

Liisa Keltikangas- Järvinen Itsekkyyden aika



Miten
yltiö-
yksilöllinen
kulttuurimme
sai meidät
voimaan pahoin

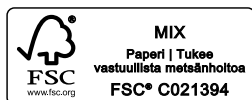
WSOY

Liisa Keltikangas- Järvinen Itsekkyyden aika

Miten
yltiöyksilöllinen
kulttuurimme
sai meidät
voimaan pahoin

Werner Söderström Osakeyhtiö
Helsinki

Tämä kirja on omistettu Irikselle.



Ensimmäinen painos

© Liisa Keltikangas-Järvinen ja WSOY 2026

Werner Söderström Osakeyhtiö

Lönnrotinkatu 18 A, 00120 Helsinki

Graafinen suunnittelu Nina Leino

ISBN 978-951-0-52366-7

Painettu EU:ssa

Tuoteturvallisuuteen liittyvät tiedustelut: tuotevastuu@wsoy.fi

Sisällys

Lukijalle	13
I Maailman onnellisin kansa	17
1. Onnelliset suomalaiset	18
2. Kehityksen ristiriidat	20
Mielenterveys	
Työuupumus	
Yksinäisyys	
Riippuvuus	
Persoonallisuussyrjintä	
Suvaitsemattomuus	
Emotionaalinen pahoinvointi	
Vihapuhe	
II Nykyajan yltiöyksilöllisyys	31
3. Ihmiskuvan muutos	32
4. Self-referenssi eli oma minä maailmanarvioinnin viitekehystenä	35
Minä itse	
Toimin, vaikutan ja olen esillä	
5. Minä ja mun tunteet	42
Loukkaantumisherkyys	
Pettymysten sieto	
Häpeä ja syyllisyys	
Yltiöpositiivisuus	
6. Ihmissuhteet	47
Ihmistä pitää olla hyötyä	
Pitääkö sukulaisten kanssa tulla toimeen?	
7. Eivät kuitenkaan kaikki	51

III Itsekkyyttä vahvistava kulttuuri

– narsismista uusi normi

55

8. Narsismin häiriö 56

Heikko ja haavoittuva itsetunto

Vääristyneet ihmissuhteet

Ihmissuhteet ovat hyötysuhteita

Heikosti kehittynyt tunne-elämä

9. Grandiöösi ja haavoittuva narsismi 68

10. Narsistinen yhteiskunta 70

IV Itsekkyyteen ohjaava kasvatus

71

11. Kasvatuksen ja kulttuurin vuorovaikutus 72

Luentopyynnöt kertovat

Muut huomioon ottava lapsi

Liian kiltti lapsi

Lapsi muuttuu yksilöksi

Lapsesta tulee tahtoja

12. Lapsikäsitys 78

13. Itsekkyyttä vahvistava kasvatus 80

14. Tukea vai vallankäyttöä? 82

15. Raporttien kertomaa 85

16. Kulttuurinen puhe 87

Käsitteet, joilla asioita kuvataan

Roolimallit

V Yhteisön jäsenestä yksilöksi

– ihmiskuvan muutos

91

17. Mitä ihmiskuva tarkoittaa? 92

18. Yksilöllisen ihmiskuvan synty 94

Varhainen individualismi ja yksilö-

keskeisyyden varhaiset juuret

Yhteiskuntarakenteen muutos

Jälkiteollinen aika

Yhden vapaus on toisen uusi normi

VI Itsekkyys on eräs psyykkisen kehityksen vaihe **103**

- 19. Lapsiaikuiset 104
- 20. Hedonismi 105
- 21. Huomionhakuisuus ja ulkoinen palkitseminen 107
- 22. Tunteiden säätely..... 109
 - Kontrollin puute
 - Tunteiden rajattomuus
- 23. Objektikonstanssi..... 111
 - Hyvät ja pahat
 - Pysyvä minäkuva
 - Me ja he
- 24. Kaikkivoipaisuus 115
 - Primaari narsismi
 - Huudollani hallitsen maailmaa
 - Ajatuksillani saan asioita tapahtumaan
- 25. Suhteellinen moraalit..... 119
- 26. Taaperoiän kehitystehtävä 121
 - Aivojen herkkyyksikaudet
 - Kiintymyssuhde

