

Milja Littow

## **Syömisestä häiriintynyt kulttuuri**

- kulttuurisia tapoja tulkita syömishäiriöitä, syömistä ja syömättömyyttä -

Pro gradu -tutkielma  
Oppiaineena Taidekasvatus  
2012-05-25

Jyväskylän yliopisto  
Taiteiden ja Kulttuurin tutkimuksen laitos  
Jyväskylä

## JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

<b>Tiedekunta - Faculty</b> Humanistinen tiedekunta	<b>Laitos - Department</b> Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos
<b>Tekijä - Author</b> <u>Milja</u> Marleena Littow	
<b>Työn nimi - Title</b> Syömisestä häiriintynyt kulttuuri - kulttuurisia tapoja tulkita syömishäiriöitä, syömistä ja syömättömyyttä	
<b>Oppiaine - Subject</b> Taidekasvatus	<b>Työn laji - Level</b> Pro gradu -tutkielma
<b>Aika - Month and year</b> Toukokuu 2012	<b>Sivumäärä - Number of pages</b> 104
<b>Tiivistelmä - Abstract</b>  <p>This Pro-gradu thesis is a research about eating disorders and more widely about bingeing and dieting in our current Western culture. Eating disorders and the problematic relationship between women and food has become more common in our culture. Nowadays media is filled with food programs and commercials where women are shown to have certain obsessive relation with food.</p> <p>The base of this study is in cultural sciences but the discovery of the subject itself is multidisciplinary. Culture itself is viewed as something which defines, re-defines and shapes our understanding about food, accepted and idealized representations of female body and healthy ways of living. The meanings of wanted or non-wanted female bodies are viewed as symbolic and being linked to culture and time.</p> <p>Eating disorders, bingeing and dieting in this study are understood as a part of our culture; they are linked deep to our western cultural heritage. Bingeing and dieting exist more widely than just inside the disordered medical point of view. They are also accepted ways of being and acting in our context of everyday life.</p> <p>The data of this study is based on multidisciplinary literature and different discourses linked to female body, eating disorders and eating. Discourses under examination vary from medical science and psychology to philosophy and women's studies. All these interpretations have something to give to wider cultural analysis about women's eating and dieting but in themselves they always leave something in darkness. These discourses also manage to produce certain ways to deal with and react to women's problematic eating.</p> <p>There is a need of redefining female body outside the cultural disordered food/body discourse. Female body is also sentient and open to other definitions which are not so deeply connected to food, health and beauty.</p>	
<b>Asiasanat - Keywords</b> Pro-Gradu, taidekasvatus, kulttuurintutkimus, terveystieteologia, syömishäiriöt, anoreksia, bulimia, ruoka, ruumiillisuus ja diskurssi.	
<b>Säilytyspaikka - Depository</b> Tutkielma löytyy digitaalisena versiona Jyväskylän yliopiston kirjaston tietokannasta	
<b>Muita tietoja - Additional information</b>	

# SISÄLLYSLUETTELO

1 JOHDANTO.....	5
2 AIHEEN RAJAUS, KÄYTETYT MENETELMÄT JA KÄSITTEISTÖ.....	8
2.1 Aiheen rajaus.....	9
2.2 Tutkielman menetelmät ja tutkimuskysymys.....	11
2.3 Kulttuuri ja kieli.....	13
2.4 Sosiaaliset konstruktiot kulttuurisen todellisuuden rakentajina.....	15
2.5 Kulttuuriset syömishäiriöiden diskurssit ja merkitykset.....	17
2.6 Syömisen häiriötulkinnan taustaa.....	19
2.7 Tulkintojen välimaastossa.....	20
3 NÄKÖKULMIA SYÖMISHÄIRIÖIHIN.....	24
3.1 Tyypillinen länsimainen taudinkuva.....	24
3.1.1 Tautiluokitukset ja diagnoosit.....	26
3.1.2 Laihuushäiriön diagnoosi.....	26
3.1.3 Ahmimishäiriön diagnoosi.....	28
3.1.4 Hoitoennuste ja kuntoutus.....	29
3.2 Naisen oireileva ruumis ja mieli.....	30
3.2.1 Itsestä ja muista vieraantuminen.....	32
3.2.2 Vääristyneet perhesuhteet syömishäiriön taustalla.....	34
3.3 Syömishäiriön sisäinen diskurssi.....	36
3.3.1 Oikeus omaan ruumiiseen – pro anoreksia ja pro bulimia.....	38
3.4 Naisruumiin erityinen kulttuurihistoria.....	42
3.5 Ruumiin kokemus ja fenomenologinen peili.....	47
3.6 ”Syömishäiriöiden salainen kieli” ja Montreaux-hoitometodi.....	49
3.6.1. Montreaux-Metodi.....	51
3.6.2 Jatkuva kielteisyyttä.....	54
3.7 Tulkintoja syömishäiriöistä.....	56
4 NAINEN JA RUOKA.....	63
4.1 Paradoksaali terveysihanne.....	65
4.2 Tunnepitoinen ruoka.....	66
4.3 Syömisen häpeä ja kieltäytymisen ylpeys.....	68
4.4 Naisen ja ravinnon suhde.....	72
4.5 Ruoan representaatiot.....	73
5 NAISRUUMIIN PINNALLA.....	77
5.1 Oleva ja elävä ruumis.....	79
5.2 Lihan merkityksistä.....	81
5.3 Laihuuden kulttuuri.....	83
5.4 Ruumiin plastisuus.....	87
5.5 Lihava ruumis.....	88

6 PÄÄTÄNTÖ.....	92
KIRJALLISET LÄHTEET: .....	98
MUUT LÄHTEET.....	103

## 1 JOHDANTO

Länsimaisen kulttuurin kasvatteina törmäämme jatkuvasti mielipiteisiin, mainoskuvastoihin, keskusteluihin ja televisio-ohjelmiin, jossa ihmisen ruumiillista kuvaa pyritään muokkaamaan tavoittelemalla hyväksytympää ja ideaalia olemisen muotoa oman kehonhallinnan kautta. Nämä ideaalit ruumiillisen olemisen ja elämisen muodot ikään kuin loistavat ja houkuttelevat meitä puoleensa kuvitteellisilla sädekehillä. Kukapa ei haluaisi uskoa ja toivoa parempaa elämää, mutta kysymys siitä saavutetaanko se ideaalin tavoittelun kautta, laihduttamalla ja syömällä terveellisesti, vaatii mielestäni syvällisempää kulttuurianalyttistä tarkastelua.

Kulttuurimme kantaa mukanaan juonteita ja uusintaa jatkuvasti merkityksiä ruoasta, ruumiin koosta, kehonkuvasta ja painonhallinnasta. Nämä merkitykset ovat pitkälti historiallisia, mutta ne muuttuvat myös ajan mukana. Ruumiin muokkaamisen historiaa tunnetaan jo muinaisen Egyptin ja antiikin ajoilta, ja nykyaikana se on löytänyt tiensä leikkauspöydille, kuntosaleille, ja ennen kaikkea lautasillemme. Ravinnonsaannin ja mielen linkityksiä on esiintynyt hengellisen elämän piirissä paaston muodossa kautta aikain tietyn ruokavalion noudattamisena, kuten esimerkiksi joissakin joogan ja kasvisyönnin muodoissa tai erilaisissa uskonnollisissa yhteyksissä. Ruokaan, ruumiinkuvaan ja syömiseen liittyy paljon symbolisia merkityksiä, joiden syvempi tarkastelu paljastaa piirteitä länsimaisesta kulttuurista ja kulttuurimme suhteesta ihmisen ravintoon ja kehoon. Tämänlainen tarkastelu auttaa lisäksi ymmärtämään syömis”häiriöitä”, laajemmin sanottuna ahmimista ja syömättömyyttä, osana kulttuuriamme ja kulttuurihistoriaamme.

Aiheenvalintani tarkentui vähitellen syömishäiriöiden kulttuurisuuden tarkasteluun. Muutaman sattuman ja mutkan kautta päädyin työskentelemään syömishäiriöisten nuorten ja aikuisten pariin. Kohdatessani oireilua ja perehtyessäni perusterveydenhuollon tapaan hoitaa ja tulkita syömishäiriöitä

minulle pikkuhiljaa selkeni, että haluan tarkastella oireilua tuottavia ja ylläpitäviä kulttuurisia tekijöitä. Oireilun kohtaaminen ei ulotu pelkästään hoitotyössä tapahtuvaan sairauden kohtaamiseen tai diagnostisiin selityksiin, vaan kulttuurissamme vaikuttaviin laajempiin tekijöihin, jotka nivoutuvat aikamme kauneusihanteisiin, terveydentavoitteluun ja elämäntyyliin.

Syömishäiriöitä on yleensä lähestytty ja tutkittu lääketieteellisessä ja psykologisessa viitekehyksessä. Omana diagnostisena sairautenaan syömishäiriöitä alettiin tunnistaa Isossa-Britanniassa 1800-luvun loppupuolella Sir William Withey Gullin toimesta<sup>1</sup>. Sitten syömishäiriöitä ja poikkeavaa syömiskäyttäytymistä on tarkasteltu etenkin psykopatologian ja lääketieteen näkökulmista. Lääketieteellisellä diskurssilla on ollut myös oma vahva historiallinen roolinsa syömishäiriöiden tuottajana ja määrittelijänä, sillä se on rakentanut tietynlaista tulkintaa syömishäiriöistä ilmiöinä.

Tarkastelen syömishäiriöitä, sekä syömistä ja syömättömyyttä monitieteellisistä näkökulmista käsin. Pidän mielekkäänä sitä dialogia, joka syntyy perinteisen länsimaisen lääketieteellisen ja toisaalta kulttuuriteoreettisen näkökulman välille, kun puhutaan syömishäiriö-käsitteen avaamisesta ja sen syiden tarkastelusta. Syömishäiriöt ovat pitkään tunnettu oireyhtymä ja sitä sairastavat etenkin nuoret naiset. Tutkimuskohteena syömishäiriöt ovat ajankohtaisia, ja valitettavasti on todettava että syömishäiriöistä kärsivien määrä on prosentuaalisesti vain kasvanut aina 1960-luvulta lähtien<sup>2</sup>. Työn alkupuolella painopiste on enemmän häiriötulkinnan sisällä siirtyen kahdessa viimeisessä kappaleessa tarkastelemaan syömishäiriöihin, syömiseen tai syömättömyyteen kiinnittyvää elämäntyyliä, eli ruokaa ja ruumiillisuutta.

---

<sup>1</sup> Hepworth, Julia (1999). S. 1-11.

<sup>2</sup> Syömishäiriöliitto Sylin Internet-sivut.

Työssäni teoreettiset näkökulmat avaavat erilaisia ikkunoita syömishäiriöiden ymmärtämiseen ja katsovat samaa ilmiötä eri puolilta. Näkökulmat nousevat erilaisista diskursseista ja kuuluvat erilaisiin tieteellisiin selityspеринteisiin. Tuon tarkastelussani esille eniten kulttuurintutkimuksellista näkökulmaa, mutta myös filosofisella, psykologisella ja lääketieteellisellä perinteellä on jotain annettavaa. Kaikki nämä selitysmallit ovat kulttuurisia, aivan kuten ilmiö jota ne pyrkivät selittämään. Yksilöpsykologisia seikkoja korostavat psykologinen ja lääketieteellinen näkökulma. Kulttuurisia tekijöitä kuten ruokaa, ruumiillisuutta tai terveyttä korostetaan yhteiskuntatieteellisissä selityspеринteissä. Syömishäiriöt ovat kulttuurisia ilmiöitä ja tarttumapintaa länsimaiseen kulttuuriin löytyy tarkastelemalla ruumiillisuutta, laihuutta ja ruokaa. Nämä ovat niitä ilmiöitä, joissa ahmiminen tai syömättömyys konkretisoituu.

Työni lähtökohtana on ollut ajatus siitä, että kulttuurissamme täytyy olla jotakin sellaista, joka mahdollistaa ja sallii syömishäiriöiset oireilut, sillä ilmiönä syömishäiriöt ovat lisääntyneet länsimaisen kulttuurin sisällä runsaasti aina 1960-luvulta lähtien.

## 2 AIHEEN RAJAUS, KÄYTETYT MENETELMÄT JA KÄSITTEISTÖ

Syömishäiriöiden, ahmimisen ja syömättömyyden tutkiminen on ollut mielekästä ja ajatuksia herättävää työtä. Hetkittäin tasapainottelu syömishäiriöiden hoitotyön ja tutkivan kirjoitustyön välillä on ollut uuvuttavaa. Haastavinta kirjoittamisessa on ollut tekstien ja tulkintojen kanssa vuoropuheluun asettuminen.

Työskentelyn alkuvaiheessa lähdin tarkastelemaan Kanadalaispsykologi Peggy Claude-Pierren syömishäiriönäkökulman innoittamana syömishäiriöitä kielenä ja puheena. Hän käsittää syömishäiriöt kielteisen minäkuvan kautta, jolloin toipuminen mahdollistuu tuon kielteisen ja negatiivisen minän häivyttämisen kautta. Sittemmin totesin, että hänen tulkintatapansa kytkeytyy narratiiviseen terapiasuuntaukseen, jossa syömishäiriö puheen ja kielen tasolla ”ulkoistetaan”, millä saadaan etäisyyttä tuhoisien sairausimpulssien ja terveemmän minuuden osien välille<sup>3</sup>. Tämä kielellinen syömishäiriöiden tarkastelu johdatteli minut tarkastelemaan syömishäiriöitä laajempien kulttuuristen häiriödiskurssien kautta, jotka kuitenkin tuntuivat riittämättömiltä ja keskenään myös ristiriitaisilta. Diskurssien yläpuolelle pääseminen, siten että niitä katsoisi sitoutumatta niihin liikaa, on hyvin haastavaa. Samalla oma tutkimuksellinen positio helposti hämärtyy. Häiriönäkökulmien jälkeen kulttuurisen ruokasuhteen tarkastelu ja ruumiin paikantaminen tuntui antoisalta ja toi toisenlaista ulottuvuutta kirjoittamiseen. Myöhemmin mietitytti, että ehkä ruokaa ja ruumista olisi voinut tarkastella myös ennen häiriönäkökulmia, mutta lopulta päädyin nykyiseen rakenteeseen, sillä tällä tavoin ”sairaus”näkökulma tuntui saavan enemmän etäisyyttä psykiatriseen ja kovin hallitsevaan lääketieteelliseen diskurssiin. Käytän syömishäiriö-sanana yhteydessä usein

---

<sup>3</sup> Hepworth, Julie (1999). S. 112–115.



lainausmerkkejä, ja tässä tarkoitukseni on kyseenalaistaa ja ottaa etäisyyttä lääketieteellisiin häiriö- ja sairausluokituksiin.

## 2.1 Aiheen rajaus

Pro-gradu työssäni tarkastelen syömishäiriöitä sekä häiriötulkinnan sisällä että ahmimista ja syömättömyyttä kulttuurin laajemmassa kontekstissa. Kyseessä on teoreettinen ja aineistolähtöinen tutkimus. Tarkastelun keskiössä ovat yhteiskuntatieteistä ja kulttuurintutkimuksesta nousevat näkökulmat ja teoreettiset lähestymistavat. Painotus työssäni on syömishäiriöiden erilaisissa kulttuurisissa ja terveystieteellisissä tulkinnoissa. Rajaudun työssäni myös painottamaan naiseutta, naisruumiin erityisyyttä ja siihen liittyvää syömisen ongelmallisuutta. Aineistoa valikoidessani pyrkimykseni oli nostaa esille erilaisia teoreettisia näkökulmia syömishäiriöihin, mutta myös tarkastella, mitä merkityksiä ahmimiseen ja syömättömyyteen liittyy. Tarkastelemani näkökulmat edustavat erilaisia tieteellisen tarkastelun perinteitä, mutta pyrkimykseni ei ole kuitenkaan ollut niputtaa yhteen kaikkia mahdollisia tapoja tarkastella syömishäiriöitä. Nämä näkökulmat eivät ole ainoita mahdollisia selitystapoja, vaan muitakin tulkinnallisia viitekehyksiä olisi löytynyt. Työni rajautuu ensin häiriötulkinnan sisäisiin kulttuurisiin tarkastelun tapoihin siirtyen sitten tarkastelemaan enemmän syömishäiriöitä kulttuurisina ilmiöinä.

Kolmannessa luvussa käsittelen kuutta näkökulmaa syömishäiriöihin. Kolmas luku lähtee lääketieteen ja psykiatrian piiristä nousevasta kliinisestä oirekuvauksesta, siirtyen tämän jälkeen käsittelemään muita vaihtoehtoisia tulkintoja syömishäiriöiseen oireiluun. Olen tällä järjestyksellä pyrkinyt tuomaan esille mahdollista vastakkainasettelua diagnostisten ja toisaalta kulttuuria sekä naiseutta painottavien tarkastelutapojen välille. Nämä näkökulmat ovat valikoituneet myös edustamaan erilaisia syömishäiriöiden

tulkintatapoja. Kielen tasolla ne samalla asettuvat tiettyyn positioon suhteessa lääketieteelliseen syömishäiriöiden tulkintaan.

Ensimmäinen käsittelemäni näkökulma on psykiatrian puolelta. Se tuo esille yleistä syömishäiriöitä määrittelevää diagnostiikkaa, eli tautiluokituksia. Toinen, Noelle Caskeyn tulkinta, tuo esille enemmän psykoanalyttistä tarkastelua, joka pitää tärkeänä vääristyneiden perhesuhteiden merkitystä häiriöön sairastumisen taustalla. Caskey kuitenkin tarkastelee myös kulttuurista naisruumista ja naiseuden roolia, mikä laajentaa hänen näkökulmaansa psykiatrian ulkopuolelle. Kolmanneksi käsittelen syömishäiriöiden sisäistä tulkintatapaa tai diskurssia, pro-ana ja pro-mia liikehdintää, jotka tulkitsevat syömishäiriöt yksilön vapauden ja itsemääräämisoikeuden kautta. Tämä pro-syömishäiriö-näkökulma voidaan nähdä vastakulttuurin<sup>4</sup> käsitteenä, sillä se asettuu vastustamaan kliinistä diskurssia ja tuo esille yksilölle tärkeitä kokemuksia ja tunteita. Neljäs näkökulma on Susan Bordolta, amerikkalaiselta naistutkijalta. Bordo tulkitsee syömishäiriöitä kulttuuris-historiallisina rakenteina painottaen myös naiseuden erityisyyttä. Hän tuo näkökulmassaan esille samankaltaisia yhteiskuntakriittisiä lähtökohtia, joita kirjoitustyöni alkuvaiheessa asetin omalle tutkimuskysymykselleni. Viidentenä käsittelen kanadalaisen Peggy Claude-Pierren tulkintaa syömishäiriöistä negatiivisen mielen kautta. Claude-Pierren näkökulmassa on mielenkiintoista, miten se asettuu sisäisen ja kliinisen diskurssin välimaastoon, tarkastellen syömishäiriöitä sisäisen puheen ja kielteisen mielen kautta. Viimeisenä, eli kuudentena tuon esille Martina-Reuterin filosofista näkökulmaa anoreksiasta. Reuterin filosofisessa tarkastelussa korostuu ruumiin fenomenologia, eli intentionaalinen

---

<sup>4</sup> Vastakulttuuri muodostuu pienemmän sosiaalisen ryhmän kokonaisuudesta, joka eroaa ratkaisevasti kulttuurista ja alakulttuurista hyläten yleisesti hyväksytyt arvot ja normit ja tarjoaa niiden tilalle korvaavia järjestelmiä.

ruumiillisuus. Hän ei pyri palauttamaan ruumista lääketieteen tavoin objektiksi vaan hakee syömishäiriöiselle toiminnalle filosofisia perusteita.

Luvut viisi ja kuusi ovat kokonaisuuksia, joissa painottuvat kulttuuriset syömisen ja syömättömyyden ilmenemistavat. Näissä kappaleissa tuon esille diskursiivisia kokonaisuuksia, jotka nivoutuvat syömis”häiriöissä” vaikuttaviksi taustatekijöiksi. Luvussa viisi käsittelen naisen suhdetta ruokaan ja luku kuusi puolestaan tarkastelee ruumiillisuutta ja sen kulttuurisia konteksteja. Nämä viimeiset luvut keskittyvät tarkastelemaan joko ravintoon tai ruumiiseen liittyviä tulkintoja ja tuovat esille monitieteistä tarkastelua syömiseen tai syömättömyyteen ihmis- ja yhteiskuntatieteiden parista.

## **2.2 Tutkielman menetelmät ja tutkimuskysymys**

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteistä pohjautuvat kulttuurin tarkastelun tavat painottavat kielen merkitystä ympäröivän todellisuuden rakentumisessa. Pidin tätä tarkastelutapaa mielekkäänä lähtökohtana omalle tutkimukselleni, sillä halusin tarkastella syömishäiriöitä sekä ahmimista ja syömättömyyttä nimenomaan kulttuurisina ilmiöinä. Tutkimusfilosofinen käsitys todellisuudesta rakentuu siten ensisijaisesti kielellisessä kanssakäymisessä. Kulttuurin rakenteita tarkastelen sosiaalisen konstruktionismin näkökulmasta, jolloin syömishäiriöt voidaan asettaa tietynlaiselle kulttuuriselle jatkumolle. Syömis”häiriöt” nähdään nykyajassa etenkin mielenterveydellisinä häiriöinä, vaikka tämä niin sanottu poikkeava syömiskäyttäytyminen, neutraalimmin ahmiminen ja syömättömyys ovat olleet osa ihmisen elämänpiiriä erilaisissa muodoissaan hyvin pitkään. Ne ovat muuntuneet siten, että ne ilmenevät eri aikoina erilaisin tavoin.

Tutkimuksen metodisena työkaluna toimii väljästi diskurssianalyysi, jolloin on mahdollista kartoittaa ja tarkastella teorianmuodostukseen liittyviä puhetapoja. Kulttuurintutkimuksesta nouseva kielellinen ja diskursiivinen tutkimustraditio, johon työni paikannan, keskittyy tarkastelemaan kulttuurin valtasuhteita,

todellisuuden sosiaalista rakentumista sekä kielen että kulttuurin tasolla<sup>5</sup>. Tutkimusotteeni on ensisijaisesti kulttuurintutkimuksen piiristä nouseva, johon on hyödynnetty joitakin diskurssianalyysin piirteitä. Diskurssit toimivat työssäni kieltä avaavina ja sitä selittävinä tekijöinä. Siten en ole pyrkinyt puhtaaseen metodiseen diskurssianalyysiin vaan pitäydyn erilaisten näkökulmien tulkintojen tasolla.

Keskeisimpiä kysymyksiä tarkastelussani ovat: Minkälaisia kulttuurisiin diskursseihin ja tulkintaperinteisiin kytkeytyviä tekijöitä syömiseen tai syömättömyyteen häiriötulkinnan sisältä nousee esille? Miten kulttuuri rakentaa ja sallii syömis”häiriöistä” oireilua? Miten nämä erilaisista selityksiperinteistä nousevat tulkintatavat keskustelevat keskenään? Minkälaisissa kulttuurisissa ilmiöissä syömis”häiriöt” konkretisoituvat?

Lähdemateriaalini koostuu pääasiallisesti syömishäiriöitä käsittelevästä sosiologisesta ja lääketieteellisestä kirjallisuudesta, aihetta käsittelevistä eri tieteenalojen tutkimuksista ja artikkeleista. Olen pyrkinyt harjoittamaan aineistoani valikoidessani lähdekriittisyyttä. Suurin osa kirjallisesta aineistostani on kirjoitettu 2000-luvulla, mutta mukaan on valikoitunut myös vanhempaa kirjallista aineistoa, mikä mielestäni on rikastuttanut ja laajentanut työni näkökulmia ja omia käsityksiäni syömishäiriöistä. Esimerkiksi Noelle Caskeyn syömishäiriöitä käsittelevä artikkeli on peräisin vuodelta 1986. Hän tuo esille kulttuuris-biologista ja jungilaista näkökulmaa naisten syömishäiriöiseen oireiluun. Samanlaista näkökulmaa en ole uudemmista lähteistä löytänyt. Syömishäiriöiden sisäistä diskurssia käsittelevässä osassa olen etsinyt aineistoa myös internetin blogi-kirjoituksista. Tutkimuseettisistä syistä olen poistanut viitteet nuorten naiskirjoittajien blogi-sivustoille, koska olen halunnut suojella heidän yksityisyyttään, vaikka kyseessä ovatkin

---

<sup>5</sup> Alasuutari, Pertti (1994) s.46–54.

avoimeen julkiseen mediaan kirjoitetut (joskin hyvin henkilökohtaiset) katkelmat, joissa he kuvaavat omaa elämäänsä syömishäiriön kanssa.

Eri tiedeperinteistä nousevat syömishäiriöiden selitystavat sanallistavat syömishäiriöitä erilaisin merkitysvivahtein ja käsitesisällöin. Lääketieteellinen kieli pyrkii patologiseen oirekuvaukseen, kun taas sosiologisissa syömishäiriötulkinnoissa kielenkäyttö ja terminologia nousevat yhteiskuntatieteellisestä tutkimuksesta käsin. Olen kirjoittanut työtäni tietoisena näistä käsite-eroista, ja olen pyrkinyt avaamaan keskeisiä käsitteitä ja niiden erilaisia lähtökohtia tämän luvun viimeisessä kappaleessa. Olen pyrkinyt noudattamaan tieteellisen kirjoittamisen sääntöjä, suomenkielen seassa on myös englanninkielisiä lainauksia, sillä monet teokset lähdekirjallisuudestani ovat olleet alkukielellä. Olen noudattanut kulttuuritieteiden lainaustapaa, jolloin lainauksia käytetään yleensä alkuperäiskielellä. Olen myös halunnut säilyttää alkuperäiskielen, sillä kääntäessä lainauksia menettää samalla osan niiden merkitysisällöistä.

### **2.3 Kulttuuri ja kieli**

Kulttuurintutkimuksen piiristä lähtevä tarkastelun ja tulkinnan tapa toimii työni laajempänä viitekehyksenä. Kulttuurintutkimusta on perinteisesti sovellettu suomalaisessa tutkimustraditiossa etenkin ihmistieteissä. Syömishäiriöiden tarkasteluun tämä viitekehys sopii, kun pyrkimyksenä on ilmiön kulttuurinen tarkastelu. Taustalla on tällöin pyrkimys ymmärtämiseen, jossa ei ole tarkoitus löytää universaaleja lainalaisuuksia, vaan selittää ilmiötä paikallisesti. Kulttuurintutkimuksen piirissä kulttuurisia käytänteitä tai erilaisia ilmiöitä ei ajatella yhteiskunnasta erillisenä maailmana, vaan niitä tarkastellaan erityisesti siltä kannalta, miten ne nivoutuvat valtasuhteisiin <sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> Alasuutari, Pertti (1994) s.46–47.

Kulttuuri on käsitteenä varsin ristiriitainen ja moniselitteinen, mikä liittyy keskeisesti ihmisen ja tämän ympäristön väliseen suhteeseen. Se saa tulkinnasta ja näkökulmasta riippuen varsin erilaisia merkityksiä taiteista ja kulttuuriharrastuksista aina etnisyyteen ja niin edelleen. Itse puhun tämän työni osalta kulttuurista, joka ymmärretään laaja-alaisesti, eli kulttuuri sisältää elämän, jota me elämme ja joka on siten jatkuvasti läsnä<sup>7</sup>. Ilmiöt, yhteisöt, kieli, taide erilaisine ilmaisutapoineen ja sen välittämät merkitykset liittyvät myös kulttuuriin. Kulttuuri ulottuu käsittämään myös erilaisia elämäntapoja joista terveellinen syöminen eräänä esimerkkinä. Tarkastelussani painottuu kielen merkitys todellisuuden muokkaajana. Kieltä tarkastellaan tällöin merkitysvälitteisenä toimintana, joka viestittää ja muokkaa sosiaalista todellisuutta<sup>8</sup>.

Kulttuurisen ja kielellisen tarkastelun yhteydessä etenkin diskurssin käsite muodostuu keskeiseksi. Menetelmänä diskurssianalyysi on varsin kirjava ja eri tieteistä nousevat traditiot käsittävät diskurssin eri tavoilla. Työni viitekehyksessä toimii yhteiskuntatieteistä nouseva diskurssianalyttinen traditio. Diskurssit ymmärretään ensisijaisesti merkityssysteemeinä, tapoina rakentaa tietoa ja sosiaalisia käytänteitä<sup>9</sup>. Diskursseihin liittyy aina kysymys siitä, miten eri toimijat tekevät ymmärrettäväksi asioita kielenkäytöllään. Diskurssien taustalla on ajatus siitä, että samaakin ilmiötä on mahdollista tehdä ymmärrettäväksi erilaisin perustein, joten oletusta yksiselitteisestä totuudesta ilmiöiden taustalla pidetään puutteellisena. Diskurssilla tässä yhteydessä tarkoitetaan verrattain eheää merkityssuhteiden kokonaisuutta tai merkitysulottuvuutta, jonka ajatellaan rakentavan todellisuutta tietyllä tavalla. Diskurssi on siis eräänlainen selitystapa taikka selityksen malli, ja

---

<sup>7</sup>Alasuutari, Pertti (1994) s.47-49.

<sup>8</sup> Suoninen, Eero (1999) s.17.

