

# Hiljaisuudesta kertomuksiksi: työelämän sosiaalisesta kärsimyksestä

Artikkelissa pohditaan, miten työelämän alistavat rakenteet ja työntekijöiden subjektiviteetti kerronnallisesti ehdollistavat työstä sairastumista, erityisesti mielen sairastumista. Analyysi kohdistetaan kerrontaan sosiaalisesta kärsimyksestä, sen synnystä ja kehollistumisesta sairauksiksi sekä mahdollisuuksiin vastustaa ja vapautua kärsimyksistä liittämällä omat kokemukset kulttuurisiin kertomuksiin. Tutkimuksen aineiston muodostaa 48 työelämässä kohdattuja muutoksia ja niissä pärjäämistä käsittelevää kirjoituspyyntövastausta vuosilta 2011–2012. Tarinoissa työelämän vaiennettu sosiaalinen kärsimys kerrotaan näkyviin kehollistamalla se omiksi sairauksiksi tai projisoimalla toisten mielensairauksiksi. Omien kärsimyskokemusten liittäminen kulttuurisiin työuupumuskertomuksiin mahdollistaa samalla yksilöllistyneestä häpeästä ja stigmasta vapautumisen sekä oman tarinan yhdistämisen kulttuurisiin kertomuksiin hyvästä työntekijästä kovassa työelämässä.

**ANU JÄRVENSIVU**

## JOHDANTO

Mielensairauksista johtuvat sairauslomat ja varhaiset eläköitymiset ovat viime vuosikymmeninä lisääntyneet, kuten myös asiaan liittyvä ”huolipuhe” (1). Voisi jopa sanoa länsimaihin syntyneen kulttuurisen työuupumuskertomuksen, eli yleistyneen tavan puhua uuvuttavasta työstä sekä työstä uupumisesta ja mielensairastumisesta. Tämä artikkeli perustuu tutkimukseen, jossa tuo kertomisen tapa tuli esiin aivan toista teemaa tutkittaessa. Havainto houkutti pohtimaan, miksi ihmiset kirjoittavat työstä sairastumisesta, kun pyydetään tarinoita työelämässä pärjäämisestä, eli työssä kohdatuista muutoksista ja näissä tilanteissa kehitetyistä ratkaisuisista sekä ”pienistä tai suurista voitoista työn kentällä”. Mikä ratkaisu tai voitto sairastuminen on?

Selityksiä etsittäessä löytyi sairauksien ja sairastavuuden sosiaalisten kytkentöjen tutkimuksia siitä, miten monin tavoin kulttuuriset ja rakenteelliset seikat ehdollistavat ja mahdollistavat sairauksia, sairauden kokemuksia ja paranevista. Rakenteet tuottavat myös eriarvoisuutta ja alistettuja asemia. Tutkimuksissa sosiaalisten rakenteiden on todettu ensinnäkin tuottavan terveyden eriarvoisuutta sekä globaalilla tasolla että

yhteiskuntaluokkien välillä. Alistetuissa asemissa sairastetaan enemmän. Toiseksi yhteiskunnan eriarvoisuus näkyy sairauksien ja epidemioiden kehittämisessä ja huomion kohteeksi tulemisessa. Moni sairaus noteerataan vasta sen tavoittaessa riittävän hyväosaiset. (2,3)

Myös työstressiepidemian syntyä sekä mäsennuksen ja työuupumuksen lisääntymistä on tutkittu yhteiskuntatieteellisesti. (1,4) Yhteiskunnan keskiluokkaistuttua ja töiden muututtua enemmän ”miehellä tehtäviksi” rasisuskin kohdistuu mieleen (5). Toisaalta on epäilty pahoinvointikokemusten näkyvyyden lisääntyneen, kun vahva työn kontrolli on kivunnut hierarkiassa saavuttaen professioammatit ja ylemmät toimihenkilöt (4). Terveyden eriarvoisuutta käsittelevässä kirjallisuudessa havaittua linkitystä sosiaalisen alistamisen, eli voimattomana vallan alla olemisen kokemusten sekä sairastavuuden välillä on kuitenkin tutkittu vähäisesti työelämäntutkimuksissa.

Aihe olisi luonteva työnsosiologeille, sillä heikossa sosiaalisessa asemassa olevien tekemillä huonoilla elämäntapavalinnoilla ja elinympäristöllä ei ole voitu yhteiskuntatason terveystutkimuksissa selittää yhteyttä kokonaan. Sen sijaan

on havaittu, että alistavista rakenteista ja käytännöstä syntyvät tunnustuksen puute, alentunut omanarvontunto ja eristäytyminen tai jopa eristäminen yhteisöstä toimivat vahvasti välittävänä tekijöinä sosiaalisen aseman ja sairastamisen välillä. (6) Nämä tekijät ovat tuttuja työelämäntutkijoille. Esimerkiksi organisaatiomuutokset ja irtisanomistilanteet tuottavat tällaisia kokemuksia ja niiden onkin havaittu kasvattavan fyysisen ja psyykkisten sairauksien ja jopa kuoleman riskiä (7,8,9). Yhteyttä ei kuitenkaan ole tarkasteltu sosiaalisten rakenteiden tuottamien alistamisen kokemusten näkökulmasta.

Toisaalta on kuitenkin havaittu sekä sosiaaliluokan että psyko-sosiaalisten työskentelyolojen olevan yhteydessä terveyteen, mutta myös kytkeytyvän toisiinsa (10). Työuupumustutkimuksissa puolestaan heikentynyt ammatillinen itsetunto on nostettu yhdeksi työuupumusoireeksi uupumusasteisen väsymyksen ja kynnistymisen rinnalle. Sen ajatellaan syntyvän työntekijän riittämättömyyden kokemuksista ja omien senhetkisten saavutusten vertailusta aiempiin ja muiden saavutuksiin. (11)

Kiinnostavaksi kysymykseksi muodostuu: Jos alistettu asema ja yhteisöllisen tunnustuksen puute sekä avoimeen tai hienovaraiseen vertailuun perustuva alentunut omanarvontunto tuottavat monimutkaisin tavoin terveystarpeita ja yhteiskunnantason tarkasteluissa, käykö näin myös työelämässä? Palkkatyösuhteisiin perustavassa työelämässä on runsaasti normaaleiksi ja legitimeiksi ajateltuja valtarakenteita ja itsetuntoa haastavia vertailuasetelmia. Jo palkkatyön juridinen perusta, erityisesti työnantajan direktiovalta, luo legitimiin alistavan valtarakenteen. Vertailu- ja kilpailuasetelmat taas ovat nykytyöelämän tyypillinen piirre. Vallan alle joutumisen, nöyryytyksen ja epäarvostuksen kokemukset työpaikalla saattavatkin heikentää työntekijän terveyttä tavoilla, joita ei täysin tunnisteta, vaikka ”työelämän tunnustusvajeen” ongelmallisuus onkin nostettu esiin. (4)

Pohjoisamerikkalainen tutkimus maatalouden siirtotyöläisistä osoittaa piiloisten ja tarkoitamattomienkin valtasuhteiden, syrjinnän, alistuksen ja hierarkioiden muotojen moninaisuuden sekä niiden merkityksen työtä tekevien keholle ja terveydelle. Kyseisessä tutkimuksessa käytetään sosiaalisen kärsimyksen käsitettä kuvattaessa niiden fyysisten ja psyykkisten oireiden ehdollis-

tajia ja taustatekijöitä, joita sosiaaliset rakenteet ja niistä kumpuava rakenteellinen väkivalta tuottavat. Tutkimuksessa tuodaan esiin, miten vähäisesti alistusta kokevat harjoittavat vastarintaa ja miten vahva hiljaisuus ja vaikeneminen aiheutta kehystävät. (12) Tapahtuuko vastaavaa vaikenemista ja vaientamista suomalaisessa työelämässä ja liittyykö se työuupumuskertomuksiin?

