

SCRIPTUM

Creative Writing Research Journal vol 5, 2/2018

Vasilis Papageorgiou: ON THE LOVE OF POETRY AND
POEMS: A POEM • 4

Päivi Kosonen: TOWARDS THERAPEUTIC READING –
PART I: IDENTITY WORK: GROWTH AND DEVELOPMENT
THROUGH READING • 24

Risto Niemi- Pynttäre: ANONYIMIT MASENNUSBLOGIT:
JULKINEN KIRJOITTAMINEN, PAREMMAKSI TULEMINEN,
PARANEMINEN • 48

Vesa Lahti: *Hélène Edberg (2018) Creative Writing for
Critical Thinking – Creating a Discoursal Identity*, Palgrave
Macmillan ISBN 978-3-319-65491-1 (eBook). • 76

Johan Kalmanlehto: *Tony Gillam (2018) Creativity, Wel-
lbeing and Mental Health Practice*, Palgrave Macmillan,
ISBN 978-3-319-74884-9 (eBook) • 83

Johanna Holopainen: *Sandra Marinella (2017) The Sto-
ry You Need to Tell. Writing to Heal from Trauma, Illness,
or Loss*, New World Library. ISBN 978-1-60868-484-7
(eBook) • 89

UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ /
MUSIC, ART AND CULTURE STUDIES
ISSN 2342-6039

AREAS OF SCRIPTUM CREATIVE WRITING STUDIES

ARTISTIC RESEARCH: authors researching their own art, art as research.

LITERARY THEORY: Studies on narratology, intertextuality, tropes and the figures of the text or metafiction. Theories related in creative writing.

MEDIA WRITING: Studies on film and multimedia and writing, manuscripts, adaptation of literature on multimedia, visual narrative, voice in narrative and poetry.

PEDAGOGY OF WRITING: Studies on teaching children and young in verbal art, writing in schools, free groups and internet forums, workshops of writing, master and novice, comments between authors.

POETICS; Studies on composing the text; the genres of prose, lyrics and drama, the style, experimental and methodical writing, programmed poetry, writing as philosophical asking.

POETRY THERAPY: Studies in writing and mourning, depression, mental health, individual therapy, healing narratives and metaphors, healing groups, writing and self care, web healing.

PROCESS OF WRITING: Studies on schemes and composing the text, skills and virtuosity of writing, creative process, different versions of the text, textual criticism, verbal choices, shadows of the story, online writing, improvisation, editing, co-operation and collaborative writing.

RHETORIC: Studies on expression and audience, reader, public spheres.

SOCIAL MEDIA: Studies on digital writing, visual rhetoric with writing, social publicity, networks between writers.

Submitted articles undergo a supportive review process and a referee process by two mentors. We welcome 400 word abstracts and proposals for reviews. The editorial board reserves the right to evaluate which articles will be published, based on the referee statements. Authors must confirm that the submitted manuscript has not been published previously or submitted for publication elsewhere. More information and instructions for authors by email: creativewritingstudies@jyu.fi

Vasilis Papageorgiou

On the Love of Poetry and Poems:

A Poem

To my dead mother that I don't remember
She was,
she whose name was or is,
she who is not, is

What if she were to hear me say I love poetry, I love that poetry and poems exist, the ponderings over whether they always have existed or were invented at some time and have since evolved, however slowly, a slow invention of sorts like so many other, disparate phenomena. Or whether they have been a given fact or event always, and if people were aware of them, of poetry and of the poem itself, its structures, forms and metres, of the need for a certain moment that is not in touch with or is detached from its world or intensifies this both simple and complicated relationship with the world, contemplates upon the world, upon the relationship and the moment itself. A moment that does not so much think as it admires, wonders, celebrates, visualizes this touch or detachment, the insight of it, and

the ability to do it, the language and form that make it possible. I love, with a love that comes from the heart, the ritual of poetry, which is a poem in itself, the phenomenon or event of poetry as it includes world, cosmos, while at the same time it reveals more world, expands, creates new cosmos, never limits the world, never has any intention of doing so, an event that is the continuous opening of the world and the affirmation of this opening. And although I am glad that for many reasons, most of them obvious, they are not one thing, I love poetry and poem as one, and I love to call a poem anything that I can describe as poetry:

“This is pure poetry.”

“Well indeed, it is a poem too.”

“Written by whom?”

“By poetry itself, by the moment this poetry takes place and presents itself, by its own event.”

The form that poetry takes, the form of a poem (the form that exceeds its lines and stanzas) reaches me as an arrangement, a momentarily contained structure of an epiphany, the insightful capture of the fleeting instant, of the never deceiving fleeting itself. It is a cosmos in its cosmetic moment, a perceived aspect of the openness. There is no need to speak of an oxymoron or paradox, I think. Any contours of the poetic form or figure that addresses me mark, re-enact and draw attention to the presence of the openness, its place, here, and time, now. They only exist because of this openness. An openness that exists both outside and inside the *lexis* and the *dianoia*, and as such can affect the lyric perception and the poem, and enhance my unconditional love for unconditional poetry and unconditioned poems.

And therefore, this is not just about the lyric, the poetry and the poems only, it is also about the love of them, the way this love affects my heart more than it affects my ideas, the way, I believe, it affects my thinking itself, the moment of my perceiving, of my awareness of poetry. An affirming moment in its epiphanic widening of itself with cosmos in it.

This love in the heart and from the heart, the unfathomable profundity of it, is what she would be ever so calmly eager hear me speak about, about how it speaks and expresses itself toward, within and from inside poetry and the poem. “I have nothing to say about love”, proclaims Derrida,¹ who on the next page thankfully elaborates around the term, speaks about “the heart of love” and contemplates on love as “the movement of the heart”. Love as heart and heart as love, love inside the heart and the heart inside love. And thus, my love for the poem is also the heart of my poem, my heart moves the poem, puts poetry in motion, poetry is the love in my heart. It is an open heart and an open love. The more tangible the openness of the poem becomes, the more touching and deeper this love is. It is a love in the heart of poetry, even if the heart of the poem is always eluding us. Derrida, a believer and practitioner of love (a lover of wisdom that a philosopher is), in his short text (a sort of heart of an essay, a heart in a body of questions) “Che cos’è la poesia?”² discusses, or

1 Kirby Dick and Ziering Kofman, *Derrida: Screenplay and essays on the film*, Manchester: Manchester University Press, 2005, 79.

2 Peggy Kamuf (ed.), *A Derrida reader: Between the blinds*. Essay translated by Peggy Kamuf. London: Harvester Wheatsheaf, 1991, 221–237.

rather states (or perhaps sings in his heart: Timothy Clark has admirably shown how Derrida's essay could have been written as an "ode". And, soon, discussing Keats' "Ode to Psyche", he writes about the "movement of the poem, as a gift of love"³) that he "call[s] a poem that very thing that teaches the heart, invents the heart".⁴ It is a heart that beats both for a "pure interiority",⁵ inside a poem, and the exteriority that otherness represents, that the language offers, by which the poem, like a "hedgehog", gets "thrown out on the roads and in the fields, thing beyond languages, even if it sometimes happens that it recalls itself in language, when it gathers itself up, rolled up in a ball on itself, it is more threatened than ever in its retreat: it thinks it is defending itself, and it loses itself".⁶ Of course, the negativity in the imagery and in the deployment of the arguments is employed in order to free the poem from the encompassing negativity of metaphysics: "The poem can roll itself up in a ball but it is still in order to turn its pointed signs toward the outside." This negativity is also a "demon of the heart" that "never gathers itself together, rather it loses itself". And just before this we have read:

You will call poem from now on a certain passion of the singular mark, the signature that repeats its dispersion, each

3 In his essay "By heart: A reading of Derrida's 'Che cos'è la poesia?' through Keats and Celan", *Oxford Literary Review* 15, 1, 2012, 53 and 55.

4 *A Derrida reader*, 231.

5 *A Derrida reader*, 231.

6 *A Derrida reader*, 229.

time beyond the logos, ahuman, barely domestic, not reappropriable into the family of the subject: a converted animal, rolled up in a ball, turned toward the other and toward itself...⁷

Love, though, goes beyond the encompassment of metaphysics for Derrida: “I love because the other is the other, because its time will never be mine [...] I can love the other only in the passion of this aphorism. Which does not happen, does not come about like misfortune, bad luck, or negativity. It has the form of the most loving affirmation...”⁸ Yet while love, heart and poetry are affirmed by Derrida, negativity is not far away. On the contrary, it is always present and active, generated by the other, thus undermining any untroubled enjoyment of love, of its euphoria. The feeling that “one might want to describe as amorous euphoria”, of which Derrida speaks,⁹ is inseparable from the melancholy that the presence of the unapproachable, impossible other causes. This is, I believe, what allows Derrida to speak here of euphoria in an oblique, hypothetical, potential way: “one might”. One, Derrida might then argue, does not and cannot love in a direct way, in the here and now of the taking place of poetry. The melancholia from and of the other overshadows the euphoria of openness in the heart of the poem, the direct love for poetry, the unconditionality itself in the unconditional movement

7 *A Derrida reader*, 235

8 An “Aphorism Countertime”, Derek Attridge (ed.), *Jacques Derrida: Acts of literature*, London 1992, 420–421.

9 Attridge, 421.

of the heart. For Derrida it is the other, not openness that unlocks and embodies the abyss of the present. “For Derrida”, concludes Clark, “the poetic comes from the other”.¹⁰ And, thus, only as an openness I enjoy what Derrida calls “the desire”, of the “absolute nonabsolute”, that in it “you breathe the origin of the poetic”.¹¹ An enjoyment, a pleasurable affirmation that always inhabits the other’s impossibility and troubled presence, but breathes beyond it in the “here and now of the poem”, as Paul Celan, from another perspective, one that describes the distance between the poem and the other, calls it in his speech “The Meridian”.¹² An enjoyment that comes from the heart of love, the heart of openness that beats everywhere, anytime, one that perceives the hedgehog as the accumulation of countless loving hearts.

I am so enjoyably sure that I am not all alone in deriving such a pleasure from Derrida’s one-line poem, “Petite fuite alexandrine (vers toi)”: “Prière à desceller d’une ligne de vie”. In the line we can hear different hearts beating in the openness of its words and its composition, as Michael Naas, affirming Derrida’s “joyous affirmation”, has shown in his essay “Lifelines”:

How many times did Jacques Derrida say in his lifetime, Oui, j’accepte? How many times did he sign with such an affir-

¹⁰ Clark, 71.

¹¹ *A Derrida reader*, 229–31.

¹² *Collected prose*, translated by Rosmarie Waldrop Manchester: Carcanet, 1999, 50.

mation, and how many of these affirmations, how many of these crypts, are out there waiting to be read, reaffirmed, and countersigned? How many lines, how many affirmations, how many prayers are there? How many gifts and how many benedictions? How many “traces in the history of the French language”? And now, though very differently, in ours?¹³

Derrida’s line then with its “many gifts” is a poem that both says a playful yes to and, at the same time, more importantly, reaches beyond Giorgio Agamben’s efforts to establish a dividing line between poetry and prose by giving the decisive role to the movement of the enjambment and the end of the poem:

Awareness of the importance of the opposition between metrical segmentation and semantic segmentation has led some scholars to state the thesis (which I share) according to which the possibility of enjambment constitutes the only criterion for distinguishing poetry from prose. For what is enjambment if not the opposition of a metrical limit to a syntactical limit of a prosodic pause to a semantic pause? ‘Poetry’ will then be the name given to the discourse in which this opposition is, at least virtually, possible; ‘prose’ will be the name for the discourse in which this opposition cannot take place.¹⁴

13 *Derrida From Now On*. New York: Fordham University Press, 2008, 225.

14 “The end of the poem”, *The end of the poem: Studies in poetics*, translated by Daniel Heller-Roazen, Stanford: Stanford University Press, 1999, 109.

Derrida's line was published as a "monostiche", and it is described as an "alexandrine" (Naas gives an exemplary analysis of the title and discusses convincingly the different interpretations of the line), but would Derrida mind at all if I were to read it to her as a piece of prose in itself or as a part of larger text that is left out? In any case, the monostich by standing alone, by not being able to be a *stichos*, to constitute a poem according to Agamben, resists or marvels in front of his theory, and as a sort of a final verse in itself it renders the whole theory about the enjambment completely redundant. It is possible to have a poem that is free from the "possibility of enjambment",¹⁵ free from Agambenian threat to lose its right to call itself a verse.

Agamben's theory about the enjambment is problematic in other ways too. While we can imagine it in action in any monostich before or after it, or in any other poetic form, and might of course find it very useful in discussing the lyric movement in some cases of metric poetry, the theory is "perplexing" for other reasons than those named by Agamben (as we read at the above-mentioned page: "This much follows simply from the trivial fact that there can be no enjambment in the final verse of the poem. This fact is certainly trivial: yet it implies consequences that are as perplexing as they are necessary. For if poetry is defined precisely by the possibility of enjambment, it follows that the last verse of a poem is not a verse.")

A challenge appears to me now, which in its sophistic meandering seems to contain a grain of gravity. If the last

15 *The end of the poem*, 112.

verse of a poem is not a verse, if it does not partake in the metrical flow of the poem, since it lacks the possibility of enjambment, if it is a piece of prose, then this should affect the previous verse, the penultimate verse, by depriving it of the possibility of enjambment as well, by suspending its metric movement. And if this is the case, the penultimate should affect the antepenultimate verse, and this all the way back to the beginning of the poem. Any farther discussion of Agamben's train of thought on this subject becomes more and more intriguing to me. For instance, the fact that the poem could turn into prose while remaining a poem.

Agamben deploys his argument about the question whether "the last verse trespasses into prose" cautiously and forcefully at the same time. What seems to be the case for him is that it is "as if for poetry the end implied a catastrophe and loss of identity so irreparable as to demand the deployment of very metrical and semantic means".¹⁶ We are not given an exposition of these means for the moment, because the "essential is that the poets seem conscious of the fact that here there lies something like a decisive crisis for the poem, a genuine *crise de verse* in which the poem's very identity is at stake".¹⁷ Agamben then goes on to describe a different kind of ending. He does this by giving us a couple of examples of what he calls the "disorder of the last verse", taken from Marcel Proust and Walter Benjamin, of something about "the end of the poem" that "often" has a "cheap and even abject quality", as if ("as if" is a

16 *The end of the poem*, 112.

17 *The end of the poem*, 113.

conditional structure that Agamben uses again here) these represent something general:

As if the poem as a formal structure would not and could not end, as if the possibility of the end were radically withdrawn from it, since the end would imply a poetic impossibility: the exact coincidence of sound and sense. At the point in which sound is about to be ruined in the abyss of sense, the poem looks for shelter in suspending its own end in a declaration, so to speak, of the state of poetic emergency.¹⁸

Here it is the case that the poem can end in a way that is not conventional (“formal”), it is another kind of end, in which the poem, by ending abruptly, does not end with a line without enjambment, in a prose line, or a line “that is not a verse”. And by doing this, its end retains its sound and does away with its sense. On the one hand, the poem, as Agamben had already described, can end formally and thus we do not have a coincidence of sound and sense, since the last line lacks enjambment. On the other, according to which the formal end is “withdrawn”, the sound cannot be “ruined” as it is separated in this way from the sense. In this case we end with a “poetic impossibility: the exact coincidence of sound and sense”. There are two different then “disorders”, two kinds of a complicated, in crisis, end of the poem, two different kind of poems. And all examples mentioned by Agamben end with “the abyss of sense”. We should note also that the impossibility that Agamben

18 *The end of the poem*, 113.

describes here should not be related to the negativity of language itself, the unsolvable problem of metaphysics. It cannot be, since this negativity should apply to all verses, not only the last one.

And soon we are given a third, to me equally wonderfully complicated, kind of end, or rather a new beginning after the end, or a continuation of the end. An end that leads to or embodies “silence” and “falling” (the wonderful complication being that this applies to all poems and to everything, to any end, as well as any middle and any beginning): “What is this falling into silence of the poem? What is beauty [that Dante finds] that falls? And what is left of the poem after its ruin?”. But why the ruin, the negativity and the violence it entails or refers to? Why not pick up the beauty in silence instead, as Dante writes? After putting a few questions about the “tension” in poetry between the semiotic and the semantic aspects of the poem, about the possibility in the end of the poem of a union between sound and sense, or “on the contrary”, of a separation “forever” between them to the degree that the poem leaves “behind it only an empty space”, Agamben concludes that “[e]verything is complicated by the fact that in the poem there are not, strictly speaking, two series or lines in parallel flight. Rather, there is but one line that is simultaneously traversed by the semantic current and the semiotic current”, by a “difference” that deprives “the space of the poem” of “the possibility of a lasting accord between sound and sense”.¹⁹ This “accord” however, is it an unquestionable given in prose, for instance, or in

¹⁹ *The end of the poem*, 114.

everyday reflections and speech? Agamben elaborates that this “opposition between the semiotic and the semantic” at the end of the poem takes place while it “falls” and at the moment when “sound seems forever consigned to sense and sense returned forever to sound”.

But of course, it only “seems” so, the poem retains the tension of the schism between sound and sense, it does not become an actuality that the poem at the end reaches a confident harmony, an unproblematic collaboration between sound and sense. What we witness is language’s “double intensity” that “does not die away in a final comprehension; instead it collapses into silence, so to speak, in an endless falling”. We can however, instead of a collapsing into silence, into the violence of collapsing itself, simply enter the silence, welcome its soothing or undisclosed promises, glide comfortably into it. It could, though, be this that Agamben means in the next sentence: “The poem thus reveals the goal of its proud strategy: to let language finally communicate itself, without remaining unsaid in what is said.” Does this thought allow us to think of silence as a kind of openness even before the negativity of language? Can we keep silent within the tension in which language reveals itself, “in what is said”? Maybe this is what Agamben means when he makes the careful thought that less tension between sense and sound as well as less thought and more philosophy in poetry might be best for it: “As for poetry, one could say [...] that it is threatened by an excess of tension and thought. Or, rather, paraphrasing Wittgenstein, that poetry should really only be philoso-

phized.”²⁰ He puts all this in a parenthesis, as if it does not matter that much, or just as a passing thought that could not survive a closer reading.

Maybe philosophy here is a kind of poetry and poetry a kind of philosophy, and both very close to what Agamben writes about criticism. The latter

is born at the moment when the scission [“between poetry and philosophy, between the poetic word and the word of thought”] reaches its extreme point. It is situated where, in Western culture, the word comes unglued from itself; and it points, on the near or far side of that separation, toward a unitary status for the utterance. From the outside, this situation of criticism can be expressed in the formula according to which it neither represents nor knows, but knows the representation. To appropriation without consciousness and to consciousness without enjoyment criticism opposes the enjoyment of what cannot be possessed and the possession of what cannot be enjoyed.²¹

It could be that the scission that gave birth to criticism and criticism itself carry within themselves, in a “unitary” crypt, both poetry and philosophy, and that all are part of a “topos”, a platonic chora, which we should think “not as something spatial, but as something more original than space”.

