläasteen alussa tai lopussa (molemmissa 11 mainintaa). Ala-asteen loppupuolella, 11 tai 12-vuotiaana viiltelyn aloittaneita on yhteensä 12. Aiemmissa tutkimuksissa nuorten on todettu aloittavan viiltelyn useimmiten 12–14-vuotiaana (esim. Hautala 2007, 13), ja aloittamisikä vaihtelee 10- 19 vuoden välillä (esim. Rissanen, Kylmä & Laukkanen 2008, 36). Aineistoni on melko hyvin linjassa muiden tutkimusten kanssa, vaikka ala-asteikäisten runsas osuus onkin huomattava. On kuitenkin mahdollista, että varhain aloittaneet mainitsevat siitä todennäköisemmin kuin muut kuvatessaan sitä, kuinka kauan ongelman kanssa ovat eläneet. Vastaavasti ne, jotka ovat aloittaneet 13–15-vuotiaana, saattavat jättää sen helpommin kertomatta, koska sitä ei koeta erityiseksi tai kertomisen arvoiseksi seikaksi.

Kiinnostava yksityiskohta on, että kukaan ei kerro aloittaneensa viiltelyä 17-vuotiaana, vaikka 16- ja 18-ikävuodessa molemmissa on 4 tapausta. Selitystä voi hakea elämäntieteen liittyvistä siirtymistä, joissa vaikeudet kärjistyvät tietyissä elämäntilanteissa ja tulevat helpommin esille, ja joissa todennäköisemmin aloitetaan myös viiltely. Oman aineistoni kohdalla tällaiset siirtymät keskittyvät niin ala- ja yläasteen kuin yläasteen ja lukion vaihteisiin sekä lukion loppuun, joka selittää vaihtelua viiltelyn aloittamisikäen kohdalla.

Taulukko 2: Viiltelyn aloittamisikä

Ikä ja	11v.	12v.	13v.	14v.	15v.	16v.	17v.	18v.	39v.
Luokka-aste	5.lk	6.lk	7.lk	8.lk	9.lk	Lukion 1.	Lukion 2.	Lukion3.	
Mainintojen määrä	6	6	11	8	11	4	0	4	1

Noin kolmasosa keskusteluun osallistujista kertoo myös ikänsä kirjoittamishetkellä. Nuorin heistä kertoo olevansa 11-vuotias ja kaksi kirjoittajaa on yli 30-vuotiaita. Oman ikänsä kertovista suurin osa on 13–14-vuotiaita (yhteensä 12 mainintaa). Toiseksi eniten on 15–16-vuotiaita (10 mainintaa). 17–18-vuotiaita on 5, 19–20-vuotiaita on 6 ja 21–25-vuotiaita 6 sekä 26–29-vuotiaita 2. Samalla tavalla kuin viiltelyn aloittamisikä kohdalla, useimmat tuntuvat mainitsevan iän, jos siinä on jotain poikkeuksellista. Tämä koskee erityisesti itsensä ”yli-ikäiseksi” ja *aikuisiksi* kokevia, jotka eivät koe kuuluvansa foorumille kirjoittajien normiin eli *nuoriin*. Normista poikkeaminen ilmenee erillisinä perusteluina keskusteluun osallistumisesta.

”Olen jo aikuinen nainen, 23-vuotias, mutta tähän on pakko vastata. Haluaisin auttaa teitä kaikkia nuoria, joilla on ongelmia viiltelyn kanssa. Tiedän tunteen että aluksi riittää pieni jälki, sitten niistä tulee syvempiä, ja aina entistä kovempi halua viillellä. Niin tuttua minulle.” (someone)

Keskustelijoiden ikäarvioihin tulee siis suhtautua kriittisesti, kuten myös viiltelyn aloittamisikään. Ne antavat kuitenkin suuntaa kirjoittajien profiilista; ikähaarukka on laaja, mutta valtaosa keskustelijoita on 13–16-vuotiaita. Kiinnostavaa on se, että oma ikä kerrotaan kuitenkin harvemmin kuin viiltelyn aloittamisikä. Tämä paljastaa jotain siitä, mitkä tiedot ovat keskeisimpiä keskusteluun osallistumisen, oman kertomuksen tai kokemusten ymmärrettäväksi tekemisen kannalta. Viiltelyn aloittamisikä koetaan siis tärkeämmäksi tiedoksi kuin kirjoittajan ikä, ja mainitaan siksi useammin.

Merkittävin huomio on kuitenkin se, että sukupuoli mainitaan vain 11 kertomuksessa. Näistä kirjoittajista yhdeksän kertoo olevansa tyttö/nainen ja kaksi poika/mies. Tutkimuskirjallisuudessa vallitsee hyvin yksimielinen käsitys siitä, että viiltelijät ovat usein naisia/tyttöjä, jopa 85 % viiltelijöistä on arvioitu naisiksi (esim. Adler & Adler 2011, 35). On hyvin mahdollista, että sukupuolten välinen suhde on samaa luokkaa myös aineistossani, mutta olennaisempaa on mainintojen vähäinen määrä. Sukupuoli ei ole viiltelykokemusten kuvauksissa olennainen tieto, jonka vuoksi sitä ei erikseen kerrota. Voidaan tietysti pohtia, onko sukupuoli, ja nimenomaan oletus naissukupuolesta, niin itsestään selvä ominaisuus ja normi, ettei sitä tarvitse erikseen mainita. Muutamista kertomuksista sukupuolen voikin epäsuorasti päätellä, esimerkiksi maininnat hameiden käytöstä. Kirjoittajien joukossa on kuitenkin myös miehiä ja poikia, eivätkä he erotu joukosta samalla tavalla poikkeuksina kuin esimerkiksi *aikuiset* kirjoittajat. Sukupuoleen perustuva identiteetti ei ole keskeisenä määrävänä tekijänä aineistossa, eikä viiltelykokemuksia yhdistetä kertomuksissa sukupuoleen.

Olennaisia taustatietoja viiltelykertomuksissa on kirjoittajan mahdolliset itsemurhayritykset ja osastohoitoon joutuminen. Myös muista hoitokontakteista ja mahdollisista mielenterveydenhäiriöistä saatetaan kertomuksissa mainita. Lähes puolet (47 mainintaa) kirjoittajista kertovat saaneensa jonkun ammattilaisen apua mielenterveydenongelmiin. Kirjoittajista 15 kertoo olleensa vähintään kerran (psykiatrisella)osastolla hoidossa, ja noin 20 käyvänsä hoidossa psykologilla, terapiassa tai nuorisopsykiatrisella poliklinikalla. Joka viidennessä kertomuksessa mainitaan itsemurha-ajatuksista (11 mainintaa) tai aiemmista itsemurhayrityksistä (12 mainintaa). Joka kymmenes kertoo viiltelyn lisäksi jostakin mielenterveydenhäiriöstä, useimmiten masennuksesta.

Aineistoni viiltelijöillä on siis vahva yhteys mielenterveyden ongelmiin, itsemurha-ajatuksiin tai -yrityksiin sekä näistä ongelmista (tai sairauksista) johtuviin hoitokontakteihin. Tutkimuskirjallisuudessa mielenterveydenhäiriöiden on todettu olevan viiltelevillä nuorilla yleisiä (esim. Hautala 2007, 17; Ruberman 2011, 118). Itsemurha-ajatuksia on todettu olevan jopa 15 % kaikista nuorista (Rissanen, Kylmä & Laukkanen 2008, 36), joten niiden osuus aineistossa ei ole kovin yllättävä. Mainittujen itsemurhayritysten määrä on kuitenkin aineistossa huomattava. Itsetuhoisuuden ja viiltelyn välistä suhdetta on pidetty keskeisenä ilmiön ymmärtämisen kannalta, ja siitä on ristiriitaisia näkemyksiä tutkimuskirjallisuudessa. Osa tutkijoista on sitä mieltä, että

viiltely on nimenomaan vaihtoehto itsemurhalle (tai -yrityksille), kun taas toiset ajattelevat viiltelyn ennustavan myös suurempaa itsemurhataipumusta (Franzén & Gottzén 2011). Aineistoni tukee näkemystä, jonka mukaan viiltelevillä nuorilla on suurempi riski itsemurhiin, mutta viiltely toimintona ei itsessään tähtää siihen (esim. Ruberman 2011, 117). Viiltely itsessään ei selitä itsemurhataipumusta, eikä itsemurhataipumus viiltelyä.

Kirjoittajien profiili muodostuu henkisen pahoinvoinnin, ongelmien, toivottomuuden ja elämänhaluttomuuden ympärille, joilla on yhteyksiä sekä viiltelyyn että itsemurhataipumukseen. Johanssonin (2011) mukaan viiltelijä asettaa itsensä psykiatriseen diskurssiin ja toimintansa psykopatologiseksi, vahvistaakseen autenttisen viiltelijän identiteettiään. Sairauden tulee olla näkyvä tai subjektin tulee onnistua tuomaan se esiin ollakseen autenttinen. Yksinkertaisin tapa tähän on mainita jokin psykiatrinen interventio. Osastohoidossa olevat arvotetaan korkeimmalle hierarkiassa autenttisuuden suhteen. Tässä kontekstissa psykopatologia tarkoittaa arvostusta ja autenttisuutta. (Johansson 2011, 212–213, 217–218.) Itsemurhayritykset ja mahdolliset hoitokontaktit mainitaan siksi kertomuksissa ikään kuin taustatietona, samalla tavalla kuin viiltelyn aloittamisajankohta tai oma ikä.

Itsemurhataipumusten yhteydessä on lisäksi huomioitava aineiston *ongelmakeskeinen luonne*; foorumille hakeutuvat todennäköisemmin kirjoittamaan ne, jotka tarvitsevat kipeimmin apua ongelmiinsa. Tällöin on ymmärrettävää, että kirjoittajilla on monisyisiä ja kasautuvia ongelmia sekä itsemurha-ajatuksia, jotka eivät kuitenkaan yksiselitteisesti kerro viiltelystä ilmiönä. Foorumin keskustelukulttuuriin myös kuuluu ongelmien raportoiminen ja itsensä kuvaaminen niiden kautta. Viiltely ja siihen kietoutuvat ongelmat ovat keskustelun pohja, ja nuoria yhdistävä tekijä, johon identifioidutaan. Alla olevassa lainauksessa on esimerkki tavasta kertoa itsestään.

”Olen äärimmäisen itsetuhoinen. Muutamia kertoja olen istunut päivystyksessä, koska haavoja on pakko tikata.

Kävin psykologilla juttelemassa, mutta se ei auttanut, koska se luuli, että viiltelen hakeakseni huomiota. Kun kukaan ei sitten viiltelyyn reagoinut, aloin miettimään itsemurhaa. Lopulta viiltely meni niin pahaksi, että tein itsemurhatarkoituksessa syvän viillon ranteeseen. Menin suoraan nuorten suljetulle osastolle.”
(MiraMaria)

Aineistossani on myös vastaesimerkkejä viiltelyn yhteyksistä mielenterveyden häiriöihin ja itsemurha-alttiuteen. Nämä ovat kuitenkin aineistossa poikkeuksia, ja vahvistavat normia viiltelyn kietoutumisesta yhteen mielenterveyden ongelmien ja elämänhaluttomuuden kanssa. Alla oleva ensimmäinen lainaus tiivistää oletuksen viiltelyn yhteydestä masennukseen, jonka poikkeavana vastakohtana toimii ”hyvä ja onnellinen elämä”. Jälkimmäisessä lainauksessa kertoja kuvaa positiivista suhdettaan viiltelyyn, sen erottamista itsetuhoisesta viiltelystä ja haluttomuuttaan lopettaa viiltely.

”Onkohan täällä ketään kuka olisi jollain tapaa itsetuhoisen syyttä? Itse en ole masentunut. Minulla on hyvä elämä. Olen ihan onnellinen, mutta silti minua houkuttelee välillä viiltää pieniä haavoja. En tiedä miksi...” (chokoPoP)

”Minun mielestäni viiltelyssä pitäisi tehdä selvä ero itsetuhoisen ja muun viiltelyn välille, kun sellainen ero kerran on olemassa. Minä en viiltele siksi, että haluaisin vahingoittaa itseäni. Viiltelen, koska siitä tulee hyvä olo. Silloin kun ahdistaa unohdan harrastukseni avulla kaiken muun. En halua lopettaa viiltelyä, koska en koe sille mitään syytä. Siitä ei ole minulle mitään haittaa.” (Nallukka)

Yleisimpiä itsensä vahingoittamisen tapoja viiltelyn lisäksi ovat lyöminen ja hakkaaminen, raapiminen, pään seinään hakkaaminen, ihon polttaminen, nyppiminen ja pureminen. Useimmiten viillellään käsiä, mutta myös jalat ja maha esiintyvät monesti viesteissä. Viiltelyvälineistä on viesteissä melko harvoin mainintoja. Jotkut korostavat etteivät koskaan käytä puukkoa tai veitsiä, josta voidaan päätellä niiden olevan tavallisia välineitä. Myös ”mikä tahansa terävä kelpaa” ja omat kynnet.

5.1.2. Keskustelufoorumi ja keskustelukulttuuri

Suurin osa viesteistä on perusrakenteeltaan yhteneviä; ne alkavat usein yhden virkkeen selostuksella itsestä tai ikään kuin avauksella, jolla tullaan keskusteluun mukaan (esimerkiksi mainitaan oma ikä ja/tai kuinka kauan on viillellyt). Tämän jälkeen tulee ns. kertomusosuus, jossa kirjoittaja kertoo jotakin omista kokemuksistaan tai elämästään. Lopussa on yleensä jokin

kommentti, kuten neuvo tai muistutus, joka on osoitettu suoraan muille. Analyysin kannalta erityisesti viestien kertomusosuus on kiinnostavaa.

Keskusteluketjujen aloitusviestit määrittelevät pitkälti sitä, mitä ja miten viesteissä puhutaan. Viiltely nähdään foorumilla yleisesti ongelmana, josta halutaan eroon. Puolet keskusteluketjujen viestien aloituksista koskee avun hakemista viiltelyn lopettamiseen ja kokemuksia viiltelystä. Keskusteluissa pohditaan paljon sitä, mistä voi saada apua viiltelyyn sekä pyydetään toisilta neuvoja lopettamiseen. Muutaman viestiketjun aloituksen tarkoituksena on herättää yleisesti keskustelua aiheesta ja muutama keskustelun alku on viiltelyjäljistä. Alla esimerkki tyypillisestä keskustelun aloituksesta, jossa kirjoittaja haluaa herättää yleistä keskustelua viiltelystä ja toisaalta kaipaa apua parempaan itsensä ymmärtämiseen.

”En ole nähnyt foorumilla laajemmin keskustelua itsensä satuttamisesta, joten päätin ottaa aiheen itse esille. Asia on minulle hyvin ajankohtainen. Luulin, että viiltely olisi minun osaltani jo kokonaan ohi, kunnes mieliala alkoi taas laskea. Viime aikoina halu tarttua terään on koko ajan voimistunut. Kaikesta hämmentyneenä haluaisin kuulla teidän ajatuksia itsensä vahingoittamisesta? Oletteko tehneet niin? Kuinka paljon ja etenkin miksi? Miksi kukaan haluaisi satuttaa itseään tietoisesti? Voiko siitä päästä eroon? Miten? Sana on vapaa.”
(sinner)

Aiemman tutkimuksen perusteella keskustelufoorumeille ja vertaisryhmiin viiltelyaiheen ympärille hakeudutaan sosiaalisen tuen (Whitlock 2006, 407), ymmärretyksi tulemisen kokemuksen ja yksinäisyyden helpottumisen vuoksi (esim. Adler & Adler 2007, 552). Aineistoni viesteissä on jonkin verran viittauksia siihen, millainen foorumin ja sinne kirjoittamisen merkitys on nuorelle. Kaksikymmentä kirjoittajaa mainitsee kirjoittamisen syyn tai merkityksen itselle. Keskustelufoorumilta haetaan tietoa, kysytään apua ja etsitään tukea omaan elämäntilanteeseen. Aineistoni kirjoittajien yhteisenä piirteenä on tarve keskustella samassa tilanteessa olevien nuorten kanssa ja jakaa kokemuksia viiltelystä. Alla oleva kirjoittaja kertoo löytäneensä sivuston ”sattumalta”, mutta kokevansa heti yhteenkuuluvuudentunnetta muiden käyttäjien kanssa. Hän haluaa tarjota vastaavaa tukea muille käyttäjille.

”Hassua. Minä löysin tänne [keskustelufoorumille] ihan sattumalta ja heti löysin joukon ihmisiä, jotka varmasti ymmärtävät minua paremmin kuin ystäväni. Ehkä te olettekin minun oikeita ystäviä. ... Muistakaa joka ikinen teistä, että jos ei kukaan muu, niin ainakin minä olen valmis kuuntelemaan teidän taistelua tällä tiellä. Meidän pitää muistaa tukea toisiamme täysillä, koska yksin tästä kuopasta ei kiivetä ylös.” (Höyhen)

Verkkokeskustelu koetaan tärkeäksi mahdollisuudeksi saada muilta apua tai kysyä neuvoa hankalaan tilanteeseen. Suurin osa heistä, jotka viittaavat foorumille kirjoittamisen tarpeeseen, kokevat kirjoittamisen olevan heille puhumista helpompaa. Lisäksi monet hakevat foorumilta konkreettista apua, ja kertovat ettei ole ketään muuta ihmistä tai paikkaa, josta avunhakeminen olisi mahdollista. Jotkut kertovat, ettei halua vanhempien tietävän viiltelystä ja avunhakeminen ammattilaisilta on alaikäisyyden vuoksi vaikeaa. Viesteissä myös kysytään muiden kokemuksia siitä, ”voiko koulupsykologisiin luottaa, ettei hän kertoisi vanhemmille?” tai ”joutuuko viiltelystä hoitoon?”. Konkreettisen avun lisäksi osa kirjoittajista hakee foorumilta helpotusta yksinäisyyteen.

