

PÄIVI SEPPÄLÄ

Matalan vai korkean kynnyksen tietoa? Näkökulmia terapeuttisen vallan ja psykologisen tiedon suhteeseen

Kristiina Brunila, Esko Harni, Antti Saari & Hanna Ylöstalo (toim.), *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Vastapaino, Tampere 2021. 367 s.

Elina Vessonen, *Mielen mittarit*. Vastapaino, Tampere 2021. 183 s.

Michel Foucault luonnehti psykiatriaa epistemologisesti matalaksi tieteenalaksi¹. Tällä Foucault tarkoitti sitä, että psykiatrinen tieto ja psykiatriset käytännöt nivoutuvat lähes saumattomasti yhteiskunnan rakenteisiin sekä yhteiskunnallisiin valtasuhteisiin. Foucault'n ajattelun inspiroima yhteiskuntatieteellinen metodologia on lähtökohtana Vastapainon kustantamassa *Terapeuttinen valta* -kokoomateoksessa. Teoksen toimittajien Kristiina Brunilan, Esko Harnin, Antti Saaren ja Hanna Ylöstalon mukaan foucault'lainen valta-analytiikka soveltuu psykiatrian lisäksi myös psykologisen tiedon ja terapeuttien käytäntöjen tarkasteluun (14). *Terapeuttisessa vallassa* kysytäänkin, miten psykologiset ja erilaiset terapeutit käytännöt, sanastot, selitysmallit ja järjestyvät tulevat olennaisiksi osiksi yhteiskunnan eri osa-alueiden valtakäytäntöjä.

Terapeuttinen valta tarjoaa 14 laadullista tutkimusta terapeuttisen vallan toiminnasta suomalaisessa yhteiskunnassa. Keskeistä kaikille tutkimuksille on, että ne valottavat terapeuttien puhetapojen toimintaa muissa ympäristöissä kuin varsinaisissa terapiatilanteissa. *Terapeuttinen valta* osoittaaakin, että 2020-luvun Suomessa ei tarvitse erikseen mennä terapiaan kohdatakse terapeutteja itsereflektion ja itsehallinnan tapoja. Terapeutteja käytäntöjä kohtaa arjessa esimerkiksi asioimalla nuorten tukipalveluissa, kuten Kalle Mäkelän ja Kristiina Brunilan aineistosta selviää.

Terapeuttisen vallan vahvuus on kirjan aihepiirien monipuolisuus. Lukijalle ei jää epäselväksi, miten



laajasti terapeutin sanasto sekä terapeutit itsereflektion ja itsehallinnan käytännöt ovat levinneet. Liila Holmberg ja Antti Saari käsittelevät, miten terapeutin valta näkyy

vankiloiden seksuaalirikollisten kuntoutusohjelmissä oman sisäisyyden reflektiivisen työstämisen vaatimuksena. Henri Koskinen lähestyy *start up* -kulttuurin kertomuksia yrittäjyydestä itsensä toteuttamisena. Emma Lambergin haastattelemat nuoret media-alaa opiskelevat naiset seuraavat voimaannuttavia terapeutteja itsevarmuusoppeja kuten "*Fake it, until you make it*" itsen hallinnan työkaluina, joilla selvitä urakilpailussa. *Terapeuttinen valta* ulottuu myös sukupuolen hahmottamiseen: Henri Hyvönen kuvailee, miten suomalaiset työikäiset miehet käyttävät terapeutista sanastoa erottaessaan oman miehenä olemisen tapansa edeltävien miessukupolvien terveyttä uhkaavasta työkeskeisyydestä ja tunneilmaisun köyhyydestä.