VII Ääriyksilöllisyyden seuraukset yksilölle **125**

- 27. Yksilöllisyys vai itsekkyys 126
- 28. Minäkuva ja identiteetti..... 127
 - Mitä minäkuva ja identiteetti ovat
 - Mihin minäkuva ja identiteetti vaikuttavat
 - Miten minäkuva ja identiteetti muodostuvat
 - Identiteetin tasot
- 29. Elämä on suorittamista 134
 - Menestyminen on tahtomista
 - Aina voi olla parempi
 - Tyytymättömyys omiin valintoihin
 - Epäonnistuminen on omaa syytä
- 30. Elämän merkitys 140

VIII Ääriyksilöllisyyden vaikutus yhteiskuntaan **143**

31. Yhteisten tavoitteiden katoaminen..... 144
- Arvot
 - Moraalikysymysten muuttuminen juridisiksi
 - Persoonallisuussyrjintä
32. Erilaisten todellisuuksien muodostuminen
- kuplien syntyminen..... 148
 - Maailman polarisoituminen
 - Aikakäsityksen kapeutuminen
33. Maailmankuvan kapeutuminen – yleinen tieto häviää omalle kokemukselle..... 150
- Elämän psykologisoituminen ja medikalisoituminen
 - Tutkimustulos vai mielipide
 - Asiantuntijuuden henkilöityminen
34. Työelämän muutokset..... 158
- Uupumus on lisääntynyt
 - Vaatimukset ovat kasvaneet
 - Työn merkityksellisyys
 - »Sun juttu«
35. Sosiaaliset pelot ja työuupumus..... 162

IX Persoonallisuussyrjintä **165**

36. Tiedostamaton syrjintä..... 166
- Legitimoitu syrjintä
 - Persoonallisuus valintaperusteena
37. Ekstroversion nousu ihanteeksi..... 170
- Monimuotoinen ekstroversio
 - Kehäpäätelmä ekstroversion erinomaisuudesta
 - Temperamentin ja kulttuurin yhteensopivuus
38. Esimerkki oikeasta elämästä 175
39. Miten syrjintä ilmenee 178
40. Arvioinnin spiraali..... 180
41. Johtajuus 183

X Sosiaaliset taidot **187**

42. Sosiaalisten taitojen muutos..... 188
- Käsitys sosiaalisista taidoista on muuttunut
 - Tutkimuksen painopiste on muuttunut
 - Vuorovaikutukseen kohdistuvat odotukset ovat muuttuneet
 - Sosiaaliset pelot ovat lisääntyneet
 - Sosiaalinen media on muuttanut käsitystä sosiaalisista taidoista
43. Mitä on sosiaalinen pätevyys?..... 197
- Mielenterveydestä käytökseen
 - Sosiaalisuus
44. Sosiaalisten taitojen kolme kokonaisuutta 202
- Sosiaalisen tiedon kognitiivinen käsittely
 - Sosioemotionaalinen komponentti
 - Kommunikaatiotaidot

XI Some muutti sosiaalisen vuorovaikutuksen **207**

45. Digihype 208
46. Kriitikin herääminen 210
- Sosiaalinen oppiminen vaikeutuu
 - Sosiaalinen väsymys
 - Mahdollisuus muuttuu uhaksi
 - Milloin muutos tapahtui

XII ...ja miten se tapahtui **217**

47. Sosiaalisen vuorovaikutuksen fyysisyys 218
48. Viestien tahdistus 220
- Tahdistuksen häviäminen vuorovaikutuksesta
 - Tahdistuksen häviäminen elämästä
49. Sosiaalisten vyöhykkeiden katoaminen 223
- Liian paljon ystäviä
 - Ystävät vai seuraajat?

