

HYVINVOINTI KOETTUNA, KUVATTUNA JA TULKITTUNA

ISBN 978-951-39-9626-0

JYU Studies 3

ISSN 2814-8843

<http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9626-0>

<https://doi.org/10.17011/jyustudies/3>

Jyväskylän yliopisto 2023

Kohti psykoosia ja sen yli! Mielenterveysmeemit ja hyvinvoinnin tulkintojen etiikka

Reeta Karjalainen, Saara Jäntti ja Saara Särmä

Viittausohje

Karjalainen, Reeta, Saara Jäntti ja Saara Särmä. 2023. "Kohti psykoosia ja sen yli! Mielenterveysmeemit ja hyvinvoinnin tulkintojen etiikka". Teoksessa *Hyvinvointi koettuna, kuvattuna ja tulkittuna*, toimittaneet Annika Tammela, Pilvi Hämeenaho, Johanna Eronen ja Jari Eilola, 143–163. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. <https://doi.org/10.17011/jyustudies/3>

To cite this article

Karjalainen, Reeta, Saara Jäntti and Saara Särmä. "Kohti psykoosia ja sen yli! Mielenterveysmeemit ja hyvinvoinnin tulkintojen etiikka". In *Hyvinvointi koettuna, kuvattuna ja tulkittuna*, edited by Annika Tammela, Pilvi Hämeenaho, Johanna Eronen and Jari Eilola, 143–163. Jyväskylä: University of Jyväskylä. <https://doi.org/10.17011/jyustudies/3>



© Kirjoittajat ja Jyväskylän yliopisto. Julkaistu Creative Commons -lisenssillä CC BY-NC 4.0.

© Authors and University of Jyväskylä. Published under Creative Commons CC BY-NC 4.0 license.

9. KOHTI PSYKOOSIA JA SEN YLI! – MIELENTERVEYSMEEMIT JA HYVINVOINNIN TULKINTOJEN ETIIKKA



Reeta Karjalainen, Saara Jäntti ja Saara Särmä

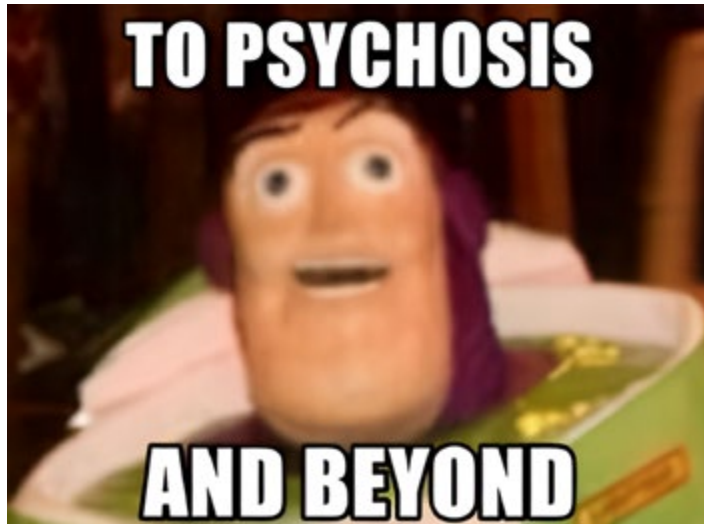
Sosiaalisessa mediassa viraalisti leviävissä huumorikuissa eli meemeissä käsitellään yhä enenevässä määrin myös mielenterveyttä. Meemit heijastelevat ja tuottavat kulttuurisia käsityksiä mielenterveydestä, sen hoidosta ja merkityksistä. Tässä artikkelissa paneudutaan mielenterveysmeemien tutkimiseen liittyviin tutkimuseettisiin ja metodologisiin kysymyksiin erityisesti etnografian ja multimodaalisen diskurssianalyysin näkökulmasta. Erilaiset lähestymistavat tuottavat erilaista tietoa meemeistä ja niiden tekemiseen ja jakamiseen liittyvistä tekijöistä, ja asettavat erilaisia haasteita tutkimukselle ja aineistosta tehtäville tulkinnoille. Myös meemeissä viljelty usein mustakin huumori lisää niiden monitulkintaisuutta. Erilaisten tulkintojen mahdollisuuksien avaaminen tutkimuksen kontekstissa antaa myös laajemmalle yhteiskunnalle ja esimerkiksi sosiaalisen median ja terveydenhuollon toimijoille pohdittavaa mielenterveyteen liittyvien representaatioiden tulkinnan rajoista ja tavoista.