Ainakin tutkimuskentässä on hiljainen kohta, sillä alistuksen kokemuksista seuraavaa sairastuttavaa sosiaalista kärsimystä ei juuri tutkita – etenkin kärsivien subjektius ja vastustamisen mahdollisuudet huomioiden. Työstressitutkimuksiinkin on kaivattu rakenteiden ohella työntekijän subjektiviteetin ja merkityksenannon huomioimista. (1) Vaikka kansainvälinen stressitutkimus ja siihen liittyvä coping- ja resilienssitutkimus onkin todistanut sosiaalisen epätasa-arvon ja sosiaalisen kärsimisen sekä sairastavuuden yhteydestä, työtä tekevien toimijuus on yleensä ymmärretty ”sisäiseksi” (psykologiseksi selviytymiseksi, coping) eikä ulospäin suuntautuvaksi toimijuudeksi. Sosiaalisen järjestyksen haastaminen puhe- ja muin teoin ei ole noussut esiin. Näissä tyypillisesti positivistisen paradigman tutkimuksissa ei myöskään juuri valoteta havaittujen yhteyksien takana olevia subjektiivisia kokemuksia tai elämänkulkua eikä ihmisten omia merkityksenantoja ja tarinoita. (6)

Tässä artikkelissa tutkitaan, miten työssä sairastumisesta kerrotaan työelämän muutoksissa pärjäämistä koskeissa ”työelämäntarinoissa”, eli 48:ssa vuosina 2011–2012 kerätyssä kirjoituspyyntövastauksessa. Edellä esitettyjen tutkimustiedon aukkokohtien innoittamana kysytään, miten työelämän alistavat rakenteet ja työntekijöiden subjektiviteetti ehdollistavat tarinoissa ja kertomuksissa työstä sairastumista, erityisesti mielen sairastumista. Kiinnostuksen kohteena ovat työtä tekevien merkityksenanto ja heidän kuvaamansa syy-seuraussuhteet. Tavoitteena on paljastaa työperäiseen (mielen)sairastamiseen liittyviä kulttuurisia metakertomuksia sekä kertomuksissa kuvattuja alistuksen kokemuksia ja toimijuuden mahdollisuuksia (13). Samalla rakentuu yksi selitys sille, miksi työperäinen mielensairastuminen on saanut niin paljon tilaa kulttuurisessa kerronnassa. Muitakin tapoja, teorioita ja metodeja, lähestyä ja selittää historiallis-sosiaalitieteellisesti mielen haavoittuvuuden lisääntymistä löytyy (5).

## SOSIAALINEN KÄRSIMYS SYNTYÄ SOSIAALISESTA JÄRJESTYKSESTÄ

Sosiaalisten rakenteiden ilmenemistä ”kipeällä” tavalla ihmisten elämässä lähestytään artikkelissa muun muassa Bourdieun käyttämän sosiaalisen kärsimyksen ja kärsimisen käsitteillä. Sosiaalinen kärsimys syntyy sosiaalisesta järjestyksestä. Se on paradoksaalista pahaa oloa, koska sosiaalinen järjestys on yleisesti hyväksyttyä, normaalina pidettyä ja oikeaksi ajateltua, kuten palkkatyöelämän sisältämä työnantajan direktiovalta.

Sosiaalinen järjestys sisältää epätasa-arvoa ja alistavia rakenteita. Nämä aiheuttavat yhteiskunnassa esimerkiksi alhaiseen sosioekonomiseen asemaan joutumista ja juuttumista, mutta myös tunnustuksen menettämisiä tai puuttumista ja tämän vuoksi nöyryytyksen, pettymyksen ja mielipahan kokemuksia. Sosiaalisen kärsimyksen sanallistaminen on hankalaa. Tutkimuskirjallisuuden mukaan ihminen kokee ”täytyvänsä” vaikeasti hahmotettavissa olevilla sosiaalisen alistamisen rakenteilla ja tuntee kipua. (6)

Sosiaalinen kärsimys onkin kokemuksen ohella toimintaa, kärsimistä: ajattelemista, tuntemista ja reagoimista. Toisinaan kärsimystä kyetään pohtimaan, mutta toisinaan sitä ei pystytä sanallistamaan, jolloin se tutkimusten mukaan kehollistetaan itseen tai projisoidaan (heijastetaan) toisaalle. Sosiaalista kärsimystä siirretään toisille tasoille (yksilöllistäminen), toisille elämänosa-alueille tai toisille ihmisille. (6,14,15)

Kärsimyskokemusten muuttumista yksilölliseksi voimistaa uusliberalismin yleistymisen ja kollektiivisten tukirakenteiden murtuminen, kuten ammatti- tai luokkaidenteettien hiipuminen. Kun ihminen ajatellaan yhä enemmän vapaaksi ja omasta tilanteestaan vastuulliseksi subjektiksi, ymmärrys koetun kärsimyksen rakenteellisesta alkuperästä katoaa ja ihminen jää kärsimyksensä kanssa yksin. (6,15.) Uusliberalismin ja kapitalistisen markkinatalouden edessä työelämä on muuttunut ”henkilöön tähtäväksi” (4)

Uusliberalistisissa rakenteissa alistettuun asemaan joutuneiden subjektiutta määrittävät sekä sisäisen maailman psyykinen kärsimys että ulkoisen maailman sosiaalisesti rakentunut alistaminen. Nämä tekijät yhdessä luovat ja rajaavat mahdolliset toiminnan muodot. (6) Uusliberalistinen ideologia legitimoit myös teollisuustyön vähenemistä länsimaissa ja samalla näkymättömästi alistaa heikkoon asemaan

joutuneita (16). Vastaavasti maataloudesta teollisuusyhteiskuntaan siirryttäessä rakennemuutoksen käytännön toimeenpano ja kustannukset sekä aiheutuneet kärsimykset jäivät maatalouselinkeinonharjoittajille pelkistyen heidän ”vapaiksi valinnoikseen” elinkeinon jatkamisesta, vaikka valinnat ja tavat puhua niistä olivat vahvasti rakenteiden määrittämiä (17).

## HÄPEÄLLISTÄ STIGMAA VOI VASTUSTAA KULTTUURISILLA KERTOMUKSILLA

Koska sosiaalinen kärsiminen syntyy oikeutettua näyttävästä tunnustusvajeen kokemuksesta demokraattisessa yhteiskunnassa, ihminen voi tuntea huonommuutta, häpeää ja nöyryytystä (6). Näin syntyy sosiaalisiin rakenteisiin pohjautava subjektin osaksi muuntunut kärsimys, joka on luonteeltaan pitkäkestoista, pysyvääkin. Tämänkaltaisen kroonistuneen häpeän ja epäarvostuksen tunteen on todettu olevan hetkittäisiä häpeän tunteita pahempi riskitekijä esimerkiksi masennukselle (16).