”En halua kertoa ongelmistani koulukuraattorille tai kenellekään aikuisille. Ainut paikka oli siis netti.” (Tuffe)

”Toivoisin, että pääsisin jotenkin tästä hankalasta tilanteesta pois, jotenkin muuten kuin menemällä puhumaan jonnekin. Minusta puhuminen on kauhean vaikeata muutenkin. Ainut, mitä osaan, on kirjoittaa ihmiselle niin, etten edes näe sitä, kun hän lukee sitä, mitä kirjoitan.” (minä_vain)

”Tuli vain kirjoitettua mietteitä viiltelystä, kun ei ole ketään kelle puhua siitä.” (sirbin)

Avun tai tuen hakemisen lisäksi foorumille kirjoittavat ne, jotka haluavat tukea tai neuvoa muita kertomalla omista viiltelykokemuksistaan. Osa heistä on viiltelyn lopettaneita ”aikuisia” ja osa pitkään viiltäneitä, jotka varoittavat aloittamasta viiltelyä oman esimerkin kautta.

”En kirjoittaisi nuorten palstalle, mutta satuin huomaamaan uutena käyttäjänä viiltelyä koskevan otsikon ja päätin kertoa kokemuksia omasta viiltelystä. ... Pyydän vielä: älkää viiltäkö itseänne. Sillä arvet näkyvät ihollanne vuosien, jos ei jopa lopun elämänne ajan.” (Juhis)

*”Haluaisin niin auttaa teitä kaikkia nuoria, joilla on ongelmia viiltelyn kanssa ja jotka olette jääneet siihen koukkuun. ... Masentuneena sitä ajattelee kaikkein pahinta, mutta siitä kuilusta voi nousta. ... On jo hyvä, että kirjoitatte tänne, toivottavasti siitä on jotain apua. Koettakaa jaksaa, elämä on vielä edessäpäin!”
(someone)*

Foorumille kirjoittajat voidaan jakaa karkeasti *autettaviin* ja *auttajiin* sen perusteella, mistä positiosta keskusteluun osallistuu. *Autettavat* hakevat apua, etsivät neuvoja ja vertaiskokemuksia omiin ongelmiin. *Auttajat* puolestaan ovat taistelleet ongelmien kanssa aiemmin ja haluavat jakaa kokemuksiaan ja neuvoa muita. Olennaiseksi kirjoittajaa määrittäväksi ominaisuudeksi muodostuu tällöin, onko kirjoittaja ongelmissa viiltelyn kanssa kirjoittamishetkellä vai ”entinen viiltelijä”. Jako *autettaviin* ja *auttajiin* ei kuitenkaan ole näin yksinkertainen. Osa viiltelyn lopettaneista hakee apua, koska pelkää ”retkahtavansa uudestaan viiltelyyn” tai koska ”viiltelyhimo” on palannut. Lisäksi monet pitkään viillelleet neuvovat muita, vaikka itse edelleen viiltelevät.

*”En nyt tiedä, oliko tässä tarkoitus kertoa omista kokemuksista vai auttaa muita pääsemään eroon tästä pahasta tavasta. Toivottavasti kukaan ei kuitenkaan minusta mallia ota - älkää tehkö niin kuin minä teen vaan tehkää niin kuin minä sanon. Eli EI VIILTELYÄ TAI MUUTENKAAN ITSENSÄ SATUTTAMISTA.”
(sussu)*

Viesteissä on kiinnostavia yksityiskohtia siitä, miten keskusteluun syntyy ”me” muoto. Sillä viitataan foorumille kirjoittavien yhteisöön, jossa heitä yhdistävät kokemukset viiltelystä, tai ylipäätään ”viilteleviin nuoriin” kuulumisen. Keskustelufoorumi muodostaa eräänlaisen kokoontumispaikan, ja yhteisön johon kuulutaan. Olennaista on toisten tukeminen tavalla, jota yhteisön ulkopuoliset eivät voi tehdä. Yksi kirjoittajista kuvaa runollisesti, kuinka nuoria yhdistää erilaisuus ja toiseus sekä väärällä polulla kulkeminen, ja kuinka toisten tuki foorumilla voi helpottaa yksinäisyyttä ja viiltelyn tarvetta. Toinen kirjoittaja viittaa puolestaan nuorten keskinäiseen konkreettiseen tukeen; yhdessä tekemiseen ja viiltelyn korvaamiseen kirjoittamisella. Molemmissa lainauksissa viitataan mahdollisuuteen päästä viiltelystä eroon *yhdessä* ja toisten tuen kautta.

”Kumpa me kaikki tälle tielle eksyneet löytäisimme sen paremman tien vielä joskus. Yritetään uskoa yhdessä parempaan, vaikka se onkin melkein joka hetki liian vaikeaa. Mutta kuunnellaan toisiamme ja koitetaan auttaa. Ettei kenenkään tarvitsisi vuodattaa vertaan tuskissaan, eikä itkeä yksin. Ehkä kohta aurinko paistaa ja jaksamme hymyillä. Voimia!” (varjo)

”Ehkä meidän pitää päättää, ettemme enää viiltele ja keksiä jokin keino poistaa ahdistusta. Jos silloin tulisimme kirjoittamaan tänne siitä, tai jotain.. ... Yritetään kovasti ettei enää satutettaisi..” (Helinä)

Sen lisäksi, että nuoret tekevät jakoa viiltelevien nuorten ja muiden välillä keskustelufoorumin yhteisöllisyyttä rakennetaan myös erottautumalla muista foorumeista. Foorumi koetaan turvalliseksi ja sen käyttäjät ymmärtäviksi ja ystävällisiksi suhteessa muihin keskustelupalstoihin. Esimerkiksi Suomi24 koetaan hyvin erilaiseksi yhteisöksi, jossa esiintyy myös ”päänaukomista”.

”Kirjoitin kerran Suomi24 palstalle, mutta voitte arvata vastausten laadun. Saa sieltä apuakin, mutta kun olen lueskellut joitain viiltelykeskusteluja siellä, niin tosi moni on tullut aukomaan päättään sinne. Ajattelin, että täällä ehkä ymmärretään paremmin asioita.” (sirbin)

Vertaus Suomi24 keskustelufoorumiin on kiinnostava myös siksi, että sen sisältöjä ja keskustelukulttuuria on tutkittu (esim. Valkendorff 2014), ja todettu esiintyvän runsaasti provosointia. Myös nuorille suunnatussa Demin keskustelufoorumeissa on näkyvissä keskustelijoiden välinen hierarkia, vallankäyttöä ja toisten solvaamista, joka esiintyy muiden kielenkäyttöä tarkkailemalla, ironisoimalla ja parodioimalla (Laukkanen 2005, 12, 16). Tutkimissani keskusteluissa ei esiinny tällaista toisten provosointia, häiriköintiä tai hierarkiaa kirjoittajien välillä. Ylläpidolla ja mahdollisuudella viestien moderointiin on todennäköisesti keskeinen osuus tässä keskustelukulttuurissa ja verkkoyhteisön ilmapiirissä. Keskustelu perustuu toisten kunnioittamiseen, ymmärtämiseen ja tukemiseen, kun haukkumista tai toisten kokemusten kyseenalaistamista ei suvaita. Jokainen puhuu foorumilla omasta puolestaan, omista kokemuksista käsin ja on oman itsensä asiantuntija. Tällä on keskeinen merkitys siinä, miten keskusteluissa muodostetaan *tietoa* viiltelystä.

5.2. Viiltelynarratiivien teemat, tarinallisuus ja ruumiillisuus

Tässä luvussa esittelen kertomuksia viiltelyyn liittyvistä kokemuksista. Näitä kertomuksia kutsun myös viiltelynarratiiveiksi. Viiltelynarratiivien keskeisiä sisältöjä ja tarinallisia elementtejä luokittelemalla voidaan tarkastella, *millaista* tarinaa itsestä ja omasta elämästä niissä kerrotaan; *mitkä* tapahtumat ovat keskeisiä ja *mitä merkityksiä* erilaisille kokemuksille annetaan. Tarkastelin tarinoiden muodostumista erityisesti *ruumiillisuuden* näkökulmasta. Tosin sanoen kysyin aineistolta, millaista ruumiillista narratiivia itsestä viiltelijänä kerrotaan.

Yhdistämällä kertomusten sisällölliset teemat, tarinalliset elementit ja ruumiillisuuden tarinan perusrakenteeseen hahmottelin kertomuksiin sisäänrakennetun *viiltelyn mallitarinan* (ks. taulukko 3). Viiltelyn mallitarina ilmentää, millaisena ilmiönä viiltely ymmärretään. Yksityinen ja omakohtainen kertomus viiltelystä on aina sidoksissa yleisesti tunnettuun sosiaaliseen mallitarinaan. (Ks. luku 5.3.). Mallitarina koostuu neljästä osasta ja on tiivistettynä alla olevaan taulukkoon 3.

Taulukko 3. Viiltelyn mallitarina

	1. Alku	2. Keskikohta	3. Käänte	4. Loppu
Sisällöllinen teema	Pahan olon kokemus	Riippuvuus	Salaaminen	Avun hakeminen/ saaminen
Tarinallinen elementti	Viiltelyn aloittaminen	Viiltelyn eteneminen ja toisto	Viiltelyn paljastuminen	Viiltelyn lopetus/ halu lopettaa
Ruumiin keskeinen rooli	Tunteminen	Toimiminen	Näkyminen	Tekeminen

Viiltelyn mallitarina on eräänlainen kertomuksen ideaalityyppi, josta kaikki kertomukset ovat yksilöllisiä muunnelmia. Kertomukset alkavat usein viiltelyn aloittamisen ja ensimmäisen viillon kuvauksella (1). Monissa kertomuksissa kuvataan seuraavaksi, miten viiltelystä muodostuu tapa tai ongelma (2). Sitten selostetaan jokin muutos tai tapahtuma (3), joka on tarinan käännekohta. Kertomusten käännekohdat paljastavat, mitkä tapahtumat kertoja mieltää merkityksellisiksi ja jäsentävät aikaa ennen ja jälkeen tätä kokemusta. Kertomukset loppuvat nykyhetken kuvaukseen, joissa useimmissa viiltely on lopetettu, halutaan lopettaa tai aiotaan hakea apua (4).

Kertomuksia voi tyypitellä hienojakoisemmin kiinnittämällä huomiota, millaiselle aikajänteelle kerrottu tarina asetetaan. Joidenkin kertomus alkaa jo tapahtumista ennen viiltelyn aloittamista, kuten lapsuuden kokemusten kertomisella. Tällaisella aloituksella on tarkoituksena pohjustaa ja perustella viiltelyn aloittamiseen liittyviä tapahtumia. Usein näissä tarinoissa kerrotaan pitkään jatkuneista ikävistä kokemuksista tai vaikeuksista, kuten kiusaamisesta tai ongelmista perheessä, jotka ovat johtaneet lopulta viiltelyyn. Näissä kertomuksissa viiltelyn aloittaminen muodostaa tarinan käännekohdan ja muutoksen, joka jakaa tapahtumat ja kokemukset viiltelyä edeltävään ja sen jälkeiseen aikaan.

Toisenlaisissa variaatioissa kertomus voi alkaa ikään kuin mallitarinan keskikohdasta, tilanteesta, jossa viiltely on jo muodostunut tavaksi ja riippuvuudeksi. Näissä kertomuksissa korostuu viiltelyn pysyvä rooli kertojan elämässä. Viiltelyn aloittaminen ei ole kertomuksen kannalta merkittävää, vaan sen jälkeen tapahtuneet asiat ovat kertomukset keskiössä. Näissä tarinoissa viiltely on kertomuksen lähtökohtana ja käännekohdan muodostaa esimerkiksi viiltelyn lopettaminen.

Kaikissa kertomuksissa viiltelystä ei myöskään muodostu tapaa tai koettua riippuvuutta, eikä viiltelyn etenemistä tai pahenemista kuvata. Esimerkiksi jotkut kertovat lopettaneensa viiltelyn kokeilun jälkeen nopeasti. Toiset eivät koe ollenkaan tarvetta viiltelyn lopettamiseen. Tällöin kertomukset päätyvät nykyisyyden kuvaukseen, jossa halu lopettamiseen ei ole keskiössä. Nämä kertomukset ovat kuitenkin poikkeuksia suhteessa muihin.

Yhden tarinatyyppin muodostavat kertomukset, joissa kertoja lopuksi palaa takaisin lähtöruutuun eli viiltelyn aloittamiseen. Näissä kertomuksissa tarina noudattaa muuten samaa juonta, mutta viiltelyn lopettamisen jälkeen viiltely aloitetaan uudestaan. Joidenkin tarinat koostuvat useista

elämänvaiheista, jotka muodostuvat viiltelyn lopettamisen ja uudelleenaloittamisen vuorottelulle, useammalle mallitarinan *juonen kierrokselle*.

Kertomusten ruumiillisuuspuhe jakautuu pääosin koettuihin subjektiivisiin tunteisiin ja tuntemuksiin sekä mainintoihin havaittavasta objektiruumiista, usein viiltelyn jälkiin liittyen. Viittaukset *kokevaan ja näkyvään* ruumiiseen on yksinkertaista erotella aineiston kertomuksista. Ruumiiseen viitataan joko itsenä (subjektina) tai osana itseä (objektina). Kuitenkin ruumiilliset kokemukset jakautuvat kertomuksissa edelleen *henkisiin tunteisiin ja fyysisiin tuntemuksiin*, mikä vaikeuttaa ruumiin jaottelua *kokevan subjektin ja näkyvän objektin* kategorioihin. *Kokevaan ruumiiseen* kuuluu tunteiden lisäksi myös ruumiilliset aistimukset, kuten kipu, jotka liitetään subjektin sijaan objektiruumiin ominaisuuksiin. Subjekti-objekti luokittelu ei avaa riittävästi puheen tasoja, eikä ole paras tapa kuvata ruumiillisuuden kahtiajakoa.

Kertomuksista löytyy kaksi hallitsevaa puhetapaa ruumiillisuudesta, joita kutsun *biomedikaaliseksi* ja *psykologiseksi* puhetavaksi. Ruumiilliset *tuntemukset* ja *toiminnot* kuuluvat biomedikaalisen ruumiin piiriin, kun *tunteet* kuuluvat mielelle ja psykologiseen puhetapaan. Puhetavat perustuvat erilaisiin tieteellisiin lähtökohtiin ja ihmiskuviin, ja ne sitoutuvat tällöin erilaisiin käsityksiin ruumiista, viiltelyongelman muodostumisesta, sen hoitamisesta ja toimijuudesta. Psykologinen puhetapa perustuu ajatukselle mielestä toimijuuden pohjana, kun biomedikaalinen puhetapa painottaa ruumiin toimintaa ja sen ohjaavia vaikutuksia.

Esittelen seuraavaksi tarkemmin viiltelyn mallitarinan neljää elementtiä. Ensimmäisessä alaluvussa käsittelen viiltelynarratiivin aloitusta, toisessa etenemistä, kolmannessa käännekohtaa ja neljännessä luvussa lopettamista. Tarkastelen näitä neljää tarinan osaa kolmen analyysitavan kautta: sisällöllisten teemojen, tarinallisuuden ja ruumiillisuuden.

5.2.1. Viiltelyn aloittaminen

Suurimmassa osassa viiltelykertomuksista mainitaan jotakin viiltelyn aloittamisesta. Usein viiltelyn aloittamisesta kertominen vastaa kysymykseen ”miksi”. Koska viiltely on poikkeava ruumiinmuokkauksen käytäntö, sen aloittaminen tai siihen päätyminen vaativat kertojalta perusteluja. Kertomukset viiltelyn aloittamisesta ovat tarinoita pahan olon *kokemisesta* ja sen helpottamisesta. Pahanolon kokemus viittaa *henkiseen itseen* tai *mieleen* ja tämän kokemuksen helpottaminen perustuu puolestaan *fyysiseen itseen*. Tarinoiden keskiössä on tunteet ja *tunteminen*.

A. Teemana pahanolon kokemus

Kaikista yleisin sisällöllinen teema viesteissä on kertoa, miksi viiltelee. Se mainitaan lähes kaikissa viesteissä, mutta joissakin vain ohimennen. Viiltelyn syytä on lukuisia, mutta niitä voidaan luokitella sen mukaan, mikä viiltelyn tarkoitus on tai mitä se edustaa kertojalle. Viiltelylle voidaan antaa kaksi päätehtävää; muuttaa tunnetilaa ruumiillisen kokemuksen kautta ja viestittää *ruumiin* välityksellä muille omasta pahoinvoinnista. Viiltelyllä haetaan sekä helpotusta negatiivisiksi koettuihin olotiloihin että tehdään sisäistä maailmaa muille näkyväksi.

Ensimmäinen viiltelyn tarkoitus on hakea helpotusta vallitsevaan olotilaan ja/tai muuttaa sitä. Viiltelyä perustellaan usein joillakin tekijöillä tai tapahtumilla, jotka aiheuttavat olotilan, jossa viiltely tuntuu parhaalta ratkaisulta. Yleisimmin viiltelyä kuvataan keinoksi ”purkaa” tuskaa ja pahaa oloa, ”vaihtaa” se kipuun ja helpottaa ahdistusta. Viiltely liittyy kertomuksissa positiivisen tunteen aikaansaamiseen viiltelyn seurauksena. Joissakin kertomuksissa viiltelyn selitetään olevan tapa muuttaa ”henkinen” kipu ”fyysiseksi”, joka on helpompi kestää. Alla olevissa esimerkeissä kuvataan kertojan sisäistä tunnetilaa ja sen muuttamista viiltelyn avulla.

”Viiltelen sillä se saa minut tuntemaan jotain lohdun kaltaista. Siitä tulee hyvä olo.” (Nallukka)

”Välillä tulee vaan sellainen olo, hirveen ahdistunut ja kauhean tuskainen. Sitten viiltelen ja helpottaa. Toinen olotila on sellainen, kun tunnen olevani aivan tyhjä, en tunne mitään, ei tee mieli tehdä mitään ja en edes pysty ajattelee.. Tuntuu kun olisi pelkkä kuori, kun on yksinkertaisesti ihan tyhjä. Sitten viiltelen tunteakseni olevani elossa.” (LoveCobain)

”Minua kiusattiin koulussa kymmenen vuotta. Tämän jälkeen kipu sisällä alkoi tuntua sietämättömältä ja mieleni pakotti minut tarttumaan terään.” (kampura)

Kertomuksissa esiintyvä viiltelyn toinen tehtävä on kommunikoida muille. Silloin ruumis toimii viestin välittäjänä. Viiltelyn kautta ilmaistaan muille, että on paha olo ja tarvitsee apua. Osa kertoo omista ongelmistaan tai siitä, että tunteista puhuminen on vaikeaa, jolloin viiltely toimii vaihtoehtona tunteiden ilmaisulle. Osa kokee myös tullessa ohitetuksi ilmaisuyrityksistä huolimatta, jolloin viiltely muodostuu keinoksi näyttää esimerkiksi vanhemmille ”olevansa tosissaan”.