<sup>9</sup> Luukka, Minna-Riitta (2000) S. 134.

kielenkäyttäjinä olemme aina "sisällä" oman aikakautemme edustaman kulttuurin merkityksellistämisen tavoissa. Diskursseihin kytkeytyy myös piilotettua vallankäyttöä ja ne ovat hierarkkisessa suhteessa toisiinsa nähden. Erilaisten diskurssien tarkastelu voi kuitenkin havainnollistaa jotain olennaista sosiaalisen todellisuuden rakentumisesta purkaessaan dikotomiaa yksilön ja hänen sosiaalisen ympäristönsä välillä.<sup>10</sup>

Diskurssit tuottavat sisältöjä aina myös käyttäjien tietämättä. Tekstit tai diskurssit eivät niinkään kuvaa kohdettaan vaan pikemminkin muodostavat jonkinlaisen version asioista<sup>11</sup>. Diskursiivisessa tarkastelussa itse puhumisen tai kirjoittamisen tapa on tarkastelun kohteena. Tällöin kysytään kuka puhuu ja kenelle, minkälaisia suhteita tekstissä muodostuu lukijan ja kirjoittajan ja käsitellyn asian välille, mikä on kielellinen tyyli ja mihin sillä pyritään, mitkä asiat toistuvat ja mitkä ovat ristiriidassa keskenään.

#### **2.4 Sosiaaliset konstruktiot kulttuurisen todellisuuden rakentajina**

Todellisuutemme voidaan ajatella rakentuvan merkitystulkkinnoista ja tulkintasäännöistä, joita ihmiset todentavat eläessään. Nämä merkitysrakenteet eivät yksisuuntaisesti käytä ihmistä, vaan todentuvat siten, että maailmaa jäsentäessään ja siinä toimiessaan ihmiset käyttävät ja soveltavat merkitysjärjestelmiä, kulttuurisia jäsennyksiä, malleja, skeemoja tai tulkintarepertuaareja.<sup>12</sup> Todellisuuden sosiaalisten rakenteiden tarkastelussa kielen ja sen merkitysten rooli korostuu. Kielenkäyttöä tarkastellaan tekemisenä, ja ihmisten voidaan ajatella olevan aina kieltä käyttäessään

---

<sup>10</sup> Suoninen, Eero (1999) s. 17–32.

<sup>11</sup> Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998) S.198.

<sup>12</sup> Alasuutari, Pertti (1994) s.51 ja 63.

osallisina, eli uusintamassa tai muuntamassa, sitä kulttuurin virtaa, jonka tarjoamilla välineillä kunakin aikakautena ilmiöitä tehdään ymmärrettäviksi.<sup>13</sup>

Sosiaalinen konstruktionismi tutkimuksellisenä viitekehyksenä ulottuu tarkastelemaan myös ruumiin ja sukupuolen kysymyksiä. Etenkin naistutkimuksen puolella sukupuolta ja kehoa on tarkasteltu valtakurssien, performatiivisuuden, representaation ja sosiaalisen konstruktion kautta.<sup>14</sup> Terveystieteiden piirissä on tarkasteltu, miten sukupuoli ja terveys kietoutuvat yhteen.<sup>15</sup> Tämä kysymyksenasettelu linkittyy myös omaan työhöni. Syömishäiriöiden yhteydessä kysymys sukupuolesta nousee mielekkääksi ja merkitykselliseksi, sillä häiriöissä määrällinen painopiste on naisten oireilussa. Naistutkimus liittyy sellaisen sosiaalisen konstruktionismin perinteeseen, joka korostaa yhteiskunnan merkitystä yksityisiltä tuntuissa kokemuksissa, varsinkin ruumiillisissa, kuten esimerkiksi syömishäiriöissä.<sup>16</sup> Selitysmallit, jotka palautuvat pelkkään biologiaan ja yksilöön, ovat yksinään riittämättömiä. Nämä tarvitsevat rinnalleen myös sosiologista ja kulttuuria käsittelevää tulkintaa.

Sosiaaliskonstruktionistisessa viitekehyksessä ihmisen ruumiillisuudella on tärkeä sija. Sosiologiassa ruumiiseen liitetyt merkitykset ovat 1960-luvulta lähtien siirtyneet tuottavasta ruumiista kohti nautiskelevaa ja kokevaa ruumista tai ruumiillisuutta. Tässä painopisteen vaihtumisessa taustalla vaikuttaa arvojen muutos ja nykyruumis arvottuu minuuden, yksilöllisyyden ja kokemisen ulottuvuuksilla enemmän kuin aikaisemmin. Ruumista voidaan ajatella myös representoinnin eli esittämisen kautta. Sen ei ajatella olevan

---

<sup>13</sup> Suoninen, Eero (1999) s.17–19.

<sup>14</sup> Heinämaa, Sara; Reuter, Martina; Saarikangas, Kirsi (1997) s.7-10.

<sup>15</sup> Helén, Ilpo (2000) s.165–169.

<sup>16</sup> Oinas, Elina (2000) s.127–129.



lukittu vain tiettyihin merkityssisältöihin, kuten pelkkään biologiaan, vaan ruumiin voidaan ajatella olevan avoin ja prosessinomainen. Ruumiit kantavat kulttuurisia symboleja ja niitä voidaan luokitella arvojärjestyksiin ulkoisin perustein. Ruumiin tai ruumiillisuuden keskeisyyttä selventää myös ajatus siitä, että kaikki kulttuuristen ja sosiaalisten merkitysten muodostuminen on perustavasti ruumiillistumista. Kun ruumista ajatellaan sosiaalisesti konstruoituneena, biologian ei ajatella ensisijaisesti määrittävän ruumiillisuutta, vaan painotetaan sitä, miten sosiaalinen vuorovaikutus, suhteet, merkitykset ja instituutiot muodostavat "todellisuuden", joka antaa biologiselle ainekselle muodon ja määrää sen miten ruumiillisuus toteutuu.<sup>17</sup> Sosiologi Ilpo Heléniä lainaten "sosiaalinen rakentuminen viittaa sekä ruumiillistumisen ja ruumiin muovautumisen *prosesseihin* että prosessien tuotoksiin eli ruumiisiin *konstruktioina*"<sup>18</sup>.

## 2.5 Kulttuuriset syömishäiriöiden diskurssit ja merkitykset

Miten kulttuuriset merkitykset syömisestä ja syömättömyydestä rakentuvat ja muotoutuvat ja mitä jää diskurssien tarkastelun tai häiriöluokituksen ulkopuolelle? Syöminen ja syömättömyys näyttäytyvät kulttuurisessa keskustelussa eri tasoilla. Nämä erilaiset puhumisen tavat tai diskurssit ovat sisäisiä, jolloin ne liikkuvat henkilökohtaisella ja koetun ruumiillisuuden tasolla, tai ulkoisia, jolloin ne pyrkivät ulkopuolelta käsin selittämään ja luokittelemaan ilmiötä ja sen oireita. Tarkasteluni kohteena ovat myös nämä puhumisen ja kielen erilaiset muodot, jotka ovat ilmaisia, sekä julkisia että piilotettuja.

Erilaisista tiedeperinteistä nousevat diskurssit juurtuvat oireiden, ruumiillisuuden ja ravinnon tasoille, mutta oman diskurssinsa muodostavat

---

<sup>17</sup> Helén, Ilpo (2000) s.156–166.

lisäksi myös ilmiön sisäiset narratiivit eli henkilökohtaiset tarinat elämästä syömishäiriöiden kanssa. Karkeasti näitä erilaisia diskursiivisia juuria voisi jaotella kolmeen erilaiseen perheeseen. Lääketieteellinen ja psykologinen diskurssiperinne pyrkii kuvailemaan, selittämään ja luokittelemaan syömishäiriöitä. Tässä diskurssissa näkyy puhe oireista ja niiden psykopatologiasta, joka pyrkii yleistämään syömishäiriöitä sairastavien persoonallisuustekijöitä, tunne-elämän häiriöitä tai syitä, jotka aiheuttavat ja altistavat sairastumista. Toinen selkeästi oma diskursiivinen perheensä on ruumiin ja ravinnon tasolla liikkuva diskurssi. Tämä diskurssi linkittyy erilaisiin elämisen tapoihin, yhteiskuntaan ja yhteisöllisiin elämisen muotoihin, mutta myös subjektiin ja sukupuoleen. Esimerkkejä tästä näkyy etenkin populaarikulttuurissa laihuuden ihannoitina, kehon muokkauksena, kiinnostuksena muotiin ja trendeihin sekä ihmisen suhteena ravintoon. Kolmantena diskursiivisena kokonaisuutena voidaan nähdä syömishäiriön sisäinen diskurssi, eli kaikki eletyt ja koetut kokemukset ja tarinat syömishäiriön kanssa elämisestä ja syömis”häiriön” kyseenalaistamisesta.

Nämä erilaiset diskursiiviset juonteet eivät ole tarkkarajaisia, vaan ne näkyvät erilaisina kielellisinä ilmauksina ja kannanottoina, ja ovat jatkuvassa vuoropuhelussa keskenään. Lääketieteellinen ja kliininen diskurssi palvelee pitkälti perusterveydenhuoltoa ja edesauttaa oireiden tunnistamista sekä ihmisten hoitoonpääsyä. Tämä kliininen diskurssi tarvitsee kuitenkin myös kritiikkiä ja heijasteleekin nykykulttuurimme (yli)lääketieteellistymistä eli medikalisaatiota<sup>19</sup>. Lääketieteelliset tulkinnat ja kliininen kieli tulkitaan usein neutraalina, vaikka ne sisältävät voimakkaita painotuksia ja häivyttävät kokevan ihmisen oireidensa taustalle. Vastakaikua tälle tulkinnalle löytyy

---

<sup>18</sup> Helén, Ilpo (2000) s.166.

<sup>19</sup> Medikalisaatio eli kulttuurin lääketieteellistyminen ja diagnosoituminen ks. Esim. Lauri Rauhala (2000).

syömishäiriöiden sisäisestä diskurssista, arkeen ja omaan ruumiiseen kiinnittyvistä puheenvuoroista, joiden tavoitteena on voimakkaasti tuoda esille omaa henkilökohtaista ääntä. Ne kertovat ihmisistä, jotka eivät koe olevansa pelkkiä diagnooseja, vaan elävät jatkuvasti kamppailen kehoaan vastaan ja tunnustuksenomaisesti kertovat blogeissa arkisesta elämästään.

Yhteiskuntatieteistä nousevat tutkimukset ja selittämisen tavat painottavat kulttuurin ja ajassa tietyiksi muotoutuneiden historiallisten kehityskulkujen merkitystä syömishäiriöiden esiintymisessä. Naistutkijat kuten Susan Bordo ja Naomi Wolf tuovat esille naissukupuoleen ja naisruumiiseen sitoutuvaa erityisyyttä ja kritisoivat valtakulttuurin tapaa ihannoida laihuutta ja stereotypisoida naisruumista. Naistutkija Hannele Harjunen tarkastelee laihuuden sijaan naisruumista lihavuuden kautta ja peräänkuuluttaa lihavuutta yhtenä mahdollisena sallittuna ruumiissa elämisen ja olemisen muotona. Yhteiskuntakriittistä näkökulmaa syömishäiriöihin tarjoaa suomalaistutkija Anne Puuronen, joka kritisoi nyky-yhteiskuntaa liiallisesta terveyden ihannoinnista. Hän painottaa muun muassa sitä, etteivät anoreksia ja syömishäiriöt ole yksitulkintaisia, sillä kaikille syömishäiriöisille yhteistä elämisen tapaa ei ole olemassa<sup>20</sup>.

## 2.6 Syömisen häiriötulkinnan taustaa

Syömishäiriöiden kulttuurisen tarkastelun yhteydessä myös ”häiriön” käsite tulisi ymmärtää historiallisesti ja kulttuurisesti rakentuneena. Ennen kuin poikkeavaa syömiskäyttäytymistä tai itsensä nälkiinnyttämistä luokiteltiin omaksi diagnostiseksi sairaudekseen, on ilmiö sinänsä ollut olemassa, myös ei-länsimaisten kulttuurien keskuudessa. Tässä yhteydessä haluan puhua kulttuurisista ilmiöistä, jotka liittyvät ahmimiseen tai syömättömyyteen, joita pidetään kuitenkin luonnollisempina ja sallittuina, eli ei-oireilevina. Ilmiön

taustalla eri historian aikakausina paljastuu usein tietty tavoiteltu esteettinen ruumiinihanne tai hengellisen puhdistumisen idea, jota kohti pyritään ruumiin orjuuttamisen kautta. Sekä anorektisesta että bulimistisista käyttäytymismalleista on löydetty viitteitä läpi länsimaisen historian. Ilmiötä esiintyy myös ei-eurooppalaisissa kulttuureissa, joten ahmimista ja syömättömyyttä ei voida leimata pelkästään länsimaisen kulttuurin ja sen historiaan kuuluviksi<sup>21</sup>.

Jo muinaisen Egyptin aikakaudella on tiettävästi harjoitettu rituaalinomaisia paaston aikakausia ja oksentamista ”lääkeaineita” hyödyntämällä. Antiikin aikana Rooman vauras luokka harjoitti ylensyöntiä järjestämällä ruokaorgioita, ja nämä ylensyöntijuhlat päättyivät nautitun ravinnon oksentamiseen. Varhaiskristillisessä Idässä harjoitettiin uskonnollisissa askeesia tavoittelevissa yhteisöissä anoreksian kaltaista itsensä nälkiinnyttämistä, jonka pyrkimyksenä oli hengellistyä ja irtautua tuon ajan hedonistisesta ja maallisesta kulttuurista. Varhaiskeskiajalla ei tiettävästi poikkeavaa syömiskäyttäytymistä esiintynyt, sillä ihmiset näkivät laajalti nälkää ja elivät ravinnon puutteessa. Myöhäisellä keskiajalla itsensä nälkiinnyttäminen taas nosti päätään etenkin nuorten uskonnollisten naisten keskuudessa. Heitä katolinen kirkko piti pyhimyksinä. Nälkiintymisen seurauksena nuoret naiset kokivat ekstaattisen tilan ja näkivät jumalallisia ilmestyksiä. Eräs tunnetuimpia pyhimyksiä pidettyjä naisia oli Katariina Sienalainen eli Siennan Catherine (1347–80).<sup>22</sup>

## 2.7 Tulkintojen välimaastossa

Eri tieteenaloilla syömishäiriöitä sekä syömistä ja syömättömyyttä määritellään ja selitetään erilaisten käsitteiden kautta. Olisi harhaanjohtavaa pitää käsitteitä

---

<sup>20</sup> Puuronen, Anne (2004) s.96–97.

<sup>21</sup> Miller, Merry & Pumariega, Andrés (2001) s.93-99.

yhdenmukaisina, sillä termien merkityssisällöt vaihtelevat tieteenalasta riippuen. Olen kuitenkin pyrkinyt tulkitsemaan näitä keskeisiä merkitysten välisiä vivahde-eroja kirjoittamalla auki toisiinsa liittyviä käsitteitä. Lähtöoletukseni kielestä on sellainen, että eri tiedeperheistä lähtevät selitysmallit voivat keskustella keskenään vaikka käsitteiden merkitysten välillä olisikin eroavaisuuksia. Esimerkiksi sosiaalinen konstruktionismi ja fenomenologinen maailmassa olemisen katsovat ruumista ja ihmisen elämää lähes vastakkaisista suunnista. Maailma nähdään joko ihmisten ja diskurssien tuotteena tai ihminen ymmärretään ruumiillisena olentona yhteenkietoutuneena maailman kanssa. Syömishäiriökontekstissa on tilaa erilaisille tulkinnoille, sillä pyrkimyshän on ymmärtää inhimillistä kärsimystä sekä sen sosiaalisia syitä ja seurauksia.<sup>23</sup>

Kielen tasolla eri diskursseissa erot näkyvät ensisijaisesti siinä, minkälaisena syömishäiriöitä sairastava henkilö kuvataan. Toimijuuden problematiikka on keskeinen tarkasteltaessa sitä, minkälainen käsitys ihmisestä eri diskursseissa peilautuu. Erot konkretisoituvat kielen tasolla mm. siinä, ymmärretäänkö ihmistä lainkaan toimijana, vai onko hän aktiivinen vai passiivinen toimija. Kulttuurin merkitystä korostettaessa ihminen saattaa typistyä ulkopuolisten vaikutteiden kautta passiiviseksi vastaanottajaksi, jolloin hänen sisäiset vaikuttimensa häipyvät taustalle. Lääketieteellisessä kielessä ihminen myös harvoin ymmärretään toimijana, vaan pikemminkin passiivisena ruumiina. Ihmisen ja ihmissubjektin omaehtoinen toimijuus korostuu anoreksian sisäisessä diskurssissa, jossa syöminen tai syömättömyys tulkitaan yksilön oikeutena omaan ruumiiseensa. Myös fenomenologinen näkökulma syömishäiriöihin korostaa toimijuutta. Fenomenologisessa ajatusperinteessä ihminen ymmärretään ennen kaikkea intentionaalisen subjektina. Sikäli kun

---

<sup>22</sup> Hepworth, Julie (1999) s. 13–16.

<sup>23</sup> Honkasalo, Marja-Liisa (2000) s. 73.

ihminen tai yksilö käsitetään subjektina, tähän käsitykseen sisältyy tietty oman elämän haltuunoton merkitys, tietoisuus omasta olemassaolosta ja omasta itsestä<sup>24</sup>.

Ihmistä määrittävät ilmaisut eroavat toisistaan eri syömishäiriötulkinnoissa ja tekstissä vaihtelevat seuraavat ihmistä määrittävät käsitteet, jotka kaikki rinnastuvat toisiinsa. Näitä käsitteitä ovat subjekti, potilas, uhri ja yksilö. Potilaan ja uhrin merkityssisällöt eroavat toisistaan hyvinkin paljon, mutta syömishäiriöön sairastunut ihminen voidaan ymmärtää myös uhrina.

Myös termit, joilla kuvataan ihmisen kehoa, ruumista tai vartaloa vaihtelevat. Pääosin olen pyrkinyt käyttämään ruumiin ja ruumiillisuuden käsitettä, sillä nämä ovat vakiintuneet sosiologian ja kulttuurintutkimuksen tavoissa käsittää ihmiskeho, mutta myös muut ilmaukset esiintyvät tekstissäni. Tavat ymmärtää ihmisen kehoa tai ruumiillisuutta jakautuvat eri selitysperspektiiveihin riippuen siitä, ymmärretäänkö ruumis merkitysjärjestelmänä eli erillään tietoisuudesta ja intentiosta vai fenomenologisen perinteen mukaan, jolloin painotetaan inhimillisiä käytäntöjä ja kehon performatiivisuutta ja kokemuksellisuutta<sup>25</sup>.

Käsitteellisiä merkityseroja esiintyy vielä itse syömishäiriöön liittyen. Lääketieteellisessä ja kliinisessä diskurssissa puhutaan häiriöistä ja sairaudesta, oireella puolestaan tarkoitetaan ihmisen käyttäytymisessä näkyvää seurausta sairaudesta tai häiriöstä johtuen. Puhuessani lääketieteellis-psykologisesta diskurssista käytän vaihtelevasti sekä kliinisen diskurssin että diagnostisen diskurssin termejä.

Kirjoittaessani olen kokenut erityisen vaikeaksi syömishäiriö-sanan käyttämisen, sillä juuri tätä termiä käytetään psykologis-lääketieteellisen

---

<sup>24</sup> Heidegger, Martin (2000) s. 23.

<sup>25</sup> Eilola, Jari (2009) s.11–12.

diskurssin sisällä. Toisaalta tämä vaikeus ottaa etäisyyttä lääketieteelliseen traditioon selittyä osittain sillä, että olen itse työskennellyt tuon kliinisen hoitokulttuurin sisällä, jossa syömishäiriö ymmärretään mielenterveydellisenä sairautena. Syömishäiriö-termi sisällyttää kaikki poikkeavan syömiskäyttäytymisen muodot: anoreksian, bulimian ja muut määrittelemättömät syömishäiriöt. Ahmimista tai syömättömyyttä laajemmassa kulttuurisessa kontekstissa voidaan kuitenkin pitää varsin hyväksyttävänä taikka luonnollisina, ihmisen normaaliin ruokasuhteeseen kuuluvina asioina. Oma näkökulmani syömishäiriöihin on se, että ne ovat yksilölle hyvin tuhoisia. Miellän ne mielenterveydellisiksi häiriöiksi, joskin ajattelen häiriönäkökulman olevan hieman riittämätön selittämään syömiseen ja syömättömyyteen liittyvää problematiikkaa kokonaisvaltaisesti.

### 3 NÄKÖKULMIA SYÖMISHÄIRIÖIHIN

Tuon esille kuusi erilaista vaihtoehtoista näkökulmaa syömishäiriöihin. Nämä näkökulmat ovat valikoituneet tutkimukseeni, koska ne ovat jollakin tavalla herättäneet tutkijan mielenkiintoni käydessäni läpi tutkimuksia, artikkeleita ja kirjallisuutta erilaisista syömishäiriöiden tulkintatavoista. Nämä tulkinnat ovat valikoituneet myös edustamaan erilaisia diskursseja lääketieteen, psykologian, sosiologian ja filosofian piiristä. Tuon näkökulmat esiin tiivistetysti, ilman etäisyyden ottamista, jotta niiden puhetapa ja kirjoitustyyli tulisi esille. Käsittelen enemmän näkökulmien välille syntyviä eroja ja yhtäläisyyksiä luvun viimeisessä kappaleessa, sillä kulttuurisia ilmiöitä on vaikea ymmärtää ilman etäännyttävää teoreettista kritiikkiä<sup>26</sup>.

Kaikki tarkastelemani selitysmallit ovat vahvassa suhteessa lääketieteen piiristä nousevaan modernin lääketieteen luomaan diagnostiseen tapaan ymmärtää ahmiminen ja syömättömyys nimenomaan oireena tai häiriönä. Näkökulmat joko selkeästi puoltavat tätä kliinistä diskurssia tai asettuvat sitä vastaan. Tässä luvussa tarkastelen syömishäiriöitä pääasiassa ulkopuolelta käsin pyrkimyksenäni luoda tulkintoja erilaisten lähestymistapojen ja selitysmallien välille.

#### 3.1 Tyypillinen länsimainen taudinkuva

Syömishäiriöistä kärsivät tyypillisesti naiset ja myös tässä työssäni pääpaino on naisten oireiluilla. On kuitenkin todettava, että syömishäiriöt eivät ole yksinomaan naisten sairaus eikä siksi miesten syömishäiriöitä tulisi vähätellä. Syömishäiriöt, etenkin anoreksia, voivat sairauden pitkittyessä johtaa jopa kuolemaan. Vaikka muiden syömishäiriöiden kohdalla ei ole olemassa tarkkoja tai selkeitä kuolinsyytilastoja, on itsemurhan vaara silti aina olemassa.

---

<sup>26</sup> Fornäs, Johan (1998) s.27.



Anoreksiaa pidetään syömishäiriöistä vaikeimmin hoidettavana, ja vain neljännes anoreksiaa sairastavista toipuu viiden vuoden sisällä ja kolmanneksella heistä siihen menee yli viisi vuotta.<sup>27</sup>

Syömishäiriöitä kuvataan Duodecimin Psykiatria-teoksessa vuodelta 2007 ajallemme hyvin ominaisina mielenterveyden häiriöinä. Teoksessa on vahva painotus diagnosoinnissa ja häiriöiden patologisessa kuvauksessa. Syömishäiriöt muodostavat yleisen luokan, joihin kuuluvat anoreksia, eli laihuushäiriö, bulimia eli ahmimishäiriö sekä tarkemmin määrittelemätön syömishäiriö, jota sairastavat oireilevat sekä anorektisesti että bulimisesti lukeutumatta silti yksinomaan kummankaan diagnoosin alle.<sup>28</sup> Syömishäiriöitä käsitellään osana mielenterveyden häiriöitä, jotka diagnostisessa luokituksessa määritellään kliinisesti merkittäviksi, behavioraaliseksi tai psykologiseksi oireyhtymiksi, joihin liittyy kärsimystä, toiminnan vajavuutta, kuoleman ja kivun riski sekä myös huomattava vapauden menetys.<sup>29</sup>

Syömishäiriöiden esiintyvyys on suhteellisen yleistä. Länsimaissa anoreksiaa tiedettävästi esiintyy 12–24 vuotiaiden naisten joukossa 0.5-1 %, bulimian osuus on 1-3 %. Jopa arviolta 20–40% naisopiskelijoista voi ilmetä jonkin asteista bulimiaoireilua. Kaikille syömishäiriöille on hyvin tyypillistä, että oireet ylläpitävät oireilua ja synnyttävät näin itseään pahentavan kehän.<sup>30</sup>

Syömishäiriöihin voidaan katsoa lukeutuvaksi myös muutamia muita oireyhtymiä omine tiettyine oirekuvineen. Niitä ei ole kuitenkaan virallisesti luettu osaksi kansainvälisiä diagnoosiluokituksia ICD-10 tai DSM-IV:tä. Näitä ovat mm. ortoreksia ja lihavan ahmimishäiriö. Ortoreksia on häiriö, missä on

---

<sup>27</sup> Helsingin Sanomat 1.8.2007:Tietokulma.

<sup>28</sup> Lönnqvist, Jouko (2007) s. 63.

<sup>29</sup> Lönnqvist, Jouko (2007) s.50.

<sup>30</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s.357–358,366-367.

pakkomielteenä terveellisen ruokavalion sairaalloon noudattaminen. Lihavan ahmimishäiriö on puolestaan häiriö, jossa syödään suuria määriä ruokaa hyvin nopeasti mutta ei oksenneta<sup>31</sup>.

### 3.1.1 Tautiluokitukset ja diagnoosit

Suomessa mielenterveydellisten häiriöiden tunnistamisessa käytetään eurooppalaista ICD-10 luokitusjärjestelmää. Lääketieteellisiä psykiatrisia diagnooseja on käytetty jo 5000 vuoden ajan, joskin niiden sisällöt ja taudinkuvaukset ovat jatkuvan muutoksen alaisena. Nykyaikainen diagnoosiluokitus on ollut käytössä hieman yli sadan vuoden ajan. Psykiatria-teoksessa kuitenkin korostetaan sitä, miten tautikäsitteet ovat sopimuksenvaraisia ja aina suhteellisia. Usein tautia kutsutaan kuitenkin sairaudeksi vasta silloin, kun siihen liittyy subjektiivisia oireita, henkilökohtaisia merkityksiä ja sosiaalisia seuraamuksia.<sup>32</sup>

Syömishäiriöt ovat tyypillisesti poikkeavaan syömiskäyttäytymiseen liittyviä oireyhtymiä, joihin liittyy psyykkisen, fyysisen tai sosiaalisen toimintakyvyn vakava häiriintyminen. Syömishäiriöitä tavataan etenkin nuorten naisten keskuudessa. Oireiden tunnistaminen ja varhain tapahtuva hoitoonohjaus parantavat ennustetta eli häiriöistä toipumista.<sup>33</sup>

### 3.1.2 Laihuushäiriön diagnoosi

Laihuushäiriö (anorexia nervosa) määritellään tarkoituksellisesti aiheutetuksi ja ylläpidetyksi nälkiintymistilaksi. Tyypillisesti se alkaa nuoren tytön

---

<sup>31</sup> Lihavan ahmimishäiriön yhteydessä käytetään myös englanninkielistä termiä binge eating disorder, lyh. BED.

<sup>32</sup> Lönnqvist, Jouko (2007) s. 47.

<sup>33</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s.355

laihduttamisyrittä, joka riistyy hallitsemattomaksi syömättömyyskierteeksi ja johtaa nälkiintymiseen. Oireilun taustalla on lihavuuden pelko ja ruumiinkuvan vääristyminen. Sairastunut asettaa itselleen alhaiset painotavoitteet, mutta painon laskiessa lihomisen pelko kuitenkin vain lisääntyy. Painoa kontrolloidaan omaksumalla rituaalinomaisia ruokailutottumuksia. Sairastunut myös usein kieltää aliravitsemuksesta johtuvan väsymyksen ja saattaa vaikuttaa hyväkuntoiselta. Laihuushäiriöön voi kuulua myös liiallista pakonomaista liikuntaa, tahallista oksentelua, ulostus- ja nesteenpoistolääkkeiden sekä ruokahalua hillitsevien aineiden käyttöä.<sup>34</sup>

Kliinisen kuvan mukaan sairastunut on yleensä sopeutuvana ja tunnollisena pidetty 14–16 vuotias tyttö. Hänen ajattelunsa, tunnetilansa ja sosiaalinen elämänsä kapenevat ja häiriön edetessä mielialan vaihtelut lisääntyvät. Kuukautiset jäävät usein pois. Ajan mittaan potilailla esiintyy aliravitsemuksen lisäksi luukatoa. Laihuushäiriötä tai anoreksiaa sairastava peittelee usein laihuuttaan vaatteilla ja rationalisoi käyttäytymistään vetoamalla esimerkiksi terveellisen ruokavalion noudattamiseen. Anorektikko on usein huomattavan laiha, hänellä voi olla mm. sinertävät raajat, kuiva iho, sydämen harvalyöntisyyttä, matala verenpaine ja lanugokarvoitusta. Hänen elimistönsä pyrkii kuitenkin säilyttämään tärkeimmät elintoiminnot, vaikka perusaineenvaihdunta on hidastunut.<sup>35</sup>

Laihuushäiriötä pidetään pitkäaikaisena ja kulultaan aaltoilevana, lisäksi sairastavilla tavataan liitännäisoireita kuten pakko-oireita, ahdistuneisuutta, vakavaa masennusta ja sosiaalisten tilanteiden pelkoa.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s.355–356

<sup>35</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. 356–357.

<sup>36</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. 357.