Käsitteellistettäessä sosiaalisen kivun kokemus häpeän sijasta stigmaksi, eli häpeälliseksi koetuksi poikkeamaksi normaalista, voidaan palauttaa huomio stigman tuottaneisiin rakenteisiin. (6) Siinä, kun häpeä mielletään yksilön tunteeksi, stigma on yhteisöllinen ja valtasuhteiden tuotos. Mielen sairauksista on perinteisesti syntynyt vahvasti stigmatisoituja identiteettejä (18). Esimerkiksi masennusdiagnoosin hyväksyminen ja oman tilan sanoittaminen voi olla vaikeaa, koska diagnoosin ei koeta tavoittavan olennaista (19).

On esitetty, että häpeää ja stigmoja voidaan vastustaa kollektiivisilla kertomuksilla ja destigmatisointistrategioilla (16). Toisin sanoen oman kokemuksen ja ”tarinan” liittäminen osaksi vapauttavaa kulttuurisen kertomuksen tapaa voi vähentää häpeän tunnetta ja avata mahdollisuuden normaaliuden kokemukseen. Stigmojen vastustamisen potentiaalia määrittävät kullekin tarjolla olevat kulttuuriset kertomukset. Yhteiskunnassa on erilaisia ajassa muuntuvia tarinavarantoja, joihin toiset pääsevät käsiksi toisia paremmin (14). Niistä saadaan selityksiä, puolustuksia ja järkipäristyksiä (16). Esimerkiksi maallikkoopidemiologiat kuuluvat kulttuuriin tarinavarantoihin.

Jaetut kertomukset ja mahdollisuudet liittää omat kokemukset niihin vähentävät yksinäisyy-

den ja eristäytyneisyyden tunteita sekä auttavat näkemään toimintamahdollisuuksia. Toiset kertovat samanlaisia tarinoita ja tarjoavat selviytymismalleja. Tarinoilla voidaan selittää, miten eriarvoisuus ”on mennyt nahan alle” ja vastustaa stigmatisoituneita identiteettejä. Tarinoiden puuttuminen tai heikkous taas voivat johtaa sosiaalisen tai taloudellisen muutoksen kokemiseen yksilöllistyneesti, jolloin häpeää on vaikea vastustaa. (16) Huono pärjääminen tuntuu omalta syyllä.

Onkin esitetty, että kollektiiviset kertomukset ja osallisuus niihin saattaisi olla keskeinen sosiaalista vertailua, häpeää ja terveyttä linkittävä tekijä. Kertomukset välittävät kuulumisen tunnetta, yhteisöllisiä arvoja ja toimintaodotuksia. (16). Jos yhteisöä ei löydy tai yhteisöstä ei löydy kertomusta, johon oma kärsimyksen kokemus olisi liitettävissä, kärsimys saatetaan kehollistaa tai projisoida. Tätä voidaan pitää vahingollisena ja kaksinkertaista kärsimystä tuottavana. (6) Sosiaalisen kärsimyksen käsitteellä tulkiten työuupumus sisältääkin moninaista yhteenkietoutunutta kärsimystä ollen sosiaalisen kärsimyksen psykosomaattiseksi oireiksi kehollistava kategoria. Perinteisesti stressiä taas käytetään kategoriana, jossa psyykinen kärsimys kääntyy fyysisiksi, ”psykosomaattiseksi” oireiksi.

Sen ohella, että kulttuuriset kertomukset suojaavat, ne voivat jopa tervehdyttää. Yhteisöllisen tunnustuksen saaminen ja yhteisiin kertomuksiin liittäminen voi vapauttaa ja ”parantaa” jo yksilöllistyneen sosiaalisen kärsimyksen ja sitä kautta tukea muita parannuskeinoja. Dow:n (20) mukaan parantamisen tavoista löytyy universaaleja, kaikkialla päteviä, piirteitä, kuten kärsivän yksilön kokemusten liittäminen kulttuuriseen myyttiin sekä parantajan rooli sen vakuuttajana, että yksilön ongelmat voidaan määritellä kulttuurisen myytin termin. Oman tarinan kertominen uudella tavalla voi auttaa yksilöä, vaikkei se poista yhteiskunnasta sosiaalisen järjestyksen vaihtamaa kärsimystä (21).

## MENETELMÄT

Tutkimusaineistona olevat 48 tarinaa koottiin kirjoituspyynnöillä 2011–2012. Kirjoituspyyntöä levitettiin mm. lehdissä ja sosiaalisessa mediassa. Kirjoituspyynnöt olivat levityskanavasta riippuen hieman erilaisia. Kirjoituksia pyydettiin työssä

kohdatuista muutoksista ja muutostilanteissa käytetyistä pärjäämisstrategioista. Ohessa tekstilainaus tutkimushankkeen kotisivuilta:

*”Millaisia ratkaisuja Sinä olet tehnyt pärjätäksesi työssä?*

*Millaisia ovat työhön ja työuraan liittyvät selviytymistarinat ja kertomukset pienistä tai suurista voitoista työn kentällä? Jos Sinulta löytyy tarina työstä, siellä kohtaamistasi haasteista ja kehittämistäsi ratkaisuista, jaa se yhteiseksi hyväksi! ... Tutkimuksessa kerätty tieto auttaa kehittämään työssä jaksamista ja viihtymistä.*

*Voit pohtia kirjoituksessasi esimerkiksi joitakin seuraavista kysymyksistä:*

*Millaisia muutostilanteita, valinnan paikkoja tai haasteellisia hetkiä olet työssäsi kohdannut? Miten olet menetellyt eteen tulleissa tilanteissa?*

*Miten työsi vaatimukset ovat muuttuneet?*

*Onko työsi sisältö muuttunut?*

*Miten rytmität työtä ja vapaa-aikaa?*

*Millaisia muutoksia johtamisessa ja esimiestyössä on tapahtunut?*

*Millaisia keinoja ja strategioita olet käyttänyt pärjätäksesi työelämässä?*

*Millaisia valintoja olet tehnyt työhösi tai työuraasi liittyen?*

*Mitkä olivat tuolloin valintaperusteesi?*

*Millaisia vaihtoehtoja sinulla oli?*

*Koetko, että teit tilanteessa oikean ratkaisun?”*

Vaikka kirjoituspyynnössä ei mainittu sairastamista, lähes kaikissa kirjoituksissa kerrottiin sairauksista ja suuressa osassa työelämä kuvattiin sairastuttavaksi, mikä herätti kiinnostuksen tutkia tarinoita myös sairastumisen näkökulmasta. Vastauksista valtaosa (34) oli naisilta. Nuoret miehet eivät kirjoittaneet. Tutkimusaiheen kannalta on merkityksellistä tämän vinouman ohella huomioida, että vastaajajoukko oli hyvin koulutettua ja työskenteli keskiluokkaisissa tehtävissä. Kyseessä ei siis ollut sosio-ekonomisessa mielessä alistettu joukko. Kirjoitusten pituudet vaihtelivat sivusta kokonaisen vihon mittaisiin.

Tutkimus edustaa laadullista retrospektiivistä, eli elämänhistoriallista, ja kerronnallista pitkitäistutkimusta. Laadullinen terveyden pitkittäistutkimus on Suomessa vähäistä, vaikka sille olisi sovellusalueensa. (22) Ongelmien rakenteellisten syiden jäljittämistä vaikeuttaa se, että sosiaaliset ja inhimilliset seuraukset ilmenevät pitkällä, vuosien tai vuosikymmenten, viiveillä (15). Työelämäntarinoilla tavoitetaan kirjoittajien omat tulkinnot vuosien yli ulottuvista vaikutusketjuista.