”Minulle viiltely on yksi tapa näyttää voivani huonosti, silloin kun en osaa sanoiksi sitä pukea.” (pinjuska)

”Usein viiltely kertoo siitä, että haluaa että joku auttaisi. Ei sillä välttämättä huomiota hae, mutta apua kyllä. Minä olen yrittänyt viestittää ihmisille viiltelyllä, että tarviin apua” (santsu)

”Mun vanhemmat sanovat vaan, että ”sillä on kaikki ihan hyvin” Ne ei tajua mistään mitään, koska oikeasti mulla on vaikeata! Joskus toivon, että ne näkisivät viiltely jäljet ja hakisivat mulle lisää apua.”(nelli-02)

Nämä viiltelyn tehtävät ja syyt vaihtelevat kertomuksissa. Toisille yksityinen kokemus on olennainen ja toisille taas nimenomaan kommunikointi ulospäin. Joka tapauksessa *tunteet* ovat keskeisessä roolissa viiltelytapauksissa ja kertomuksissa viiltelyn syistä. Viiltelyn aloitusta perustellaan kertomuksissa pääasiassa ongelmilla, joihin haetaan ratkaisua. Tätä yleistä käsitystä tukevat myös muutamat siitä poikkeavat kommentit, joissa alleviivataan viiltelyyn liittyviä oletuksia: masennusta, huonoa elämää ja onnellisuuden puutetta. Alla olevassa esimerkissä kertoja mainitsee käsityksensä viiltelyn tavoitteista ”ahdistuksen kanavoimisena”, ”olon helpottamisena” ja ”itsensä kontrolloimisena”, vaikka ei itse tällaisia kokemuksia viiltelystä saanutkaan, vaan

”viehtyi siihen” muista syistä. Kertomus on eräänlainen ääriesimerkki siitä, miten uteliaisuus viiltelyä kohtaan voi houkutelaa kokeilemaan, ja miten viiltely voi yhdistää nuoria.

”Itse viiltelin ensimmäisen kerran ihan vain mielenkiinnosta, koska siitä puhuttiin niin paljon. Koulun terkkarikin oli aiemmin kysynyt, että satutanko itseäni. Ei minulle ollut tullut mieleenkään, mutta kokeilin, koska olin ilmeisesti ”kohderyhmää”. En oikein osannut kanavoida ahdistusta niin, että leikkely olisi helpottanut oloa. Enkä kokenut voivani kontrolloida sillä mitään. Mutta viehdyin siihen, että se on outoa ja vähän väärin...-... Yksi yläasteen luokkakaverikin viilsi ja olikin kiva, kun oli jotain yhteistä.” (olematon)

B. Tarinallisuus viiltelyn aloittamisessa

Kertomuksista voidaan tunnistaa kaksi erilaista aikaulottuvuutta, joita käytetään vaihdellen. Toinen aikaulottuvuus voidaan hahmotella viiltelytapahtuman ympärille eli lyhyelle aikajänteelle ja toinen pitkälle aikajänteelle, kertojan elämäntarinan kokonaisuuteen. Aineiston kertomusten perusteella voidaan sanoa, että mitä pidempään viiltelyä on kestänyt, sitä laajempaan elämäkokonaisuuteen viiltely yhdistetään ja tarinaa kerrotaan suhteessa siihen. Ja vastaavasti, mitä uudempi kokemus viiltely on, sitä todennäköisemmin kertoja rakentaa tarinan pelkästään viiltelytapahtumien ympärille.

Viiltelyn aloittaminen, niin sanottu ”eka kerta”, on osassa kertomuksissa tarkkaan kuvattu, merkittävä käännekohta viiltelyongelman muodostumisen kannalta. Muutamissa kertomuksissa on mainintoja siitä, mitä viiltelystä on ajateltu ennen sen aloittamista. Näissä kohdissa annetaan vinkkejä siitä, miten viiltely on tullut alun perinkään mieleen, miksi sitä on kokeiltu tai miten viiltely on ”keksitty” aloittaa. Kertomuksista voidaan ensinnäkin päätellä se, että viiltely on ollut nuorille ilmiönä tuttu ennen sen aloittamista. Viiltelyn *sosiaalisen merkityksen* ollessa nuorelle tuttu, se otetaan käyttöön sellaisessa elämäntilanteessa, jossa samaistutaan ”viiltelijöiden” kokemuksiin tunteisiin, kuten äärimmäiseen pahaan oloon ja ahdistukseen. Viiltelyä voi siten tarkastella toisilta opittuna tai kopioituna tapana toimia.

”Aloitin viiltelyn 18 vuotiaana, kun ystäväni sanoi että se helpottaa ahdistusta ja muuta henkistä tuskaa.” (aurinko1)

”Minun vanhemmat erosivat vuosi sitten. Ajan myötä tämä viikoittainen muuttaminen äidiltä isälle ja toisinpäin masensi minua aina vain enemmän. Lopulta kerran illalla, pikkuveljeni nukkuessa samassa huoneessa, otin huoneeseemme jääneen mattoveitsen. Seuraavina kolmena iltana viiltelin aina vain enemmän....” (Tuffe)

Toinen kertomuksissa usein esille tuleva tapa viiltelyn aloittamisessa on ollut siihen siirtyminen pikkuhiljaa. Tämä on toisenlainen vaihtoehto kertomuksille ”ekasta kerrasta” ja viiltelyn kokeilusta. Monet kertovat, kuinka ovat aluksi naarmutelleet ihoa, repineet rupia tai muuten satuttaneet itseään vähän. Nuori on jatkanut toimintaa ja pikkuhiljaa edennyt ”kovempiin keinoihin”. Jossain vaiheessa tällaisessa asteittaisessa etenemisessä viiltely on tullut mukaan, mutta siitä ei kerrota erillisenä tai yksittäisenä tapahtumana.

”Minulla itseni satuttaminen alkoi leikeistä, jotka aina vähä vähältä muuttuivat rajummiksi. Olin silloin neljännellä luokalla. Viiltely tuli kuvioihin mukaan kuudennella luokalla.” (touchy)

”Ensimmäiset haavat olivat pieniä ja nautin siitä kivusta ja kun näki, että veri valui. Hiljattain musta alkoi tuntuun siltä, että pienet arvet ei riitä vaan niitten piti olla pitempiä ja leveämpiä.” (Stillcalm)

”Olen yleisesti ottaen ollut itsetuhoinen tapaus melko nuoresta iästä lähtien. Joskus ala-asteikäisenä minulla oli tapana vittuunnuttuani käydä tulikuumassa suihkussa. Ihan oikeasti, niin kuumassa kuin hanasta lähti. Sitten pureskelin kynsinauhojani ja huultani verille asti hermostuessani. Jossain vaiheessa se sitten siirtyi lyömisen ja kynsimisen kautta viiltelyyn.” (Tuoremehu)

Osa nuorista mainitsee viiltelyn aloittamisen vain ohimennen, kertoen esimerkiksi viiltelyn aloitusiän tai kuinka kauan ongelman kanssa on elänyt. Näissä yhteyksissä ei välttämättä kerrota tarkemmin, miksi viiltelyn on aloittanut. Osassa kertomuksissa todetaan, ettei edes muisteta, miksi viiltelyn on alun perin aloittanut. Viiltelyn aloittamisella ei ole kertojalle nykyisestä elämän perspektiivistä käsin enää merkitystä, joten se ei ole myöskään osa omaa narratiivia. Todennäköisesti muut tapahtumat ja kokemukset viiltelyn aloittamisen jälkeen ovat muodostuneet sitä tärkeämmiksi. Esimerkiksi viiltelyn muodostuminen nopeasti tavaksi ja riippuvuuden syntyminen ovat niin merkittäviä kokemuksia, ettei alkuperäisellä viiltelyn syyllä ole enää keskeistä roolia oman kertomuksen osana.

”En edes muista miksi ensimmäisen kerran kokeilin, mutta sille tielle jäin hyvin nopeasti.”(viiltelyn aloittamisesta kulunut 8 vuotta) (Vespera)

”Aloitin viiltelyn kesä-heinäkuussa, tänä vuonna. Olin silloin 12, nyt oon 13. En muista syytä. Siitä lähtien oon viillelly.” (SuicidalGirl)

C. Ruumiillisuus viiltelyn aloittamisessa

Aineistossa ero *ruumiillisten tuntemusten ja henkisten tunteiden* välillä on selvä. Ruumiin roolin kannalta kuvattu kokemus on kiinnostava, koska siinä ”henkinen” ja ”fyysinen” kipu erotellaan mieli-ruumis jaotteluun perustuen. Toisin sanoen mieli ja ruumis on kokemuksellisesti erotettavissa toisistaan.

”Viilsin, kun henkiset tuskat kävivät liian suuriksi. Fyysistä kipua on helpompi hallita kuin henkistä. ..-. Viiltäminen toimii ikään kuin sen ahdistuksen lievittämisenä, että saa hetkellisen helpotuksen fyysisellä kivulla. Viiltäminen ei poista ongelmia, mutta se tuntuu helpottavan hetkellisesti sitä tuskaa.” (Helinä)

Henkisten ja fyysisten tuntemusten erottelu on huomionarvoista, koska siinä on keskeistä näiden tuntemusten laadulliset erot. Fyysiset tuntemukset ymmärretään kiistattomina ja universaaleina tosiasioina samalla kun henkiset tuntemukset (tunteet) ovat yksilöllisiä kokemuksia. Fyysiset tuntemukset ymmärretään toisin sanoen ”enemmän todellisina” kuin henkiset tuntemukset. Toisaalta viiltelyssä tavoitellaan myös tunteiden näkyväksi tekemistä objektiivisen ruumiin kautta, joita viillot ja arvet iholla edustavat. Viiltely on sosiaalisena ilmiönä tulkittavissa, mitä taas yksityiset tunteet eivät ole. Tällöin ruumis toimii objektivoituna ulkokuorena, joka kommunikoi muiden subjektien kanssa.

Kertomuksia viiltelyn aloittamisesta hallitsee *psykologinen diskurssi*. Psykologisessa diskurssissa viiltely nähdään pääasiassa oireena psyykkisistä ongelmista, jolloin viiltely ymmärretään keinona näiden ongelmien käsittelyyn. Olennaista psykologisessa diskurssissa on henkilökohtaisten tunteiden, usein ahdistuksen, esille tuonti. Ruumis nähdään ”mielen” hallinnoimana ja sille alisteisena materiaana. Alla olevassa lainauksessa on esimerkki psykologisen diskurssin käytöstä. Viiltely on nuoren tapa osoittaa muille omaa tuskaa ja näyttää ”tältä minusta tuntuu”. Kirjoittaja

haluaisi näyttää pahan olon kokemuksensa muille, jopa aggressiivisella tavalla, tullakseen autetuksi. Viiltely on siten keino avun hakemiselle *objektiivisen ruumiin* kautta. Kirjoittaja pohtii, ettei viiltelystä ole hyötyä, jos ”läheiset eivät osaa reagoida”. Lisäksi hän ajattelee viiltelyn olevan väliaikainen ratkaisu, koska tärkeintä on hoitaa viiltelyn taustalla olevaa ahdistusta.

”Ajattelen usein viiltelyä, ja varsinkin jonkun ”turvallisen” ihmisen edessä. Samalla huutaisin hänelle ”täältä minusta tuntuu, näetkö? Tämä kipu ei ole mitään verrattuna jokaiseen sekuntiin, jonka joudun elämään!” Pitäisi silloin mennä perille, että minä voin pahoin ja tarvitsen apua ja tukea, jonkun muun joka olisi vähän vahvempi ja kestäisi puolestani, kun minä en kestä. Jo pelkkä tuollaisen ajattelu tuo minulle paremman olon, kun olen ahdistunut.

Mutta jos kukaan läheisistäsi ei osaa reagoida, ei viiltelystä ole mitään hyötyä. Tietysti, jos ei pysty muuten pakenemaan ahdistusta, lienee turha vain ”yrittää olla järkevä”. Kukaan ei kestä sellaista olotilaa loputtomiin.

Itsensä satuttaminen on kuitenkin väliaikainen ratkaisu. Ahdistus tulee takaisin, ellei sen syyllä saada tehtyä jotakin. (Hannutar)

5.2.2. Viiltelyn eteneminen ja toisto

Viiltelynarratiivin seuraavassa vaiheessa kuvataan viiltelyn etenemistä ja toistoa. Tämä muodostaa mallitarinan keskikohdan. Useimmiten kertomusten keskikohdassa selostetaan, kuinka viiltelystä kehittyy riippuvuus ja tapa. Nämä tarinat kertovat *tahtovasta* ja *tekevästä* ruumiista.

A. Teemana riippuvuus viiltelystä

Kertomus etenee monilla viiltelyn aloittamisen jälkeen sen jatkamisen, etenemisen ja usein pahenemisen kuvaukseen. Monet kertovat ”koukkuun jäämisestä”, ”viiltelykierteen” muodostumisesta sekä ”pakkomielleestä viiltää”. Toinen keskeinen viestien sisältö onkin viiltelyongelmaa määrittelevä *riippuvuus*. Riippuvuuden kuvaus osoittaa, kuinka viiltelystä muodostuu nuorelle ongelma, usein toistettava toiminto ja tapa. Viiltelyongelmaa kuvatessa käytetään samanlaista retoriikkaa kuin mistä tahansa riippuvuudesta ja sitä verrataan esimerkiksi päihderiippuvuuteen. Monien on vaikea päästä eroon viiltelystä aloittamisen jälkeen. Viiltelyriippuvuus esitetään *tosiasiana*, ei pelkästään henkilökohtaisena kokemuksena.

”Alkuun viilsin kerran viikossa toista kättäni, mutta sen jälkeen se paheni. Mukaan tuli veriset haavat ja toinenkin käsi. Joka päivä, käytössä mikä tahansa väline, mikä vastaan tuli. Ensimmäinen vuosi meni näin, joka päivä viillellessä. Pidin koulussakin mukana höylää, että sain käydä vessassa tai missä tahansa näkymättömässä paikassa viiltelemässä. (sussu)

”Olen viillellyt ainakin kuusi vuotta ja kadun joka päivä, että sen aloitin. Olen todella pahasti riippuvainen siitä. Tuntuu, etten selviä hengissä ilman sitä.” (noMore)

”Viiltely on riippuvuus, josta on todella vaikeaa päästä eroon. Varsinkin, jos sitä on tehnyt jo pitkään ja usein. Viiltely alkaa hallitsemaan ja viillot tulevat syvemmiksi ja niitä tulee aina lisää ja lisää, eikä enää itse pysty lopettamaan silloin kuin haluaa.” (Rootless)

B. Tarinallisuus viiltelyn etenemisessä

Kertomuksissa riippuvuus kehittyy jossain tapauksissa nopeasti ja joissain pienin askelin. Kertomuksissa selostetaan usein viiltelyn muuttumista ”pikku naarmuttelusta syviin viiltoihin” tai ”kerta toisensa jälkeen syveneviin haavoihin”. Puhetapa muistuttaa myös ajatusta porttiteoriasta (esitetään esimerkiksi huumeidenkäytön yhteydessä), jossa kerran aloitettu toiminta johtaa yhä vakavampaan toimintaan. Toisaalta osa nuorista kertoo, että heille ei muodostunut viiltelystä riippuvuutta. Nämäkin kommentit kuitenkin vahvistavat jaettua ymmärrystä siitä, että viiltely muodostuu helposti riippuvuudeksi.

”Viiltely ei ollut enää mitään naarmuttelua. Lähes joka viikko käytiin ensiavussa hoitamassa mun haavoja. Mulle ei enää riittänyt pintahaavat, ne ei helpottanu oloa samalla tavalla kuin syvemmät haavat... Nyt viiltely alkaa karata taas käsistä. Kaikki asiat alkavat pikkuhiljaa olla kohdillaan, mutta en vaan saa itseäni lopettamaan viiltelyä. Välillä haluaisin todella päästä siitä eroon, mutta kun tulee se huono hetki, niin en enää välitä mistään.” (1553)

”Mulla on ongelma viiltelyn kanssa. Aloitin sen muutama kuukausi sitten, kun maailma tuntuu vaan kaatuvan päälle. Olen ollut riippuvainen viiltelystä, enkä tavallaan haluaisi sitä lopettaa, koska se auttaa aina pahaan oloon. Olen ollut kyllä ilmankin viiltelyä, mutta tänään taas se vain tapahtui.” (huihai)

Kertomusten etenemistä voi tyypitellä sen mukaan, kuvataanko niissä yksittäisiä vai toistuvia tapahtumia. Kertomuksissa on jonkun verran eroja myös siinä, miten erilaisia kokemuksia ja tapahtumia painotetaan ja millaista suhdetta viiltelyyn kuvataan. Toiset kuljettavat tarinaa lähinnä omien tunnetilojen ja niiden muutosten kautta, kun toiset kiinnittävät tarinan juonen vahvemmin ulkoisten tapahtumien varaan ja selittävät viiltelyä suhteessa niihin. Mitä enemmän kertomuksissa kuvataan viiltelyn toistokäyttäytymistä ja vähemmän ulkoisia tapahtumia, sitä enemmän se koetaan itsenäiseksi ongelmaksi ja riippuvuudeksi.

C. Ruumiillisuus riippuvuudessa

Vaikka viiltelyn aiheuttamaa riippuvuutta ei useimmiten tarvitse erikseen perustella, muutamissa kertomuksissa sitä kuitenkin selitetään auki ruumiin toimintaan viitaten. Käsitys viiltelyn aiheuttamasta riippuvuudesta pohjautuu *biomedikaaliseen* ruumiiseen. *Biomedikaalisessa diskurssissa* viiltely on ruumiillinen riippuvuus, joka johtuu tiettyjen hormonien erittymisestä viiltäessä. Ne tuottavat viillellessä mielihyvää ja siten ”koukuttavat” toimintaan. Biomedikaalisessa näkökulmassa ruumis ei ole pelkästään katseen kohteena oleva ulkonäköruumis, objekti ja toiminnan kohde, vaan toimija ja muutoksen tuottaja itse. Välittäjäaineet ovat *absoluuttiseen todellisuuteen* kuuluvia elementtejä, joiden olemassaoloon yksilö ei voi vaikuttaa kuin välillisesti.