20 *The end of the poem*, 115.

21 *Stanzas: Word and Phantasm in Western Culture*, translated by Ronald L. Martinez, Minneapolis: University of Minnesota Press, 1993, xvi and xvii.

In the openness of this topos, where “what is not, will in a certain sense be, and what is, will in a certain sense not be” (*Stanzas*, xviii) we have all the good chances to encounter Derrida’s “text without text”, logos without logos that takes place in a here and now. It is as if poetry makes language communicate itself ignoring and transcending its negativity, as if the melancholy of “most abysmal experience”²² in poetry can be experienced as a euphoria, an active one in the surface of an actual moment in an actual place.

In this sense, the poet cannot be the “infant” of which Agamben speaks in his text “The Idea of the Unique”. This is the child who takes the

“vain promise of a meaning in language” and “who, through avowing its emptiness, decides for truth, and decides to remember that emptiness and fill it. But at that point, language stands before him, so alone, so abandoned to itself that it can no longer in any way impose: “la poésie ne s’impose plus, elle s’expose,” so Celan writes, in French this time, in a posthumous text. The emptiness of words here truly fills the heart.²³

Let us instead speak of the poet whose heart is filled with poetry, words, language, meanings in the euphoria of the here and now. Let the poet be the one “who, in the word,

22 Giorgio Agamben, *Language and Death: The Place of Negativity*, translated by Karen E. Pinkus with Michael Hardt, Minneapolis: University of Minnesota Press, 1991, 96.

23 *Idea of Prose*, translated by Michael Sullivan and Sam Whitsitt, Albany: State University of New York Press, 1995, 49.

produces life” without withdrawing “from both the lived experience of the psychosomatic individual and the biological unsayability of the species”.²⁴ Let poetry and life permeate each other, not in the medium of language, as Agamben writes, but in the beating of the loving heart which affirms its own buzzing and is affirmed by it. Poetry is always more than language, it is more than life, as life is always more than itself and more than death as an end. Like life, poetry is always and everywhere augmented by the asymmetric enjambments of a “tennis heart” which is “bouncing randomly all over”,²⁵ the unpredictable striding of the wandering ball that is not a “rolled up” hedgehog,²⁶ but rather the unrolling of the step beyond, of which Blanchot so often speaks, which both echoes and strides in the openness of the here and now of poetry and life, saturating, updating, finely tuning the movement of the heart. So many times the picture of the “ball” rolls through Derrida’s essay, and how “each time” it is coming directly from the space “beyond the logos”.²⁷

We can easily affirm that this “beyond” is here, that it is a logos without logos for Derrida as well, a part of the “unconditional affirmation of life” of which he speaks in his last text, his last interview. The beyond is the “yes” of the

24 *The End of the Poem*, 93.

25 Vasilis Papageorgiou, *Here, and Here: Essays on Affirmation and Tragic Awareness*, Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing, 2010, 94.

26 *A Derrida reader*, 223.

27 *A Derrida reader*, 235.

work of deconstruction taking place in a “surviving” that is “life beyond life, life more than life”. We can love the poem as an affirming, loving openness that not only is a beating heart, but also the breath of the beyond into now, as well as the breath of the now into the beyond. The last line of the poem as an end or as prose, any line of the poem, as any moment of life, the silence and the abyss before, within and beyond poetry and life celebrate the euphoria in the tragic awareness that is inseparable from the here and now the way Derrida describes it in his last words: “I am never more haunted by the necessity of dying than in moments of happiness and joy. To feel joy and to weep over the death that awaits are for me the same thing.”²⁸

Ashbery’s poetry celebrates this life, its incessant buzzing, it celebrates Wittgenstein’s philosopher, the openness not only before language but also within it, within the meaning itself, beyond its negativity or purity, it is the insomnia that the movement of the heart and the movement of the breathing, in their cosmetic activity, are tragically aware and take care of. Poetry and life for Ashbery are united not in language but in an active openness, an active affirmation that expands like the cosmos, in the how that also is the what of the world, its ever so changing arrangements. It is thus a beyond-any-consolation broken heart, open and unprotected, and a beyond-any-control uneven breath that move poetry and life, it is their melancholy that creates their euphoria, a “tragic” one, to use Ashbery’s words in

28 *Learning to Live Finally: The Last Interview, with Jean Birnbaum*, translated by Pascale-Anne Brault and Michael Naas, Brooklyn: Melville House Publishing, 2007, 50, 51.

his long poem “A Wave”.²⁹ It is a love that never sleeps and is happy for it, it is the love from, within and for the homeless heart. Here is Ashbery’s poem “Homeless Heart”, puzzling, disturbing and full of euphoria:

When I think of finishing the work, when I think of the finished work, a great sadness overtakes me, a sadness paradoxically like joy. The circumstances of doing put away, the being of it takes possession, like a tenant in a rented house. Where are you now, homeless heart? Caught in a hinge, or secreted behind drywall, like your nameless predecessors now that they have been given names? Best not to dwell on our situation, but to dwell in it is deeply refreshing. Like a sideboard covered with decanters and fruit. As a box kite is to a kite. The inside of stumbling. The way to breath. The caricature on the blackboard.³⁰

And here is how a homeless wanderer in the here now of the open cosmos reads the poem:

What is it and to whom does it belong? Where is it, the homeless heart? And is it the one that is overwhelmed by joy because it is homeless, because the work is finished and now it lives its own life in its own space, even though it is not entirely its own? But the heart resides somewhere, and this residence gives it new strength and a new life. It is a residence in a homeless place but it is a euphoric one, where there is no need for thoughts to dominate, better

29 *A Wave*, New York: Viking Press, 1984, 69.

30 *Quick Question*, Manchester: Carcanet Press, 2013, 42.

not to reside in those when one participates in such joy, in such a generous table with drinks and fruit, when one may even be a different kite able of a greater aerodynamic performance, when one is here now, since the stumbling presupposes and requires both. A difficult situation and a sadness like a breathing inside a stumbling, just as the box kite stumbles as it follows its breath into the heavens, with its corners and roofless inner volumes that resist the sky or play with it, an inside with its sides exposed, a here that is open through and through, bottomless, like a work, an event that is left in the infinite unfolding of this moment now and creates joy, a sideboard covered with such things that can make the living here enjoyable. And cause laughter then perhaps to anyone who is confronted with whatever definitive and unquestionable is written on the blackboard.

The breathing here and here, here and just two steps ahead of me always, the now and the here on the move, at the same moment, from the becoming to being endlessly, on the sidewalks and the crossings of Charlestown, a stumbling in the seemingly immobile infinity of cosmetics, the arrangement of cosmos, the stumbling as a quivering of infinity, perhaps the moment now that the exterior becomes an interior and he becomes a part of this interior, the moment the kite shudders and acquires creases and furrows. The present and the just leading breath of insomnia, the vapor that it leaves behind and around it, insomnia as an uninterrupted stumbling, [...] the breathing voids in its joints, in the cracks of the events where the cosmos is breathing, while it continuously rearranges itself within the unceasing confluence of melancholy and euphoria. The homeless heart inside the stumbling is protected, sleeps

and observes from within all things, all the parameters relating to the stumbling, the causes, the consequences, the rhythms and the directions. Where does the stumbling end up? Where is this day's walk taking him? Is he not himself a box kite while being inside a box kite? The kite is doing somersaults in the air, unexpected turns, both calm and violent, the homeless heart and the homeless and sleepless world breathe in or follow their own breath.

The enjoyment becomes bigger with every step, the details of the reality around him hypnotize him, they make him float like dreams inside dreams. The pastel colours on the worn wooden facades, their poor inhabitants, bread and olives for every meal for some, the enclosed porches two steps above the ground, the big crows on the roof of the grey Saint Francis de Sales, the silence of the empty small town, the brightness of the serenity in the air, where the constant stumbling, as if it were his own Concord River, carry him inside of an error, accidental or well-calculated.

The wanderer who calculates without calculating, who dwells in randomness, who trusts the coincidences, the falls that the stumbling causes, counts on the abysmal, on the transformation of the grief into enjoyment, of the stumbling into a graceful gait, as he relishes the contact with the ground and the elevation from it, all his existence is a poem as a stumbling, the inside of the steps as they unfold in the unknown place. Ashbery's poetry was always pleasant and familiar to him, an unexpected inside of endless stumblings, an endless opening of centreless environs, uneven and asymmetrical, parallel and confluent streets, the inside of a limitless immensity, his here in that moment when he stumbles upon the delight of fruits and kites, like Thoreau's

birds, in the sky that shudders by mad turns and twirls, by emersions and dives, a hyperactive stumbling like the insomnia that escapes logos, that spreads formless and malleable out of its fissures, a logos without logos, homeless, the euphoria of the homeless logos, the insomnia inside it which, at the same time, is the outside of the Big Bang, what is left outside the explosion, its shadow in the world that gave birth to it, worlds and worlds, one cosmos inside the other, outside the other, inside and outside the other, an inconceivable, homeless, cosmic stumbling.

And he, here now in the corner of Bunker Hill and Elm Street, the stranger, perhaps even non-existent, homeless like a caricature that stumbles inside its blissful questions, a reflection on the blackboard only, the self-mockery of his own tragic awareness.³¹

I love that poetry and poems exist as a homeless *poiein*, a never ending creating, making and doing in the present moment here, with no distance to itself other than its self-awareness. The is something done and something that is doing the done, active in passiveness, like poetry itself. The poem carries, speaks and enjoys its poetry. And by doing it, it has not the time or, more important, the need for a home, other than the open here and now right in the middle of an event that it creates and takes the home from, rolled out, broken hearted and euphoric. A she who is for me, towards me, in front of me, inside me.

31 Vasilis Papageorgiou, *Aiüpnia*, Thessaloniki: Saixpirikon 2018, 33–36, modified.

VASILIS PAPAGEORGIOU *is Professor of Creative Writing and Reader in Comparative Literature in the Department of Film and Literature at Linnaeus University, writer in Greek and Swedish, and translator.*

Päivi Kosonen

Towards Therapeutic Reading

PART I:

IDENTITY WORK:

GROWTH AND DEVELOPMENT THROUGH READING

There is a huge amount of research data on the importance of reading for human growth and development. According to modern research, the stories we hear and read shape our minds, but we have no definite information about exactly how this happens. Bibliotherapists also carry out work on literature and reading, but when it comes to the development of therapeutic methods, reading has been overshadowed by writing. In this three-part series of articles, I ask whether new research on reading could prove valuable to bibliotherapists and what we as bibliotherapists can bring to the current debate about reading.

For several years, I have run a university course on therapeutic, transformational reading in which I invite literature students in particular to join me in considering what therapeutic or transformational reading might mean in the light of the latest findings in the humanities. We immediately notice that research into reading is not the sole prerogative

of the humanities, let alone of literature specialists, but is increasingly also found in the fields of cognitive psychology and the neurological and medical sciences, as well as in the medical humanities which exist in the border zone between the sciences and humanities. Some research presents reading as the direct key to empathy and developing theory of mind (Kidd & Castano 2013), and useful in every respect for training the mind (Landy 2012; Polvinen 2012). But ultimately, what do we really know about the power of reading? In what sense can reading be said to be *formative*, *transformative* or even *therapeutic*? Can reading be a cure? What, in the end, do we know about therapeutic reading or bibliotherapeutic reading?

One might think that a therapist working with bibliotherapy would have a great deal of theoretical and practical knowledge of reading which they then apply in their own work. There is theory-in-use, there are process models and there is expert knowledge, associated with different schools and trends of psychotherapy, about the shaping of identity and the mental mechanisms linked to reading and the bibliotherapy process. Personally, I consider that this is precisely where bibliotherapists have something to add to the current debate on reading and research into reading – in perceiving what happens in interactional reading therapy and the kinds of mechanisms it involves. Might it be possible to compile data on therapeutic reading which could be used in bibliotherapy training and in methodological use in the field itself, applied in educational institutions, libraries, nursing homes, mental health work and clinical work, in various care institutions – the areas in which bibliotherapy takes place in Finland? Could working with bibliother-

apy also provide a social benefit – for example in building modern human identity, increasing feelings of belonging and participation – now that even the daily papers are discussing the decline in the reading skills of young people, especially boys?

In this article, I concentrate on identity work linked to reading. I begin by outlining ideas about the opportunities of reading to influence identity presented in research into reading in the field of literature. At the end of the article, I examine the data we have on bibliotherapeutic reading. While this article does not offer an opportunity to cover the subject in any great depth, I present some names and some observations. I cover literature researchers, bibliotherapists, and my colleagues applying different bibliotherapeutic methods in Finland, as well as in Sweden, where data on bibliotherapeutic reading has been eagerly accumulated in recent years (e.g. Ihanus 2004; Nilsson & Pettersson 2009; Frid 2016). The purpose of my article is to invite people to join me in opening the doors to therapeutic reading – in theory and in practice.

HUMANISTIC RESEARCH ON READING: GROWING AND DEVELOPING AS A PERSON THROUGH READING

What sort of man should I be? What was the meaning of the world? [-] While following others' lives, dreams, and ruminations in their stories and their essays, I knew I would keep them in the deepest recesses of my memory and never forget them [-]. With the knowledge I gathered from my

reading, I would chart my path to adulthood. (Pamuk, *On Reading. Words and Images*, p. 110.)

The importance of reading in shaping selfhood – the psyche, in developing a soul and shaping a human into an ethical actor in society – was well-known in the Europe of the past, in antiquity and the Middle Ages (e.g. Manguel 1996/2005; Stock 2006). In the *Apology of Socrates*, Plato has Socrates express this core of tradition; in teaching people to know themselves and care for themselves, Socrates is teaching people to take care of common issues in society. In a similar spirit, in our day, Turkish Nobel Prize-winner Orhan Pamuk writes in the above quote about the ability of literature to reflect and shape human identity. In his autobiographical essay *On Reading* (2006), Pamuk has his first-person narrator present the basic questions of Western work on identity: What sort of person should I be? What kind of person do I want to be? The questions are derived from humanistic values – care for other people – although this is not mentioned in this text. Pamuk’s care for other people is expressed in many of his other essays. In his Nobel lecture, “My Father’s Suitcase”, for example, Pamuk (2006, p. 528) writes about how modern literature should depict the fear of being left outside and the feeling of worthlessness, offer a surface for identity and reflection, above all for people who feel themselves useless.

There is no doubt that research has been conducted into the effect of reading in shaping identity. Here, I will initially concentrate on the debate in literature studies and the humanistic tradition. Professor of English, Liberal Education and Pedagogy Marshall Gregory has sought to create a

coherent theory on the formative effect of reading, shaping the self and producing its individuality based precisely on humanistic values, for example. According to Gregory, the importance of reading in forming an individual and personal identity lies in the way literature opens to the reader models of being, living, feeling and relating – word for word, detail for detail – through the characters and situations it presents (Gregory 1995; 2009).

Fictional stories are central to Gregory’s theory, as is the idea of forming an individual personal identity narratively, in the manner of a story and through stories. In recent decades, narrative research has attracted increasing attention among researchers in a variety of fields, who, through it, have found a shared subject for discussion and research. (See, e.g. Bruner 1978/2004; MacIntyre 1981/2007; Hänninen 1999; Hyvärinen 2010; Brockmeier 2015.) It is worth bibliotherapists following, and where possible also contributing to, the identity debate of narrative researchers (see Ihanus 2009). Based on narrative thinking, Gregory in any case emphasises the developmental aspects of reading, the idea whereby stories are an important part of the individual’s ethical development: “Exposure to stories is educational and therefore formative” (2009, p. 3). His arguments are also associated with an emphasis on moral education – and through this also the idea that not all reading is good and that some stories may be dangerous:

We cannot measure the effect on our health of each individual fork of food we eat or each individual dose of medicine we take, but we nevertheless know that, cumulatively and incrementally, those forks of food and those doses of medi-

cine configure our bodies and condition our health in ways that, ultimately, can only explained by tracing the effects back to the influence of those individual bites and those individual pills. So it is with the incremental influence exerted on our minds and hearts over time by the countless stories we tell and consume. (Gregory 2009, p. 22.)

A single book will not push us in one direction or the other, but as a sum of individual books and the result of our reading history, our identity starts to bend in a particular direction. Like creates like?

Emphasising ethical and moral subjectivity – what we do, the values on which we operate – links Gregory’s theory to an older humanistic tradition and especially to philosopher Martha Nussbaum’s thinking, to which Gregory also refers. According to Nussbaum, fiction can be fruitful in terms of the moral development of the individual: “a novel, just because it is not our life, places us in a moral position that is favorable for perception and it shows us what it would be like to take up that position in life.” (Nussbaum 1990, p. 162; cf. Gregory 2009, p. 44.) According to Nussbaum, fiction confirms our capacity for empathy and increases our inclination to do good. Taking a similar approach, David Comer Kidd and Emanuele Castano (2013) have also argued for the novel’s ability to directly influence theory of mind – in other words our ability to understand other people’s mental states and put ourselves in someone else’s shoes.

Professor of Literature at Uppsala University Torsten Pettersson writes in the same vein in his article “Att läsa för att utvecklas” (2009) about the opportunity of literature to make visible something within ourselves that we had

not previously realised but for which we have now found the words from our reading. He too emphasises the importance of literary fiction and in his article seeks to create an understanding of literature that encompasses reading fiction and personal growth. According to Pettersson, a central element in terms of developing identity and growth is the reader's opportunity to freely insert themselves into the situations presented and characters depicted in fiction, and live, through the words, the actual life situation and internal emotional world experienced by the subject presented in the novel. Nussbaum's thinking is apparent here too. Through the imagination, the reader can identify with and see another person's internal world from the inside – in a better and safer way if and when they are aware that the person concerned is a fictional character. According to Pettersson, literary fiction in particular brings us different human characters and life situations to experience – in other words, models that we can identify with, for how to be and how to live. In our reading, we can examine them safely – remotely, protected by fiction. (Pettersson 2009.)

In a lecture given in January 2017, Professor of Comparative Literature at the University of Turku Hanna Meretoja is on the same track. Meretoja particularly emphasises the power of imagination offered by literary fiction – the opportunity of literature to shape the ways and means with which we question things and explore the world:

Instead of literature producing in us an assurance that we understand ourselves and others, its ethical potential is more associated with its power to destabilise this kind of assurance. Often, simply realising that we do not under-

stand opens an opportunity to see the world differently. The power of literature to broaden our consciousness of what is possible is more often based on experiences of confusion, being lost, and of complexity rather than undisputed visions of a good life. (Meretoja 2016.)

There is a great deal of literature on the subject. However, the points I refer to above are not conceptually new innovations. On the contrary, the argument is largely founded on an old humanistic understanding of the gradual effect of reading, which was written about by thinkers of the ancient world and the Middle Ages (cf. Stock 2006). Another frequent problem with humanistic reading theories is a naivety and an over-optimistic approach in evaluating the impact of reading – a point that Meretoja (2017) raises – as well as the way that literature is usually limited solely to literary fiction or storytelling.