Tutkimus kohdistuu siihen, miten kirjoittajat kertovat, kokevat ja tulkitsevat ja mikä funktio kertomuksella kontekstissaan on. Ihminen ammentaa oman tarinansa useista hänelle mahdollisista mallikertomuksista ja rakentaa suhdettaan niihin. Toiminnan mahdollisuuksia avautuu valintaprosesseissa sekä sitä kautta, että kertomisella ja tietyllä tavalla kertomisella on funktionensa. Miten tahansa kertominen ei ole mahdollista, sillä kerrottaessa pyritään täyttämään normeja ja vastaamaan sosiaaliin odotuksiin tai kertomaan niitä vastaan. (23,24)

Kerrontaa tutkitaan suhteessa kontekstiin. Tulkittaessa kontekstin merkitystä tarinoille aineistoa arvioidaan ensinnäkin kerrontatilanteeseen osallistuvien välisten suhteiden näkökulmasta, jolloin tarkastellaan esim. tarinan kertomisen välitöntä tarkoitusta. Toiseksi tulkinnassa huomioidaan sosiaalisia rakenteita, joissa tarina kerrotaan. Sosiaaliin rakenteisiin tai sosiaaliin järjestykseen viitataan tarinoissa yleensä eksplisiittisesti. Kolmanneksi aineistosta tulkitaan implisiittiset kulttuuriset metakertomukset, mallikertomukset tai ”suuret kertomukset”, joihin kertojat liittävät omat tarinansa ja joiden kautta ne saavat jatkuvuuden, juonen ja oikeutuksen. (13)

Analyyssi painottuu kahteen viimeksi mainittuun, eli siihen, miten kirjoittajat kokevat ja esittävät sosiaalisen järjestyksen ja metakertomukset, joiden kontekstoimana syntyy kertojan työelämäntarina. Ensiksi mainitusta kontekstista on syytä todeta, että vaikka tutkija ei ollut kirjoitushetkessä läsnä, kirjoituspyynnöt ohjasivat kirjoittajia. Kirjoittajia motivoitiin jakamaan tarinansa työelämässä pärjäämisestä tutkimusaineistoksi ja sitä kautta yhteiseksi hyödyksi. Tutkijoille lähetetyt tarinat sisältävät siis asioita, jotka kirjoittajat ajattelivat jakamisen ja yleisen huomion arvoisiksi. Yksi näistä oli työn muutoksesta sairastuminen.

Kolmen vuoden aikana aineisto on luettu monenlaisista näkökulmista useita kertoja. On etsitty toistuvia teemoja ja kartoitettu juonirakennelmia. Aiemmin aineistosta on konstruoitu tavanomainen työelämän muutoskertomus, etsitty onnen ja epäonnen tarinan piirteet sekä analysoitu pahan ja kärsimyksen esiintymistä tarinoissa (14). Nyt tavanomaista muutuskertomusta tarkennettiin (mielen)sairauksien synnyn ehdollistumisen näkökulmasta, minkä vuoksi aineistosta koottiin alistuksen ja tunnustusvajeen ilmauksia, kärsimyksen kehollistumisen ja sairaudeksi muuntumisen kuvauksia sekä onnistunutta stigman purkua kuvaavia kertomusmalleja. Seuraavissa analyysiluvuissa avataan tulkintatapaa kysymyksenasettelun kannalta keskeisiksi nousseiden avainsitaattien avulla.

Artikkelin ensimmäisessä empiirisessä aluvussa analysoidaan, miten tarinoissa kerrotaan sosiaalisen järjestyksen tuottamista alistuksen kokemuksista, tunnustusvajeesta ja kehkeytyvästä riittämättömän työntekijän stigmosta. Toisessa aluvussa analysoidaan, miten alistuksen vastustamisen epäonnistuminen ja sanattoman kärsimyksen kehollistuminen ja muuntuminen yksilön sairaudeksi kerrotaan: etsitään jälkikäteen konstruotua metakertomusta kulttuuriin kertomuksiin liittämisen epäonnistumisesta. Kolmannessa aluvussa käydään läpi aineistosta löydetty toimijuutta ja stigman purkua kuvaavat kertomusmallit, joihin kirjoittajat liittivät tarinansa kertoessaan pärjäämisestään.

## VAIENTAVA SOSIAALINEN JÄRJESTYS TYÖPAIKALLA

Kattavimpana metakertomuksena kirjoituksista paljastui ”tavallinen työelämänmuutostarina” (14). Kirjoitukset alkoivat usein organisaatiomuutoksista, mutta päättyivät eri kohtiin kertomusta. Osassa kuvattiin työssä koettuja muutoksia, mutta vasta kärsimyksen ensioireita. Toisissa juoni alkoi samoin, mutta eteni muutaman askeleen pidemmälle, joissakin aivan ”loppuun” asti. Juoni kohti oireita tai sairastumista kehkeytyi useiden syiden ketjuuntuneista ja toisiaan vahvistavista yhteisvaikutuksista, jotka kumuloituivat vuosien kuluessa.

*”Esimies, työtoverit, fyysinen työpiste ja työn sisältö muuttuivat ja uudelleen organisointi jatkuu edelleen. Muutos on siis jatkuvaa ja pysyvää, näin meitä pyydetään kertomaan*

*henkilöstölle. Samalla viesti on: koettakaa kestää ja hyväksyä, ei ole vaihtoehtoja.” (kirjoitus 26)*

Kärsimystä aiheuttavat muutokset kuvattiin vaihtoehdottomina työntekijöihin tähtäviksi. Ne jäivät kerronnassa usein subjektittomiksi, rakenteellisiksi. Hahmottomat muutokset levittivät mukanaan kärsimyskokemuksia. Niistä seurasi toimivien yhteistyörakenteiden purkamisia, vanhojen työyhteisöjen hajoamisia, työntekijöiden välisiä ristiriitoja, kaoottisuuden kokemuksia, lisääntyneitä työtä sekä kilpailuasetelmia.

Tavallisen muutostarinan edetessä yhteisöistä etäännyttiin ja yksinäisyyden kokemukset vahvistuivat. Samalla yhteisöjen tarjoamat tulkin-takehykset menettivät suojaavan vaikutuksensa. Seurasi kärsimystä ja ensimmäisiä oireita. Seurasi myös hiljaisuus.

*”Aloin oireilla, kun en oikein kuulunut mihinkään. ... Jos uskallat sanoa niistä epäkohdista, niin kierre on selvä. Sinut laitetaan toisen luokan kansalaiseksi. Minä koen olevani ihan ulkopuolinen koko vastuualueella.” (kirjoitus 42)*

Tarinoissa kirjoitettiin vaikenemisesta ja alista-vasta vaimentamisesta. Alla siteeratun kirjoittajan ja hänen esimiehensä tilanne paljastaa, miten alistuksen rakenteet siirtyivät palkkatyöntekijöiden välisiksi:

*”Tuloskeskustelussa esimies toivoi minun jaksavan, ettei hän saisi huonon esimiehen mainetta!” (kirjoitus 35)*

Kirjoittaja ja esimies toimivat ns. ankealla alueella, jolla omaa pärjäämistään varmistaakseen on hyväksyttävä sosiaalisen järjestyksen toiselle aiheuttama kärsimys (12, 54). Oppilaitosfuusion kokenut ja sitä kautta yhteisöjen vaihtumiseen kivuliaasti törmännyt kirjoittaja taas kertoi, miten hänen kokemansa kärsimys vaiettiin tulkitsemalla oireet yksityiselämään liittyviksi:

