

Martta Häyrynen

TARINOITA TOSIELÄMÄSTÄ

Miten mielenterveysaiheiset henkilökuvat hyödyntävät tarinallista journalismia?

TARINOITA TOSIELÄMÄSTÄ

Miten mielenterveysaiheiset henkilökuvat hyödyntävät tarinallista journalismia?

Martta Häyrynen
Opinnäytetyö
Kevät 2022
Viestinnän tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Viestinnän tutkinto-ohjelma, journalismin suuntautumisvaihtoehto

Tekijä(t): Martta Häyrynen

Opinnäytetyön nimi: Tarinoita tosielämästä: Miten mielenterveysaiheiset henkilökuvat hyödyntävät tarinallista journalismia?

Työn ohjaaja(t): Satu Koho

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2022

Sivumäärä: 36 + 2

Tutkielmassani tutkin tarinallisen journalismin käyttöä aikakauslehdissä julkaistuissa, mielenterveysaiheisissa henkilökuvissa. Mielenterveys on aiheena erittäin ajankohtainen ja näkyy suomalaisessakin mediassa monipuolisesti. Tarinallinen journalismi on journalismin tyyliä, joka lainaa kerrontakeinojaan fiktiosta. Tarinallista journalismia hyödynnetään erityisesti henkilökuvissa, joita tässä tutkielmassa käsitellään. Se tuo journalistiseen faktatekstiin syvyyttä ja auttaa sanoittamaan hankaliakin aiheita.

Tutustun siihen, miten mielenterveydestä tulisi kirjoittaa käyttämällä apuna eri tahojen tarjoamia ohjeistuksia. Eri mielenterveysjärjestöt tarjoavat esimerkiksi verkkosivuillaan ohjeistuksia mielenterveydestä kirjoittamiseen medialle. Aineistona tässä tutkielmassa on kymmenen eri aikakauslehdissä julkaistua mielenterveysaiheista henkilökuvaa. Tutkin näitä henkilökuvia tarinoina dramaturgista analyysia hyödyntäen.

Tutkielmassani päädyin siihen tulokseen, että tarinallinen journalismi toimii oivallisesti työkaluna, kun halutaan kertoa sellaisista asioista, jotka eivät istu perinteisen uutistekstin muotoon. Faktatekstin tulkitseminen tarinoina tuo journalismiin uuden näkökulman, mutta se vaatii journalistilta myös paljon.

Asiasanat: mielenterveys, tarinallinen journalismi, tarinankerronta, journalismi

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in communications, Option of journalism

Author(s): Martta Häyrynen

Title of thesis: Stories from real life: How do feature profiles about mental health benefit from narrative journalism?

Supervisor(s): Satu Koho

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2022

Number of pages: 36 + 2

This research looks into how narrative journalism is used in feature profiles about mental health. Mental health is an important issue that's constantly more topical. It's a common theme in media today, including journalism. Narrative journalism is a style of writing that borrows themes and tools from fiction. It's commonly used in articles like feature profiles and it adds more dimension to journalistic storytelling.

I look into different instructions offered by mental health organizations. Some of them offer instructions on their websites about how mental health should be dealt with within text and I'll look into how these instructions are apparent within the articles I'll be analysing. The material I'm using in this research is ten different feature profiles about mental health from different magazines. I'm analysing these journalistic texts as stories through the lense of narrative journalism.

The result of this research is that narrative journalism works as a very good tool when it comes to writing about stories that don't fit into the traditional journalistic news text.

Keywords:

mental health, journalism, narrative journalism, storytelling

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	MIELENTERVEYS JA JOURNALISMI	7
	2.1 Syli ry:n ja Suomen Mielenveysseuran ohjeistus	7
	2.2 Trauma ja journalismi sekä journalistin ohjeet	8
3	KESKEISET KÄSITTEET	9
	3.1 Journalismin käsitteet	9
	3.2 Tarinallinen journalismi	11
4	DRAMATURGINEN ANALYYSI JA TARINAN RAKENNE	13
	4.1 Tarinan rakenne	13
	4.2 Dramaturginen analyysi	14
5	FIKTION KEINOT FAKTATEKSTISSÄ	15
	5.1 Otsikot ja ingressit	15
	5.2 Juttujen aloitus	17
	5.3 Juoni	20
	5.4 Juttujen lopetus	24
	5.5 Asioiden kuvailu	25
	5.6 Mielenveydestä puhuminen	28
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	30
	6.1 Toistuvat teemat	30
	6.2 Tarinallisuuden sudenkuopat	31
7	POHDINTA	33
	LÄHTEET	35
	LIITTEET	37

1 JOHDANTO

Mielenterveys näyttäytyy mediassa nykyaikana paljon. Mielenterveyden ongelmat, niiden kanssa painiminen sekä niistä selviytyminen ovat yleisiä teemoja erityisesti nuorille suunnatussa mediassa, kuten televisiosarjoissa, elokuvissa sekä popmusiikissa. Myös journalismissa aihe yleistyy jatkuvasti. Aihe on haastateltavalle hyvin henkilökohtainen, minkä vuoksi se vaatii toimittajalta erityistä tarkkuutta. Mielenterveyttä käsitteleviä juttuja ei voi aina kirjoittaa samalla tavalla kuin uutistekstiä, joten ne lainaavat usein elementtejä tarinallisemmista teksteistä, jopa fiktiosta.

Tutkielmassani perehdyn tarinallisten keinojen käyttämiseen mielenterveysaiheisissa journalistisissa henkilökuissa. Tutkin sitä, mitä tarinallinen journalismi tarkoittaa sekä minkälaisia keinoja tarinallinen journalismi lainaa kaunokirjallisuudesta. Journalismia pidetään faktapohjaisena tiedonlevityksenä, minkä vuoksi haluan perehtyä siihen, miltä näyttää journalismi fiktion keinoin tehtynä. Aineiston jutut ovat kaikki eri aikakauslehdistä. Näitä ovat Apu, Seura, Trendi, Hyvä Terveys, Kotiliesi, Anna ja Kodin Kuvalehti.

Mielenterveys ja siihen liittyvät ongelmat ovat vakava aihe, jota täytyy lähestyä sen vaatimalla kunnioituksella. Perehdyn tässä tutkielmassa myös siihen, mitä mielenterveydestä kirjoittaminen vaatii journalistilta. Mielenterveysjärjestöt voivat tarjota esimerkiksi verkkosivuillaan ohjeita ja vinkkejä medialle siitä, miten aiheesta kuuluisi kirjoittaa. Tutustun näihin ohjeisiin mielenterveydestä kirjoittamiseen ja tutkin, kirjoitetaanko aineiston jutuissa mielenterveydestä niiden suosittelemalla tavalla.

Tutkin tarinallista journalismia dramaturgisen analyysin keinoin. Vertailen henkilökuja keskenään ja etsin niistä yhteneviä teemoja sekä eroavaisuuksia. Selvitän, minkälaisia fiktion keinoja ja dramaturgisia elementtejä tarinallista journalismia edustavissa jutuissa käytetään ja miten ne toimivat analysoitavissa teksteissä. Ennako-oletuksenani on se, että mielenterveyttä käsittelevissä henkilökuissa käytetään runsaasti tarinallisia elementtejä.

2 MIELENTERVEYS JA JOURNALISMI

Suomen mielenterveysseura Mieli ry kertoo, että joka viides suomalainen sairastuu elämänsä aikana masennukseen ja vähintään joka viides kokee vuoden aikana jonkinlaisia mielenterveyden häiriöitä (Mieli ry 2021). Mielenterveyden häiriöt ja mielenterveysongelmat ovat Suomessa yleisiä, mikä näkyy myös suomalaisessa mediassa.

Tutkielmassani tutustun mielenterveysaiheisiin henkilökuviin, joten koen tarpeelliseksi tutustua aluksi siihen, miten mielenterveydestä niin sanotusti kuuluisi kirjoittaa. Tätä varten olen kerännyt tietoa suomalaisten mielenterveysjärjestöjen mediaoppaista sekä muista lähteistä, jotka neuvovat journalisteja kirjoittamaan mielenterveydestä ja siihen liittyvistä ongelmista kunnioittavasti. Tarkastelen ohjeita tässä luvussa. Niistä löytyviä tietoja käytän hyväkseni myös tutkielmaan valikoituneita henkilökuvia analysoidessani.

2.1 Syli ry:n ja Suomen Mielenterveysseuran ohjeistus

Syömishäiriöliitto Syli ry muistuttaa, että syömishäiriöistä on tärkeä uutisoida vastuullisesti. Järjestön kokoamia ohjeita seuraamalla aiheesta kirjoittava voi varmistaa, ettei tahattomasti päädy romantisoimaan sairautta tai kannustamaan ketään kokeilemaan hengenvaarallisia käyttäytymismalleja. Uutisointi aiheesta ei saisi sisältää haitallisia olettamuksia tai vahingollisia stereotyyppioita. Parhaimmillaan tällaisia ohjeita noudattamalla journalisti voi tukea syömishäiriötä sairastavien hyvinvointia ja toipumista. (Syli ry 2018.)

Vaikka Syli ry kirjoittaakin ohjeissaan juuri syömishäiriöihin liittyvästä uutisoinnista, voi ohjeistusta soveltaa myös muuhun mielenterveysaiheeseen sisältöön. Ohjeissa nostetaan esille esimerkiksi se, että sairauden takana on aina ainutlaatuinen ihminen, joka on enemmän kuin sairautensa, ja että apua saa ja pitää hakea. Välillä uutisoinnissa korostetaan selviytymistarinoita ihmisistä, jotka ovat voittaneet ongelmansa yksin ilman apua, mutta suurin osa ongelmien kanssa painivista tarvitsee kuitenkin ammattilaisten apua. (Syli ry 2018.)

Aiheen mystifiointia tulisi välttää. Mystifioinnilla tarkoitetaan tässä asiayhteydessä sitä, kun sairastunutta ihmistä kuvaillaan omaavan erityislaatuisia piirteitä, kuten "hämmästyttävä tahdonlujuus" tai

“uskomaton itsekontrolli”, vaikka kyseessä on oikeasti sairaus, joka kontrolloi ihmistä. Ohjeissa myös muistutetaan shokeeraavan sisällön välttämisestä. Esimerkiksi aihetta kuvitettaessa tulisi välttää stereotyyppisiä vahvistavaa materiaalia tai kuvitusta, joka voi altistaa syömishäiriötä sairastavia ihmisiä vertailulle. Sama ajatus koskee myös tekstisisältöä. (Syli ry 2018.)

Suomen Mielenterveysseuran kehitysjohtaja Kristian Wahlbeck kertoo Suomen Lehdistön haastattelussa omat vinkkinsä mielenterveydestä kirjoittamiseen. Hän kehottaa välttämään leimaavaa kieltä ja valitsemaan sanat huolella. Kielen kannattaa Wahlbeckin mukaan olla neutraalia. Hän rohkaisee toimittajia myös haastattelemaan kokijoita pelkkien asiantuntijoiden sijaan. Monilla mielenterveysjärjestöillä on omia koulutettuja kokemusasiantuntijoita. Wahlbeck muistuttaa haastattelussa myös siitä, että kuka tahansa voi sairastua mielenterveyden häiriöihin. Kuten Syli ry:n ohjeistus, myös Wahlbeck korostaa sitä, että ihminen on muutakin kuin sairastamansa tauti. (Simola 2018.)

2.2 Trauma ja journalismi sekä journalistin ohjeet

Wahlbeck mainitsee haastattelussaan, että shokissa olevaa ihmistä ei kannata haastatella (Simola 2018). Toimittaja voi kuitenkin joskus törmätä tilanteeseen, jossa haastateltava on syystä tai toisesta shokissa. Mark Braynen kokoamassa ja toimittamassa oppaassa kerrotaan, kuinka journalistin tulisi lähestyä traumaattisia tilanteita ja haastatella ihmisiä, jotka ovat kokeneet jotain traumaattista. Oppaassa kehoitetaan jutun kirjoittajaa välttämään asioiden liioittelua tai kaunistelua. Haastateltavan sanomisia pitäisi pyrkiä lainaamaan sanasta sanaan. Opas kehottaa luottamaan hyvään, sujuvaan ja tosiasioihin perustuvaan journalismiin, jossa on mukana ripaus myötätuntoa. (Brayne 2009, 6.)