50. Tarve kuulua ryhmään	226
51. Yksityisyyden katoaminen	227
52. Tunteiden ja kokemusten jakaminen tavalla, joka hämärtää minän rajoja	229
53. Polarisaatio	230
54. Itsesensuuri	232
55. Aivot ja sosiaalinen oppiminen.....	233
56. Sosiaalisen median vaikutus yhteiskuntaan.....	235

XIII Some ja nuorten pahoinvointi **237**

57. Sosiaalinen media vaikuttaa negatiivisesti mielenterveyteen?	238
58. Tutkimusnäyttö lisääntyy.....	239
59. Ahdistunut sukupolvi	240
60. Mitä digirintamalla tapahtui?.....	242
61. Epäusko jatkuu.....	243
Ovatko tutkimustulokset luotettavia?	
Maailma on paha	
62. Mielenterveyden riskit.....	246
Identiteetti	
Sosiaaliset vyöhykkeet	
Sosiaalinen vertailu	
Yksinäisyys	
Sukupuoliero	
Aktiivinen ja passiivinen median käyttö	
Vertaistuki	

XIV Someaddiktio **253**

63. Liikakäytön kriteerit.....	254
64. Mikä altistaa riippuvuudelle.....	256
65. Mitä tarjotaan ratkaisuksi	258

XV Muutoksen mahdollisuus 26I

66. Yhteenveto..... 262

67. Muutoksen alku..... 264

Lukijalle

Tämän kirjan alkusanat lausuttiin Seinäjoen kaupunginkirjastossa kesällä 2023 Toivo ja turvallisuus -paneelikeskustelussa. Keskustelun vetäjä Heli Karhumäki sai syntymään keskustelijoiden Paula Risikon, Mikko Hautalan, Jussi Niinistön ja allekirjoittaneen ja yleisön välille vahvan vuorovaikutuksen, niin että allekirjoittaneelle jäi kiinnostus pohtia seminaarin aihetta eli tulevaisuuden toivoa, luottamusta ja psyykkistä hyvinvointia tai sen särkymistä laajemmin psykologisen tiedon näkökulmasta.

Yhteiskunnan kehitystä, yksilön mahdollisuuksia, taloudellista, koulutuksellista ja terveyden tasa-arvoa tarkastelevien tilastojen valossa elämme historian parasta aikaa. Se ei kuitenkaan näy psyykkisessä hyvinvoinnissa, vaan erityisesti nuorten mielenterveyden ongelmat ovat lisääntyneet ennen näkemättömällä tavalla. Eräässä psykiatrian kongressissa kysyttiin, ovatko masennus, ahdistus, sosiaaliset pelot ja työuupumus häiriöiden sijasta jo uusi normi.

Yhteiskunnan positiivinen kehitys toi mukanaan uuden ihmiskäsityksen, individualismin. Kulttuuri muuttui nopeasti; yksilöllisyys tuli muutamassa kymmenessä vuodessa yhteiskunnan läpileikkaavaksi arvoksi.

Yksilöllisyyden nousu ei kuitenkaan pysähtynyt yksilön vapauteen, mahdollisuuksiin ja oikeuksiin, vaan jatkoi kehitystään. Käytösmaalleja, joita aiemmin olisi pidetty narsismin häiriöinä, alettiin pitää hyväksyttävinä. Kulttuuri ryhtyi vahvistamaan ja tukemaan sellaista asennoitumista elämään, itseän ja muihin ihmisiin, joka ei lisää vaikeuksien kestämistä vaan palkitsee lapsen primaariksi narsismiksi kutsutun kehitysvaiheen tarpeita. Ihmisten psyykkinen pahoinvointi alkoi kasvaa.

Samaan aikaan tuli sosiaalinen media, joka entisestään vahvisti kulttuurin yksilöllisyyttä. Se muutti sosiaalisen vuorovaikutuksen huonosti sopivaksi ihmisen psyykelle ja sopimattomaksi ihmisen aivoille. Sosiaalisesta mediasta tuli yhteisöllisyyden vahvistajan sijasta riski mielenterveydelle ja sosiaalisille taidoille. Yksilöllisyys toi mukanaan taloudellisen menestyksen, tasa-arvon, ihmisen mahdollisuudet ja oikeudet. Kun yksilöllisyys muuttui itsekkyydeksi, tulivat masennus, ahdistus, työuupumus ja sosiaaliset pelot. Näiden asioiden yhteyksiä pyritään tässä kirjassa pohtimaan.