*”Tilanne on äärimmäisen kuormittava ja olen kärsinyt mm. univaikeuksista, rytmihäiriöistä ja ihottumasta. Esimiehelle on turha valittaa, koska luottamusta ei ole ja hän on myös kehityskeskusteluissa tuonut esiin, että yksityis-*

*elämän asiat eivät kuulu kehityskeskusteluun. ... Ei minkäänlaista yhteistyötä kollegoiden kesken, jokainen hoitaa hiljaa yksin oman tonttinsa, päätöksenteko lähentelee diktatuuria, avoimen kulttuurista ei tietoaakaan.” (kirjoitus 10)*

Monessa tarinassa puhuttiin vaientavista peloista. Kerrottiin epäasiallisesta käyttäytymisestä, epäoikeudenmukaisesta kohtelusta, esimiehen ja alaisen väliseen ristituleen joutumisesta, äitiyteen tai ikään liittyvistä syrjintäkokemuksista tai -pelosta, irtisanomisten ja määräaikausuuksien tuottamasta häpeästä sekä ammatillisten hyveiden ja uusien tuottavuusideologioiden mukaisten tavoitteiden välisten ristiriitojen aiheuttamasta moraalista tuskasta. Sosiaalisen alistuksen rakenteet pitivät hiljaisena virallisista suojarakenteistakin huolimatta, kuten alta näkyy:

*”Ratkaisuni molempiin haasteisiin on ollut välttää asioiden riitauttamista. ... Suurimpänä syynä ratkaisuuni on ollut taloudellinen pärjääminen varsinkin silloin, kun mieheni on työtön. Määräaikaisena olen pelännyt niin paljon työpaikkani puolesta, että taloudellisista syistä olen päättänyt sietää kohtelua, johon en vakituudessa työsuhteessa olisi alistanut. Toisaalta tämä kaikki on tapahtunut oman jaksamiseni kustannuksella. Kävin läpi niin kovan henkisen myllytyksen, että sairastuin masennukseen ja ahdistukseen. Niistä toipuminen vei vuosia ja luottamukseni suomalaisen työelämän oikeudenmukaisuuteen koki kovan kolauksen. Vaikka työntekijällä olisi lain ja sopimusten suoja, käytännössä omista oikeuksista kiinni pitäminen voi olla tuulimyllyjä vastaan taistelemista ja ammatillinen itsemurha.” (kirjoitus 4)*

Tarinan edetessä alistuskokemuksiin kietoutui pohdinta omasta pärjäämisestä ja siitä, täyttikö hyvän työntekijän kriteerit. Oman poikkeuksellisen ahkeruuden kerrottiin altistaneen sairastumiselle, minkä voi tulkita yritykseksi kertoa huonoksi työntekijäksi leimaantumista vastaan.

*”Yritin tasapainoilla epäkypsän t:n ja oireilevan henkilökunnan välillä ... Usein tein töitä myös viikonloppuisin ja sehän sitten kostautui. ... Vuoden 2005 tammikuussa kaikki*

*romahti – olen aina kuvitellut hallitsevani itseni, ja muiden burn outteja/masennuksia olen pitänyt ihmisten heikkouksina. ... Minähän itse olin ylisuorittaja, nopea ja tehokas, vieläpä tunnollinen sellainen. Olin aina ollut hyvä koulussa/opinnoissani, mutta numerot eivät ole tulleet itsestäni, vaan olen ollut ehkä liiankin ahkera ja tunnollinen, nyt kun jälkikäteen ajattelen näitä asioita. Tammikuussa 2005 en enää saanut nukuttua, mutta se ei haitannut menoani. Valvoin putkeen kolme yötä ja sitten yhtenä aamuna töissä rupesin tärisemään ja sydämeistä otti. ... Hain unilääkkeitä lääkäriltä ja jatkoin töiden tekoa. Lääkkeiden avulla nukuin jotenkuten, kunnes eräänä aamuna menetin tajuntani. Tämän jälkeen minut tutkittiin uudelleen ja diagnoosina oli paniikkihäiriö.” (kirjoitus 21)*

Työpaikan ongelmista päädyttiin paniikkihäiriö-diagnosiin. Alistainen asema yhdistyi tarinoissa tunnustusvajaseen, häpeään, tunnustuskamppailuihin, huonon työntekijän stigmatisoidun identiteetin vastustamiseen sekä edelleen uniongelmiin ja sairauksiin. Sairastumisen yhteys ”voittoon työelämän kentällä” tulee ymmärrettäväksi kertomusmallissa, jossa nimenomaan hyvät työntekijät sairastuvat.

### **KÄRSIMYKSEN KEHOLLISTUMINEN JA PROJISOIMINEN**

Joskus kirjoittaja oli ennen sairastumistaan yrittänyt sanallistaa epäkohtia ja saada ääneensä kuulville, turhaan.

*”Sanoin esimiehelleni ..., että en millään selviä tästä työmäärästä. ... Vastaus oli ... joskus on vaan joustettava. ... Tein niin paljon ylitöitä kuin pystyin .... Juoksin bussipysäkiltä kotiin, jotta ehdin olla lapsieni kanssa mahdollisimman paljon. Tunsin oloni riittämättömäksi. En ollut hyvä äiti, en hyvä työntekijä enkä hyvä puoliso. Kukaan ei ollut tyytyväinen. Yritin taistella töissä avun saamiseksi. Minua ei kuunneltu. Eräs työkaverini sanoi, että minun on vain kiristettävä työtahtia, olet liian bidas. Meinasin nirhata hänet.” (kirjoitus 3)*

Toiset pyrkivätkin parantamaan kykyään ”juosta kovempaa” tai sietää tilannetta, kuten alla siteerattu työpaikkansa valmennusryhmään ilmoittautunut tutkijanainen. Hän kuvasi sotaver-

tauksella, miten yhteisöllinen ”taistelu” oli jo hävitty ja oltiin siirtymässä tilanteeseen, jossa huolta pidettäisiin vain omasta tuottavuudesta yksinäisessä poterossa. Tarinaa kehysti ”hajamielinen pahoinvointi”, joka on tulkittavissa kärsimyksen kehollistumisen kuvaukseksi. Edetessään hajamielinen pahoinvointi saattaa hajottaa mielen.

*”On ollut kiinnostavaa huomata itsessäni se sellainen hajamielinen pahoinvointi, jota ei pysty selittämällä poistamaan. ... Jos juuri on saanut itsensä keskittymään oikeisiin töihin, mutta kohtaa uudistuksista kärsivän kollegan, epämääräinen tunne palaa: on tapahtumassa jotain epäsuotavaa ja vielä minun kotilafkassani. Se, että vastaan tähän kirjoituspyyntöön, on ikään kuin tämän hajamielisen, tosin kaiketi vielä varsin lievän, pahoinvoinnin ilmaus.” (kirjoitus 7)*

Toinen yliopistokoulutettu kuvasi tuskaista esimiesrooliaan alaistensa ja johdon välissä sekä ristiriitakokemustaan ammattinsa hyveiden ja organisaationsa tuottavuuskeskeisten päämäärien välillä luonnehtien kärsimystään räsynukkevertauksella, joka muistuttaa viitattua ”alituksen rakenteilla täyttymistä”. Myöhemmin hän kertoi surulliseksi tekevästä ”sielussa olevasta” väsymyksestä.