A humanistic-based awareness of literature and reading as a means of developing identity or selfhood is applied in many areas, such as in mother tongue (Finnish/Swedish) teaching in Finland (see, e.g. Ahvenjärvi & Kirstinä 2013). At the same time, library reading groups rely on information about reading and building identity, as is shown in two excellent books which gather together information about reading from libraries: *Lukupiirikirja* (2010) edited by Johanna Matero, Ritva Hapuli and Nina Koskivaara, and Nina Frid's book *Läsa, läka, leva! Om läsfrämjande och biblioterapi* (2016). Both books also cautiously open the doors to bibliotherapy and reading therapy (especially Holma 2010, pp. 56–58; Ratia 2010, p. 186; Frid 2016, pp. 83–142).

BIBLIOTHERAPEUTIC IDENTITY WORK AND DATA ON READING

Bibliotherapeutic developmental groups are associated, as their name suggests, with the idea of supporting the growth of the individual. In these – as in all other bibliotherapeutic work, carried out both with individuals and in groups – it is also possible to use reading to support participants' work with identity (McCarty-Hynes & Hynes-Berry 1986/2012, p. 32). But what approach does bibliotherapy take to building identity? And how does reading shape us? What kind of literature and what kind of reading? On what research or factual information is the idea of reading as a force for shaping identity or as a force for development based?

The answers are not simple, as the theoretical foundation for bibliotherapy is eclectic. There is no such thing as a coherent theoretical basis for bibliotherapy. This means that bibliotherapy is carried out on the basis of many different kinds of theories – including within the theoretical frameworks of psychoanalysis, Jungian analytical psychology, phenomenology, humanistic psychology or cognitive psychology. An interactive process model and an integrational approach have proved the most promising, and in practice many therapists combine different frames of reference in their work. (See, e.g. Ihanus 2009, p. 20.)

The debate on identity theory also forms an area in its own right. In practice, every professional psychotherapist has their own theory-in-use and associated understanding of the formation of identity or selfhood – and possibly also of the use of and importance of reading in this work. Perhaps some kind of common basis could at least be found

between many modern schools and approaches. According to current understanding, our identity, our individual and/or personal identity, is fundamentally shaped intersubjectively or relationally, in other words in relation to other people. As mammals, we are placed in relation to someone else and to our own particular living environment from as early as the womb. According to the prevailing understanding, identity is also a dynamic system, which is built in a life-span perspective from childhood to death (see Dumont 2010, pp. 98–99). A person can thus still develop as an adult (Fadjukoff 2007), which creates a basis and opportunities for working with identity with adults, for example in bibliotherapeutic developmental groups.

As we understand it today, our identity or our selfhood is not a permanent “self-block” built on top of certainties and lasting memories, but a fragile and living organism, constantly changing over time. We are constantly changing in line with our nature, but we have the skills and means of creating the necessary feeling of continuity and permanence in the midst of the ongoing flow of life. Antonio Damasio, for example, who has researched the neurobiological basis for identity, has written about the foundation of our sense of self as being a throbbing physical flow of emotion in the background of our existence and our circumstances. Language, however, gradually enables us to form autobiographical memory, experience of the self in a temporal dimension, and, through that, an identity or an autobiographical self. (Damasio 2000, 2010; see Kosonen 2016.)

This understanding of identity enables us to carry out bibliotherapeutic work with clients or patients. Another

person, the client or patient, needs help, or support, or to make sense of their life, and another person, the bibliotherapist, puts themselves at their disposal, alongside them, as their discussion partner. In the bibliotherapeutic process, the reflective other is the psychotherapist or bibliotherapist – and the therapy process also encompasses all the aspects of their identity too. In this work, one’s self-knowledge and own interaction skills are naturally of essential significance – and supervision and self-reflective methods are therefore necessary.

Group work is another category in its own right, where ideally there should also be a command of the rudiments of group dynamics. The importance of the group cannot be exaggerated in bibliotherapeutic work on identity. Reflective and therapeutic writing guide and researcher Jeanie Wright states that we need others to become ourselves and writes:

Given that there can be no ‘self’ without ‘other’ and no ‘individual’ without ‘group’ [–] trying to understand more about the ‘self’ is fundamentally a group exercise (Wright 2012, p. 23).

The group may however provide significant and crucial support for the individual participant in building their identity, the story of their lives or finding their own voice (cf. Kosonen 2017).

In bibliotherapy, however, the readable textual material – and all the associated other texts and “voices” behind the text both visible and invisible – brings its own “otherness” into play. According to an intertextual and dialogic under-

standing of text, such as that of Mikhail Bakhtin's dialogic theory, the word is not static; the word is a living, communal word that carries with it its own history and is given meaning anew in each context in which it is spoken. According to Bakhtin, every word and utterance also always contains an alien voice, and only a dialogic, participatory attitude will succeed in relating to another person's words as another person's words, genuinely as the other person's meaningful position. (Bakhtin 1929/1991, p. 100.) In bibliotherapy, as in all other kinds of therapy, this kind of dialogic approach is ideal (Linnainmaa 2009, pp. 61–67).

All this – the identity process, the therapy process, the reading process – regarding which I have only been able to provide a skeletal overall picture above – is activated in each bibliotherapy session which uses literature and reading. But on the basis of what understanding of reading does a bibliotherapist operate who has only brief training in bibliotherapy and does not have basic training in psychotherapy? On what kind of identity and development theory and reading theory do they base their work? Is it ultimately even permitted to talk of reading therapy if the aim is to refer to a bibliotherapeutic situation and activity in which the therapy process and its associated dialogic and interaction are central?

At the moment, for example, the terms “bibliotherapy” and “reading therapy” can be used to refer to all kinds of “reading promotion work”, as such carried out by library staff, social workers and teachers in giving their customers, clients and students reading recommendations (McCarty-Hynes & Hynes-Berry 1986/2012, pp. 10–11; cf. Frid 2016). Similarly, under the huge umbrella term of biblio-

therapy Ella Berthoud and Susan Elderkin are able to offer their readers novel therapy in their trendy book *The Novel Cure. An A-Z of Literary Remedies* (2013, p. 1). Berthoud and Elderkin's identity therapy seems extremely pleasant – for an identity crisis, one might read, for example Franz Kafka's *Metamorphosis* (ibid., p. 213) – but it would be difficult to start carrying out proper bibliotherapy using their methodological package. There is starting to be a real need for some kind of overall presentation of reading theory, as Juhani Ihanus has also noted (see, e.g. Ihanus 2004, pp. 22–23).

And what about research into reading? What kind of understanding do we have of reading? The general understanding is that literature – reading – gives us words, expressions and structures. It helps us to understand feelings and motives. It conveys information about social events, values, norms, beliefs and attitudes. It broadens our awareness. The influence of literature, with all its complexity, is special by its very nature, as Professor of Comparative Literature Hanna Meretoja reminds us (2017):

Literature affects us in many different ways: it awakens experiences of recognition, produces an understanding of the complexity of things and enriches our emotional life. There is no area of knowledge that literature could not address in some form, but unlike most areas of science, literature examines different phenomena of reality namely on the basis of their human importance and meaningfulness, from the perspective of people operating in the world. Its intrinsic areas are the most fundamental questions of human existence which wish to remain outside science. (Meretoja 2017.)

Regarding the psychological basis of reading, we know that reading benefits the development of a person's (personal) identity, partly because our language and stock of expressions develop and are able to develop by means of reading at different phases of life. By reading alone or in a group, to ourselves or listening to someone else's voice, we increase our vocabulary and stock of expressions, and we gain words to communicate and express our own thoughts and feelings.

It has been suggested that literary fiction, poetry and poetic language can offer us expressive material, particularly when we are dealing with the most difficult human experiences that we encounter, such as grief (cf. Saresma 2000) or death (see Saresma 2007; Hulmi 2012) or experiences in general that are difficult to put into words, such as early experiences of trauma (see Bollas 1993; cf. Knuuttila 2009). Literary fiction speaks to us holistically – as people – offering us words and descriptions of things and phenomena that do not fit within any classification of symptoms or diagnoses.

Among other things, these kinds of generally known and accepted benefits associated with reading, derived from the psychology of reading or adopted from elsewhere and frequently circulated, form a basis for bibliotherapeutic reading theory and working. People's stories and identity are constantly shaped by language – and using language, we use words and reading to open up new viewpoints and worlds of experience to clients in bibliotherapeutic work through which they shape their identity. (Ihanus 2004.) According to philosopher and psychologist Kirsti Määttänen (1996), it is possible to maintain identity and a feeling of continu-

ation through remembering – in other words by nurturing one’s own aliveness – possibly through autobiographical writing, which does not necessarily even have to aim to be the story of one’s whole life (see Kosonen 2014, 2015).

A large amount of reading-based work on identity is carried out in bibliotherapy. Reading is almost always referred to when presenting bibliotherapy work but observations often remain at a general level – without particularly problematising literature and reading. Almost all books and articles in the field mention works recommended for use in working with clients and present exercises; in some cases more literature is listed and in more detail.

A particularly large amount of reading-based work on identity has been developed in story therapy with children and young people (see Mäki & Kinnunen 2002; Mäki & Arvola 2009ab; Suvilehto 2014). Silja Mäki (2015) has also carried out story therapy with adults and developed a group model for it, in which clients both read fairy tales and write their own derived from these. In this work, reading fairy tales and myths is presented as an important factor in growth and development – strengthening a sense of roots, attachment and belonging. The books are practical in nature and contain useful exercises; their primary aim is not to gather and model data about reading. The same is true of Jussi Sutinen’s excellent *SelfStory* (2010), a method intended for use in child protection. The method is based on narrative therapy and bibliotherapy, but information about bibliotherapy processes is not mentioned or explained.

Arleen McCarty-Hynes and Mary Hynes-Berry’s four-stage bibliotherapeutic process model is a central procedur-

al tool in bibliotherapy. The model is presented in depth in books and articles: identification, selection, presentation and follow-up. In Finland too, the model is presented in many of the textbooks on the topic (e.g. Huldén 2002, pp. 82–85; Linnainmaa 2009, p. 22; Mäki & Arvola 2009a, pp. 15–16). But why can I find no literature in which anyone has started to develop this model further, expanding it with literature and material, questions and considerations based on the latest research on reading? Somewhere is there an identity theory framework or procedural reflection for this, in itself excellent, model which works in reading therapy? How is the model used? What kinds of experiences are there of using it?

There is a great deal of useful information about selecting and using material (e.g. McCarty-Hynes & Hynes-Berry 1986/2012; Papunen 2002, 2005). In working with bibliotherapy, what is essential is that the material to be read arouses something – a feeling or emotional response – in the person or the group, not what discipline or literature classification the text belongs to. This takes professional skill.

Thus it is not necessary to solely rely on stories in bibliotherapeutic work on identity. Other kinds of lyrical and fragmentary texts, essays, even short-form prose can be used too. In fact, the bibliotherapy field has traditionally paid a great deal of attention to poetry and the power of poetic language to move mute and even unknown areas of our minds. It is also claimed that poetry therapy in particular can help people to make sense of their identity and to create a shape for undefined feelings and even for unexplored thoughts. (See, e.g. Mertanen 2002; Kähmi 2015.)

Many bibliotherapists use literary fiction and serious literature in their work, e.g. short prose, short stories, which are suited for group work, but long prose and large novels are also used to as great an extent. In the multidisciplinary study on shared reading conducted by the University of Liverpool, for example, groups with depression and suffering chronic pain concentrated on serious literature, in other words the kind of storytelling literature that can address the major and existential questions of life (Billington et al 2017). However, recent debate seeks to remind us that often there is also a need for “different” or lighter material, including crime fiction, as Liz Brewster (2017) writes, drawing on her empirical research in her article “Murder by the book. Using crime fiction as a bibliotherapeutic resource”. The point of using entertaining literature, according to Brewster, is that in certain life situations, such as depression, a place of refuge and retreat located in a parallel world offered by reading is necessary and beneficial.

Of course bibliotherapy can also use non-fiction and different autobiographical and self-help literature. However, the therapist should be precise regarding the limits of their own awareness and expertise (Papunen 2002, p. 258). At best, factual material, non-fiction, factual prose and informative articles can be used psycho-educationally to create a holistic picture of the issue studied, to help people in changing their viewpoint and remind them of the fact that their emotions are common – I am not alone in my shame.

WITH SOMEONE ELSE, TOWARDS SOMEONE ELSE

In our reading, we can see ourselves in the mirror of another person or a generalised other person. By internalising other people's expectations, we shape ourselves and our behaviour, our existence in relation to others. At best, reading – temporal, long, intensive reading – offers an opportunity to live in another person's words, see the world as if through the eyes of another mind. It is also possible to gain a compensatory experience through reading; I can become visible in the pages of a book. I am not alone, I am not invisible.

We know about the formation of identity, about the dynamics of reading and the effects and benefits of reading. The core area of bibliotherapy is applying this knowledge in bibliotherapy work. Bibliotherapeutic identity work continues where bibliotherapeutic reading research leaves off – in a practical interactive situation, listening to a person's uniqueness, taking into account their special situation – such that the client has an opportunity to experience growth through the therapy process. However, this process could start to become clearer and more focused in terms of reading therapy methods, so that we could start to build a more solid foundation for therapeutic reading, enabling us to know what works and what does not need to change, what we could correct or do better, or what we could find additional information about.

In the second article in the series, I will examine the dynamics of reading and the interactive process of bibliotherapy. I will ask what happens when we read, what happens in the reading process itself, according to the current

knowledge. I will present the phenomenological theory of reading and alongside it an object-relations theory model as well as the bibliotherapy process model with which many people will be familiar. In the third part of the series, my aim is to finally explore the latest multidisciplinary research on reading and different forms of group reading.

This article opens a series in three parts on therapeutic reading. It is part of a sub-project on narratives and reading conducted at the University of Turku as part of the Academy of Finland's Instrumental Narratives project (iNarr, 2018-2022).

Translation by Kate Lambert, Kääntämö Oy, Turku/Finland.

PHD PÄIVI KOSONEN *is senior lecturer in comparative literature and bibliotherapist.*

BIBLIOGRAPHY

- Ahvenjärvi, Kaisa & Kirstinä, Leena (2013) *Kirjallisuuden opetuksen käsikirja*. Tietolipas 239. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Bahtin, Mihail (1929/1991) *Dostojevskin poetiikan ongelmia*. Suom. Paula Nieminen & Tapani Laine. Helsinki: Orient Express.
- Berthoud, Ella & Elderkin, Susan (2013) *The novel cure. An A-Z of literary remedies*. Edinburgh & London: Canongate.
- Billington, Josie, Farrington, Grace, Lampropoulou, Sofia et al. (2017) A comparative study of cognitive behavioural therapy and shared reading for chronic pain. – *Medical Humanities* 43:155–165.
- Bollas, Christopher (1993) *Being a Character. Psychoanalysis and self experience*. London: Routledge.
- Brewster, Liz (2017) Murder by the book. Using crime fiction as a bibliotherapeutic resource. – *Medical Humanities* 43:62–67.
- Brockmeier, Jens (2015) *Beyond the archive. Memory, narrative, and the autobiographical process*. Oxford University Press.
- Bruner, Jerome (1987/2004) Life as narrative. – *Social Research*. Vol. 71, No. 3, 691–710.
- Damasio, Antonio (2000) *The feeling of what happens. Body, emotion, and the making of consciousness*. London: Vintage.
- Damasio, Antonio (2010) *Self comes to mind. Constructing conscious brain*. London: Heinemann.
- Dumont, Frank (2010) *A history of personality psychology. Theory, science, and research from hellenism to the twenty-first century*. Cambridge University Press.
- Fadjukoff, Päivi (2007) *Identity formation in adulthood*. Väitöskirja. Jyväskylä Studies in Education, Psychology, and Social Research 319. University of Jyväskylä.
- Frid, Nina (2016) *Läsa, läka, leva! Om läsfrämjande och biblioterapi*. Stockholm: BTJ Förlag.
- Gregory, Marshall (1995) The Sound of story: An inquiry into literature and ethos. – *Narrative* 3:1 (January 1995): 33–56.

- Gregory, Marshall (2009) *Shaped by stories. The ethical power of narratives*. Notre Dame Press.
- Holma, Aulikki (2010) Lukijan koti ja identiteetti. Teoksessa Madero, Johanna, Hapuli, Ritva & Koskivaara, Nina (toim.) *Lukupiirikirja*. Helsinki: BTJ Kustannus, 46–60.
- Huldén, Jaana (2002) Kokemuksia nuorten kirjallisuusterapiasta. – Ihanus, Juhani (ed.) *Koskettavat tarinat. Jobdantoa kirjallisuusterapiasta*. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu, 79–106.
- Hulmi, Heli (2012) *Kuoleman horisontti ja kirjoitus*. Helsinki: Kansanvalitusseura.
- Hänninen, Vilma (1999) *Sisäinen tarina, elämä ja muutos*. Acta Universitatis Tamperensis 696. Tampereen yliopisto.
- Hyvärinen, Matti (2010) Revisiting the narrative turns. – *Life Writing*, Vol. 7, No. 1, 69–82.
- Ihanus, Juhani (2004) Litteratur och terapi. – Ihanus, Juhani (ed.) *Att tala eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, Förlag, 13–36.
- Ihanus, Juhani (2009) Narrativ identitetsläsning och identitetskrivning – några synpunkter på framtida forskningsmöjligheter. – Skans Nilsson, Kersti & Pettersson, Torsten (ed.) *Litteratur som livskunskap. Tvärvetenskapliga perspektiv på personlighetsutvecklande läsning*. Göteborg: Livrena, 71–75.
- Kidd, David Comer & Castano, Emanuele (2013) Reading literary fiction improves theory of mind. – *Science* 342 (6156), 377–380.
- Knuuttila, Sirkka (2009) *Fictionalising trauma. The aesthetics of Marguerite Duras's India Cycle*. Väitöskirja. Helsinki: University of Helsinki.
- Kosonen, Päivi (2015) Creative autobiography. From self-knowledge to the teaching of writing. – *Scriptum*, No 2/2015. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/46473> (5.9.2018).
- Kosonen, Päivi (2016) Moderni omaelämäkerrallisuus ja itsen kertomisen muodot. – *niin & näin. Filosofinen aikakauslehti* nro 90, 3/2016, 43–49.
- Kosonen, Päivi 2017: Mitä me tiedämme. Esseen kirjoittaminen luovana ryhmäprosessina. – Karjula, Emilia & Mahlamäki, Tiina (ed.) *Kurinalaisuutta ja kuvitelmiä. Näkökulmia luovaan tietokirjoittami-*

seen. Turku: Tarke, 95–114.

Kähmi, Karoliina (2015) *'Kirjoittaminen on tie minuun, minusta sinuun.'* Ryhmämuotoinen kirjoittaminen ja metaforien merkitys psykoosia sairastavien kirjallisuusterapiassa. Jyväskylän yliopistopaino. <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/46592> (5.9.2018).