Vaikka kirja pohjaa tutkimustietoon, kirjoittaja on lukijaystävällisyyden nimissä valinnut yleistajuisen esitystavan tieteellisen sijasta, niin että tekstiin ei ole liitetty lähdeviitteitä. Lähdeviitteitä ei voi sattumanvaraisesti merkitä muutamiin kohtiin. Niiden johdonmukainen merkitseminen puolestaan tarkoittaisi useita kymmeniä viitteitä jokaiseen kirjan lukuun ja tekisi kirjan raskaslukuiseksi. Lähdeluettelo olisi itse kirjaa pitempi.

Toinen peruste on dokumentoinnin mahdottomuus. Tutkijan oletetaan usein olevan kävelevä tutkimuskirjasto, niin että kokonaiskuvan sijaan hänellä ajatellaan olevan päässään tuhansien tutkimusten Excel-taulukko, josta hän aina ottaa yhden tai muutaman tutkimuksen väitteensä tueksi. Kyse on kuitenkin tutkimustiedon pohjalta syntyneestä ymmärryksestä, jota ei ole enää mahdollista palauttaa tiedon yksittäisiin palasiin. Kun tutkija sanoo tutkimuksen osoittavan, se ei tarkoita yhtä tai muutamaa tutkimusta, vaan usein monien satojen tutkimustulosten konsensusta. Lisäksi nykyajan hakumenetelmillä lukijan on helppo myös itse hakea tarkempaa tietoa mistä tahansa tutkimusalueesta, vaikka nimenomaiset lähdeviitteet olisi lukemisen joustavuuden takia ohitettu.

Kiitän Heli Karhumäkeä alkukiinnostuksen herättämisestä tämän kirjan aiheeseen.

Kiitän valt. yo. Lauri Mentulaa, joka kirjoitti tätä kirjaa varten yksityiskohtaisen, yliopiston seminaarityön mittaisen

kuvauksen individualismin kehityksestä ihmisen kirjoitetun historian aikana. Kokonaan en voinut tätä kuvausta käyttää, vaan jouduin sitä lyhentämään, mutta kyseinen luku (V, 18. »Yksilöllisen ihmiskuvan synty») on viimeistä alalukua lukuun ottamatta Laurin tekstiä.

Kiitän Vuokko Hosiaa kielenhuollosta ja erinomaisesta kärsivällisyydestä muistuttaa yhä uudelleen suomen kielen pilkkusäännöistä, jotka olivat kirjoittajalta täydelleen hukassa vuosien englanninkielisen kirjoittamisen jälkeen.

Espoossa 16.6.2025

Liisa Keltikangas-Järvinen

I Maailman
onnellisin kansa

I. Onnelliset suomalaiset

Kansainvälinen *The World Happiness Report* nimesi Suomen vuonna 2025 jo kahdeksatta kertaa peräkkäin maailman onnellisimmaksi maaksi. Nimestään huolimatta raportti ei kuitenkaan mittaa onnellisuutta, vaan yhteiskunnan vakautta, tasa-arvoisia mahdollisuuksia, ihmisten luottamusta instituutioihin ja virkamiehiin, siis henkilökohtaisen onnentunteen sijasta olosuhteiden antamaa mahdollisuutta onnelliseen elämään ja ihmisten tyytyväisyyttä yhteiskuntaan. Kuuluminen maailman kärkeen on luonnollisesti ylpeyden aihe.

1960-luvun alussa tehtiin myös kansainvälinen »onnellisuus-tutkimus». Psykologiaan oli tullut uusi menetelmä, ns. Osgoodin mittari. Siinä joukko vastakkaisia tunteita, arvoja tai asenteita, kuten iloinen–surullinen, tyytyväinen–tyytymätön, ystävällinen–töykeä, asetetaan janan ääripäihin ja ääripäiden väliin 5-luokkainen asteikko, jolle vastaaja sijoittaa itsensä.

Tällä menetelmällä verrattiin viittä eurooppalaista maata, Italiaa, Espanjaa, Ranskaa, Tanskaa ja Suomea, toisiinsa. Suomi poikkesi muista maista tunneilmaisuuksissa. Suomalaiset olivat alakuloisin, pessimistisin, kateellisin ja vihamielisin tutkituista viidestä kansasta.