*”Tunsin itseni tyhjiin imetyksi. En ollut halukas kehittämään kirjastoa siihen suuntaan, johon johto oli sitä viemässä. ... Tunsin kuitenkin, että minua yritettiin täyttää asioilla, jotka toimivat kuin toppaus räsynukessa, minusta oli tulossa jäykkä ja taipumaton enkä kyennyt liikkumaan ympäristössäni tai liikuttamaan asioita ympärilläni. Työtoverini näkivät tuskani ja tekivät liikuttavia eleitä tukeakseen minua, mutta viime kädessä tunsin olevani yksin niissä neuvottelupöydissä, joissa istuin.” (kirjoitus 15)*

Yksinäisyyteen ja yksin kertomiseen jäämisestä seurannut kehollistunut kärsimys kuvattiin monenlaisina oireina. Sairauksissa yhdistyivät mielen ja ruumiin ongelmat luoden kuvan kokonaisvaltaisesta kärsimyksestä, jota entisestään tiivistivät yhdeksi unihäiriöt ja väsyminen. Yksi kirjoittajista kuvasi sosiaalisesta kärsivän kehon ja mielen yhtenäisyyttä viitaten työperäiseen tenniskynäpäähänsä:

*”Paineet työssäni vaan kasvoivat. Työparini palattua töihin olin aivan poikki: ”kynnärpää meni päähän ja pää kynnärpäähän”. Jäinkin 2kk sairauslomalle.” (kirjoitus 14)*

Moni kirjoittajista sinnitteli epämukavaksi kokemassaan työssä vuosikausia, kun taas työuralle sattunut katkos saattoi lopettaa kärsimyksen (myös 19). Tarina työssä sinnittelystä oli tarina sairauksista ja sairauslomista. Sinnittelijä oli imeynyt kehoonsa ja kiinteäksi osaksi subjektiivtään sosiaalisen kärsimyksen ja alistuksen rakenteet. Sinnittelijä alistui, kärsi ja sairasteli. Hän ilmensi ”pientä toimijuutta” elämällä todeksi työpäikkänsä pysymisen arvoa kykenemättä ottamaan aktiivista, saati intohimoisesti rationaalisen toimijan roolia (25,6).

Alistavaa sosiaalista kärsimystä kuvattiin myös projisoimalla. Organisaatiomuutoksista alkavan kertomusmallin ohella kirjoituksissa esiintyi ”psykopaattijohtajakertomusmalli”, jossa koetut kärsimykset heijastettiin mielensairaudesta kärsiväksi ajateltuun esimieheen, muutamassa tapauksessa myös itseän valtaa käyttämään pysyneeseen kollegaan.

*”Uusi esimiehemme osoittautui hankalaksi tyypiksi. ... Diagnosoimme hänet rajatila-persoonaksi. ... Tuo aika oli henkisesti hyvin raskasta. Jaksoimme sen kuitenkin, koska meillä oli yhteinen vihollinen. Saimme heti samantein purkaa tapahtuneet työtoverien kesken, sillä he ymmärsivät. Ja kyllä me sitten puhuimmekin.” (kirjoitus 28)*

Näissä tarinoissa yhteisö ja kulttuurinen tarinavaroitus säilyivät tukena. Kirjoittajat käyttivät jopa me-muotoa. Joskus tosin kuvattiin johtajan aiheuttamaa henkilöstön kahtiajakautumista johtajan suosikkeihin ja muihin.

Tarinat kertoivat siis sosiaalisen kärsimyksen kehollistumisesta kirjoittajan omiksi oireiksi ja psykosomaattisiksi sairauksiksi, mutta myös koetun kärsimyksen projisoimisesta valta-asemassa olevan mielensairaudeksi.

## VAPAUTTAVAT KULTTUURISET KERTOMUKSET

Psykopaattijohtajakertomuksen ohella muitakin kärsimyksiä helpottavia kertomusmalleja löytyi. Ensinnäkin kerrottiin yrittäjäksi tai itsensätyöllistäjäksi ryhtymisestä. Aiemmin siteerattu kirjoit-

taja oli päätynyt ”hullun toimitusjohtajan” ja henkilöstön välittäjäksi. Psykopaattijohtajakertomuksen kertominen yhdessä muiden kanssa ei onnistunut rakenteellisen asetelman vuoksi. Kirjoittaja sairastui. Myöhemmin ratkaisu löytyi yrittäjyydestä.

*”Teen edelleen töitä ... tälle ”hullulle” tjlle, mutta nyt, kun olen ns. ulkopuolinen enkä yrityksen palkollinen, asemani/tunteeni/kaikki ovat ihan erilaisia eivätkä stressaa minua yhtään siinä määrin kuin ne tekivät silloin, kun olin palkollinen.” (kirjoitus 21)*

Yrittäjyys esitettiin kirjoituksissa ratkaisuksi moniin palkkatyöelämän ongelmiin. Yksi kertoi yrittäjyyden vapauttaneen ”muurahaisorganisaatiosta”, jossa käskyjä sateli kaikista suunnista ja työn mielekäs ydin hukkui. Toinen oli uupunut organisaatiomuutoksissa ja lähtenyt opiskelemaan, mutta piti mahdollisena paluuta alalle yrittäjänä, jolloin ”saisi pitää kaikki langat omilla käsissään”. Toisaalta yksi kertoi ryhtyneensä yrittäjäksi kohdattuaan palkkatyössä luonteensa vastaista joutokäyntiä. Moni kertoi yrittäjyyden tai keikkailun tarjonnan työnteon mahdollisuuden, kun palkkatyöelämässä ikä oli alkanut aiheuttaa väsymistä, tarpeettomaksi tulemisen kokemuksia ja pelkoa.

Yrittäjyyskertomus on yhteiskunnassa tunnustettu. Se kertoo itsellisyyden hankkimisesta ja palkkatyöhön kuuluvasta rakenteellisesta alistamisesta vapautumisesta. Toisaalta siinä voi nähdä kiinnittymistä uusliberalistiseen yrittäjyysidentiteettiin ja tunnustuksen hankkimisen tätä kautta.

Kohtuullistamiskertomuksissa taas työelämän alistettuun asemaan tai häpeälliseksi koetuksi muuttuneeseen työntiteettiin otettiin etäisyyttä vahvistamalla muita identiteettejä ja tunnustuksen lähteitä. Työntekoa rajattiin tietoisesti.

*”Tilalle astui kohtuuttomat myyntitavoitteet ja vaatimukset. ... Meidät pistettiin kilpailuun keskenämme. ... Ei saanut olla enää oma myyntimoraalikaan esteenä. ... Ilmoittauduin vapaaehtoiseksi lähtijäksi, vaikka esimies esiteli ja olin konttorin luottamusmies. ... Hoidin perään toisenkin tyttärenlapsen, molemmat parhaikään. ... Olen nyt kolmanneksen pienemmällä eläkkeellä koko loppuikäni,*



*mutta minun ei tarvinnut ”huorata” myynti-työssä ja sain itse päättää lähdöstäni. Tein mielestäni maailman arvokkainta työtä lasten kanssa.” (kirjoitus 38)*

Riittämättömän työntekijän stigmasta vapauduttiin myös sairaudesta paranemisen kautta. Tunustavana yhteisönä oli työterveyshuolto, joka näki työpaikalla tunnustamatta jääneen kärsimyksen.