Oppaassa muistutetaan “hyvästä lehtimiestavasta” (Brayne 2009, 5). Sitä voi Suomessa verrata Julkisen sanan neuvoston journalistin ohjeisiin. Näiden periaatteiden noudattaminen auttaa varmistamaan sen, ettei toimittaja tahattomasti satuta jutussaan esiintyviä ihmisiä (Brayne 2009, 5). Journalistin ohjeissa sanotaan esimerkiksi, että sairaus- ja kuolemantapauksissa sekä onnettomuuksien ja rikosten uhreista tietoja hankittaessa ja uutisoitaessa on aina noudatettava hienotunteisuutta (JSN 2011). Myös mielenterveyteen liittyvät sairaudet ovat sairauksia, joita toimittajan olisi hyvä kohdella samantarvoisesti kuin muitakin sairauksia.

3 KESKEISET KÄSITTEET

Tässä luvussa käsittelen tutkielmaani liittyviä käsitteitä. Avaan luvussa oleellisia journalismin käsitteitä. Koska keskityn analysoimaan mielenterveysaiheisten henkilökuvia tarinallisen journalismin näkökulmasta, on mielestäni oleellista myös käydä läpi, mitä tarinallinen journalismi oikeastaan tarkoittaa.

3.1 Journalismin käsitteet

Heikki Kuutin mukaan medialla tarkoitetaan joukkoviestintää, joka tuottaa esimerkiksi informaatiota tai mielihyvää viihteen kautta. Journalismi on median alalaji. Se on toimittajien tekemää työtä, joka on tiivistettynä tuottaa sellaisia joukkoviestintäsisältöjä, jotka ovat ajankohtaisia, faktapohjaisia ja yhteiskunnallista ainesta sisältäviä. Journalismin tehtäviä ovat totuudenmukaisen ja oleellisen tiedon välittäminen, yhteiskunnan kriittinen tarkkailu, yhteiskunnallisen vallankäytön valvonta sekä sananvapauden ja julkisen keskustelun edistäminen. Yhteiskunnallisesti journalismin voidaan nähdä pyrkivän mahdollisimman hyvään maailman todellisuuden kuvaukseen. (Kuutti 2012, 113, 68.)

Journalistisia juttutyyppejä on useita, mutta uutinen on näistä vanhin ja tunnetuin (Kuutti 2012, 209). Uutinen voidaankin havaintojeni mukaan tämän vuoksi nähdä eräänlaisena journalistisen tekstin standardina, joka luo käsityksen siitä, minkälaista journalistinen sisältö on. Maria Lassila-Merisaloon mukaan uutisen ihanteena on objektiivisuus eli uutiseksi valikoituneen aiheen neutraali ja tasapuolinen käsittely. Objektiivisuudella voidaan tässä asiayhteydessä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että perinteinen uutinen esittää itsensä totuutena ja jättää lukijalle vähän työkaluja tulkintaan tai itsensä kyseenalaistamiseen. Uutisen muoto on myös ennalta määritelty ja sitä harvemmin rikotaan: uutisessa kaikista tärkein asia tulee ilmi uutisen alussa eli uutiskärjessä. Perinteistä uutistekstin rakennetta voi kuvailla ylösalaisin käännetyksi pyramidiksi, joka aloittaa jutun tärkeimmästä asiasta ja etenee kohti vähemmän tärkeitä. (Lassila-Merisalo 2020, 13, 61.)

Uutisia ohjailevat uutiskriteerit ja -kynnys, jotka määrittelevät mitkä aiheet valikoituvat uutisaiheiksi. Uutiskriteerit määrittelevät aiheen journalistisen merkityksen, ja niihin vaikuttavat esimerkiksi yh-

teiskuntajärjestelmä sekä eri medioiden omat omistussuhteet, poliittiset kannat, koot, levikit ja ilmestymistiheydet (Kuutti 2012, 210–211). Suomen Tietotoimisto (STT) määrittelee uutiskriteerit seuraavanlaisesti: merkitys, yllättävyys, kiinnostavuus, ajankohtaisuus ja läheisyys (STT 2016). Kuutin Mediasanastossa uutiskriteereiksi määritellään myös esimerkiksi kielteisyys, tuoreus, yhdenmukaisuus, selkeys sekä odottamattomuus. Uutiskynnys taas tarkoittaa niitä seikkoja, jotka vaikuttavat jonkin asian julkistamiseen uutisena. Uutiskynnys vaihtelee uutiskriteereiden, medioiden päivittäisen uutistarjonnan määrän sekä laadun ja julkaistavaksi päätyvän aineiston määrän mukaan. (Kuutti 2012, 211.)

Journalistiset jutut alkavat otsikolla ja ingressillä. Otsikko kiinnittää lukijan huomion ja onkin verkkojuttujen tärkein yksittäinen elementti, jonka on tarkoitus edustaa koko juttua (Autio 2018). Ingressillä taas tarkoitetaan jutun alussa olevaa tekstikappaletta, johon on tiivistetty jutun tärkein tai mielenkiintoisin sisältö (Kuutti 2012, 58). Otsikko ja ingressi yhdessä houkuttelevat yleisöä lukemaan koko jutun.

Vaikka uutinen onkin journalistisen kentän näkyvin, tunnetuin ja määrittelevin juttutyyppi, se ei ole ainoa journalistinen juttutyyppi. Tutkielmassani perehdyn journalistisiin, aikakauslehdissä julkaistuihin henkilökuviin, toiselta nimeltään henkilöjuttuihin. Panu Rätyn mukaan henkilökuva tavoitellaan laajaa kokonaiskuvaa ihmisestä ja voimista ihmisen ympärillä. Henkilökuva ei ole tietoa välittävää, vaan tietoa muokkaavaa kirjoittamista, jossa etsitään uudella tavalla ilmaistuja tosiasioita ja tulkintoja. (Räty 1998, 138.)

Yleensä henkilökuva on tunnettu ihminen, mutta myös ilmiöjuttuja tehdään henkilökuvan kautta. Esimerkiksi juuri sairauksia esitellään usein mieluummin henkilön kuin asiantuntijan kautta. Henkilökuvan aiheen täytyy kuitenkin kaikesta huolimatta olla ajankohtainen tai juuri ajankohtaistumassa. (Räty 1998, 138.) Henkilöjutun tapahtumat sijoittuvat yleensä pitemmälle aikavälille, niissä keskitytään usein menneeseen ja kirjoitustyyliiltään ne lainaavat epiikan kieltä (Lassila-Merisalo 2020, 22). Uutiskriteerit ja -kynnys määrittelevät myös tätä juttutyyppiä, vaikkei henkilökuva ole aina uutinen.

Kaikki tässä tutkielmassa analysoidut henkilökuvat ovat aikakauslehdistä. Aikakauslehden määritelmä on laaja, mutta esimerkiksi Aikakausmedian verkkosivuilla kuvaillaan, että tyypillistä aikakauslehdelle on se, että se on erikoistunut johonkin tiettyyn aiheeseen (Aikakausmedia 2021). Valikoituissa aikakauslehdissä on esimerkiksi terveyteen ja hyvinvointiin erikoistuneita julkaisuja.

3.2 Tarinallinen journalismi

Tarinallisesta journalismista käytetään muun muassa nimityksiä *narratiivinen* tai *kertomuksellinen* journalismi, mutta keskityn tässä tutkielmassa käyttämään termiä *tarinallinen journalismi*. Lassila-Merisalo selvittää, että tarinallinen journalismi tai tarina itsessään ei ole journalistinen juttutyyppi, vaan enemmänkin ominaisuus, jota missä tahansa journalistisessa tekstissä voi olla. Yleisimpiä tarinallisuutta hyödyntäviä juttutyppejä ovat reportaasi sekä henkilökuva. Jos lukija kaipaa nopeaa tietoa, ei tarina ole tähän tarkoitukseen oikea muoto. Tämän vuoksi uutisjutut hyödyntävät harvemmin tarinallisia elementtejä. Tarinallinen journalismi toimii erityisesti silloin, kun halutaan sanoittaa abstrakteja ja vaikeaselkoisia asioita helpommin ymmärrettäviksi. (Lassila-Merisalo 2020, 15–16.) Tällaisia asioita voivat olla esimerkiksi tutkielmassani käsittelyssä olevat mielenterveysasiat.

Tarinallisuutta hyödyntävä juttu, oli se sitten reportaasi tai henkilökuva tai jokin aivan muu, eroaa perinteisestä, aikaisemmin esitellystä uutisjutusta erityisesti toimittajan roolin suhteen. Uutisjutussa toimittaja on johtavassa roolissa aineistonhankinnassa ja haastattelee juttua varten oleelliset henkilöt sekä hankkii tarvittavat tiedot. Uutiskriteerit määrittävät jutun logiikan ja muodon. Tarinallista juttua tehdessään toimittaja asettuu enemmänkin tarkkailijan rooliin ja havainnoi ympäristöään eritavalla. (Lassila-Merisalo 2020, 14.)

Teoksessaan *Storycraft* Jack Hart esittää, että toimiva faktapohjainen tarinankerronta, kuten tarinallinen journalismi, vaatii kirjoittajaltaan perusymmärryksen tarinankerronnan teoriasta. Yksi tärkeimmistä tekijöistä tarinan luomisessa on rakenne. Perinteisimmillään tarina koostuu sarjasta tapahtumia, jotka tapahtuvat, kun sympaattinen päähahmo kohtaa hankalan tilanteen, jota hän uhmaa ja lopulta ratkaisee. Yksinkertaisimmillaan pelkkä tapahtumien kertominen kronologisessa järjestyksessään on *narratiivi*. *Juoni* taas syntyy, kun kirjoittaja valikoi ja järjestee materiaalia, jotta se voi synnyttää suurempia merkityksiä. Narratiivi ja juoni yhdessä muodostavat *tarinan*. (Hart 2011, 7, 10.)

Faktatekstissä edellä mainittu rakenne ei aina kuitenkaan esiinny aivan puhtaana, sillä todellisuus ei aina pidä sisällään kaikkia tarinan elementtejä. (Hart 2011, 8.) Tarinallinen journalismi siis enemmänkin lainaa fiktion kerrontakeinoja. Anu Silfverbergin mukaan voidaan puhua faktasta fiktion keinoin. Näitä keinoja ovat esimerkiksi seuraavien teemojen käyttäminen: ristiriidat ja konfliktit, kohtauksukset, tunteiden sanoittaminen ja kertojan hyödyntäminen. (Silfverberg, 2021.) Useat keinoista

ovat myös yleismaailmallisia ja monenlaisissa teksteissä käytettyjä, kuten ympäristönkuvaus (Lassila-Merisalo 2020, 92).

Yleisesti käytettyjä fiktion keinoja ovat metafora tai kiertoilmaus. Metafora syntyy silloin, kun jotakin asiaa tarkastellaan jonkin toisen, toiseen elämänalueeseen, liittyvän asian kautta. Jokapäiväisiä metaforia voivat olla vaikkapa käsite ”mutkia matkassa”, kun puhutaan hankaluuksista elämässä. Metaforilla voidaan sanoittaa aineettomia ja abstrakteja käsitteitä, kuten kipua ja rakkautta. Personifikaation avulla näille käsitteille annetaan inhimillisiä luonteenpiirteitä. Kivun voi ”voittaa” tai kipu voi ”tuhota elämän”. (Klemettinen 2008.) Kiertoilmauksilla taas viitataan kierrellen tai epämääräisesti johonkin muuhun, kuin sanojen kirjaimelliseen merkitykseen. Kiertoilmauksilla voidaan puhua vihjailevasti esimerkiksi seksuaalissävytteisistä asioista, esimerkiksi ”pellon kyntäminen” voi kontekstistaan riippuen tarkoittaa aivan muuta, kuin maataloustöitä. (Kauppinen, 2017.)

4 DRAMATURGINEN ANALYYSI JA TARINAN RAKENNE

Koska keskityn tässä tutkielmassa analysoimaan mielenterveysaiheisten henkilökuvien tarinallisia elementtejä, hyödynnän analyysissäni dramaturgisen analyysin keinoja. Tässä luvussa käsittelem sitä, mitä tarkoittaa dramaturgia ja minkälaisia työkaluja dramaturginen analyysi hyödyntää.