Jos ei ensin mainittu onnellisuusraportti mitannutkaan nimenomaan onnellisuutta, ei 1960-luvun tutkimuskaan kerro paljon siitä, miten kateellisia tai pessimistisiä suomalaiset ovat. Se kertoo siitä, miten kulttuuri on ohjeistanut ihmiset puhumaan tunteistaan, mitä tunteita saa olla ja miten tunteet tulee sanoittaa. Perinteisessä suomalaisuudessa tietty määrä pessimismii on edustanut tervettä järkeä, realismia ja kykyä ennakoida vaaroja. Vihamielisyysskään ei välttämättä tarkoittanut vihaa

vaan varovaista epäluuloa. Kateus on universaali tunne. Tuskin suomalaisilla on sitä sen enempää kuin muilla kansoilla.

Vaikka tutkimukset eivät lopulta olisikaan mitanneet juuri sitä, mitä niiden sanottiin mitanneen, on ero näiden kahden tuloksen välillä ilmeinen. Näyttäisi siltä, että 1960-luvulta on menty huimaa vauhtia parempaan.

Yhteiskunnallisen muutoksen suunta ei tilastojen valossa kuitenkaan ole välttämättä ollut onnettomasta onnelliseen, tyytymättömästä tyytyväiseen eikä epäluottamuksesta luottamukseen. Sen sijaan muutoksen voisi, vähän tarkoituksellisesti kärkeästäen, tiivistää myös kahdeksi samanaikaiseksi mutta vastakkaisiin suuntiin kulkevaksi kehityslinjaksi, paradoksien listaksi.

2. Kehityksen ristiriidat

Mielenterveys

Koskaan ennen ei ole ollut niin paljon puhetta mielen hyvinvoinnista eikä saatavilla niin paljon mielenterveyspalveluja kuin nykyään, ja kuitenkin mielenterveyden ongelmat ovat ajankohtaisempia kuin koskaan ennen.

Koskaan aiemmin ei ole ollut tarjolla nykyistä määrää tutkimustietoa siitä, mitä tarvitaan psyykkiseen hyvinvointiin ja mitä lapsi tarvitsee hyvään psyykkiseen kehitykseen ja aikuinen mielenterveyden ylläpitämiseen. Mielenterveyden ongelmien ymmärtäminen on lisääntynyt. Samoin on lisääntynyt avoin puhe ja hävinnyt tai ainakin vähentynyt mielenterveyden ongelmiin liittynyt stigma. Myös mielenterveyspalvelujen saatavuus on lisääntynyt.

Samaan aikaan ovat mielenterveyden häiriöt lisääntyneet. Suomessa joka kymmenes syö masennuslääkkeitä, ja Kelan tukemassa pitkässä terapiassa käyvien määrä on kolminkertaistunut kahdenkymmenen vuoden takaisesta. Mielenterveyden ongelmat ovat pitkien sairauslomien yleisin syy. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n tilastojen mukaan alle 35-vuotiaiden kaikista korvatuista sairauspoissaoloista yli 60 prosenttia johtuu mielenterveyden ongelmista.

Nuorten psyykkinen pahoinvointi on noussut uusiin lukemiin. Siitä kertovat sekä tilastot että kokemuspohjaisesti opettajat ja muut nuorten kanssa työskentelevät. Esitetään jopa, että vain 30 prosenttia nuorista ei ole koskaan kokenut edes ajoittaista mielen hyvinvointia haittaavaa masennusta. 40 prosenttia

nuorista kärsii ahdistuksesta ja 30 prosenttia toimintaa haittaavasta paniikkihäiriöstä. Luvut vähän vaihtelevat käytetyn lähteen mukaan, mutta lopputulemaksi jää, että nuoret, jotka eivät ole koskaan kokeneet mitään mielenterveyden ongelmia, alkavat olla vähemmistö.

Asiasta puhutaan toistaiseksi vain terveydenhuollon ongelmana, vaikkakin huolestuttavana ja kustannuksiltaan korkeana. Vielä ei ole havahduttu pohtimaan, mitä näinkin merkittävä psyykkisestä pahoinvoinnista johtuva työkyvyn aleneminen tarkoittaa laajemmin yhteiskunnan toimivuudelle. Kyse ei ole vain yksilön ongelmasta, joka hoituu psykoterapialla. Erityisesti opiskelijoiden korkeat luvut ovat havahduttavia tilanteessa, jossa ikäluokkien pieneneminen jo sinänsä uhkaa talouden tasapainoa.