Terapeuttisen vallan epäpoliittisuus ja tarve vallan kritiikille

Terapeuttisen vallan kirjoittajat mainitsevat useaan otteeseen, että terapeuttisen vallan tutkimustraditiossa terapeutista valtaa on usein pidetty epäpoliittisena (10, 39 80, 153, 268). Terapeuttisen vallan on katsottu palauttavan yhteiskunnalliset ja poliittiset kysymykset yksilöpsykologiseksi vajavaisuuksiksi, jotka voi korjata työstämällä omaa mieltään kollektiivisen poliittisen toiminnan sijaan. Soraääniä kirjassa kuitenkin esiintyy. Kirjoittajista Sanna Rikala väittää, että terapeutin valta ei välttämättä ole epäpoliittisovaa siinä mielessä, että terapeutin valta estäisi perinteiseksi politiikaksi las-

ketun kollektiivisen puolue- tai kampanjointitoiminnan. Rikala esittää, että yksilön mielenterveyden tukeminen ja sen merkityksen tiedostaminen on motivoinut yhteiskunnallisia liikkeitä kuten #terapiatakuu-kampanjaa (149). Terapeuttisen vallan sisältä esitetty yhteiskunnallinen kritiikki näyttäytyy kuitenkin Rikalan esimerkissä terapeuttista valtaa entisestään vahvistavana, ei kyseenalaistavana: yhteiskuntaa on muutettava siten, että kaikki saavat enemmän ja tasapuolisemmin terapiaa ja mahdollisuuksia oman yksilöllisen itsensä tuntemiseen. Harmillista on, ettei teoksessa paneuduta laajemmin siihen kysymykseen, onko terapeuttisen vallan inspiroimalla poliittisella kampanjoinnilla useinkin taipumus toimia valtaa vahvistavasti.

Kirjan toimittajat kuvailevat terapeuttista valtaa ”vaikeaksi vastustaa” (337). Terapeuttinen valta toimii niin koulutuksessa, työelämässä kuin hyvinvointiyhteiskunnan palveluissa yksilön voimaannuttamisen, aktivoinnin ja hyvinvoinnin lisäämisen nimissä (15) ja kukapa ei haluaisi lisätä hyvinvointiaan? Toimittajien puhe terapeuttisen vallan ”viettelevyydestä” (336) ja Miikka Pyykkösen tapa nimetä yrittäjyyskonsultaatio ”höttöteollisuudeksi” (274) ovat kirjoittajien tietoisesti valitsemia normatiivisesti latautuneita käsitteitä, jotka yllyttävät haastamaan ja kyseenalaistamaan terapeuttista valtaa. Esimerkiksi Elina Ikävalko peräänkuuluttaa sitä, että kolmannen sektorin mielenterveystyön tulisi vahvemmin lisätä poliittista mielikuvitusta ja siten kanavoida epäoikeudenmukaisuuden kokemuksia poliittiseksi toiminnaksi (121). Luokka-asetusta kumpuava kritiikki mainitaan Mikko Saastamoisen ja Pekka Kuuselan artikkelissa yhtenä keinona kritisoida keskiluokkaiseksi miellettyä terapeuttista valtaa (90). Kritiikkiä ei kuitenkaan kehitetä sisällöllisesti kovinkaan pitkälle, ja tieteelliseltä tutkimukselta tällaista laajamittaista yhteiskunnallista kantaaottavuutta lieneekin turha vaatia. Poliittisesti sitä kuitenkin tarvittaisiin.

Suvi Salmenniemen vaihtoehtoterapioita koskeva tutkimusartikkeli alleviivaa kirjan toimittajien painottamaa seikkaa: terapeuttinen valta on

laajempi kuin yhteiskunnan psykologisoituminen tai psykologisista tieteistä kumpuavan tiedon leviäminen (4). Terapeuttisen kulttuurin tiedollinen sisältö voi perustua myös tieteellisestä näkökulmasta näennäistieteellisinä pidettäville ideoille. Psykologian tutkijoita tai tieteen tiedollista ensisijaisuutta korostavia tällainen rajaustaattaa kummeksuttua. Salmenniemi toteaaakin hänen tutkimusaiheensa aiheuttaneen epäluuloja muissa tutkijoissa (27).