4.1 Tarinan rakenne

Dramaturgia ei ole pelkkä tarinan juoni, vaan ennen kaikkea kyky kertoa tarina niin, että yleisö pystyy eläytymään ja samaistumaan siihen ja sen hahmoihin. Dramaturgian teoria nousee Aristoteleen Runousopista. Aristoteleen teorian mukaan draaman juoni alkaa *hybriksestä*, joka lähtee päähenkilön uhosta ja etenee vastavoimien kamppailun, eli *kliimaksin*, jälkeen loppuratkaisuun, tunteita puhdistavaan *katharsikseen*. Draaman ytimessä on taitavasti rakennettu juonirakenne ja sen keskeinen elementti on toiminta, jonka avulla joku ilmaisee tahtoansa. Kun tahdon suunta kohtaa vastuksen, syntyy ristiriita, joka virittää draaman jännitteen. *Dramaturgia* on kykyä luoda näitä jännitteitä ja kysymyksiä, joihin tekstin yleisö haluaa vastauksen. (Kantola 2003.)

Modernimpi versio Aristoteleen draaman kaaresta kuvaa tarinan rakennetta seuraavanlaisesti: *esitely, nouseva toiminta, kriisi, kliimaksi, laskeva toiminta ja tarinan loppu*. Tarinan alussa esitellään päähenkilö, joka haluaa jotakin, mutta halun kohteen edessä on este, joka päähenkilön täytyy päihittää. Nouseva toiminta on usein laajin osa tarinaa, joka luo siihen dramaattisen jännityksen. Aristoteles puhui *peripetiasta*, joka tunnetaan myös kriisinä. Se on tarinan tapahtuma, joka vie päähenkilön vaarallisen syviin vesiin. Kliimaksi on yksinkertaisesti se tapahtuma tai sarja tapahtumia, jotka ratkaisevat kriisin. Kliimaksi on tarinan huippu, joten laskeva toiminta vie tarinan kohti loppuaan. Laskeva toiminta on se hetki tarinasta, jolloin kaikki valkenee ja vastaamattomiin kysymyksiin saa vastauksen. (Hart 2011, 25–39.)

4.2 Dramaturginen analyysi

Tekstin käsitteleminen tarinoina on tuonut mukanaan mielenkiintoisia tapoja käsitellä esimerkiksi juuri journalistista tekstiä. Tarinan rakenne ja järjestys, jossa asiat tapahtuvat, ei kuitenkaan pelkästään kerro, mikä tekee tarinasta hyvän tai kiinnostavan. Dramaturginen analyysi keskittyy tarinan puhuttelevuuden pohtimiseen. Sen tarkoituksena on löytää tekstin sisäinen jännite, arvot ja kysymykset, jotka tekstin toimijat ja kohtaukset konkretisoivat. Tekstin jännite nousee oikein viritystä tekstin sisäisestä rakenteesta, mutta se johtuu aina myös tekstin ulkopuolisista ominaisuuksista, kuten siitä, missä yhteydessä ja tilanteessa teksti kerrotaan ja kuka sitä katsoo. (Kantola 2003.) Dramaturgisessa analyysissä tärkeässä roolissa on tekstin yleisö, jota voidaan sanoa myös katsojaksi tai lukijaksi.

Tekstin dramaturgiaa ei ole mielekästä tarkastella vain päätekstin ominaisuutena, vaan tekstin dramaturgian tarkastelu sisältää usein myös sen sivutekstin, draaman tapahtumapaikan ja -ajan, ymmärtämistä. Draaman tutkiminen ja dramaturginen analyysi voidaan avata tilanteena, jossa pääteksti, sivuteksti ja kulttuurinen konteksti sitoutuvat yhteen. Tekstit keskustelevat kontekstinsa kanssa ja ammentavat usein dramaturgisen kiinnostavuutensa suhteesta, joka niillä on ympäröivään maailmaan. (Kantola 2003.)

5 FIKTION KEINOT FAKTATEKSTISSÄ

Tutkin kymmentä henkilökuvaan dramaturgisen analyysin keinoin. Tarkastelen, miten tarinallinen journalismi esiintyy näissä henkilökuvuissa ja minkälaiset teemat ja työkalut vahvistavat tarinallisuutta. Vertailen juttuja keskenään sekä tarkastelen niitä käyttämällä apunani luvussa 2 esiteltyjä ohjeita mielenterveydestä kirjoittamiseen. Olen jakanut analyysin näin: otsikot ja ingressit, juttujen aloitus, juoni, juttujen lopetus, asioiden kuvailu sekä mielenterveydestä puhuminen.

5.1 Otsikot ja ingressit

Kymmenen yhdeksästä tarkastelemastani otsikosta noudattaa täysin samanlaista kaavaa: otsikossa on lyhyt kuvaus haastateltavan ongelmasta tai nykyisestä tai menneestä elämäntilanteesta sekä sitaatti, joka täydentää kuvausta. Vain yhdessä kymmenestä otsikosta ei ollut sitaattia. Kymmenestä jutusta seitsemässä haastateltavaan viitataan pelkällä etunimellä. Kolmessa otsikossa, joissa viitataan haastateltavaan koko nimellä, haastateltavat ovat julkisuudesta tuttuja: näyttelijä, muusikko sekä kirjailija. Useassa jutussa, joiden otsikossa oli pelkkä etunimi, haastateltavan koko nimi esitellään kuitenkin myöhemmin, esimerkiksi ingressissä tai itse jutun tekstissä.

Otsikot voin jakaa kahteen eri kategoriaan, joista toisessa otsikossa kuvataan haastateltavan selviytymistarinaa ja toisessa kuvataan haastateltavan pahimpia hetkiä. Jokainen aineiston juttujen otsikoista voidaan laittaa jompaankumpaan kategoriaan, eikä poikkeuksia tämän suhteen ole. Käyn seuraavaksi läpi yhden esimerkin molemmista kategorioista.

Selviytymistarinaa kuvaava otsikko on esimerkiksi: *”Antoi lapsensa jo huostaan – Näin itsemurhaa suunnitellut Kristina nousi umpikujasta”* (Harper 2020). Kristina suunnitteli itsemurhaa ja antoi lapsensa huostaan, mutta otsikonkin mukaan nousi lopulta ”umpikujasta”. Kyseessä on selkeä kuvaus selviytymistarinaa. Haastateltava on kokenut raskaita asioita, mutta noussut umpikujastaan kaikesta huolimatta. Vaikka otsikosta käy jo ilmi, että kyseessä on selviytymistarina, jossa tarinan päähenkilö voittaa vaikeudet, jää lukijalle vielä pimentoon tämän tarinan juoni. Umpikujaa käytetään tässä metaforana sellaiselle tilanteelle, josta ei ole ulospääsyä. Otsikko jättää vielä epäselväksi sen, miten tällaiseen tilanteeseen on päädytty ja miten sieltä on päästy pois. Otsikko paljastaa tarinan loppuratkaisun, mutta ei oikeastaan paljon muuta, mikä houkuttelee lukemaan jutun loppuun.

Haastateltavan pahimpia hetkiä kuvaava otsikko on esimerkiksi: *”Huono suhde pahensi Piian, 33, masennusta: ”Pelkäsin usein, että tapan itseni”* (Lauhio 2016). Piia kertoo masennuksensa vaikeimmista vaiheista. Otsikossa ei kerrota, mikä on tämänhetkinen tilanne tai onko tilanne edes pahentunut, mutta siinä viitataan tapahtumiin imperfektissä. Asiat eivät tapahdu nyt, vaan ne ovat tapahtuneet menneisyydessä, joka voi vihjata siihen, ettei Piia esimerkiksi tällä hetkellä ole aktiivisesti masentunut tai pelkää itsemurhaa. Tätä lukija ei voi kuitenkaan tietää ennen kuin hän lukee juttua pidemmälle. Tämä otsikko jättää vielä todella paljon epäselväksi. Mikä on Piian tilanne nyt? Millainen oli otsikossa mainittu huono suhde? Otsikko houkuttelee lukemaan dramaattisella sitaattilla.

Uutisjuttujen ingresseissä on tarkoitus kertoa koko jutun tärkein osa heti. Tämän aineiston jutut eivät kuitenkaan ole uutisjuttuja, ja ne hyödyntävät vahvasti tarinallisen journalismin käytänteitä sekä fiktion keinoja, minkä tuloksena on mielenkiintoisia ingressejä. Nämä ingressit tiivistävät jutun tarinan pariin lauseeseen, mutta jättävät pois tärkeitä juonenkäänteitä ja välillä myös tarinan lopputuloksen. Käänteitä saatetaan kuvata kiertoilmauksin. Käsittelen seuraavaksi muutaman esimerkin aineiston ingresseistä.

Koulukiusaaminen, huono itsetunto ja onneton parisuhde ajoivat Piia Tuomisen, 33, syvään masennukseen. Häntä hoidettiin sairaalassa ja lääkittiin. Lopulta hän päätyi sairauseläkkeelle. Sitten tapahtui jotakin, mikä muutti hänen elämänsä. (Lauhio 2016.)

Niilo Syväoja oli partiolainen, lapsinäyttelijä ja reppureissaaja. Sitten tuli pysähdys, joka vei sängynpohjalle. Työvoimatoimiston sivuilta hän löysi tien takaisin arkeen. Nyt hän auttaa nuoria, jotka etsivät suuntaansa. (Luikku 2020.)

Näissä kahdessa ingressissä on yhdistävä tekijä: ison muutoksen, toisin sanoen juonenkäänteen, kuvailu. Piian elämässä *”tapahtui jotakin”* ja Niilo Syväoan elämässä *”tuli pysähdys”*. Molemmissa ingresseissä koko tarina on tiivistettynä, mutta tällainen kuvailu jättää kuitenkin epäselväksi sen, mitä oikeastaan on tapahtunut. Piian ingressissä loppuratkaisu on piilotettuna, Niilon ingressissä taas niin sanottu kriisi, dramaattinen käännekohta, on piilossa. Tämä on tehokas keino, kun halutaan kertoa jutun sisältö paljastamatta kuitenkaan kaikkea.

Helsinkiläinen Fiona jäi koukkuun ensimmäisestä huumekeuilusta. Jännittävä uusi elämä vaihtui nopeasti syösykierteeseen, mutta nyt se ja huumeet ovat jo takana. (Itkonen 2021.)

Kun Melina Keltanen näki olohuoneensa lattialla punaisiin housuihin pukeutuneen oravan, hän ymmärsi, ettei kaikki ole hyvin. Diagnoosi oli paranoidinen skitsofrenia, jonka vuoksi hän joutui laitoshoitoon yli 11 vuodeksi. Kuntoutumisen jälkeen parasta on avain, jolla voi avata oman kodin oven. (Suomalainen 2021.)

Näitä kahta ingressiä yhdistää se, että ne kertovat oikeastaan jutun koko tarinan jättämättä mitään piiloon esimerkiksi kiertoilmauksien taakse. Näissä ingresseissä kuvaillaan haastateltavien selviytymistarinaa, jossa vaikeudet ovat jo takanapäin. Lukija tietää jo tässä vaiheessa, että tarinan päähenkilö kokee vaikeuksia, tietää jo mitä vaikeudet ovat, sekä sen, että päähenkilö selviää niistä. Kaikkia juonenkäänteitä ja tapahtumia ei tietenkään voi ingressissä kertoa, mutta pääpiirteittäin tarina on kuten ingressissä kerrotaan. Näissä jutuissa ingressin mystisyyden sijaan lukija vedetään sisään aiheen kiinnostavuudella. Luotetaan siihen, että jutussa käsittelevät teemat ovat tarpeeksi mielenkiintoisia itsessään.

5.2 Juttujen aloitus

Tässä alaluvussa keskityn juttujen aloitukseen eli tarinan esittelyyn. Esittelyn tarkoitus on tarinassa kertoa yleisölle, kuka tarinan päähenkilö on ja antaa juuri tarpeeksi tietoa siitä, minkälaisia vaikeuksia hän tarinassaan kohtaa tai on kohtaamassa. Esittelyssä tarinan kirjoittaja kertoo päähenkilöstä tarvittavat tiedot sekä mahdollisesti vihjailee tulevasta, paljastamatta kuitenkaan tarkasti mitä tapahtuu. (Hart 2011, 26–27.) Tarkastelen juttujen aloituksia juuri tästä tarinallisesta perspektiivistä sekä sitä, miten ne herättävät lukijan huomion. Lukijat saattavat joskus hypätä otsikon ja ingressin yli suoraan jutun alkuun, joten aloituksen on pidettävä sisällään myös kaikki oleellinen tieto (Lassila-Merisalo, 2020, 62).