Työuupumus

Koskaan ennen ei ole ollut näin paljon puhetta työhyvinvoinnista, eikä koskaan ennen ole kerrottu näin laajasta työuupumuksesta.

Koskaan aiemmin ei ole kiinnitetty samassa määrin huomiota työhyvinvointiin ja työviihtyvyyteen kuin nykyään eikä käytävissä ole ollut näin paljon tutkimustietoa ja saatavilla koulutusta ihmisläheisestä johtamisesta. Kun tutkija hakee tietoa, jo hakusana »johtajuus» löytää kansainvälisistä tietokannoista viimeisten kymmenen vuoden ajalta aiheesta yli 7 000 tutkimusta. Tiedosta ei siis ole pulaa. Suomalaista työterveyshuoltoa pidetään maailmalla esimerkillisenä.

Työuupumus on kuitenkin lisääntynyt. Uupumus ei ole yhteydessä työvuosien määrään. Se ei ole pitkän työuran aikaansaama väsymystä, sillä viimeisimpien raporttien mukaan uupumus on erityisen yleistä nuorilla, työuransa vasta aloittaneilla työntekijöillä, jopa opiskelijoilla, jotka ovat vasta astumassa työelämään.

Jos tällainen kehitys edelleen jatkuu, saatetaan tulla pisteeseen, jossa työuupumus ja mielenterveyden ongelmat ovat ilmeinen yhteiskunnan toimintakyvyn haaste. Nyt jo mietitään keinoja, miten saada työntekijät sitoutumaan työhönsä ja kiinnittymään vahvemmin työyhteisöön.

Myös kokemus työn mielekkyydestä on vähentynyt. *Hel-singin Sanomat* kertoi keväällä 2024 kansainvälisestä tutkimusraportista, jossa todettiin, että vain 23 prosenttia laajasta, erilaisista työntekijöistä koostuvasta joukosta oli tyytyväisiä työhönsä ja koki sen mielekkääksi. Elinkeinoelämän valtuuskunta puolestaan totesi viimeisimmässä selvityksessään, että $\frac{2}{3}$ työntekijöistä ei tee työtään sen elämän merkitystä lisäävän arvon takia vaan rahoittaakseen varsinaista elämää.

Johtajuus on pitkään ollut työelämän kehityskohde. Kuitenkin raportit sekä Suomessa että maailmalla kertovat toistuvasti, että enemmistö työntekijöistä katsoo huonon johtajuuden olevan pääsyy työpaikkansa ongelmiin.

Yksinäisyys

Vaikka nykyisen suuruinen sosiaalisten suhteiden verkosto ei ole ollut mahdollinen koskaan aiemmin, yksinäisyyden todetaan lisääntyneen.

Koskaan aiemmin ei ihmisellä ole ollut mahdollisuutta ylläpitää nykyisen laajuisia sosiaalisia verkostoja eikä vastaavaa ajasta ja paikasta riippumatonta mahdollisuutta sosiaalisiin kontakteihin, sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja muiden ihmisten taivoittamiseen.

Yksinäisyys on sekä somaattisen että mielenterveyden riski, ja se näyttää lisääntyneen. Aiemmin yksinäisyys oli tutkimusten valossa vanhuuden ongelma, joka selittyi ennen kaikkea elämäntilanteella. Yksinäisyys oli tosiasia, koska elämänkumppani ja ystävät olivat jo saattaneet menehtyä tai ihmisellä ei ollut enää halua eikä voimia hakeutua sosiaalisiin kontakteihin.

Nykyajassa on uutta, että yksinäisyys on kaikenikäisten ongelma. Keskellä aktiivisinta sosiaalista mediaa ja sen antamia mahdollisuuksia elävät nuoret kertovat yhdeksi suurimmista ongelmistaan ystävien puutteen ja yksinäisyyden. Useissa nuorisotutkimuksissa on yksinäisyys noussut kolmen vakavimman mielenterveyttä horjuttavan tekijän joukkoon, kun aiemmin vakavasta nuoruuden yksinäisyydestä raportoi pieni joukko masennukseen taipuvaisia tai jostain syystä oman elämänpiirinsä ulkopuolelle joutuneita nuoria.