Landy, Joshua (2012) Formative fictions. Imaginative literature and the training of the capacities. – *Poetics Today* 33:2, Summer 2012, 169–216.

Linnainmaa, Terhikki (2009) Reflektiivisyys ja refleksiivisyys kirjallisuusterapiassa. – Ihanus, Juhani (ed.) *Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen*. Helsinki: Duodecim, 49–69.

MacIntyre, Alasdair (1981/2007) *After virtue. A study in moral theory*. Notre Dame: University of Notre Dame Press.

Manguel, Alberto (1996/2005) *En historia om läsning*. Övers. av Margareta Eklöf. Stockholm: Ordfront förlag.

Matero, Johanna, Hapuli, Ritva & Koskivaara, Nina (2010) *Lukupiirikirja*. Helsinki: BTJ Kustannus.

McCarty-Hynes, Arleen & Hynes-Berry, Mary (1986/2012) *Biblio/poetry therapy. The interactive process. A handbook*. St. Cloud, MN: North Star Press.

Meretoja, Hanna (2016) Kirjallisuus ja mahdollisen taju. – *Avain* 4/2016.

Mertanen, Heli (2009) Poeettinen ja metaforinen kieli hoitotyössä. Teoksessa Ihanus, Juhani (ed.) *Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen*. Helsinki: Duodecim.

Mäki, Silja & Arvola, Pirjo 2009a (ed.) *Satu kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan* 1. Helsinki: Duodecim.

Mäki, Silja & Arvola, Pirjo 2009b (ed.) *Tarina kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan* 2. Helsinki: Duodecim.

Mäki, Silja & Kinnunen, Pirjo (2002) Lapsi ja nuori sadun peilissä. – Mäki, Silja & Linnainmaa, Terhikki (ed.) *Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan*. Helsinki: Duodecim, 26–52.

Mäki, Silja (2015) Kun kuu ja aurinko eivät mahtuneet samalle taivaankannelle. Taruterapiassa tutkitaan tunteita. – *Kirjallisuuster-*

pia 2/2015, 22–27.

Määttänen, Kirsti (1995) Muisti ja muistamisen tunnot. – Määttänen, Kirsti & Nevanlinna, Tuomas (ed.) *Muistikirja. Jälkien jäljillä*. Helsinki: Tutkijaliitto, 10–25.

Nilsson, Skans Kersti & Torsten Pettersson (red.) (2009) *Litteratur som livskunskap. Tvärvetenskapliga perspektiv på personlighetsutvecklande läsning*. Göteborg: Livrena.

Nussbaum, Martha (1990) *Love's knowledge: Essays on philosophy and literature*. New York: Oxford University Press.

Pamuk, Orhan (2006) *On reading: Words or Images. – Other Colours. Essays and a Story. Writings on Life, Books, and Cities*. Translated by Maureen Freely. London: Faber & Faber, 110–112.

Papunen, Riitta (2002) Kirjallisuusterapeuttisen aineiston valinta. – Ihanus, Juhani (ed.) *Koskettavat tarinat. Jobdantoa kirjallisuusterapiiaan*. Helsinki: BTJ Kirjastopalvelu, 235–281.

Pettersson, Torsten (2009) Att läsa för att utvecklas. – Nilsson, Skans Kersti & Pettersson, Torsti (red.) *Litteratur som livskunskap. Tvärvetenskapliga perspektiv på personlighetsutvecklande läsning*. Göteborg: Livrena, 22–26.

Polvinen, Merja (2012) Fantasia, kognitio ja kertomus kirjallisuuden opetuksessa. – *Avain* 4/2012, 78–86.

Ratia, Taina (2010) 'Mielen lehtevät sanat': lukupiiri kirjastossa. – Matero, Johanna, Hapuli, Ritva & Koskivaara, Nina (eds.) *Lukupiirikirja*. Helsinki: BTJ Kustannus, 180–192.

Saresma, Tuija (2000) On sattunut niin paljon ikävää. Kuolema, suru ja kirjoittamisen voima. – Linko, Maaria, Saresma, Tuija & Vainikkala, Erkki (eds.) *Otteita kulttuurista. Kirjoituksia nykyajasta, tutkimuksesta ja elämäkerrallisuudesta*. Jyväskylä: Nykykulttuurin tutkimusyksikkö, 285–297.

Saresma, Tuija (2007) *Omaelämäkerran rajapinnoilla. Kuolema ja kirjoitus*. Nykykulttuurin tutkimuskeskuksen julkaisuja 92. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto 2007.

Stock, Brian (2006) *After Augustine. The meditative reader and the text*. Philadelphia: The University of Pennsylvania Press.

Sutinen, Jussi (2010) *SelfStory-elämäntarinamenetelmä. Menetelmäopas*.

Lastensuojelun julkaisusarja. Mynämäki: CTM-kustannus.

Wright, Jeannie (2012) Write, read, share, reflect. *Therapy Today*/
www.therapytoday.net/November 2012, 22–25.

Risto Niemi-Pynttari

Anonyymit masennusblogit

JULKINEN KIRJOITTAMINEN,
PAREMMAKSI TULEMINEN, PARANEMINEN

Sairastamiseen liittyy yleensä omiin oloihin vetäytyminen: latinaksi *privatus*. Kyse on yksityisyyteen hakeutumisesta, tarpeesta olla pois näkyviltä. *Puplicum* puolestaan tarkoittaa julkista aluetta, jossa ihmisen on mahdollista onnistua ja toimia ihailtavasti. (Arendt 2002, 56.) Julkista onnistumista pidetään usein myös merkinä siitä, että sairautta potanut ihminen on tervehtynyt.

Mielenterveyskuntoutujan kannalta tilanne on vivah-teikkaampi. Pysyvä vetäytyminen voi estää paranemista, toisaalta julkinen esillä oleminen voi olla nöyryyttävää ja johtaa leimautumiseen. Anonyymi mutta julkinen kirjoittaminen verkko-alustoilla tarjoaa kuntoutujalle mahdollisuuden kertoa kokemuksistaan ja vahvistua. Blogiaan nimimerkillä kirjoittava voi ennen pitkää tulla esiin myös omalla nimellään ja saada tunnustusta. Joissain tapauksissa sairaskomerosta esiin astuminen, julkinen kokemuksista kertominen, voi olla hyvä ratkaisu.

Tarkastelen artikkelissani sitä, millä tavoin kirjoittajat luovat julkista persoonaansa mielialahäiriöihin liittyvissä blogeissa. Sovellan julkisuusteoreettista näkökulmaa terapeutin kirjoittamisen kysymyksiin. Olen valinnut tarkasteltavaksi kaksi avainblogia, joista toinen käsittelee masennusta- ja toinen bipolaarisuuteen liittyvää masennusta.

Terapeuttisessa kirjoittamisessa keskitytään usein itseilmaisuuksiin, tunteen ja kokemuksen esiin tuomiseen. Kirjoittaja ei pyri hyvään tekstiin, hän kirjoittaa itselleen ja tarkastelee itseään tekstissä. Välittömän kirjoitustuokion jälkeen kirjoittaja voi kysyä, että mitä tuo teksti haluaa kertoa hänelle.

Kirjallisuustieteellinen erottelu kirjoittavan henkilön ja tekstistä paljastuvan sisäistekijän välillä on osoittautunut hyödylliseksi myös terapeutisesta näkökulmasta. Aikoinaan sisäistekijä-termi syntyi osoittamaan eroa kirjailijahenkilön ja teoksen kautta hahmottuvan tekijän välillä ([www.tieteen.termipankki](http://www.tieteen.termipankki.fi)). Yleensä sisäistekijää on pidetty vain lukijan mielikuvana, nytemmin sen katsotaan olevan merkittävä tarkasteltaessa kirjoittajaa. Sisäistekijä-termi on silloin irrotettu puhtaasti tekstiteoreettisesta kehyksestään ja tuotu osaksi tekstin laatimisen prosessia. Vandermeulen (2011) puhuu kirjoittamisesta terapeutisena neuvotteluna ideaaliminän kanssa, korostaen samalla laadukkaan tekstin merkitystä kirjoittajalle. Kuitenkin myös terapeutisesta itseilmaisusta voidaan hahmottaa sisäistekijä. Silloin kun kysytään, mitä teksti haluaa kertoa kirjoittajalle itselleen, kohdataan tekstistä hahmottuva minä. Voidaan ajatella, että hieman samaan tapaan kuin uni esittää jotain vain henkilölle itselleen tarkoitettua, samoin tekee puhdas itseilmaisuus.

On kuvaavaa, että esimerkiksi romaanin sisäistekijästä on puhuttu myös kirjoittajan parempana minänä. Siksi julkisen kirjoittamisen voi nähdä terapeuttisena neuvotteluna ideaalin kanssa: kun kirjoittaja panee parastaan, hän käy tätä neuvottelua. Perustan siis käsitykseni julkisen kirjoittamisen hyödyistä oletukseen, että kirjoittaessaan henkilö voi päästä hyvään dialogiin paremman puolensa kanssa.

Kirjoittajan ja sisäistekijän dialogi voi olla, kirjoitusprosessista riippuen, monenlaista. Terapeutin kirjoittamisen kannalta on keskeistä, että kirjoittaja voi tunnistaa siinä itsestään sellaista hyvää, mitä hän ei muuten tietäisi. Tekstiin heijastuu se käsitys hyvästä ja merkityksellisestä, mitä kirjoitettaessa tavoitellaan (Hunt, 2000).

Itseilmaisuun keskittynyttä kirjoittamisterapiaa on jo pitkään avattu myös kulttuuripsykologiseen suuntaan. Gillie Bolton on painottanut sitä, että terapeutisessa prosessissa itseilmaisun tuleekin kehittyä kielellisesti hyväksi ilmaisuksi. Bolton sanoo osuvasti, että kyse on silloin kulttuuristen resurssien käyttöön otosta. Kun pelkän itseilmaisun tilalle tulee persoonallisuus, jossa henkilökohtainen ja julkinen persoona kietoutuvat yhteen. (Bolton 2001, 5–6.)

Kulttuuriset resurssit, kuten luova metaforien käyttö ja narratiivinen kompetenssi, rikastuttavat kirjoittavan henkilön kykyä kuvata ja kokea asioita. Kirjallisuusterapeutisissa harjoitteissa ilmaisu voi olla ohutta ja fraasimaista, vaikka kokemus sen takana olisi hyvinkin merkityksellinen. Tunteettomalle lukijalle tuo kokemus ei kuitenkaan välity. Mutta silloin kun kirjoittaja onnistuu kertomaan kokemuksistaan hyvin, hän käyttää kulttuurisia kerronnan ja kielen resursseja, ja voi näin tulla julkisesti ymmärretyksi. Hyvin ilmaistu ja kerrottu teksti syntyy eräänlaises-

ta neuvottelusta todellisen henkilön ja sisäistekijän, minän ja paremman minän välillä. (Vandermeulen 2011.)

OIKEUS YKSITYISEN JA JULKISEN SÄÄTELYYN

Ihmisillä tulee olla mahdollisuus sekä julkiseen että yksityiseen elämään, se kuuluu ihmisoikeuksiin. Mielensterveiden ongelmien kanssa kamppailevat joutuvat vetäytymään usein kohtuuttoman yksityiseen elämänpiiriin, koska julkiset tilat ja näkyvillä oleminen koetaan uhkaavana. Silti ihmisarvoon kuuluu oikeus olla ihmisenä näkyvä. Jokaiselle kuuluu oikeus yksityisyyden suojaan mutta samalla mahdollisuus vapaaseen julkiseen elämään vailla pelkoa. Uudessa julkisuusteoriassa huomion kohteeksi on nousut nimenomaan mahdollisuus säädellä osallistumista julkiseen elämään, keskusteluun ja persoonalliseen näkyvyyteen (Warner 2002).

Julkiset tilat ovat alueita, joissa ihmiset ovat toisilleen näkyviä, vaikka eivät tuntisi toisiaan Näin määritelty julkisuus poikkeaa massamedian luomasta harvojen julkisuudesta ja julkisesta elämästä speaktaakkelina. Aito, demokraattinen julkinen tila, *publicum*, tarkoittaa yleisön jakamaa julkisuutta, jossa kaikkien ei tarvitse olla esillä, vaikka kaikki osalliset kuuluvat siihen. (Arendt 2000.)

Sosiaalisen median myötä julkinen toiminta on tullut vaaralliseksi, taitamaton itsensä alttiiksi laittava kirjoittaja voi joutua kaltoin kohdelluksi. Oikeilla nimillä ja kasvoilla esiintymisen vaatimus on syrjäyttämässä verkon avatar-kulttuurin ja lisäämässä henkilökohtaisten loukkausten vaaroja. Todellisten henkilöiden sosiaalinen media on samalla lisän-

nyt teennäistä julkisuuskuvaa ja parhaiden puolten esittelyä.

Jos vaikeasti masentunut henkilö erehtyy kuvaamaan itseään Facebookissa itsetuhoisana hahmona, hän on vaarassa saada kiusaajia. Esimerkiksi *Hurmaava itsemurha* (2006–2010) blogin aggressiiviset ja itsetuhoiset kirjoitukset keräsivät aikanaan halveksivia ja aggressiivisia kommentteja. Tilanne muuttui, kun itsemurha-fantasioitten sijaan *Hurmaavan itsemurhan* kirjoittaja kehitti itselleen kuvitteellista sosiaalista elämää SIMS pelin avulla. Vaikka hän oli yksinäinen, niin ystävien simulointi onnistui ilmeisen hyvin ja kirjoittaja löysi SIMS -yhteisön kautta itselleen tärkeän vertaisverkoston. (Niemi-Pynttari 2013, 203.)

Heikompien vainoaminen ja kiusaaminen, vihamielisten yleisöjen kasvu ja väheksymisen kulttuurin voimistuminen ovat verkkojulkisuuden ilmiöitä, jotka edistävät yksityiseen tilaan vetäytymistä. Kaikki eivät voi eivätkä uskalla esiintyä noilla alueilla, koska heitä ei huomioida tai heitä loukataan. Kiusaaminen, leimaaminen, näkymättömäksi joutuminen, lisäävät ongelmien taakkaa niillä, joilla on muutenkin vaikeaa. Mielenterveyskuntoutujilla ongelmana ei siis ole vain sairaus, vaan myös sen sosiaaliset seuraukset.

On erehdys luulla, että vain yksityinen elämänpiiri olisi aitojen kokemusten paikka ja kaikki julkinen olisi välttämättä epäaitoa (Warner 2002). Kirjallisuudessa, elokuvassa ja teatterissa esitetyt intiimit tapahtumat eivät ole itsepaljastuksia vaan fiktiota ja julkisesti jaettavia elämyksiä. Ne luovat kulttuurisia resursseja autenttista, omakohtaista kokemistapaa varten. Vaikka kertovat taiteet ammentavat henkilökohtaisista kokemuksista ja puhuvat yksilöiden kautta, ne muuntavat intiimin julkiseksi. (Kristeva 2002.) Taito kirjoittaa ja kuvata yksityisen elämän kokemuksia

aidosti on muuttamassa käsitystämme julkisuudesta. Se mikä aiemmin on kuulunut vain lukemisen ja katsomisen piiriin, on osallisuuden kulttuurin myötä kehittymässä kyvyksi osallistua itse tekemällä tuohon yksityisen julkiseksi muuntamiseen.

Yksityisen ja julkisen säätelyn taidot ovat korostuneet nyt sosiaalisen median aikana. Tarvitaan siis taitoja, joiden avulla kukin voi ottaa haltuunsa julkisen ja yksityisen elämänalueen säätelyn. Taito tuoda yksityinen kokemus esiin muunnetussa muodossa merkitsee mahdollisuutta eräänlaiseen intiimiin julkisuuteen. (Niemi-Pynttari 2007, 367.)

Taito kuvata ja tarinallistaa yksityiset kokemukset siten, että oma persoona ei ole uhattuna, merkitsee myös ilmaisen vapautumista. Julkinen esiin tuleminen ei silloin jää itsepaljastuksen eikä toisaalta vain parhaiden puolten esitelyn tasolle. Esiintyminen tarjoaa mahdollisuuden antaa parastaan ja nauttia kykyjensä mukaisesta toiminnasta.

Julkisuus, tuntemattomien edessä näkyväksi tuleminen, on mielenterveyspotilaan kannalta myös todellisuustesti. Todellisuuden taju vahvistuu ulkopuolisen maailman kohtaamisessa. Julkisessa tilassa mielenterveyspotilas on tuntemattomien ihmisten joukossa, vailla tuttua ja turvallista yksityistilaa. Erilaisuus, jota hän kokee, on hänelle itselleen hyödyllistä. Kuten Hannah Arendt (2002, 58) painottaa: julkinen tila on olemukseltaan moniarvoinen.

Ahdistus toisen edessä on aito kokemus siitä, mitä on olla vieras ja outo. Tämä kääntyy vahvistavaksi kokemukseksi, kun esiintyjä saa ihailua ja arvostusta. Tuntemattomille näyttäytymisen nautinto, itsensä esiin tuominen, on itsensä näkyväksi tekemisestä. Samalla tämä lisää taitoa olla erilaisten ihmisten kanssa tekemisissä.

Ulkopuolisen todistajan kohtaaminen, vieraille ihmisille kertominen, narratiivisessa terapiassa olennainen päätöstahtuma. Terapiassa se ymmärretään sisäisen kokemuksen ulkoistamisena sekä tuntemattomien kohtaamisena. Prosessin lopuksi tapahtuva ulkopuolisten todistajien ryhmälle (outsider-witness team) kertominen on luo uudenlaisen suhteen tarinaan (Duvall and Péres 2011, 29). Sairastaneen kannalta olennaista on oman kokemuksen ulkoistaminen, kontekstin laajentaminen itsen ulkopuolelle. Tällainen kertomisen taito merkitsee taitoa päästää irti tunteista, jotka pidettiin yksityisinä.

Julkinen sfääri on siis tila, jossa erilaisuudestaan huolimatta ihmiset jakavat saman todellisuuden. Siksi mielen-terveyspotilaiden on hyvä kokea turvallisesti tämä julkinen todellisuus. Aiemmin katsottiin, että julkisen sfäärin tulisi olla kaikille samalla tavalla rationaalinen ja looginen todellisuus, toisin sanoen terveen järjen käytön alue. Pitkään vallalla olleessa Habermasin (1962/2004) julkisuusteoriassa julkinen sfääri tarkoitti rationaaliseen päätöksen teon tilaa. Tällainen julkisen alueen ideaali oli valistusrationalismin peruja. Hulluilla ei ollut puheoikeutta, koska heidän ei uskottu ymmärtävän todellisuutta. Heidän kohtalonsa oli olla kummastelun tai rationaalisen analyysin kohteena.