Jos ingresseissä ja otsikoissa oli paljon samankaltaisuuksia, alkavat jutut erota toisistaan aloituksissa. Lähes jokainen alkaa eri tavalla, mutta jonkinlaisia yhteneväisyyksiä on mahdollista löytää. Kymmenestä jutusta viisi alkaa sitaatilla. Näissä tapauksissa sitaatti on joko haastateltavan omaa sisäistä monologia tai lääkärin lausunto. Tarkastelen seuraavaksi tarkemmin muutamia aloitussitaatteja.

”Huolellisesti meikattu, kykenee analyysiin, vahvasti itsetuhoinen. Taiteilija, ajautunut kauas omasta ammatistaan.” Niin luki psykiatrisessa lausunnossani kesällä 2014, kun perustamani kosmetiikkayrityksen Jolien liikevaihto lähenteli miljoonaa. Jolien kysyntä oli kasvanut rajusti ja ulkopuolisten silmissä olin menestynyt startup-yrittäjä. Päivisin hoidin

markkinointiviestintää. Iltaisin selasin Jolien vakuutus sopimuksia ja koetin selvittää, kuinka kattavasti minut oli henkivakuutettu. Olin tutkinut Punavuoren kattojen korkeuksia jo pitkään. Masennuksestani olisi kaksi uloskäyntiä: itsemurha tai paluu musiikkiin.” (Pystynen 2020.)

”Sinulla on kaksisuuntainen mielialahäiriö. Tarvitset lääkityksen koko loppuelämäksesi.” Tammikuussa 2003 Kristina Nousiainen, 43, istui lääkärin vastaanotolla Auroran psykiatrisessa sairaalassa ja yritti ymmärtää, mitä oli juuri saanut kuulla. Lääkärin sanat laskeutuivat painoksi rintakehään. Mielessä risteili tuhat kysymystä, mutta yksikään niistä ei tahotonut tulla ulos suusta. Eikö elämä tule ikinä järjestymään? Leimataanko minut hulluksi? Pitääkö lääkkeitä syödä joka ikinen päivä? Sen jälkeen iski pelko.” (Harper 2020.)

Jutut alkavat haastateltavan palatessa aikaan, jossa lääkäri antaa lausuntonsa hänen tilastaan. Lukija viedään mukaan hetkeen, joka oli tarinan päähenkilölle käännteentekevä. Ensimmäisessä aloituksessa päähenkilön lausunto esitetään ikään kuin salaisuutena: hän on menestynyt yrittäjä, tai ainakin ulkopuolisten silmiin hän näyttäytyy sellaisena. Pinnan alla piilee kuitenkin rankkoja ajatuksia. Aloitus esittelee näin tarinan päähenkilön toimivasti, kertomatta hänestä kuitenkaan liikaa. Hänen kuvaillaan psykiatrin toimesta taitelijaksi, joka on ajautunut kauas omasta ammatistaan, ja hän kuvailee itse toiseksi mahdolliseksi uloskäynniksi masennuksestaan musiikkia. Aloitus luo kuvan väärinymmärrästyä tai väärälle alalle joutuneesta taitelijasta, joka kipuilee tämän vuoksi. Aloitus ei kuitenkaan kerro sen enempää ja herättää näin toimivasti lukijan mielenkiinnon.

Toisessa aloituksessa lukija on mukana Kristinan kanssa lääkärin vastaanotolla. Kristinan tunnetilaa kuvataan tarkasti: pelko, ahdistus ja hämmennys huokuvat läpi tekstistä. Tunnetilojen kuvailuun käytetään metaforia. Lääkärin sanat ovat ”paino rintakehässä” ja kysymykset ”risteilevät mielessä”. Aloituksessa kerrotaan päähenkilöstä suhteellisen vähän. Juttu on julkaistu vuonna 2020 ja kyseisen lääkärikäynti tapahtui vuonna 2003. Tämä luo kysymyksen siitä, mitä vuoden 2003 ja 2020 välillä on tapahtunut. Tämä luo alkuasetelman tarinalle, koska lukija haluaa tähän kysymyksen vastauksen.

”Kaikki on toivotonta. Siltä Piia Tuomisesta tuntui, kun hän syöksyi ensimmäistä kertaa masennuksen syövereihin. Elettiin vuotta 2000, ja Piia oli 18-vuotias lukiolainen. Kun ikätoverit suunnittelivat tulevaisuuttaan, Piia painiskeli synkkien ajatusten kanssa. Ylipainon takia alkanut koulukiusaaminen oli nakertanut itsetuntoa. Sitä heikensi entisestään seurustelusuhde, joka oli huono, koska Piia oli alun perinkin päätenyt yhteen vääränlaisen miehen kanssa.” (Lauhio 2016.)

”Se on rakkautta ensi silmäyksellä, sanotaan. Mutta entä jos ei olekaan? En halua tuota lasta, Riika, 39, ajatteli, kun kättilö näytti hänen vastasyntyntä esikoistaan seitsemän vuotta sitten. Torjuvat tunteet hävettivät, eikä Riika puhunut niistä kenellekään. Hän ei

halunnut vaikuttaa epäonnistujalta. Riika pettyi omiin tunteisiinsa, olihan tätä lasta toivottu ja tehty pitkään. Takana olivat neljän vuoden lapsettomuushoidot.” (Lukkari 2018.)

Näissä aloituksissa tarina alkaa päähenkilön sisäisellä monologilla. Aloittavat lauseet eivät ole suoria sitaatteja, mutta ne voidaan nähdä sisäisenä monologina. Piia painiskelee ajatustensa kanssa ja vaikka asiaa ei suoraan ilmaista, hän tuntuu vertailevan itseään ikätovereihinsa. Riika taas keskustelee tunnetun äitiyteen liittyvän sanonnan kanssa, johon hän ei itse osaa samaistua. Ajatukset hävettävät Riikaa. Molempien päähenkilöiden vaikeudet esitellään. Luodaan mielikuva hankalissa tilanteissa olevista päähenkilöistä. Riikan aloitus on erityisen mielenkiintoinen, koska siinä esitellään jo tärkeä juonenkäännös. Riika on ollut neljä vuotta lapsettomuushoidoissa ja siitäkin huolimatta tuntee, ettei halua synnyttämäänsä lasta. Se luo tästä päähenkilöstä jopa ristiriitaisen kuvan. Molemmilla aloituksissa puhutaan menneisyydestä ja se ilmaistaan selkeästi. Piiaan viitataan 18-vuotiaana lukiolaisena 2000-luvun alussa, Riikan esikoinen taas syntyi seitsemän vuotta sitten. Tämä luo taas kysymyksen siitä, mitä tuon hetken ja jutun kirjoitushetken välillä on tapahtunut.

Loput viisi aloitusta, jotka eivät ala jonkinlaisella sitaatilla, ovat kaikki keskenään hyvin erilaisia ja niitä on hankalampi kategorisoida. Seuraavat aloitukset ovat mielestäni tarinallisesti toimivia:

”Lapsuus Helsingin Lauttasaassa oli onnellinen. Kuusivuotiaaksi asti Fiona oli hyväntuulinen pikkulapsi, kunnes vakavan sairauden uhka toi synkät pilvet koko perheen ylle. Fionan jalkoihin alkoi ilmestyä nyrkinkokoisia mustelmia, joiden aiheuttajaksi epäiltiin leukemiaa. Ihon alle kerääntyneet veripaakut veivät myös kävelykyvyn, ja äiti joutui kantamaan lasta joka paikkaan. Ei ihme, että tummia läikkiä alkoi ilmestyä myös pienen tytön ajatuksiin. – Muistan kun katsoin tv:stä aikuisten ohjelmaa, joka kertoi syövästä. En oikein ymmärtänyt mitä syöpä oli, mutta mitä pidemmälle sitä katsoin, sitä enemmän minulle tuli sellainen olo, että olen vähän kuin syöpä kiinni vanhemmissani. Että minut pitäisi leikata pois, ennen kuin jotakin pahempaa alkaa tapahtua.” (Itkonen 2021.)

Fionan tarina alkaa lähestulkoon aivan Fionan elämän alusta eli lapsuudesta. Lähes kaikissa muissakin tämän aineiston jutuissa puhutaan haastateltavien lapsuudesta tai nuoruudesta, mutta tämä juttu on ainoa, jossa se tuodaan esille heti jutun alussa. Fionaa kuvataan iloisena pikkulapsena, jonka elämää varjostaa sairaus. Fionan sitaatissa hän kuvailee itseään syöväksi, joka pitäisi leikata pois, ennen kuin jotakin pahempaa alkaa tapahtua. Tämä sitaatin viimeinen lause on kuin ennakkointia tarinan jatkosta, ikään kuin nuori Fiona olisi jo tiennyt, mitä seuraavaksi tulee tapahtumaan. Voisin kuvitella, että kirjoittaja on valinnut tämän sitaatin juuri tähän kohtaan juttua edellä mainitun syyn vuoksi. Se tuo tarinan aloituksen ylle tunnelman, joka enteilee tarinan seuraavia kohtauksia.

Melinan tarinan aloitus on ainutkertainen aineistossani. Missään muissa aloituksissa ei ole samanlaista teemaa kuin tässä.

”Joka aamu Ronja-koira herättää Melina Keltasen, 37. Se hyppää sänkyyn, nuolee emäntänsä naamaa ja näykkii korvaa. Melina pörröttää Ronjan turkkia ja ajattelee, että tästä tulee hyvä päivä. Hänelle aamut ovat toivoa täynnä. Päivä voi tuoda mukanaan kaikesta kivaa. Juotuaan aamukahvit Melina lähtee ulos Ronjan kanssa. Usein kaksikko kävelee läheiseen koirapuistoon, jossa on leikki- ja juttukavereita. Lenkin jälkeen on aamupalan aika. Arkinen, yksinkertainen päivän aloitus. Eikä mikään voisi olla Melinasta hienompaa. – Se, että voin syödä aamupalan omalla parvekkeella oman koiran maastessa jaloissani, on minulle parasta maailmassa.” (Suomalainen 2021.)

Juttu alkaa kuvailemalla Melinan tavallista päivää yksityiskohtaisesti. Tämä yksityiskohtainen kuvailu tuo lukijan todella lähelle haastateltavaa ja hänen tuntemuksiaan päivästä. Aloitus kertoo Melinasta jonkin verran: hän on 37-vuotias koiranomistaja. Se ei kuitenkaan kerro mitään hänen vaikeuksistaan, joita hän tarinan aikana kohtaa. Lukematta otsikkoa tai ingressiä lukija ei voi tietää, ovatko päähenkilön vaikeudet takana vai edessä. Aloitus luo rauhallisen tunnelman juttuun, jossa käsitellään kuitenkin hyvin rankkaa aihetta. Lukijan houkuttelee juttuun sisään aloituksesta heräävät kysymykset: mitä tällaisella aloituksella voidaan tarkoittaa?

5.3 Juoni

Käyn läpi aineiston tarinoiden juonia. Käytän hyväkseni tässä aikaisemmin mainittua Jack Hartin Storycraft-teoksessa esiteltyä juonirakennetta. Tässä rakenteessa tarinan juoni jaotellaan näin: esittely, nouseva toiminta, kriisi, kliimaksi, laskeva toiminta ja tarinan loppu. (Hart 2011, 25.) Koska aikaisempi alaluku kävi läpi juttujen aloituksia, eli tässä tapauksessa tarinan esittelyjä, ja tarinoiden lopetukset käsitellään erikseen myöhemmässä alaluvussa, keskityn tässä muiden juonirakenteen osa-alueiden tunnistamiseen. Erityisesti minua kiinnostavat kriisin ja kliimaksin tunnistaminen tarinoista.

Esittelyn jälkeen siirrytään nousevaan toimintaan. Nousevan toiminnan on tarkoitus nostattaa jännitystä ja rakentaa tarinaa. Jack Hart puhuu Storycraft-teoksessaan nousevan toiminnan yhteydessä *plot pointeista* hetkistä juonessa, jotka vievät tarinaa eteenpäin uuteen suuntaan (Hart 2011, 30). Koska plot pointille ei ole olemassa virallista suomennosta, puhun tässä tutkielmassa niistä *käännekohtina*. En käytä termiä *juonenkäännö*, koska sen englanninkielinen käännös on *plot twist* ja se on dramaattisempi ja odottamattomampi kehitys juonessa kuin plot point.