Itse lähestyisin Salmenniemen artikkelia tiedon sosiologian vahvan ohjelman näkökulmasta. Ohjelman puolueettomuusperiaatteen mukaan Salmenniemen aihevalinnassa ei ole mitään kummeksuttavaa. Periaatteen mukaan episteemisten käytäntöjen tutkijoiden ei tule ottaa kantaa tutkittavien näkemysten totuuteen tai epätotuuteen². Puolueettomuusperiaatteen vuoksi saman kirjan sisällä voidaan nähdäkseni käsitellä sekä käytäytymistieteisiin perustuvia valtion politiikkakokeiluja (Hanna Ylöstalon ja Katri Otonkorpi-Lehtorannan artikkeli) että vaihtoehtoterapioita asettamatta jotakin tutkimuskohdetta tiedollisesti paremmaksi kuin toista. Itse kuitenkin pohdin sitä kysymystä, tarjoaako puolueettomuusperiaatteesta luopuminen uuden tavan vastustaa terapeuttista valtaa niin, että vastarinta perustuisi nimenomaan normatiivisiin tiedollisiin perusteisiin. Luettuani toisen Vastapainon vuonna 2021 julkaiseman teoksen, tieteenfilosofi Elina Vessosen *Mielen mittarit*, olen valmis vastaamaan esittämäni kysymykseen myönteisesti.

Mielen mittaaminen ja terapeuttisen vallan tiedollinen kritiikki

Mielen mittarit on teos, jonka lähtökohta on varsin jännittävä. Miten kirjoittaa yleistajuinen esitys psykometriikasta, eli teknisesti haastavana pidetystä tieteenalasta, joka yhdistelee matematiikkaa, tilastotiedettä, psykologiaa ja tieteenfilosofiaa? Mahdollinen tekninen haastavuus ei kuitenkaan saisi muodostua yleistajuistamisen esteeksi, sillä psykometriikan yhteiskunnallinen merkitys on valtava.

Kuten Elina Vessonen esittää, psykometrinen analyysi on keskiössä, kun mitataan kansakuntien onnellisuutta, yksilöiden masennusta, persoonallisuutta tai yleisälykkyyttä. Valvutuneen kansalaisen tieteelliseen lukutaitoon tulisikin jo tästä syystä kuulua psykometristen peruskäsitteiden hallinta. Vasta näiden käsitteiden myötä esimerkiksi yleisälykkyyttä tai masennuksen mittaamista koskevat tieteelliset ja yhteiskunnalliset kiistat tulevat ymmärrettäviksi. Vessonen käy läpi mahdollisimman yleistajuisesti läpi sitä käsitteidakkoo, joka voi löytyä sellaisen yleisesti esiintyvän tieteellisen väitteen kuin ”Mittari M on johdonmukainen ja hyvin validoitu” (62) taustalta. Mitään selkeää reseptiä validoinnille ei ole, ja Vessonen argumentoikin, että psykologisten mittareiden kuten yksilön onnellisuutta tarkastelevien mittareiden kehitys on syytä nähdä onnellisuutta koskevan teoretisoinnin ja erilaisten mittareiden yhteiskehityksenä (77). Tällaisen kehityksen tuloksena voidaan Vessosen mukaan pitää esimerkiksi sitä, että positiivisia ja negatiivisia tunteita ei nykyisissä mittareissa mitata samoilla kysymyksillä ja analysoida toistensa vastakohtina, vaan niitä mitataan erillisillä kysymyspatteristoilla (78).

Psykometriikkaa käsittelevää tietokirja ei todennäköisesti voisi olla Vessosen kirjaa helpollukuisempi. Vessonen lähestyy teemoja tarinallisin esimerkein ja avaa teknisiä käsitteitä analogioin. ’Johdonmukaisuuden’ käsitettä esitellään kirjan toisessa luvussa kertomalla, miksi persoonallisuuden mittaamisessa suosittu Myers-Briggstyypin indikaattori on loppujen lopuksi huono persoonallisuusmittari, ja miten tähän lopputulokseen on päädytty. Jo valmiiksi peruskäsitteet tuntevalle tällainen lähestymistapa voi olla viihdyttävä, mutta ei välttämättä uutta tietoa antava, joten lukuhaastetta kaipaavalle voikin suositella Vessosen samaa aihepiiriä käsittelevää väitöskirjaa³.