Uusi julkisuusteoria on ollut murtamassa tätä rationalismin ylivaltaa. Jo feminismi kyseenalaisti järjen, joka rationaalisuuden nimissä syrji naisia. Samalla feminismi kyseenalaisti viihdejulkisuuden epärationaalisenä. (Fraser 1990.) Varsinaisesti Michael Warnerin julkisuusteoria *Publics and Counterpublics* (2002) osoitti, kuinka julkinen elämä on laajempaa kuin vain rationaalinen järjen käyttö tai julkisuusviihde. Persoonallinen tyyli ja makumieltymykset kertovat

myös julkisen näkymisen, noteeraamisen ja osallisuuden kieltä. Julkisissa tiloissa ilmaistaan usein *ethosta*, sitä mitä pidetään hyvänä ja kauniina. Julkisesti jaetaan siis tunteisiin, arvoihin ja elämänasenteisiin liittyviä kokemuksia.

Toisaalta julkisissa kohtaamisissa ilmenee halveksuntaa, väheksymistä ja leimaamista. Tämä kysymys oli taustalla, kun Michael Warner (2002) tutki queer -kulttuuria ja kehittäi julkisuusteoriaa. Hän kysyi, millaista yksityisen ja julkisen elämän strategioita hegemonisessa julkisuudessa vallinnut halveksunta on herättänyt queer-kulttuurissa. Warner tarkasteli sitä, kuinka suvaitsevaisen vastajulkisuuden oli mahdollista nousta näkyvään asemaan. Hän kysyi, kuinka kaapista ulos tuleminen on ollut mahdollista.

Samalta perustalta on herännyt myös kysymys, voiko eräänlainen mad-pride nousta hulluksi leimaamisen kulttuuria vastaan? Myös mielenterveysongelmaiset ovat kokee neet kaapista ulos tulemisen pelkoja ja houkutuksia. Masentunut pitää usein yksityisen puolensa jyrkästi erillään julkisesta puolestaan. Yksityisoloissa podettu lamaannus muuttuu töissä ja maailmalla pakonomaiseksi pirteydeksi: depressio ei ole näkyvillä, mutta se odottaa komerossa.

Warnerin (2002, 53) julkisuusteoriassa on huomioitu ”hankaluudet normaaliuden kanssa”. Huomion kohteena on toisaalta stigma, ongelmaiseksi leimaaminen, ja toisaalta julkisen elämän rakentaminen, sairauden luomien ehtojen rajoissa luotu vapaus ja paraneminen. Depressiota ja bipolaarisuutta potevat henkilöt ovat usein kyvykkäitä kirjoittamaan ja päteviä toimimaan julkisesti, mutta masennus voi estää näistä onnistumisista nauttimisen. Pienikin julkisen väheksymisen merkki voi koetella itsetuntoa ja aiheuttaa vetäytymistä.

JULKINEN TYÖ JA YKSITYINEN VÄSYMYS

Julkista työtä tekevä toimittaja kirjoittaa depressiostaan blogissa nimeltä *Kuoleman varjon laaksossa*. Anonyyymiys antaa depressiota potevalle toimittajalle mahdollisuuden kertoa mielialoista, joiden ei saa näkyä työssä. *Kuoleman varjon laaksoon* mennessään tämä nainen kuvaa väsymystään, lamaanustaan, tunteetonta harmautta:

Pikku hiljaa huomasin, ettei minua kiinnosta mikään. En innostunut mistään, mistään ei tullut hyvä mieli. En ollut iloinen enkä surullinen, en osannut toivoa mutta en tuntenut epätoivoakaan. (5.11.2015)

Kun blogia tarkastelee terapeutin kirjoittamisen näkökulmasta, voi tunnistaa miltä tuntuu apatia, jolloin mistään ei tule hyvä mieli. Kirjoittaja ilmaisee taitavasti kieltoauseiden avulla, kuinka ilon ja toivon lisäksi elämästä puuttuvat myös suru ja epätoivo. Näin syntyy mielikuva tekijästä, joka ei pelkää surua: blogin sisäistekijä uskaltaa käydä kuoleman varjon laaksoon.

Kun erotetaan depressiota poteva henkilö ja blogin kirjoittaja – eli tekstistä hahmotettava sisäistekijä – voidaan käsitellä sitä, miksi depressiosta kirjoittaminen ei lisää depressiota. Silloin kun depressiosta kärsivä kirjoittaja onnistuu luomaan hyvän ja kiinnostavan tekstin, hän voi tuntea olevansa hieman parempi henkilö.

Sisäistekijän huomiointi auttaa tunnistamaan kirjoittamisprosessia sävykkäämmiin, kuin vain keinona hankkia onnistumisen ja voimaantumisen kokemuksia. Matka kuoleman varjon laaksoon voi sisäistekijän kanssa kuljet-

tuna tehdä hyvää kirjoittavalle henkilölle. Kirjoittajan heijastumana sisäistekijä ilmaisee siitä, millainen hän toivoo teoksensa olevan, ja millainen hänestä tulee tämän prosessin seurauksena (Vandermeulen 2011, 57.) Se, millaiseksi kirjoittaja toivoo mielialabloginsa muodostuvan viittaa parempaan kirjoittajaan, sisäistekijään ja paranemiseen. Blogin kirjoittaja on selvästikin valmis ponnistelemaan vaikeiden asioiden kanssa, ja uskoo siis, että vuorovaikutus tekstin minän kanssa on hänelle hyväksi. Voidaan sanoa, että *Kuoleman varjon laakso* -blogin kirjoittaja luo sisäistekijää, jonka tulisi opastaa hänet tuntemaan apatian sijaan edes surua. Muiden tunteiden aika on myöhemmin.

Nainen kertoo potevansa depressiota yksityisoloissaan, hän kirjoittaa siitä anonymisti. Toimittajana hänen nimensä ja kuvansa ovat ilmeisesti myös julkisesti esillä. Näin siis kirjoittajalla on käytössään kahdenlainen tekijyys, ja hän pitää ne erillään säädellössään yksityisen ja julkisen suhdetta.

Blogi keskittyy potemiseen, eikä kirjoittaja kerro mitään elämänsä muista puolista. Tällaisessa depressiolle omistautuneen sisäistekijän luomisessa on vaaransa: *Kuoleman varjon laaksoon* hakeutuminen ja surulle omistautunut sisäistekijä voi vahvistaa masennusta. Nainen kertoo kuitenkin, että blogin nimeen sisältyy lupaus: ”Vaikka minä vaeltaisin kuoleman varjon laaksossa, en minä pelkäisi mitään pahaa ... ” (Psalmi 23). Siksi hän uskaltaa kirjoittaa surusta, pelkäämättä että se veisi hänet.

Sisäistekijän tarkastelu paljastaa myös, kuinka blogin kirjoittaja pyrkii rikkomaan myyttiä depressiivisestä ihmisestä. Eräässä tekstissään hän kertoo, ettei halua pukeutua siten kuin masentuneen uskotaan pukeutuvan. Hän käyttää

mielellään värikkäitä huiveja. Samalla hän kokee, ettei voi silloin olla oma masentunut itsensä: tähän viittaa pukeutumista käsittelevän blogimerkinnän otsikko on ”Kuoren suojassa”. Nainen toteaa, että tyylikkyys on hänelle välttämätön suoja eikä hän nauti siitä.

Työtoverina naista pidetään humoristina. Hän sanoo, että humoristinen asenne auttaa selviämään sosiaalisista tilanteista. Hän korostaa, että vaikka ihmisten seura saa hänestä leikkisän puolen esiin, se ei tarkoita, etteikö hän yksityisesti olisi depressiivinen. Hän kertoo erään ystävänsä ihmetelleen tätä kaksinaisuutta:

Puhelimessa kuulostat reippaalta, tomeralta ja hyväntuuliselta, hyvä ystäväni sanoo. Mutta blogissa lukee aivan muuta mitä ääni kertoo, ja ristiriita hämmentää ystävääni. Olenko niin ahdistunut ja masentunut mitä kirjoitan?

Ystävälleen nainen vakuuttaa, että oikeastaan hän on masentunut. Merkintä päättyy kuvaavasti:

Kun puhumme höpöjä, niin tietysti nauran ja nautin siitä. Oikein väsyneenä ja ahdistuneena en vastaa puhelimeen. En jaksa. (Kuoren suojassa, 22.5.2016)

Näin siis blogin pitäjä tunnustaa, että hänellä on monta roolia. Hän pukeutuu hyvin ja hänet tunnetaan humoristisena ihmisenä. Kirjoittaja pitää yllä myönteistä työroolia, depressio on todellinen, mutta se saa valtaa vain yksityisoloissa. Toimittajan työstä nainen ei kerro muuta, kuin jatkuvan huolen siitä jaksaako hän, selviääkö hän tehtävistään. Kaikesta päätellen työt tulee tehtyä ajallaan, mutta onnis-

tumisen kokemuksia ei ole - eikä menestyksen tuomaa nautintoa. Depressio sekä itsekritiikki ovat vieneet kyvyn iloita onnistumisista. Nainen kokee työpäivien etenevän vailta suurempia iloja tai suruja, tunteettoman tasaisesti. Niinpä se minä, jonka ääntä hän haluaa tehdä kuuluvaksi blogisaan, on väsynyt ja ahdistunut.

Kuoleman varjon laaksossa käsittelee nimensä mukaisesti depressiolle omistautumista. Kirjoittaja sanoo, että hän haluaa kirjoittaa masentuneesti silloin kun päivittää blogiaan. On kuitenkin vaikea tehdä eroa sen välille, milloin on kyse kokemuksesta, joka on hyödyllistä ilmaista ja milloin on kyse masentuneen roolista joka olisi syytä hylätä?

... minusta tuntuu, että olen sittenkin terapiassa oppinut jotain. Olen oppinut ymmärtämään, mikä laukaisee masennuspuheen ja ettei sitä tarvitse kuunnella. Sen voi hiljentää. (20.12.2015).

Kirjoittaja tunnistaa, että blogi voi muuttua masennusta ylläpitäväksi tavaksi. Hän pohtiikin sitä, kuinka itsesyytökset – laiskuuteen ja saamattomuuteen viittaaminen – ovat sisäisen masennuspuheen merkkejä:

... masennus se osaa aina vain puhua yhtä rumasti. Ei tarvita kuin pikkuriikkinen syy, niin jo alkaa masennus muistuttaa: senkin saamaton laiskuri.

Minun masennukseni vetelee helposti työhön liittyvää köyhtä. Nykäisy siitä, ja jo päässä taas soi etten tee tarpeeksi, että olen onneton tunari, olen rasiitteksi työkavereille ja niin edelleen. (18.12.2015.)

Onkin yllättävää, että kuukautta myöhemmin nainen kirjoittaa laiskuudesta ja saamattomuudesta aivan vastakkaisella tavalla. Masennus-kieltä tulee saada käyttää, jos tuntuu siltä.

Terapiassa minulle on opetettu, ettei itsestä saa käyttää adjektiveja saamaton, laiska, veltto, turhanpäiväinen, mitätön ja niin edelleen. Minä en oikein ymmärrä sitä kieltoa. Jos minusta tuntuu, että olen saamaton, miksi en saa sanoa sitä ääneen tai kirjoittaa näkyville? Jos minun täytyy kiertää sitä sanaa, niin silloin minun täytyy kieltää koko tunne. Kun kiellän tunteen, säilön sen itseeni. Ja sisälläni sillä on mahtava kasvualusta.

Sisintä on saatava tuulettaa. Minun on pakko hönkiä saamattomuuden tunne ulos, vaikka se kuinka löyhkäisi muiden nenään. Samalla opettelen tunnistamaan sen pelkäksi tunteeksi, joka on osa masennusta. Silloin se nitistyy vähitellen. (25.1.2016)

Kirjoittaja puolustaa tässä oikeuttaan ilmaista tunteitaan ”saamaton, laiska, veltto, turhanpäiväinen”. Samat sanat liittyivät aikaisemmassa sitaatissa hyödyttömiin itsesyytöksiin. Nyt hän katsoo juuri noiden sanojen olevan vahvasti hänen omiaan.

Laisuus ja saamattomuus ovat työhön liittyviä sanoja, hänen depressionsa ”vetää työhön liittyvää köyttä”. Vaikuttaa siltä, että henkilön ”saamattomuus” on depressiivisyyteen liittyvää koteloituneisuutta. Masennuksesta johtuva työhön tarttumisen vaikeus tuntuu hänestä saamattomuudelta: ulkoisesti hän näyttää olevan työkykyinen, mutta sisäinen lamaannus jarruttaa työhön tarttumista. Nainen

saa urheasti työnsä tehtyä, mutta ponnistelu on uuvuttaa hänet.

Ajoittain blogin pitäjä kertoo kuitenkin myös iloitsevan-
sa onnistumisista.

Viimeistely on ollut mukavaa työtä, enemmän käsityötä kuin ajatustyötä. Keskityn niin sommitteluun, etten muista ajatella mitään muuta. Hyvä että syömässä maltan käydä. Työn tuloksen näkee heti ja olen sitä tyytyväisenä katsellutkin. (12.6.2016)

Kuoleman varjon laaksossa nimi on myös sikäli osuva, että blogissaan kirjoittaja vetäytyy työn ja sosiaalisen elämän jälkeen varjoisaan yksityisyyteen, väsymykseen, olemassaolon rajoille.

Yksityisen ja julkisen erillään pitäminen voi joskus olla hyvä ratkaisu (Warner 2002,62). Mielenterveyspotilail-
la tämä saa erityisen merkityksen, koska pelko kasvojen menetyksestä on erityinen uhka, leimatuksi tuleminen on mahdollista. Toisaalta yksityisyyteen vetäytyminen on myös raskasta. Mahdollisuus kirjoittaa anonyymisti, tuoda ilmi aitoja mielipahan tunteita, on eräs ratkaisu tähän.

Blogia aloittaessaan kirjoittaja, ilmeisen toimittajamaisin tavoittein, halusi jakaa kokemuksellista tietoa depressiosta ja tarjosi blogiaan *Mielenterveysseuran* sivuille. Hylkäyksen syyksi kerrottiin se, että julkaisijat eivät halunneet masentavalta kuulostavaa blogia sivuilleen. Debatti siitä, tuleeko depressiota sellaisenaan tuoda julkisuuteen, on kestänyt vuosikymmeniä. Markkinointiviestinnän ideologia on ollut keskeisesti luomassa teennäistä julkisuuskuvaa myös mielenterveyden alueella.

Selviytymistarinat ovat hyväksytyt muoto minkä tahansa mielenterveysongelmasta toipumisen markkinoinnissa. Depression kanssa elämisen sijaan selviytymistarina korostaa vaikeuksien voittamista ja depressiosta eroon pääsyä. Kannustavia esimerkkejä pidetään mielellään esillä. Sankaritarinan kaavaan liittyy kuitenkin ongelmia, koska tarina on helpompi kertoa kuin toteuttaa.

Keväällä 2016 *Kuoleman varjon laaksossa* -blogin pitäjä iloitsi jo parantumisestaan: ”Toipumismatka on ollut pitkä ja raskas, enkä olisi yksin jaksanut sitä paarustaa. Olen saanut uskomattoman paljon apua työterveyslääkäriltä ja terapeutiltani.” (28.3.2016). Halu kertoa selviytymistarina, on kokemus jota tarinan kaari vie jo kirjoittajaa. Masennus kuitenkin palasi. Kun tällainen itselle kirjoitettu mielikuva pettää, se on omiaan lisäämään depressiota. Leo Zimmermann (2007, 466) kritisoi jyrkästi depressiokertomusten genreä näistä selviytymistarinoista. Hän katsoo, että omaelämäkerrallisten romaanien sankaritarinat yleensä vain lisäävät lukijoiden depressiota.

Tarinamallit, jotka pyrkivät depression täydelliseen karkottamiseen johtavat vääränlaiseen taistelun depressiota vastaan. Ne voivat luoda pysyvän kierteen. Depression uusiutuessa, kuvitellun voiton jälkeen, uusi taistelu tuntuu toivottomalta, ja näin toivottomuuden tunne kasvaa.

Depression kanssa elämisen taidosta onkin jo tullut sankaritarinan korvaava malli. Varsinkin tietoisuustaitoihin liittyvä depression hyväksymisen strategia pyrkii johdattamaan henkilön pois niistä noidankehistä, jotka ylläpitävät depressiota (Eisenrath 2016).

Kirjoittamalla tapahtuvaan paremman minän kanssa työskentelyyn voi liittyä erityisiä, depression kanssa elä-

misen strategioita. Ne tarjoavat mahdollisuuden tarkastella omakohtaista kokemusta depressiosta. *Kuoleman varjon laakso* -blogista välittyy sisäistekijä ja teksti puhuttelee lukijaa.

Yleistetyt ja stereotyyppisen kuvan takaa olisikin vaikea löytää henkilökohtaista depression kokemusta, ja sen kanssa elämistä. Kun ihminen esineellistää kokemuksensa, hän menettää persoonallisuuden kertomuksestaan. Potilas voi puhua esimerkiksi välittäjäaineiden puutoksesta aivoissa, ja tukeutua kemialliseen selitykseen. Näin depression kokemus tulkitaan kemiallisena epätasapainona, joka pitää korjata lääkkeillä. Kirjoittaminen puolestaan sanallistaa kokemuksia, jotka ovat aiemmin olleet mykkiä ja itsellekin vieraita, yleistämisen sijaan kirjoittaja voi tunnistaa erityispiirteitä omanlaisesta depressiostaan. (Zimmerman 2007, 467.)

Zimmerman (2007, 468) näkee kirjoittamisen olevan ehdottomasti lukemista parempi tapa käsitellä depressionta. Lukemalla omaksutut depression kuvaukset ja diagnoosit tulevat kovin helpolla sovelletuksi omaan tapaukseen. Zimmerman viittaa vaikeaksi diagnosoitua depressionta käsitteleviin autobiografisiin romaaneihin, ja mitä esimerkiksi keskivaikeaa masennusta poteva lukija niistä saa. Hän katsoo, että lukeminen johtaa yleistysten tekemiseen, kun taas kirjoittaminen etenee kohti erityisyyttä. Siksi Zimmermanın mukaan kirjoittaminen on hyvä keino jatkaa terapiassa alkanutta prosessia. Hän ei käytä sisäistekijä -termiä, mutta viittaa johonkin, joka voi korvata terapeutin hahmon. Kun kirjoittaja on tutustumassa oman depressionsa erityislaatuisuuteen, hän tarvitsee välineen sitä varten.