*”Seuraavana päivänä menin työterveydenhoitajan vastaanotolle ja itkin ja itkin. ... Jäin sairauslomalle. ... Lääkärin diagnoosi oli keskivaikea masennus ja työuupumus. ... Työterveydenhuolto oli loistava paikka, nautin todella siitä, että minusta huolehdittiin. Pääsin jopa psykologin juttuille ja työterveydenhoitaja järjesti tapaamisen minun, esimieheni ja hänen kanssaan.” (kirjoitus 3)*

Sairastumiskertomuksissa tunnustuskamppailua käytiin sairauden työperäisyydestä. Jos sairaus todettiin työperäiseksi, kärsimyskokemukset tulivat liitetyiksi kulttuuriseen kertomukseen, jonka mukaan työelämä on raakaa ja (mieltä) sairastuttavaa. Samoin ne olivat liitettävissä vanhaan kertomukseen, jonka mukaan työstä sairastuminen voi todistaa hyvän työntekijyyden (26,27). Kun perinteisissä fyysisissä töissä kovan työnteon ja hyvän työntekijyyden ansiomerkit konkretisoituivat fyysisiksi oireiksi työntekijän ruumiiseen, keskiluokkaisessa ”henkisessä työssä” ne piirtyivät ensisijaisesti työtä tekevän mielenhaavoiksi. Työperäiseksi tunnustettuna mielensairauskin voi muuttua stigmasta kunnia-asiaksi. Eriarvoisuutta synnyttävät rakenteet värittivät kuitenkin pääsyä paranemismahdollisuuksia tarjoaviin yhteisöihin.

*”Kyllähän tässä yhteiskunnassa on jotain mättää, jos niin monen ihmisen tarvitsee käydä masennus läpi. Työpaikan ilmapiirillä ja esimiehillä on suuri merkitys, mutta myös itse pitää ottaa vastuuta omasta itsestään. ... Minulla parantuminen oli ehkä helpompaa kuin monella muulla: aviomieheni on tukenut minua kaikkien vuosien ajan kaikissa toimissani eikä meillä ole ollut taloudellisesti tiukkaa. Olen pystynyt hakemaan apua mm. yksityisiltä lääkäriasemilta. Uskon, että minulla on ollut helpompaa kuin monella muulla, joka*

*joutuu turvautumaan julkiseen terveydenhuoltoon pitkiene jonoineen ja vaihtuvine lääkäreineen ja joilla on lisäksi vaikeuksia parisubteessaan. ... Minä hyppäsin järjettömästä työelämästä oman yrityksen pariin. Paljon töitä on edelleen, mutta voin itse säädellä sitä ja tehdä niitä asioita, joita haluan.” (kirjoitus 21)*

Muutamissa tarinoissa tunnustus hyvästä työntekijyydestä haettiin oikeuslaitoksesta riitauttamalla alistava kohtelu. Laitonta irtisanomista, takaisinottovelvollisuuden laiminlyöntiä tai työpaikkakiusaamista koskevan oikeustaistelun voitto poisti näissä riitauttamiskertomuksissa sosiaalisen kärsimyksen.

*”Vuosi irtisanomiseni jälkeen olin sitten kärejillä ja entinen työnantajani oli syytettyinä laittomasta irtisanomisesta. Pystypäin kuuntelin, kuinka esimieheni luettelivat huonoja ominaisuuksiani ... Voitin jutun. ... Olin todella positiivisesti yllätynyt, kuinka äkkiä kotiuihin tähän (tutkija: uuteen) työhön. Sain ensinnäkin hyvän perehdytyksen, mutta myös työkaverini saivat minut tuntemaan oloni tervetulleeksi. Minua on kohdeltu tasavertaisena työntekijänä, vaikka olenkin työllistetty, kuulun joukkoon ja se tuntuu hyvältä.” (kirjoitus 28)*

Edellisessä sitaatissa näkyy myös uuden työpaikan kertomusmalli, jossa vaihtoehdotiset työyhteisöt kuvattiin oman hyvän työntekijyyden tunnustamisen paikoiksi.

Työssä koetusta sosiaalisesta kärsimyksestä vapauduttiinkin tarinoissa liittämällä omat kokemukset kulttuuriin kertomuksiin tunnustavia kertomusmalleja tarjoavissa yhteisöissä. Kirjoittajat saattoivat soveltaa omassa tarinassaan useampia edellisistä kertomusmalleista.

## JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimus tuotti tietoa työperäisten (mielen)sairauksien kerronnallisesta ehdollistumisesta. Ensinnäkin työelämäntarinoista tunnistettiin alitavien rakenteiden synnyttämästä sosiaalisesta kärsimyksestä vastarinnan, vaikenemisen ja sinnittelyn kautta sairauksiin etenevä metakertomus, jota voidaan pitää maallikkoepidemiologisena (28) mallina työssäuupumisesta vuosien mittaan

monien tekijöiden yhteisvaikutuksesta. Tarinoissa kerrottiin terveystarpeista alistuksen kokemuksesta sekä alistukseen reagoimisesta: paineista, peloista, eristäytymisestä, eristämisestä, vaikenemisestä ja vaientamisesta.

Työuupumusprosessi kerrottiin varsin samoin kuin kymmenisen vuotta aiemmin nimenomaan työuupumus- ja masennusteemasta kerättyyn aineistoon pohjaavassa tutkimuksessa (19), mistä voi päätellä metakertomuksen esiintyneen jo pitkään ja todennäköisesti tulleen tunnetummaksi. Työn muutoksissa pärjäämisen yhteydessä kerrottuna työssäuupumisen metakertomus sai aiempaan tutkimukseen nähden lisämerkityksiä.

Sen sijaan, että sairastumisesta tai diagnoosista olisi kerrottu vain viimeiseen asti vastustetuina (19), ne näyttäytyivät toimijuutena: tapoina saada vaietulle kärsimykselle yhteisöllisesti tunnustettu muoto (1,4). Näin työssäuupumisen metakertomus yhdistyy loogisesti ”voittoon työelämän kentällä”. Se käy pärjäämisstrategiasta, koska sillä voidaan todistaa työelämän ongelmat ja oma hyvä työntekijyys. Kertomuksen avulla masennuskin voi muuttua stigmasta jopa kunniamerkiksi. Samalla sairastuminen oli keino katkaista kärsimys ja kääntää oma työelämäntarina onnentarinaksi (14).

Toiseksi tutkimuksessa tunnistettiin työelämässä koettua sosiaalista kärsimystä helpottavat kertomusmallit: yrittäjyyskertomus, kohtuullistamiskertomus, sairauden parantamiskertomus, riitauttamiskertomus, kertomus uudesta työpaikasta sekä psykopaattijohtajakertomus. Näistäkin kahdessa kerrottiin sairauksista. Parantamiskertomuksessa kehollistuneille työongelmille ja omalle pärjäämiselle hankittiin tunnustus työterveyshuollossa. Psykopaattijohtajakertomus

puolestaan projisoi kärsimyksen valta-asemassa olevan mielensairaudeksi.

Mielenterveysdiagnoosien yleisyyttä selittää osaltaan se, että ne antavat somaattisia sairauksia enemmän tilaa todistaa ja tunnustaa kehollistunutta ”hajamielistä pahoinvointia”, eli epämääräistä sosiaalista kärsimystä, jota syntyy työelämän alistavista rakenteista ja tunnustuksen menetyksistä. Työpaikoilla sosiaalisten rakenteiden tuottamaa kärsimystä oli vaikea sanallistaa ja vastustaa, mutta jälkeensä siitä saattoi kirjoittaa anonyymien tarinain jaettavaksi ”yhteiseksi hyväksi”.