### 3.1.3 Ahmimishäiriön diagnoosi

Ahmimishäiriöön (bulimia nervosa) kuuluvat tyypillisesti muilta salatut ja toistuvat ahmimiskohtaukset, joiden aikana henkilö kokee menettäneensä syömisen hallinnan. Hän pelkää lihovansa ja on hyvin keskittynyt painonsa tarkkailuun. Kuten laihuushäiriössäkin bulimikko voi harrastaa yletöntä liikuntaa ja käyttää nesteenoistolaäkitystä. Bulimian kuvaan kuuluu usein syömiskohtauksen jälkeen tapahtuva oksentelu, mutta ei kuitenkaan kaikissa tapauksissa. Varsinaiseen diagnoosiin vaaditaan ahminnan ja kompensoivien käytöshäiriöiden jatkumista kahdesti viikossa vähintään kolmen kuukauden ajan. Bulimiasairastava henkilö perustaa itsearvostuksensa paljolti painoon ja ulkonäköön. Painon vaihdellessa nopeasti myös mielialat ja omanarvontunne aaltoilevat.<sup>37</sup>

Kliiniseen kuvaan kuuluu keskeisesti lihavuuden ja lihomisen pelko. Bulimian oireet laukaisee yleensä laihdutusyritys, kuten anoreksiankin. Oireet alkavat kuitenkin yleensä anoreksiaa myöhemmällä iällä, joskin taustalla voi olla jo aiempaa anorektista oireilua. Tyypilliseen taudinkuvaan kuuluu suurten, runsasenergisten ja helposti sulavien ruokamäärien nopea ahminta muilta salaa. Henkilö kokee usein menettäneensä syömisen hallinnan, vaikka saattaa lopettaa syömisen tullessaan nähdyksi tai yllätetyksi. Ahmintakohtaus päättyy usein tyhjentäytymiseen lääkkeiden avulla tai oksentamalla. Toistuvia ahmimisjaksoja seuraavat yleensä laihduttamisyrietykset, erikoisruokavaliodieetit, paastoaminen ja liikunta. Ahmimishäiriöstä kärsivät henkilöt ovat kuitenkin yleensä suhteellisen normaalipainoisia, joten ulkoisia merkkejä voi olla vaikeaa havaita. Tavallisia oireita ovat myös sylkirauhasten suureneminen, hammaseroosiot ja turvotukset. Oksentelu voi vaurioittaa mm. ruokatorvea ja aiheuttaa vatsakipuja ja pahoinvointia. Tiettävästi noin 80 %

---

<sup>37</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. 366.

ahmimishäiriöpotilaista kärsii myös muista mielenterveydellisistä häiriöistä ja vakavaa masennusta todetaan noin puolella. Ahdistuneisuushäiriöt, persoonallisuushäiriöt sekä käytös- ja hillitsemishäiriöt, ovat muista häiriöistä yleisimpiä.<sup>38</sup>

### 3.1.4 Hoitoennuste ja kuntoutus

Monet bulimian ja anoreksian oireista ovat samankaltaisia ja usein niitä yhdistää liiallinen huoli ruumiin muodosta ja painosta.<sup>39</sup> Perusterveydenhuolto onkin keskeisessä roolissa syömishäiriöisten tunnistamisessa. Syömishäiriöiden hoidossa ensisijainen tavoite on onnistunut avohoito ja laitoshoitoon pääsevät vain kriittiset tapaukset. Laihuushäiriö kuuluu ennusteeltaan vakavimpiin mielenterveyden häiriöihin, ja sen hoidossa korostuukin luottamuksellisen kontaktin luominen sekä potilaaseen että perheeseen. Bulimiassa puolestaan asianmukaista hoitoa saaneen potilaan ennuste on hyvä, vaikka varjopuolena on, että vain murto-osa oireilevista hakeutuu hoitoon. Syömishäiriöpotilaan arviointiin kuuluu tyypillisesti laaja-alainen psykiatrinen ja somaattinen tutkimus. Painon kehitystä seurataan tiiviisti ja hoidossa käytetään usein ruokapäiväkirjaa, joka antaa kuvan henkilön syömiskäyttäytymisestä.<sup>40</sup>

Perusterveydenhuollon näkökulmasta syömishäiriöistä kärsivien hoidon keskeiset tavoitteet ovat korjata aliravitsemus, normalistaa syömiskäyttäytyminen, psyykkisten oireiden häviäminen sekä sosiaalisten ja psyykkisten keinojen lisääminen. Laihuushäiriöisen potilaan hoitoa voidaan toteuttaa osastolla myös tahdosta riippumatta, mikäli henkilön paino on laskenut hengenvaarallisen alas. Syömishäiriöiden hoidossa pyritään

---

<sup>38</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s.366–367.

<sup>39</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. s.366.

<sup>40</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. 361–365,370-371.

kartoittamaan sen psykologiset, perheperäiset, sosiaaliset ja käyttäytymisen ongelmat ja helpottamaan niiden ratkaisua. Laihuushäiriön ja ahmimishäiriön kuntoutus rakentuu yleensä ravitsemuskuntoutuksesta<sup>41</sup>, psykoedukaatiosta<sup>42</sup> ja psykoterapiasta<sup>43</sup>. Lääkehoitoa käytetään anoreksian hoidossa vain harvoin, bulimian hoidossa se on puolestaan yleisempää varsinkin masennuslääkityksen muodossa. Ahmimishäiriön hoitoon soveltuu useita erilaisia hoitomalleja, joista kaikkein käytetyin on kognitiivis-behavioraalinen hoitomalli,<sup>44</sup> siinä pyritään purkamaan laihduttamisen ja ahminnan itseäntoteuttava kehä. Hoidossa keskeistä on väljentää jäykkiä ruokasäännöksiä, korjata painoa ja ulkomuotoa koskevia ajatusvääristymiä sekä parantaa itsetuntoa.<sup>45</sup>

### 3.2 Naisen oireileva ruumis ja mieli

Amerikkalainen kirjallisuuden ja psykologian tohtori Noelle Caskey muotoilee esseessään *”Interpreting Anorexia Nervosa”* vuodelta 1986 kulttuurista ja jungilaista tulkintatapaa laihuushäiriöön. Caskeylle syömishäiriöt edustavat syvempää minuuden etsintää, eli tietyssä mielessä ilmiöitä, joita Jung<sup>46</sup> kutsui individuaatioiksi<sup>47</sup>.

Noelle Caskey painottaa sitä, miten anoreksian ymmärtäminen vaatii kulttuurista ja biologista viitekehystä naiseuteen ja lihavuuteen

---

<sup>41</sup> Ravitsemusohjauksessa tähdätään säännölliseen ruokailurytmiin ja laihduttamisen lopettamiseen.

<sup>42</sup> Psykoedukaatio on häiriötä koskevaa tiedollista ohjausta.

<sup>43</sup> Psykoterapia on mielenterveyden psykologinen hoitomuoto, jossa painotetaan keskustelua ja/puhetta. Useita eri suuntauksia.

<sup>44</sup> Ks. Esim. Laakso, Juhani: Vankina vieraassa ruumiissa – syömishäiriöiden kognitiivis-behavioraalinen psykoterapia.

<sup>45</sup> Suokas, Jaana & Rissanen, Aila (2007) s. 361–365, 370–371.

<sup>46</sup> Carl Gustav Jung (1875–1961) Sveitsiläinen psykologi ja analyttisen psykologian perustaja.

<sup>47</sup> Individuaatio eli yksilöksi tuleminen.

(rasvaan<sup>48</sup>):” *Our consideration of anorexia nervosa must begin with a consideration of the cultural and biological interrelationship of fat and femininity, since anorexia is above all else, a phobic fear of fat.*<sup>49</sup>” Hänelle kysymys anoreksiassa on pitkälti naisruumiin fysiologian kieltämisestä ja eräänlaisesta protestista sen tyypillisiä attribuutteja vastaan. Caskey näkee vahvan yhteyden naisen fyysisen ulkomuodon ja seksuaalisuuden välillä. Aikuistuvalla naisruumiille on välttämätöntä rasvan kerääntyminen tietyille ruumiinalueille, jotta tytön kuukautisen alkaisivat, näin ei voi tapahtua ennen kuin kriittinen painokynnys on ylitetty. Tämä samainen vuorovaikutus rasvasolujen ja naishormonin välillä jatkuu läpi naisen koko elinkaaren ja se tapahtuu tahdonalaisen kontrollin ulottumattomissa, hän huomauttaa. Naisen vartaloa ja feminiinisyyttä ei tulisi erottaa fysiologisesti toisistaan.<sup>50</sup>

Caskeyn mukaan naisruumiin kulttuurihistoriallinen muutos on muokannut nykykulttuuriamme anoreksiamyönteisemmäksi. Lihallinen naisruumis on eräänlainen mittari, joka osoittaa henkilön yhteiskuntaluokkaa ja jossain määrin myös sosioekonomista statusta. 1800-luvun suuret kulttuuriset murrokset länsimaisissa yhteiskunnissa muuttivat merkittäväällä tavoin naisen ruumiillista kuvaa erityisesti esteettisesti. Caskey viittaa tässä yhteydessä myös länsimaisen taiteen historiaan, jossa naista kuvataan lihallisena ja runsaana<sup>51,52</sup>

Kulttuurisen muutoksen taustalla Caskey toteaa olevan sekä naisen ja miehen roolin että ruumiinkuvan lähentymisen. Anoreksia on yleistynyt merkittävästi toisen maailmansodan jälkeen etenkin yläluokan ja ylemmän keskiluokan

---

<sup>48</sup> Englannin kielessä termillä ”fat” viitataan samalla sekä kehon lihavuuteen että rasvaan.

<sup>49</sup> Caskey, Noelle (1986) s.175.

<sup>50</sup> Caskey, Noelle (1986) s.176.

<sup>51</sup> Esim. Peter Paul Rubens (1577–1640), Francois Boucher (1703–1770) ja Pierre Auguste Renoir (1841–1919).

<sup>52</sup> Caskey, Noelle (1986) s.176–177.

keskuudessa teknologisesti kehittyneissä länsimaissa. Aiemmin naisen rooli ja ruumiinkuva olivat selkeämmin erillään miehen maailmasta, ja niissä painottuivat lasten kasvattaminen ja hoiva. Naisen ja miehen roolien lähentyessä toisiaan myös naisen ruumiinkuva on kokenut muutoksen, jossa painottuu miehinen ideaali. *"And this ideal is not limited to activity and performance; it holds especially for the model of female physical beauty which today is one of slimness and proto-androgynous athletic activity<sup>53</sup>"* Se lihallinen runsaus, joka ennen nähtiin olevan osa feminiinisyyttä, luetaan nykyisin kulttuurin sisällä enenevästi negatiiviseksi attribuutiksi.<sup>54</sup>

### 3.2.1 Itsestä ja muista vieraantuminen

Caskey tarkastelee syömishäiriöisen mielen rakennetta suhteessa kulttuurin ihanteisiin. Hän painottaa ulkopuolisuuden ja vieraantumisen kokemusta syömishäiriöiden yhteydessä. Kulttuurin mukanaan tuomat ihanteet eivät silti tee kaikista yksilöistä syömishäiriöisiä. Syinä tähän Caskey näkee yksilön erityislaatuisen herkkyyden<sup>55</sup> altistua ympäristön vaatimuksille sekä perheen sisäiset vääristyneet kommunikaatiomuodot. Anorektikot ovat herkempiä toisten ihmisten tarpeille kuin omilleen ja usein omassa perheessään henkilö toimii perheenjäsenten tunteiden tulkkina asettaen itsensä toissijaiseksi muihin nähden. Anorektikko kasvaa vieraantuneena omasta kehostaan ja kokee olevansa pikemminkin oman elämänsä ulkopuolinen tarkkailija kuin osallinen omaan fyysiseen todellisuuteensa. Hän on yksilönä kykenemätön tunnistamaan

---

<sup>53</sup> Caskey, Noelle (1986) s. 177.

<sup>54</sup> Caskey, Noelle (1986) s.177-178.

<sup>55</sup> engl. oversensitivity



omia impulssejaan oikein ja suuntaa muiden tarpeet ja halut itsensä kautta kieltäen omat ruumiilliset halunsa, mm. näläntunteen.<sup>56</sup>

Caskey perustaa näkökulmansa anoreksian yksilönkehityksen taustoista saksalaissyntyisen Hilde Bruchin<sup>57</sup> psykoanalyttisiin teorioihin. Bruchia mukaillen hän kirjoittaa: *”Origin and direction of impulse are fundamentally confused, and it is partly to retire from this confusion that anorexics take such radical steps of shutting things out or closing down the system.”*<sup>58</sup> Näiden samaisten vääristyneiden halujen ja tarpeiden tunnistamiskeinojen puutteesta johtuen laihuushäiriöstä kärsivä yksilö altistuu muita enemmän kulttuurisille ihanteille. Caskey painottaa omassa näkökulmassaan sitä, miten seksuaalisuudella on oma roolinsa oireiden taustalla, mutta kuinka pikemminkin murrosikä on ikävaihe, jossa seksuaalisuus nousee esille. Hänen mukaansa kyse ei ole suoranaisestä seksuaalisuuden kieltämisestä vaan anoreksian oireet kehittyvät, kun nuorella muu aiempi henkinen identiteetin kehitys on jäänyt tapahtumatta.<sup>59</sup>

Anorektikon omaksumat rituaaliset ruokailutottumukset tai kokonaan kieltäytyminen ruuan nauttimisesta tuottaa nautintoa ja linkittyy yksilön kokemaan vallantunteeseen. Caskey puhuu siitä, miten yksilö, joka on koko elämänsä totellut ja kuunnellut muiden vaatimuksia kyseenalaistamatta niitä, kokee valtaisaan vapautumisen ja voimaantumisen tunnetta antautuessaan anoreksian oireille. Caskey haluaakin korostaa anoreksiaa tiedollisena sairautena, koska sairastuneiden ajattelu ruuasta on vinoutunut. Kehittyessään anoreksia ylittää tason, jossa mieli ajattelee ruokaa syömisen ja nälän kautta, muodostaen molemmille syvempiä abstrakteja ja symbolisia merkityksiä. Tästä

---

<sup>56</sup> Caskey, Noelle (1986) s.178-180.

<sup>57</sup> Hilde Bruch, oli saksalaissyntyinen syömishäiriöitä tutkinut psykoanalyttikko (s.1904-1984).

<sup>58</sup> Caskey, Noelle (1986) s.179.

<sup>59</sup> Caskey Noelle (1986) s.180.

johtuu visuaalinen harhakuvitelma ja kyvyttömyys nähdä itseään ja kehoaan realistisesti, hän lisää.<sup>60</sup>

Anorektikot ovat tyypillisesti akateemista tietoa ja koulutusta arvostavista perheistä. He siis hakevat omalla erinomaisella koulumenestyksellään pikemminkin vanhempien ja läheisten hyväksyntää kuin kilpailua – eräänlainen ajatusvääristymä sekin, Caskey muistuttaa. He ovat erittäin ravintotietoisia ja pyrkivät laskemaan jokaisen suuhunsa laittamansa kalorin. Ruoka saa myös tietynlaisia eläviä ominaisuuksia anorektikon mielessä ja heille on hyvin tavanomaista ajatella ruokaa lakkaamatta. Ravinnon jatkuva ajattelu korvaa syömisaktin. Välittömästi ruoan syömisen jälkeen syöty ravinto ikään kuin ottaa vallan ja saa anorektikon vajoamaan henkiseen kuiluun. Anorektikon mielessä keho mielletään synonyyminä minälle tai itselle, ja hän elää ja kokee ympäröivän maailman vain oman kehonsa manipulaation kautta. Anorektikon havaintomaailma on hyvin väritty ja ekstaattinen. He ovat avanneet mielessään oven toiseen maailmaan, jonka keskiössä on jatkuva päähänpinttymä ravinnosta, kiihkeä liikunnan harrastaminen sekä sosiaalinen kieltä osallistua yhteiseen ruokakulttuuriin. Nämä edellä mainitut ajatuskulut pitävät heitä erillään muista ja luovat seinän heidän ja muiden välille.<sup>61</sup>

### **3.2.2 Vääristyneet perhesuhteet syömishäiriön taustalla**

Laihuushäiriön taustalla vaikuttavat vinoutuneet perhesuhteet, Caskey tulkitsee jungilaisen perheteorian valossa. Hän kirjoittaa siitä, miten usein anorektikoiden perhesuhteista voidaan löytää samankaltaisia kommunikaation ja pariutumisen malleja perheenjäsenten kesken. Caskey liittää anoreksian

---

<sup>60</sup> Caskey, Noelle (1986) s. 181–182.

<sup>61</sup> Caskey, Noelle (1986) s. 181–184.

maailmaan sellaiset jungilaiset käsitteet kuin puer aeternus<sup>62</sup>, senex<sup>63</sup>, animus<sup>64</sup> ja anima<sup>65</sup>. Hän puhuu psyykkisestä inestistä, eli eräänlaisesta kommunikaation vääristymästä anorektisen lapsen perheympäristössä tyttären ja isän välillä. Inestillä hän ei tässä yhteydessä tarkoita suoraa seksuaalista kanssakäymistä vaan sitä, miten sisäinen vastakkainen sukupuoli voidaan nähdä ylikorostuneen ja heijastuneen myös isäsuhteeseen. Anorektikoilla on usein hyvin erityislaatuinen ja korostunut suhde isään, Caskey toteaa. Perheen sisäisiä suhteita tarkastellessa näyttäytyy usein lapsen liittoutuminen äitiä vastaan ja isäsuhteessa puolestaan korostuu isän akateemisuus.<sup>66</sup>

Puer aeternus on ikuisen nuoruuden arkkityyppi, johon liitetään myös puhtauden, luovuuden ja rakastettavuuden merkityksiä. Anorektikko tavoittelee eräänlaista ikuisuuden olotilaa mutta törmää väistämättä ruumiissaan olevaan senexiin eli vanhuuteen ja rappioitumiseen. *"In order to be pure and youthful enough to meet the standards of the puer, the anorexic must purify her body to the point where sexual development stops or is reversed. At the same time, she must withdraw from the outer world in order to avoid its contamination"*<sup>67</sup>. Caskey kirjoittaa siitä, miten anorektikkojen isät luovat idealisoituneen suhteen tyttäriinsä, sillä he näkevät vaimossa äitiyden piirteitä, joita he hyljeksivät ja kääntyvät mieluummin tyttäriensä puoleen. Äidillä on puolestaan ylikehittynyt suhde animukseen ja hänen suhteensa omaan kehoonsa on varsin estynyt, Caskey jatkaa. Nämä äidit eivät kykene terveeseen suhteeseen oman kehonsa kanssa eivätkä myöskään osaa suhtautua lastensa kehoihin, mikä aiheuttaa sen,

---

<sup>62</sup> Puer aeternus on ikuisen lapsen arkkityyppi.

<sup>63</sup> Senex eli vanhuuden arkkityyppi, voidaan ymmärtää myös iäkkäänä miehenä.

<sup>64</sup> Animus eli naisen sisäinen maskuliininen olemus.

<sup>65</sup> Anima eli miehen sisäinen feminiininen olemus.

<sup>66</sup> Caskey, Noelle (1986) s.185–187.

<sup>67</sup> Caskey, Noelle (1986) s. 186.

että äidit asettavat kohtuuttomia vaatimuksia tai antavat epäselviä merkkejä lapsilleen liittyen kehoon ja sen hoitoon ja toimintaan. Vääristyneisiin perhesuhteisiin liittyvät myös perheessä välittyvät ravinto- ja ruokakäsitykset, joiden kautta lapselle muodostuu ristiriitaisia käsityksiä ruumiinkuvasta ja laihduttamisesta. Caskeyn mukaan on myös selvää, että perheissä, joissa on useita lapsia, myös muut lapset oireilevat syömishäiriöisesti. Hän pitää selvänä sitä yhteyttä, joka muodostuu perheen sisäisen vuorovaikutuksen ja lapsen anorektisen oireilun välille.<sup>68</sup>

Ulospääsytienä anorektisesta oireilusta Caskey näkee perhesuhteiden tasapainottumisen, mikä tapahtuu siten, että tyttären ja isän välinen yhteenkietoutuminen puretaan ja äiti lunastaa roolinsa perheessä. Anorektinen oireilu on myös tyttären avunhuuto äidille. *"If the mother returns to the triangle and takes up her rightful place with the father, then the daughter is relieved of the guilt of this association and is furthermore free to develop independently of her family, to become sexually mature for the first time."*<sup>69</sup> Kulttuurin tasolla anoreksiasta voidaan toipua liikkumalla kohti rikkaampaa ja sallivampaa feminiinisyyttä. Anorektinen oireilu on Caskeyn mukaan ennen kaikkea etsintää kohti naisen autonomiaa, riippumattomuutta ja henkistä kasvua.<sup>70</sup>

### 3.3 Syömishäiriön sisäinen diskurssi

*"Lounas. Pari potaattia, salaattia tuplakastikkeella, kasviskastiketta ja papuja, siivu real-leipää margariinilla. Ei kuulosta pahalta, ellei no just se natsihoitaja olisi vieressäni valvomassa. Ruokani oli taas epämääräistä mössöä kasvis- ja valmissalaattikastikkeen miksautuessaani lautasella. Ei toivoakaan perunan muussaamisesta lautaseen, kastiketipan jättämisestä tai rasvan pyyhkäisystä leivältä. Lopuksi tarkistetaan sormet ja kitalaki - hups, sinne oli jäänyt vielä nokare leipää. Ihan sama tippuuko meteoriitti nyt Helsinkiin, sillä*

---

<sup>68</sup> Caskey Noelle (1986) s. 185–187.

<sup>69</sup> Caskey, Noelle (1986) s. 188.

<sup>70</sup> Caskey, Noelle (1986) s.188–189.

*allekirjoittanut haarukoi, söi ja nieli koko lounaan. Siis tajuatteko: koko lounaan.” (Ote anorektisen tytön blogista)*

Syömishäiriön sisäisellä diskurssilla tarkoitan sellaisia ilmiöitä, ilmaisuja, puheenvuoroja ja ääniä, jotka ovat lähtöisin syömishäiriöisiltä ihmisiltä. Heitä on paljon, ja heidän äänensä ovat kuultavissa etenkin lukuisissa internet-ympäristöissä. Blogi-kirjoittelu ja erilaiset internet-ryhmät toimivat syömishäiriöisten tapaamispaikkoina. Niissä jaetaan tarinoita sekä haetaan vertaistukea ja voimaa jaksamiseen. Osalla sivustoista tuetaan syömishäiriötä elämäntapana ja puolustetaan itsemääräämisoikeutta omaan kehoon ja syömishäiriöön sekä vaihdetaan laihdutusvinkkejä että esitetään kuvia laihoista ihmisistä tarkoituksena inspiroida syömishäiriön ylläpitoa. Tätä kuvien välityksellä jaettua tukea kutsutaan ilmiöksi nimeltä ”thinspiration”. Anoreksiaa ja bulimiaa elämäntapana tukevia yhteisöjä ja liikkeitä kutsutaan nimillä Pro-ana ja Pro-mia, ja näissä yhteisöissä ei syömishäiriöiden oireista haluta luopua. Pro-ana ja Pro-mia sivustot ovat olleet laajan sensuurin kohteina etenkin Englannissa ja Yhdysvalloissa. Ranskassa on tekeillä lakialoite laihuutta ihannoivia ja syömishäiriömyönteisiä sivustoja vastaan<sup>71</sup>.

Pelkästään Suomessa pikaisella internet-haulla löytyy blogilista<sup>72</sup>-sivustolta 110 syömishäiriötä käsittelevää blogia. Verkkoklinikka-sivustolta<sup>73</sup> osumia löytyi 40, muilla sivustoilla yksittäisiä blogeja on kymmeniä, ellei satoja. Osaan Internet-yhteisöistä vaaditaan erikseen sisäänkirjautumista, mutta suurin osa blogeista on vapaasti kaikkien luettavissa. Lukija voi myös helposti jättää sivustoille oman kommenttinsa, anonyymisti. Myös blogien kirjoittajat kirjoittavat nimimerkin takaa jakaen hyvin henkilökohtaisia asioita lukijoidensa kanssa. Kirjoittajien ikä, sukupuoli ja sairaustausta yleensä mainitaan blogeissa.

---

<sup>71</sup>Helsingin Sanomat 16.4.2008 (kirjoittaja ei tiedossa), ja Helsingin Sanomat 17.4.2008 Hannele, Tulonen.

<sup>72</sup> [www.blogilista.fi](http://www.blogilista.fi).

<sup>73</sup> [www.verkkoklinikka.fi](http://www.verkkoklinikka.fi)

Englanninkielisiä vastaavia sivustoja on jo huomattavasti enemmän. Myös Suomessa on pro-mia- ja pro-ana-liikehdintää syömishäiriöiden puolesta ja niitä vastaan.

### 3.3.1 Oikeus omaan ruumiiseen – pro anoreksia ja pro bulimia

*“Valvoin eilen yöllä kahteen selailen englannin kielisiä anoreksia-sivustoja. Löysin jopa yhden täydellisen thinspiratio-sivuston ja nyt tulostelen kuvia mun leikekirjaan. Mitä enemmän katson näitä kauniita tyttöjä, sitä enemmän mä vihaan itseäni. Ei kyllä sinällään mikään yllätys. Mä olen siis ruvennut taas askartelemaan omaa vihkoani, jossa käsittelen mun elämää, haaveita ja suruja.”*  
(Ote anorektisen tytön blogista)

Syömishäiriösivustot internetissä jakautuvat selkeästi kahteen eri leiriin, toipumismyönteisiin tai syömishäiriöitä ylläpitäviin sivustoihin. Sivustoja sensuroivien argumenttina on syytös etenkin nuorten tyttöjen houkuttelusta syömishäiriömyönteiseen ajatteluun sekä syömishäiriöstä kärsivien oireiden ylläpitämiseen ja jopa pahenemiseen. ”Thinspiraatio”-kuvien levittäminen internetissä on aiheuttanut myös keskustelua mediakuvaston haitallisuudesta, ihailtujen julkisuuden henkilöiden laihuudesta ja heidän mahdollisista syömishäiriötaustoistaan.<sup>74</sup>

Syömishäiriöt ovat koko kirjossaan ajankohtainen ja populaarikulttuurinen ilmiö, mutta miten tähän ilmiöön tulisi suhtautua vaientamatta syömishäiriöisten ääntä ja sananvapautta, on vaikea moraalinen ja eettinen kysymys pohdittavaksi. Itse olen miettinyt lukuisia internet-aineistoja ja -sivustoja läpikäydessäni sitä, tarvitaanko näitä sivustoja purkamaan diagnosoinnista ja lääketieteellisestä sekä psykologisesta tulkinnasta saatuja leimoja. Toistuva keskeinen tema internetkirjoittelussa on oman elämäntarinan ja äänen esiintuominen. Vertaistuen saaminen on eräs tärkeä sivustoilla esiintyvä piirre, samoin syömishäiriöiden hoidon kritisointi. Tämä ilmenee

---

<sup>74</sup> Dias, Karen (2003) s.10–11.

esimerkiksi siinä yhteydessä, miten vain vaikeasti ja kriittisesti oireilevat saavat hoitoa.

Yhdysvaltalainen naistutkija ja psykologi Karen Dias kirjoittaa Pro-syömishäiriö liikehdinnästä ja sen yhteyksistä kolmannen aallon feminismiin<sup>75</sup>. Dias näkee pro-ana- ja pro-mia-sivustot naisten vapaan keskustelun tiloina, joissa ei kritisoida tai arvostella syömishäiriöitä tai niiden oireilua. Hän on tutkinut naisten narratiiveja ja tapoja käyttää internetyhteisöjä oman äänensä ja kokemustensa esiintuomiseen. Hän näkee eräänä yhteisöjen keskeisimpänä tarkoituksena omaelämänkerrallisten ja ruumiillisten kokemusten jakamisen ja suhtautuu varautuneesti yhteisöjen sensuuriin. Hänen mielestään syömishäiriöiden syyt ovat juurtuneet syvälle länsimaiseen kulttuuriin.<sup>76</sup>

Internetin välityksellä kohtaavat syömishäiriöiset eivät välttämättä altistu samanlaisille sosiaalisille paineille ja ympäristön kriittiselle arvostelulle kuin tavanomaisemmassa kasvokkain tapahtuvassa kohtaamisessa. Diasin mukaan internet-ympäristössä tapahtuva kohtaaminen voidaan käsitteellistää vaihtoehtoisena kohtaamis- ja turvapaikkana syömishäiriöistä kärsiville, vaikka internet on sekin julkinen ja avoin tila. Muilta yhteisön jäseniltä saa tukea ja mahdollisuuden keskustella tuntemuksistaan ilman tuomitsevaa ja arvostelevaa sävyä. Tämä saattaa helpottaa myös sosiaalisia estoja, sillä etenkin anoreksian alkuvaiheisiin liittyy kiinteästi muista ihmisistä eristäytymistä ja salailua. Ympäristön tuoma diagnosointi, leimautuminen tai häpeä, liittyvät Diasin mukaan syömishäiriöiden" väärinymmärtämiseen ja vain lisäävät naisten

---

<sup>75</sup> Lämsä, Anna-Maija, Jyväskylän Yliopiston Internet-opetusmateriaali: Kolmannen aallon feminismitai postmoderniksi feminismitai kutsutaan sitä feminismin suuntausta joka on yleistynyt 1980-luvulta lähtien. Kattokäsitteenä postmoderni viittaa pirstoutuneeseen jälkiteolliseen todellisuuteen. Tämä suuntaus haluaa edistää monimuotoista kuvaa sukupuolesta ja väittää, että on olemassa monia sukupuolia, monenlaista feminiinisyyttä ja maskuliinisuuksia. Sukupuolten identiteetit ovat ristiriitaisia ja perustuvat usein tietoiseen yhteenliittymiseen. Yhtenäisyyden sijaan on korostettu sukupuolten eroja.