Viiltelyä selitetään *biomedikaalisen kielen* kautta toimintona, joka vaikuttaa ruumiiseen ”konkreettisella” tavalla: vapauttamalla endorfiinia ja adrenaliinia. Biomedikaalisessa diskurssissa ruumiin fyysiset ominaisuudet nousevat *tunteiden* ja *mielen* yläpuolelle (ks. myös Chandler 2012, 453- 454) ja ohittavat yksilön *tietoisuuden* ja *järjen*. Viiltely toimintana voi siten olla ikään kuin järjelle vastaista käyttäytymistä, kuten alla olevat kirjoittajat toteavat.

”Viiltelyyn jää samalla tavalla koukuun, kun mihin tahansa asiaan, kiitos endorfiinin, jonka aivot vapauttaa lievittääkseen kipua. Itsekin olen huomannut, kuinka haen lohtua viiltelystä. Kun töissä on vaikeaa, tiedän, että kotona odottaa oman huoneen rauha ja terä. Ei siinä järkeä ole, mutta minkäs teet.” (sinner)

”Aina koulussa ajattelin, että pääsen kotiin viiltelemään. Ja eihän siinä ollut mitään järkeä. Siitä tuli tapa, joka oli niin kuin rituaali, mikä piti suorittaa hyvinä ja huonoina päivinä.” (MustaUni)

Ruumiin toimijuuden näkökulma on oleellinen viiltelijän kokemuksille itsensä hallinnasta tai hallitsemattomuudesta. Osa nuorista kuvaa viiltelyä ongelmana ja pakkomielteenä, joka hallitsee heitä. Joitakin viiltelykokemuksia voi luonnehtia jopa itsestä irtautumisen kokemuksina tai tuntemuksina ruumiin erillisyydestä. Kokemuksessa on mielenkiintoista se kuinka mieli (itse) ja ruumis asetetaan kuvauksessa toisistaan irrallisiksi. Huomionarvoista on myös se, kuinka tilanteen hallinta on ruumiilla, eikä mielellä kuten oletetusti. Alla olevissa esimerkeissä kertoja puhuu omasta toiminnastaan passiivissa korostaessaan toiminnan itseohjaavuutta ja subjektin poissaoloa. Niissä kuvataan, kuinka kertoja ”löytää itsensä” tekemästä jotakin. Viimeisessä lainauksessa ”viiltäjän aivot” ottavat subjektin ja toimijan paikan, kuitenkin niin että patologista ajattelua samalla korostetaan.

”Se on kyllä fakta, että viiltely on kuin huumetta. Sanon itselleni etten viiltele enää. Sitten huomaa itsensä vessan pytyn päällä shaverin terä kädessä. Sitten kun tekee yhden, niin tulee sen jälkeen monta viiltelyjälkeä ” (ajattelija)

”Voisinpa kertoa 11-vuotiaalle itselleni, ettei viiltely ihan oikeasti auta mitään. Ottaisin puukon pois ja halaisin. Vaan enpä voi, ei kukaan voi. Siksi edelleen 18-vuotiaana löydän itseni kerta toisensa jälkeen silpovan itseäni.” (Heppu)

”Siinä vaiheessa ei ajattele, mitä on tekemässä, vaan päällimmäisenä on saada paha olo pois. Siihen ei yleensä silloin enää ole muuta keinoa kuin viiltely (tai no joo, totta kai on, mutta viiltelijän aivot väittävät, ettei ole). Se on oikeasti jotain niin.. niin ahdistavaa. Ei kannata tulla mitään mistään tietämättömänä sanomaan, että ”tee jotain muuta niin helpottaa”. Se ei mene niin!” (sussu)

Toisaalta aineistosta löytyy myös näille kokemuksille täysin vastakkaisia kertomuksia. Osa painottaa viiltelyn tietoista, harkittua ja suunnitelmallista sekä tavanmukaista toimintaa. Kertomukset ovat todennäköisesti tarkoituksellisen vastakohtaisia, jopa provosoivia, niille kertomuksille, jossa viiltely kuvataan hallitsemattomana käyttäytymisenä. Tämä sama vastakkainasettelu näkyy tieteellisessä keskustelussa, jossa on erilaisia käsityksiä siitä tuleeko viiltelyyn suhtautua impulsiivisena vai rationaalisenä toimintana (esim. Adler & Adler 2007).

Nuoret ottavat omien kokemusten ja kertomusten kautta kantaa toiminnan luonteeseen ja esittävät oman versionsa itsensä hallinnasta ja kontrollista.

”Aina vahingoittaessa itseäni, mietin tarkkaan miten sen teen. Olisiko parempi purra sormia vai repiä jälki ranteeseen vai ylemmäs käsivarteen... Aina on mietittävä tarkkaan, miten jäljen voi peittää ja laatia myös ns. varasuunnitelma eli selitys jäljelle, jos joku sattuuikin näkemään. Tässä asiassa luovuutta löytyy ehkä liikaakin.” (Hou)

”Nyt viiltelystä on kehittynyt minulle jo tapa. Teen sen automaattisesti tietyissä tilanteissa. Ennen se tapahtui impulsiivisesti ja tunnekuohussa, mutta nykyään on melkein pelottavaa, miten kylmän rauhallisesti ja täysin järjissäni mä sen teen. Saatan suunnitella sitä jo pitkään etukäteen. Se on mulle ainoa pelastuskeino enkä enää edes halua siitä eroon. Se vaan helpottaa oloa niin paljon.” (Jymy)

5.2.3. Viiltelynarratiivin käännekohta

Kertomuksissa on useimmiten käännekohta, joka selittää lähtötilanteen ja nykyisyyden välistä eroa. Tarinan käännekohta selittää toisin sanoen kertomuksessa kuvattua muutosta. Käännekohta sijaitsee vaihtelevissa paikoissa, kuten luvun alussa mainittiin. Mallitarinan käänne on sijoitettu kuitenkin viiltelyn salaamisen ja paljastumisen teemoihin, koska useimmat tapahtumat liittyvät niihin. Viiltelyn paljastuminen esimerkiksi läheiselle on merkittävä muutos tarinan juonessa ja usein jakaa aikaa ennen ja jälkeen tätä tapahtumaa. Tässä kertomuksen osassa keskeisessä roolissa on katseen kohteena oleva ruumis.

A. Teemana viiltelyn salaaminen

Kolmantena teemana kertomuksissa on viiltelyn salaaminen ja viiltelyjälkien piilottaminen muiden katseilta. Monissa kertomuksissa mainitaan, ettei viiltelystä voi kertoa muille, eikä kukaan tiedä viiltelystä. Kertomuksissa kuvataan paljon tapoja salata viiltely ja erilaisia tapahtumia, joissa se on aiheuttanut vaikeuksia. Salaamisen teemat liittyvät viiltelyn jälkiin, muihin ihmisiin ja heidän reaktioihinsa.

”Minä pidän huolen siitä, että minun arpia ei näe kukaan. Ei se kuulu muille. Vähän huolestuttaa tulevat liikuntatunnit, mutta pitää keksiä joku keino peittää arvet.” (Dario)

”Olen viillellyt käsiini, mutta nyt olen ruvennut viiltelemään jalkoihin, koska sieltä näkee huonoimmin jäljet. En ole vielä jäänyt viiltelystä kiinni ollenkaan. Kaverit vaan tietää, että viiltelen.” (nelli-02)

”Minulle viiltelyn salassapito on jotenkin todella tärkeää. Näen jopa toisinaan painajaisia tilanteista, joissa pikku salaisuuteni tulisi ilmi. Ihmisten suhtautuminen pelottaa. Tuntuu, että koko asia ymmärretään niin helposti väärin. Tai siihen ali tai yli reagoidaan.” (Air Nomad)

Viiltely on monille yksityistä ja hävettävää, jonka vuoksi sen paljastumista muille varjellaan. Kertomuksissa tuodaan paljon esille, kuinka viiltely stigmatisoi nuorta. Esimerkiksi alla olevan lainauksen taustalla on ajatus siitä, että viiltely on hävettävää, kiusallista ja siksi sitä kuuluu salata.

”Viiltely ei mitään ratkaise, pikemminkin päinvastoin. Itselläni ollut kuusi vuotta kädessä todella syviä ja selkeitä arpia ja kadun niitä joka päivä. Etenkin kesäisin on hankalaa, kun pitää piilotella käsiä muiden katseilta. En anna niiden näkyä sillä en halua ihmisten tuomitsevan minua menneisyyden perusteella, ja tiedän kokemuksesta kuinka kiusallista on nähdä toisen kädessä selkeitä viiltelyarpia.” (läivistys)

B. Tarinallisuus viiltelyn paljastumisessa

Viiltelyn piilottelun ja kiinnijäämisen dynamiikka muodostaa yhden keskeisen kertomuksellisen elementin ja useiden tarinoiden käännekohtan. Viiltelystä kertominen koetaan usein vaikeaksi ja viiltely salataan muilta. Kuitenkin monissa kertomuksissa esiintyy samanaikaisesti toive siitä, että joku saisi tietää viiltelystä ja sitä kautta saisi apua. Kertomuksissa esiintyy useimmiten vanhemmat ja kaverit, joiden kohdalla pohditaan kiinnijäämisen riskiä tai mahdollisuutta viiltelyn paljastamiseen. Viiltelyn paljastaminen läheisille ei ole ongelmatonta, koska siihen liittyy runsaasti pelkoja itselle merkittävien ja arkojen asioiden väärinymmärtämisestä tai vääränlaisesta suhtautumisesta. Salaaminen on ymmärrettävää silloin, kun nuorella ei ole varmuutta siitä, miten

ongelmiin suhtaudutaan. Kertomiseen ja viiltelyn paljastamiseen liittyy myös pelkoja siitä, ettei viiltelyyn reagoida toivotulla tavalla tai se ymmärretään väärin tai että se huolestuttaa muita liikaa.

”En halunnut kenenkään näkevän jälkiä, mutta kuitenkin sisimmässäni toivoin, että joku näkisi ne ja kysyisi ”miksi?”.” (Satu)

”En silloin uskaltanut hakea itselleni apua, vaikka olisin sitä kovasti kaivannut. Pelkäsin, että minua ei uskota, että minua pidetään vaan asennevammaisena teininä, joka huomiota hakeakseen vain tekee muiden elämän hankalaksi. ... En luottanut siihen, että minut olisi otettu tosissaan. Pelkäsin heidän vain alkavan vähätellä pahaa oloani.” (relief)

Viiltelyn paljastumiseen liittyvät tapahtumat kertomuksissa ovat käänteentekeviä, koska vanhemmat tai kaverit reagoivat usein viiltelyyn voimakkaasti. Vanhempien reagoinnista viiltelyyn on aineistossa monenlaisia kuvauksia; vanhempien huoli on ollut liiallista, vanhemmat ovat alkaneet tarkkailemaan nuorta jatkuvasti, ne ovat suuttuneet tai antaneet rangaistuksia sekä olleet välinpitämättömiä. Joissakin kertomuksissa vanhemmat ”eivät olleet reagoineet mitenkään”, eikä olleet ottaneet pahaa oloa vakavasti.

”Yhdelle kaverille kerroin. Jossain vaiheessa tälle kaverille kävi liian raskaaksi kuunnella minua, ja ymmärrän häntä nykyisin. Toinen ystävä sai tietää jossain vaiheessa. Ystävyys meinasi päättyä, sillekin se oli liikaa. Se on raskasta läheisille katsoa vierestä. ... Äidille minun oli pakko kertoa siinä vaiheessa, kun minulle piti alkaa etsimään juhlapukua. Mutta kävikin ilmi, että äiti tiesi jo. Oli kuullut sen minun ystävän äidiltä. Se ei ollut kivaa. Äiti olisi voinut edes puhua minulle siitä, keskustella siitä.” (santsu)

”Itse pelkään eniten, että äitini sattuisi näkemään kädet. En halua, että hän saa tietää koko asiasta. Enää. Silloin pari vuotta sitten, kun jäin kiinni, niin äitini sekosi täysin. Itki, sätti itseään kun ei ollut huomannut pahaa oloani. Sitä en halua kokea ikinä uudestaan.” (sirbin)

”Puolen vuoden kuluttua aloittamisesta näytin jäljet äidilleni. Odotin, että hän olisi ymmärtänyt, että minulla on paha olo ja olisi kysynyt, että miksi tein niin. Koskaan hän ei sitä kysynyt vaan on ollut asiasta hiljaa. ... Kun kukaan ei sitten viiltelyyn reagoinut aloin miettimään itsemurhaa.” (Satu)

Yhteistä monissa kertomuksissa vanhempien reaktioista on kokemus ohitetuksi tulemisesta oman ahdistuksen kanssa. Nuori ei ole tullut kuulluksi tai nähdyksi toivomallaan tavalla, eikä ole saanut kaivattua tukea tai apua omaan ongelmaan. Tilanne tai ongelma ei ole lauennut nuoren toivomalla tavalla, mikä on aiheuttanut lisää pahoinvointia. Viiltelyn paljastuminen on merkittävässä roolissa kertomuksissa myös siksi, koska jotkut lopettavat viiltelyn kiinnijäämisen jälkeen ja nuorelle haetaan apua.

”Sen jälkeen, kun paljastuin, en ole yhtään viillellyt itseäni. Itse haluaisin unohtaa jo kaiken näiden osalta, mutta vanhemmat ei anna, kukaan ei anna. He aikovat viedä minut tammikuussa psykiatrilille... Olen ollut pirteä ja kaikkea heidän nähtensä, enkä enää uskalla yhtään viillellä, sillä he huomaisivat sen heti... ja haluaisin niin kovin, että he unohtaisivat. Mutta tiedän, kun nuo ovat kerran tajunneet että olen viillellyt ja kirjottanut itsariviestejä, niin ei. Ei ne unohda. Näyttelen ylipirteää.” (ongelmatonko)

C. Ruumiillisuus salaamisessa ja paljastumisessa

Viiltelyn arvet viestittävät ja kertovat viiltelystä ulkopuolisille ihmisille. Jälkien merkitys perustuu viiltelyn näkymiseen muille, joka taas tarkoittaa katseen kohteena olevaa ulkonäköruumista. Keskeisenä huolena ja murheena kirjoittajilla on vaikeus piilottaa jäljet katseilta. Tämä aiheuttaa rajoitteita esimerkiksi pukeutumiseen, joka koetaan elämää haittaavana tekijänä.

”Tänään sain taas syyn vihata viiltelyä. Ei voi lähteä mihinkään, missä pitäisi vaihtaa vaatteita julkisessa pukuhuoneessa. Hyvästi kaikki harrastukset. En kestäisi tilannetta, että joku näkisi jäljet. Jotenkin ne ovat liian henkilökohtaisia, vaikka katsoja olisikin aivan ventovieras. Puhumattakaan sitten läheisille paljastumisesta.” (sinner)

”Ei oo kiva piilottaa arpia ja selitellä miksi ei voi uida ja miksi pitää kesällä pitkiä housuja. Toivon, että tänä kesänä vois in pitää hameita ilman, että arpia paljon näkyy.” (Timantti)

”Eniten häiritsee, kun koulussa ihmiset katsovat minua pahasti. Tuntuu kun ne näkisivät minun vaatteiden läpi. Ja aina, kun joku näkee minulla arven, saan kauhean saarnan, ettei niin saa tehdä. Se aiheuttaa lisää tuskaa ja tekee mieli vain viiltää.” (Viuhti)

Sen lisäksi, että arvet kertovat muille ihmisille ylipäättään viiltelystä, myös niiden tarkempi kuvaus kertomuksissa on tavallista. Yksi tapa puhua jäljistä on kertoa niiden yksityiskohtia; viittaamalla niiden määrään, kokoon, syvyyteen tai pituuteen sekä veren vuotamiseen. Tuoreista haavoista usein mainitaan, jos ne ovat vaatineet lääkärissä käyntiä tai ulkopuolista hoitoa, koska se antaa toisille kuvan viiltojen syvyydestä. Viiltojen syvyydestä kertominen puolestaan antaa lukijalle kuvaa ongelman vakavuudesta; mitä syvempiä haavoja, sitä vakavammasta ongelmasta on kyse.

”Pahimmillaan haavat ovat olleet 2 senttiä leveitä ja 1,5 senttiä syviä. Mainitsen nämä vain sen takia, että ymmärtäisitte kuinka vakavalta tämä alkaa tuntumaan. Ongelma siis on, että nämä ei riitä minulle. Haluan isompia haavoja ja pahempia arpia. Mikään ei riitä.” (MiraMaria)

”Alkuun se oli vain sellaista pientä naarmuttelua, mutta johti yhä syvempiin jälkiin, kun en enää siitä kipua tuntenut. Jouduin lopulta tikattavaksi. Tällä hetkellä käsiäni koristavat kamalannäköiset arvet. Viiltojen määrää ei pysty laskemaan, reilu sata ja tikkejäkin noin kolmekymmentä.” (someone)

Yksityiskohdista kertominen toimii todistuksena autenttisesta viiltelijästä ja rakentaa uskottavaa viiltelijän identiteettiä. Tämä puhetapa erottaa kertojan mielikuvasta, jossa viiltelyn syynä nähdään huomion haku (ks. myös Johansson 2010). Esimerkiksi syvään viiltäminen todistaa, ettei kyse ole pikkuasiasta, vaan todellisesta ongelmasta, joka ei ole enää nuoren hallinnassa. Puhe haavojen yksityiskohdista kytkeytyy siten *riippuvuus puheeseen*, jossa myös kuvataan viiltelyä ongelmana, joka ei ole nuoren omassa kontrollissa. Kiinnostavaa tässä puhetavassa ja *viiltelyn hallitsemattomuudessa* onkin se, että ollakseen uskottava tai autenttinen viiltelijä on tehtävä selvä ero huomionhakuiseen käyttäytymiseen. (ks. myös Johansson 2010.)