Kahdeksassa kymmenestä jutusta siirrytään kertomaan päähenkilön lapsuudesta, nuoruudesta tai molemmista esittelyn jälkeen. Tällä tavoin taustoitetaan päähenkilön motiiveja, haluja ja toiveita sekä samalla rakennetaan tarinaa. Lapsuudesta tai nuoruudesta voi löytyä sellaisia tekijöitä, jotka vaikuttavat päähenkilön elämään myöhemmin, tai sitten lapsuudesta kertomalla voidaan korostaa sitä, että lapsuus on ollut hyvinkin onnellinen, mikä tekee myöhemmin tapahtuvista asioista entistä dramaattisempia. Niissä jutuissa, joissa lapsuudesta tai nuoruudesta ei kerrottu, ei sen ajan tapahtumilla tuntunut olevan merkitystä jutun muuhun kontekstiin. Seuraavissa esimerkeissä lapsuudessa tai nuoruudessa on tapahtunut jonkinlainen käännekohta.

”Iloiset leikit jäivät vähemmälle, kun Mervi ala-asteen lopulla huomasi olevansa usein loputtoman väsynyt. ”En jaksanut käydä koulua pitkiä päiviä.”” (Turunen 2020.)

”Hyljeksintä kolhi kuitenkin herkän tytön itsetuntoa, ja yläasteelle siirtyessään hän päätti, ettei enää jäisi seinäruusuksi. Hanna-Riikka liittyi tupakkanurkkajengiin, joka joi reippaasti alkoholia. Kouluun hän ilmestyi päivittäin, mutta viittasi kintaalla opinnoille. Hän saattoi olla pois kotoa useita päiviä putkeen.” (Hurtig 2016.)

”Sairaus alkoi, kun yritin oikeasti laihduttaa ensimmäisen kerran – ja onnistuin. Se tapahtui kesälomalla ennen lukion alkua. Olin pystynyt korottamaan arvosanojani ja päässyt hyvään lukioon. Halusin näyttää uudessa koulussa hyvältä. Siis laihalta.” (Hirvasnoro 2021.)

Aineiston lähes jokaisessa jutussa päähenkilö alkaa kokea jonkinlaisia mielenterveydellisiin häiriöihin liittyviä oireita nousevan toiminnan aikana. Kyse on käännekohtasta, joka ohjaa päähenkilöä kohti tulevaa kriisiä. Aineiston jutuissa nämä käännekohdatkin voivat olla melko rajujakin. Seuraavissa esimerkeissä päähenkilön elämässä on läsnä jo jonkinlainen mielenterveyden häiriö, mutta esimerkissä oleva tapahtuma on käännekohta, joka vie tarinaa kohti päähenkilön kriisiä.

”Fiona harrasti tanssia ja sai lajista SM- hopeamitalin 13-vuotiaana. Hän haaveili tanssijan urasta, mutta anoreksia lopetti tanssiharrastuksen samoin kuin notkeusakrobatian Linnanmäen sirkuskoulussa. Opinnot Kruununhaan yläasteen tanssilinjalla päättyivät poissaolojen takia 15-vuotiaana. Fiona lähetettiin takaisin Lauttasaareen vanhojen kiusaajiensa joukkoon.” (Itkonen 2021.)

”Kristinan ensimmäinen oma asunto oli SOS-Lapsikylän itsenäistymisasunto Jyväskylässä, jossa aika kului poikaystävän seurassa. Pariskunta vietti päihdevoittoista punkkarielämää, ja samaan aikaan Kristina sai ensimmäinen diagnoosinsa, paniikkihäiriön.” (Harper 2020.)

”Lääkäri määräsi Piialle masennuslääkityksen, mutta siitä ei ollut apua. Vuonna 2004, kun hän oli opiskellut muutaman vuoden, hänen kuntonsa romahti. Hänellä on sumuisia

muistikuvia hetkestä, jolloin paha olo vyöryi toden teolla päälle. Piia oli kotonaan Jyväskylässä kahdestaan avopuolisonsa kanssa.” (Lauhio 2016.)

Nousevan toiminnan aikana tarinan päähenkilö kohtaa vastoinkäymisiä, käännekohtia, jotka vievät häntä kohti tarinan kriisiä. Kriisi on tapahtuma, joka vie päähenkilön syvemmälle vaikeuksiin. Useimmissa jutussa kriisi tapahtuu pitkään jatkuneen mielenterveydellisen oirehinnan ja kipuilun vuoksi. Kuten käännekohtatkin, myös kriisit pitävät sisällään raskaita teemoja. Monia aineiston jutuissa olevia kriisejä yhdistää se, että ne kerrotaan päähenkilön oman kokemuksen ja tunteiden kautta. Päähenkilö itse tiedostaa olevansa nyt tarinan kriisissä. Alla on esimerkkejä siitä, miten kriisejä on esitetty näissä jutuissa.

”28. marraskuuta 2015 muutin asumaan yksin, ja samana päivänä syömishäiriöni paljastui. Olin juuri täyttänyt 17 vuotta. Olin järjestelemässä uutta kotiani, kun äiti ilmestyi sen ovelle. Näin hänen ilmeensä ja tajusin, että nyt hän on saanut tietää. Äiti oli löytänyt yöpöytäni laatikosta ruokapäiväkirjani ja tiesi heti, mitä se merkitsi.” (Hirvasnoro 2021.)

”Tarjolla oli amfetamiinia, ekstaasia ja kokaiinia. Kova myrkkycoktail, mutta Fionalle kokemus oli euforinen. – Ihan kuin taivaat olisivat auenneet ja enkelikuorot laulaneet. Tässä on vastaus kaikkiin ongelmiini. Niin kauan, kun on huumeita tai rahaa hankkia niitä, mun ei tarvitse olla yksin, surullinen tai unohdettu, Fiona kuvailee tuntemuksiaan.” (Itkonen 2021.)

”Sairaalassa Kristiinassa eli vahvana halu kuolla. Kun itsemurhapäätös oli selvä, Kristinan olemus näyttäytyi ulkopuolisille huojentuneelta, jopa iloiselta. ”Sain järjestettyä itseni pois osastolta toukokuussa 2003. Kotona otin yliannostuksen lääkkeitä.”” (Harper 2020.)

”Melina oli 20-vuotias joutuessaan Niuvanniemeen. Hän oli erittäin huonossa kunnossa ja harhojen vallassa. Hän huusi, kun hän kuvitteli, että hänen jalkojaan leikkaa lasersäde. Hän söi huonekasvin ja nieli sormiparistoja. Hän hakkasi päätään seinään ja viilteli itseään. Fyysinen kipu turrutti henkistä kipua. Hän joutui lukemattomat kerrat lepositeisiin. Yksi tällainen kerta osoittautui käännekohtaksi. – Minut oli sidottu sänkyyn, ja siinä minut syötettiin ja pestiin, ja siinä tein tarpeeni. Silloin ajattelin, että nyt olen niin pohjalla, että alemmaksi en pääse. Se oli sellainen hetki, kun tajusin, että voisin alkaa toimia eri tavalla.” (Suomalainen 2021.)

Vain yhdessä jutussa haastateltava alkaa oirehtimaan vasta kriisin jälkeen, kuten tässä jutussa käy.

”Pysähdys tuli nelisen vuotta sitten, kun Niilo oli 26-vuotias. Hän sai kuulla, että vanhemmat eroavat. Ero oli kaikille vaikea, mutta esikoinen otti sen lapsista raskaimmin. Hän palasi Suomeen ja muutti vanhempiensa luo.” (Luikku 2020.)

Kliimaksi on se tapahtuma tai sarja tapahtumia, jotka ratkaisevat kriisin. Koska mielenterveysaiheissa ei-fiktiivisissä tarinoissa kriisit ovat pääosin haastateltavien elämän rankimpia ja traumaattisimpia hetkiä, ei näistä tarinoista aina löydy sellaista hetkeä, jossa päähenkilö ”voittaa” vaikeutensa. Teksteistä on löydettävissä sellaisia käännteitä, jotka kääntävät kriisin kohti parempaa ja näin voidaan tulkita tekstin kliimaksina. Kliimaksi näissä jutuissa ei usein ole kovinkaan teatraalisesti esitetty, eikä tapahtuma poissa kontekstistaan tunnu edes välttämättä kovinkaan merkittävältä. Näitä tapahtumia ei oikeastaan voi tutkailla poissa kontekstistaan, jossa nimenomaan päähenkilön taustat ja kokemukset luovat tarinoiden kliimakseista vaikuttavan osan tarinaa.

”Elämän vakiinnuttua koitti myös kauan odotettu päivä, jolloin Kristina sai lapsensa kotiin.

”Lasten kotiinpaluu kesällä 2007 on edelleen yksi elämäni suurista hetkistä. Alussa kuromme kaksin käsin menetettyä aikaa takaisin. Kun ajattelen lapsiani ja kuinka tärkeitä he ovat minulle, en voi käsittää halunneeni joskus päättää oman elämäni.” (Harper 2020.)

”Riika puhui itsemurha-ajatuksistaan psykologille, joka suhtautui niihin rauhallisesti. Yhdessä sovittiin, että Riika aloittaa lääkityksen uudestaan heti kolmannen lapsen syntymän jälkeen. Keskustelut ja lääkitys auttoivat Riikaa näkemään tulevaisuudessa positiivisen muutoksen mahdollisuuden, ja itsemurha-ajatuksukset jäivät pois.” (Lukkari 2018.)

”Hänelle tarjottiin vuoden sopimusta, ja se tuntui aluksi mahdottomalta. Niin pitkä sitoutuminen yhteen paikkaan ja toimistotyöhön oli jotain täysin uutta.

– Se oli kuitenkin juuri sitä, mitä tarvitsin. Pääsin kiinni arkeen ja sain kalenterihommia, jotka oli vain tehtävä, eikä siinä voinut jäädä vellomaan omaan merkityksettömyyden tunteeseen. Nyt toivon, että pystyn auttamaan mahdollisimman monia tuntemaan itsensä arvokkaiksi ja turvassa oleviksi, vaikka juuri sillä hetkellä ei olisi menossa mitenkään loistokas elämänvaihe.” (Luikku 2020.)

”Tammikuussa 2015 Melina kulki viimeisen kerran pitkin Niuvanniemen puistotietä. Hän valitsi pidemmän reitin linja-autopysäkillä, jotta saisi hyvästellä rauhassa kaikki rakennukset. Henkilökunnan hän oli jo hyvästellyt ja saanut mukaansa pienen lähtölahjan. Yli 11 vuotta oli kulunut Niuvassa. – Vihdoin olin vapaa. Fiilikset olivat hulppeat.” (Suomalainen 2021.)

Joistain aineiston jutuista kriisin sekä kliimaksin tunnistaminen on haastavaa, koska tarinallisista elementeistä huolimatta tositarinat eivät aina sovi tarinan rakenteen muottiin täydellisesti. Monen haastateltavan elämässä on tapahtunut niin paljon suuria elämänmuutoksia ja vastoinkäymisiä, etteivät kriisi ja kriisin selvittävä kliimaksi kannan samanlaista juonellista painoarvoa kuin vaikkapa fiktiivisessä tarinassa. Useat jutut on selkeästi kirjoitettu tarkasti haastateltavan omaa kertomusta seuraten, eikä kirjoittaja ole esimerkiksi itse muokannut materiaalia niin, että se muodostaisi koherentin, rakennetta seuraavan tarinan, jossa kaikki tarinan elementit olisivat läsnä.

5.4 Juttujen lopetus

Käsittelen yhteisesti tarinan rakenteen kahta viimeistä osaa: laskevaa toimintaa sekä lopetusta. Tämä on siitä syystä, että laskeva toiminta tapahtuu useassa aineiston jutuissa aivan lopussa sitoutuen jutun lopetukseen. Laskevalla toiminnalla tarkoitetaan kliimaksin jälkeistä aikaa tarinassa. Kliimaksi on tarinan huippu, joten laskeva toiminta tuo lukijan takaisin alas, kohti tarinan loppua. Laskevan toiminnan aikana on yleistä vastata avoimeksi jääneisiin kysymyksiin. Lopetus paketoiki koko tarinan. (Hart 2011, 38–39.)