<sup>76</sup> Dias, Karen (2003) s.3-4.

tarvetta hakea ja saada tukea ja ymmärrystä. Internetissä jaettujen ja tuotettujen narratiivien kautta etsitään ja haetaan vaihtoehtoisia selitysmalleja, ymmärrystä syömishäiriöille ja niiden oireilulle. *“Narratives may embody, reproduce and/or alter cultural scripts; they may also push at the boundaries of what is unsayable and untellable in particular contexts. What women struggling with anorexia may not be able (or ready) to say to family, friends or professionals, they may be able to say in the safer and less confronting space of cyber space.”*<sup>77</sup> Yhteyden kolmannen aallon feminismiin ja pro-syömishäiriöliikkeen välillä Dias näkee siinä, miten molemmissa heijastuu oman identiteetin määrittelyn ja kulttuurin hegemonisten kauneusideaalien välinen problematiikka sekä pyrkimys uudelleenmäärittellä oman identiteetin ja kulttuurin välisiä valtasuhteita.<sup>78</sup>

Internetin pro-syömishäiriö-sivustojen ensimmäisessä ikkunassa avautuu usein varoitus ennen siirtymistä varsinaiselle sivustolle<sup>79</sup>. Varoituksen tarkoituksena on kertoa, että sivustoja ei suositella muille kuin syömishäiriöisille ja siinä varoitetaan sivujen sisältämästä materiaalista, jonka pyrkimyksenä on ns.

---

<sup>77</sup> Dias, Karen (2003) s.2-3.

<sup>78</sup> Dias, Karen (2003) s.2-4.

<sup>79</sup> *“This site is a pro-ana pro-mia website plus forum and anorexic / bulimic chat room. It is for support of those who already have anorexia / bulimia and/or those that accept people that are anorexic or bulimic. Some images, links text and thinspiration may be considered triggering in nature. As well, if you are looking to get anorexia / bulimia by being here then please leave. You will not find information contained within this web site, forum, or any site linked to / from this website on how to become anorexic or bulimic. If you do not accept the condition of anorexia / bulimia / other eating disorders plus the pro-ana pro-mia movement then you must also leave this proana website immediately. Also you will not use this pro-ana pro-mia web site and or forum against anyone in any conceivable manner. You have been forewarned. By entering this proana promia web site you are signing a digital certificate stating that you have read and understand the above mentioned conditions and you are entering this proana promia site knowingly and willingly of the aforementioned conditions. Entering by any other circumstance is perjury and can be punishable by law.”* (<http://www.proanamia.com/>)



laukaiseva vaikutus<sup>80</sup> ja myös syömishäiriöiden hyväksyminen elämäntapana. Diasin mukaan sivustojen tarkoitus on tarjota kontakteja, ajaa pro-syömishäiriöiden asiaa ja tukea syömishäiriöitä. Lisäksi sivustot sisältävät erillisiä ilmoitustauluja ja chat-tiloja, joissa yhteisön jäsenet voivat jättää toisilleen viestejä ja vaihtaa ajatuksia tai ideoita, päiväkirjoja, vihjeitä ja keinoja laihduttamiseen ja minimaaliseen ravinnonsaantiin, ”thinspiraatio”-kuvia sekä linkkejä toisille pro-ana- ja pro-mia-sivustoille. Osalla pro-syömishäiriö-sivustoista on myös runoja, laulujen sanoja, piirustuksia, omaelämäkerrallisia tarinoita, mutta myös yleistä tietoa syömishäiriöistä ja niiden hoidosta. Dias näkee ”thinspiraatio”-kuvien omalta osaltaan hämärtävän rajaa hyväksytyyn ja poikkeavaan ruumiinmuodon välillä, sillä nämä kuvat ovat usein kollaaseja mainoskuvastoista, julkisuuden henkilöistä sekä sivustoilla esiintyvien naisten omista kuvista. Hänen mukaansa tämänkaltaisista kuvista ja kuvastoista on nähtävissä tiettyä syömishäiriön ilmiöön kytkeytyvää ristiriitaisuutta, sillä ne kytkeytyvät laajemmalti nykykulttuuriin – historiaan, politiikkaan, sosiaalisiin ja yhteiskunnallisiin tekijöihin.<sup>81</sup>

Mikäli pro-ana- ja pro-mia-internetsivustoja tarkastellaan suhteessa lääketieteelliseen ja psykiatriseen diskurssiin, lukija jää miettimään sitä, miten ongelmat ovat juuri näissä ”paheksuttavissa” sivustoissa ja näissä naisissa, jotka sivustoja ylläpitävät, Karen Dias kommentoi. Hänen mukaansa unohtuu helposti se, miten syvässä länsimaisen kulttuurin ennakkoluulot ovat rasvoja ja sallivampaa ruumiin kokoa ja muotoa kohtaan.<sup>82</sup>

*”Mutta nyt kotiutuessa kaipaan takas turvalliselle osastolle. Siellä olin ilonen, pirtee enkä oksennellu ollenkaan. Nyt kotona kaikki meni taas ahmimiseks, ja tässähän mä istun viinilasi kädessä. En voi edes peiliin katsoo. Mun verkkokalvoille on piirtynyt numerot vaa'asta jotka tuli*

---

<sup>80</sup> Laukaiseva vaikutus engl. Trigger effect.

<sup>81</sup> Dias, Karen (2003) s.5-11.

torstaiamun punnituksessa. En oo koskaan painanu näin paljon...” (Ote bulimisen tytön blogista)

### 3.4 Naisruumiin erityinen kulttuurihistoria

Susan Bordo on amerikkalainen naistutkija, joka tarkastelee syömishäiriöitä kulttuurisesti rakentuneina. Hänen mukaansa kliiniset syömishäiriötulkinnat eivät käsittele kulttuurisia merkityksiä tarpeeksi laaja-alaisesti. Kulttuurisessa tarkastelussa ei niinkään selitetä oireita vaan tuodaan esiin syitä ja seurauksia kulttuurin eri tasoilla. Syömishäiriöt ilmiönä heijastelevat aina myös kulttuurin sairautta, sen oireilua tukevia piirteitä.

Bordo kritisoi sitä, miten syömishäiriötutkimuksissa kulttuuriset merkitykset ovat loistaneet poissaolollaan. Syömishäiriöiden tutkimus on nostanut päätään ilmiön yleistyessä 1960-luvulta lähtien. Bordon mukaan anoreksian etiologiset ja sosiaaliset alkuvaiheen tutkimukset eivät juuri noteeranneet naisruumiin erityisyyttä. Kim Cherninin<sup>83</sup> tutkimuksissa 1960- ja -70-luvuilla alkoi näkyä yksilönkehityksen vastustamisen näkökulma. Nämä tulkinnat ovat kuitenkin kulttuuriseen tarkasteluun nähden epäsystemaattisia ja pinnallisia, hän toteaa. Kehitykselliset näkökulmat painottavat lapsen ja äidin välistä vuorovaikutusta kulttuurisen tilan ja ajan ulkopuolella. Kognitiivisissa tutkimuksissa painottuu yksilön kokema sosiaalinen painostus tai tavoitteleva hyväksyntä, kun hän pyrkii kohti laihuuden ideaalia. Kulttuurinen yhteys näyttäytyy vain median ja yksilön välillä, tai kahden yksilön, etenkin kahden naisen välisenä kilpailutilanteena. Se, mitä kulttuurisesta tarkastelusta puuttuu Bordon mukaan, on miesten ja poikien herkkyyys tietäytyypiselle populaarille (nais)kuvastolle, sillä heidän halunsa ja mieltymyksensä heijastuvat myös

---

<sup>82</sup> Dias, Karen (2003) s.11.

<sup>83</sup> Kim Chernin (s.1940) on yhdysvaltalainen runoilija, kirjailija ja feministi ks. Esim. ”*The obsession: reflections on the tyranny of slenderness*”.

tyttöjen ja naisten elämään ja ruumiillisuuden kokemukseen. Syömishäiriöiden kulttuuriset juuret ulottuvat näin ollen paljon esteettistä tasoa syvemmälle. Kysymyksenasettelu, joka tarkastelisi sitä, miksi juuri laihuudesta on tullut dominoiva kulttuurinen ilmiö, ei ole kovinkaan paljon tutkittu, Bordo huomauttaa.<sup>84</sup>

Kulttuurissa vaikuttavat sukupuoliroolit ja naiseuden mallit omaksutaan äideiltä, joita ei kuitenkaan tulisi syyllistää, sillä hekin ovat eläneet ja kasvaneet kulttuurin vaikutuksessa, Bordo toteaa. Naiseuteen ja menestymiseen on kulttuurisesti sisäänrakennettu odotus, että saadaksesen itselleen hyvän miehen on tyttären näytettävä fyysisesti hyvältä ja haluttavalta. Vaimon ja äidin roolista saatu tyytyväisyys on riippuvainen naisen kyvystä ruokkia muita ennen itseään, sekä metaforisesti että konkreettisesti. Anoreksia ja syömishäiriöt ovat osa kulttuurisia ”vaatimuksia” tai odotuksia ja siten ne sisältyvät rakennettuun naiseuteen. Bordon tarkastelussa tuodaan esille feministi Susie Orbachilta<sup>85</sup> periytynyt ajatus siitä, miten kulttuurissamme vaikuttavat sosiaaliset, taloudelliset ja psykologiset tekijät ovat toisiinsa juurtuneina luoneet ja kasvattaneet sellaisen naissukupolven, joka kokee olevansa viallinen, häpeissään omista tarpeistaan ja tunteistaan, eikä koe voivansa olla olemassa ellei se kykene muuntautumaan minuuksiksi, jotka ovat huomionarvoisia; minuuksiksi ilman tarpeita, haluja ja ruumista.<sup>86</sup>

Länsimaisessa kulttuuriperinnössä naisen ruumista on kohdeltu toki ihailtuna ja palvottuna, mutta myös halveksittuna ja ylenkatsottuna. Modernismi toi mukanaan pelon oman kontrollin menettämisestä suhteessa tulevaisuuteen ja epävarmaan maailmaan. Nykykulttuurinen naisruumis elää jatkuvassa

---

<sup>84</sup> Bordo, Susan (2003) s.45-46.

<sup>85</sup> Orbach Susie (s. 1946) on englantilainen syömishäiriöihin erikoistunut psykoanalyytikko.

<sup>86</sup> Bordo, Susan (2003) s.47-48.

levottomuudessa suhteessa kauneusideaaleihin. Meidän ajassamme myös naisruumiin läsnäolo on visuaalisesti näkyvämpää kuin koskaan aikaisemmin. Anoreksia on Bordon mukaan hyvin moniulotteinen häiriö, joka sisältää eri tasoja, kuten perhe, havainnot, kognitiot ja eriasteiset biologiset näkökulmat. Nämä kaikki ovat kuitenkin myös kulttuurin sisällä olevia ja jatkuvassa suhteessa siihen. Hänen mielestään on hyvin tärkeätä kysyä, miksi kulttuurissa korostuu laihooden ihannointi, kehon kiinteys sekä rasvan ja lihavuuden pelko. Nykyajassa elävälle ihmiselle omasta ruumiista on tullut lähes ainoa asia, jota voidaan kontrolloida suhteessa yksilön ulkopuolisen maailman kaoottisuuteen. Bordon mukaan nykykulttuurin laiha naisihanne on merkittävästi laihempi kuin esimerkiksi 1960-luvulla, ja hän kysyykin syitä siihen, miksi laihiusihanne on vieteltyt naisen.<sup>87</sup>

Bordon ajattelussa kulttuurinen nykyaika on keskeinen syömishäiriöisen oireilun tuottaja. Aikamme on erityisen herkkä synnyttämään syömishäiriöistä oireilua, vaikkakin sekä sairaus että kulttuuri toimivat ja vaikuttavat monilla eri tasoilla. *”Just as anorexia functions in a variety of ways in the psychic economy of the anorexic individual, so a variety of cultural currents and streams converge in anorexia, find their perfect precise expression in it.”*<sup>88</sup> Kulttuurianalyttisessä kontekstissa hän näkee, että syömishäiriöiden ja kulttuurin väliset yhteydet kiertyvät kolmen erilaisen ideologisen akselin ympärille: dualistisen, kontrollin ja sukupuolivallan akseleille. Kaikki kulttuurissa esiintyvät sosiaaliset käytänteet jättävät jälkensä ihmiseen ja muuttavat tätä. Hänelle sellaista käsitettä kuin ”luonnollinen ruumis” ei ole olemassa, sillä meidän kehomme, kuten kaikki muukin ihmiseen liittyvä on kulttuurisesti määrittynyttä. Historiallisessa kontekstissa naisen ruumis on ollut lähes aina miesruumista herkempi ja haavoittuvaisempi kulttuuriselle kehon manipulaatiolle. Naisella on ruumis,

---

<sup>87</sup> Bordo, Susan (2003) s. 127-141.

<sup>88</sup> Bordo, Susan (2003) s.141-142.

mutta hän usein myös palautuu ja assosioituu oman kehoonsa, jota on pidetty naisen tilana niin perhe-elämässä, mytologiassa, tieteessä ja filosofiassa kuin uskonnollisessa ideologiassakin. Naisruumiin erityinen historia on ensin ymmärrettävä ja sitten huomioitava osana syömishäiriöiden ja laihuudenihannoinnin tarkastelua, hän painottaa.<sup>89</sup>

Länsimainen kaksijakoinen tai dualistinen kulttuuriperintö katsoo ihmisen olemassaoloa jakamalla sen joko ruumiilliseen ja psyykkiseen, materiaaliseen tai henkiseen. Tämä ajattelu näkyy Bordon mukaan esimerkiksi anorektikon ruumiinkuvassa siten, että oma keho koetaan ulkopuoliseksi, ei minuksi tai muilla tavoilla rajoittuneeksi. Tällöin omaa kehoa kuvataan puheessa vankilana, suona tai rämeenä, häkkinä, sumuna, josta mieli, sielu tai tahto haluaa paeta. Ruumis saattaa syömishäiriöisen silmin olla myös vihollinen, joka himoitsee, tahtoo ja tarvitsee, se hämärtää ja harhauttaa mielen ja ajattelun. Se voi olla lukuisten häiriöiden tyyssija, koska se vaatii ja tahtoo ravintoa. Tällöin yksilön pyrkimyksenä on voittaa kontrolli ruumiin yli, halu tuhota ruumiin kaikki nälät ja himot. Anorektikolla ei ole mahdollisuutta voittaa tätä mielen ja ruumiin välistä kamppailua ja hän yrittää ylittää tämän kamppailun kieltämällä oman nälän tai muiden tarpeiden kokemisensa. Kuitenkin syömishäiriöinen tuntee jatkuvaa pakkomiellettä nälkään. Usein syömishäiriöiset naiset kokevat nälän tulevan itsen ulkopuolisena hyökkääjänä, joka ottaa minän valtaansa. Mielen tai tahdon he puolestaan kokevat olevan vankina ruumiissa. Bordo huomauttaa, että anoreksia ei kuitenkaan ole pelkästään tapa ajatella vaan konkretisoituu ruumiillisina tekoina. Laihuus edustaa anorektikolle mielen voittoa ruumiista ja laiha keho assosioituu absoluuttiseen puhtauteen ja korostuneeseen intellektuaalisuuteen. Rasva ja lihavuus sen sijaan assosioituvat

---

<sup>89</sup> Bordo, Susan (2003) s.141-144.

materian ja lihan saastumiseen, haluttomuuteen, mielen turtuneisuuteen ja rappioon.<sup>90</sup>

Kontrollin akselilla liikuttaessa syömishäiriöinen kokee, että laihduttaminen on ainoa asia, jota hän voi kontrolloida. Nälkä ja elämä tuntuvat olevan puolestaan tiedollisen kontrollin ulottumattomissa. Kulttuurissamme esiintyy myös ilmiöitä, joissa etsitään jatkuvasti hyväksytyllä maaperällä ruumiin sietokyvyn rajoja, kuten esimerkiksi useissa urheilulajeissa. Kehon tarpeiden huomiotta jättäminen todentaa oman kehon täydellistä hallintaa. Kulttuurissamme jää vain vähän tilaa kehollisille kokemuksille, sen sijaan painotetaan tiedollista ideaalia, henkistä täydellistymistä ja totaalisen kontrollin saavuttamista. Tässä kontrollikeskeisessä kulttuuria heijastelevassa ajatusmaailmassa keho koetaan vieraana ja järjelle alisteisena.<sup>91</sup>

Sukupuolisen vallan läsnäolo tarkoittaa Bordolle kulttuurissa näyttäytyvää sukupuolten välistä epätasa-arvoisuutta. Hänen mukaansa kulttuuria, joka hyvin voimakkaasti korostaa laihuusihannetta, ei voida pitää sukupuolineutraalina. Naiselle on mahdotonta saavuttaa romanttista tai seksuaalista ideaalia ilman hyväksyttynä pidettyä ruumista. Naisen ruumiin painosta on tullut myös kulttuurisesti keskeinen ihmissuhteisiin vaikuttava tekijä. Syömishäiriöinen mieli on Bordon tulkinnan mukaan jakautunut feminiiniseen ja maskuliiniseen. Anorektikolla on näin ollen jatkuva sisäinen ristiriita, jossa kielteinen käskevä ja kontrolloiva ääni voidaan käsittää maskuliinisena. Bordolle tällä mielen jakautumisella on kaksi merkityksellistä tasoa. Toinen näistä käsittää pelon ja halveksunnan perinteisiä naisrooleja ja sosiaalisia rajoituksia kohtaan. Toinen puolestaan liittyy syvään pelkoon itse naiseutta kohtaan, ja se sisältää pelonsekaisia tunteita ja arkkityyppeihin

---

<sup>90</sup> Bordo, Susan (2003) s.144–148.

<sup>91</sup> Bordo, Susan (2003) s.148–153.

kytkettyviä assosiaatioita loputtomasta nälästä ja seksuaalisesta epävakaudesta. Sukupuolen tasolla Bordo viittaa Caskeyn tavoin psykoanalyttikko Hilde Bruchin teoriaan, jonka mukaan monet anorektikot ovat lapsina haaveilleet olevansa poikia tai kasvavansa pojiksi. Oman naiseuden kokeminen on hyvin ongelmallinen asia syömishäiriöiselle ja kehossa vaikuttavat naishormonit koetaan negatiivisina. *"In a characteristic scenario, anorexia develops just at the outset of puberty. Normal bodychanges are experienced by the anorectic, not suprisingly, as the takeover of the body by disgusting womanish fat."* Syömishäiriöisten naisten ja tyttöjen inho omia kuukautisia kohtaan on tavanomainen ja tyypillinen ilmiö. Bordon tulkinnan mukaan syömishäiriöitä tarkasteltaessa on tärkeää ymmärtää ne tietynlaisena protestina naisen ideaalia kohtaan. Tämä protesti on näkyvä ja kirjoitettuna oireilevaan kehoon. On ristiriitaista, miten hyvin nämä kehon protestit kohtaavat kulttuuriset ihanteet, jotka ovat olleet mukana myötävaikuttamassa ja tuottamassa niitä, toteaa Bordo. Tavoitellessamme kulttuurista poikamaistakin naisideaalia käännyimme pois luonnollisemmasta sisäisestä kehityksestä. Tiettyyn myyttiseen ja arkkityyppiseen naiskäsitteeseen liittyy negatiivisia ahneuden, tarvitsevuuden ja kyltymättömyyden piirteitä. Nämä piirteet ovat sellaisia, jotka monet vastakkaisen sukupuolen edustajat kokevat naiseuteen sisältyvän, ja jollaisena anorektikko kokee sisäisen naiseutensa.<sup>93</sup>

### 3.5 Ruumiin kokemus ja fenomenologinen peili

Suomalainen naistutkija Martina Reuter tarkastelee syömishäiriöitä, etenkin anoreksiaa, esseessään "Anorektisen ruumiin fenomenologia" Maurice Merleau-Pontyn<sup>94</sup> filosofian kautta. Tämän ranskalaisfilosofin näkökulman

---

<sup>92</sup> Bordo, Susan (2003) s.156.

<sup>93</sup> Bordo, Susan (2003) s. 154–163.

<sup>94</sup> Maurice Merleau-Ponty on ranskalainen filosofi ja fenomenologi (s.1908–1961).

mukaan ruumista ei tulisi palauttaa objektiksi. Merleau-Ponty näkee yksilön toiminnallisena subjektina, joka aktiivisesti tuottaa ja muokkaa kulttuurisia merkityksiä. Reuter kirjoittaa, että syömishäiriöitä tarkasteltaessa tulisi keskittyä inhimillisen kokemusmaailman ymmärtämiseen painottamalla yksilön subjektiivisuutta. Reuterin mukaan anorektisen ja bulimistisen toiminnan merkityksen ymmärtäminen edellyttää ruumiillisen intentionaalisuuden käsitettä. Merleau-Pontyn fenomenologiassa kaikki intentionaalisuus perustuu esireflektiiviselle tasolle ja tässä keskeistä on ruumissubjektin ja sitä ympäröivän tilan välinen suhde.<sup>95</sup>

Yksilön keho eli ruumis on ja liikkuu aina tilassa ja antaa häntä ympäröivälle maailmalle merkityksiä. Tämä subjektia ympäröivä tila ei ole luonteeltaan määrittelemätön fyysinen avaruus vaan ensisijaisesti historiallinen ja kulttuurinen maailma, toteaa Reuter. Merleau-Pontyn filosofiassa liikkuminen on aina ruumiin suuntautumista jotakin kohti, eli intentionaalista toimintaa. Tämä intentionaalinen subjekti ei ole palautettavissa fysiologiaan, sillä tällöin ruumis ja myös subjekti menettävät mahdollisuuden toimia intentionaalisesti<sup>96</sup>. Reuter johtaa Merleau-Pontyn ajattelua syömishäiriöihin siten, että hän kuvaa niiden luonnetta sellaisina tiloina ja toiminnan muotoina, jotka ovat ruumiillisen ja mentaalisen välissä. Merleau-Pontylle ihmisen ruumiillinen tilanne on aina osa tietoisuutta, joten mentaalista ja ruumiillista tasoa ei voida erottaa toisistaan. Ruumista, kuten sen sukupuoltakin sitovat aina ympäristön odotukset. Ruumis on kahtalaisesti samaan aikaan sekä subjekti että objekti, objektina se on olemassa aina toisten ihmisten maailmassa.<sup>97</sup> Reuteria siteeraten: *"Fenomenologisessa ruumiissa sosiaalinen ja ruumiillinen tilanne*

---

<sup>95</sup> Reuter, Martina (1997) s.138.

<sup>96</sup> Reuter, Martina (1997) s. 142. Fysiologinen selitys ei tavoita eletyn intentionaalisen ruumiin ydintä.

<sup>97</sup> Reuter, Martina (1997) s.147-148.



*kytkeytyvät subjektiivisuuteen, ja tämän kytköksen tutkiminen valaisee myös syömishäiriöisen yksilön tilannetta.<sup>98</sup>*

Reuter kritisoi feministisiä näkökulmia anoreksiaan siitä, että usein niissä tarkastellaan subjektin suhdetta maailmaan kahden objektin välisenä kausaalisuhteena, ja siitä, miten feministiset tulkinnat painottavat syömishäiriötä kulttuurisesti tuotettuina käyttäytymismalleina<sup>99</sup>. Reuterille anorektikko ei ole vain passiivinen ruumis, jota jo valmiit kulttuuriset odotukset muovaavat. Hän on kiinnostunut etenkin siitä, miten syömishäiriöt ovat sekä intentionaalista toimintaa että kulttuurisesti muodostuneita käyttäytymismalleja. Niin sanottujen normaalimpien toimintamallien mukaan syömishäiriöt yhdistävät kulttuurisia ja subjektiivisia merkityksiä, eli ne osallistuvat myös aktiivisesti merkitysten muotoiluun. Syömishäiriö on Reuterille itse oma merkityksensä. Tällä Reuter ei tarkoita sitä, että anorektinen olotila olisi muuttumaton vaan korostaa sitä, että olotila muuttuu vasta silloin, kun sen merkitykset muuttuvat. Parhaassa tapauksessa ruumis irtautuu anorektisista ilmauksista ja kiinnittyy uusiin erilaisiin merkitysrakenteisiin. Reuter haluaa korostaa anoreksiaa toiminnan muotona, jolle tulee etsiä ja antaa uusia merkityksiä. Merkityksistä irtautuminen tarkoittaa sitä, ettei niitä palauteta yksinomaan lääketieteen piiriin, vaan tarjotaan uusia subjektiivisia ja kulttuurisia merkityksiä anorektisten merkitysten tilalle.<sup>100</sup>

### **3.6 ”Syömishäiriöiden salainen kieli” ja Montreaux-hoitometodi**

*”Runoilijat ja taiteilijat ovat kautta aikojen kuoanneet ihmisen humanisuutta ja murehtineet ihmisen tuskaa. Hämmäntävää on se kuinka intensiivisesti ja kuinka usein*

---

<sup>98</sup> Reuter, Martina (1997) s.147-148.

<sup>99</sup> Reuter, Martina (1997) s.144.

<sup>100</sup> Reuter, Martina (1997) s.147-150.

*juuri tämä toisista välittäminen ilmenee nykymaailmassa juuri syömishäiriöistä kärsivissä ihmisissä.”<sup>101</sup>*

Kanadalainen psykologi Claude-Pierre on kehittänyt syömishäiriöiden hoitoon Montreaux-menetelmän, jossa hän painottaa kielteisen minäkäsityksen osallisuutta syömishäiriöissä. Hänen kirjoittamansa kirja *”Syömishäiriöiden Salattu Kieli”* ilmestyi alkukielisenä 1997 ja on suomennettu vuonna 2000. Kirja kertoo hänen hoitomenetelmästänsä ja tavastaan ymmärtää syömishäiriöissä esiintyviä piirteitä. Claude-Pierren hoitomenetelmässä on voimakas humanistinen painotus ja hän hyödyntää taidepainotteisten menetelmien käyttöä hoidon osana. Hänen näkökulmansa syömishäiriöistä liikkuu kliinisen ja syömishäiriöiden sisäisen diskurssin välimaastossa, sillä hänen menetelmänsä taustalla on hänen molempien tyttäriensä sairastuminen anoreksiaan ja hänen kirjoituksissaan on vahva omakohtainen painotus. Hänen tavassaan käsittää syömishäiriöt näkyy kuitenkin myös kliininen pyrkimys luokitella ja diagnosoida syömishäiriöiden oireita. Hän tosin on luonut tähän oman käsitteensä eli negatiivisen minäkuvan häiriön, Confirmed Negativity Condition<sup>102</sup>.

Claude-Pierren hoitomenetelmässä käytetyt taidepainotteiset menetelmät toimivat anoreksian äänen esiintuojina ja sen ulkoistajina. Niiden avulla sallitaan ja tehdään näkyviksi niitä ääniä, joita perinteisempi kliininen diskurssi on sivuuttanut<sup>103</sup>. Hänen kehittämänsä hoitomenetelmää on hyödynnetty syömishäiriöiden hoidossa, mutta hänen lähestymistapaansa on myös kritisoitu etenkin U.S.A:ssa ja Kanadassa, koska sitä ei ole pidetty tarpeeksi lääketieteellisenä. Hänelle työskennelleiden hoitajien ammattitaitoa on

---

<sup>101</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.22.

<sup>102</sup> Lyhennetty engl. CNC.

<sup>103</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.128,176–177.

kyseenalaistettu, sillä hän oli käyttänyt syömishäiriöistä toipuvia entisiä asiakkaita hoitajina muille potilaille<sup>104</sup>. Tämä kritiikki ja syytökset vakavista hoitovirheistä johtivat myös hänen yksityisklinikkansa sulkemiseen Kanadan Montrealissa vuonna 1999. Kirjoitan työtäni tietoisena siitä kritiikistä, jota Claude-Pierre henkilönä sekä hänen hoitomenetelmänsä ovat saaneet osakseen. En kuitenkaan pidä tätä kritiikkiä tarkasteluni lähtökohtana, vaan ajattelen, että hänen menetelmällään voi todella olla jotakin annettavaa syömishäiriöistä toipuville.