Viiltelijät joutuvat kamppailemaan sitä vahvaa mielikuvaa vastaan, jossa viiltely nähdään huomionhakuksena käyttäytymisenä. Tämä normi tai jännite ulottuu juuri jälkien näkymiseen ja tarpeeseen piilottaa ne. Jos jäljet ovat liian avoimesti muiden nähtävillä, voidaan tämä ymmärtää tarkoituksellisena jälkien näyttämisenä ja huomion hauksi niiden kautta. Huomion hakeminen on noloa tai väärin, sellaista johon omaa toimintaa ei haluta liittää. Samalla viesteissä saatetaan kertoa avoimesti, että viiltelyllä ilmaistaan epätoivoista tilaa, johon kaivataan toisen apua. Alla olevassa kertomuksessa tulee esille myös se, ettei avuntarpeen sanallista pyyntöä ”ymmärretä” ilman viiltelyä.

”Minä en yrittänyt hakea huomiota viiltelyllä, koska olin pitkään taistellut sen aloittamista vastaan. Mutta lopulta henkinen kipu oli liikaa. Yritin samana päivänä, jolloin aloin viillellä, kertoa poikaystävälleni kuinka pelkään ja pyytää häntä jäämään luokseni. Hän ei kuitenkaan ymmärtänyt, kuinka pahassa tilassa olin. Lopulta hän sen tajusi ja tuli takaisin luokseni, mutta olin jo viillellyt.” (Nadja)

Kiinnostava yksityiskohta on lisäksi se, miten suhde arpiin muuttuu ajan myötä ja kuinka arvet tulee lopulta, vaikeuksien ohittuessa, hyväksyä osaksi omaa kehoa ja menneisyyttä. Vaikka arprien häpeästä puhutaan keskusteluissa paljon, sen rinnalla kulkee myös normi arprien hyväksymisestä. Arprien hyväksyminen tarkoittaa oman menneisyyden hyväksymistä.

”Pitkään minä niitä [viiltelyn jälkiä] piilottelin pitkähihaisilla, vaikka olisi ollut kuinka lämmin. Mutta ei se minun mielestä ole oikein. Sitten vain yksinkertaisesti laitoin ensin lyhemmät housut, että jalkojen arvet näkyivät. Kun huomasin, ettei se ollut niin paha kuin kuvittelin, laitoin lyhythihaisen paidan. ... Katseisiin tottuu ja ne oppii jättämään omaan arvoonsa. ... Arvilla ei pitäisi olla mitään merkitystä. ... Minulla yksikään ystävä ei mieti voiko olla kanssani niin, että arpeni näkyvät. Ne ovat osa menneisyyttäni eikä kenellekään ole siitä pahaa sanottavaa.” (1553)

”Itse olen ajatellut sen niin, että arpeni muistuttavat minua siitä, millaista pahaa oloa ihminen voi tuntea. ... Minusta arpeni ovat muistutus siitä, että pitää auttaa niitä ihmisiä, joilla on paha olla.” (IdaLotta)

Viiltelyn jäljet ruumiissa toimivat merkkeinä tapahtumista ja symboleina yksilön historiasta. Siten ne kytkeytyvät viiltelijän identiteettiin myös myöhemmin. Arprien merkitys iholla liittyy niiden alkuperään ja siihen, että ne ovat tunnistettavissa juuri viiltelyjäljiksi. Jälkien kautta voidaan muistaa menneitä tapahtumia ja kokemuksia. Ne edustavat mahdollisesti jo taaksejääneitä aikoja, kipeitä muistoja tai niistä selviytymistä. Niiden kautta voidaan kokea omaa jatkuvuutta, koska menneisyys on osa myös nykyistä ruumista.

”Joskus olen kyllä ajatellut, että miksi piilottelen niitä [viiltelyjälkiä]. Ne kuuluvat elämäni. Toisaalta sitten mietin, mitä muut ajattelevat. Kaikki näkevät kädestäni etten voi hyvin, enkä halua ihmisten näkevän sitä.” (cmx)

”Nyt kun katson käsiäni, niin en todellakaan ole ylpeä siitä mitä tein. Arvet eivät katoa koskaan, ne muistuttavat aina entisestä elämästä. ... Ehkä joskus poistatan arpeni tai kauniilla tatuoinneilla peitän käteni arvet. En halua muistutusta entisestä.” (Prince)

”Käsivarteni on täynnä syviä arpia, jotka ovat todella rumia. En kuitenkaan kadu tekemisiäni, koska ilman tuota ratkaisutapaa en ehkä olisi enää tässä. ... Arvet ovat minulle ikäviä muistoja, mutta myös muistuttavat, kuinka paljon paremmin minulla nykyisin menee. Tämän vuoksi en myöskään peittele niitä tai häpeä niitä. Kukaan ei saisi hävetä niitä.” (Karla)

5.2.4. Viiltelyn lopettaminen

Lähes kaikissa kertomuksissa viiltely halutaan tai aiotaan lopettaa tai on lopetettu. Tässä tarinan osassa keskeisen ristiriidan muodostaa itsenäisyyden ihanteen ja avuntarpeen välinen suhde. Tarinoissa käydään kamppailua siitä, *kenellä* on ruumiin kontrolli ja hallinta. Kertoja kamppailee itseään vastaan, ja tähän kamppailuun tarvitsee muiden apua. Toisaalta viiltelyn lopettaminen ymmärretään yksityisenä taisteluna. Nuori viiltelijä näyttäytyy kertomuksissa *haavoittuvana* ja apua tarvitsevana sekä itsenäisenä *selviytyjänä*. Kuten muissakin tarinan osissa, myös lopettamiseen liittyy ruumiin kaksoisrooli.

A. Teemana avun hakeminen

Viimeisenä teemana kertomuksissa on viiltelyn lopettaminen ja avun hakeminen. Halu ja yritys päästä viiltelystä eroon ovat lähes kaikkiin viesteihin sisäänrakentuneina, koska viiltely nähdään kertomuksissa ongelmana. Foorumille kirjoittamisen motiivina toimii useimmiten avun saaminen tai antaminen viiltelyn lopettamiseen, joten keskustelua siitä käydään runsaasti. Kokemuksia viiltelyn lopettamisesta, ongelman selättämisestä ja selviytymisestä kirjoitetaan kannustuksena muille. Osa jakaa käytännön vinkkejä lopettamiseen. Kuitenkin myös monet toteavat lopettamisen olevan itselleen lähes mahdotonta.

”Irti pääseminen [viiltelystä] on vähän vaikeaa. Nyt tiedän osittain, miltä tupakasta pääseminen eroon tuntuu. Haluaa sitä, mutta se pitää koittaa kieltää. ... Nyt kun olen tänne rekisteröitynyt, niin toivon että saan takaisin elämäniloni ja voisin lopettaa viiltelyn.” (Yuva)

”Olen viillellyt kahdeksan vuotta, enkä taida ikinä päästä tavasta eroon. Useamman kerran olen yrittänyt ja pisimmillään ollut vajaan vuoden erossa terästä. Olen oikeastaan jo luovuttanut. Olen niin väsynyt ahdistumaan, yrittämään ja epäonnistumaan. ... Viiltely oli aluksi oire jostain ongelmasta (masennus), mutta nykyään se on itse ongelma ja muut vain oireita ja sairauksia. ... En vain osaa lopettaa. Tämä on lohdutonta.” (Vespera)

Halu viiltelyn lopettamiseen perustuu pääasiassa ongelmiin arpien kanssa elämisessä. Muuta selkeää syytä lopettamishalulle ei mainita. Viiltelyn ajatellaan olevan yksiselitteisesti huono tapa hoitaa tai ratkoa ongelmia. Monet toteavat viiltelyn ”vain lisäävän huonoa oloa”, joka pohjautuu katumukseen, häpeään ja epäonnistumisen tunteeseen, jota arvet symboloivat.

”Lopetin viiltelyn, kun näin yhden läheiseni kädet, kuinka hirveän näköiset ne olivat vuosien viiltelyn jälkeen. Hän onneksi sai ne tatuoinneilla tosi hyvin peitettyä. Kannattaako siis loppujen lopuksi viillellä? Se on hetken helpotus, mutta monien vuosien harmi. Tiedän, että viiltelystä on vaikea päästä eroon, mutta vain sinä itse voit lopettaa sen. Sitä ei kuitenkaan tarvitse tehdä yksin.” (varjo)

B. Tarinallisuus lopettamisessa

Avun hakemiseen liittyy stigmatisoinnin vaara, joka vaikeuttaa viiltelyn lopettamista. Kaikissa tarinoissa avun hakeminen ei ole myöskään tuottanut toivottua lopputulosta, joka olisi mahdollistanut ongelmien selvittämisen ja viiltelyn lopettamisen. Alla olevassa ensimmäisessä lainauksessa kirjoittaja pohtii avunsaannin vaikeutta ja myös olon huonontumista sen jälkeen. Kirjoittaja viittaa viiltelyyn kohdistuvaan mielikuvaan, tämän mielipiteen vaikutuksesta itseen ja pelkoon yksinäjämisestä. Toisessa lainauksessa kirjoittajan jäädessä vaille ymmärrystä, johti tilanne nuoren päätökseen ”olla yksin hiljaa”.

”Ei ole mitenkään epänormaalia, että olo huononee kun on hakenut apua. Itselleni kävi myös niin. Niin kuin jotain olisi lopullisesti hajonnut. En voinut käsittää, miksi niin käy, eikä olo tuntunut millään alkavan parantua. ...

Kyse taisi olla siitä, että samalla kun halusin epätoivoisesti eroon pahasta olostani niin koin pelottavaksi ja jopa uhkaavaksi sen, että olin hakenut apua. Olin astumassa sellaiselle alueelle elämässäni, mistä en tiennyt mitään. ...

Muiden mielipide ja sen pelko merkitsi minulle silloin paljon enemmän kuin oma hyvinvointini, koska pelkäsin jääväni totaalisen yksin.” (relief)

”Kerroin tunteeni ja siitä syntyi kauhea numero, vanhemmat sai tietää viiltelystä ja pahasta olostani. Minut otettiin viikonlopuksi pois kotoa ja siellä se vasta paskaa oli. Tosissani luulin, että kaikki tajuaisivat ja ymmärtäisivät, mutta minulle vain huudettiin ja kaadettiin paskaa niskaan. Minua ei ymmärretty vaan minulle käännettiin päät. ...

Minulla ei ole perhettä, joka välittäisi. Ei kavereita, jotka tietäis mitään tai osaisi auttaa. Ei ammattilaisia, jotka kuuntelisivat kunnolla kun puhun. On mennyt vuosi kun aloin olla ihan yksin hiljaa. Olen aktiivinen ja hymyilen, mutta siihenkin on tarkoitus. En halua herättää huomiota.” (MustaUni)

Viiltelyn lopettamiskertomuksissa ulkopuolinen apu koetaan merkittäväksi, mutta joissakin kertomuksissa korostetaan pelkästään nuoren omaa työskentelyä ongelman kanssa. Osa nuorista kokee, ettei muiden avusta ole hyötyä, vaan ”taistelu käydään oman pään sisällä”. Kertomuksissa esiintyy yksilöllisiksi koetut ongelmat ja yksilölliset tavat hoitaa niitä. Kertomuksista heijastuu itsenäisen selviytymisen ja muista riippumattomuuden ihanne, johon liittyy vahva itsetunto. Itseen kohdistuvat negatiiviset ajatukset ovat eräänlainen heikkouden merkki. Vaikeudet voittamalla viiltelevä nuori voi yhtäaikaisesti olla sairauden uhri ja selviytyjä. Lopettamiseen liittyy tällöin ”taistelu” ongelman kanssa ja ”itsensä voittaminen”, kuten alla olevissa lainauksissa.

”Mitä pidempään olen asian [viiltelyn] kanssa taistellut, sitä enemmän musta alkaa tuntua, että minulle itselleni ei ole hyötyä mistään ulkopuolisesta avusta. Tämä taistelu käydään minun pääni sisällä. Sitten, kun saan erotettua todellisen itseni siitä sairaasta, joka saa minut ajattelemaan itsestäni vain kaikkea negatiivista ja lopulta viiltämään, voin päästä [viiltelystä] lopulta eroon. ...

Nyt yritän rakentaa itsetuntoani uudestaan ja keskittyä nimenomaan purkamaan ahdistustani muilla tavoilla kuin vahingoittamalla itseäni. Helppoa se ei ole, mutta aion taistella itseni irti tästä kierteestä.” (Hou)

”Olen pystynyt olemaan erossa puukosta sekä muista teristä enkä ole sortunut enää viiltelemään. Toki lopettaminen oli vaikeata, mutta nyt onneksi olen pystynyt siihen. Taistelu on kuitenkin lähes päivittäistä, että viillelläkö vai ei.” (Satu)

”Nyt en olekaan viillellyt ainakaan kahteen kuukauteen. Ja olen ylpeä itsestäni. ... Tänään otti todella koville. Tunsin kyynelien nousevan silmille. Oli älyttömän paha olla ja halusin vetää syvän viillon käteen, että muistaisin kuinka hyvältä se tuntuu. Tärisin ja tunsin kuinka viha täytti minua sisältäpäin. Menin sängylle makaamaan, jolloin olo tasoittui hiljalleen. Voitin. Voitin vihdoinkin.” (Toivoton)

Viiltelyn kanssa yksin selviytyminen on keino osoittaa oma itsenäisyys. Kertomuksissa tuodaan lisäksi esille oman itsensä kontrolli, joka myös heijastelee itsenäisyyden ihailua. Alla olevassa esimerkissä kirjoittaja kertoo, ettei aio hakea apua viiltelynsä. Merkittävää on tapa samanaikaisesti korostaa, ettei kertoja ole kuitenkaan viiltelystä ylpeä. Esimerkki kuvaa, kuinka kirjoittaja rakentaa identiteettiään eräänlaisena selviytyjänä itsensä hallinnan ja rankaisun kautta.

”Olen itse kanssa alkanut viiltelemään ja sama juttu: en ole tietenkään ylpeä siitä. Kukapa olisi. Jo ihan pienenä joskus tökin nuppineuloja ihon läpi ja huomasin sen jotenkin tekevän hyvän olon, kun sai rangaista itseään. En ole suostunut hankkimaan minkäänlaista apua, vaikka olisi kuinka vaikeata. Ainoa, mitä olen koittanut, on itsensä rankaiseminen eli satuttaminen. Eikä ole kaunista jälkeä, mitä siitä tulee.” (Antti)

C. Ruumiillisuus lopettamisessa

Lopettamiskeinot voidaan jakaa käytännön toimenpiteisiin, mitä tehdä kun viiltelyn himo iskee, ja ammattilaisten tuella tapahtuvaan ongelmien käsittelyyn. Erottelu tehdään myös sen välillä pyritäänkö hoitamaan ongelman syytä vai seurausta; korostuuko lopettamiskertomuksissa viiltelyyn johtaneiden ongelmien selvittäminen vai toimintatavasta poisoppiminen korvaavien toimintojen kautta. Näkökulmat ovat siitä kiinnostavia, että ensimmäisessä tukeudutaan psykologiseen selitysmalliin, jossa keskiössä ovat viiltelyn taustalla olevat ongelmat, ja toisessa biomedikaaliseen ymmärrykseen, jossa viiltely nähdään ensisijaisesti itsenäisenä ongelmana ja riippuvuutena. Kertomukset viiltelyn lopettamisesta tukeutuvat erilaisiin tulkintoihin viiltelyn luonteesta ja mahdollisuudesta hoitaa sitä.

Monet korostavat avun saamisen tärkeyttä ja ongelmasta puhumisen ensisijaisuutta. He kokevat tarvitsevansa apua viiltelyn lopettamiseen, mutta ensisijaisesti sen taustalla olevien syiden hoitoon. Psykologinen selitys pohjaa ajatuksille selvittämättömistä tunteista ja ongelmista viiltelyn

taustalla, toisin sanoen *mielen sairaudesta*. Viiltely loppuu omaa *mieltä* hoitamalla. Ongelmien selvittämistä korostavassa näkökulmassa kannustetaan usein ”hakemaan apua” ja ”puhumaan jollekin”, kuten alla olevissa lainauksissa.

”Ensinnäkin, itsensä vahingoittaminen lähtee aina ongelmista. Selvittääkää siis ongelmat. Pyytäkää rohkeasti apua. Jos ei läheiseltä, niin menkää vaikka terveyskeskukseen ja kertokaa siellä. Rehellisesti sanoen, en usko, että minä olisin selvinnyt ilman apua. Minua auttoi yläkouluaikoina kuraattori ja myöhemmin terapia.” (touchy)

”Jos on niin vaikea olo, että haluaa viillellä, niin yrittäkää hakea apua, vaikka päivystyksestä. .. Yrittäkää puhua jollekin luotettavalle henkilölle. ... Hävetti mennä sanomaan, että kaikki on pielessä, mutta en tiedä mikä vaivaa. Menin sitten kumminkin. Sanoin, että viiltelen, yritin itsemurhaa, ja pääsin sitten juttelemaan kriisityöryhmän työntekijän kanssa. ... Välillä tulee vaikeita hetkiä, mutta silloin pitää vaan yrittää etsiä joku jolle jutella.” (someone)

Korvaavia toimintoja opettavassa, biomedikaalisessa näkökulmassa annetaan erilaisia käytännön neuvoja, mitä tehdä, kun tekee mieli viiltää. Biomedikaalinen näkemys tukeutuu *ruumiillisen riippuvuuden* hoitoon, jossa ongelmallinen käytös (viiltely) tulee korvata jollain toisella *terveellisemmällä* käyttäytymisellä. Toiminnan korvaamisessa korostuu ruumiin biomedikaaliset ominaisuudet. Ruumis nähdään erillisenä osana minuutta, eräänlaisena itsenäisesti toimivana koneena. Viiltelyriippuvuus on virittänyt ruumiin toimimaan ikään kuin väärällä tavalla, jolloin se tulee uudelleen ohjata ja opettaa toimimaan toisin.