Keväällä 2018 *Kuoleman varjon laaksossa* -blogin kirjoitta-

jan oma terapia on päättymässä. Tällä kertaa nainen ei jaa kiitoksia kaikille, jotka ovat auttaneet häntä selviytymään. Sen sijaan hän huomaa tuntevansa voimakasta surua ja olevansa usein vihainen ja aggressiivinen:

Viha pitäisi päästää kunnolla ulos, oksentaa se pois sisuskaluja kalvamasta. Mutta niin turvallista paikkaa ei ole, missä uskaltaisiin alkaa yökkimisen. Sillä taas minut hylätään ja petetään, taas tulee toteen näytetyksi se, ettei keneenkään kannata luottaa. Pettymys saa vihani kiehumaan. (4.5.2018)

YMMÄRTÄMÄTÖN ASENNE JA IRTISANOMINEN

Michael Warner (2002, 74) huomioi julkisuusteoriassaan suvaitsemattoman leimaamisen kokemukset. Stigmatisointi ja eritasoinen leimaaminen ovat varsin tuttuja masenuksesta sekä kaksisuuntaisesta mielialahäiriöistä kärsivillä. Siksi blogeissa, jotka kertovat vaikeuksien kanssa kamppailemisesta, tarvitaan taitoa muuntaa yksityiselämää julkisesti ilmaistavaan muotoon. Anonyymiyden ja paikan niminen häivyttämisen lisäksi muutkin keinot ovat tarpeen. Seuraavassa käsittelen Liisan (nimi muutettu) blogissa kuvaamaansa irtisanomista, johon liittyy leimaautuminen. Liisa sai kokea, kuinka arvostus työssä ja sosiaalisissa suhteissa katoavat heti, kun henkilö saa hullun leiman.

Blogissaan Liisa palaa jatkuvasti pohtimaan irtisanomistaan, jonka syynä näyttäisi olevan ennakkoluuloinen suhtautuminen lievään bipolaarisuuteen, ja joka tuli ilmi hänen maanisessa vaiheessaan. Blogissaan kirjoittaja palaa yli vuoden ajan, pohtimaan erästä ”takin kääntöä”. Liisa koki,

että ihminen, johon hän oli turvautunut, kääntyi häntä vastaan. ”Takin kääntö” ilmaisee miltä sosiaalinen romahdus tuntuu. Liisa esittää blogissaan osuvan kuvauksen siitä, miten stigmatisoituminen koetaan. Hän kokee sen väärinkäsityksenä, jonka hän haluaa sitkeästi korjata, mutta ei saa vastakaikua. Liisa saa hullun leiman niin vähäisestä häiriöstä, että hän ei voi pitää sitä mitenkään tärkeänä. Hän itse ei voi ymmärtää yhtäkkistä ja perustelematonta ystävyyden menetystä sekä työhön liittyneen arvostuksen mitätöimistä. Siksi hän pohtii asiaa jatkuvasti.

On arvattavaa, että Liisa itse piti lievää maniajaksoa harmittomana. Hänen on vaikea uskoa, että luottohenkilö firman johdossa olisi ollut niin ennakkoluuloinen. Tilanteessa on kuitenkin tällaiset elementit. Muutamaa kuukautta aikaisemmin terapeutti oli suositellut Liisalle sairauslomaa manian takia. Hän ei malttanut jäädä töistä pois kuin pahimman jakson ajaksi, ilmeisesti työnteko maniassa herätti johdon ennakkoluulot – ja Liisa irtisanottiin.

Blogiteksteistä ilmenee, että Liisa oli erittäin sitoutunut työntekijä, jonka itsekunnioitus liittyi työhön. Lievä toisen asteen bipolaarinen mielialahäiriö ei normaalisti haitannut, ja hän koki olevansa pidetty työntekijä.

Blogissaan Liisa ei valita mitään muuta niin paljon, kuin viimeistä keskustelua työpaikalla – yhtäkkiä kaikki aikaisempi oli turhaa, ja hänet haluttiin potkia pois. Tilanteessa on stigmatisoinnin elementit sikäli, että hänen toiminnallaan ja työpanoksellaan – eli seikoilla joita hän painotti keskustelussa – ei ollut merkitystä koska jokin, hänelle nimeämätön asia, oli muuttanut kaiken.

Liisa oli puhunut luottamalleen henkilölle sairaudestaan, ja nyt se oli käännetty häntä vastaan. Ilmeisesti hänet

leimattiin psyykkisesti epävakaammaksi, kuin mitä hän oli. Lähes viisi kuukautta irtisanomisen jälkeen hän kirjoittaa:

Välillä se tekee vieläkin vihaiseksi, mutta eniten olen kuitenkin surullinen siitä, että ihminen, jonka olisi pitänyt pitää minun puoliani, ei nähnyt minua sen arvoisena, että olisi kohdellut minua niin kuin olisin ansainnut tulla kohdelluksi. Ihminen johon luotin ja jota arvostin. (Liisa, 7.3.).

Firman luottohenkilö tiesi Liisan lievistä bipolaarisuudesta, mutta selvästikin tarkempi tieto sairauden luonteesta puuttui. Bipolaarisuudesta huolimatta, henkilö voi olla hyvä ja pätevä työssään. Liisa itse koki erittäin loukkaavana sen, että häneen ei suhtauduttu vakavasti. Leimaaminen ilmenee näin, stigma vie uskottavuuden kaikesta mitä henkilö tekee.

Liisa kertoo unistaan, joissa irtisanomistilanne toistuu. Ne tuntuvat välittävän Liisalle viestiä siitä, kuinka välinpitämättömästi häneen suhtauduttiin irtisanomiskuulemisessa. Tämä kokemus toistuu unissa, aivan kuin ongelman ydin ilmenisi siinä. Vuoden aikana Liisa kertoo samasta unikokemuksesta neljä eri kertaa. Unessa hän ottaa yhteyttä ystävänä pitämäänsä johtohenkilöön, mutta tämä ei vastaa. Unissa on jatkuvasti sama viesti: hän haluaa tulla kuulluksi, haluaa selittää asiaa, haluaa tulla ymmärretyksi. Tilaisuus, jota kutsutaan kuulemiseksi, onkin sellainen missä hänen kuulemisellaan ei ole merkitystä:

Näen tapahtuneesta vieläkin aika usein unta. Esimerkiksi viime yönä. Siinä unessa minä yritin päästä selvittämään asiaa, jotenkin uskoin, että kyseessä on väärinkäsitys. Yritin

juosta rappusia ylös, mutta en päässyt, seinä tuli vastaan.
(Liisa, 1.3.).

Liisa itse näkee selvästi, että syy ei ole hänen vaan epäreilun johdon, saman vahvistaa sekä terapeutti että hänen ystävänsä. Liisan tilanne näyttää päinvastaiselta, kuin *Kuoleman varjon laaksossa* bloggaajan, joka poti jatkuvaa riittämättömyyden tunnetta. Onnistuminen työssä on riippunut tuon johtohenkilön kiitoksesta. Ehkä hän ei uskonut Liisan kykyihin tarpeeksi, ehkä ne puolustukset on esitetty johtoryhmän sisäisissä keskusteluissa, eikä niitä kerrottu Liisalle irtisanomiskuulemisessa.

Liisa ei tunnu onnistuvan käsittelemään asiaa kirjoittamalla. Konkreettisen kuvauksen vähäisyys, yksityiskohtien puuttuminen, sekä julkista kirjoittamista usein haittaava yleistämisen strategia (Niemi-Pynttari 2007, 365) tuntuu estävän Liisaa pääsemästä asiassa eteenpäin.

Ehkä kielen käyttöön liittyvistä rajoituksista johtuen irtisanomiskokemus ei tule käsitellyksi vaan kapseloituu tunteeksi, jota hän jää toistamaan. Pelkkä itseilmaisu ja saman kokemuksen toistaminen samoin sanoin ei muuta kirjoittajan näkökulmaa kokemukseen. Liisa tuntuu aavistavan tämän todetessaan, että hän ei ole tullut kertoneeksi aivan kaikkea edes terapeutilleen. Samalla lienee selvää, että mielessään hän on kehitellyt monia selityksiä irtisanomiselle. Mielikuvitus aktivoituu, kun tapahtuu jotakin vaikeasti ymmärrettävää. Vieras sana, terapeutin vapauttava sana ”sinä et saa syyttää itseäsi tapahtuneesta”, törmää Liisan epäilevään omaan ääneen. ”Ehkä en ole kertonut hänelle kaikkia itsesytyöksiä, joita olen mielessäni hautonut”.

Refleктоiva dialogi, joka on alkanut terapeutin kanssa,

voi jatkaa kirjoittamalla ja korvautua neuvottelulla tekstin kanssa. Toisin sanoen sisäistekijä ja kirjoittamisen aikana syntyvä sisäinen dialogi voi kääntää paikallaan jauhavan tunteen ilmaisun kehittävään suuntaan. Usein tähän tarvotaan kirjoittamisen ohjausta, niin että kirjoittaja oppii sisäistämään dialoginsa tekstin kanssa käytäväksi. (Vandermeulen 2011, 48).

Blogissaan Liisa on toistanut irtisanomiskokemusta jo niin kauan että uni avaa viimein uuden näkökulman. Hän syyttää unessa suoraan tätä johtohenkilöä luottamuksen pettämisestä, mutta sitten hän sanookin, että ”minulla on ollut ikävä sinua”. Unessa tulee esiin kaipuu henkilöön, johon hänellä oli ollut hyvä suhde, tilanteeseen ennen ”takin kääntöä”.

HÄPEÄLEIMA

Julkiset alueet ovat toisilleen vieraitten ihmisten tiloja, joissa stigmatisointi ja ulkokohtaiset leimat nousevat helposti esiin. Leimaaminen viittaa siihen, kuinka ihminen ei saa arvostusta, koska hänet on arvioitu erilaiseksi. Stigma nousee helpolla dominoivaksi ja kaikkea muuta sosiaalista arvoa määrääväksi tekijäksi. (Wahl 1999, 12.)

Stigmatisoiva ilmaisu on usein kätkeytyä, mutta siihen sisältyy koko ihmisen leimaaminen sairaaksi. ”Jaksaisitko sinä hoitaa tämän asian”, voi työpalaverissa vahvistaa lamaan-tuneisuuden tunnetta. Kun depressiosta kärsivän ihmisen kaikki ajatukset arvioidaan hänen sairautensa mukaisiksi, hänelle ei anneta mahdollisuutta muuttua. Depressiivisistä tunteista vapautuminen vaikeutuu, jos kaikki hänen nega-

tiiviset tunteensa nähdään vain taudin oireina.

Leimaaminen ja ulkopuoliseksi jättäminen merkitsevät depressiossa jotain, mikä varjostaa koko minuutta ja johtaa käsitykseen, että henkilö ei ole muiden veroinen. Leimattu jää vaille täyttä sosiaalista hyväksyntää. (Rantakylä 2016, 46.) Sairastunut joutuu siis käsittelemään myös stigmaan liittyvää syrjintää.

Stigma näivettää myös yksityiselämää. Warner korostaa sitä, että leimautumista ei voi loputtomiin paeta. Pelko julkisesta leimatuksi tulemisesta aiheuttaa onnetonta elämästä vetäytymistä, jossa ihmisellä ole lainkaan julkista elämää rikastamassa yksityiselämää. Kuten Warner sanoo (2002,53) kohtalona on silloin heikko julkinen identiteetti sekä köyhä yksityinen elämä.

Otto Wahl (1999, 176) tuo esiin sen, kuinka mielenterveyden ongelmien julkinen ilmi tuominen sisältää vaaroja, mutta silti se usein kannattaa. Tapaukset, joissa depressiosta kärsinyt tuo julkisesti esiin sairautensa, liittyvät usein kuuluisiin ihmisiin, jotka haluavat antaa depressiolle kasvonsa. He ovat kansan rakastamia, siksi heillä ei ole samanlaista pelkoa kasvojen menetyksestä mitä tavallisilla ihmisillä on. Heidän ulostulonsa haastavat massajulkisuuden ja sen ylläpitämät ennakkoluulot. Esimerkiksi TV-kasvona tunnettu Neil Hardwick, tuodessaan esiin depressionsa haastoi stigman, asettaa sen rinnalle oman, erittäin suuren sosiaalisen arvostuksensa.

Helpolla ajatellaan, että henkilön olisi ensin oltava ansioitunut, niin että voi vastustaa leimautumista. Tavalliset ihmiset, pienemmissä julkisissa kuvioissaan, voivat ottaa saman riskin, jos he luottavat siihen, että heillä on sosiaalista arvostusta. Usein henkilöiden sisäiset resurssit ovat

niin vahvat, että he voivat – terapeutin kanssa neuvoteltuaan – tehdä niin sanotusti vahvan ulostulon. Kirjoittaminen on eräs keino säädellä tällaista ulostuloa, niin että vaihtoehtoina ei ole vain julkinen esiin tulo tai yksityisyyteen kätkeytyminen.

Nimimerkin käyttäminen suojaaa yksityisyyden. Omista kokemuksista kirjoittaminen, vaikka anonymisti, tarjoaa mahdollisuuden asettaa oman kokemus ulkopuoliseen arvioon. Julkinen kirjoittaminen ei edellytä omaan nimeen sidottua identiteettiä, kuten Warner (2002,53) korostaa. Kirjoittaja, joka tuo bipolaarisuutensa tai depressionsa esiin asettuu loukkauksille alttiiksi, mutta toisaalta hän voi työskennellä arvostuksen saamiseksi.

Sairauden julkiseen esille tuomiseen liittyy vaaroja, koska yleisö ei aina ole empaattista, siksi depression voi jättää yksityisasiaksi. Eräs taitava kirjoittaja piti runollista depressiopäiväkirjaa verkossa useiden vuosien ajan, mutta päätyi poistamaan sen kun sai runokokoelmansa julki. Hän ei selvästikään halunnut liittää nimeään noihin varhaisiin depressiomerkitöihin. Vaikka depression leimaa on syytä vastustaa, ja puhua siitä julkisesti, kirjoittajan on ennen kaikkea huolehdittava itsestään.

Depressiivinen ihminen saattaa vetäytyä seurasta ja hävetä itseään. Tuo vetäytyminen syntyy pelosta, että oma heikkous tulee arvioiduksi. Mielenterveysbarometrin (2015) mukaan leimautumisen kokemus potilailla ei ole viime vuosina vähentynyt, jopa 39% on kokenut leimautumista sairautensa vuoksi. Omaisten kokemuksen mukaan potilaan leimatuksi joutuminen on tätäkin yleisempää, ulkopuolinen näkee sen itseä helpommin.

Usein häpeäleima on niin lähellä itseä, että sitä ei tie-

toisesti käsitellä. Sen voi kuitenkin tunnistaa arjen kuvauksissa, joissa kerrotaan, kuinka vaativaa on mennä julkiseen tilaan; käydä apteekissa tai kaupassa. Depressiivisellä ihmisellä ei ole sosiaaliseen suosioon tarvittavaa halua osallistua ja antaa huomiotaan toisille.

Stigma saa alkunsa yleensä sosiaalisesta uskomuksesta: depressiivinen ihminen on huonoa ja lannistavaa seuraa, tai bipolaarisessa maniassa olevalla ei ole todellisuudentajuja. Kirjoittamisen kannalta on olennaista huomata, että stigma on aina stereotypia, jolla on taipumus pysyä ihmisen teoista huolimatta (Wahl 1999, 12). Kirjoittaja voi kamppailla myös turhaan luodakseen toisenlaista kuvaa itsestään. Kun sairastunut nähdään tiettyyn diagnoosiin liittyvien ennakkoluulojen kuvana, kirjoittaja voi parhaimmillaan onnistua näyttämään lukijalle toisenlaisen persoonan.

Silloin kun ihminen onnistuu tuomaan persoonallisuutensa esiin, hän on rikkonut sairastamiseen liittyviä stereotypioita. Persoonallisessa minä-tarinassa henkilö osoittaa olevansa muutakin kuin ne oireet, joita diagnoosi esittää. Näin siis ennakkoluuloinen stigma ja asiantunteva diagnoosi ovat molemmat kokevan minän kannalta yksipuolisia ja niiden kumoaminen kirjoittamalla on tervehtymistä ja vahvistumista. (Zimmermann 2007, 486.)

Kaiken kaikkiaan julkinen kirjoittaminen lisää itsetuntemusta ja vahvistaa persoonaa. Jos depressiosta tai bipolaarisuudesta kärsivä pitää tiedon yksityisasianaan, vaarana on, että hän vetäytyy väärällä tavalla yksityisyyteensä. Heikko itsetunto ei kuitenkaan kohene eristymällä, itsensä väheksyminen voi pitkittyä ja tulla osaksi henkilön rutiineja.

Kumpikaan tarkastelemistani bloggaajista ei ole tullut ”kaapista ulos”, vaan on kirjoittanut nimimerkillä. Depres-

sion ja mielialahäiriöiden vaiheiden esiin tuominen on selvästikin ollut heille vapauttava kokemus.

PÄÄTÄNTÖ

Kaiken kaikkiaan julkinen kirjoittaminen voi lisätä itsetuntemusta ja vahvistaa persoonaa. Tämä on mahdollista prosessissa, jossa teksti vastaa ja kirjoittaja huomaa olevansa dialogissa minuutensa uusien piirteiden kanssa. Julkisesti kirjoittava persoonallisuus syntyy tällaisen vähittäisen neuvottelun myötä. Hän voi pysyä anonyymina ja kokea silti saavansa rohkeutta sekä onnistumisen kokemuksia kirjoituksistaan.

Kumpikaan tarkastelemistani bloggaajista ei ole tullut kaapista ulos, vaan on kirjoittanut nimimerkillä. Depression ja bipolaarisuuden esiin tuominen on ollut heille osin vapauttava kokemus. Päiväkirjamaisessa kirjoittamisessa prosessi uhkaa kuitenkin myös pysähtyä, ja kirjoittaja voi jäädä toistamaan tunnekokemustaan. Kirjoittaminen ja oman kokemuksen tarinallistaminen voivat myös johtaa ennenaikaisiin parantumistarinoihin. Kirjoittamisen käyttö depression tai bipolaarisuuden nujertamiseen ei ole niin hyödyllistä kuin kirjoittajan pyrkimys dialogiin sairautensa kanssa.

Jos depressiosta tai bipolaarisuudesta kärsivä pitää tiedon yksityisasianaan, vaarana on, että hän vetäytyy väärällä tavalla yksityisyyteensä. Heikko itsetunto ei kuitenkaan kohene eristymällä, itsensä väheksyminen voi pitkittyä ja tulla osaksi henkilön rutiineja.

Julkinen maailma kuuluu myös mielenterveyspotilaille.

Persoonan esiin tuomisen merkitys on korostunut uudella tavalla sosiaalisen median myötä. Julkisen persoonan kehittäminen voidaan nähdä projektiona, sisäistekijänä tekstissä, jonka välityksellä ihminen heijastaa toivomaansa minäkuvaa ympärilleen, ja pyrkii samalla omaksumaan tuota itsensä parempaa puolta. Näin esimerkiksi tyyli ja elämäntavan julkinen esittäminen voi samalla olla persoonallisuuden luomista.

RISTO NIEMI-PYNTTÄRI on kirjoittamisen dosentti, yliopistonlehtori joka opettaa kirjallisuutta ja kirjoittamista Jyväskylän yliopistossa.