### **3.6.1. Montreaux-Metodi**

Claude-Pierren kehittelemä Montreaux-hoitometodi lähtee siitä käsityksestä, että syömishäiriön taustalla on mielenterveydellinen häiriötila, jota kutsutaan nimellä CNC. Tämä niin sanottu jatkuvan minäkielteisyyden tila heijastuu potilaan koko elämään ja värittää tämän näkemän todellisuuden itsehalveksunnan ja arvottomuuden väreillä. Henkilön suhde ruokaan tai kulttuuriset laihusihanteet eivät sinänsä ole syömishäiriön syitä, vaan sen oireita, Claude-Pierre korostaa. Hän toteaa, ettei hänen näkökulmansa ole puhtaan lääketieteellinen vaan lähtee halusta ymmärtää syömishäiriöistä kärsivien henkilöiden mielenmaisemaa. Montreaux-menetelmä on syntynyt pitkän prosessin tuloksena Claude-Pierren kohdattua ja hoidettua itseoppineesti syömishäiriöistä kärsiviä. Hänen molemmat tyttärensä Nicole ja Kirsten ovat sairastaneet anoreksian. Menetelmä muovautui ensin avohoitoa tarjoavasta keskuksesta lääketieteellisesti kontrolloiduksi ympärivuorokautiseksi hoitosuunnitelmaksi. Claude-Pierren mukaan on tärkeää, että hoitohenkilökuntaa tulee monilta eri ammattialueilta, ja että heidän persoonallisuudessaan korostuu etenkin ystävällisyys, eläytymiskyky ja

---

<sup>104</sup> McLintock, Barbara (2002).

kärsivällisyys. Toipuvien vertaistuki on tärkeää samoin kuin jo toipuneiden vapaaehtoinen työskentely muiden potilaiden parissa.<sup>105</sup>

Syömishäiriöiden taustalla vaikuttavien syiden Claude-Pierre näkee johtuvan sekä perheen eli mikrokosmoksen tasosta, että myös yhteiskunnan eli makrokosmoksen tasosta. Perheen sisällä laukaisevia tekijöitä, hänen mukaansa, ovat lapsen häiriintynyt kehitys sekä turvallisten rajojen puuttuminen. Yhteiskunnan tasolla ongelmat pohjaavat vanhemmuuden mallien puutteeseen sekä kiireiseen elämänrytmiin. Yhteiskunnallisella tasolla välittyy ajatus siitä, että lääkkeillä voidaan hoitaa ongelmia pois päiväjärjestyksestä. Mediaa hän kritisoi siitä, miten se välittää kielteisiä viestejä ja sensaatiouutisia lasten saataville liian helposti.<sup>106</sup>

*”Jatkuvalle kielteisyystilalle altistuneet lapset loistavat useimmilla alueilla, jotka yhteiskunta tarjoaa tärkeiden ulkoisten arvojen esiintuomiseen – kuten koulussa, urheilussa, voimistelussa, tanssissa, musiikissa jne. He pyrkivät noudattamaan yhteiskunnan sanelemina pitämiään sääntöjä – tekemään mieliksi toisille ennen itseään. He eivät pyri olemaan parhaita luontaisen ylemmyyden- ja velvollisuudentuntonsa takia; he tekevät sen todistaakseen oman arvoensa toisille, koska heiltä puuttuu sisäinen itseyyden tunto.”<sup>107</sup>*

Claude-Pierre kutsuu itseään itseoppineeksi terapeutiksi, joka omien tyttäriensä kautta pikku hiljaa alkoi ymmärtää syömishäiriöisen mielen toimintaa. Hän päätyi siihen tulokseen, tarkkailtuaan tiiviisti tyttärensä oireita, että anoreksia on sairaus, jossa ei ensisijaisesti ole kysymys painosta. Kirjassaan hän toteaa, että oppi pian tietämään, että ruumiinkuvalla ei ole sairaudessa kovin suurta sijaa, että se ei ole riippuvainen sukupuolesta, iästä tai ulkonäöstä. Hän ei

---

<sup>105</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.26-55.

<sup>106</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.72-79.

<sup>107</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.78.

vakuuttunut syömishäiriöklินิกoiden hoito-ohjelmista, jotka tähtäsivät käyttäytymisen muutokseen rankaisemisella ja palkitsemisella. Näissä kognitiivis-behavioraaleissa hoitomalleissa potilaille on asetettu tietyt tavoitteet, joita seuraamalla, esim. syömällä aterian loppuun, heitä palkitaan ja päinvastoin, ei-toivotusta käyttäytymisestä rangaistaan esimerkiksi kieltämällä tapaamisia tai evätään potilaalta joku muu miellyttäväksi koettu asia. Hän painottaa, että teot ja seuraukset on erotettava toisistaan, sillä anorektinen mielenlaatu on jo muutenkin hyvin ankara ja rankaiseva itseään kohtaan. Claude-Pierre huomasi, että harhauttamalla tyttären huomio toisaalle ruokailun aikana ja heti sen jälkeen, hän helpotti tyttären tuskaa ja itseinhoa, jota tämä koki ruokailuun liittyen. Hän lakkasi reagoimasta millään tavoin tyttärensä provokatiiviseen käyttäytymiseen ja puhui tälle ainoastaan lempeään sävyyn.<sup>108</sup>

*”Anoreksiassa ei ole mitään logiikkaa ja osa Kirstenin mielestä vakuutti hänelle yhä uudelleen, että hänellä ei ollut lupa syödä tai että hän tulisi toimeen naurettavan pienellä ruokamäärällä.”<sup>109</sup>*

Claude-Pierre oli kiinnostunut siitä, minkälaisia vaikutuksia ystävällisyydellä ja positiivisella kannustamisella oli syömishäiriöiselle mielelle. Hän alkoi luoda teoriaa negatiivisesta mielestä, kun tuli siihen lopputulokseen hänen toisen tyttärensä Nicolen kanssa, etteivät anoreksian oireet ja teoriat vastanneet hänen tyttärensä oireita tai mielenliikkeitä. Kysymys ei näin ollen ollut siitä, että hänen tyttärensä olisi manipuloimalla halunnut huomiota näännyttämällä itsensä nälkään, taikka että hän olisi ollut täydellisyyden tavoittelija ja perfektionisti. Claude-Pierre tuli vakuuttuneeksi pikemminkin siitä, että syömishäiriöiden taustalla oli tila, joka altisti jotkut ihmiset anoreksialle, eräänlainen sisäisen mielen tulkinta elämästä. Hän huomasi, että hänen oli punnittava tyttärensä kääntyneenä selin vaakaan, ettei tämä olisi nähnyt

---

<sup>108</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.26–55.

<sup>109</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.35.

numeroita, jotka hänen mielensä olisi voinut kääntää häntä vastaan, sillä mikään luku ei olisi ollut riittävän hyvä anoreksialle.<sup>110</sup>

### 3.6.2 Jatkuva kielteisyytila

*"Sinun asiasi eivät koskaan korjaannu. Sinä olet lihava ja läski ja ruma. Isäsi kuolee auto-onnettomuudessa jos sinä syöt. Sinun pitäisi palaa helvetin tulessa. Sinä et ansaitse elää. Sinun ei pidä syödä, sillä syöminen on elämää."*<sup>111</sup>

Claude-Pierre lähtee hakemaan perusteita jatkuvalla kielteisyytilalle kysymällä seuraavanlaisia kysymyksiä: Mikä saa ennen niin normaalin teinitytön kieltämään itsensä täysin ja tuntemaan äärimmäistä itseinhoa? Mikä herättää halun nälkiinnyttää itsensä olemattomiin? Tässä itseinhon kontekstissa Claude-Pierre puhuu epätoivon salaisesta kielestä. Hän näkee kielteisyytilan alttiuden syntyvän jo varhain lapsuudessa ja hän kokee sen juurtuvan masennukseen, fobioihin, paniikkikohtauksiin tai pakko-oireisiin häiriöihin. Hänen mukaansa syömishäiriöissä voi ilmetä myös muita samanaikaisoireita tai muut oireet voivat hetkittäisesti nousta enemmän pinnalle. Syömishäiriö on oire ja jatkuva kielteisyytila puolestaan sairaus, jota on hoidettava. Jatkuva kielteisyytila näyttäytyy uhrin mielessä kahden vastakkaisen asenteen välisenä sisällissotana. Kielteinen mieli on kaikkivoipa silloin, kun syömishäiriön oireet ovat läsnä, Claude-Pierre korostaa. Se, mikä on alkanut epäilyksinä, päättämättömyytenä tai lievänä itsekritiikkinä, vahvistuu niin, että se muodostaa autonomisen äänen, hän jatkaa. Se tyrannisoi uhriaan, on ylikriittinen, tuhoava ja epätoivoa herättävä.<sup>112</sup>

---

<sup>110</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.37–48.

<sup>111</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.60

<sup>112</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.55-60.

Vastapainona kielteiselle mielelle on niin sanottu todellinen mieli, joka salaa toivoo, että joku tulisi ja pelastaisi. Se on myönteinen voima, joka oli voitolla ennen syömishäiriön oireiden vahvistumista, ja koostuu normaaleista reaktioista jokapäiväisiin tapahtumiin. Claude-Pierre painottaa tämän todellisen mielen olevan se persoona, joka potilas olisi ollut, mikäli jatkuva kielteisyys olisi torjuttu ja mikäli hänen emotionaalinen kehityksensä ei olisi pysähtynyt. Jatkuvan kielteisyystilan voimistuessa sairastunut henkilö yrittää käydä sen kanssa kauppaa, esimerkiksi lupaamalla urheilla, mikäli saisi ensin jotain pientä syödäkseen. Kuitenkin tämän kaupankäynnin seurauksena todellinen mieli päättyy luovuttamaan paikkaansa yhä enemmän kielteiselle mielelle, joka ei mielellään sallisi uhrille mitään tämän edun mukaista, varsinkaan ulkopuolista apua.<sup>113</sup>

Kielteinen mieli toimii vääristävänä linssinä ja saa lähes jokaisen tapahtuman kääntymään itseään vastaan syömishäiriöisen subjektiivisessa maailmassa. Claude-Pierre korostaa näkemyksessään sitä, miten vaikeaksi uhrin läheisten ja muiden osapuolten välinen kommunikointi käy, kun jokainen lause tai hyväntahtoinen ele kääntyy vastakohdakseen. Uhrin ja muiden väliltä ikään kuin puuttuu yhteinen kieli. Kielteinen mieli hallitsee kuitenkin potilasta vain hoidon alkuvaiheilla ja hellittää asteittain otettaan henkilön toipuesssa. Syömishäiriötä sairastaville henkilöille ei ole kehittynyt identiteettiä tai minuutta muussa merkityksessä kuin siinä, että heillä on heidän oma subjektiivinen havaintonsa toisten odotusten täyttämistä.<sup>114</sup>

Hoidollinen, rakastava ja välittävä läsnäolo on Claude-Pierren hoitomenetelmän kulmakivi. Kielteisen mielen näännyttäminen rakastavalla läsnäololla on Claude-Pierren mukaan oikea lääke kohti paranemista, näin

---

<sup>113</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.61–62

<sup>114</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.63, 65–66.

erotetaan myös tila ja potilas toisistaan. *”Se yllyttää uhria näkemään nälkää tai vahingoittamaan muuten itseään, se pyrkii pilaamaan hoidon, karkottamaan kaiken avun ja hellyyden, loukkaamaan läheisiä ja ajamaan heidät pois oudolla käyttäytymisellä. On hyödyllistä olla pari askelta kielteisen mielen edellä tietoisena sen kaikista vastasiirroista.*<sup>115</sup>”. Jokaiseen kielteiseen ajatukseen on vastattava myönteisellä. Rakastava puhe johdattelee myös vertailemaan jyrkkiä vastakohtia ja taivuttelee pikkuhiljaa potilasta sallivampaan ja lempeämpään maailmaan.<sup>116</sup>

Claude-Pierren hoito tähtää potilaan minäkäsityksen ja itsetunnon tervehdyttämiseen. Hän pitää hoidon alkuvaiheessa tärkeänä sitä, miten potilas on vapautettava kaikenlaisista taakoista ja odotuksista, sillä syömishäiriöistä henkilöä ei tulisi vastuuttaa sanomalla, että hänellä on avaimet omaan toipumiseensa. Hän korostaakin, että juuri kykenemättömyys pyytää apua tekee näistä henkilöistä todellisia uhreja. He eivät siis tunne ansaitsevansa apua ja heidän oma mielensä estää heitä pyytämästä sitä.<sup>117</sup>

### 3.7 Tulkintoja syömishäiriöistä

Olen käsitellyt erilaisia teoreettisia näkökulmia syömishäiriöihin. Näissä tulkinnoissa on tullut esille toisistaan eriäviä mielipiteitä ja sisäisiä ristiriitoja, kun ne puhuvat syömishäiriöistä ilmiönä, niiden syistä ja taustalla vaikuttavista kulttuurisista tai psyykkisistä tekijöistä. Nämä ristiriidat ja näkemyserot ovat mielenkiintoisia, koska niiden kautta paljastuvat tarkastelun ja näkökulmien väliset reunaehdot. Ne kertovat siitä, miten syömishäiriöitä tulisi tai ei tulisi ymmärtää. Pyrkimykseni ei ole arvottaa näitä näkökulmia tai osoittaa niitä tosiksi tai epätosiksi. Näkökulmat ovat erilaisia tulkintoja syömishäiriöistä ja

---

<sup>115</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.147.

<sup>116</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.149,167.

<sup>117</sup> Claude-Pierre, Peggy (2000) s.12.



tulkintoina tai diskursseina ne ovat jo valmiiksi hierarkkisissa suhteissa toisiinsa nähden.

Lääketieteellisen ja diagnostisen näkökulman rooli ja tehtävä on palvella perusterveydenhuoltoa, systematisoida ja luokitella oireita. Tämä samainen lääketieteellis-psykologinen diskurssi muokkaa syömishäiriöiden hoitokäytäntöjä ja näkyy varsinkin perushoitotyön arjessa. Tässä ehkä näyttäytyy pelkän kliinisen hoitokulttuurin riittämättömyys käsitellä ja kohdata ihminen muunakin kuin pelkkänä ruumiillistuneena oireena. Sisäisen syömishäiriödiskurssin äänet voidaan tulkita myös kritiikkinä tälle lääketieteellistyneelle diskurssille, sillä ne pyrkivät tuomaan esille henkilökohtaisia kokemuksia ja tekemään näkyväksi sitä, mitä lääketiede ei tavoita. Lääketieteellisillä diagnooseilla on oma tärkeä tehtävänsä, mutta mielestäni etenkin mielenterveydellisen oireilun kohdalla on syytä kysyä, miten ne ottavat huomioon ihmisen subjektiivisen todellisuuden sekä laajan kulttuurisen kontekstin. Myös Caskeyn psykoanalyttinen näkökulma on kliinisen diskurssin sisällä ja siten myös kulttuurinen ja aikaansa sidottu. Martina Reuter kritisoi lääketieteellistä diagnosointia kirjoittamalla: *"Syömishäiriöt kuitenkin sisältävät merkityksiä, jotka viittaavat pitkälle ohi lääketieteellisten diagnoosien – Kyse on kulttuuristen ja yksilöllisten merkitysten yhdistelmästä, eikä sitä voida tavoittaa empiirisen kuvauksen tasolla oli se sitten sosiaalinen, psykologinen tai fysiologinen."*<sup>118</sup> Olennainen kysymys tässä kontekstissa onkin se, miten tavoittaa syömishäiriöisen oireilun ydin. Mielestäni juuri tarkastelemalla ja tulkitsemalla sitä kieltä ja niitä merkityksiä, joita erilaiset näkökulmat muodostavat, voidaan lähestyä syömishäiriöitä kokonaisvaltaisemmin.

---

<sup>118</sup> Reuter, Martina (1997) s.137.

Syyt syömishäiriöiselle oireilulle löytyvät toisiinsa kietoutuvista tekijöistä minuuden ja kulttuurin tasoilla. Olennaista tässä kontekstissa onkin kysyä, mihin syömisen kautta "oireileva" ihminen pyrkii, mitä hän tavoittelee ja mistä hänen "oireilunsa" kertoo. Käyttäytymistä ja toimintaa selitetään toisaalta yksilön herkkyydellä, jopa yksilöllisen minuuden puutteella tai toisaalta herkkyydellä kulttuurisille ruumiin ihanteille tai suorituskeskeiselle elämäntavalle. Yksilön suorittaminen edustaa onnistumista elämässä ja tarkoittaa asetettujen ulkoisten tavoitteiden saavuttamista. Tämä suorittaminen on samalla maaperää myös sairaudelle, joka ottaa valtaansa ja alkaa asettaa tavoitteita suhteessa ruuan ja ruumiin kontrolliin. Toisaalta syyt oireilulle ovat psyykkisen yksilön sisäisen ja ulkoisemman kulttuurisesti välittyneen toiminnan yhteenkietoutumisessa, jossa intentionaalinen subjekti alkaa toteuttaa syömishäiriöistä" toimintaa.

Syömishäiriöistä puhutaan eri tulkinnoissa eri äänillä, myös toistensa ohi, kiinnittyen joko lääketieteelliseen tai sitä vastustavaan diskurssiin. Tätä vastakkainasettelua tai äänten ristiriitaisuutta avaa lääketieteen kielen tarkastelu. Kliiniseltä kieleltä ja diskurssilta puuttuu yhteys ihmisen elämismaailmaan, yksilön tapaan tuntea ja kokea maailma subjektina, se siis vaientaa yksilön oman äänen. Lääketieteellinen ääni, puhe tai kieli on objektivoivaa. Se on mittaamiseen nojaava ja kausaalisuhteisiin suhtautuva ymmärtämisen ja puhumisen tapa. Ihmisen elämismaailman ääni puolestaan lähtee yksilön puheesta ja hänen tavastaan ymmärtää olemassaoloaan.<sup>119</sup> Reuterin näkökulmaa lukuun ottamatta muissa näkökulmissa hyväksytään syömishäiriö sairautena ja häiriönä. Myös sisäisessä diskurssissa ihmisruumiin oire tai diagnoosi on hyväksytty, vaikka sitä pyritään samalla ulkoistamaan. Esimerkiksi englanninkielisen pro-syömishäiriö-sivuston varoituksessa alleviivataan sitä, miten anoreksia tai bulimia hyväksytään, ja siitä ollaan

---

<sup>119</sup> Peräkylä, Anssi (2000) s.78–79.

ylpeitä. Samalla tavalla mieltä tarkasteleva psykologinen tulkintatapa tai puhe on juuttunut minuuden sisälle, perheen vuorovaikutussysteemeihin, impulsseihin ja vietteihin siten, ettei se tavoita yksilön ääntä tai kulttuurin moniulotteista vaikutusta yksilön elämismailmalle.

Kulttuurin merkitys nähdään hieman eri tasoilla. Näkemyserot kulttuurin luonteesta vaihtelevat ulkopuolelta ihmistä määrittävästä kulttuurista kulttuuriin, jolla on oma historiallinen jatkumonsa vaihtelevine merkitysisältöineen. Kulttuuria teoretisoivissa näkökulmissa, erityisesti Caskeyllä ja Bordolla, heikkoutena kuitenkin on puhe ja kieli, joka jää kulttuurikritiikin tasolle ja jättää vain vähän sijaa yksilön sisältä tuleville merkityksille. Tässä määrittelyssä on nähtävissä samankaltainen diskursiivinen kuilu sisäisen ja ulkoisen maailman välillä kuin diagnostisessakin kielessä.

Psykyen tai mielen toimintaa tarkasteltaessa syömishäiriöisen mieli näyttäytyy impulssien, halujen, pelkojen ja kontrollin temmelyskenttänä. Tämä tulkinta onnistuu avaamaan tunnelukkoja tai mielen ristiriitaisuutta, sen sekasortoa ja käyttäytymistä, joka voi ulkopuolisen silmissä vaikuttaa järjettömältä. Psykologisten näkemysten pyrkimys yleistämiseen tai psykoanalyysin tapa keskittyä yksilön sisäisiin ongelmiin ei kuitenkaan tavoita sosiaalista ja kulttuurista kontekstia tai yksilön ainutlaatuisuutta. Ihmisen mieltä tai psyykeä ja kulttuuria ei nähdä yhteen kietoutuneina, jolloin ihminen kaventuu pelkiksi mielen rakenteiksi, ja subjekti irtoaa kulttuurista, johon se on syntyessään kiinnittynyt<sup>120</sup>.

Bordon, Caskeyn ja myös Claude-Pierren syömishäiriötulkinnoissa korostuu näkemys, jossa laihuutta tavoitteleva anorektikko kamppailee mielen ja ruumiin välistä taistelua. Tämä sisällissota, kuten Claude-Pierre asian ilmaisee, saa voimansa ihanteista, jossa laihuus edustaa hyvyttä, paremmuutta ja

---

<sup>120</sup> Fornäs, Johan (1998) s.265–267.

onnellisuutta. Mielikuvista voimaa hakeva ihannointi ei kuitenkaan ole vain "sairaiden" oireilevissa mielissä tapahtuvaa, vaan samankaltaista ajattelua esiintyy häiriötulkinnan ulkopuolella. On tavallista hakea mielikuvista voimaa myös arjessa tapahtuvassa syömättömyydessä, jolloin nälkää halutaan siirtää kauemmaksi. Syömiseen liittyvä syyllisyyden kokeminen ei ole yksinomaan syömishäiriöistä toimintaa. Mielestäni onkin hyvä pohtia sitä, miksi jokin toiminta muuttuu häiriöön kuuluvaksi oireeksi, vaikka samaa toimintaa tapahtuu kulttuurissa ja ihmisen elämänpiirissä myös häiriötulkinnan ulkopuolella.

Claude-Pierren näkemyksessä korostuu syömishäiriöiden tapa todentua puheena tai kielenä. Tämän näen hänen näkökulmansa vahvuutena. Kirjoitetun kielen tasolla akateemisen retoriikan puute jää kuitenkin kiusaamaan, sillä siinä missä lukijana olisi toivonut tämän näkemyksen suhteuttamista muuhun alan kirjallisuuteen ja viittaamista muihin näkökulmiin, lukija jää hieman harhailemaan. Hänen käyttämänsä kieli on kuitenkin metaforiltaan rikasta verrattuna muihin näkökulmiin. Hänen tapansa puhua syömishäiriöistä on vähemmän akateemista ja enemmän runollista. Poeettinen kieli ja runsas metaforien käyttö jättää enemmän sijaa kokevalle yksilölle ja ruumiilliselle merkityksen muodostumiselle. Tekstistä kielen tasolla tulee selvästi ilmi se, miten hän puhuu sairastaneiden tyttöjen äitinä, vastustaen puhtaasti lääketieteellisiä näkökulmia.

Suhteessa muihin näkökulmiin, jotka puhuvat syömishäiriöstä nimenomaan häiriönä, puhuu Claude-Pierre jatkuvasta kielteisyydestä. Tässä kontekstissa häiriötä ei lukita samanlaiseksi sairaudeksi kuten psykiatrisessa käsitteistössä, vaan mielessä olevaksi tilaksi, joka on liikkuva ja muuttuva olemisen muoto. Mielen tervehtyminen nähdään Claude-Pierren tulkinnassa mahdolliseksi juuri puhutun ja sanotun kielen kautta, jolloin kielteisiä ajatuksia ja ajatuksen mustavalkoisuutta johdatellaan kohti sallivampia ja hyväksyvämpiä ilmaisuja. Kriitikkinä hänen tulkinnalleen voisi mainita sen, että hän käsittää kulttuurin

kapea-alaisesti, koska hän ymmärtää sen vain perheen ja yhteiskunnan tasoilla toimivaksi, vailla laajempaa kontekstia symboleihin, elämisen tyyliin tai kulttuurisiin ilmiöihin. Claude-Pierren näkökulmassa käytännön tason hoidon merkitys korostuu ja hänen näkemyksensä tarjoaakin tietyn tyyppisen hoitomallin, jossa kaikki tähtää kielteisen mielen voittamiseen.

Näkökulmissa on selkeitä eroja toisiinsa nähden myös käsityksissä ihmisen tai ihmissubjektin toimijuudesta. Nämä linkittyvät siihen, miten yksilön valta, minuus ja itsemääräämisoikeus ymmärretään. Reuterin fenomenologinen näkökulma korostaa muita enemmän yksilön intentionaalisuutta ja toimijuutta. Tämä voidaan lukea voimaantumisen, aktiivisuuden tai vastakulttuurin kautta syömishäiriön sisäisessä diskurssissa. Olen pohtinut tätä ilmiötä kasvatuksellisesta näkökulmasta törmättyäni pro-syömishäiriö-sivujen lakkauttamiseen ja sensuuriin. Sensuurin yhteydessä on esitetty paljon kysymyksiä sivustoilla esiintyvien henkilöiden oikeuksista ja toimijuudesta yksilöinä, sekä toisaalta sivustojen vaikutuksista syömishäiriöiden lisääntymiseen ja lääketieteellisen tilan ja diagnosoinnin vastustamiseen<sup>121</sup>. Mielestäni keskeisimmät sivustoihin ja pro-syömishäiriöliikehdintään liittyvät kysymykset ovat: voidaanko syömishäiriöitä mieltää elämäntapoina? Millä perusteilla sivustoja ja ihmisten ilmaisuvapautta voidaan ja saadaan rajoittaa? Kuinka haitallisia nämä sivustot lukijoilleen todella ovat?

Erilaiset syömishäiriönäkökulmat rakentavat ja selittävät syömisen häiriötä joko yksilöstä, yhteisöstä tai kulttuurista lähtevänä oireena sekä haitallisena toimintamallina. Yksilön ja kulttuurin välinen side ei kuitenkaan kuroudu näkökulmissa täysin umpeen, vaan ne ovat selkeästi joko yksilön tai kulttuurin puolella. Diskursseista nousee esiin kaksi erilaista ääntä: negatiivinen kielteinen ääni, joka käsittää ahmimisen ja syömättömyyden ensisijaisesti häiriönä ja

---

<sup>121</sup> Jyränkö, Juulia (2007) s. 233–237.

oireena, sekä vaatimuksen ja oikeutuksen ääni syömishäiriöiden sisäisestä elämänpiiristä, joka puhuu omasta ruumiistaan ylpeästi ja peräänkuuluttaa yksilön oikeutta omaan ruumiiseensa. Nämä puhumisen tavat eivät kuitenkaan tavoita laajempaa kulttuurista kontekstia, jossa ahmiminen tai syömättömyys ovat aina olleet ihmisen toiminnan tasolla olemassa.

Käsitlemissäni näkökulmissa kulttuurin merkitys oireiden ja kapea-alaisen naiseuden todentajina korostui. Kulttuurin nähtiin tuottavan kapeita naiseuden malleja, kantavan historiallisia ja oireilevia merkitysisältöjä myös subjektin tasolla, tai tarjoavan vääränlaista ruumiinkuvan ihannetta. Oman tulkintani mukaan tämänkaltainen monialainen lähestyminen voi rikastuttaa diagnostista hoitokulttuuria ja laajentaa rajattuja näköaloja ahmimisesta ja syömättömyydestä. Näkökulmat kuitenkin kaipaavat rinnalleen laajempaa ruuan ja ruumiillisten merkitysten ilmiömaailman tarkastelua, sillä näkökulmina yksinään ne osoittautuvat varsin riittämättömiksi. Kahdessa seuraavassa luvussa tuon esille laajempaa kulttuurista tarkastelua naisen ja ruuan välisestä suhteesta sekä ruumiillisuudesta osana kulttuuria.

## 4 NAINEN JA RUOKA

Kuka on terve ja kenellä meistä oikeastaan on luonnollinen suhde ruokaan? Nykykulttuurissa elävän ihmisen ja hänen ravintonsa suhde on moniulotteinen, sukupuolitettu ja sisältää paljon symbolisia merkityksiä. Erityisen mielenkiintoisessa asemassa on nykyaikamme nainen ja hänen suhteensa ruokaan. Jatkuva terveystavoittelu on kääntynyt myös itseään vastaan. Sen vahingollinen puoli näyttäytyy naisen jatkuvana itsekontrollina, laihduttamispyrkimyksinä ja selvästi lisääntyneinä syömishäiriöinä. Ruuan terveydellistämisen myötä se on jakautunut, ainakin mielikuvan tasolla, hyvään ja terveelliseen ruokaan ja toisaalta huonoon ja epäterveelliseen ruokaan. Tämä kahtiajako näyttäytyy ”kielletyn” ruuan haluamisena. Mainokset ja muu visuaalinen ympäristömme todentavat kulttuurisesti sukupuolittunutta ja ”hyväksyttävää” syömiskäyttäytymistä.

Tässä luvussa korostuvat naisen ja ruoan välinen suhde sekä syömiseen liittyvät ja siitä saadut merkitykset henkilökohtaisella tasolla. Laihduttaminen ja syöminen edustavat sellaisia kulttuurisia arvoja, joita pidetään naiselle hyväksyttävänä. Ruokaan ja ravintoon liittyy kuitenkin myös paljon syvempiä tunnepitoisia ja symbolisia merkityksiä. Poikkeavan syömiskäyttäytymisen yhteydessä yksilön tunne-elämä heittelee ja vaihtelee itseinhosta ylpeyteen. Kappaleissa ”Tunnepitoinen Ruoka” sekä ”Syöminen häpeä ja kieltäytymisen ylpeys” tuon esille yksilöpsykologista näkökulmaa siihen, miten ruoka vaikuttaa naisen tunne-elämään ja minäkuvan heilahteluihin.

Australialaisen laihdutusta ja naisten dieettiepidemiaa käsittelevän tutkimuksen<sup>122</sup> mukaan, laihduttamisesta on tullut normaalina pidetty asia länsimaisen naisen elämässä. Kulttuurissamme ylläpidetään ja toisinnetaan

---

<sup>122</sup> Germov, John & Williams, Lauren (1996).

jatkuvasti laihuusihannetta osittain terveydenedistämisen varjolla, sillä jatkuva kampanjointi ylipainon vaaroista legitimoit myös naisen tarpeettoman laihduttamisen. Yhteiskunnassa oleva ylipainon pelko voidaan käsittää ristiriitaisesti. On paljon naisia, jotka laihduttavat, vaikkeivät olisikaan ylipainoisia. Meihin on istutettu mielikuva siitä, että laihduttaminen automaattisesti edistää terveyttä. Nainen on jatkuvasti tarkkailemassa itseään ja painon kontrolloiminen tuntuu olevan hänen velvollisuutensa. Terveellisellä elämällä on paikkansa, mutta tutkimukset, jotka perustuvat vain luonnontieteellisiin menetelmiin, ovat hieman harhaanjohtavia, sillä ruoalla ja ravinnolla on oma sosiaalinen merkityksiä luova kontekstinsa, jota harvemmin korostetaan.<sup>123</sup> *"The thin body has become the symbol of youth, beauty, vitality and health. The cult of slimness represents the social pressure to discipline the surface body where fat is a clear sign of a body out of control. Such social pressure stems from many sources, but it is reinforced by nutritional scientists, doctors, dietitians, government health promotion campaigns and the commercial weight loss industry."*<sup>124</sup>

Myös ylipainolla on omat kulttuuriset merkityksensä. Ylipainoon liittyy käsityksiä menetetyistä itsekontrollista, se on lääketieteellinen riski; ongelma joka tulisi korjata. Laihdutustutkimuksissa on havaittu, että mitä enemmän miehiä on todettu ylipainoisiksi, sitä enemmän naiset laihduttavat<sup>125</sup>. Naisella on jatkuva huoli ylipainoiseksi tulemisesta ja hän uskoo usein olevansa lihavampi kuin mitä hän todellisuudessa onkaan. Naisen herkkyyksensä omalle painolleen asettaa hänet toistuvaan painon hallinnan kierteeseen. Laihduttamisella on todettu olevan psykologisia ja fyysisiä haittoja, joita ovat

---

<sup>123</sup> Germov, John & Williams, Lauren (1996) s.97-98.