Riippuvuus

Itsenäisyyden ihailu on ollut ikiaikainen suomalaisen kulttuurin arvo, avoin riippuvuus muiden hyväksynnästä on sen sijaan nykyajan tunnusmerkki.

Suomalainen kasvatuskulttuuri on aina korostanut itsenäisyyttä. Itsenäisyys ja riippumattomuus ovat tarkoittaneet persoonallisuuden vahvuutta. Itsenäisyys on ollut kasvatuksen keskeinen tavoite, ja lapsen itsenäisyyttä on ihailtu jopa siinä lapsen kehitysvaiheessa, jossa riippumattomuus aikuisista on pikemmin kehityksen häiriö kuin lapsen voimavara. Itseohjautuvuus otettiin koulumaailmassa tavoitteeksi jo siinä iässä, jossa se aivojen kehityksen mukaan ei ole edes mahdollista.

Voidaan väittää, että koskaan ennen ei riippuvuus muiden, jopa aivan tuntemattomien ihmisten hyväksynnästä ja hyväksynnän ja tykkäämisen hakeminen ole ollut yhtä voimakasta kuin nykyään, eikä se ole ennen ohjannut aikuisen käsitystä omasta itsestään nykyiseen tapaan.

Somemaailmassa lasketaan seuraajien lukumääriä ja peukutusten mukaan arvioidaan oman elämän onnistumista. Tykkäykset saattavat muuttaa jopa aikuisen ihmisen toimintaa ja arvomaailmaa: hän ryhtyy tavoittelemaan tykkäyksiä. Omat kokemukset, aamiaiset, rantalomat ja ulkomaanmatkat ovat

onnistuneita vasta sitten, kun ne on jaettu muiden kanssa ja niistä on tykätty.

Tykkäysten kerääminen lävistää koko yhteiskunnan. Ihminen ei selviä arjestaan, pankkiasioistaan, ostoksistaan, autonsa huollosta eikä teatterilippujen tilaamisesta raportoimatta, paljonko tykkäsi asioiden hoitamisesta ja ihmisistä, joiden kanssa asioi.

Persoonallisuussyrjintä

Koskaan ennen ei ole ollut näin voimakasta yksilöllisyyden korostamista, koskaan ennen ei ole ollut näin avointa persoonallisuussyrjintää.

Tuskin löytyy vastaväitteitä sille, etteikö yksilöllisyys olisi yhteiskunnan läpäisevä arvo. »Miten ymmärtää ihmisten erilaisuutta» on kuulunut tämän kirjan kirjoittajan kysytyimpiin luentoaiheisiin viimeiset kaksikymmentä vuotta. Oppilaitos mainostaa itseään »Sinun koulutus» siinä missä se ennen kertoi kaikille yhteisistä koulutusohjelmista. Yle Areena on »Sinun Areena», vaikka se ei tarjoa henkilökohtaisesti juuri sinulle yhtään mitään. Voit vain valita kaikille muillekin tarkoitetuista ohjelmista. »Sinun juttu» käy mainokseksi mihin tahansa.

On kuitenkin alue, johon tämä yksilöllisyyden ymmärtäminen ei ole ulottunut, vaan erilaisuuden hyväksyntä on mieluummin vähentynyt. Se on persoonallisuus. Paradoksi on ilmeinen. Edustavathan persoonallisuus ja temperamentti ihmisen syvintä yksilöllisyyttä. Temperamentti tekee ihmisestä yksilön, ylläpitää yksilöllisyyttä myös yhteisten normien alla ja varmistaa sen säilymisen myös kaikille yhteisissä kokemuksissa ja elämäntilanteissa.