Tutkimuksen teoreettisessa viitekehyksessä metakertomukset kuuluvat kulttuuriseen tarinavarantoon, joka auttaa oman työelämäntarinan kertomisessa, sosiaalisen kärsimyksen selittämisessä ja toiminnantilan kasvattamisessa (ks. myös 29). Kertomukset edellyttävät kuitenkin pääsyn tarinoita tarjoaviin tunnustaviin yhteisöihin (kuten työterveyshuoltoon, uuteen työpaikkaan) eivätkä mahdollisuudet näihin ole kaikille yhtäläiset.

Tutkimusta voi soveltaa työterveyshuollon ja työelämän kehittämisessä rajoitteina aineisto ja lähestymistapa. Aineistossa oli eniten hyvin koulutettujen naisten kirjoituksia, joten laajemat jatkotutkimukset ovat tarpeen. Kerronnallisen lähestymistavan ohella tematiikkaa voisi tutkia toisilla metodeilla. Löydettyjen kulttuuristen kertomusmallien suhde lääketieteelliseen selittämiseen olisi myös luonteva jatkotutkimuskohde.

Tämän artikkelin valmistumista ovat tukeneet Työsuojelurahasto ja Suomen Akatemia (projekti 267172).

Järvensivu A. From silence to narratives: social suffering in work life *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti – Journal of Social Medicine* 2016:53: 177–188

In this article the author is exploring the worker's narratives of social suffering and (mental) illnesses. Worker's subjectivity and the possibilities to resistance are also analyzed. The study is based on 48 worker's narratives collected 2011-2012. In the narratives the lived experience of structural domination, repression and misrecognition in working life are described as hard to resist or even to speak about. The silent social suffering is then embodied to one's own illness or projected

to mental illness of the manager. The social suffering of workers becomes seen and recognized as illnesses which can change the working biography to more positive and upholding. The worker can join her own narrative to the cultural burnout stories that tell about the unconscionable working life and the hard working people who get ill. Telling this kind of narrative frees the individual from the losses of social recognition and internalized shame.

- (1) Wainwright D, Calnan M. Work Stress. The making of modern epidemic. 1. Buckingham: Open University Press; 2002.
- (2) Honkasalo M-L. Kulttuurisesti ehdollinen ja mahdollinen terveys. Puheenvuoro. Kulttuurintutkimus. 2013;30: 49–53.
- (3) Farmer P. Social Inequalities and Emerging Infectious Diseases. *Emerging Infectious Diseases* 1996;2:259–269.
- (4) Julkunen R. Uuden työn paradoksit. Keskusteluja 2000-luvun työprosess(e)ista. 1. Tampere: Vastapaino; 2008.
- (5) Väänänen A, Turtiainen J. Suomalainen työntekijä 1945–2013. 1. Tampere: Vastapaino; 2014.
- (6) Frost L, Hoggett, P. Human agency and social suffering. *Critical Social Policy* 2008;28:438–460.
- (7) Vahtera J, Kivimäki M, Pentti J, ym. Organizational downsizing, sickness absence and mortality: 10-town prospective cohort study. *BMJ* 2004;328:555–560.
- (8) Väänänen A, Ahola K, Koskinen A ym. Organizational Merger and Psychiatric Morbidity: A Prospective Study in a Changing Work Organization. *J Epidemiol Community Health* 2011;65:682–687.
- (9) Vahtera J, Virtanen M. The health effects of major organisational changes. *Occup Environ Med* 2013;70:677–678.
- (10) Rahkonen O, Laaksonen, M Martikainen P ym. Job control, job demands, or social class? The impact of working conditions on the relation between social class and health. *J Epidemiol Community Health* 2006;60:50–54.
- (11) Mäkikangas A, Härtinen M, Kinnunen U ym. Maslacin yleisen työuupumuksen arviointimenetelmän (MBI-GS) rakenne ja pysyvyys: pitkittäistutkimus kuntoutusasiakkaiden keskuudessa. *Sosiaalilääk aikak* 2012;49:60–68.
- (12) Holmes S.M. ”Oaxacans Like to Work Bent Over”: The Naturalization of Social Suffering among Berry Farm Workers. *Int Mig* 2007;45:39–68.
- (13) Zilber T.B, Tuval-Mashiach R, Lieblich A. The Embedded Narrative. Navigating Through Multiple Contexts. *Qual Inq* 2008;14:1047–1069.
- (14) Järvensivu A. Tarinoita suomalaisesta työelämästä. 1. Helsinki: Työterveyslaitos; 2014.
- (15) Siisiäinen M, Työtä vailla olevat nuoret. Kirjassa Lempiäinen K, Silvasti T. (toim.) Eriarvoisuuden rakenteet. Haurastuvat työmarkkinat Suomessa. 1. Tampere: Vastapaino; 2014, 91–125.
- (16) Peacock M, Bissell P, Owen J. Shaming Encounters: Reflections on Contemporary Understandings of Social Inequality and Health. *Sociology* 2014;48:387–402.
- (17) Silvasti T. Maataloudesta luopuneet. Kirjassa Lempiäinen K. & Silvasti T. (toim.) Eriarvoisuuden rakenteet. Haurastuvat työmarkkinat Suomessa. 1. Tampere: Vastapaino; 2014, 126–158.
- (18) Shorter E. A History of Psychiatry. From the Era of the Asylum to the Age of Prozac. 1. New York: John Wiley & Sons; 1997.
- (19) Rikala S. Työssä uupuvat naiset ja masennus. Tampere: Tampere University Press; 2013.
- (20) Dow J. Universal Aspects of Symbolic Healing: A Theoretical Synthesis. *American Anthropologist, New Series* 1986;88:56–69.
- (21) Das V. Sufferings, theodicies, disciplinary practices, appropriations. 563–572. *Int Soc Sci J* 1997;49:563–572.
- (22) Nikander P. Laadullinen pitkittäistutkimus ja terveys. *Sosiaalilääk aikak* 2014;51:243–252.
- (23) Hyvärinen M. Travelling metaphors, transforming concepts. Kirjassa Hatavara M, Hyden L-C, Hyvärinen M. (toim.) Travelling concepts of narrative. Amsterdam: John Benjamins, 2013;13–41.
- (24) Marttila L. Ura kerronnallisena työnä. Ammattikorkeakoulun opettajat kertojina. 1. Tampere: Tampere University Press; 2015.
- (25) Utriainen T, Honkasalo M-L. Kärsimys, paha ja kulttuurintutkimus. Kirjassa Honkasalo M-L; Utriainen T, Leppo A. (toim.) Arki satuttaa. Kärsimyksiä suomalaisessa nykypäivässä. Tampere: Vastapaino; 2004, 13–48.
- (26) Kortteinen M. Kunnian kenttä. Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona. 1. Helsinki: Hanki ja Jää; 1992.
- (27) Turtiainen J. Metalliin kietoutuneet muistot: metallityöläisten maskuliinisuus toisen maailmansodan jälkeen. Kirjassa Väänänen A, Turtiainen, J. (toim.) Suomalainen työntekijä 1945–2013. Tampere: Vastapaino; 2014, 154–188.
- (28) Davison C, Smith D.S, Frankel S. Lay epidemiology and the prevention paradox: the implications of coronary candidacy for health education. *Sociol Health Illn* 1991;13:1–19.
- (29) Henttonen, E, LaPointe, K. Työelämän toisinajattelijat. 1. Helsinki: Gaudeamus.

ANU JÄRVENSIVU  
*Dosentti, vanhempi tutkija*  
 Työterveyslaitos