”Viiltämiseen jää helposti koukkuun ja silloin tulee jo uusi ongelma muiden lisäksi. ... pitäisi löytää toinen keino purkaa ahdistusta. Yksi vaihtoehto ainakin minulle on liikunta. Viime kesänä kun oli huonompi kausi menossa, saatoinkin käydä parikin kertaa päivässä lenkillä, että en olisi viillellyt. Lenkin piti olla oikeasti raskas, että se auttoi.” (Dario)

”Tähän yritän nyt muistella millä sain viiltelyn loppumaan. Kun ei auttanut varoitukset, ei ystävien sanat, ei edes sairaalahoito, viiltelin aina vaan. Minun tekee välillä edelleen mieli viillellä. ... Kokeilkaa näitä: mene rauhalliseen paikkaan, jossa kukaan ei kuule ja rupea lausumaan pitkiä vokaaleja ja keskity siihen tärinään joka sisällä äänen myötä kuuluu. Jos tämä ei auta niin kokeile tätä: laske kylmää vettä kädelle niin kauan, että viiltelyhimo lähtee pois. Vielä parempi on jos saa pakastimesta jääpalan tai vastaavan ja pitelee sitä jossain kohtaa käsivartta. Nämä konstit ainakin minuun tepsii, enkä ole enää viillellyt.” (someone)

Nämä näkökohdat eivät ole toisille vastakkaisia, vaan esiintyvät useimmissa kertomuksissa rinnakkain. Viiltelyn lopettaminen vaatii taustalla olevien ongelmien selvittämistä, mutta myös keinoja toimia niissä tilanteissa, kun tekee mieli viiltää. Alla olevassa esimerkissä kertoja erittelee omaa selviytymistään kahden edellä mainitun näkökulman varassa. Kertoja oli saanut apua koulukuraattorilta ja terapiasta ongelmien selvittämiseen sekä käyttänyt maalaamista korvikkeena viiltelylle. Hän kokee ulkopuolisen avun saamisen olennaisena lopettamisen mahdollistajana, mutta avun saamiseksi on ”oltava itse rohkea” ja valmis tekemään kovaa ”työtä”.

”Viiltelystä voi päästä eroon, mutta se vaatii kovaa työtä itsensä kanssa. ... Toivon, että nuoret kertoisivat viiltelystä ja pahasta olostä vaikka koulun terveydenhoitajalle tai opettajalle. Minunkaan ongelmiini ei kouluissa puututtu, koska en uskaltanut puhua... Jos saa ammattiapua nopeasti, voi tulevaisuus olla arveton.” (ADHD)

”Jokaiselle ihmiselle on annettu mahdollisuus selviytyä, teidän täytyy vain olla rohkeita. Ei saa ajatella, että tästä pitäisi selvitä yksin. Se ei pidä paikkaansa. Muut ihmiset ovat olemassa sitä varten, että heistä saa tukea ja apua tarvittaessa. Toivottavasti luette tämän ajatuksella ja keräätte rohkeutenne pyytää apua.” (touchy)

Kuten jo edellä todettiin: kertomuksista heijastuu normatiivinen vaatimus nuoren vahvasta itsetunnosta, ymmärrystä omasta avuntarpeesta ja tietoisuutta oikeudesta apuun. Keskiössä ei lopulta ole se, millaisia tunteita nuori kokee tai millaisia sairauksia hänellä on, vaan miten nuori tulee niiden kanssa toimeen tai miten toimii. Vaikka muiden apu koetaankin merkittäväksi tekijäksi viiltelyn lopettamisessa, on avun hakeminen nuoren vastuulla ja riippuvainen nuoren *rohkeudesta*. Avun hakeminen nuoren stigmatisoinnista huolimatta edellyttää luottamusta muihin ja itseensä: uskoa itsensä auttamisen mahdollisuuteen.

6. JOHTOPÄÄTÖKSET

Ruumiinmuokkauksen ilmiöiden yleistymiseen liittyy moraalinen kamppailu siitä, mitä omalla ruumiilla saa tehdä (Oksanen & Turtiainen 2004, 30, 38). Viiltely kuuluu marginaalisiin ruumiinmuokkauksen ilmiöihin, jotka eivät ole sosiaalisesti hyväksytyjä (Crossley 2005). Koska viiltely on ”kiellettyä” tai ainakin siihen liittyy vahva moraalinen lataus, se aiheuttaa ristiriitoja viiltelevälle nuorelle. Viiltelevän nuoren on ratkaistava nämä ristiriidat antaakseen omalle toiminnalleen merkityksiä ja voidakseen ymmärtää itseään ja omaa käyttäytymistään. Analysoimani kertomukset nuorten viiltelykokemuksista ovat esimerkkejä näistä kamppailuista ja ratkaisuista; miten nuori hahmottaa menneisyyden ja nykyisyyden välisen suhteen, oman tarinansa ja toimintansa viiltelyn ympärillä sekä suhteensa viiltelyyn.

Tutkimuksessa tarkastellaan nuorten kertomuksia itsensä viiltelyyn liittyvistä kokemuksista. Viiltelyilmiö liittyy nuorten terveyskäyttäytymiseen, jotka ovat sosiaalisesti ja kulttuurisesti rakentuneita käyttäytymismalleja (Maunu 2014, 29). Pyrin tarkastelemaan niitä sosiaalisia sidoksia ja merkityksiä, joita nuoret omassa viiltelyyn liittyvissä kertomuksissa tuottavat. Tutkimukseni pääkysymys käsitteli ruumiillisuuden jäsentämistä näissä viiltelykertomuksissa. Tarkastelin nuorten viiltelijöiden asemoitumista erilaisiin kulttuurisiin käsityksiin yksilön ja hänen ruumiinsa suhteesta.

Tutkielman metodologisena orientaationa on narratiivinen tutkimus, ja analysoitavana aineistona nuorten toisilleen jakamat kertomukset viiltelykokemuksista eräällä keskustelufoorumilla. Aineiston analyysin lähtökohtana on ajatus kokemuksen rakentumisesta sosiaaliseen mallitarinaan pohjautuen. Lähestymistapani ruumiillisuuteen yhdistelee ajatuksia refleksiivisistä ruumiinmuokkaamisen käytännöistä (Crossley 2005) ruumisorientoituneessa nyky-yhteiskunnassa, jossa ruumis on yksilön projekti (Shilling 2003) ja tärkein identiteetin ilmaisija sekä samalla koettu ja eletty minuus (Liimakka 2011). Toisin sanoen ymmärrän nuorten viiltelyn ja itsensä vahingoittamisen ruumiinmuokkauksentapana ja ruumiillisena kokemuksena.

Tutkimani nuorten kertomukset viiltelystä rakentuvat pääasiassa neljän elementin varaan: pahanolon kokemuksen, riippuvuuden kehittymisen, viiltelyn salaamisen ja lopettamishalun. Ensimmäisen osion keskiössä ovat nuorten kokemat vaikeat *tunteet*, joita pyritään hallitsemaan

ruumiillisen *kokemisen* ja *näkyväksi tekemisen* kautta. Toisessa osassa *ruumiin toimijuus* on merkittävässä roolissa ja kokemus viiltelyn kontrolloimattomuudesta. Kertomuksissa käydään siten neuvottelua tunteiden *hallinnan* ja viiltelyn *hallitsemattomuuden* välillä. Tämä on yksi keskeisistä nuoren ratkaistavista ristiriidoista. Kertomuksissa kamppaillaan siitä, mikä hallitsee omaa toimintaa eli neuvotellaan mielen ja ruumiin välisestä suhteesta. Viiltely voidaan ymmärtää sekä harkittuna toimintana että hallitsemattomana ja patologisena käyttäytymisenä.

Kolmas kertomuksen elementti, viiltelyn salaaminen, liittyy nuoreen kohdistuviin odotuksiin ja häpeän kokemukseen. Tässä tarinan osassa viiltelyn sosiaaliset merkitykset ovat konkreettisimmalla tavalla läsnä viiltelyjälkien *näkymisen* kautta. Nuoret kamppailevat sisäisen kokemuksen näkyväksi tekemisen tarpeen ja stigmatisoitumisen pelon välillä. Neljäntenä kertomuksissa käsitellään viiltelyn lopettamista, jonka keskeisen ytimen muodostaa itsenäisyyden ihanteen ja avun tarpeen välinen jännite. Lopettaminen vaatii viiltelyn taustalla olevien ongelmien selvittämistä ja toisaalta ruumiin käyttäytymisen uudelleenohjausta. Tämä tarkoittaa sekä *mielen* että *ruumiin* toimijuuden työstämistä.

Kertomuksissa on olennaisinta kertojan nykyhetki ja kuinka se ymmärretään menneisyyden tapahtumiin perustuen. Viiltelykokemukset saavat merkityksiä sen mukaan, mistä elämäntilanteesta käsin niitä katsoo. Tarinan merkitykselliset tapahtumat rakentuvat siten *nykyisyyden perspektiivin* kautta. Esimerkiksi viiltelyn aloittamiseen liittyvät tunteet ovat merkittävässä roolissa vasta aloittaneelle viiltelijälle, kun taas monia vuosia ongelman kanssa elänyt kertoo kokemuksistaan painottaen viiltelyn seurauksia. Myös suhde viiltelyyn vaihtelee käsillä olevan elämäntilanteen mukaan. Viiltelyn lopettaneet voivat kertoa viiltelymenneisyydestään eräänlaisena selviytymis- ja kasvutarinana. Kokemus on mahdollinen, kun viiltely ei aiheuta pelkoa tai epävarmuutta oman elämän ja identiteetin suhteen. Kokemukset ovat eri tavalla jäsenyntyviä, silloin kun viiltely on nykyisyydessä hallitsematon ja kontrolloimaton ongelma.

Tutkimani kertomukset ja kokemukset paljastavat toisin sanoen, mitä viiltelevä nuori ajattelee omista mahdollisuuksistaan vaikuttaa viiltelyyn ja omaan elämäntilanteeseen.

6.1. Ruumiin tekeminen

Viiltelyyn liittyvää keskustelua ja viiltelykokemuksia hallitsee pääasiassa kaksi kilpailevaa näkökulmaa ymmärtää ja selittää viiltelyilmiötä (vrt. Franzén & Gottzén 2011). Ensimmäinen näkökulma on itsensä ja pahanolon *näkyväksi tekeminen*, johon kytkeytyy tarve tulla autetuksi ja huomatuksi (ks. myös Rissanen ym. 2008). Toinen näkökulma liittyy *ruumiillisen kokemuksen tekemiseen* ja itsensä itsenäiseen auttamiseen. Tämä tarkoittaa oman olon helpottamista ruumiillista kokemusta muokkaamalla tai manipuloidulla. Viiltelyä voidaan tällöin ymmärtää sekä keinona hallita tunteita (Chandler 2012; 2013) että eräänlaisena äärielämyksenä, joka muuttaa minuuden kokemusta (Oksanen 2006, 111).

Näihin näkökulmiin, omaan *näkymiseen* ja itsensä *kokemiseen*, tukeudutaan vaihdellen nuorten viiltelijöiden kertomuksissa. Molemmat näkökulmat kietoutuvat *ruumiillisen itsen* ympärille. Viiltelyssä on aina jollakin tavalla kyse yksityisten ja sisäisten kokemusten (=tunteiden) saattamisesta konkreettiseen (=fyysiseen) ja tunnistettavaan muotoon. Joissakin kertomuksissa viiltely merkitsi ensisijaisesti kommunikointia muiden kanssa oman ruumiin välityksellä. Viiltely jättää ihoon jälkiä, jotka mahdollistavat ongelmien huomatuksi tulemisen. Tällöin tukeudutaan objektiiviseen ruumiiseen ja sen kykyyn kommunikoida muiden kanssa. Toisissa viiltelykertomuksissa painotettiin viiltelyä keinona muuttaa tunnetilaa fyysisen kivun kautta. Viiltely aiheuttaa voimakkaita tuntemuksia ruumiissa, jotka mahdollistavat olotilan muutoksen *ruumiissa* ja *mielessä*. Se on eräänlaista oman kokemuksen manipulointia ruumiin aistien kautta. Tässä näkökulmassa painottuu ruumiin toimijuus; kyky kokea ja muuttaa tunnetiloja.

Ruumiin tekemisen ajatus sitoo yhteen kahta näkökulmaa. Se selittää ja perustelee, milloin ja missä tilanteissa tukeudumme mihinkin puhetapaan ja ymmärrykseen ruumiista. Jäsennämme todellisuuttamme molempien näkökulmien kautta ja tukeudumme niihin eri tilanteissa. Toisissa tilanteissa tietty käyttäytyminen on helpommin ymmärrettävää, kun sitä voi selittää *ruumiin toimintojen* kautta, ja toisinaan *mielen* ominaisuuksilla. Tekemisen näkökulma ottaa huomioon siten ruumiin sosiaalisen ulottuvuuden; esimerkiksi sen, mitkä toiminnot ovat hyväksyttäviä tapoja käsitellä tunteita ja purkaa ahdistusta ja sen miten viiltelijän ruumista voi samanaikaisesti sekä normalisoida että patologisoida. Ruumiin tekeminen tarkoittaa rajankäyntiä yksilön sisäisen ja ulkoisen puolen ja erilaisten tulkintojen välillä. Se perustuu tiedostamattomaan tapaan ymmärtää

itseä ja omaa toimintaa, rakentaa omaa identiteettiä ja sitoa tiettyjä tapahtumia omaan elämäntarinaan ja jatkuvuuteen.

Aiemman tutkimuksen mukaan viiltelijät käyttävät erilaisia strategioita oikeuttaakseen käytöstään, koska häpeä dominoi viiltelyyn liittyvää sosiokulttuurista kontekstia (esim. Straiton ym. 2013, 82). Aineistoni kertomuksissa näiden strategioiden käyttö on tiedostamatonta ja perustuu *ruumiillisen itsen* määrittelyihin. Kuten Franzénin ja Gottzénin (2011) tutkimuksessa myös oman aineistoni nuoret tasapainoilevat viiltelyä patologisoivan ja normalisoivan diskurssin välillä. Hyväksytyksi tuleminen vaatii nuorelta ristiriitaista suhtautumista viiltelyyn ja ruumiilliseen itseensä. Viiltely tulee samanaikaisesti hyväksyä osana itseään, mutta sitä ei kuitenkaan saa hyväksyä normaalina käyttäytymisenä, koska viiltely ei ole sosiaalisesti hyväksytty ruumiinmuokkauksen tapa. Tämä ristiriita näkyy voimakkaasti nuorten kertomuksissa, joka liittyy huomatuksi tulemisen tarpeen ja häpeän väliseen konfliktiin. Halu näkyä omana itsenään muille ja tulla sellaisena hyväksytyksi on keskeinen tavoite, johon nuori tarvitsee tukea ja apua. Viiltelevällä nuorella näkyvillä olemisen mahdollisuus viiltelyongelman kanssa on kuitenkin kapea.

Aineistoni viiltelynarratiivit kuvaavat nuoren tarvetta tulla huomatuksi *oikealla* tavalla ja saada apua ongelmiksi koettuihin asioihin. Viiltelevä nuori joutuu kuitenkin kamppailemaan sen kanssa, onko viiltely muille näkyvä ongelma vai ei. Aiemmissa tutkimuksissa viiltelyn on todettu olevan voimakkaasti stigmatisoitua (Straiton ym. 2013, 81). Aineistoni kertomukset vahvistavat tätä kuvaa. Viiltely ja näkyväksi tulemisen tarve aiheuttaa häpeää, joka esiintyy kertomuksissa tarpeena salata viiltely. Avun hakemiseen liittyy esimerkiksi pelkoa ongelmien vähättelystä ja siitä, ettei nuorta ja pahanolon kokemusta oteta vakavasti.

Näkyvänä olemista säätelevät tiukat yhteiskunnalliset normit. Nuori joutuu kamppailemaan omien tarpeidensa ja yhteiskunnallisten normien välillä. Ruumiista on tullut kulutuskulttuurissa keskeinen itsensä esittämisen väline, jonka nähdään ilmentävän yksilön persoonaa ja todellista luonnetta (Shilling 2003, 27–28, 32–33). Olemassaolomme perustuu yhä vahvemmin *näkyvillä olemiseen*, mutta siihen liittyy samalla valtava sosiaalinen riski. Oma itseä ei saa tuoda esille kuitenkaan huomionhakuksella tavalla. Viiltelyn leimaaminen *huomiohakuiseksi* käyttäytymiseksi on nuorelle epätoivottu lopputulos. Viiltelijän ymmärtäminen huomiohakuksena tarkoittaa käytöksen liittämistä nuorten alakulttuuriin, ei mielenterveyden häiriöistä johtuviin ongelmiin

(Johansson 2011). Jos toiminnan tarkoitus ymmärretään huomiohakuna, ei nuoren ongelmia oteta vakavasti, vaan puututaan ainoastaan käytökseen.

Kertomuksissa merkillepantavaa on se, kuinka nuoret välttävät liittämästä omaa toimintaa huomiohakuun (ks. myös Johansson 2011). Omalle käyttäytymiselle haetaan hyväksyntää, mutta samalla korostetaan, ettei viiltely ole oma valinta. Nuorten kertomuksissa esiintyy usein ajatus viiltelyn järjettömydestä, koska se lopulta pahentaa oloa ja lisää ahdistusta sekä aiheuttaa ongelmia ja rumia arpia. Siksi viiltelevä nuori joutuu pohtimaan, miksi käyttäytyy tavalla, joka ”ei ole hänelle hyväksi”. Usein tätä järjettömyyden kokemusta selitetäänkin ruumiillisena riippuvuutena, jota ei voi hallita. Tällöin nuori tukeutuu käytöksen selittämisessä *biomedikaaliseen ruumiiseensa*, jossa viiltely ongelma sijoitetaan ikään kuin *itsen* ulkopuolelle. Omalla tahdolla ei ole käyttäytymisessä merkitystä kun *ruumis* tahtoo *mielen* puolesta. Tällöin nuori voi yhtäaikaaisesti pitää omaa käytöstään järjettömänä ja kuitenkin samalla toimia sen mukaan.

Toisaalta monet kuvaavat viiltelyään myös harkittuna ja suunniteltuna tapana toimia, joka suoritetaan ”täysin järjissään”. Viiltelyä perustellaan tällöin parempana vaihtoehtona verrattuna loputtomaan henkiseen tuskaan ja pahan olon kokemukseen. Nuori kokee viiltelyn ainoaksi mahdolliseksi keinoksi helpottaa omaa oloa ja ahdistusta. Oman toiminnan ymmärtäminen rationaalisena valintana mahdollistaa kokemuksen omasta autonomisuudesta ja oman toiminnan hallinnasta. Se kytkeytyy itsenäisyyden ja oman vastuun ottamisen normiin. Nuori haluaa itse hoitaa omat ongelmansa omilla keinoillaan.