<sup>124</sup> Germov, John & Williams, Lauren (1996). s.102.

<sup>125</sup> Germov, John & Williams, Lauren (1996) s.99-100.



mm. lisääntynyt ahdistuneisuus, hidastunut aineenvaihdunta ja mahdollisuus kehittää puutostiloja ja edesauttaa syömishäiriöitä.<sup>126</sup>

#### 4.1 Paradoksaali terveysihanne

Terveellinen elämä terveessä ruumiissa on tavoittelemisen arvoinen hyve, mutta ajassamme vallitseva terveyden ideaalinen tavoittelu tuntuu tapahtuvan mielenterveyden menettämisen kustannuksella. Syömishäiriötutkija Anne Puuronen haluaa kritisoida aikamme terveellisyyttä ylikorostavaa syömiskäyttäytymistä. Aikamme tyyli<sup>127</sup> on terveellinen syöminen. Laihduttamisen aloittavat Suomessakin yhä nuoremmat ja nuoremmat tytöt, ja näiden laihduttavien teinityttöjen käsityksiä ohjaavat rasvan ja sokerin kautta lihomisen pelko.<sup>128</sup>

Puuronen korostaa sitä, miten yksilön kokemalla lihavuuden tunteella on vain vähän yhteyttä konkreettisiin ja todellisiin liikakiloihin. Hän näkee anorektisuuden kehittymisen prosessina, missä toteutuu äärimmäisen onnistuneella tavalla terveellisen ihannesyömisestä malli, joka on kulttuurissamme hyvin helppo oppia ja omaksua. Tässä vaiheessa ei ravintoon suhtautumista voida kutsua enää ihannesyömiseksi vaan ongelmasyömiseksi. Puuronen mukaan anorektisuus rakentuu suhteessa yhteiskunnalliseen kontekstiin, ja tämä konteksti on korostunut terveystietoisuus.<sup>129</sup> ”oppimalla

---

<sup>126</sup> Germov, John & Williams, Lauren (1996) s.99-100.

<sup>127</sup> Tyylin Puuronen ymmärtää Michel Maffesolin teorian kautta siten, että ihmiset elävät toistensa tyylejä, jotka pohjimmiltaan muodostavat itse kunkin minuuden. Puuronen, Anne (2004) s.97.

<sup>128</sup> Puuronen, Anne (2004) s.95–98.

<sup>129</sup> Puuronen, Anne (2004) s.98–99.

*syömään niin kuin suositellaan – kevyesti, rasvattomasti ja kolesterolia välttäen – voidaan oppia syömään myös anorektisesti<sup>130</sup>.”*

Laihuutta korostavan kulttuurin merkitysten omaksumisen omaan elämään Puuronen näkee korostuneeksi juuri naisen elämässä. Kyse ei siis ole siitä, että nainen vastustaisi fysiologisella tasolla omaa naiseksi kasvuaan, vaan pikemminkin hän omaksuu yhteiskunnalliset ja kulttuuriset tavat osaksi omaa kehitystään. Tämän yhteiskunnallisen tason keskiössä on ruumiillisuus, etenkin naisen ruumiillisuus. Kulttuurissamme elää sellaisia juurtuneita käsityksiä, ettei tytön tule ahmia ruokaa, että naisen tulee tarkkailla syömänsä ruoan määrää ja omaa painoaan. Syömistä ja kasvamista määritteleviin käsityksiin kuuluvat käsitykset ihanteellisista tyttöyden ja poikuuden malleista. Näin ollen naisen syömiskäyttäytymisen taustalla vaikuttaa myös sukupuolinen valta, Puuronen toteaa.<sup>131</sup>

#### **4.2 Tunnepitoinen ruoka.**

Ruoka ja ravinto kytkeytyvät syömishäiriöisen itsetuntoon ja nakertavat jatkuvasti hänen minuuttaan, mutta samanlaista tunnepitoista ajattelua suhteessa ravintoon ei esiinny pelkästään syömishäiriön piirissä. Ruokaan liittyvä riippuvuus on kuin tiivis solmu, jota on hankala avata, ja riippuvuutena se on verrannollinen muihin mielen riippuvuuksiin<sup>132</sup>. Ongelmana ovat tunteet, joita yritetään hallita syömishäiriöllä taikka syömättömyydellä. Riippuvuudesta ruokaan ei kuitenkaan voi luopua samassa suhteessa kuten esimerkiksi parantuva alkoholisti luopuu riippuvuudestaan alkoholiin, sillä ihminen tarvitsee ruokaa elääkseen.

---

<sup>130</sup> Puuronen, Anne (2004) s.99.

<sup>131</sup> Puuronen, Anne (2004) s.100–102.

<sup>132</sup> Kristeri, Irene (2005) s. 8.

Syömisen ja tunteiden välisiä yhteyksiä tutkinut terapeutti Irene Kristeri lähestyy häiriintynyttä syömiskäyttäytymistä riippuvuuksien näkökulmasta. Hänen mukaansa ongelmasyöjä tarvitsee ensisijaisesti tietoa tunteiden ja syömisen välisistä yhteyksistä laihdutuskuurien tai ravinto-oppien sijaan. Syyt ongelmasyömiseen kytkeytyvät lapsuudessa koettuun laiminlyömiseen ja turvattomuuteen. Riippuvuussuhteita kehittävä ihminen ei ole elänyt riittävän ehyttä lapsuutta, jossa hän olisi saanut olla oma itsensä, Kristeri jatkaa. Lapsuusajan identiteetti on jäänyt hajanaiseksi ja kaaottiseksi näyttäytyen kontrollin ja lohdun etsimisenä ruuasta. Syömisongelmat vaativat pitkäkestoista ja intensiivistä hoitoa, johon ei auta pelkkä oireen hoito, vaan vaikuttavien syiden kohtaaminen, Kristeri toteaa. Hänen mukaansa ihminen tuntee kahdenlaista nälkää: vatsan nälkää sekä suun nälkää. Vatsan nälkä on normaalia näläntunnetta, jolloin kehomme ilmoittaa, että on aika syödä, suun nälkä puolestaan on puhtaasti tunnepitoinen mielihyvähakuinen nälkä.<sup>133</sup> Liiallista syömistä seuraa häpeä: *"Vihaan itseäni noina hetkinä aivan hirveästi. Tunnen itseni luuseriksi ja heikoksi. Tunnen, ettei minusta ole mihinkään. En ole rakastettava enkä haluttava. Olen kaukana siitä kuvasta jollaisena haluaisin itseni nähdä, tunnen itseni rumaksi*<sup>134</sup>."

Syömisongelmalliselle laihdutuskuurit kääntyvät häntä vastaan, sillä niistä kehittyi ihmiselle puolustusmekanismeja, joilla yritetään kontrolloida liian rankkoja tunteita. Kontrolloimalla kuviteltua pahan olon aiheuttajaa ihminen luulee pääsevänsä eroon tunteistaan. Koettu lihavuus antaa konkreettisen syyn pahalle ololle. Ihminen syö suun nälkään, kun ajatukset, tunteet tai tilanteet tekevät olon epämurkavaksi. Ruuan kautta yritämme palata ajassa taaksepäin, aikaan jolloin ruoka toi lohdun ja turvallisuuden tunteen. Kun ihminen voi huonosti, on luonnollista haluta hoivaa. Valitettavasti ruoka tuo sitä ihmiselle

---

<sup>133</sup> Kristeri, Irene (2005) s.21–47.

<sup>134</sup> Kristeri, Irene (2005) s.44

vain näennäisesti. Vasta kun ihminen kokee saavansa ympäristöstään riittävästi tukea ja turvaa, hän voi alkaa erottaa suun ja vatsan nälkää toisistaan.<sup>135</sup>

Kristeri näkee yhteyden hengellisen tai sielun ravinnon puutteen ja syömisongelmien välillä. Tämä hengellisyys on aistittuja kokemuksia ympäristöstä, elämyksiä, kulttuuria, taidetta ja luontoa. Hän ajattelee, että näiden henkisten tarpeiden laiminlyöminen on tylsistyttänyt ihmisen ja saanut hänet liiaksi hakemaan tyydytystä ruuan kautta. Tämä hengellisyyden tarve on jokaisella yksilöllinen eräänlainen mielen ravinto, toisilla se kytkeytyy jumaluuden kokemiseen ja toisilla kulttuurisiin kokemuksiin ja merkityksellisiksi koettuihin harrastuksiin. Kristeri kutsuu hengelliseksi anorektikoksi ihmistä, joka tuntee itsensä jatkuvasti pahaksi ja syntiseksi. Tällöin ihmisen pyrkimys on tulla hengellisesti mahdollisimman laihaksi ja näkymättömäksi. Mielen sisäisen elämän järjestykseen saamiseen ihminen tarvitsee paljon tukea ja turvaa vuorovaikutussuhteista. Ihmisen ongelmat ovat syntyneet vuorovaikutuksessa muihin, siksi niitä tulisi korjata myös osana vuorovaikutusta minän ja muiden välillä.<sup>136</sup>

### 4.3 Syömisestä häpeä ja kieltäytymisen ylpeys.

*"For compulsive eaters, there is a constant shifting from pride to shame, which manifests itself in dieting and overeating behaviors."<sup>137</sup>*

Tunteet ja syöminen ovat syömishäiriössä erottamattomasti yhteenkietoutuneita. Syömiseen ruokailutapahtumana ja mielikuvana liittyy paljon häpeää, ja ruoasta kieltäytyminen voi puolestaan tuottaa ylemmydentunnetta ja jopa ekstaasin kaltaista mielihyvää.

---

<sup>135</sup> Kristeri, Irene (2005) s.71–85.

<sup>136</sup> Kristeri, Irene (2005) s.99–117.

<sup>137</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. 21.

Amerikkalaiset syömishäiriöterapeutit Barbara McFarland ja Tyeis Baker-Bauman kirjoittavat syömishäiriöihin kytkeytyvästä monikasvoisesta häpeästä. Häpeänkokemus on syömishäiriöisen identiteettiä määrittävä tekijä ja keskeinen toistuva teema hänen elämässään. Syömisongelmaisten kokema häpeäntunne liittyy erityisesti ruumiinkuvaan ja saattaa vallata yksilön koko minäkäsityksen. Ylpeys ja häpeä ovat kytköksissä läheisesti toisiinsa emootioina, ne ovat ikään kuin saman kolikon eri puolia. Häpeäntunteen taustalla on yksilön kokema henkinen tyhjiö, jota yritetään täyttää syömällä ja itsekontrollilla. Myös laajemmalti kulttuuri ja varhainen yksilön perhetausta vaikuttavat tähän häpeänkokemiseen.<sup>138</sup>

Toisin kuin useat muut tunnetilat, häpeä tuo mukanaan korostuneen tietoisuuden ruumiista. Häpeästä on vaikeata puhua, sillä se tuottaa emotionaalista kipua, jota ihminen haluaa vältellä. Häpeä myös osoittaa sormellaan ihmistä itseään, kertoen jotakin meistä itsestämme. Häpeän kokemus vaihtelee kokijasta riippuen liittyen perheeseen, ryhmätilanteisiin ja laajemmalti kulttuuriin yleensä. Häpeän kokemukseen kytkeytyy eriasteisesti myös noloutta, nöyryytetyksi tai häväistyksi tulemistä ja epäsuosiota, korostunutta tietoisuutta itsestä. Kun ihminen tuntee häpeää, hän yleensä välttää katsekontaktia, tuntee voimakasta halua vetäytyä, kutistua tai kadota kokonaan. Kaksi yleistä häpeään liitettyä tekijää ovat kokemus paljastumisesta ja viallisuudesta. Paljastuminen heikentää yksilön minuutta siten, että hänen tietoisuuteensa tulvii tunne epämiellyttävästä itsetietoisuudesta.<sup>139</sup>

Häpeänkokemus voi olla paljastumista toiselle, ryhmälle tai epäonnistumista omien tavoitteiden ja ideaalien edessä. Syömisongelmaisilla häpeänkokemus

---

<sup>138</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s, ix-xii

<sup>139</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s.1-5.

vaihtelee ruumiillisen häpeän<sup>140</sup> ja minähäpeän<sup>141</sup> kanssa. Kun yksilöllä on tarpeeksi häpeän sävyttämiä kokemuksia ja vuorovaikutustilanteita, on hän altis kehittämään itselleen häpeään pohjautuvan identiteetin. Häpeään pohjautuva identiteetti tekee yksilöstä entistä haavoittuvamman ja on kokemuksena yksilölle emotionaalisesti sietämätön. Tällöin hän kehittää itselleen suojautumismekanismeja, eli defensejä, torjuakseen epämiellyttävät tunteet. Syömisongelmaisen tyypillisiä defensejä ovat kieltäminen, torjunta, viha ja raivo, masennus, kateus, perfektionismi ja inho omaa kehoa kohtaan. Kun näitä keinoja joudutaan jatkuvasti kutsumaan minän suojaksi, kehittyvät niistä elämäntapoja, terapeutit toteavat.<sup>142</sup>

McFarlandin ja Baker-Baumanin näkemyksen mukaan länsimainen maskuliininen ja patriarkaalinen kulttuuri on syönyt tilaa feminiinisemmiltä kulttuurisilta ilmiöiltä ja naisruumis näyttäytyy tässä kontekstissa kulttuurisen häpeän syntipukkina. Perheen sisäiseen häiriintyneeseen vuorovaikutukseen liittyy usein toisen perheenjäsenen arvostelu ja vertailu, joka etenkin varhaisessa yksilönkehityksessä korostuu vahingollisena ja yksilölle tuhoisana häpeäkokemuksena. Perheessä jo varhain koettu häpeä saattaa naisen entistä haavoittuvammaksi kulttuurisille ideaaleille, joiden kautta hän hakee itsearvostusta ja toisten hyväksyntää. Nämä naiset ovat erityisen alttiita kehittämään riippuvuussuhteita ruokaan piilottaakseen syviä ja häpeällisiä minuutensa haavoja.<sup>143</sup>

Syömisongelmalliselle hänen ruumiistaan on tullut objekti, joka kertoo muille onko hän tarpeeksi vahva, tarpeeksi kontrollissa ja tarpeeksi voimakas. Hänen

---

<sup>140</sup> Engl. Body shame, ruumiillinen häpeä on oma käännökseni.

<sup>141</sup> Engl. Self shame, minähäpeä on oma käännökseni.

<sup>142</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. 1-12.

<sup>143</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. ix-xi

kehostaan tulee häpeän objekti ja sen naamio. Riippumatta siitä, kuinka lihava tai laiha yksilö on, syvään juurtunut häpeä ei ole poispyyhittävässä. Koska tätä häpeäntunnetta ei voida poistaa, se jää yksilön sisälle valtaamaan hänen tunne-elämäänsä. Sekä ylpeys että häpeäntunne ovat suoraan kytköksissä minäkuvaan. Ylpeys rinnastuu ylimielisyyteen ja tyydytykseen, kun yksilö kokee olevansa muiden yläpuolella ja heitä parempi. Syömishäiriöisen ylpeydetunne tulee yleensä laihduttamisen ja ruuasta kieltäytymisen yhteydessä, sillä hän uskoo saaneensa kehon takaisin tahdonalaiseen kontrolliin.<sup>144</sup>

Tunteena häpeällä on positiivinen puolensa. Häpeä muistuttaa meitä siitä, että olemme vain ihmisiä ja että meillä on omat rajamme. Emme ihmisinä siis ole onnipotentteja ja täydellisiä. Tämä tuntemus voi saattaa ihmisen tietoisemmaksi ympäristön sosiaalisista normeista. Terveen häpeäntunteen kautta ihmiselle tulee mahdollisuus antaa itselleen ja toisille anteeksi epätäydellisyys, ja mahdollisuus jatkaa oppimista ja inhimillisyyttä sekä itseä että muita kohtaan. Sen muuttuessa tunteena minää haavoittavaksi ja myrkylliseksi sen positiiviset puolet eivät pääse esille.<sup>145</sup>

Häiriöistä toipumisen edellytyksenä on terapeuttien mukaan naiseuden hyväksyminen sen kieltämisen sijaan. Ruoalla riippuvuutta aiheuttavana tekijänä on keskeinen merkityksensä häpeäkokemuksessa, koska se assosioituu sekä ruumiilliseen nälkään ja välittömiin vaikutuksiin omassa kehossa että emotionaaliseen tarvitsevuuteen ja toisiin liittymiseen. Ruoka siis edustaa mukavuutta, hoivaa ja läheisyyttä. Syömishäiriöiselle syöminen muistuttaa jatkuvasti omista tarpeista ja tarvitsevuudesta. Minähäpeä perustuu

---

<sup>144</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. ix-xii, 15-17 ja 21.

<sup>145</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. 12-13.

kyvyttömyyteen hallita omaa näläntunnettaan, kyvyttömyyteen hallita omien tunteiden läsnäoloa sekä kyvyttömyyteen kohdata ihmistenvälisiä suhteita.<sup>146</sup>

Mielikuva oman kehon lihavuudesta ja häpeä liittyvät toisiinsa ja yksilö alkaa mielessään toistella, miten hän voisi laihduttamalla olla parempi, jälleen toivomassaan kontrollissa sekä onnellisempi. Ruumiillinen häpeä on usein tulosta siitä, ettei yksilö koe voivansa saavuttaa idealisoitua ruumiinkuvaa<sup>147</sup>. Ruumiinkuva ja minäkuva voivat syömishäiriöisellä dramaattisesti vaihdella siedettävän ja hirveän välillä hyvin lyhyen ajan sisällä, varsinkin ennen ja jälkeen ruokailun. Se on erittäin haavoittuvainen toisten palautteille. Pakonomainen suhtautuminen kehon kokoon ja muotoon sivuuttaa kaikenlaiset huomiot siitä, mitä kehossa todella tunnetaan. Vatsa, reidet, käsivarret, rinnat, vyötärö ja takapuoli ovat ruumiillisen häpeän yleisimmät kohteet.<sup>148</sup>

#### 4.4 Naisen ja ravinnon suhde

Artikkelissa *"Naisten ja Miesten ruoka"* ruokatottumusten tutkija Ritva Prättälä käsittelee sukupuolittuneita käsityksiä ruoasta. Naisten ja miesten väliset erot ruokatottumuksissa alkavat näkyä jo varhaisteini-iässä. Tiedot sukupuolten välisistä ruokatottumuseroista on usein saatu aikuisväestön tutkimuksista, vaikka tärkeimmät erot havaitaan jo nuoruudessa. Prättälän mukaan useimmat ravinnonsaannin sukupuolierot ovat yhteydessä siihen, että miehet syövät määrällisesti naisia enemmän. Syömistottumukset sen sijaan ovat enemmän kulttuurisia kuin biologisia tai fysiologisia. Lähes kaikissa kulttuureissa ruokia jaotellaan naisellisiin ja miehekkäisiin ruokiin, ja etenkin hedelmät ja kasvikset

---

<sup>146</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. 47-51.

<sup>147</sup> Kehonkuva tai ruumiinkuva käsitetään yksilön sisäisenä mielikuvana hänen omasta kehostaan, eli sisäinen kuva ulkoisesta minästä.

<sup>148</sup> McFarland, Barbara & Baker-Baumann Tyeis (1990) s. 49-51, 77-81.



nähdään enemmän naisten kuin miesten ruokana. Läntisissä teollisuusmaissa naiset ovat yleensä miehiä paremmin perillä ruokien terveysvaikutuksista ja luokittelevat ruokia helpommin niiden terveellisyyden mukaan. Kulttuurinen ruuan sukupuolittuneisuus on Prättälän mukaan sidoksissa yhteiskunnallisiin rakennetekijöihin, kuten miesten ja naisten väliseen työnjakoon ja sosiaalisiin rooleihin.<sup>149</sup>

Erot suomalaisten naisten ja miesten välisissä ruokatottumuksissa ovat selkeitä. Miehet suosivat ruokavalioissaan etenkin perunoita, ruisleipää, makkaraa, olutta sekä sokeria. Naiset puolestaan syövät mielellään vähärasvaista juustoa, enemmän kasviksia ja hedelmiä, leivonnaisia, teetä, makeisia ja suklaata. Tämän suuntaisen syömiskäyttäytymisen on tilastollisesti yhdenmukainen myös muiden kansainvälisten tutkimusten kanssa, Prättälä toteaa. Hän ilmaisee huolensa siitä, että syömisessä tulisi kiinnittää enemmän huomiota siihen, miten energiansaanti ei nousisi sen tarvetta suuremmaksi. Kansanravitsemuksen kannalta naisten ja miesten ruokavalioiden tulisi olla yhtenäisempiä. Päävastuu ruuanvalmistuksessa on Suomessa edelleen säilynyt perheen naisilla, vaikka molemmat vanhemmat käyvät palkkatyössä kodin ulkopuolella. Tämä viittaa siihen, että kulttuuriset mallit murtuvat hitaammin kuin perherakenteet. Tytöt myös sosiaalistetaan jo varhain mukaan huolehtimaan perheen ruokataloudesta ja kiinnittämään huomiota ruuan terveellisyyteen.<sup>150</sup>

#### **4.5 Ruoan representaatiot**

Ruoan esittämisellä on oma roolinsa syömiskäyttäytymiseen vaikuttajana. Ruuan representaatioilla tarkoitetaan sitä, miten ruokaa kuvataan tietyillä kulttuurisesti hyväksytyillä tavoilla. Nämä ruoan representaatiot ovat

---

<sup>149</sup> Prättälä, Ritva (2003) s.211–215.

mainonnan ja mainoskuvaston kautta pitkälti vakiintuneet länsimaisessa kulttuurissa. Kuvan välittämä visuaalinen ärsyke välittyy välittömästi mieleen ja vaikuttaa siten myös tiedostamattomalla tasolla. Vaikka mainosten viestejä osataan tulkita ja kriittisesti suhteuttaa ne osaksi mediavirtaa, on ihminen jatkuvan viestityksen kohteena. Mainokset puhuvat meidän haluillemme ja toiveillemme ja pyrkivät synnyttämään mielihaluja markkinoituihin tuotteisiin. Mainoksilla myydään mielikuvia, ideoita sekä elämänasenteita. Ruuan representaation metaforiset mekanismit ovat sukupuolittuneita ja stereotyyppisiä kantaen mukanaan kulttuurisia merkityksiä sukupuolittuneelle syömiskäyttäytymiselle.

Susan Bordon mukaan mainostajat ovat suuri syy naisen vääristyneeseen syömiskäyttäytymiseen. Mainostajat ovat tietoisia naisten tunnepitoisesta kompulsiivisesta syömisestä ja ahmimiskäyttäytymisestä ja he hyödyntävät tätä armotta markkinoidessaan tuotteitaan. Nainen hakee ravinnostaan lohdutusta, jännitystä, rakkautta sekä intensiivisyyttä, ja mainostajat lupaavat hänelle näitä rakkaussuhteen kaltaisia verukkeita tuotteistaan. Mainostajat ovat tietoisia myös siitä, miten nainen saattaa nauttia nähdessään miehen antautuvan jätelönautinnolle metaforana sille emotionaalille tai tunteelliselle antautumiselle, jota monet naiset kaipaavat partnereiltaan. Mainostuksessa hallinnan ja hallitsemattoman syömisestä retoriikka on tarkkaan mietittyä, ja lauseet kuten ”pieniä nautintoja” tai ”antaudu nautinnolle” ovat tyypillisiä. Naiselle luvataan kontrollia, olipa sitten kyseessä ripsivärin tai suklaapatukan mainos. Kun mainoksissa naisen suhde ruokaan on kuvattu sensuellina tai kyltymättömänä, on ruoka esitetty metaforana naisen seksuaaliselle halulle. Konventionaalista näkökulmasta käsin naiselle on sallittua himoita ruokaa vain, mikäli hän on raskaana tai on hänestä riippumattomista syistä aliravittu. Miehillä kohdennetussa mainonnassa ruoan on tarkoitus tuoda aistillista

---

<sup>150</sup> Prättälä, Ritva (2003) s.215.

mielihyvää ja apua. Tällöin seksuaalinen halu toimii metaforana syömiseen liittyvälle mielihyvälle; naisen kohdalla samankaltainen antautuminen on sallittua vain pieninä kerta-annoksina. Kiusauksen ja antautumisen metaforat korostuvat etenkin dieettituotteiden mainonnassa. Kun naisen nälkää jatkuvasti kontrolloidaan mainosten metaforien kautta, se kertoo Bordon mukaan kulttuurisesta pyrkimyksestä kontrolloida naisen haluja ja himoja.<sup>151</sup>

Miehet syövät ja naiset valmistavat. Tämä toteutuu käytännössä ainakin populaarikulttuurien representaatioissa, mikä takaa sen, että naisen yksityinen rooli hoivaajana ja ravitsijana säilytetään. Populaarissa mainoskuvastossa mies on harvoin se, joka valmistaa ruokaa muille päivittäin. Kulttuurisessa kuvastossa ruoka sulautuu osaksi äidin ja vaimon, eli naisen, rakkautta. Mainoksissa nainen usein näyttäytyy taka-alalla tarjoten rakkauttaan ja huolenpitoaan tarjoamalla ruokaa. Miehen osaksi jää syödä ruokaa ja vastaanottaa naisen rakkautta, etenkin syömällä tarjottuja antimia. Naisen kohdalla ruoan metaforinen taso on kääntynyt. Naisen syöminen itsensä ravitsemisen kontekstissa representoidaan rakkauden ja läheisyyden korvikkeena. Mainosten tasolla yksin syövää naista kuvataan omille salaisille nautinnoilleen antautuneena; heidän himonsa ovat näin ollen häpeällisiä, sairaanoloisia ja yksityisiä.<sup>152</sup>



Tässä luvussa olen tuonut esille sitä, miten naisen ja ruoan välinen suhde on kulttuurisesti rakentunutta, sukupuolittunutta ja tunneperäistä. Syöminen on näyttäytynyt toimintona, joka naisella lähtee erilaisista terveyttä tavoittelevista lähtökohdista kuin miehillä. Terveellinen syöminen toimii sillan rakentajana häiriöisen syömisen suuntaan ja näitä terveellisen syömisen ajatuskulkuja

---

<sup>151</sup> Bordo, Susan (2003) s.99-118.

<sup>152</sup> Bordo, Susan (2003) s.119-129.

esiintyy jo nuorten tyttöjen keskuudessa. Syöminen toimintona on kiinteästi yhteydessä tunteisiin, ja ruualla voidaan pyrkiä täyttämään koettua henkistä tyhjiötä tai tavoitella tunteiden hallintaa hallitsemalla omaa syömiskäyttäytymistään. Nainen sosiaalistuu syömään sukupuolittuneesti ja hänelle on tyypillistä kantaa vastuuta ruuan terveellisyydestä ja muiden ravinnonsaannista. Ruoan kulttuuriset representaatiot ovat mukana kuvassa ja todentavat naisen ongelmallista suhdetta ruokaan. Nämä representaatiot ovat kiinteä osa sitä, miten ruokaan liittyviä kulttuurisia merkityksiä viestitetään ja ylläpidetään.

Ajassamme naisen ja ruoan välinen suhde on hyvin ongelmallinen. On ollut tunteita herättävää huomata, miten kulttuuri omalta osaltaan vaikuttaa sallivasti ahmimiseen ja syömättömyyteen. Ihanteiden tavoittelu on kuin lupaus paremmasta elämästä, ja vaikka tietoisesti ymmärtää sen olevan keinotekoisesti tuotettua, silti ihanteiden tavoittelussa on jotakin yksilöä palkitsevaa. Näitä ihanteita eivät siten tavoittele vain sairaat ja syömis"häiriöiset", vaan ne ovat osa arkista elämäntyyliämme. Ruoka ja ruumis ovat vitaalissa yhteydessä toisiinsa sekä syömishäiriötulkinnan sisällä että sen ulkopuolella. Seuraavassa kappaleessa siirrän tarkasteluani ruoasta ruumiiseen tai kehoon ja tuon esille sekä ruumiin filosofisia lähtökohtia että sitä, mitä ruumis kulttuurissamme edustaa.

## 5 NAISRUUMIIN PINNALLA

Syömishäiriöt ovat ensisijaisesti ruumiillinen ilmiö, jonka jäljessä verbaalinen kieli aina tulee. Ruumiillisuuden tematiikka kytkeytyy olennaisesti syömishäiriöihin, ja tarkastelemalla ruumiin suhdetta kulttuuriin selittyy paljon myös oireilevan ruumiin maailmasta. Ruumis on kulttuuriin ja kieleen nähden ensisijainen, sillä se on ja merkitsee aina enemmän kuin mitä teksteissä ja kielessä voidaan sanoa. Ruumis vuotaa verta, tuntee, kärsii, tuntee, nauttii, kasvaa, muuntuu ja lopulta kuolee aina kielen täysin saavuttamattomissa.<sup>153</sup> Filosofisissa ja sosiologisissa diskursseissa ruumista ja ruumiillista maailmassaolemista on tarkasteltu jo pitkään ja tämä nykyruumiillisuuden käsitteellistäminen palautuu usein ranskalaisfilosofi Michel Foucault'hon. Foucault tarkasteli etenkin ihmisruumiin itsekontrollia yhteiskunnassa vaikuttavien rajoittavien mekanismien kautta, eli mm. lääketieteen, juridiikan, uskonnon ja psykologian tapaa käyttää epäsuoraa valtaa suhteessa ihmiskehoon.<sup>154</sup>

Seuraavaksi tarkastelen naisen ruumiillisuuden erilaisia ulottuvuuksia, eli sitä, miten ruumis ja ruumiillisuus tulisi kulttuurisesti ymmärtää, miten naisen ruumista voidaan muokata kohti tavoiteltua ideaalia, aistivaa sekä kokevaa ihmisruumista, laihuuden ideaalia ja lopuksi lihalliseen ruumiiseen liitettyjä merkityksiä. Nykykulttuurin teorioissa näyttäytyy toistuvasti kysymyksenasettelu, jossa pohditaan ruumiin performatiivisuutta, subjektisuutta ja ruumista esittämisen tai identifioitumisen tilana<sup>155</sup>.