Lähestulkoon jokaisessa aineiston jutuissa laskeva toiminta tarkoittaa sitä, että jutussa siirrytään päähenkilön nykyhetkeen. Kaiken päähenkilön kokeman jälkeen lukijalle kerrotaan, miten tapahtumat ovat vaikuttaneet päähenkilöön, mitä hän on oppinut niistä ja mitä hän aikoo tehdä seuraavaksi. Kaikissa on sama kantava teema: päähenkilön asiat ovat nyt hyvin, tai ainakin paremmin kuin ennen. Tällä tavoin lukija kuljetetaan kohti onnellista loppua, jossa päähenkilö on oppinut vaikeuksistaan tai pystynyt kääntämään ne voitokseen. Alla on esimerkkejä aineiston juttujen laskevasta toiminnasta.

”Lapsuudessa romahtanut itsetunto on nykyään vaihteleva. Nyt Hanna-Riikka Kuisma on kuitenkin oppinut tunnistamaan, milloin on oikeasti kyse huonosta itsetunnosta ja milloin vain kuvitelmasta. Hänelle on tärkeää pitää huoli mielen tasapainosta. Oleellista on psyykkisen ja fyysisen levon merkitys. Kun hän esimerkiksi kirjoittaa syvissä vesissä vellovaa tekstiä päivän, illalla hän katsoo vastapainoksi tositiveeetä. Hänen mielensä ei ole terve edelleenkään, mutta lääkityksen avulla hän pystyy elämään terveen ihmisen lailla.” (Hurtig 2016.)

”Äänet ovat Mervin mielessä toisinaan yhä, mutta vain hennosti taustalla. Ne eivät hallitse elämää. Nykyisin oma persoona jopa hymyilyttää Merviä. ”Harmi kyllä hyvät äänet eivät ohjaa minua, että valitsepa vaikka tämä asia tai suuntaa tuonne. Kaipaisin kyllä Pyhän Hengen johdatusta.”” (Turunen 2020.)

”Traumani ei ole tyystin kadonnut. Toisinaan, kun istun studiossa pianon ääressä ja tuottajakumppanini kuuntelee soittoani, aivoni lyövät oikosulun päälle. Vanhat muistot tulvahavat mieleen. Saatan hätääntyä ja unohtaa, miten c-duuri soitetaan. En häpeä sitä enää. Minulla ei ole mitään salattavaa.” (Pystynen 2020.)

”Nykyään masennus on Piian mukaan jäänyt taakse. 33-vuotias entinen eläkeläinen aloittelee uraa NLP-valmentajana ja opiskelee Helsingin Psykoterapiainstituutissa, josta hän on valmistumassa ratkaisukeskeiseksi lyhytterapeutiksi. Piia uskoo siihen, että masennuksesta voi toipua muutoinkin kuin syömällä lääkkeitä tai käymällä pitkiä terapioida.” (Lauhio 2016.)

Kymmenestä jutusta yhdeksän päättyy sitaattiin. Yhdessä jutussa sitaatti ei ole viimeisenä, mutta sitaatti on kuitenkin jutun toiseksi viimeinen lause. Kaksi jutuista on kirjoitettu minä-muodossa, mutta lasken ne sitaateiksi, koska koko juttu on käytännössä pitkä sitaatti. Lopetussitaateista on helppo löytää yhteneväisyyksiä: ne tiivistävät sen, mitä tarinan päähenkilö on elämänsä aikana ja kokemuksiensa kautta oppinut. Ne voivat olla rohkaisevia tai pohdiskelevia motivaatiolausahduksia lukijalle tai päähenkilölle itselleen. Seuraavissa esimerkeissä on tällaisia loppusitaatteja.

”– Meitä kaikkia tarvitaan, jotta ylipäättään voimme elää tällä planeetalla. Pitää antaa tilaa uusille elämäntavoille ja erilaisille tavoille olla ihminen. Silloin kaikkien on helpompi elää ja hengittää.” (Luikku 2020.)

”– Uskon, että oma kokemukseni masennuksesta antaa hyvää pohjaa terapeutin työlle. Haluaisin auttaa ihmisiä, jotka ovat menettäneet toivonsa.” (Lauhio 2016.)

Joissain tapauksissa lopetussitaatti myös sitoo tarinan yhteen. Näissä sitaateissa viitataan johonkin, mitä on aikaisemmin tapahtunut jutussa. Seuraavassa esimerkissä haastateltava on aikaisemmin jutussa kertonut unelmistaan asua New Yorkissa.

”– Elämäni on itse asiassa melko samanlaista kuin se, mistä unelmoin taidekoulussa. Toisin vuokra-asunto porilaisessa kerrostalossa ei ihan vastaa kattohuoneistoa New Yorkissa.” (Hurtig 2016.)

5.5 Asioiden kuvailu

Seuraavaksi tarkastelen, miten aineiston jutuissa hyödynnetään sellaisia tarinallisia elementtejä kuin ympäristön kuvailu sekä metaforien ja kiertoilmauksien käyttö. Aineistoa tutkiessani nämä tarinalliset työkalut osoittautuvat kaikista yleisimmiksi sekä helpoiten löydettäviksi, minkä vuoksi valitsin ne tähän alalukuun erikseen käsiteltäväksi. Näissä jutuissa ympäristönkuvailu on tehokeino, jolla lukija tuodaan lähemmäs tarinan päähenkilöä. Kun kuvaillaan yksityiskohtaisesti niitä asioita, mitä päähenkilö näkee ja kokee, pystyy lukijakin samaistumaan lukemaansa tekstiin eri tavalla. Käsittelem seuraavaksi esimerkkejä ympäristön kuvailusta.

”Sairaalahuone oli riisuttu. Seinät hohtivat valkoisina, ja sängyn päälle oli pedattu vaaleanvihreä peitto. Aika kului televisiota katsoen ja piirtäen. Kirjojen lukeminen olisi vaatinut liikaa keskittymistä.” (Lauhio 2016.)

”Olin laittanut punaista huulipunaa ja tullut Mehiläiseen tapaamaan psykiatria. Vastaanottoaulassa istuessani mieleni palasi vuoteen 2007, Oulun psykiatriseen sairaalaan.

Muistin vessat, joissa ei ollut lukkoja, ja ikkunat, joista näkyi kaljuja puita. Muistin, kuinka yksi potilaista lauloi aamupalapöydässä lakkaamatta *Katson autiota hiekkarantaa*. Olinko jälleen matkalla tällaiseen aamupalapöytään? Jos olin, tällä kertaa haluaisin olla se, joka laulaa.” (Pystynen 2020.)

Näissä esimerkeissä kuvaillaan sairaalaympäristöä. Ensimmäisessä esimerkissä kuvaillaan sairaalan värimaailmaa ja siirrytään kertomaan, mitä päähenkilö sairaalassa teki. Valkoisten seinien ja vaaleanvihreän peiton avulla lukija pystyy itsekin kuvittelemaan tarkasti, miltä sairaalahuoneessa olo on tuntunut. Toisessa esimerkissä päähenkilö muistelee aikaansa psykiatrisessa sairaalassa. Lukottomat vessat, kaljut puut ja aamupalapöydässä laulava potilas luovat samanlaista tunnelmaa kuin ensimmäisessäkin esimerkissä. Lukija pystyy istuttamaan itsensä samaan aamupalapöytään, kuin missä päähenkilö on aikanaan istunut.

”Päihteet tulivat Fionan elämään varhain mutta asteittain. Alkoholin Fiona löysi jo yhdeksänvuotiaana. Vitriinikaappi perheen olohuoneessa oli täynnä isän hienoja viinapulloja. Niistä kaadeltuja sekoituksia juotiin viikonloppuisin Lauttasaaren linnapuistossa.” (Itkonen 2021.)

”Mervi oli toivottu lapsi. Ainokainen. Isä ja äiti kävivät töissä, hoitivat kotia ja katsoivat iltaisin televisiota. Sellaisena tavallisena arkena Mervi muistaa lapsuutensa 1970-luvulla.” (Turunen 2020.)

Näissä kuvailut ovat lyhyempiä. Ensimmäisessä kuvaillaan vitriinikaappia, josta päähenkilö haki juotavaa lapsena. Näinkin lyhyellä kuvauksella luodaan toimiva mielikuva kyseisestä vitriinikaappista, vaikkei esimerkiksi sen koko tai materiaalia mainita ollenkaan. Myös toisessa esimerkissä toistuu sama teema.

”Nuori mies hymyilee ja tervehtii koko päivän aamiaista tarjoavassa kahvilassa Helsingin Kalliossa. **Niilo Syväojasta**, 29, on vaikea uskoa, että muutamia vuosia sitten hän oli niitä nuoria miehiä, joita luonnehditaan syrjäytyneiksi tai vakavassa syrjäytymisvaarassa oleviksi.” (Luikku 2020.)

Tässä esimerkissä ei ole pelkästään ympäristönkuvausta, vaan tekstissä kuvaillaan myös haastateltavaa jutun kirjoittajan silmin. Tällaista kuvailua ole löydettävissä oikeastaan muista jutuista. Halusin ottaa sen kuitenkin käsiteltäväksi siksi, että esimerkiksi haastateltavan eleiden, käytöksen ja puhetyylin kuvailu jutun kirjoittajan näkökulmasta on toimiva kerronnallinen elementti, joka luo lukijalle vahvempaa mielikuvaa siitä, millainen tarinan päähenkilö oikeastaan on.

Metaforia tai kielikuvia käytetään jutuissa kuvailemaan erityisesti tunteita. Pään sisällä kuohuvat tunteet käännetään metaforan avulla fyysisiksi tuntemuksiksi. Metaforia voidaankin käyttää sanoittamaan abstrakteja asioita (Klemettinen, 2008). Käsittelen seuraavaksi muutamia esimerkkejä metaforien käytöstä aineiston teksteissä.

”Kun mania vaihtui masennukseksi tammikuussa 2003, diagnoosi kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä vihdoin varmistui Auroran sairaalassa. Masennustaan Kristina kuvailee syväasukellukseksi ennen kokemattomaan häpeään ja ahdistukseen. Lapset olivat ainoa syy nousta aamuisin sängystä. ”Itkin koko ajan ja toimin askareissani kuin robotti. Tätä oli jatkunut jonkin aikaa, kunnes eräänä päivänä tuolloin viisivuotias tyttäreni tuli luokseni. Hän katsoi minua, silitti hiuksiani ja sanoi: *Äiti, minä hoidan sinut kuntoon.*” Tyttären sanat mursersivat Kristinan.” (Harper 2020.)

Metaforien avulla kuvaillaan päähenkilön masennusta. ”Syväasukellus” ennen kokemattomaan häpeään ja ahdistukseen sanoittaa miltä masennus voisi tuntua fyysisesti. ”Robottimainen käytös” kertoo myös tehokkaasti, miten päähenkilö on toiminut ilman sen suurempaa kuvailua. Myös ”mursertavat sanat” ovat metafora, joilla kuvataan kuinka raskailta sanat ovat päähenkilön mielestä tunteet.

”Ja melkein koko ajan ahdisti. Ahdistuksissaan Hanna-Riikasta tuntui siltä kuin hän olisi pimeässä kaivossa, josta ei näe minnekään, eikä kukaan näe häntä. Ahdistuneena hänen oli vaikea erottaa, mikä oli fyysistä kipua ja mikä ahdistusta. Lattia keinui ja hänestä tuntui, että hän oli tulossa hulluksi. Hanna-Riikan lihakset olivat kireät ja koko kroppa jumissa.” (Hurtig 2016.)

Tässä esimerkissä ahdistusta kuvataan ”pimeässä kaivossa” oloksi, joka myös selitetään tarkemmin auki. Ilman selitystäkin metafora kertoisi jo paljon.

”Oma vikani, että olen hyväksynyt nämä säännöt. Oikosulku aivoissa katkaisee kehon ja mielen yhteyden. Niin on parempi. Viiltävä kipu ja pakkasen vihlaisevat päätä, kun oksennan musiikkiopiston portin takana puhtaana kimaltelevaan hankeeseen. Tästä on tullut luotettavin kehoon palaamisen rituaalini. On palauduttava nopeasti, sillä vanhemmat odottavat autossa, enkä halua herättää epäilyksiä.” (Pystynen 2020.)

Esimerkissä kireää ja painostavaa tunnelmaa luodaan metaforien avulla. ”Oikosulku” tapahtuu aivoissa, jotta ei tarvitsisi ajatella. Kivun ja pakkasen kuvailu ”viiltävänä” on samaistuttava metafora ja lukija voi tuntea itsekin, miltä päähenkilöstä on tilanteessa tuntunut.