Kirjan helpollukaisuuteen vaikuttaa myös se, että Vessonen puhuttelee suoraan lukijaa ja tarjoaa helposti muistettavia, mutta hieman suurpiirteisiä, vinkkejä psykometrisen tiedon arvioimiseksi (”pysähdy ja kysy

kysymyksiä”, 162). Vessonen kertoo avoimesti myös siitä, miten psykometriikan tunteminen on auttanut häntä henkilökohtaisen elämän päätöksissä (162). *Terapeuttinen valta* -teoksen valossa näitä mainittuja osioita Vessosen kirjasta voidaan varmasti analysoida tieteenfilosofis-terapeuttisena itseapukirjallisuutena.

Jos Vessosen teoksen *self help* -tyyliä voidaan jossain määrin kritisoida terapeuttisen vallan tuomisesta tieteen yleistajuistamiseen, niin kritiikin linssi voidaan kääntää myös ympäri ja tarkastella Vessosen näkemysten läpi *Terapeuttinen valta* -teosta. Vessosen käsittelemä psykometriikka on tieteenala, jossa otetaan vakavasti teoreettisten käsitteiden operationalisointi ja pyrkimys toteuttaa mittaa-minen ja empiirinen havainnointi niin, että ne todella ilmentävät käsitteiden kuvaamia ilmiötä. *Terapeuttisen vallan* suurimpana teoreettisena heikkoutena voidaankin pitää suhteellisen huokoista lähestymistapaa terapeuttiseksi vallaksi laskettavien ilmiöiden määrittelyyn. Ovatko kaikki käytännöt, joissa ihmistä kannustetaan itsereflektioon ja oman mielen tarkasteluun oman itsensä auttamiseksi terapeuttisen vallan merkkejä? Miten tällainen terapeutisuus oikeastaan liittyy käyttäytymistieteellisen tiedon hyödyntämiseen politiikkakokeiluissa? Psykologisen tai terapeuttisen vallan käsitteellistäminen laajaksi ja monitahoiseksi ilmiöksi ei tietenkään ole uutta psykologisen tai terapeuttisen vallan tutkimuksessa⁴, mutta riittääkö huokoisuuden perusteluksi toimittajien toteamus siitä, että terapeuttinen valta on ”moninaista ja jännitteistä” (27) ja että sillä ”ei ole yhtä keskusta, josta se kontrolloi ympäristöään” (28)? Lähestymistavan laajuus herättääkin kysymyksen, onko ’terapeuttinen valta’ käsite, jota on helppo yliviljellä sen vuoksi, että sitä ei ole tarkkaan määritetty ja se on yhteensovitettavissa lukuisten muiden teoreettisten viitekehysten kuten feminististen teorioiden tai uusliberalismin kritisoivien teorioiden kanssa.

Niiltä osin kuin terapeuttinen valta perustuu psykologiselle tutkimustiedolle, terapeuttisen vallan käytännöissä tunnutaan oletettavan, että psykologinen tieto on suoraan sovellettavissa

ihmisten tai yhteiskuntien ongelmien ratkaisuun. Psykologian tutkimustuloksia ihmismielestä, käyttäytymisestä ja päätöksenteosta onkin totuttu ongelmattomasti yleistämään kontekstiin kuin kontekstiin aina yrityselämästä perhe-elämään ja lifestyle-journalismista vankilaympäristöihin. Vessosen lähestymistapa tarjoaa mielestäni kuitenkin mahdollisuuden kritisoida tällaista oletettua psykologian ”epistemologista mataluutta” ja oletusta psykologisen tiedon suorasta sovellettavuudesta.

Psykologian epistemologisen mataluuden kritiikki tulee mahdolliseksi kurkistamalla sinne, mihin terapeuttisen vallan tutkijat jättävät metodologisista syistä kurkistamatta, eli tarkastelemalla normatiivisesti psykologian tieteellistä ydintä. Tarkempi paneutuminen psykologian tutkimusmenetelmiin ja mielen mittaamiseen paljastaa psykologiseen tutkimukseen sisältyvän epävarmuuden ja auttaa arvioimaan tutkimustiedon soveltamisen rajoja. Voidaankin siis väittää, että mielen mittaamiseen perustuva tieto on epistemologisesti ”korkean kynnyksen” eikä ”matalan kynnyksen” tietoa. Mielen mittaaminen on ”vain” tiedettä kaikkine epävarmuuksineen ja Vessosen mukaan ”mittaustulosten ja niiden pohjalta tehtävien päätösten välille jää epävarmuuden täyteinen kuilu” (161).