LÄHTEET

- Arendt, Hannah (2002). *Vita activa. Ihmisenä olemisen ehdot*. Suom. Riitta Oittinen ja työryhmä. Vastapaino, Tampere.
- Bolton, Gillie (2005). *Reflective practice, Writing and Professional Development*, second edition, SAGE Publications, London.
- Duvcall, Jim and Péres Laura (2011). *Innovations in Narrative Therapy*, W.W. Norton&Company, New York and London.
- Fraser, Nancy (1990). "Rethinking the Public Sphere, A Contribution to the Critique of Actually Existing Democracy" in *Social Text*, No. 25/26 (1990), 56–80.
- Habermas, Jürgen (2004). *Julkisuuden rakennemuutos*, Suom. Veikko Pietilä. Vastapaino, Tampere.
- Hunt, Celia (2009). "Kun luemme itseämme: kuviteltu lukija kirjoittamisprosessissa" teoksessa Juhani Ihanus (toim.) *Sanat että boitaisimme*. Terapeuttinen kirjoittaminen Suom. Terhikki Linnainmaa. Helsinki: Duodecim. 99–109.
- Kristeva, Julia (2002). *Intimate revolt, Powers and Limits of Psychoanalysis*, Columbia University Press, New York.
- Kuoleman varjon laaksossa, masennusta sairastavan päiväkirja* (2013 - 2018).
<http://varjossa.omasivu.fi/> (3.9.2018)
- Mielenterveysbarometri (2015).
<http://mtkl.fi/wp-content/uploads/2015/11/Mielenterveysbarometri-2015.pdf> (3.9.2018)
- Niemi-Pynttäri, Risto (2007). *Verkkoproosa*, Ntamo, Helsinki. Jyväskylän yliopiston kirjasto <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/21713> (3.9.2018)
- Niemi-Pynttäri, Risto (2013). "Depression and Expression in Blog Diaries" (191–205) in Camilla Asplund Ingemark (ed.) *Therapeutic uses of Storytelling*, in Nordic Academic Press, Lund.
- Nusselder, André (2009). *Interface Fantasy: A Lacanian Cyborg Ontology*. MIT Press. Cambridge.
- Rantakylä, Outi (2016). *Assosiaatioiden ilotulituksesta koherentiksi*

kertomukseksi: kaksisuuntainen mielialahäiriö ja omaelämäkerrallisen kirjoittamisen terapeuttiset mahdollisuudet, Pro Gradu Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä.

<https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/50238> (3.9.2018).

Tieteen termipankki (2018). ”Sisäistekijä”

<http://tieteentermipankki.fi/wiki/Kirjallisuudentutkimus:-sis%C3%A4istekij%C3%A4> (3.9.2018).

Zimmerman, Lee (2007). “Against Depression: Final Knowledge in Styron, Mairs, and Solomon” in *Biography*, Volume 30, Number 4, Fall 2007, 465–490.

Vandermeulen, Carl (2011). *Negotiating the Personal in Creative Writing*, Multilingual Matters, Bristol.

Wahl, Otto (1999). *Telling is Risky Business*, Rutgers University Press, New Jersey.

Warner, Michael (2005). *Publics and Counterpublics*, Zone Books, New York.

Vesa Lahti

ARVIO:

Hélène Edberg (2018)
*Creative Writing for Critical Thinking –
Creating a Discoursal Identity*,
Palgrave Macmillan ISBN 978-3-319-65491-1 (eBook).

Hélène Edberg esittelee teoksessaan uuden lähtökohdan luovaan kirjoittamiseen, erityisesti kirjoittamisen kautta oppimiseen ja luovaan kriittiseen ajatteluun. Hän tutustuttaa lukijan Södertörnin yliopiston luovan kirjoittamisen kurssiin, jossa opiskelijat kirjoittavat annetusta aiheesta fiktiivisen tekstin. Heille annetaan ohjeita tekstiin liittyvän aiheen kriittiseen pohdiskeluun, josta kirjoitetaan myös. Teksteistä keskustellaan oppitunneilla ja esimerkiksi tarinan henkilöitä kuvataan eri näkökulmista. Edbergin tapaustutkimus kohdistuu luovan kirjoittamisen perusopintojen viisi viikkoa kestäväälle johdanto-osalle ja on yksi osa kokonaisuudesta. Hän kirjoittaa myös jatkotutkimuksesta, jossa samaa menetelmää sovelletaan hieman lyhyemmällä akateemisen luovan kirjoittamisen kurssilla, jossa opiskelijat ovat kouluttautumassa opettajiksi.

By “critical thinking,” I mean expressions of metalinguistic awareness concerning prototypicalizing functions of language in narrative texts, which I refer to as critical metareflection. (Edberg, 8.)

Kirjoittaja viittaa tässä analysoimiinsa opiskelijoiden teksteihin, joissa he lähestyvät kirjoitustehtävää eri perspektiiveistä. Edberg pyrkii vastaamaan teoksessaan tutkimuskysymykseen, kuinka kriittistä ajattelua voidaan oppia luovan kirjoittamisen myötä näiden tehtäväantojen avulla. Hän nojaa teoksessaan paljolti Peter Elbowin ajatuksiin vapaasta kirjoittamisesta ja pyrkimyksistä enemmänkin kirjoitusprosessin kuvaukseen kuin itse lopputulokseen. Kyse on myös diskursiivisesta identiteetin muodostumisesta, vuorovaikutuksesta ja sosiaalisen kontekstin vaikutuksesta luovaan kirjoittamiseen.

Edberg käyttää tukenaan yhdysvaltalaisen filosofi Martha Nussbaumin teorioita kriittisestä ajattelusta ja yhdistää tähän L. S. Vygotskyn ajatuksia oppimisesta sosiaalisena tapahtumana. Edbergin teoksessaan usein käyttämä kielen ja kirjoittamisen tutkija Roz Ivanič ja hänen teoriansa kielestä ja kirjoittamisen oppimisen diskursseista kytkeytyvät oleellisesti edellisiin.

Edberg lähtee liikkeelle Nussbaumin teoriasta kriittisestä ja itsetietoisesta ihmisestä, jolla on kyky asettua toisen ihmisen asemaan, liittäen teorian narratiiviseen kirjoittamiseen. Kyse on terveen järjen käytöstä, tunteista ja logiikasta. Kaiken taustalla on aristotelinen *fronesiksen* käsite, joka liittyy moraaliseen ajatteluun eli miksi me toimimme tietyllä tavalla ja miten käytännössä voisimme tehdä asioita paremmin. (Edberg, 23.)

Lähtökohtanaan erityisesti Vygotskyn lähialueen kehitysteoria, jonka mukaan ihminen oppii sosiaalisessa ympäristössä ja sosiaalisen prosessin kautta, Edberg lisää teoriansa jatkumoksi suomalaisen tutkijan Yrjö Engeströmin aktiviteettiteorian, jossa oppimista tutkitaan yksilöllisyy-

den sijaan laajempaa kokonaisuutena organisaatioiden ja tuotantoprosessien kautta. (Edberg, 85–86)

TAUSTALLA KONSTRUKTIVISTINEN OPPIMISKÄSITYS

Vaikka Edberg ei suoranaisesti käsittele konstruktivismia kuin muutamalla sanalla, niin hyvin monet käsitteet ja osatekijät liittyvät hänen esityksessään tavalla tai toisella konstruktivismiin. Konstruktivismissa oppija ymmärretään aktiivisena yksilönä, joka käsittelee oppimaansa aiempien havaintojensa ja kokemustensa pohjalta.

We will always bring previous experience to every new situation, so every time we encounter something new in our lives, we will evaluate and understand it in the light of similar examples and events that we recall from the past. (Edberg, 25.)

Konstruktivismi on sananmukaisesti rakentamista, tiedon rakentamista. Kyse on vielä prosessista, erityisesti oppimisprosessista. Vaikka oppimistapahtumaa tarkasteltaisiin prosessina yksilön kannalta, niin lopulta myös sosiaalisella vuorovaikutuksella on oma merkityksensä tiedon rakentumisen suhteen. Oppijan antaessa jotain itsestään muille, hän saa vastavuoroisesti jotain uutta toisilta oppijoilta. Yleensä konstruktivismin eri suuntauksissa painottuvat luovuus, merkityksien rakentuminen ja näiden muotoutuminen erilaisissa opiskelu- ja oppimistilanteissa. Oppijan omatoimisuus ja hänen kykynsä sosiaaliseen kanssakäymiseen korostuvat. Kieli on merkityksellistä ja erityisesti vasta

kun toinen henkilö antaa sille merkityksen. On kyse yhteisestä toiminnasta ja dialogisista prosesseista. Kieleen liittyy edelleen kontekstisuudesta riippuvuus.

Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa keskiössä on sosiaalinen yhteisö, jossa ihmiset kommunikoidessaan ottavat toiminnassaan huomioon myös toiset ihmiset. Olennaista on toisen ihmisen asemaan asettuminen ja se, että yhteinen asia on merkityksellinen, yhdessä jaettu.

It seems that social interaction, in combination with emotional processes generated by reading and writing, under certain circumstances, enhances the capacity to renegotiate and expand the subject's own prototypical ideas, by creating new understandings. (Edberg, 250.)

DISKURSSIT

Tutkija Roz Ivanič kirjoittaa artikkelissaan *Discourses of Writing and Learning to Write* (Ivanič 2004)³² kirjoittamisen opettamisen kuudesta diskurssista, joiden avulla hän tarkastelee erilaisia luovan kirjoittamisen näkökulmia. Edberg esittelee lyhyesti kyseiset diskurssit ja lisää näihin oman diskurssinsa: ”*expressive sociocritical writing discourse*”. (Edberg, 28) Käsitteellä *expressive writing* tarkoitetaan luovaa, ilmaisuvoimaista ja tajunnanvirtaa lähestyvää vapaata tekstiä, jossa yleensä tunteilla ja henkilökohtaisilla kokemuksilla on vahva sijansa. Edbergin diskurssissa pohditaan luovan kirjoittamisen avulla kriittistä ajattelua kykynä kirjoittamisen avulla tarkastella itseä, toisia ja kieltä sinänsä. Tälle dis-

32 *Language and Education* 18 (3), 220–245.

kurssille on oleellista yhteistyö, yksilön kirjoittaminen ja toimiminen yhteisessä tuotantoprosessissa.

PALA PALALTA

Edbergin tehtävänanto kurssille on yksinkertaisesti seuraava: Kirjoita tarina tästä aiheesta: Yksinhuoltaja saa työpaikan kaukaa kotoaan. Työ kestää kaksi vuotta. Tänä aikana vanhempi ja 11 kuukauden ikäinen lapsi eivät voi tavata.

Aiheesta kirjoitetaan lisäksi reflektiivinen teksti ja kaikista teksteistä keskustellaan kurssin aikana pienemmissä ja suuremmissa ryhmissä. Opintoihin liittyy luentoja teemallisesti aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta (Esimerkiksi; Ibsenin Nukkekoti). Yksinhuoltajan ongelmasta keskustellaan ja mietitään eri lähtökohtia. (Edberg, 61–62.)

Tutkija pohtii tutkimuskysymysten lisäksi eettisiä seikkoja ja omaa asemaansa suhteessa opiskelijoihin ja oppimisympäristöön.

Situations that occurred during the discussions in which I participated mirror a dilemma in exploratory practice: the researched environment will inevitably be affected by the researcher, and since the researcher also is the lecturer, that function too will be affected. (Edberg, 73.)

Kuudennessa osiossa Edberg tarkastelee kirjoittajien suhdetta kurssin aikana kirjoittamiinsa kriittisiin teksteihin. Hän löytää kirjoittajien teksteistä kolme perusasetelmaa: genre-, prosessi- ja tutkimussuuntautunut. Genreen suuntautunut kirjoittaja pyrkii vastaamaan annettuun kysymyk-

seen ammattimaisella tasolla. Prosessista kiinnostunut kirjoittaja kiinnittää huomiota toisten kommentteihin, omiin tunteisiinsa, ja pohtii omaa asemaansa kirjoittajana.

The outcome is that the critical reflection text gets communicative function for the subject, to understand what she has written and thereby who she “is” as a writer. The texts tend to get the characteristics of a lengthy private journal, filled with accounts of emotional processes, experienced while working with the assignment. (Edberg, 228.)

Tutkivan asenteen kirjoittaja pohtii esseistinen tapaan oppimistaan luovan kirjoittamisen kurssilla ja miettii kurssin arviointiperusteita sekä opiskelijoiden, ohjaajan ja luennoitsijoiden asemaa. (Edberg, 229–230.)

LUOVAN KIRJOITTAMISEN KURSSIMATERIAALIKSI

Edbergin teosta voi hyvillä mielin suositella lähdekirjallisuudeksi luovan kirjoittamisen kurseille. Näillä kursseilla korostetaan usein itsearviointin merkitystä ja palautteen antamista. Opiskelijoiden omiin teksteihin kohdistuvaa kriittistä pohdintaa olisi syytä tarkentaa ja kiinnittää asiaan erityistä huomiota. Tähän Edbergin teos ja hänen esittämänsä diskurssi tarjoavat hyvät asetelmat.

A step-by-step construction of writing assignments, allowing for time to pass between the steps, will probably enhance the likelihood that perspective change and critical thinking will occur. As to the writing assignments, their

content, structure, and sequence need careful attention to make room for emotional as well as for cognitive processes. This book has presented some implications of working with the narrative text type for creative writing as a socio-critical method. The analyses have clarified discursive identities that writers express when writing these texts and what learning their writing generates when different discursive identities are expressed. (Edberg, 375.)

Johan Kalmanlehto

ARVIO:

Tony Gillam (2018)

Creativity, Wellbeing and Mental Health Practice,
Palgrave Macmillian, ISBN 978-3-319-74884-9 (eBook)

Kirjassaan *Creativity, Wellbeing and Mental Health Practice*, yliopistonlehtori Tony Gillam yhdistää luovuuden, hyvinvoinnin ja mielenterveystyön teemat toisiinsa. Kirjoittajan tausta mielenterveysalan sairaanhoitajana, kirjoittajana ja muusikkona mahdollistaa aiheen tarkastelun tutkimuskirjallisuuden lisäksi myös kokemusperäisen tiedon kautta. Teoksen lähtökohtana on mielenterveystyön nykyinen tila, jota Gillam kritisoi ilottomana ja luovuutta rajoittavana, mikä on johtanut sekä työn laadun että työntekijöiden hyvinvoinnin heikkenemiseen. Entä jos mielenterveystyö nähtäisiinkin luovana työskentelynä, kysyy Gillam ja väittää, että se tulisi ymmärtää ensisijaisesti *taitona (craft)*, jolloin taiteen ja tieteen välinen dikotomia voidaan murtaa. Mielenterveyshoitaja olisi siis eräänlainen käsityön tekijä, jonka valmistama tuote on hoitaminen – potilas puolestaan olisi tuotteen omistaja. Jos hoitotyö tulkitaan käsityötaidoksi, se on tietoa ja taitoa yhdistävää luovaa työtä, jonka luomisen kohteena on terveys ja hyvinvointi.

Tarkasteltuaan laajasti erilaisia luovuuskäsityksiä Gillam

tulkitssee luovuuden parantavana ja elämänmyönteisenä toimintana, joka näyttäytyy pikemminkin arkipäiväisenä kuin erityislaatuksena ilmiönä. Tarjoamatta tyhjentävää luovuuden määritelmää, hän soveltaa hoitotyöhön mallia, jossa luovuuden keskeiset ominaisuudet ovat totutusta poikkeaminen, tarkoitusperäisyys ja hyvän tekeminen. Gillam ymmärtää luovuuden kaikille ihmisille ominaisena kykynä, jonka voi oppia ja jota voi myös kultivoida. Luovuuden tulkitseminen arkipäivän ilmiönä mahdollistaa sen tarkastelun myös muissa konteksteissa; mielenterveystyön lisäksi Gillam tutkii luovuutta oppimisen ja johtamisen voimavarana. Keskeistä kirjassa on pyrkimys irrottautua mystifioiduista ja kaupallisista puhetavoista, kohti tieteelliseen näyttöön perustuvaa luovuuden tutkimusta.

Teos rakentuu luovuuden ja mielenterveyden käsitteiden yhdistämiselle. Lisäksi Gillam pyrkii osoittamaan korrelaation luovuuden ja hyvinvoinnin, tai jopa hyvän elämän välillä ja suhtautuu kriittisesti oletuksiin luovuuden ja mielenterveysongelmien yhteyksistä: sen sijaan että luovuus kumpuaisi epävakaan psyykeen toiminnasta, henkisesti tasapainoinen tila on otollista luovuudelle. Myyttisen taiteilijäkäsityksen, jossa luova nero nähdään poikkeuksellisen lahjakkaana mutta kärsivänä ja epävakaana yksilönä, purkaminen on yksi Gillamin teoksen vahvuuksia, koska se irrottaa luovuuden yksinomaan taiteellisesta toiminnasta ja mahdollistaa käsitteen soveltamisen erilaisiin käytäntöihin. Heikkoutena on kuitenkin käsitteellinen epäselvyys, joka saattaa trivialisoida luovuudesta puhumisen. Gillam yrittääkin tasapainotella vaikeasti määriteltävien termien kanssa, sortumatta lennokkaaseen epämääräisyyteen mutta tiedostaen samalla niiden monimerkityksisen luonteen.

Kirja linkittyy vahvasti taiteen hyvinvointivaikutuksia käsittelevään keskusteluun, ammentaen sekä aihetta käsittelevästä tutkimuskirjallisuudesta että hallinnollisista ohjelmateksteistä. Hän erottaa aihetta käsittelevästä tutkimuksesta kolme teemaa: taiteen ja luovuuden asema yhteisön terveyden kannalta, taideteosten käyttö sairaalaympäristössä, sekä taiteeseen osallistumisen terapeuttinen arvo etenkin yhteiskunnasta syrjäytyneiden osalta. Luova ilmapiiri hoitotyössä auttaa Gillamin mukaan myös työyhteisöä vähentämällä stressiä ja johtaa sekä työntekijöiden että palveluiden käyttäjien autonomisuuteen ja voimaantumiseen. Hänen hyvinvointikäsitteensä perustuu Aristoteleen näkemykseen hyvästä elämästä, mutta tukeutuu myös viimeaikaiseen positiivisen psykologian tutkimukseen, jonka mukaan hyvinvointi koostuu elämän miellyttäväksi kokemisesta, asioihin uppoutumisesta, positiivisista ihmissuhteista, kuulumisesta johonkin itseä suurempaan ja asioiden saavuttamisesta. Gillam korostaa hyvinvoinnin käsitteen epäselvyyttä ja monitahoisuutta ja pyrkii erottamaan sen yksinomaan terveyteen keskittyvistä näkökulmista. Lopulta hän päätyy kannattamaan hyvinvointia laajempaa sosioekonomista tavoitetta, kukoistamista.