5.6 Mielenterveydestä puhuminen

Tutkielmani alussa esittelin eri lähteistä kerättyjä ohjeita mielenterveydestä kirjoittamiseen. Tässä alaluvussa tutkin sitä, miten aineiston jutuissa on kuvattu esimerkiksi mielenterveyden häiriöiden oireita. Ohjeissa kantavana teemana oli, että mielenterveydestä tulisi kirjoittaa kunnioittavasti ja välttää aiheen mystifiointia tai romantisointia. Kaikissa aineiston jutuissa haastateltavan oma kertomus kokemuksistaan vetää koko juttua, ja jokainen kirjoittaja on antanut haastateltavalleen tilaa kertoa asiat omalla tavallaan.

Syömishäiriöliitto Syli ry:n ohjeissa kehoitettiin kuitenkin välttämään numeroiden käyttöä syömishäiriöistä uutisoidessa. Jutussa, jossa käsiteltiin anoreksiaa, kirjoittaja oli päättänyt sisällyttää maininnan haastateltavan tarkasta painosta, joka ei näiden ohjeiden varjolla ole suositeltavaa, koska se voi pahimmillaan aiheuttaa syömishäiriöstä kärsivälle lukijalle sairauden pahenemista tai toipumisen hidastumista. (Syli, 2018.)

”Kiusaaminen johti myös syömishäiriöön. Kymmenvuotiaana Fiona alkoi tarkkailla omaa syömistään ja painoaan. Laihduttaminen oli keino erottaa itsensä kiusaajista, tapa olla jotenkin erilainen ja parempi kuin kiusaajat. Anoreksian vuoksi hän painoi lopulta enää 36 kiloa. Lääkärit ilmoittivat, että viikossa oli pakko saada 400 grammaa painoa lisää tai elimistö pettää.” (Itkonen 2021.)

Pääasiassa mielenterveyden häiriöihin liittyviä oireita kuvataan jutuissa hyvin realistisesti. Kokeemukset ovat aina haastateltavan omia, vaikkeivat ne olisikaan sitaattiin kirjoitettuna, eikä niitä kuvata esimerkiksi kliinisesti sairauden oireenkuvan kautta. Jutuissa ei kerrota minkälaisia ovat vaikkapa yleiset masennuksen tai ahdistuksen oireet, vaan haastateltava kertoo itse, minkälaisia oireita hän on kokenut.

”– Saatoin nauraa mieheni kanssa jollekin tv-mainokselle, ja yhtäkkiä nauru vaihtui lohduttomaksi itkuksi. Ovet paukkuivat, ja Riika sätti miestänsä milloin mistäkin. Hän oli iloton ja surumielinen. Nipottamiseen asti menevä järjestyksenpito piti Riikaa koossa. Hän kulki kotona rätsti kädessä ja järjesti jokaisen tavarankappaleen jokaisessa kaapissa. Hän yritti nukkua väsymystä pois, mutta mikään määrä unta ei riittänyt. Joskus Riika vain istui parisängyllä ja tuijotti eteensä. Kun mies tuli halaamaan, Riika alkoi itkeä. – Sanoin Teemulle, että toivoin kuolevani. Usein toivoin, että mies tai joku tulisi ja veisi minut pois siitä tilasta ja pahasta olostani, koska en kyennyt siihen itse.” (Lukkari 2018.)

Välillä jutuissa kerrotaan hyvinkin suoraviivaisesti, mitä mielenterveyden häiriöt ovat aiheuttaneet tai saaneet haastateltavat tekemään. Tällainen jopa inhorealistinen tapa kuvailla tapahtunutta on myös oma tyylikeinonsa, aivan kuten saman asian ilmaisu kierrellen tai metaforin. Se korostaa asian vakavuutta. Kuten mikä tahansa tyylikeino, myös tämä menettää tehokkuutensa, jos sitä käytetään tekstissä liikaa.

”Tapahtumat johtivat lopulta siihen, että 14-vuotias Kristina viilteli käsivartensa nuppineulalla verille ja siveli haavojen päälle taululiiua, joka värjysi kädet kauttaaltaan vaaleanpunaisiksi. Tämä merkitsi kuuden viikon tutkimusjaksoa Rauhan sairaalan aikuisten suljetulla osastolla.” (Harper 2020.)

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Lähdin tekemään tätä tutkimusta tavoitteenani löytää vastaus siihen, miten aikakauslehdissä kirjoitetaan mielenterveysaiheisia henkilökuvia, erityisesti tarinallisen journalismin näkökulmasta. Ennakko-oletuksenani oli se, että tämän tyyliset henkilökuvat ovat erityisen tarinallisia ja käyttävät paljon fiktion keinoja kerronnassaan. Pidin kuitenkin jo alkuvaiheessa mielessä sen, että aineiston ollessa vain kymmenen jutun mittainen ei mitään kokonaisvaltaista läpileikkausta koko Suomen aikakauslehdistä ja niissä ilmestyvistä mielenterveysaiheisista henkilökuvista voi tehdä. Tämän vuoksi analyysia tehdessäni yllätyin siitä, kuinka paljon samanlaisia teemoja ja yhteneväisyyksiä eri aikakauslehdissä julkaistuissa jutuissa oli.

Tutkin analyysissani sitä, mitä tarinallinen journalismi on ja miten se näyttäytyy tutkimissani henkilökuvuissa. Kuten Silfverberg sanoo, tarinallinen journalismi voidaan tiivistää olevan faktaa fiktion keinoin (Silfverberg, 2021). Ymmärtääkseni, mitä tämä oikeastaan tarkoittaa, minun piti perehtyä siihen, mitä nämä fiktion keinot ovat. Sen sijaan, että olisin perehtynyt johonkin konkreettiseen listaan työkaluista tai teemoista, oli luontevampaa tutustua tarinan konseptiin ja rakenteeseen. Tutustuin siihen, mitkä asiat tekevät tarinoista tarinoita, ja sovelsin tätä tietoa aineiston teksteihin. Katsoin näitä journalistisia tekstejä tarinallisen linssin läpi ja löysin niistä juuri niitä tarinallisia ulottuvuuksia, mitä lähdin etsimäänkin. Samalla kävi myös ilmi se, ettei faktatietoon pohjautuvia tekstejä voi nähdä puhtaina, rakenteeseen pohjaavina tarinoina. Olen koonnut analyysistani havaintoja seuraaviin alalukuihin.

6.1 Toistuvat teemat

Yllätyin analyysiani tehdessäni siitä, kuinka samankaltaisia jutut pohjimmiltaan olivat. Jokaisessa jutussa on eri haastateltava, eri kirjoittaja ja lähes kaikki on julkaistu eri aikakauslehdissä. Silti niistä on löydettävissä samanlaisia teemoja, joita käyn tässä alaluvussa läpi. Toistuvien teemojen tunnistaminen antaa hyvän kokonaiskuvan siitä, miten mielenterveydestä kirjoitetaan, mikä olikin tämän tutkielman tavoite.

Ensimmäinen havainto koskee tarinoiden rakennetta. Vaikka jokainen näistä teksteistä ei istukaan täysin puhtaasti Aristoteleen Runousoppiin pohjaavaan draaman kaareen tai sen modernisoidumpaan versioon, noudattavat ne kaikki keskenään samanlaista rakennetta. Ne ovat kaikki selviytymistarinoita, joissa tarinan sankari voittaa lopulta. Voitto ei aina ole teatraalinen, mutta juttujen lopussa on aina sama viesti: kaikki on tällä hetkellä hyvin. Usein tätä onnellista loppua korostetaan adjektiivein kuten "vakaa" tai "tasainen". Kaiken tapahtuneen jälkeen päähenkilöt pystyvät elämään ihan normaalia elämää. Jokaisen jutun lopussa lukijalle jää levollinen ja rauhallinen tunne. Hän voi nyt lopettaa lukemisen ja tietää, että tarinan kovia kokeneella sankarilla on kaikki hyvin. Tapahtuu tunteita puhdistava katharsis.

Lähes jokainen jutuista myös loppuu sitaattiin. Lopetussitaatit vahvistavat entisestään lopun katharsista. Ne eroavat sisällöllisesti toisistaan, mutta niissä on kuitenkin sama kantava teema, joka on se, että tarinan päähenkilö on oppinut vaikeuksistaan jotain. Toisille se tarkoittaa omien rajojensa oppimista, toisille taas vaikeudet kääntyvät vahvuuksiksi. Päähenkilöt ovat tarinansa aikana oppineet tai oivaltaneet jotain, jonka haluavat nyt jakaa myös tarinan lukijalle.

Useaa haastateltavaa myös motivoi halu auttaa. Moni haastateltavista toimii tällä hetkellä mielen-terveyden parissa, suurin osa vapaaehtoisena. Tämä paljastuu aina aivan jutun lopussa, jossa kerrotaan, mitä päähenkilö on oppinut vaikeuksistaan. Toisaalta tämä viestii myös siitä, että moni näistä haastateltavista on mitä luultavimmin löytynyt juuri mainitun vapaaehtoisjärjestön kautta. Aikaisemmin käsitellyissä ohjeissa mielenterveydestä kirjoittamiseen yksi ohjeistus olikin suosia järjestöjen vapaaehtoisia kokemusasiantuntijoita.

6.2 Tarinallisuuden sudenkuopat

Journalistisen tekstin tutkiminen tarinallisen linssin läpi ei ole täysin ongelmatonta. Journalismi on kuitenkin yhä todellisuuteen pohjaavaa faktatekstiä, vaikka se olisikin paketoitu tarinalliseen muotoon. Sekä tarinallisen journalismin kirjoittamisessa että sen tutkimisessä on omat sudenkuopansa, jota käsitelen tässä alaluvussa.

Lassila-Merisalo kritisoi tarinallista journalismia mahdollisesta puutteellisesta lähdekritiikistä (Lassila-Merisalo, 2020 107). Kaikissa tämän aineiston jutuissa on vain yksi haastateltava, eikä yhtä juttua lukuun ottamatta juuri minkäänlaista taustoitusta käsiteltävien mielenterveyden häiriöiden ja

sairauksien suhteen. Henkilökuvissa on tietenkin tarkoitus kertoa haastateltavan henkilön oma tarina, mutta puutteellisella lähdekritiikillä on seurauksensa. Näissä jutuissa puhutaan parantumisesta, oireiden helpottamisesta ja jopa loppumisesta kokonaan. Haastateltavat kertovat, miten he ovat itse päässeet eroon vaikeuksistaan, mutta on aina muistettava kyseessä olevan yksilö, jonka tavat parantua ja hoitaa omaa mielenterveyttään eivät ole asioita, jotka välttämättä toimivat kaikille. Tämä yksilöllisyyden korostaminen jää näissä jutuissa rivien väliin. Kaikki haastateltavat ovat kuitenkin jutuissaan kertoneet ammattiavun saamisesta ja sen tärkeydestä, joten esimerkiksi mahdollisesti vaarallisia, toisen käden tietoon perustuvia hoitotapoja ei jutuissa korosteta. Siitäkin huolimatta on tärkeää muistaa yhden haastateltavan juttujen pohjaavan todellakin vain yhden ihmisen kokemukseen.

Analysoidessani juttuja törmäsin siihen ongelmaan, että välillä journalistisia juttuja on täysin mahdotonta istuttaa täydellisesti tarinan rakenteeseen. Tarinan rakenteen ei tarvitse aina edetä kronologisesti alusta keskikohdan läpi loppuun, mutta tästäkin huolimatta kaikki näistä henkilökuvista eivät sopineet odottamallani tavalla analyysissäni käyttämäni tarinan rakenteeseen. Tämä johtuu siitä, että todellisuutta on loppujen lopuksi mahdotonta tiivistää mihinkään yksinkertaistettuun rakenteeseen sen monimutkaisuuden vuoksi (Lassila-Merisalo 2020, 15). Teksteistä pystyi tunnistamaan luonnollisesti alun sekä lopun: mistä tarina alkaa ja mihin se päättyy. Nouseva toiminta, eli tarinan rakentaminen ja sen tärkeimpien elementtien esittely, oli myös tunnistettavissa.