Epävarmuus juontaa juurensa paitsi tieteseen kuuluvasta yleisestä induktiivisesta epävarmuudesta ja mittausrvirheistä ja käytettyjen tilastolisten mallien ominaisuuksista, mutta myös siitä, että mieli on huomattavasti vaikeampi mittauskohde kuin monet luonnontieteiden mittaushkohteet (165). Päätöksentekoon kuuluvia arvokysymyksiä psykometriikka ei myöskään kykene ratkaisemaan kuten ei mikään muukaan yksittäinen empiirinen tieteenala. Vaikka nämä kaikki rajanvedot ovat varmasti yleistasolla metodologisesti päivänselviä psykologian tutkijoille, tarvittava koekasetelmien, mittaustulosten ja tilastollisen analyysin rajoitteiden pohdinta ei aina sisälly psykologian tutkimustulosten yleistämisen tosiasiallisiin käytäntöihin edes tutkimusjulkaisuissa⁵.

Tieteellisestä näkökulmasta mielen mittaamisen työkalut ja teoriat eivät

siis voi mitenkään antaa tukea usein esiintyvälle toiveelle siitä, että psykologia ja sen testausmenetelmät paljastavat varmoja tai olemuksellisia totuuksia ihmismielestä⁶, joiden avulla hallita esimerkiksi työyhteisöjä. Sen ymmärtäminen, että työpaikalla toteutettu hyvinvointikysely mittaa hyvinvointia vain tietyllä tavalla käsitteellistettynä, tekee mahdolliseksi sen, että yksilö tai työyhteisö voi myös irtisautua tästä tietyllä tavalla käsitteellistetyistä hyvinvoinnista. Mikään kysely ei kerro koko kuvaa inhimillisestä hyvinvoinnista eikä hyvinvointikeskusteluiden yhteiskunnallinen laajuus itsessään anna eettistä perustelua sille, miksi hyvinvoinnin eri muotoja olisi pidettävä tavoiteltavina tai miksi hyvinvointia ylipäänsä tulisi mitata eri tilanteissa.

Tieteelliseen kriittisyyteen perustuva terapeuttisen vallan kritiikki ei ole ainoa vastarinnan muoto, mutta se on joka tapauksessa varteenotettava. Tässä mielessä *Mielen mittarit* ja *Terapeuttinen valta* täydentävät toisiaan. *Terapeuttinen valta* paljastaa valtailmiön laajuuden, kun taas *Mielen mittarit* paljastaa vallan sisään kätkeytyvän tiedon rajallisuuden. Näin *Mielen mittarit* antaa tiedollisen ja eettisen mahdollisuuden myös perustellusti kritisoida ja arvioida tietoa, joka yhteiskunnallisiin valtakäytäntöihin kietoutuessaan näyttäytyy vastaansanomattomalta.

Viitteet & Kirjallisuus

- 1 Michel Foucault, *Power/Knowledge*. Toim. Colin Gordon. Harvester Wheatsheaf, London 1980, 109.
- 2 Ks. David Bloor, *Knowledge and Social Imagery* (1976). The University of Chicago Press, Chicago 1991, 7.
- 3 Elina Vessonen, *Representing and Constructing. Psychometrics from the Perspectives of Measurement Theory and Concept Formation*. Diss. University of Cambridge, Cambridge 2019. Verkossa: doi.org/10.17863/CAM.36695
- 4 Ks. Nikolas Rose, *Inventing Ourselves. Psychology, Power and Personhood*. Cambridge University Press, Cambridge 1996.
- 5 Ks. Tal Yarkoni, The Generalizability Crisis. *Behavioral and Brain Sciences*. Vol. 45, e1, 2022.
- 6 Rose 1996, 93.