Gillamin teksti koostuu suurelta osin aihepiiriä käsittelevän tutkimuksen kirjallisuuskatsauksesta, jonka kautta hän perustelee argumentaatiotaan. Tämä tekee tekstistä melko raskasta luettavaa täynnä viitteitä, listauksia, lyhenteitä ja asiaa tiivistäviä tekstilaatikoita.

Kaavioita kirja sisältää kuitenkin vain yhden, mallin luovalle mielenterveystyölle, jossa Gillam yhdistää kaksi kolmiosaista mallia vinoneliöksi. Kuvion halkaisevalla keskiakselilla on *luovuus* ja sivuilla *näyttöön perustuvat käytän-*

nöt, potilaskeskeisyys, hoiva ja yhteistyö. Tämä näkemys nojaa hyvin vahvasti hoitotyön käytäntöihin ja lääketieteelliseen tutkimukseen.

Vaikka monet Gillamin huomioista keskittyvät praktiseen mielenterveystyöhön, hänen käsityksensä luovuu-desta liittyy kokonaisvaltaiseen psykososiaaliseen hyvinvointiin sairauden ehkäisemisen sijaan. Hän kuvaili tätä psykologisen vaurauden ja sinnikkyuden käsitteiden avulla, joiden vaikutuspiiriin kuuluvat potilaiden lisäksi hoitohenkilökunta sekä potilaiden lähiomaiset. Gillam tarkastelee hoitohenkilökunnan kohtaamia haasteita, stressiä ja huolta ja tutkii luovuuden merkitystä myös työntekijän hyvinvoinnin kannalta. Yhteiskunnallisen kukoistamisen tavoite koskettaa lopulta kaikkia ihmisiä, vaikka Gillam yrittääkin rajata näkökulmansa mielenterveystyöhön.

Gillam käyttää esimerkkeinä omia luovuutta soveltaneita projektejaan. Näitä edustavat palkittu musiikkityöpaja, luovan kirjoittamisen ryhmä ja havainnot kirjoittamisen merkityksestä henkiselle hyvinvoinnille.

Kirjan teksti pysyttelee akateemisen kirjoittamisen kehityksessä, eivätkä hänen omia kokemuksiansa käsittelevät luvut merkittävästi eroa tästä, vaikka sisältävätkin enemmän käytännön toiminnan kuvausta. Olennaisin huomio musiikin käytöstä on yhteisöllisen toiminnan korostaminen terapiaan keskittymisen sijaan. Luovaa kirjoittamista Gillam käsittelee laaja-alaisesti päiväkirjan pitämisen, blogien kirjoittamisen, terapian, kaunokirjallisuuden, omaelämäkerran ja julkaisemisen kannalta. Keskeistä Gillamin huomioissa on, että kirjoittaminen mahdollistaa puhumisen ilman keskeytyksiä ja tarjoaa tukea antavan ympäristön vaikeiden tunteiden ja ajatuksien ilmaisuun.

Lopetuslukuja kirjassa on kaksi, joita ensimmäinen ko-koaa yhteen käytännön ehdotuksia hyvinvoinnin ja mielenterveystyön yhdistämiseksi. Luovuus on jätetty tässä kohden taka-alalle, mutta Gillamin aikaisemman argumentoinnin perusteella sen voidaan katsoa sisältyvän olennaisesti molempiin osa-alueisiin. Yhteenvedossa Gillam palaa luovuuden käsitteen ja hyvinvoinnin yhteen kietoutumiseen sekä luovan mielenterveystyön malliin.

Rakenteeltaan kirja on erittäin selkeä järjestelmällinen. Jokainen luku alkaa ja loppuu tiivistelmällä, minkä lisäksi Gillam toistuvasti kertoo aikaisemmin tekemiään huomioita. Vaikka tämä selkeyttää lukuisia teoreettisia näkökulmia yhdistelevän tekstin kokonaiskuvaa, antaa se teokselle oppikirjamaisen luonteen – tämä voidaan toki nähdä kirjoittajan tavoitteena. Gillam kokoa ansiokkaasti yhteen mielenterveystyön, luovuuden ja hyvinvoinnin osa-alueet ja onnistuu käsittelemään niiden yhteyttä alistamatta luovuutta muodikkaaseen markkinointipuheeseen, organisatijargoniin tai idealistiseen mystifiointiin. Pyrkimys erottaa hyvinvoinnin käsite terveydestä toimii erityisellä tavalla mielenterveyden kontekstissa, jossa näiden termien raja voi olla häilyvämpi kuin fyysisen terveyden kohdalla.

Gillamin teos on täsmällisesti jäsennelty ja perusteltu kokonaisuus, joka tasapainoilee kaikenkattavan epämääräisyyden ja rajoittuneiden käsitteellisten mallien välillä. Erilaiset teoreettiset näkökulmat hankaliin käsitteisiin on tiivistetty tavalla, joka tarjoaa runsaasti perusteluita kirjoittajan väitteille, mutta saa myös toivomaan teemojen laajempaa käsittelyä. Tämä johtaa paikoitellen tiivistelmänomaisiin tekstikappaleisiin, joissa Gillamin ääni tuntuu hukkuvan esiteltyjen tutkimusten alle, vaikka selkeästi jä-

sennelty rakenne antaakin vaikutelman tarkkaan mietitystä kokonaisuudesta.

Johtavaksi ajatukseksi nousee väite, jonka mukaan nykyaikainen mielenterveystyö ei ole vain mielisairausten hoitoa ja hallintaa, vaan terveyden ja hyvinvoinnin luomista. Tämä edellyttää alaa hallitsevan rajoittuneisuuden ylittämistä sekä luovan mielentilan ja kulttuurin kehittämistä, jossa tavoitteena ei ole vain sairauksien hoitaminen ja toimimisen edistäminen, vaan hyvä elämä ja kukoistaminen. Gillam myöntää, että terveydenhuoltomaailman käytännöistä käsin hänen tavoitteensa voivat vaikuttaa epärealistisilta, mutta pysyy toiveikkaana lukijan mahdollisuuksista muuttaa vallitsevia työskentelytapoja. Luova työn tuominen lääketieteelliseen kontekstiin vaatii todennäköisesti paljon enemmän kuin yhden kirjan, mutta Gillamin koamat perustelut toimivat sille hyvänä lähtökohtana.

Johanna Holopainen

ARVIO:

Sandra Marinella (2017) *The Story You Need to Tell. Writing to Heal from Trauma, Illness, or Loss*, New World Library. ISBN 978-1-60868-484-7 (eBook)

Jokainen ihminen kohtaa elämässään myrskyjä, jotka repivät ja riepottelevat jättäen jälkeensä sirpaleisia hetkiä osaksi elämää. Yhdysvaltalaisen kirjoittamisen opettaja Sandra Marinellan teos opastaa kirjoittamaan elämässä kohdattuista vastoinkäymisistä. Kirjan keskeisin sanoma on, että kirjoittamalla elämäsi sirpaleisista hetkistä tarinasi, voit hyväksyä elämäsi kohdanneiden myrskyjen seuraukset osaksi elämäsi, oppia tuntemaan itsesi paremmin ja jatkaa eteenpäin. ”Löydä tarinasi, joka sinun täytyy kertoa”, Marinella kehottaa. Esipuheen kirjoittajan Christina Baldwinin sanoin Marinellan teos esittää lupauksen:

It promises that by understanding the power of story, you can change the way you carry your life circumstances, no matter what has happened to you. It promises that you have power to shift your perspective from victim to victor, from survivor to thriver, from loser to winner. It promises to show you the story you have to tell. (Baldwin, xiii).

Marinellan teos rakentuu erilaisten narratiivien varaan, joihin kirjoittaja itse osallistuu kertomalla omaa elämäänsä kohdanneista haasteista. Samalla teos on myös Marinellan tutkimus siitä, kuinka kirjoittaminen hoitaa ja auttaa selviytymään elämän kriiseistä ja vastoinkäymisistä. Marinellan oman elämän lisäksi teoksen narratiivit koostuvat kirjoittamisen oppilaiden kertomuksista, sotaveteraanien kertomasta, syöpää sairastavien kertomuksista ja läheisensä äkillisesti menettäneiden kertomuksista. Marinellan ääni kuuluu päällimmäisenä, mutta hänen henkilökohtaisen elämänsä tapahtumat antavat hienosti tilaa edellä mainittujen kertomuksille.

Teos opastaa edellä mainittujen tarinoiden myötä kohti oman elämän vaikeiden asioiden käsittelyä kirjoittamisen avulla. Teokseen voi tarttua kuka tahansa, joka on kiinnostunut kirjoittamaan itseään kohdanneista traumaista, sairauksista ja menetyksistä. *The Story You Need to Tell* lukeutuukin (itsehoidollisiin) kirjoittamisen oppaisiin ja samalla täydentää terapeuttisen kirjoittamisen kenttää tällä saralla.

Tarttuessani kirjaan aiheen mielenkiintoisuus motivoi. En kuitenkaan ryhtynyt lukemaan kirjaa, jotta saisin työkaluja oman elämäni haasteiden käsittelyyn, vaan ensisijaisesti tiedollisesta intressistä käsin. Paljon lupaava esipuhe aiheutti hienouden epäilyksen siitä, kuinka kirja onnistuukaan vakuuttamaan lukijansa kirjoittamisen voimakkaasta vaikutuksesta elämän vaikeimpien asioiden käsittelyssä. Johdannon lukiessani mielenkiintoni kasvoi jälleen ja sai voimakkailla sanankäänneillä vakuuttumaan, että teos on tutustumisen arvoinen. Heti johdannosta alkaen teoksen kerronta on vahvasti omaan kokemukseen perustuvaa. Marinella kuvaa sairastumistaan rintasyöpään ja kertoo kirjoit-

tamisellaan olevan valtava merkitys sairauden kohtaamisessa ja läpikäymisessä. Samalla hän esittelee teoksen raamit, joiden kautta edetään kohti kirjoittamista ja ymmärryksen saavuttamista, mitä kirjoittamaan uskaltautuva saattaa parhaimmillaan saavuttaa.

Marinellan teos rakentuu kuudesta osiosta, alkaen oman itsen tutkiskelusta ja päätöksestä käsitellä oman elämän haastavia vaiheita. Marinella kehottaakin lempeästi lukijaansa kohtaamaan ja kokemaan tuskan ja surun, joka usein on hiljaisuuden ympäröimänä. Sitten lukijan tulee rohkaistua murtamaan tämä hiljaisuus ja löytää oma ääni, jolla kokemusta tai tapahtumaa voidaan sanallistaa. Kysymyksessä on oman ilmaisutavan ja sanojen löytäminen erilaisten kirjoitusharjoitusten kautta, ja niitä on koottu jokaisen luvun loppuun.

Marinellan opastama prosessi etenee kohti hyväksymistä ja vaikean tai rikkinäisen tarinan koostamista eli sanallistamista. Terapeuttisen kirjoittamisen hengessä Marinella muistuttaa useaan otteeseen, että jos asia on liian vaikea kohdattavaksi, ei kannata ryhtyä kirjoittamaan siitä. Toisaalta hän myös korostaa, että asiaa voi käsitellä yhdessä terapeutin kanssa, mikäli kokee tarvitsevansa tukea. Marinella esittelee sanojensa takeeksi kirjoittamisen hyvinvointivaikutuksia todentaneen alan pioneerin Pennebakerin metodin, joka tarjoaa skeptisellekin lukijalle hieman tieteellistä näyttöä kirjoittamisen vaikutuksista oman elämän haasteiden käsittelyssä.

Marinellan prosessi ei kuitenkaan pysähdy siihen, että traumaattinen kokemus tai tapahtuma saadaan sanallistettua. Hän pyytää palaamaan kirjoitettuun, usein kirjoitusharjoituksen viimeisenä kehotuksena. Tarinaan pitää pyr-

kiä saamaan merkitys ja se pitää järkeistää, jotta voidaan saavuttaa syvempi ymmärtämys ja sen merkitys itselle ja omalle elämälle. Jälleen tieteellisempää näyttöä kaipaavalle lukijalle Marinella tarjoaa katsauksen aivotutkimukseen, jonka kautta pyritään selvittämään ihmisen luontainen kyky tarinallistaa elämäänsä ja toisaalta tehdä tarinoista kokonaisuuksia, vaikka kaikkea informaatiota ei muistettaisikaan. Aivotutkimuksen esittely neurotieteilijöiden Antonio Damasion ja Michael Gazzanigan näkökulmista ja sen avaaminen tarinan kerronnan näkökulmasta onkin mielenkiintoista, joskin se on kenties teoksen luonteen vuoksi tarjottu lukijalle pintaraapaisuna suhteellisen suppeasti. Toisaalta, ehkäpä Marinellan tarkoitus onkin tarjota lukijalle tarttumapintaa, mikäli tämä haluaa syventää tietämystään lisää. Päättökäsitteily on kuitenkin kirjoittajan oman elämän tarinoita.

Lopulta lukija päätyy Marinellan ohjeistamana tilanteeseen, jossa tulisi astua vielä yksi askel. On aika uudelleen kirjoittaa tarina ja asettua reflektiiviseen asemaan, jotta kirjoittaja kykenisi näkemään tarinan merkityksen ja tarkoituksen laajemmin oman ja ehkäpä jopa ympäristön hyvinvoinnin kannalta. Tässä kohtaa prosessia ollaan jo varsin pitkällä ja oletuksena on, että vaikeaa kokemusta tai tapahtumaa pystytään katsomaan jo etäisyyden päästä ja huomaamaan, että sanallistaminen on tuottanut paitsi merkityksen kokemukselle, myös oivalluksia sen vaikutuksesta itseän.

Teoksen parasta antia ovat ehdottomasti todellisten ihmisten kertomukset omista haastavista kokemuksista ja niiden käsittelystä kirjoittamalla. Marinella on saanut katettavan joukon ihmisiä kasaan, joita kaikkia yhdistää kirjoitta-

minen ja kertominen tavalla tai toisella. Erilaisten ihmisten erilaiset tarinat kuljettavat lukijaa kohti omaa kirjoittamista ja uskallusta ryhtyä kirjoittamaan. Tarkalle lukijalle tarinat esittävät myös keinoja, kuinka lähestyä ja käsitellä vaikeita asioita. Ne antavat vinkkejä siitä, kuinka kokemusta voi reflektoida sen sanallistamisen jälkeen. Ennen kaikkea ne rohkaisevat kirjoittamaan ja osoittavat sen hyödyllisyyden ja hoitavuuden.

Kanssakertojilla on taustallaan varsin traumaattisia tapahtumia. Teokseen on koottu kertomuksia niistä ja niiden sanallistamisesta. Esimerkiksi Barbaran kokemasta raiskauksesta vuosikymmenen takaa, koulutoverien selviytymisestä koulutoverinsa Lucasin murhasta, Emman kohtaamasta tapaturmaisesta aviomiehensä kuolemasta, Markin ja Jacquelinin seitseen vuotiaan pojan menetyksestä kouluammuskelun seurauksena, Jeremyn, Toddin ja Goldien kertomuksia sotatraumoista ja Jenin sairastumisesta laajasti levinneeseen syöpään. Marinellan teos ei arvota, väheksy tai sen enempää nosta esiin, mikä on kenellekin se vaikein asia kirjoittaa. Jokainen päättää itse, mikä on tarina, joka tarvitsee kertoa. Itselleni ei tullut teoksen lukemisen aikana missään vaiheessa sellaista oloa, että tarvitsee olla tietynlainen kokemus tai tapahtuma, jotta siitä voisi kyseisen teoksen opastuksella kirjoittaa. Samaan tapaan kirjoitusharjoitukset johdattelevat varsin yleisesti löytämään oman haastavan kokemuksen tai tapahtuman, josta ryhtyä kirjoittamaan.

Marinellan teos lunastaa lupauksensa sen suhteen, että kertojiensa avulla se todistaa kirjoittamisen voiman ja siitä saatavan hyödyn, joka ulottuu laajemmallekin kuin kirjoittajansa omaan sisäiseen maailmaan. Teos lukeutuu niin

terapeuttisen kirjoittamisen alueelle kuin itsehoidollisten oppaiden maailmaan. Se puhuttelee lukijaansa vakavien aiheiden inhimillistämällä ja autenttisuudella. Marinellan teos ottaa paikkansa kirjoittamisen kentällä vahvasti tarjoamalla paljon, sopivan helppoja ja selkeästi ohjeistettuja kirjoitusharjoituksia. Oman kertomista vaativan tarinansa voi löytää mm. ohjeistettujen listojen tekemisellä, vapaan kirjoittamisen (*freewriting*) kautta, näkökulmien vaihtamiseen opastavilla harjoitteilla ja dialogin tekemisellä. Päiväkirjat, blogit, kirjeet, esseet ja runot metaforineen tulevat esiteltyä harjoituksissa ja autenttisina kertomuksina. Lisäksi teos huomioi tieteellisen näkökulman, mutta myös viittaa tunnettuihin kirjoitusoppaisiin sopivassa suhteessa.

Kaiken kaikkiaan Marinellan teos on mielenkiintoista luettavaa, vaikka ei olisikaan aikomusta ryhtyä kirjoittamaan vaikeista asioista. Monipuoliset tarinat kuvaavat kirjoittamisen monimuotoisuutta myös omaelämäkerrallisessa kontekstissa ja toisaalta sen vaikutusta ihmisten selviytymiseen, jaksamiseen ja itsetuntemukseen.

Marinellan teos on kirjoittamisen opas, johon voi tarttua aiheesta kiinnostunut lukija, sanataiteen ohjaaja, työkaluja oman elämän haasteisiin tarvitseva kirjoittaja ja lähes kuka tahansa. Kuka ties lukiessa syttyy halu kirjoittaa, vaikka aiemukset teoksen suhteen olisivatkin olleet muut. Itselleni kävi niin, että joitakin kirjoitusharjoituksia teki mieli kokeilla ja toisaalta jakaa muillekin, jotka niistä voisivat hyötyä. Lukemallakin selviää, että kirjoittamisessa on voimaa.

SCRIPTUM Publications of Writing Research is a refereed, open access publisher of scholarly articles in Creative Writing Studies. Articles or monographs will be published in Finnish or in English. The Publisher is Jyväskylä University Department of Arts and Culture Studies.

THE EDITORIAL BOARD OF SCRIPTUM

Juhani Ihanus, Docent, University of Helsinki, poetry therapy

Orhan Kipcak, Prof. FH Joanneum, University of Applied Sciences, Garz. Media studies

Päivi Kosonen, Docent, University of Turku, autobiographical studies

Johanna Pentikäinen, PhD. University of Helsinki, pedagogy of creative writing, artistic research of literature

Vasilis Papageorgiou, Prof. Linneus University Comparative Literature, Creative Writing and theory

Jarmo Valkola, Prof. University of Tallin, Media writing and adaptation studies

Editor-in-Chief:

Risto Niemi-Pynttari, Docent, University of Jyväskylä
Poetics and social media writing

creativewritingstudies@jyu.fi

Jyväskylä University Digital Archive JYX

EBSCO