Kun päästiin kriisiin ja kliimaksiin eli tarinan intensiivisimpiin kohtiin, tuli niiden tunnistamisessa ongelmia. Monet näistä tarinoista olivat täynnä suuria ja traumaattisiakin tapahtumia. Erään jutun sankari Fiona ajautui käyttämään kovia huumeita, mutta sitä ennen hän oli muun muassa koulu-kiusattu, masentunut, sairastui syömishäiriöön ja alkoi käyttämään alkoholia jo ala-asteikäisenä. Koko tarina oli täynnä sattumuksia sattumusten perään, ja oli lähes mahdotonta arvottaa sitä, mikä näistä rankoista tapahtumista on se kaikista pahin, se, joka kääntää koko sankarin elämän ylösalaisin. Mutta kyseessä onkin Fionan elämäntarina, joka on liian monimutkainen tiivistettäväksi yksinkertaiseen tarinan rakenteeseen. Fiona on oikea ihminen, ei fiktiivinen hahmo.

7 POHDINTA

Journalististen tekstien tutkiminen tarinoina ja tarinallisen linssin läpi on erittäin mielenkiintoista. Tarinallinen journalismi tuo perinteisen journalismin rinnalle ainutlaatuisia lukukokemuksia, joissa journalismin perinteet sekoittuvat tarinoiden teemoihin. Se ei kuitenkaan ole täysin ongelmaton kirjoitustapa ja vaatii journalistilta paljon, erityisesti kun jutun aiheena on mielenterveys. Esittelemäni tarinallisen journalismin kirjoittamisen ja tutkimisen sudenkuopat ovat kuitenkin helposti vältettävissä, minkä vuoksi koen tarinallisen journalismin erittäin toimivaksi, erityisesti tutkimissani juttutyypeissä.

Suomalaisessa journalismissa mielenterveyttä osataan yleensä käsitellä aiheen vaatimalla kunnioituksella ja sensitiivisyydellä. Tässä tutkielmassa käsittelemäni aineiston perusteella mielenterveysjärjestöjen laatimiin ohjeisiin peilaten suomalaiset toimittajat osaavat kirjoittaa mielenterveydestä niin kuin siitä suositellaan kirjoitettavan. Vaikka välillä tarkastelemistani jutuista pystyy huomaamaan pieniä lipsahduksia, jotka eivät noudata suosituksia, on yleinen käsitykseni mielenterveysaiheisista jutuista juuri se, että niitä kirjoitetaan sopivalla herkkyydellä, mutta silti realistisesti. Toimittajat antavat haastateltaville tilaa kertoa oman tarinansa.

Tarinallisen journalismin elementit näyttäytyvät aineiston henkilökuivissa selkeästi, lähestulkoon juuri ennako-oletukseni mukaisesti. Todellisuuteen pohjaavat tarinat eivät aina istu täydellisesti fiktiivisten tarinoiden pohjalla olevaan rakenteeseen, mutta ei niiden ole tarkoituskaan. Tarinalliset keinot journalismissa ovat analyysini perusteella elementtejä, jotka tuovat faktapohjaiseen kirjoitukseen lisää immersiota ja auttavat tekemään aineiston kaltaisista henkilötarinoista samaistuttavia sekä koukuttavia. Silfverberg kuvailee tarinallisen journalismin tarkoituksena olevan tuottaa faktaa fiktion keinoin (Silfverberg, 2021). Sen tarkoituksena ei ole tehdä faktasta fiktiota.

Analyysini pohjalta väitän, että tarinallinen journalismi erityisesti mielenterveysaiheisissa henkilökuivissa on analyysini pohjalta toimiva tapa kertoa sellaisia tarinoita, jotka eivät istu perinteisen uutistekstin muotoon. Tarinallinen journalismi mahdollistaa journalisteille erilaisen tavan tuottaa journalistista sisältöä ja se toimii oivallisesti henkilövetoisissa jutuissa, jossa keskiössä on nimenomaan haastateltavan elämä ja siinä tapahtuneet asiat. Tarinallisen journalismin keinoin analysoimani tekstit ovat muuntuneet tavallisten ihmisten tavallisista elämästä onnellisen lopun saaviksi, kauniiksi selviytymistarinoiksi. Loppujen lopuksi pienet, mitättömältä tuntuvat asiat on saatu tarinan

kontekstissa kääntymään suuriksi voitoiksi. Tutkielmani voisi laajentua kartoittamaan journalismia laajemmin ja etsimään tarinallisia elementtejä myös muualta kuin ilmiselvimmistä paikoista. Uutinenkin voi olla draamaa (Kantola 2003, 122).

LÄHTEET

Aikakausmedia 2021. Mikä on aikakauslehti? Hakupäivä 28.10.2021. <https://www.aikakausmedia.fi/mediakasvatus/mediakasvatusmateriaalit/mika-on-aikakauslehti/>

Autio, Noora 2018. Kahdeksan keinoa koukuttaa lukija: Verkko-otsikosta saa huomattavasti houkuttelevamman muutamalla yksinkertaisella ohjeella. Hakupäivä 8.1.2022. <https://suomenlehdisto.fi/kahdeksan-keinoa-koukuttaa-lukija-verkko-otsikosta-saa-huomattavasti-houkuttelevamman-muutamalla-yksinkertaisella-ohjeella/> .

Brayne, Mark 2009. Suomenenos Marja Hakola. Trauma ja Journalismi. Docplayer. 5–6. Hakupäivä 27.10.2021. <https://docplayer.fi/489665-Trauma-ja-journalismi-opas-journalisteille-paatoimittajille-ja-esimiehille-koonnut-ja-toimittanut-mark-brayne-suomenenos-marja-hakola.html> .

Hart, Jack 2011. Storycraft: The Complete Guide to Writing Narrative Nonfiction. Chicago: The University of Chicago Press.

Julkisen sanan neuvosto 2011. Journalistin ohjeet. Hakupäivä 7.12.2021. <https://www.jsn.fi/journalistin-ohjeet/> .

Kantola, Anu 2003, Tärkeintä on olla aito. Poliittisten uutisten dramaturgia. Teoksessa: Kantola, Anu ja Moring, Inka ja Välvirronen, Esa 2003 Media-analyysi. Tekstistä tulkintaan. Tampere: Palmenia-kustannus.

Kauppinen, Jarkko 2017, Suorantaa kyntämässä – katsaus seksuaalisiin kiertoilmauksiin. Kielikello. Hakupäivä 7.12.2021. <https://www.kielikello.fi/-/suorantaa-kyntamassa> .

Klemettinen, Riina 2008, Kipu polttaa, tuhoaa ja opettaa – metafora ja kivun kielentäminen. Kielikello. Hakupäivä 7.12.2021. <https://www.kielikello.fi/-/kipu-polttaa-tuhoaa-ja-opettaa-metafora-ja-kivun-kielentaminen> .

Kuutti, Heikki 2012, Mediasanasto. Jyväskylä: MediaDoc Oy.

Lassila-Merisalo, Maria 2020. Tarinallinen journalismi. Tampere: Vastapaino.

Mieli ry 2021. Tilastotietoa mielenterveydestä. Hakupäivä 27.10.2021. <https://mieli.fi/yhteiskunta/mielenterveys-suomessa/tilastotietoa-mielenterveydesta/> .

Räty, Panu 1998, Henkilökuva ajankuvana. Teoksessa: Kantola, Anu ja Mörä, Tuomo 1998 Journalismia! Journalismia? Juva: WSOY.

Silfverberg, Anu. Etäluento ”Tarinallisuus pitkässä tekstissä”. Suomen Journalistiliitto. Luento pidettiin Zoomissa 2.11.2021

Simola, Katri 2018. Näin kirjoitat mielenterveydestä: viisi vinkkiä toimittajille. Suomen Lehdistö. Hakupäivä 27.10.2021. <https://suomenlehdisto.fi/nain-kirjoitat-mielenterveydesta-viisi-vinkkia-toimittajille/> .

STT 2016. Tyylikirja. Hakupäivä 28.10.2021. <https://stt.fi/tyylikirja/ideasta-jutuksi/> .

Syli ry 2018. Medialle. Hakupäivä 27.10.2021. <https://syomishairioliitto.fi/syomishairioliitto-syli-ry/medialle> .

LIITTEET

Liite 1: Tutkimusaineisto

Harper, Terhi. 2020. Antoi lapsensa jo huostaan – Näin itsemurhaa suunnitellut Kristina nousi umpikujasta. Seura. Hakupäivä 15.1.2022. <https://seura.fi/terveys/terveystarinat/antoi-lapsensa-jo-huostaan-nain-itsemurhaa-suunnitellut-kristina-nousi-umpikujasta/> .

Hurtig, Elisa. 2016. Kirjailija Hanna-Riikka Kuisma hermoromahduksen jälkeen: ”Suhteellisen hyvä elämä riittää”. Anna. Hakupäivä 15.1.2022. <https://anna.fi/hyvinvointi/itsetuntemus/kirjailija-hanna-riikka-kuisma-hermoromahduksen-jalkeen-suhteellisen-hyva-elama-riittaa> .

Itkonen, Janne. 2020. Helsinkiläinen Fiona jäi koukuun ensimmäisestä huumeokeilusta. Jännittävä uusi elämä vaihtui nopeasti syöksykierteeseen, mutta nyt se ja huumeet ovat jo takana. Apu. Hakupäivä 15.1.2022. <https://www.apu.fi/artikkelit/huumeista-eroon-fiona-jai-koukuun-ensimmäisestä-kerrasta> .

Karasti, Janica. 2021. Roosa, 22, selvisi syömishäiriöstä: ”Vielä 17-vuotiaana ainoa unelmani oli, että saisin kuolla laihana”. Kodin Kuvalehti. Hakupäivä 15.1.2022. <https://www.kodinkuvalehti.fi/artikkeli/lue/ihmiset/roosa-22-selvisi-syomishairiosta-viela-17-vuotiaana-ainoa-unelmani-oli-etta> .

Lauhio, Eveliina. 2016. Huono suhde pahensi Piian, 33, masennusta: ”Pelkäsin usein, että tapan itseni”. Anna. Hakupäivä 15.1.2022. <https://anna.fi/ihmiset-ja-suhteet/ihmissuhteet/huono-suhde-pahensi-piian-33-masennusta-pelkasin-usein-etta-tapan-itseni> .

Luikku, Susanna. 2020. Niilo Syväoja oli partiolainen, lapsinäyttelijä ja reppureissaaja. Sitten tuli pysähdys, joka vei sängynpohjalle. Työvoimatoimiston sivuilta hän löysi tien takaisin arkeen. Nyt hän auttaa nuoria, jotka etsivät suuntaansa. Apu. Hakupäivä 15.1.2022. <https://www.apu.fi/artikkelit/niilo-syvanoja-makasi-sangyssa-eika-halunnut-syoda> .

Lukkari, Leena. 2018. Riikasta tuli äiti vuosien lapsettomuuden jälkeen – ”Tuntui väärältä masentua, koska olimme halunneet lasta niin paljon”. Hyvä Terveys. Hakupäivä 15.1.2022.

<https://www.hyvaterveys.fi/artikkeli/vanhemmuus/riikasta-tuli-aiti-vuosien-lapsettomuuden-jalkeen-tuntui-vaaralta-masentua> .

Pystynen, Venla. 2020. Muusikko Jutta Ruonansuu: "Lapsuuden soittotunnit aiheuttivat trauman, joka vei minut suljetulle osastolle". Trendi. Hakupäivä 15.1.2022. <https://www.lily.fi/artikkelit/muusikko-jutta-ruonansuu-lapsuuden-soittotunnit-aiheuttivat-trauman-joka-vei-minut-suljetulle-osastolle> .

Suomalainen, Tiina. 2021. Skitsofreniaa sairastava Melina, 37, kuntoutui pitkän laitoshoidon jälkeen työkykyiseksi: "Olisinpa lopettanut hoidon vastustamisen aikaisemmin". Anna. Hakupäivä 15.1.2022. <https://anna.fi/i ihmiset-ja-suhteet/i ihmisuhteet/skitsofrenia-puhkesi-melinalle-jo-lapsena> .

Turunen, Else. 2020. "Kuulin jo lapsena päässäni mekkalaa" – skitsofreniaa sairastava Mervi kertoo, millaista on elää harhojen kanssa. Kotiliesi. Hakupäivä 15.1.2022. <https://kotiliesi.fi/terveys/sairaudet-ja-oireet/kuulin-jo-lapsena-paassani-mekkalaa-skitsofreniaa-sairastava-mervi-kerto-millaista-on-elaa-harhojen-kanssa/> .