6.2. Viiltely sosiaalisena identiteettinä

Viiltely on keino auttaa itseään ruumiillisen kokemisen (esim. Chandler 2012) tai näkymisen kautta (esim. Rissanen ym. 2008). Viiltely on samalla sosiaalista ja symbolista toimintaa (esim. Adler & Adler 2011), jolla merkitään itsensä tietyistä ongelmista kärsiväksi. Viiltely on sosiaalisena toimintona ja refleksiivisenä ruumiin tekniikkana tulkittavissa niin viiltelijälle itselleen kuin toisille (Crossley 2005). Itseään viiltelemällä nuori liittyy *viiltelijöiden yhteisöön* ja rakentaa identiteettiään *viiltelijänä* (Johansson 2010). Identiteetin rakentamista säätelee

ruumiillisuuden tekeminen ja siihen liittyy ajatus narratiivisuudesta – millainen tarina omaan ruumiiseen liittyy (ks. Oksanen & Turtiainen 2004). Se sitoo yhteen yksilöllisen kokemuksen ja viiltelyä koskevat kollektiiviset oletukset ja mielikuvat. Viiltelijän identiteettiä määrittää viiltelyyn liittyvät sosiaaliset merkitykset ja edellä käsitelty viiltelyn *mallitarina*. Se kertoo esimerkiksi milloin ja miksi viilletään, ja millainen viiltelijä tyypillisesti on.

Jälkien kautta viiltelijät kertovat itsestään vertaisryhmässä. Esimerkiksi arpien sijainti, määrä ja ulkonäkö paljastavat niiden kantajan viiltelyhistorian. Viiltelyjäljet iholla sisältävät siten yhteisöllisiä merkityksiä, jotka kuitenkin samalla liittyvät yksilöllisiin tapahtumiin ja kokemuksiin. Jäljet muodostavat narratiivin niiden kantajan elämäkulusta, joka kytkeytyy viiltelijän identiteettiin. Viiltelyn jäljet ruumiissa toimivat merkkeinä tapahtumista ja symboleina yksilön historiasta. Katseen kohteena oleva objekti-ruumis kietoutuu tällöin voimakkaasti yksilön tunne-elämään ja minuuden kokemiseen. Viiltelyjäljillä on tietty *narratiivinen arvo* nuorelle itselleen; niiden kautta voidaan muistaa menneitä tapahtumia ja kokemuksia sekä kertoa niistä muille (vrt. tatuointien merkitys, Oksanen & Turtiainen 2004). Ne edustavat mahdollisesti jo taakse jääneitä aikoja, kipeitä muistoja ja häpeää. Toisaalta arpiin liittyy mahdollisuus hyväksyntään ja jopa ylpeyteen, jos ne kertovat selviytymisestä ja oman itsensä voittamisesta.

Viiltelyjälkien kautta voi saada kokemuksen omasta jatkuvuudesta, koska menneisyys on osa myös nykyistä ruumista. Viiltelyn arvolla on symbolinen arvo ja narratiivinen merkitys, joka yhdistyy nuoren pahanolon kokemukseen ja sen hallintaan. Viiltelytapahtumien merkitys pohjautuu pahanolon piirtymiseen iholle ja jäljen pysyvyyteen osana ruumista. Viiltelijän kokemus on niin voimakas, että siitä tallennetaan pysyvä arpi osaksi yksilön omaa tarinaa. Viiltelyä voi siten ymmärtää symbolisena tapana vahvistaa oman kokemuksen merkitystä ja samalla sen yhteys vertaisten kokemuksiin.

6.3. Yhteiskunnan ruumisorientaatio

Voidaan ajatella, että ruumisorientoituneessa nykymaailmassa yksilön tulee *näkyä ruumiissaan* ollakseen totta. Medikalisoituneesta, medioituneesta ja visualisoituneesta ruumiista on tullut asia, joka on sosiaalisesti ymmärrettävä vasta *muokattuna* (Bessonoff & Kinnunen 2013, 185, 193). Siinä, missä hyvinvointia tuotetaan ja näytetään ruumiin kautta, myös pahoinvoinnin tulee *näkyä* ruumiissa ollakseen ymmärrettävää ja uskottavaa. Fyysinen minuus koettiin nuorten kertomuksissa enemmän todellisena kuin henkinen minuus. Viiltely on keino *tuntea* ja muuttaa henkistä ahdistusta sekä tehdä sitä näkyväksi.

Tältä osin aineisto tukee ajatusta ruumiillistuneesta yksilöstä ja ruumiin paikan keskeisyydestä nyky-yhteiskunnassa (Shilling 2003; Oksanen & Turtiainen 2004). Ruumiin keskeisyydestä huolimatta aineistossa on enemmän mainintoja *tunteista* kuin mistään muusta ruumiin ominaisuudesta. Nuorten kertomuksissa tuleekin esille tunteiden keskeisyys nykykulttuurissa, yksilön psyykkisten ongelmien merkitys ja niiden kietoutuminen ruumiilliseen olemukseemme. Ruumiillistuneen yhteiskunnan ja ruumiillistuneiden yksilöiden rinnalla kulkee toinenkin kehityssuunta, jossa subjektiiviset kokemukset ja tunteet ovat keskeisellä paikalla oman identiteetin rakentamisessa.

Ei ole kovin yllättävää, että *biomedikaalinen* ja *psykologinen puhetapa* hallitsevat nuorten kertomuksia ja viiltelykokemuksia. Ne liittyvät vallalla oleviin yhteiskunnan kehityskulkuihin – *ruumiillistumiseen* ja *psykologisoitumiseen* – sekä laajemmin yksilöllistymiskehitykseen. Kertomuksista on luettavissa siten kuvaus individualisoituneesta yhteiskunnasta, jossa maailmassa olemisen keskiön muodostavat yksilön omat kokemukset. Monien kertomusten taustalla on itsenäisen ja riippumattoman yksilön ihanne: tarve yksilölliselle näkymiselle, selviytymiselle ja oman elämän hallinnalle.

Postmodernin yhteiskunnan keskeisenä piirteenä onkin esitetty yksilöllistymiskehitys ja perinteisten sosiaalisten identiteettien katoaminen. Tämän on ajateltu johtavan yksilön velvollisuuteen määritellä itse itsensä ja luoda oma identiteetti. Usein puhutaan refleksiivisen minuuden rakentamisen normista (Saaristo & Jokinen 2008, 264) ja identiteettityöstä. Tässä identiteettityössä keskeisessä roolissa on yksilön ruumis (esim. Shilling 2003). Identiteettiä

rakennetaan niin, että oma toimijuus, sisäiset tunnekokemukset ja muille näkyminen ovat yhteensopivia. Kun ongelmat saavat nuoren elämässä keskeisen aseman, alkavat hallita arkea ja määritellä minuutta, on ongelmien esille tuominen välttämätöntä. Tämä tarkoittaa, että nuori haluaa tulla tunnistetuksi ja vakavasti otetuksi myös mahdollisen pahan olon kanssa.

Kategorisointi voi helpottaa tunnistetuksi tulemistä, jolloin nuori voi tulla paremmin ymmärretyksi kuulumalla johonkin ryhmäidentiteettiin. Viiltely voi toimia nuorelle tällaisena kategorisena ryhmäidentiteettinä, jonka kautta on mahdollista *esittää* itseä paremmin ja tulla huomatuksi. Nuoren on mahdollista kokea samalla yhteenkuuluvuutta muiden nuorten kanssa, jotka kärsivät samankaltaisista ongelmista.

Kategorioilla on siten yksilön avun saantia ja yhteisöllisyyden kokemusta tukeva puoli. Usein niitä kuitenkin tarkastellaan yksilöä passivoivina ja toimijuutta kaventavina määrittelyinä (esim. ”masentuneet nuoret”, Räisänen 2003). Ruumiin medikalisointi voi yhdistää nuoren toivotulla tavalla osaksi muita *pahoinvoivia nuoria*. Toimijuudesta *luopuminen* voi olla tällöin itse valittu vaihtoehto, kuten omaa ruumista medikalisoimalla voidaan ajatella tehtävän. Voidaan esittää, että *medikalisoitu ruumis* on pyrkimys sosiaalisuuteen ja yhteisiin määrittelyihin: ruumiillisuus on jaettavaa ja yhteisesti koettua. Vaikka monia sairauksiin liittyviä kategorisointeja on kritisoitu yksilön toimijuutta rajoittavasta tavasta ymmärtää sairastunut ihminen, on sillä käänköpuolena yksilön tarve tulla tunnistetuksi saman käsitteistön kautta.

7. POHDINTA

Lähtökohta pro gradu työtä aloittaessani oli tutkia viiltelyä nimenomaan ruumiinmuokkauksen käytäntönä ja sosiaalisena toimintana sekä pohtia, kuinka se opitaan ja kuinka se tarttuu nuorelta toiselle. Samalla tarkoitukseni oli kyseenalaistaa viiltelyyn liittyvää moraalipaniikkia ja stigmaa. Viiltelyä on tutkimuskirjallisuudessa tarkasteltu tavalla, joka ei tue viiltelevän nuoren toimijuutta. Usein viiltelijä nähdään passiivisena ympäristönsä uhrina tai toimenpiteiden kohteena. Yhteiskunnassa, jossa oman kehon räikkääminen ja kurittaminen monin eri tavoin on enemmän normi kuin harvinaisuus, tuntui ristiriitaiselta, että nuoria viiltelijöitä pidetään *sairaina* ja heidät tulee *pelastaa* tältä kauhealta toiminnalta.

Tutkimusprosessin aikana ajatukseni ”omasta agendastani” kuitenkin muuttui. Mitä enemmän luin aineistoa ja perehdyin nuorten kokemuksiin viiltelystä, sitä enemmän alkoi tuntua siltä, että viiltelyä tulee käsitellä nimenomaan ongelmallisena käyttäytymisenä – ei pyrkä normalisoimaan sitä. Tuntui tärkeämmältä korostaa viiltelyn merkitystä nuorten näkökulmasta poikkeavana ja äärimmäisenä käytöksenä, kuin kyseenalaistaa viiltelyn sosiaalisia merkityksiä. Viiltely muuttui omassa lähtökohdassani vakavaksi ilmiöksi ja merkiksi psyykkisestä pahasta olost, johon tulee puuttua. Viiltely ei korreloi automaattisesti *psyykkisen sairauden* kanssa, vaan pikemminkin *nuoren aseman* kanssa: nuori ei ole tullut oikealla tavalla nähdyksi, kuulluksi tai huomioduksi.

Ajattelen tutkimuksen välittävän olennaista tietoa siitä, minkälaisia sosiaalisia ulottuvuuksia ja mallitarinoita viiltelyilmiö pitää sisällään. Aineiston rajoitteet ovat ohjanneet lukutapaani kriittiseksi, ja olen pyrkinyt tulkinnoissa ottamaan ne huomioon. Tutkimalleni keskustelufoorumille hakeutuu erityisesti ”hädässä olevat” nuoret, jolloin aineistossa korostuu viiltelyn ymmärtäminen vakavana ongelmana. Aineiston perusteella ei voi myöskään sanoa, mikä rooli keskustelufoorumilla on sitä käyttävien nuorten elämässä. Voidaan kuitenkin arvella sen toimivan enemmän tiedonhaun merkityksessä satunnaisena alustana kuin vahvana yhteisönä. Useimmat kirjoittavat foorumille vain muutamia kertoja ja keskustelua käydään harvakseltaan. Foorumi toimii arkaluontoisen asian ympärillä ja haavoittuvien ihmisten varassa, joka asettaa keskustelun auttamisen ja autetuksi tulemisen viitekehukseen. Kiinnostavaa, jopa hieman poikkeuksellista, foorumin keskustelukulttuurissa on hienotunteinen, kannustava ja tukea antava

puhetapa. Keskustelufoorumilla ei esiinny viiltelyä normalisoivaa tai siihen kannustavaa puhetapaa (vrt. Whitlock ym. 2006). Tämä tukee toisaalta ajatusta käyttäjien olevan *tavallisia viilteleviä nuoria*, ei erityinen verkkoyhteisö tai verkkoilmiö.

Tutkimukseni vahvistaa näkemystä, jonka mukaan anonyymi verkkokeskustelu on tärkeää erityisesti marginaaleissa oleville ihmisille (Vainikka 2014, 37-38). Tutkimani foorumi vaikuttaa tarjoavan sen käyttäjille mahdollisuuden tukeen, jota muualta ei ole välttämättä saatavilla. Toisten samassa elämäntilanteessa olevien kohtaaminen ja tuki vaikuttaa positiivisella tavalla kannustavan oman ongelman ja itsensä hyväksymiseen. Esimerkiksi osa foorumille kirjoittavista nuorista rohkaistuu hakemaan apua tai puhumaan omille läheisilleen keskustelujen seurauksena. Keskustelu verkossa ei siis korvaa muita ihmissuhteita, vaan toimii enemmänkin niitä tukien.

Suurin osa aineistoni nuorista kokee itsensä muista poikkeavana, mikä aiheuttaa heille itseinhoa ja häpeää. Häpeän kokeminen voi liittyä esimerkiksi mielenterveydenongelmiin, kiusatuksi tulemiseen tai yksinäisyyden kokemuksiin. Useissa kertomuksissa taustalla olevia syitä viiltelylle tuntuu olevan omien vertaisryhmien ulkopuolelle joutuminen ja syrjityksi tuleminen. Olennaista ja yhdistävää näissä kokemuksissa on se, että nuori ei koe kuuluvansa joukkoon.

Tätä taustaa vasten on ymmärrettävää, että tutkielman keskeiseksi teemaksi nousi tarve tulla autetuksi ja nähdyksi. Kiinnitin huomiota kertomuksissa esille tuleviin kokemuksiin siitä, että nuorta ei *kuulla* tai *oteta vakavasti* ilman pahanolon merkitsemistä viiltelemällä – osoitusta siitä, että tarvitsee nähdyksi tulemistä ja apua. Samalla kuitenkin itsenäisyyden ihanne nyky-yhteiskunnassa asettaa nuoren ristiriitaiseen tilanteeseen. Nuorella on halu ja pyrkimys ratkaista itse omat vaikeutensa, ja tulla sitä kautta hyväksytyksi. Viiltely onkin monelle paras tai ainoa mahdollinen keino säädellä tunteitaan ja kontrolloida itseään.

Viiltely näyttäytyy aineistossa joka tapauksessa sosiaalisena käyttäytymisenä ja liittyy monissa kertomuksissa sosiaalisiin suhteisiin: ongelmiin niissä tai niiden puutteeseen. Muut ihmiset ovat myös olennaisessa roolissa niissä kertomuksissa, joissa nuori saa apua, lopettaa viiltelyn ja kokee selviytyvänsä. Sosiaaliset suhteet liittyvät myös ristiriitaiseen suhtautumiseen viiltelyn salaamisen ja paljastumisen välillä; viiltely halutaan salata ja jälkiä piilotellaan muiden katseilta, vaikka samalla nuorella voi olla toive nähdyksi tulemisesta. Toisille on tärkeintä saada apua ja päästä

ammattilaisen hoitoon, kun taas toisille tärkeintä on saada vanhemman huomio ja kokemus kuulluksi tulemisesta.

Ymmärränkin viiltelyn lopulta hyvin pitkälti huomionhaun kautta. Huomatuksi tulemisen korostaminen viiltelyilmiössä aiheuttaa kuitenkin tutkimuksellisen ristiriidan. Haluan välttää tukemasta sitä arkista ja normatiivista merkitystä, joka viiltelyyn huomionhakuisena käyttäytymisenä liittyy. Siihen liittyy ajatus itsevalitusta alakulttuurisesta ilmaisusta ja halusta identifioitua viiltelijöiden joukkoon. Nuorten kertomuksissa kuitenkin painotetaan, ettei viiltely ole vapaavalintainen käyttäytymisen muoto. Tulkitsen nuorten kokemuksia niin, että viiltely on *paras* valittavissa oleva keino tulla nähdyksi tai helpottaa oloa. Tämä taas on seurausta siitä, että nuoren mahdollisuudet vaikuttaa omaan ympäristöön ja elämään ovat syystä tai toisesta kapeat.

Huomionhaussa ei toisin sanoen tulisi olla mitään moraalisesti väärää tai paheksuttavaa. Se on toimintaa, jolla on tarkoitus (tiedostettu tai tiedostamaton). Siihen kuitenkin usein yhdistetään sellainen kasvatuksellinen ajatus, että huomionhakua ei saa ruokkia ja että huomionhakuista *käytöstä* itsessään tulee sammuttaa. Nuoret kokevat myös huomiohaun paheksuttavana tai nolona käytöksenä. Huomionhaku kumpuaa kuitenkin nuoren tyydyttämättä jääneestä tarpeesta tulla näkyväksi. Huomio pitäisi kiinnittää siihen, miksi nuori ei ole tullut nähdyksi tai kuulluksi haluamallaan tavalla.

Keskustelusta puuttuu siis näkemys, jossa huomionhaku ymmärretään jokaisen ihmisen perustarpeena. Viiltely on siten tässä mielessä aktiivista toimintaa, jolla halutaan vaikuttaa ja parantaa omaa tilannetta – tulla nähdyksi oikealla tavalla. Kuitenkin voidaan samalla ajatella, että viiltely syntyy olosuhteiden pakosta. Nuoria viiltelijöitä tulisikin ymmärtää toimijoina, joiden toiminnan mahdollisuudet ovat hyvin rajatut.

Tutkielmani johdannossa kerroin esimerkin siitä, kuinka viiltelyä ei uskalleta käsitellä mediassa, jottei se yleisty nuorten keskuudessa. Väite viiltelyn yleistymisestä on osaltaan perusteltu. Uskallan kuitenkin kyseenalaistaa siitä tehdyn johtopäätöksen. Olisin viiltelyn lisääntymistä enemmän huolissani nuorten kokemasta pahasta olost ja rajatuista mahdollisuuksista tuoda sitä esille ja vaikuttaa siihen. Ei ole mitään järkevää perustetta sille, miksi ilmiötä ei voisi julkisesti käsitellä, vaikka ei olekaan ristiriidatonta tapaa ymmärtää viiltelyilmiötä tai viilteleviä nuoria.

Tästä huolimatta nuoren mahdollisuuksia ymmärtää itseään ja vaikuttaa omaan elämäänsä tulisi pyrkiä lisäämään. On nuoren etu, että kokiessaan pahaa oloa, se tulee nähdyksi ja tunnistetuksi. Kuten eräs viiltelijä alla olevassa sitaatissa toteaa, ei kukaan viiltele ilman tarvetta siihen.