---

<sup>153</sup> Johnsson, Mark (2008) s.166.

<sup>154</sup> Esim. Cregan, Kate (2006) s. 186 ja Helén, Ilpo (2000) s.172-173.

<sup>155</sup> Helén, Ilpo (2000) s. 154-155, sekä Heinämaa, Sara & Reuter, Martina & Saarikangas, Kirsi (1997) s. 7.

Saksalaisfilosofi Martin Heideggeriltä<sup>156</sup> periytyvään ajatteluun liittyy olennaisesti sellainen ruumiillisen maailmassaolemisen tapa, jossa ihminen asettaa ruumiinsa näyttämölle ja julkisesti katsottavaksi<sup>157</sup>. Johdateltuna tätä ajatusta naisen ruumiillisuuden ja ulkonäön kontekstiin elämme siis ruumiillisesti tietoisena omasta kuvastamme. Ruumiimme toimii meille välineellisesti, symbolien ja ideoiden välittäjänä. Vaatteet, merkkietoisuus ja muodin seuraaminen välittävät viestejä ajan hengestä ja ruumiillisen ulkonäön keskeisestä roolista. Suomalainen taidehistorioitsija Annamari Vänskä näkee mainonnan ja muodin sukupuoli- ja seksuaalisuuksia tuottavana teknologiana<sup>158</sup>. Vänskän ajatuskulkua seurailleen samaa visuaalista kuvastoa, ruumiillista tyyliä ja ylläpidettyjä kauneusnormeja voi tarkastella ruumiillista oireilua tuottavina.

Ruumiillisuuden ja ruumiin määrittelyn vaikeus näyttäytyy siinä, mihin me sijoitamme ruumiillisuuden; onko se kulttuurin vai luonnon puolella vai häilykö se jatkuvasti molempien välimaastossa lopulta palautumatta kumpaankaan. Mitä ruumiimme meille merkitsee, ja miten sukupuoli määrittää ruumiitamme? Aistein saavutamme tietoa omista kehoistamme, mutta mielen näemme usein vastakkainasettelussa ruumistamme vastaan, eli klassinen dualistinen kahtiajako näkyy edelleen peilistä. Syömishäiriöitä käsitellään mielisairautena, mutta ne ovat kuitenkin kirjoitettuna elettyyn ja koettuun ruumiiseen. Ahmiminen tai syömättömyys tulevat näkyviksi kehoissamme, mutta on ristiriitainen ajatus, että ne olisivat lukittuina pelkästään mieleemme. Lähtökohdiltaan mieli ja ruumis ovat yhteen kietoutuneita ja tuntuisi vieraalta ajatella mielen ensisijaisuutta suhteessa ruumiilliseen. Kuten aikaisemmissakin luvuissa sosiologinen ja filosofinen tarkastelu asettuvat vuoropuheluun tämän

---

<sup>156</sup> Martin Heidegger (1889–1976).

<sup>157</sup> Heidegger, Martin (2000) s. 27–28.

<sup>158</sup> Vänskä, Annamari (2006) s. 47.

kappaleen sisällä. Tarkastelu liikkuu ruumiillisella tasolla ja näkökulmat kiinnittyvät erilaisiin tieteellisiin diskursseihin.

### 5.1 Oleva ja elävä ruumis.

*"Elämme ruumiin kautta, ja myös kuolemme sen takia."*<sup>159</sup>

Ihmisen suhde maailmaan kiinnittyy tämän elävään ja aistivaan kehoon. Ruumiillinen maailman kokeminen on ihmiselle arkipäiväistä ja ruumiin eletyn kokemuksen tarkastelu avaa toisenlaista tarkastelua syömishäiriöihin. Ihmisen olemista ei siis voida ajatella yksinomaan sosiaalisesti rakentuneena tai pelkästään biologiasta määrittynään, sillä se on aina jotakin enemmän. Ruumiin ja luonnon, mielen ja kehon välinen kysymyksenasettelu on kuitenkin ongelmallinen. Myös terveeltä näyttävä ruumis voidaan kokea sairaaksi tai sairas ruumis terveeksi. Ruumiin kokemiseen, tai maailman kokemiseen omassa ruumiissa, liittyy paljon tiedostamatonta ja pohdinnan arvoista.

Taidekasvatuksen professori Pauline von Bonsdorff tarkastelee ruumista ja sen reunaehtoja eletyn kokemuksen ja ruumiissa tunnettujen aistimusten kautta. Ruumiillisen kokemisen kautta ihminen kiinnittyy maailmaan ja on maailmassa läsnä syntymästään asti. Ihmistä ympäröivää maailmaa ja välitöntä elinympäristöä aistitaan ensisijaisesti aina ruumiillisesti. Ruumista ei kuitenkaan voida välineellistää, sillä se on minuuden koti, elimellinen osa yksilöä ja tämän havaitsemisen lähtökohta. Ruumiilla hän tarkoittaa lihallista, ympäristölle herkkää, toimivaa ja ajallisesti muuntuvaa kappaletta, joka on osa meitä ja jonka varassa olemme olemassa. Ruumis ja ruumiillisuus asettavat rajan ihmisen ja tämän maailman välille, sillä mieleemme ja ajatuksemme on sidottu omaan ruumiilliseen olemiseemme. Ihmisen ruumiillinen näkökulma maailmaan muotoutuu perustavanlaatuisesti pituuden, volyymin, tiettyjen

---

<sup>159</sup> von Bonsdorff, Pauline (2000) s.161.

voimien ja kykyjen kautta, joiden kautta hän tulkitsee maailmaa. Bonsdorff on kiinnostunut siitä, mitä ruumis merkitsee kokijalle itselleen ja toteaa sen, miten moniulotteinen ruumis ja sen kokemismaailma on. Ruumiillisessa havaitsemisessa ja olemisessa sekä henkinen että aineellinen ulottuvuus kietoutuvat yhteen. Hän korostaa, miten ruumista olemisen perustana ja muokattuna objektina ei tulisi nähdä toisistaan erillisinä, sillä suhde eletyn ruumiin ja representoidun tai objektiruumiin välillä ei ole itsestään selvä.<sup>160</sup>

Eletyn arjen ja elämän tilanteissa ruumis voidaan kokea myös vastakkaisena ja vieraana, mutta henkeä tai mieltä ei tulisi nähdä vastakkaisena suhteessa ruumiiseen, vaan kysymys on oikeammin tahdosta, Bonsdorff toteaa. Ihminen on sitä, mitä hän on kokemusten, henkilöhistorian, halun ja toiveiden kautta. Voidaanko siis edes ajatella, että minä olisi olemassa ilman ruumista, hän pohtii. Ruumiilla on keskeinen rooli minuuden synnyssä, mutta ruumiin kokemuksissa ei voida ajatella ruumiin erillisyyttä kokevasta minästä, johon se on kiinnittynyt. Bonsdorff ajattelee minuuteen havahduttavan kivun tai tuskan kautta. Ihmisen minä paikantuu ruumiiseen tunteen välityksellä. Kipu ja tuska muistuttavat ihmistä, että hän on ruumiillinen ja omasta ruumiistaan riippuvainen olento. Yksi ruumiin keskeisimmistä tehtävistä onkin olla paikka tai instanssi, jonka kautta maailma meihin vaikuttaa, Bonsdorff jatkaa. Ruumiillisuus on ihmiselle jotakin sellaista, mistä hän ei voi irtautua, hän on sidottu ruumiiseensa ja sen kautta suhteessa maailmaan. Ruumiin ja minän asettuessa vastakkain ihminen havahtuu omaan tietoisuuteensa tai maailman todellisuuden olemassaoloon.<sup>161</sup>

Bonsdorff kiinnittää vielä huomiota siihen, miten oman ruumiillisuuden kautta mahdollistuu toisen ihmisen ymmärtäminen, sillä vain oman ruumiillisen

---

<sup>160</sup> von Bonsdorff, Pauline (2000) s.159–160.

<sup>161</sup> von Bonsdorff, Pauline (2000) s.161–164.



ymmärryksen kautta voimme ymmärtää toisia ruumiillisia olentoja; ”*vain koska olen itse ruumiillinen, siksi haavoittuvainen ja ravinnosta riippuvainen olento, voin tajuta toisen haavoittuvuuden ja riippuvuuden.*<sup>162</sup>”

Tämä johdatteli minua pohtimaan syömishäiriöiden ruumiin ja mielen välistä ristiriitaisuutta, sillä syömishäiriöissä mieli on kiinnittynyt ruumiiseen tavalla, joka on yksilölle tuhoisa. Syömishäiriö saattaa siis edustaa ruumiillista eläytymisen ja tunteen köyhyyttä, kyvyttömyyttä aistia muita kuin itseään, sillä minä ja oma ruumis muodostuu niin ensisijaiseksi. Oman ruumiillisuuden ja ruumiin rajallisuuden hyväksymisen kautta avautuu myös maailman ja elämän ainutlaatuisuus. Syömishäiriöissä toisaalta taistellaan tätä ruumiin rajallisuutta vastaan hakemalla todisteita siitä, ettei elimistö tarvitse ruokaa ja unta tai että se pystyy liikkumaan kymmeniä kilometrejä kieltäen fyysisen kapasiteetin rajat. Ruumiillisia rajoja ei haluta sisäistää osaksi itseä, vaan pyritään pakenemaan niitä näännyttämällä ruumis olemattomaksi. Mieli asetetaan tällöin vastakkain ruumiillisen todellisuuden kanssa ajamalla fyysinen keho kuoleman rajalle.

## 5.2 Lihan merkityksistä

Juha Varto pohtii kirjassaan *Isien Synnit yhteiskuntakriittisistä lähtökohdista* käsin lihan merkityksiä kulttuurissamme. Hänen näkemyksensä mukaan nyky-yhteiskunnassamme ihmisen ruumiista ja sen lihallisuudesta on tullut itsestäänselvyys ja hyödyke. Hyvinvoivassa nyky-yhteiskunnassa lapsikuolleisuus on poistettu, lapset rokotettu sekä ravittu, joten edellytykset terveydelliseen hyvinvointiin on näin näennäisesti annettu meille kaikille. Hän peräänkuuluttaakin pitkälti lihan kasvatusta eli lihallisen ruumiin kokemusmaailman rikastuttamista ja sen merkitysten uudelleenarviointia.<sup>163</sup>

---

<sup>162</sup> von Bonsdorff, Pauline (2000) s.163.

<sup>163</sup> Varto, Juha (2002) s.110–111.

*"Jokainen ymmärtää että tarvitaan jonkinlainen terveys, jotta älyllinen ja sosiaalinen kehitys on mahdollista. Mutta tämän vähimmäismäärän jälkeen liha ei näytä kuuluvoan päämäärien ja ehtojen määrittelyyn. Fasismin jälkeisenä aikana jopa liikuntakasvatus on vähemmällä merkityksellä; liikunnan asema on kiinnittynyt uudenvälisiin terveyttä ja hyvinvointia edistäviin aatteisiin, joilla ei ole suoraa yhteyttä valtiollisiin ja yhteiskunnallisiin päämääriin.<sup>164</sup>"*

Emme enää koe omassa lihassamme juurikaan puutosta tai sairauksia. Omasta lihallisesta ruumiistamme ja sen elollisuudesta on tullut itsestäänselvyys ja olemme unohtaneet sen historialliset merkitykset, Varto toteaa. Hän kritisoi sitä, miten ajatukset, tahto ja ideat ovat syrjäyttäneet ruumiillisen kokemuksen merkityksiä. Rakennamme oman elämämme merkityksiä yhä enemmän ulkoapäin kuin omasta subjektiivisesta kokemusmaailmastamme käsin. Niin kutsuttujen hyvinvointiyhteiskuntien lapset ovat alkaneet geeneistä riippumatta muistuttaa yhä enemmän toisiaan, hän kommentoi. *"kaikilla on vahva puppy-fat-kuori jopa yli kolmekymmenvuotiaiksi, heiltä puuttuvat lihan kokemukset suurimmasta osasta lastentauteja, heidän hampaitaan ei ole koskaan jouduttu korjaamaan, he ovat saaneet tasaista, valkuaisainepitoista ruokaa ja vitamiineja, joten mikään kohta lihassa ei ole joutunut kärsimään puutetta ... Tämä kaikki on "hyvää" siinä mielessä missä standardointi on yleensä hyvää"*<sup>165</sup>. Lähtökohtaisesti vertailuasetelma on erilainen sellaisen lapsen kasvuun verrattuna, joka on ollut tautien ja onnettomuuden armoilla, hän jatkaa.<sup>166</sup>

Varton näkemykseen kuuluu olennaisesti ajatus siitä, että nykyihmisen kokemus elämästä ja maailmasta on lyhyen ajan sisällä radikaalisti muuttunut. Varton mukaan nykyihminen etsii muuttuneen maailmassaolemisen suhteen

---

<sup>164</sup> Varto, Juha (2002) s.111.

<sup>165</sup> Varto, Juha (2002) s.114.

<sup>166</sup> Varto, Juha (2002) s.112–115.

takia hallittuja itsensä kiihotuskeinoja saadakseen enemmän sisältöä ja ruumiillisia merkityksiä elämäänsä. Ennen koetun lihan kärsimyksen takia ihminen tunsi syvemmin kuuluvansa maailmaan ja kokevansa osallisuutta maailmassa ja olemaan harmonisessa suhteessa omaan ympäristöönsä. Hän kirjoittaa Pasolinin elokuvavertauksen kautta, miten kokemus elämästä tulee lihassa; maailman vastuksen tunteminen omassa lihassa antaa hyvin voimakkaan elämän tunteen. Nykyihmisen maailmassa oleminen on vastuksetonta, josta seuraa se, että hän kokee oman ympäristönsä esineellisesti. Varto näkee myös lisääntyneet syömishäiriöt seurauksena siitä, miten lihan merkitys on kulttuurissamme muuttunut ulkoisia ihanteita tavoittelevaksi.<sup>167</sup>

### 5.3 Laihuuden kulttuuri

Amerikkalainen naistutkija Naomi Wolf näkee laihuutta ihannoivan länsimaiskeskeisen nykykulttuurin naista kahlitsevana stereotyyppisenä sosiaalisena konstruktiona. Hänen mukaansa laihuuden ihannoinnissa on kyse kulttuuriin istutetusta kauneusmyytistä. Tätä kauneusmyyttiä ylläpidetään kulttuurisissa tarinoissa ja se todentuu läpi länsimaisen historian. Wolf kirjoittaa naisnäkökulmasta kritisoiden valtakulttuuria mm. naistenlehtien kautta. Tämä näkökulma on hieman aikaansa jäljessä, mutta mielestäni pääpiirteiltään edelleen hyödyllinen, sillä kulttuurin medioitumisen myötä hänen kuvaamansa laihuuskulttuuri on levinnyt lehtien sivuilta entistäkin laajemmalle.<sup>168</sup>

Wolfin mukaan naisille tarjotaan medioiden ja kulttuurin välityksillä vain kapeasti määrittyneitä naisihanteita ja roolimalleja. Katseeseen ja katsomiseen liittyvä valta-asettelu on tärkeä, sillä miehet katsovat naista ja naiset katsovat itseään tuon katseen kohteena. Tämä katsomistapahtuma ei määritä ainoastaan

---

<sup>167</sup> Varto, Juha (2002) s. 115–117 ja 119–120.

miehen ja naisen välistä suhdetta vaan olennaisesti muiden naisten ja naissubjektin välistä suhdetta, hän tähdentää. Ideaalia korostava populaarikuvasto on tullut naisille tärkeäksi, koska se on tarkoitettu sellaiseksi. Naista ja naiseutta erottelee keskeisesti kauneus, joka tekee myös sukupuolesta erityisen ja määritetyn.<sup>169</sup>

Kulttuuri stereotyyppittelee naisen myyttien kautta toimiviin kauneusihanteisiinsa kaventamalla naiskäsitystä, jolloin naisellinen muuttuu yhdenvertaiseksi kauneuden kanssa. Kulttuurisissa tarinoissa kauneusmyytti todentuu esimerkiksi siten, että nainen voi olla vain joko kaunis tai älykäs, mutta ei molempia samaan aikaan. Naiselle siis sallitaan mieli taikka ruumis, mutta ei molempia. Tämä kahtiajako toistuu sellaisissa kulttuurisissa tarinoissa kuten Leean ja Raakelin tarinassa vanhassa testamentissa, Marian ja Martan kertomuksessa uudessa testamentissa, Helenan ja Hermian Shakespearen ”Kesäyön Unelmassa” taikka Anjan ja Dunjashan Tsehovin ”Kirsikkapuistossa”. Miesten kirjoittamassa kulttuuriperinteessä naiset kuvataan pareittain, jolloin toinen heistä esitetään kauneusmyytin voittajana ja toinen häviäjänä. Kaunis ja vahva sankaritar on vaarallinen kauneusmyytille, sillä sankaruuteen sisältyy korostunut yksilöllisyys, joka olisi vahingollinen patriarkaalista valtaa suosivalle mieskulttuurille. Naisten kirjoittamissa tarinoissa tämä kauneusmyytti kääntyy hieman pääläelleen ja tarinoiden kamppailu käydään vaatimattomamman kauneuden ja häikäilemättömän kauneuden välillä kuten esimerkiksi Emile Brontën ja Jane Austenin kirjoissa. Naisten kirjoittamissa teksteissä todentuu kauneus, joka on epäoikeudenmukaista. Wolfin mukaan tarinoita kuunteleva tyttölapsi herkistyy kuitenkin jo varhain kauneusmyytin ja mallikulttuurin ideologialle.<sup>170</sup> ”*But as a*

---

<sup>168</sup> Wolf, Naomi (1991) s.58-61.

<sup>169</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 58-59.

<sup>170</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 59-61.

*future woman, a girl learns that stories happen to "beautiful" women, wheter they are interesting or not. And interesting or not, stories do not happen to women who are not "beautiful"*<sup>171</sup>.

Naistenlehtikulttuuri todentaa muiden kulttuuristen tarinoiden ohella kauneusmyyttiä julmillakin tavoilla. Wolfin mukaan naiset lukevat naistenlehtiä sekavin tuntein, sillä ne vaikuttavat sekä lieventävästi että lisäävästi naisten kokemaan ulkonäköahdistukseen. Naistenlehtien julkaisijat ovat tietoisia naistenlehtien vaikutuksista naisen sosiaalisesti hyväksytyihin rooleihin. Naistenlehdissä kysyntä ja tarjonta kohtaavat, sillä sivuilla näyttäytyy juuri sellainen nainen, jollaisena nainen halutaan nähdä. Keskeinen lehtien sivuillekin kuvatun kauniin ja kunnianhimoisen naisen tehtävä on ostaa kulutushyödykkeitä keholleen. Lehtiä lukiessa itseinho ja halu tavoitella entistäkin kauniimpaa ulkonäköä voimistuvat. Nykykuvastossa esiintyvän naiskaunottaren on oltava hyvännäköinen ja mielellään pysyttävä sellaisena. Kun naisen kasvoilta pyyhitään ikä kuvankäsittelyn avulla, on kuin pyyhittäisiin pois naisen identiteetti, valta ja historia, Wolf toteaa. Syy siihen, miksi naistenlehdet vaikuttavat lukijakuntaansa, on siinä miten ne esiintuovat jotakin naisille tärkeää, eli naisten omaa massakulttuuria.<sup>172</sup> Wolf kritisoi etenkin Cosmopolitan-lehden pro-nais-ideologiaa kirjoittamalla lehdestä seuraavasti: *"But the formula must also include an element that contradicts and then undermines the overall prowoman fare: In diet, skin care, and surgery features, it sells women the deadliest version of the beauty myth money can buy"*<sup>173</sup>.

Wolfin tulkinnan mukaan valtakulttuurin näkökulma on ensisijaisesti miehinen. Valtamedioiden lehdissä naisnäkökulmalle on annettu oma pieni

---

<sup>171</sup> Wolf, Naomi (1991) s.61.

<sup>172</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 62-70, 83.

<sup>173</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 69.

erillinen osionsa, jossa korostuvat naisten tekemät aiheet ja joka on suunnattu naislukijoille. Wolf korostaa sitä, miten lehtien rooli naisen todellisuuteen vaikuttajana on todellinen ja miten taloudellinen kimmoke näyttelee siinä hyvin suurta osaa. Naistenlehtien lukijat ovat mainostajien näkökulmasta käsin ensisijaisesti kuluttajia ja heidän ääneen lausumattomana sääntönään on, että kauneusmyyttiä on ylläpidettävä. Medioituneessa länsimaiskeskeisessä kulttuurissa kauneusmyytti on kulttuurinen vientituote, jota markkinoidaan lännestä itään sekä rikkaille että köyhille. Lehtien välittämä naisten kulttuuri on tätä kautta naiskuvaltaan väärennety ja estynyt media.<sup>174</sup>

Kulttuurin tasolla näyttäytyvä pakkomielle naisen laihooden ihannointiin ei ulotu pelkästään kauneuskäsityksiin, vaan myös naisen pyrkimykseen miellyttää ja totella, Wolf korostaa. *"Women do not eat or starve only in a succession of private relationships, but within social order that has a material vested interest in their troubles with eating."*<sup>175</sup> Länsimaiskeskeisessä nykykulttuurissa naisten syömisestä on tullut julkinen tapahtuma ja heidän syömänsä annoskoot vain todentavat ja vahvistavat naisen sosiaalista alemmuudentunnetta. Wolfin mukaan laiha ideaalivartalo ei ole kytköksissä estetiikkaan, vaan nainen tulkitaan kauniiksi maaperällä, joka on pikemminkin poliittinen. Hänen tulkintansa mukaan kulttuuriin istutettu laihuusideologia pyyhkii pois naisten vapautusliikkeen ja feminismin aikaansaannokset. Hän huomauttaa, että se mitä tapahtuu naisen ruumiille, tapahtuu myös hänen mielelleen, äänelleen ja itsetunnolleen.<sup>176</sup>

---

<sup>174</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 70–84.

<sup>175</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 189.

<sup>176</sup> Wolf, Naomi (1991) s. 186–197.

## 5.4 Ruumiin plastisuus

Nainen tarkkailee jatkuvasti omia virheitään ja miettii, mitä hän voisi itsessään parantaa. Jatkuvan parantamisen ja parantumisen mahdollisuus on saanut naisen mielen eräänlaiseen ansaan ja viettelee kaikella sillä, mikä naisessa voisi olla paremmin, jotta hän olisi tyytyväisempi ja onnellisempi ja parempi ihmisenä kaikin puolin. Omista kehoistamme on tullut välineitä, joiden kautta yritämme tavoitella jotakin, mikä on jatkuvasti ulottumattomissamme. Kehostamme on tullut meille yhä enemmän plastinen.

Susan Bordo kuvaa nykyajan jälkiteollisessa maailmassa elävää ruumiillista kehoa ideaaleilla fantasioilla kyllästetyksi. Ruumista voidaan muokata, parannella, korjata, se on alttiina jatkuvalla muutoksen mahdollisuudelle, jonka kautta jatkuvasti kiellämme sen historiallisuuden, kuolevuuden ja perustavanlaatuisen materiaalisuuden. Sen paikalla, missä joskus on ollut materiaalisuutta, on nykyään kulttuurista ideaalia ja muovia, hän jatkaa. Lukiessamme ja vastaanottaessamme ympärillämme olevia populaarisen kulttuurin erilaisia muotoja, esimerkiksi elämäntapaohjelmia ja naistenlehtien ideaalisia toivevartaloita ja koteja, olemme jollakin tapaa tietoisia medioiden päälleliimatusta kiiltokuvaulottuvuudesta, mutta se ei haittaa meitä vastaanottajina ja lukijoina. Olemme hyväksyneet sen, että ihaillemamme ulottuvuus on keinotekoinen. Omat odotuksemme ja halumme ja omat tapamme arvottaa ja arvostella ihmiskehoja ovat digitaalisen aikakauden sanelemia.<sup>177</sup>

Nämä ihanteelliset ja ideaaliset kuvat ympäröivät todellisuuttamme monilla tasoilla ja samaan aikaan ne harjaannuttavat aistejamme ja muokkaavat käsityksiämme siitä, mikä on puutteellista, epäesteettistä tai virheellistä ja mikä puolestaan on normaalia ja tavoiteltavaa. Naisen on nykyaikana lähes

normaalia olla epävarma omasta ruumiistaan ja miettiä tapoja, joilla muokata itseään. Susan Bordon mukaan tämä länsimaisessa kulttuurissa muotoutunut epävarma naiseus ja naisen ruumiillisuus on markkinavoimien avulla tehokkaasti kaupallistettu ja markkinoitu tuote siinä missä lähes mikä tahansa muukin voittoisa hyödyke.<sup>178</sup>

## 5.5 Lihava ruumis

Lihavuutta käsitellään kulttuurissamme näkyvästi terveysriskinä. Tässä kappaleessa tuon esiin toisenlaista lihavan ruumiin tarkastelua. Lääke- ja ravitsemustieteelliset diskurssit ovat muokanneet kulttuurisia käsityksiä lihavuudesta nimenomaan terveydellisen haitan, riskin ja uhan kautta. Lihavaan henkilöön kohdistuu ulkopuolista arvostelua ja lihavuutta pidetään milloin hänen omana syynään, milloin puhtaasti geneettisenä haittana. Lihavuus näyttäytyy tässä kontekstissa ongelmina, jotka sivuuttavat lihavuuden kokemuksellisen ja psyykkisen näkökulman. Lihavuutta tutkineiden kulttuurintutkijoiden Hannele Harjusen ja Katariina Kyrölän mukaan tämän kaltainen ongelmalähtöinen lihavuuden diskurssi päättyy vain pönkittämään olemassa olevia ruumiin koon ja muodon normeja. Harjunen ja Kyrölä käsittävät lihavuuden yhdeksi mahdolliseksi ruumiissa elämisen tavaksi ja kulttuurisesti määritellyksi. Kirjassaan *"Koolla on Väliä"* he kysyvätkin: *"Onko mahdollista, että me ihmiset olemme luonnostamme useamman kokoisia ja muotoisia kuin vallitsevat "terveen" ja "normaalin" kriteerit antavat ymmärtää?"*<sup>179</sup>

Käsitykset lihavuudesta ja *ylipainosta* suhteutuvat aina johonkin kulttuurin sisällä "normaalina" pidettyyn ja hyväksytyyn. Lääketieteellistyneen diskurssin sisällä käytetään yleensä termejä "lihavuus", "liikalihavuus" ja

---

<sup>177</sup> Bordo, Susan (2002) s. xvi - xvii

<sup>178</sup> Bordo, Susan (2002) s. xviii-xvii.



”ylipaino”<sup>180</sup>. Sekä lihavuus että ylipaino määritellään yleensä painoindeksin avulla, jolloin mitataan tilastollista kuolleisuuden ja terveysongelmien suhdetta ruumiinpainoon. Tämä lähestymistapa painoon on siten ensisijaisesti lääketieteellinen. Painoindeksiä pidetään yleensä objektiivisena, yleispätevänä mittarina, vaikka se tulisi pikemminkin käsittää muuttuvana ja kulttuurisidonnaisena tapana määritellä ihmisen painoa, Kyrölä ja Harjula muistuttavat. Painoindeksin ovat alunalkujaan luoneet amerikkalaiset vakuutusyhtiöt 1950-luvulla tavoitteenaan arvioida vakuutusmaksujen suuruutta asiakkaan sairastumisriskin perusteella. Kyrölä ja Harjula huomauttavat myös siitä, että huolimatta muuttuneesta ravitsemustilanteesta ja keskimääräisen eliniän noususta painoindeksin ”normaalipainon” rajat ovat alentuneet. He haluavat suhtautua kriittisesti sekä painoindeksiin että yleiseen pyrkimykseen luoda selkeitä rajoja hyväksyttävän ja epäkelvon ruumiinkoon välille. Taistelussa lihavuutta vastaan taustalla näyttäytyy myös massiivinen taloudellista hyötyä tavoitteleva bisnes.<sup>181</sup>

Harjunen ja Kyrölä tuovat esille huomioita siitä, miten oletukset ruumiin koosta liittyvät myös sukupuolen tuottamiseen. Lihavuus voidaan nähdä myös luonnollistettujen sukupuolien kyseenalaistajana, sillä esimerkiksi lihava nainen voi rikkoa sukupuolittuneita kokoero-oletuksia. Naisen ruumiin paino ja sen koko ovat nykyään keskeisiä naisruumiin hyväksyttävyyden kriteerejä, he toteavat. Laihduttamisen tilalle nykyterminologiassa on vakiintunut sana painonhallinta. Tämä käsite viittaa samalla myös ajatukseen, jonka mukaan ihmisen ruumista tulisi hallita, ja epäonnistuminen tässä merkitsee epäonnistumista elämän muilla alueilla. Lihavuuden tutkimukseen etenkin feministisen diskurssin piirissä on liittynyt laihuuden normatiivisuuden odotus

---

<sup>179</sup> Kyrölä, Katariina & Harjunen, Hannele (2007) s.9-11.