Koskaan ennen ei persoonallisuuden piirteitä ole arvotettu niin vahvasti kuin nykyään. Aiemmin ihmistä arvioitiin hänen käytöksensä, siis hänen sanojensa tai tekojensa mukaan. Käytös

oli sopivaa tai sopimatonta, ei ihminen. Sitä mukaa kuin puhe yksilöllisyydestä ja erilaisuuden ymmärtämisestä on lisääntynyt, on kapeutunut odotusarvo siitä, millainen ihmisen tulisi olla persoonallisuudeltaan, mikä on toivottavaa, mikä kaikki on normaalia.

Persoonallisuuden piirteitä on ryhdytty jakamaan hyviin ja huonoihin ennakkoluulojen ja stereotyypioiden pohjalta. Ei riitä, että piirteet on arvotettu, vaan ei-arvostettuja ominaisuuksia on ryhdytty medikalisoimaan eli antamaan niille lääketieteellisiä diagnooseja. Ensin nostettiin arvoksi se, että ihmisen tulee olla sosiaalinen, eikä vain sosiaalinen, vaan tietyllä, yleisesti hyväksytyllä tavalla sosiaalinen. Jos joku on jollain muulla tavalla sosiaalinen tai ei ollenkaan sosiaalinen, ei lähdetty laajentamaan sosiaalisuuden käsitettä tai lisäämään erilaisuuden ymmärrystä, vaan erilaisuus osoitetaan medikalisoimalla ilmiö, määrittelemällä se lääketieteen termein.

Arvotus alkaa jo päiväkodista. Niin paljon kuin lapsen yksilöllisyydestä ja erilaisuuden ymmärtämisestä puhutaan, lapsen kuitenkin odotetaan olevan mieluummin rohkea, puhelias, aktiivinen, tilan ottava ja puolensa pitävä kuin ujo, arka ja vetäytyvä. Tähän normiin lapsen persoonaa, osin asiaa edes tiedostamatta, muokataan samalla kun kerrotaan, että jokainen hyväksytään juuri sellaisena kuin on. Erään kokeneen lastentarhanopettajan sanoin: »Meillä hyväksytään jokainen lapsi yksilönä, kunhan hän on yksilö samalla tavalla kuin kaikki muutkin lapset ovat yksilöitä.»

Koulussa lapsen temperamentti tai persoonallisuus pääsevät tuntiaktiivisuutena vaikuttamaan hänen arvosanoihinsa, vaikka virallisesti temperamentti ei saisi vaikuttaa arvosanaan. Jos temperamentti on ympäröivän yhteiskunnan arvostusten vastainen eli ujo, varautunut ja vetäytyvä, on oppilaan vaikeampi saada korkeinta arvosanaa kuin rohkean ja aktiivisesti kaikessa mukana olevan oppilaan, vaikka aktiivisuudella ei lopulta olisi mitään tekemistä osaamisen kanssa.

Mitä tehdä, kun yksilöllisyys muuttuu itsekkyydeksi?

Minäkeskeisessä maailmassa ihmisen odotetaan keskittyvän ennen kaikkea itseensä. Täytyy rakentaa brändiä, kerätä seuraajia ja näyttää kaikille, että menestys on omissa käsissä. Jos menestystä ei tule, sekin on oma vika.

Tämänhetkisessä kulttuurissamme monet aiemmin narsismin häiriöön kuuluviksi katsotut piirteet ovat muuttuneet hyväksyttäviksi. Kun ihminen yrittää toimia yltyöyksilöllisyyttä suosivien ihanteiden mukaan, hän alkaa voida huonosti. Huonosti menee myös yhteiskunnalla, kun ponnistelu yhteisten asioiden hyväksi ei enää kiinnosta. Miten tähän on tultu ja miten voimme kääntää kehityksen suunnan?

Liisa Keltikangas-Järvinen pureutuu minäkeskeiseen elämäntapaamme, avaa itsekkyyden nousun taustoja, kertoo itsekeskeisyyden yllättävistäkin vaikutuksista ja näyttää suuntaa kohti terveempää kulttuuria.

Liisa Keltikangas-Järvinen on mittavan uran tehnyt psykologian emeritaprofessori, temperamenttitutkimuksen uranuurtaja ja suosittu tiedon popularisoija. Lue tarkempi kirjailijaesittely teoksen viimeiseltä sivulta.

Etukannen kuva: David Malan/Getty Images
Kansisuunnittelu: Nina Leino/PdeR