”Ei kukaan viiltele ilman syytä. Ei siihen edes pysty, jos voi hyvin.” (santsu)

LÄHDELUETTELO

Adler, Patricia A. & Adler, Peter (2011) *The tender cut. Inside the hidden world of self-injury.* New York University Press.

Adler, Patricia A. & Adler, Peter (2007) *The Demedicalization of Self-Injury. From Psychopathology to Sociological Deviance.* *Journal of Contemporary Ethnography* 36:5, 537-570.

Arpo, Robert (2005) *Internetin keskustelukulttuurit: tutkimus internet-keskusteluryhmien viesteissä rakentuvista puhetavoista, tulkinnoista ja tulkinnan kehyksistä kommunikaatioyhteiskunnassa.* Joensuu: Joensuun yliopisto.

Baker, Darren & Fortune, Sarah (2008) *Understanding Self-Harm and Suicide Websites. A Qualitative Interview Study of Young Adult Websites Users.* *Crisis* Vol. 29 (3). 118-122.

Bessonoff, Anja & Kinnunen, Taina (2013) *Ruumis halun taloudessa. Sääntely ja ahneuden hyve.* Teoksessa: Tammi, Tuukka & Raento, Pauliina (toim.) *Addiktio-yhteiskunta, riippuvuus aikamme ilmiönä.* Gaudeamus: Helsinki. 181-198.

Boero, Natalie & Pascoe, C.J. (2012) *Pro-anorexia Communities and Online Interaction: Bringing the Body Online.* *Body & Society* 18 (2), 27-57.

Chandler, Amy (2013) *Inviting pain? Pain, dualism and embodiment in narratives of self-injury.* *Sociology of Health & Illness* Vol.35 No 5. 716-730.

Chandler, Amy (2012) *Self-injury as Embodied Emotion Work: Managing Rationality, Emotions and Bodies.* *Sociology* 46(3) 442-457.

Crossley, Nick (2005) *Mapping Reflexive Body techniques: On body modification and maintenance.* *Body & Society* 11:1, 1-35.

De Leo, Diego & Heller, Travis S. (2004) *Who are the kids who self-harm? An Australian self-report school survey.* *MJA.* Vol. 181. No 3. 140-144.

Erkkilä, Raija (2009) *Narratiivinen kokemuksen tutkimus: Koettu paikka, tarina ja kuvaus.* Teoksessa: Perttula, Juha & Latomaa Timo (toim.) *Kokemuksen tutkimus. Merkitys – Tulkinta – Ymmärtäminen.* 3.painos. Lapin yliopistokustannus: Rovaniemi.

Fliege, Herbert & Lee, Jeong-Ran & Grimm, Anne & Klapp, Burgherd, F. (2009) *Risk factors and correlates of deliberate self-harm behavior: A systematic review.* *Journal of Psychosomatic Research* 66. 477-493.

Franzèn, Anna Gradin & Gottzèn, Lucas (2011) *The beauty of blood? Self-injury and ambivalence in an Internet community.* *Journal of Youth Studies* 14: 3. 279-294.

Frost, Liz (2005) *Theorizing the young woman in the body.* *Body & Society.* Vol. 11(1): 63-85.

- Gmitrowicz, Agnieszka & Kostulski, Adrian & Kropiwnicki, Pawel & Zalewska-Janowska, Anna (2014) Cutaneous Deliberate Self-harm in Polish School Teenagers – An Interdisciplinary Challenge. *Clinical report*. 94: 448-453.
- Hakala, Salli & Vesa, Juho (2013) Verkkokeskustelut ja sisällön erittely. Teoksessa: Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janne & Tikka, Minttu (toim.) *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*. Vastapaino: Tampere. 216-244.
- Hautala, Anneli (2007) Itseään viiltelevä nuori. Teoksessa: Niemi, Timo (toim.) *Nuorisopsykoterapian erityiskykykykyksiä 9*. Helsinki: Nuorisoterapia-säätiö, 7-9.
- Hill, Kerry & Dallos, Rudi (2011) Young people's stories of self-harm: A narrative study. *Clinical Child Psychology and Psychiatry* 17(3) 459-475.
- Hodgson, Sarah (2004) Cutting through the Silence: A Sociological Construction of Self-Injury. *Sociological Inquiry* 74:2, 162-179.
- Hyvärinen, Matti (2010) Eletty kertomus ja luonnollinen narratologia. Teoksessa: Hatavara, Mari & Lehtimäki, Markku & Pekka Tammi (toim.) *Luonnolliset ja luonnottomat kertomukset. Jälkiklassisen narratologian suuntia*. Helsinki: Gaudeamus, 131-157.
- Hyvärinen, Matti. (2004) Eletty ja kerrottu kertomus. *Sosiologia* 2004 (4), 297-309.
- Hänninen, Vilma (1991) ”Työpaikan menetys tarinana”. *Psykologia* 26: 348-355.
- Johansson, Anna (2011) Constituting "real" cutters: a discourse theoretical analysis of self-harm and identity. Teoksessa: Annika Egan Sjölander & Jenny Gunnarsson Payne. (eds.) *Tracking discourses: politics, identity and social change*. Lund: Nordic Academic Press. 197-224
- Johansson, Anna (2010) Självskada. En etnologisk studie av mening och identitet i berättelser om skärande. Umeå universitet, Institutionen för kultur- och medievvetenskaper. Umeå Bokförlaget h:ström - Text & Kultur.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna (2011) Pelaavien naisten nettikeskustelujen käytön ja analyysin eettiset haasteet. Teoksessa: Lakomäki, Sami & Latvala, Pauliina & Laurén, K. (toim.) *Tekstien rajoilla. Monitieteisiä näkökulmia kirjoitettuihin aineistoihin*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 202–229.
- Kangas, Sonja (2003) Tytöt bittien ja pikselien maailmassa. Teoksessa: Kangas, Sonja & Kuure, Tapio (toim.) *Teknologisoituva nuoruus*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 33.
- Kangas, Sonja & Kuure, Tapio (2003) Teknologisoituva nuoruus tilastonaina. Teoksessa: Kangas, Sonja & Kuure, Tapio (toim.) *Teknologisoituva nuoruus*. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 33.
- Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janne (2013) Tutkimuskohteena vuorovaikutus ja keskustelu verkossa. Teoksessa: Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janne & Tikka, Minttu (toim.) *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*. Vastapaino: Tampere 193-21.

- Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janna & Tikka, Minttu (2013) Tutkimusotteita verkosta. Teoksessa: Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janne & Tikka, Minttu (toim.) Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät. Vastapaino: Tampere. 9- 33.
- Laitinen, Katja. (2003) Maailman Tori – internet kenttänä. Teoksessa: Laaksonen, Pekka & Knuutila, Seppo & Piela, Ulla (toim.). Tutkijat kentällä. Suomalaisen kirjallisuuden seura: Helsinki.
- Laukkanen, Marjo (2007) Sähköinen seksuaalisuus. Tutkimus tyttöydestä nettikeskusteluissa. Tampere: Juves Print.
- Laukkanen, Marjo (2005) ”Onneks on irc :D”. Nettikeskustelut tyttöjen vuorovaikutustilana. Nuorisotutkimus Vol. 23/3. 3-18.
- Latour, Bruno (2004) How to Talk About the Body? The Normative Dimension of Science Studies. *Body & Society*. Vol. 10 (2-3). 205-229.
- Liimakka, Satu (2011) Ruumis, kokemus, muutos. Teoksessa: Latomaa, Timo & Suorsa, Teemu (toim.) Kokemuksen tutkimus II, Tampere: Juvenes Print, 146-174.
- Lehtikangas, Annukka (2014) Identiteetti, vuorovaikutus ja toimijuus verkossa - Kartoitus nuorten verkkokulttuuria käsittelevästä kotimaisesta tutkimuksesta. Verke - Verkkonuorisotyön valtakunnallinen kehittämiskeskus. Verkojulkaisun osoite: <http://www.verke.org/images/pdf/Verkkokulttuuri.pdf>. Julkaistu 13.11.2014. Viitattu 7.9.2015
- Maksimainen, Jaana & Ketokivi, Kaisa (2014) Sidoksen ongelmasta. Pääkirjoitus. *Sosiologia* 2/2014.
- Maunu, Antti (2014) Kuinka terveyttä tehdään? Sosioekonomiset terveyserot ja ammatilliset oppilaitokset niiden kaventajina. *Ehyt katsauksia* 1/2014.
- McDermott, Elizabeth & Roen, Katrina & Piela, Anna (2013) Explaining Self-Harm: Youth Cyberstalk and Marginalized Sexualities and Genres. *Youth & Society* xx(x) 1-17.
- Morch, Sven (2005) Researching youth life. Teoksessa: Helve, Helena (ed.) *Mixed Methods in Youth Research*. Finnish Youth Research Network. Publications 60. Juvenes Print: Tampere
- Muehlenkamp, Jennifer J. & Brausch, Amy M. (2012) Body image as a mediator of non-suicidal self-injury in adolescents. *Journal of Adolescence* Vol.35/1. 1-9.
- Myllyviita, Katja (2014) Vapaaksi viiltelystä. 1.-2.painos. Duodecim. Helsinki. Kustannus Oy Duodecim.
- Nixon, Mary K. & Cloutier, Paula & Jansson, Mikael (2008) Nonsuicidal self-harm in youth: a population-based survey. *CMAJ* 178(3): 303-312.
- Oinas, Elina (2011) Tyttötutkimuksen näkökulmia ruumiillisuuteen. Teoksessa: Ojanen, Karoliina & Mulari, Heta & Aaltonen, Sanna (toim.) Entäs tytöt: Johdatus tyttötutkimukseen. Jyväskylä: Vastapaino, 305–334.
- Oinas, Elina (2006) Osallistavan terveystieteiden haasteet – mitä on tyttötyö tyttöjen ehdoilla? Teoksessa: Puuronen, Anne (toim.) *Terveystaju. Nuoret, politiikka ja käytäntö*. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 63.

- Oksanen, Atte (2006) Haavautuva minuus: väkivallan barokki kontrolliyhteiskunnassa. Väitöskirja. Tampere: Yliopistopaino.
- Oksanen, Atte (2005) Bodies in chains: Consumer culture as black pedagogy and body dissatisfaction among Finnish, Swedish and Norwegian children. Teoksessa: Hoikkala, Tommi. Hakkarainen, Pekka & Laine, Sofia (eds.) Beyond Health Literacy. Youth Cultures, Prevention and Policy. Finnish Youth Research Network/ Finnish Youth Research Society, Publications 52. Hakapaino, Helsinki
- Oksanen, Atte & Turtiainen, Jussi (2004) Kirjailtu elämä. Tatuoinnit ruumiillistuvan yhteiskunnan minuusproblematiikkana. Sosiologia. Vol 41/1. 28-41.
- Pluck, Graham & Anderson, Martin & Armstrong, Sarah & Armstrong, Marie & Nadkarni, Amulya (2010) Repeat Self-Harm among Children and Adolescents Referred to a Specialist Service. Journal of Child & Adolescent Trauma Vol.6. 57-73.
- Puuronen, Anne (2006) Mitä on terveys – tietoa, taitoa vai tajua? Teoksessa: Puuronen, Anne (toim.) Terveystaju. Nuoret, politiikka ja käytäntö. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 63.
- Riessman, Catherine Kohler (2008) Narrative Methods for the Human Sciences. Sage Publications.
- Rissanen, Marja-Liisa & Jari Kylmä & Eila Laukkanen (2008) Viiltojen viestit: Itsensä viiltäminen nuorten kuvaamana. Nuorisotutkimus 26:1, 34–44.
- Rodham, Karen & Gavin, Jeff & Miles, Meriel (2007) I Hear, I Listen and I Care: A Qualitative Investigation into the Function of a Self-Harm Message Board. Suicide and Life-Threatening Behavior 37 (4). 422- 430.
- Ruberman, Louise (2011) Girls who Cut: Treatment in an Outpatient Psychodynamic Psychotherapy Practice with Adolescent Girls and Young Adult Women. American Journal of Psychotherapy. Vol.65/2, 117-132.
- Räisänen, Ulla (2003) Masentuneet nuoret mediassa: Riskiryhmiä ja masennuksen orjia. Teoksessa: Modinos, Tuija & Suoninen, Annikka (toim.) Merkillinen media. Tekstit nuorten arjessa. Jyväskylän yliopisto, 39-63.
- Saarikoski, Helena (2011) Menneisyyden ruumiinkokemusten tutkiminen kirjoitetuissa aineistoissa. Teoksessa: Lakomäki, Sami & Latvala, Pauliina & Laurèn, Kirsi (toim.) Tekstien rajoilla. Monitieteisiä näkökulmia kirjoitettuihin aineistoihin. Suomalaisen kirjallisuuden seura: Helsinki. 117–136.
- Saaristo, Kimmo & Jokinen, Kimmo (2008) Sosiologia. 1.-3.painos. WSOY: Helsinki.
- Seppänen, Janne (2002) Katseen voima. Kohti visuaalista lukutaitoa. Vastapaino: Jyväskylä.
- Shilling, Chris (2007) Sociology and the body: classical traditions and new agendas. Teoksessa: Shilling, Chris (ed.) Sociological Review Monograph Series: Embodying Sociology. Blackwell Publishing Ltd. Vol. 55: 1-18
- Shilling, Chris (2003) The body and Social Theory. Second Edition. SAGE Publications Ltd.

Squire, Corinne (2008) Experience-centred and culturally-oriented approaches to narrative. Teoksessa: Andrews, Molly & Squire, Corinne & Tamboukou, Maria (toim.) *Doing Narrative Research*. London: SAGE.

Sternudd, Hans T. (2012) Photographs of self-injury: production and reception in a group of self-injurers. *Journal of Youth Studies*. Vol 15/ 4. 421-436.

Straiton, Melanie & Roen, Katrina & Dieserud, Gudrun & Hjelmeland, Heidi (2013) Pushing the Boundaries: Understanding Self-Harm in a Non-Clinical Population. *Archives of Psychiatric Nursing*. Vol 27. 78-83.

Tuisku, Virpi & Kiviruusu, Olli & Pelkonen, Mirjami & Karlsson, Linnea & Strandholm, Thea & Marttunen, Mauri (2014) Depressed adolescents as young adults – Predictors of suicide attempt and non-suicidal self-injury during an 8-year follow-up. *Journal of Affective Disorders* 152-154. 313-319.

Tuisku, Virpi & Kiviruusu, Olli & Pelkonen, Mirjami & Karlsson, Linnea & Ruutu, Titta & Marttunen, Mauri (2009) Factors associated with deliberate self-harm behaviour among depressed adolescent outpatients. *Journal of Adolescence* Vol.32. 1125-1136.

Turtiainen, Riikka & Östman, Sari (2013) Verkkotutkimuksen eettiset haasteet: Armi ja anoreksia. Teoksessa: Laaksonen, Salla-Maaria & Matikainen, Janne & Tikka, Minttu (toim). *Otteita verkosta. Verkon ja sosiaalisen median tutkimusmenetelmät*. Vastapaino: Tampere. 49-67.

Vainikka, Eliisa (2014) Anonyyminä verkossa. Teoksessa: Lauha, Heikki (toim.) *Verkko nuorten kokemana ja kertomana*. Verke – Verkkonuorisotyön valtakunnallinen kehittämiskeskus, Helsinki 2015. Verkkojulkaisun osoite: http://www.verke.org/images/pdf/Verkko_nuorten_kokemana. Julkaistu Verken sivuilla 5.5.2014. Viitattu 7.9.2015.

Valkendorff, Tiina (2014) Ruoan ja ruumiin rajat. Syömishäiriöt ja syömisen ongelmat internetkeskusteluissa. Väitöskirja. *Sosiaalitieteiden laitoksen julkaisuja 2014:12*. Helsingin yliopisto.

Valkendorff, Tiina (2007) Syömishäiriöt keskustelupalstalla – pyhän ja profaanin tulkintoja. *Sociologia*. Vol. 44. No 1. 35-47.

Whitlock, Janis L. & Powers, Jane L. & Eckenrode, John (2006) The Virtual Cutting Edge: The Internet and Adolescent Self-Injury. *Developmental Psychology* Vol. 42. No 3. 407–417.

Muut:

SK (2015) *Suomenkuvalehti*. Vol.5 30.1.2015. Suoraan asiaan. (Kalle Kinnunen)

LIITTEET

Liite 1. Tiedote tutkielmasta keskustelufoorumin käyttäjille

Hei,

olen Noora Hästbacka ja teen pro gradu – tutkielmaa Turun yliopiston sosiologian oppiaineessa nuorten itsensä viiltelyn ruumiillisista kokemuksista. Tutkin internetin anonyymeja ja julkisia keskusteluja viiltelyyn liittyen.

Suomessa viiltelyä on tutkittu melko vähän sosiaalitieteiden näkökulmasta, ja siksi mielestäni on tärkeää tarkastella viiltelyilmiön sosiaalisia ulottuvuuksia. Viiltelyilmiössä yksilön sisäinen kokemus, ruumiillinen toiminto ja sosiaalinen merkitys ovat mielenkiintoisella tavalla kietoutuneina yhteen. Olen kiinnostunut mielen ja ruumiin sekä yksilön ja yhteisön välisistä suhteista. Tarkastelen viiltelyä äärimmäisenä ruumiinmuokkauksen tapana ja esimerkkinä ruumissuhteestamme nykykulttuurissa.

Käytän tutkimuksen aineistona [foorumin nimi] avointen ryhmien keskusteluja. Viestiketjujen tekstejä käytetään tutkimuksessa anonyymisti eli kenenkään henkilöllisyys (käytetty nimimerkki) ei paljastu tutkimuksessa. Tekstejä ei myöskään luovuteta kenenkään muun käyttöön.

Sinulla on kuitenkin mahdollisuus kieltää omien viestien käyttö tutkimusaineistona lähettämällä ylläpitäjälle viesti palautelomakkeella, jossa kerrot toiveesi. Ylläpitäjä välittää tiedon eteenpäin minulle. Tällöin en ota nimimerkilläsi kirjoitettuja viestejä tutkimukseen mukaan.

Tutkimus on valmistuttuaan kaikkien siitä kiinnostuneiden luettavissa ja sitä voi tiedustella joko ylläpitäjältä tai suoraan minulta.

Lisätietoja tutkimuksesta ja verkkokeskustelujen käytöstä voi pyytää ylläpitäjän kautta tai suoraan minulta; noohas(at)utu.fi.