<sup>180</sup> Engl. ”fat”, ”obesity” ja ”overweight”.

<sup>181</sup> Kyrölä, Katariina & Harjunen, Hannele (2007) s.15-21.

ja lihavuutta ei ole juurikaan tarkasteltu painon ja koon kontekstissa. Lihavuutta tarkastelevan kriittisen nykytutkimuksen piirissä on pyrkimyksenä usein kyseenalaistaa lihavuuden ongelma-statusta ja lähestyä lihavuutta kulttuuris-sosiaalisena ilmiönä. Lihavuuden ajatellaan usein leimaavan ihmisen identiteettiä, tässä yhteydessä Kyrölä ja Harjunen puhuvat lihavuuden stigmasta. Lihavuuden stigmasta luopumisen kautta he ajattelevat löytyvän positiivisempia ja arvostavampia tapoja ajatella ruumiillista lihavuutta. He haluavat löytää uudenlaisia määritelmiä lihavuudelle purkamalla kulttuurisia erotteluja esimerkiksi ”ylipainosta” tai ”normaalista”.<sup>182</sup>



Tässä luvussa tarkasteluni keskiössä on ollut ruumiillisuus ja etenkin naisen ruumis. Ruumiillisuuden ehdot määrittävät sekä yksilön sisältä että tätä ympäröivästä maailmasta käsin. Painotamme edelleen helposti sellaista ajattelua, jossa ruumis ja mieli näkyvät vastakkaisina toisilleen. Tämä konkretisoituu hyvin raadollisella tavalla syömishäiriöissä, sekä ahmimisessa että syömättömyydessä. Ruumiillinen maailmassaoleminen on ihmiselle kuitenkin ensisijainen lähtökohta, sillä ruumiin kautta olemme yhteydessä maailmaan. Ruumiillisen lihan merkitykset ovat kulttuurisesti määrittäneitä ja ne peilaavat omalta osaltaan aikamme käsitystä ihmisestä. Ruumista määrittävät samankaltaiset ideaalit tai ihanteet, jotka näyttäytyivät myös suhteessa ruokaan. Aikamme ideaali ruumis on kontrolloitu, laiha ja esteettisesti miellyttävä katsoa. Esille tuomissani näkökulmissa ruumis näytti määrittävän hyvin paljon ulkomaailmasta käsin, jolloin ruumiista lähtevä maailman aistiminen väistyy tavoiteltujen ihanteiden tieltä.

Syömis”häiriöiden”, ahmimisen ja syömättömyyden kontekstissa ruumiilla on erityinen välineellistetty tehtävä. Oma paha olo on kehon kautta esiin tulevaa,

---

<sup>182</sup> Kyrölä, Katariina & Harjunen, Hannele (2007) s.10–15 ja 34–37.

ja hyvää oloa kohti pyritään kieltäytymällä syömisestä tai syömällä paljon. Sellaiset ruumiilliset merkitykset, jotka eivät kierrä ideaalin taikka ruoan ympärillä ovat mielelle toissijaisia, ehkä jopa mahdottomia. Olen tämän ajatuksen johdattamana ryhtynyt myös pohtimaan, miten näitä ruumiillisia merkityksiä voitaisiin rikastuttaa. Ruumiillisen maailman aistimisen kautta mieli voisi kiinnittyä takaisin ruumiiseen, jolloin mielen ja ruumiin välistä vastakkainasettelua voitaisiin purkaa.

## 6 PÄÄTÄNTÖ

*”Ihminen voi yhtäaikaa sijaita omasta elämäntilanteestaan kumpuavassa masentuneessa mielentilassa ja surullisessa musiikissa, joka virtaa huoneessa; silti hän voi katseellaan siirtyä aurinkoiseen vaahteraan ikkunan alla tai ajatuksillaan valoisimpiin muistoihin ja toiveisiin.”<sup>183</sup>*

Syömishäiriöiden kulttuurinen tarkastelu on tämän työni osalta tarkoittanut perehtymistä erilaisiin diskursiivisiin näkökulmiin häiriötulkinnan sisällä sekä ahmimisen ja syömättömyyden tarkasteluun kulttuurisina ilmiöinä, eli suhteessa ruokaan ja naisen ruumiiseen. Monitieteellinen lähestymistapa on avannut tieteiden välisiä raja-aitoja ja tuonut esiin eri tulkintojen reuna ehtoja. Syöminen tai syömättömyys on näyttänyt sitoutuvan moniulotteisesti omaan aikaamme ja juurtuvan syvälle sekä yksilön sisälle osaksi minuutta että ulkopuoliseen elämänpiiriin. Ulkoisten ja sisäisten tekijöiden välillä ilmenevä raja on kuitenkin kuin veteen piirretty viiva, jossa on vaikeaa todentaa, mistä yksilön sisäinen elämänpiiri alkaa ja mihin yksilön ulkopuolelta tulevat omaksutut tunteet, tavat ja diskurssit päättyvät.

Työni tekeminen tutkimusprosessina on ollut ajatuksia ja tunteita herättävää, sillä aihe on tuntunut erittäin ajankohtaiselta. Oma käsitykseni sekä syömishäiriöistä että ahmimisesta ja syömättömyydestä on työn kuluessa muuttunut paljonkin. Anoreksian ja bulimian kärsimys on tullut todelliseksi kohdatessani vakavasti sairaita tyttöjä työssäni Helsingin Syömishäiriökeskuksessa. Syömiseen ja syömättömyyteen tuntuu liittyvän ajassamme hyvin paljon ongelmallisia tekijöitä, ja vaikka syömishäiriöitä on tutkittu etenkin kliinisen diskurssin piirissä jo hyvinkin paljon, on vielä paljon sellaista, joka tuntuu jäävän piiloon. On ollut mieltä avartavaa perehtyä etenkin

---

<sup>183</sup> von Bonsdorff, Pauline (2000) s.166.

syvälle juurtuneiden ruumisnormien, kauneusihanteiden ja representaatioiden maailmaan. Nämä kulttuurissa vaikuttavat ihanteet eivät ruumiillistu vain sairaisissa tytöissä ja naisissa, vaan näkyvät ja kuuluvat ympärillämme niin julkisissa kuin yksityisissäkin keskusteluissa.

Tutkimukseni tulokset tai päätelmät aineistoni pohjalta kiteytyvät medikalisoituneeseen kulttuuriin ja sen omaan valtakurssiin, kulttuurimme sosiaalisiin rakenteisiin, jotka todentavat tiettyjä kauneusihanteita, terveyskulttuuriin, sekä sukupuolittuneisiin ruumisnormeihin että naisen erityiseen tunnepitoiseen ruokasuhteeseen. Olen työni kautta pyrkinyt todentamaan, miten erilaisia näkökulmia tarkastelemalla muodostuu laajalaisempi kosketuspinta syömishäiriöihin. Näin häiriön taustalla vaikuttava kulttuuri avautuu näkyviin erilaisine arvoineen. Länsimaisesta nykykulttuuristamme peilautuu arvoja, jotka korostavat ulkonäköä, tyyliä, pärjäämistä, tietoa ja terveyttä, ajoittain jopa oman mielenterveytemme kustannuksella. Niin syömishäiriöillä samoin kuin muulla ahmimisella tai syömättömyydellä on kulttuurisina ilmiöinä moninaisia ulottuvuuksia kulttuurin eri tasoille ja kytköksiä myös hyvin arkipäiväisiltä tuntuviin valintoihin asti. Ihmisen ja ravinnon välinen suhde on näyttäytynyt tarkasteluni kontekstissa ongelmallisena ja olen kirjoittaessani jäänyt usein pohtimaan sitä, mitä luonnollinen ruokasuhte oikeastaan olisikaan. Pohtimisen arvoiseksi kysymykseksi on muodostunut myös se, mitä kulttuurissamme on perinteisten ruumisnormien ulkopuolella. Tuntuu lähes utooppiselta muotoilla mielessään ajatusta siitä, mitä arvottavien ruumisnormien takana voisi olla.

Tulkintojen erilaiset tavat selittää syömistä tai syömättömyyttä oireena nousevat eri tieteenalojen omista lähtökohdista käsin. Lääketieteellinen ja diagnostinen kieli hakee häiriölle ensisijaisesti kliinisiä perusteita. Psykologian kieli tarkastelee enemmän tunteita, minuutta, persoonallisuuden kehitystä tai perhesuhteita suhteessa syömishäiriön ilmenemiseen. Yhteiskuntatieteellinen ja sosiologinen kieli hakee syömishäiriöille perusteita lähtien naiseudesta ja

yhteiskunnasta. Filosofian parissa puolestaan pyritään ihmisen olemuksen ymmärtämiseen ja kyseenalaistamiseen. Näkökulmien ongelmaksi muodostuu se, etteivät ne kohtaa toisiaan tarpeeksi ja ilmiöiden selittäminen jää tulkintojen väliseksi kädenväännöksi.

Erilaiset kulttuuriset diskurssit ja tulkinnat tuottavat ja toisintavat ilmiötä syömisestä häiriönä. Ongelmallista on siten se, miten syömishäiriöistä puhutaan ja minkälaisella tavalla ja kielellä häiriötä selitetään tai yleistetään. Erilaiset häiriötulkinnat muodostuivat kieleltään ristiriitaisiksi. Olen vakuuttunut siitä, että kliinisellä diskurssilla on oma tehtävänsä ja häiriökäsitteistöllä oma paikkansa, vaikka mielen sairauksien kohdalla häiriötulkinnat ja diagnostiikka ovatkin monitulkintaisempia kuin fysiologisten sairauksien kohdalla. Kliinisen diskurssin sisällä yksilön toimijuus muodostuu erityisen vaikeaksi ja tuntuu siltä, ettei tällä diskurssilla ole tarpeeksi kosketusta yksilön ulkopuoliseen elämänpiiriin. Juuri toimijuuden problematiikka kärjistyy kliinisen ja sisäisen syömishäiriödiskurssin välillä, missä yksilön itsemääräämisoikeus omaan kehoon on kiistakapulana. Kysymys on siten vallasta ja siitä kenen äänellä häiriöstä puhutaan. Kliinisen kielen ongelma on siinä, ettei se tavoita elävää ja kokevaa yksilöä. Pro-syömishäiriö-liikehdintä ilmiönä todentaa juuri tätä kliinisen puheen valtaa omassa ajassamme. Kliinisen diskurssin ongelma on myös kulttuuristen merkitysten yksioikoistaminen, sillä kulttuuri tulkitaan vain yksilön ulkopuolella olevaksi. Kliininen diskurssi on itsessään kulttuurisesti rakentunut ja sen diagnostiikka on modernin ajan lääketieteen perintöä. Kun syömishäiriö ymmärretään ensisijaisesti mielenterveydellisenä ongelmana, hoitojärjestelmämme kohtaa vain vaikeimmin sairaat. Useissa blogi-kirjoituksissa toistuivat huonot hoitokokemukset ja vihamielisyys tai pettymys terveydenhuoltojärjestelmää kohtaan. Aikamme polttavaksi kysymykseksi muodostuu, miten saada apua ja hoitoa ennen kuin on "tarpeeksi" sairas ja kliinisesti diagnosoitu.

Mitä sitten syömishäiriöt, ahmiminen tai syömättömyys ilmiöinä kertovat kulttuuristamme? Kulttuurin ja sairauden välillä näyttäytyvä ristiriitaisuus sekoittaa sen, mikä on luonnollista ja hyväksyttyä tai sallittua ja kielteistä – eli mikä on oiretta ja sairautta. Sairaana ja terveen välinen ero näyttäytyy kulttuurin tasolla ajoittain hyvinkin hämärtyneenä. Esimerkiksi koettu syyllisyys herkuttelusta tai nälän siirtäminen ihanteiden voimalla eivät ole olemassa vain häiriötulkinnan sisällä, vaan ne ovat myös normaalia toimintaa. Raja terveen ja sairaan välillä hämärtyy suhteessa kulttuurisesti hyväksytyyn ruumiin kokoon, sillä julkisuudessa esiintyvä laihaa, ihailtua ruumista voidaan pitää kauniina ja haluttavana, vaikka lähes samoissa mitoissa oleva anorektinen ja sairaaksi luokiteltu ruumis on ei-haluttava, diagnosoitu ja torjuttu. Myös terve ruumis voidaan kokea hyvin sairaaksi, sillä ei ole itsestään selvää, näkykö paha olo tai häiriö ulospäin. Samoin muiden sairaaksi tulkitsema ruumis voidaan kokea terveeksi ja kieltää ”häiriön” esiintyminen. Myös liikunnan harrastaminen ja siitä saatu mielihyvä, joka ymmärretään häiriötulkinnan sisällä kompensaatona, on muutoin hyväksyttyä ja sallittua. Rasvan ja lihallsuuden assosioituminen epäonnistumiseen tai minän kontrollin puutteeseen ei myöskään esiinny vain sairauden sisällä, vaan on läsnä laajemmassa kulttuurisessa ilmapiirissä.

Kirjoittaessani työtäni olen pohtinut paljonkin tätä naisen kontrollin tarvetta, sillä tuo sama kontrolli näkyy selvästi aikamme kulttuurisissa ihanteissa. Nämä ihanteet ja se, miten ne toimivat tietyn ruumiinmuodon tai esteettisen ideaalin tavoitteluna, tulivat hyvin esille mm. Bordon ja Wolfen ajatuksissa. Kulttuuri tarjoaa jatkuvasti jotakin, jota kohti tavoitella: kiiltokuvanaisia, ihanteita ja unelmia. Televisiotarjonta on täynnä unelmien poikamiehiä, reality-sarjoja sekä sisustus- ja ruokaohjelmia. Naiset ovat hedelmällistä kohdeyleisöä näiden representaatioiden välittämiseksi. Oma aikamme arvostaa tätä näennäistä kehon tai mielen hallintaa ja kannustaa ihanteiden tavoitteluun. Kulttuurin tasolla

toisin sanoen vain tuetaan sekä oman ympäristön että oman kehon hallintaa ja kontrollia.

Aineistoni viitekehyksessä naiseuden sallitut ja hyväksytyt mallit, roolit ja ihanteet näyttäytyivät kulttuurisesti kapea-alaisina. Nämä tavoitellut roolit eivät ole sallivia, vaan arvottavia. Anoreksiaa ja syömishäiriöitä kuvattiin mm. Caskeyn ja Bordon tulkinnassa protestina ja naiseuden kieltämisenä. Kulttuurin tasolla voisi siis ajatella naiseuden näyttäytyvän sellaisina malleina, joita lapsuudesta aikuistuva nuori nainen ei halua, sillä hän ei koe tarjolla olevia naiseuden roolimalleja tarpeeksi salliviksi tai hyväksyviksi. Puurosen tulkinnassa syömishäiriöt rakentuivat pikku hiljaa omaksuttuina käsityksinä suhteessa ruokaan, ja tämä terveyttä korostava ruokasuhde näyttäytyi erityisesti naiseuteen kuuluvana. Tämän terveyskulttuurisen tulkinnan taustalla vaikuttivat ihanteet ja tietyn tyyppiset tavoitellut ruumisnormit. Naisen elämässä oman ruumiin hallinta näyttäytyy minuutta edustavana ja ihanteiden ulkopuolelle jäävä ruumis ei ole haluttu. Ruumisnormit, oletetut ihanteet ja normatiivisuuden tavoittelu tulivat esille kaikissa diskursseissa. Reuter tosin painotti muita enemmän sitä, ettei kysymys ole valmiiden kulttuuristen odotusten muotoilusta, vaan siitä, miten intentionaalinen toiminta ja kulttuuriset mallit yhdistyvät.

Nykykulttuurin riippuvuus mediasta tuli esille juuri ihanteiden tarjoamisen ja tuottamisen kautta. Tässä yhteydessä mielenkiintoinen kysymys onkin, missä määrin syömishäiriöissä vaikuttaa esteettinen ruumiin ideaali ja mitä on niin sanottu passiivisempi anorektisuus vailla esteettistä ulottuvuutta? Tarkastelussani on nykykulttuurimme näyttäytynyt vahvasti syömishäiriöitä ja ”poikkeavaa” syömiskäyttäytymistä tukevaksi. Olen pohtinut myös sitä, miten vaikeaa on tämänlaisesta häiriöstä parantuminen. Laitoksessa tapahtuvan hoidon aikana voidaan ehkä saavuttaa tuloksia, jossa oireilua voidaan vähentää käsittelemällä yksilön traumoja ja vahvistaa sallivampaa suhdetta itseän, mutta ulkopuolella meitä ympäröi myös sellaisia kulttuurin piirteitä, joissa oireilu on



sallittua ja jopa hyväksyttävää. Syömishäiriöiset toiminnan mallit ovat siten myös kulttuurisesti tuotettuja, sallittuja ja todennettuja.

Ruumiillisten merkitysten kapea-alaisuus on kulttuurimme ja aikamme kipupiste. Ruumis ja keho tulkitaan edustavuuden, päämäärien ja tavoitteiden kautta. Sen sijaan kokeva ruumis tai keho aistivana pintana näyttäytyy toissijaisena. Ajastamme puuttuu tilaa ruumiillisille kokemuksille. Sekä Reuter, Bonsdorff että Varto toivat esille aistivan ja kokevan ruumiin ja ruumiillisuuden tärkeyttä. Ihmiseltä on kadonnut välitön maailmasuhde, ja anoreksian tai syömishäiriön voidaan ajatella ikään kuin ”palauttavan” yksilölle itselleen ruumiillisen kokemuksen. Ruumista ja sen toimintoja selitetään auki ja tiedollistetaan esimerkiksi puhumalla kehotietoisuudesta, jolloin ruumis lukkiutuu tiedollisten päämäärien palvelijaksi. Ruumiin avoimuudelle, luonnollisuudelle tai mystisyydelle jää ajassamme vain vähän sijaa.

Kristerin, Varton, Claude-Pierren, Reuterin ja myös Bonsdorffin ajattelussa taiteen kautta saaduilla merkityksillä on yksilön elämänpiiriä, aisteja ja mieltä rikastuttava tehtävä. Ajassamme on tilaus taidekasvatukselle, toisenlaiselle maailmasuhteen muotoilulle ja kulttuurikriittisyydelle. Kulttuuri vaikuttaa identiteettiin ja minuuteen muotoillen niitä. Ihmisen oma minuus ja ääni näyttävät hukkuvan, mikäli yksilö ei osaa olla kriittinen tai suojata itseään kulttuurin haitallisilta vaikutuksilta. Mitä on siis tehtävissä kasvatuksen tasolla? Ruumiin kautta aistittavien kokemuslaatujen lisääminen olisi tärkeää, jotta ruumiillinen ei olisi pelkkää tuskaa ja ihanteita. Taidekasvatuksellisesti olisi annettava mahdollisuus aistilliseen maailmankokemiseen ja identiteettityöskentelyyn, sillä pelkkä mediakriittisyyden omaksuminen ei riitä. Avoimeksi kysymykseksi jääkin, olisiko mahdollista palauttaa keho aistittavaan maailmaan ilman jatkuvan tuskan, kivun ja nälän läsnäoloa ja vahvistaa mieltä tarjoamalla ruumiillisesti aistittavia kokemuksia.

## KIRJALLISET LÄHTEET:

- Alasuutari, Pertti (1994). *Laadullinen Tutkimus*. Tampere: Vastapaino
- von Bonsdorff, Pauline (2000). Ruumiin paikka estetiikassa. Teoksessa Arto Haapala & Jyrki Nummi (Toim.) *Aisthesis ja Poiesis: Kirjoituksia estetiikasta ja kirjallisuudesta*. Helsinki: Helsingin Yliopisto, taiteiden tutkimuksen laitos.
- Bordo, Susan. (2004). *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*; with a new preface by the author; new foreword by Leslie Heywood. 10<sup>th</sup> anniversary ed. Los Angeles, CA: The University of California Press.
- Caskey, Noelle (1986). "Interpreting Anorexia Nervosa." *The Female Body in Western Culture: Contemporary Perspectives*. Ed. Susan Rubin Suleiman. Cambridge: Harvard UP.
- Claude-Pierre, Peggy (2000). *Syömishäiriöiden salainen kieli: miten ymmärtää ja hoitaa anoreksiaa ja bulimiaa*. Suom. Mirja Rutanen. Helsinki: Tammi
- Chernin, Kim (1982). *The obsession: reflections on the tyranny of slenderness*. New York: Perennial Library.
- Cregan, Kate (2006). *The Sociology of the Body: mapping the abstraction of the embodiment*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Dias, Karen (2003), The ANA Sanctuary: Women's Pro-Anorexia Narratives in Cyberspace. *Journal of International Women's Studies* 4(2), <http://www.bridgew.edu/SoAS/IIWS/April03/Dias.pdf>. (Viitattu. 21.2.2010.)
- Eilola, Jari (2009). Ruumis, kuolema ja makaaberi. Jari Eilola (Toim.) *Makaaberi Ruumis: mielikuvia kuolemasta ja kehosta*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.

Fornäs, Johan (1998). *Kulttuuriteoria: myöhäismodernin ulottuvuuksia*. Suom. Lehtonen Mikko ... et.al. Tampere: Vastapaino.

Germov, John & Williams, Lauren (1996). The Epidemic of Dieting Women: The Need for a Sociological Approach to Food and Nutrition. *Appetite*. Vol. 27/2. Academic Press. ISSN: 0195-6666.

Heidegger, Martin (2000). *Kirje "humanismista" sekä maailmankuvan aika*. Suom. Markku Lehtinen. Helsinki: Tutkijaliitto.

Heinämaa, Sara; Reuter Martina; Saarikangas, Kirsi (1997) Lähtökohtia. Teoksessa Sara Heinämaa & Martina Reuter & Kirsi Saarikangas (Toim.) *Ruumiin Kuvia: subjektin ja sukupuolen muunnelmia*. Helsinki: Gaudeamus.

Helén, Ilpo (2000). Ruumiillistunut Sosiologia. Teoksessa Ilka Kangas & Sakari Karvonen & Annika Lillrank (Toim.) *Terveyssosiologian Suuntauksia*. Helsinki: Gaudeamus.

Hepworth, Julie (1999). *The Social Construction of Anorexia Nervosa*. London: Sage.

Honkasalo, Marja-Liisa (2000). Miten sairaus rakentuu sosiaalisesti. Teoksessa Ilka Kangas & Sakari Karvonen & Annika Lillrank (Toim.) *Terveyssosiologian Suuntauksia*. Helsinki: Gaudeamus.

Johnsson Mark (2008). What makes a body?. *Journal of Speculative Philosophy*. Vol.22, No.3. Penn State University Press. ISSN: 0891-625X.

Jyränki, Juulia (2007). Kuvotus ja kiihotus: Pro-ana sivustojen sensuuri ja torjutun halun pornografisointi. Teoksessa Harri Kalha (Toim.) *Pornoakatemia!* Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Kristeri, Irene (2005). *Tunteet ja syöminen*. Helsinki: Kirjapaja.

Kynkäänniemi Teija (2006). *Kauniiksi leikattu Ruumis? : kosmeettinen kirurgia yhteiskuntapoliittisena kysymyksenä*. Pro gradu työ. Jyväskylän Yliopisto, yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos.

Kyrölä, Katariina & Harjunen, Hannele (2007). Johdanto: Lihavuustutkimusta Toisin. Teoksessa: Katariina Kyrölä ja Hannele Harjunen (Toim.) *Koolla on Väliä! : lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli*. Helsinki: Like.

Laakso, Juhani. *Vankina vieraassa ruumiissa – syömishäiriöiden kognitiivisbehavioraalinen psykoterapia*. Varhaiskuntoutuksen tukisäätiö: <http://www.netti.fi/integrum/syomishairio.html>. (Viitattu. 5.3.2009 ja 21.2.2010. Julkaisuajankohta ei saatavilla.)

Luukka Minna-Riitta (2000). Näkökulma luo kohteen: diskurssintutkimuksen taustaoletukset. Teoksessa Sajavaara Kari & Arja Piirainen-Marsh (Toim.) *Kieli, diskurssi ja yhteisö*. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto, soveltavan kielentutkimuksen keskus.

Lönnqvist, Jouko (2007). Mielenterveyden häiriöiden luokittelu ja diagnostiikka. Teoksessa Jouko Lönnqvist et.al. (Toim.) *Psykiatria*. Helsinki: Duodecim.

McFarland, Barbara & Baker-Bauman Tyeis (1990). *Shame and body image: culture and the compulsive eater*. Deerfield Beach, Fla : Health Communications.

McLintock, Barbara (2002). *Anorexia's Fallen Angel: The Untold Story of Peggy Claude-Pierre and the Controversial Montreux Clinic*. Canada: HarperCollins LTD.

Miller, Merry N. & Pumariega, Andrés J. (2001). Culture and Eating Disorders: A Historical and Cross-Cultural Review. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*. 64/2. ISSN: 0033-2747.

Oinas, Elina (2000). Feministinen näkökulma terveystutkimukseen. Teoksessa Ilka Kangas & Sakari Karvonen & Annika Lillrank (Toim.) *Terveys sosiologian Suuntauksia*. Helsinki: Gaudeamus.

Peräkylä, Anssi (2000). Sairaus, puhe ja vuorovaikutus. Teoksessa Ilka Kangas & Sakari Karvonen & Annika Lillrank (Toim.) *Terveys sosiologian Suuntauksia*. Helsinki: Gaudeamus.

Prättälä, Ritva (2003). Naisten ja Miesten Ruoka. Teoksessa Riitta Luoto & Kirsi Viisainen & Ilona Kulmala (Toim.) *Sukupuoli ja Terveys*. Tampere: Vastapaino.

Puuronen, Anne (2004). "Oikein Syöminen": huomioita anoreksian terveystutkimuksesta rakentumisesta. Teoksessa Maarit Knuutila & Jyrki Pöysä & Tuija Saarinen (Toim.) *Suulla ja kielellä: tulkintoja ruuasta*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Rauhala, Lauri (2000) Medikalisaatio ja psyykkiset häiriöt. Verkkojulkaisu *Tieteessä Tapahtuu* 2000/3. <http://www.tieteessatapahtuu.fi/003/sisalto.html> Viitattu (21.2.2010.)

Reuter, Martina (1997). Anorektisen ruumiin fenomenologia. Teoksessa Sara Heinämaa & Martina Reuter & Kirsi Saarikangas (Toim.) *Ruumiin Kuvia: subjektin ja sukupuolen muunnelmia*. Helsinki: Gaudeamus.

Suokas, Jaana & Rissanen Aila (2007). Syömishäiriöt. Teoksessa Jouko Lönnvist et.al. (Toim.) *Psykiatria*. Helsinki: Duodecim.

Suoninen, Eero (1999). Näkökulma sosiaalisen todellisuuden rakentumiseen. Teoksessa Arja Jokinen & Juhila Kirsi & Eero Suoninen (Toim.) *Diskurssianalyysi liikkeessä*. Tampere: Vastapaino.

Varto, Juha (2002). *Isien synnit: kasvatuksen kulttuurinen ja biologinen ongelma*. Tampere: Tampere University Press.

Vänskä, Annamari (2006). *Vikuroivia vilkaisuja: ruumis, sukupuoli, seksuaalisuus ja visuaalinen kulttuurin tutkimus*. Helsinki: Taidehistorian Seura.

Wolf, Naomi (1991). *The beauty myth: how images of beauty are used against women*. London: Vintage.

## MUUT LÄHTEET

Blogilista: [www.blogilista.fi](http://www.blogilista.fi) (Viitattu: 10.1 ja 17.1.2010.)

Helsingin Sanomat 1.8.2007. / Tietokulma: ”Anoreksia on vaarallinen syömishäiriö.” [www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Anoreksia+on+vaarallinen+sy%C3%B6mish%C3%A4iri%C3%B6/1135229141855](http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Anoreksia+on+vaarallinen+sy%C3%B6mish%C3%A4iri%C3%B6/1135229141855) (Viitattu: 17.1.2010)

Helsingin Sanomat 16.4.2008. ”Ranskassa valmistellaan lakia laihuuden ihannoitua vastaan.” <http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Ranskassa+valmistellaan+lakia+laihuuden+ihannoitua+vastaan/1135235616801>. (Viitattu: 18.1.2010.)

Helsingin Sanomat 17.4.2008. Hannele Tulonen: ”Anoreksian ihailijoilla on verkkosivustoja Suomessakin”. <http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Anoreksian+ihailijoilla+on+verkkosivustoja+Suomessakin/1135235657965> (Viitattu: 18.1.2010.)

Lämsä, Anna-Maija. Naisjohtajuuden tutkimus, Jyväskylän Yliopisto  
Oppimateriaalit / 2.3. Feminismi ja Johtajuus.  
<http://www.jyu.fi/economics/naisjohtajuus/oppimateriaali.htm> (Viitattu: 18.1.2010.)

Peggy Claude-Pierren Montreux-klinikka ja ”*Secred Language of Eating Disorders*”-  
sivusto:  
<http://www.randomhouse.com/features/eatingdisorders/about.html>  
(Viitattu: 20.1.2010.)

Pro-Syömishäiriöiden englanninkielinen sivusto, jolta englanninkielinen varoitus s.41 on sittemmin suljettu sensuurin takia: [www.proanamia.com](http://www.proanamia.com).  
(Viitattu: 10.1.2010)

Syömishäiriöliitto Syli: [www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot](http://www.syomishairioliitto.fi/syomishairiot) (Viitattu 21.1.2010)

Verkkoklinikka: [www.verkkoklinikka.fi](http://www.verkkoklinikka.fi) (Viitattu: 10.1 ja 17.1.2010.)