Johdanto

Otetaan tämän artikkelin alkuun pieni ajatusleikki. Jos joku läheisesi tai tuttavasi lähettäisi sinulle alla olevan kaltaisen meemikuvan, mikä olisi reaktiosi? Nauraisitko? Samaistuisitko kuvaan? Olisitko huolestunut kyseisen ihmisen terveydentilasta ja hyvinvoinnista? Pohtisitko kuvan soveliaisuutta? Pahoittaisitko mielesi siitä, miten kuvassa vitsaillaan vakavalla aiheella ja psykoosin kokeneiden ihmisten kustannuksella? Mahdollisia tapoja reagoida kuvaan on lukemattomia, ja tätä meemiä voi tulkita monin eri tavoin riippuen omista kokemuksista ja näkemyksistä mielenterveyteen liittyen, ja siitä miten omassa kulttuuripiirissä keskustellaan mielenterveydestä. Mielenterveys itsessäänkin on hyvin laaja käsite, jonka alla voidaan käsitellä niin psykoosisairauksia, neuroepätyypillisyyttä, kansantaudeiksi muodostuneita masennusta ja ahdistusta tai nimeämätöntä pahaa oloa ja poikkeavuutta normeista. Internetkulttuurille tyypilliset meemit esittävät näitä mielenterveyden eri puolia luovasti ja humoristisesti, mikä tulkinnasta riippuen voi näyttäytyä esimerkiksi samaistuttavana tai mauttomana.

Mielenterveysmeemien tulkintoihin ja tutkimiseen liittyy monitahoisia eettisiä kysymyksiä, jotka tutkimuksessa kietoutuvat läheisesti metodologiaan. Tässä artikkelissa avaamme mielenterveysmeemien maailmaa ja erilaisia lähestymistapoja, joilla mielenterveysmeemejä voi tutkia. Pohdimme niiden mahdollistamia tulkintoja meemeistä tutkimuseettisestä näkökulmasta. Pohdimme myös tutkijan positiota meemitutkimuksessa ja sitä, miten mielenter-

veysmeemit vaikuttavat mielenterveyden kulttuuriseen käsittelyyn ja haasteita, joita se asettaa niiden tulkinnalle niin tutkimuksessa kuin yleisestikin. Siis kohti psykoosia – ja sen yli.



Tausta

Terveystä ja hyvinvoinnista keskustellaan yhä enemmän internetin välityksellä. Virallista, hoitavien tahojen ja esimerkiksi mielenterveysjärjestöjen tarjoamaa tietoa mielenterveydestä, psyykkisistä sairauksista ja niiden diagnosoinnista on nykyään laajasti saatavilla internetissä, ja aikaisemmin tabuna pidetty mielenterveys on päivittäin esillä myös sosiaalisen median sisällöissä ja keskusteluissa. Sosiaalisen median on pelätty vaikuttavan negatiivisesti erityisesti nuorten mielenterveyteen (Kelly 2019), ja sosiaalisen median eri alustat pyrkivät jossain määrin rajoittamaan mielenterveysongelmiin ja itsetuhoisuuteen liittyvää sisältöä esimerkiksi kannustamalla käyttäjiä raportoimaan huolestuttavia päivityksiä. Mielenterveysongelmista keskustelu sosiaalisessa mediassa on kuitenkin käyttäjien kokemusten mukaan tärkeää, ja se voi edistää hyvinvointia: internet-yhteisöistä voi saada vertaistukea ja jopa konkreettista apua erityisesti tilanteissa, jolloin virallisen hoitotahon apu on riittämätöntä tai saavuttamattomissa (Lavis ja Winter 2020, 846). Toisaalta, koska ihmiset viettävät yhä enemmän aikaa sosiaalisen median parissa on osa mielenterveystyöstä siirtynyt sinne¹, kun monet mielenterveyden ammattilaiset, kuten terapeutit, lääkärit ja järjestöt ovat alkaneet tuottaa aktiivisesti sisältöjä sosiaalisen mediaan.

1. Joitakin esimerkkituloja Instagramista: Mieli ry 35,600 seuraajaa; nuorten aikuisten mielenterveysaktivismi Koala-ryhmä n. 900 seuraajaa; 'uuden sukupolven terapeutit' mm. Emilia Kujala tunteellaemiliakujala 14,300 seuraajaa, Katarina Meskanen psykat_fi n. 7,000 seuraajaa; mielenterveyden professori Anna Keski-Rahkonen n. 2,600 seuraajaa; lääkäri Anni Saukkola (käsittelee mielenterveyttä muiden terveysaiheiden ohella) 40,500 seuraajaa. Mielenterveysvaikuttajiksi nimeämämme tahot saattavat kertoa hyvinkin avoimesti mielenterveysongelmistaan tai mielenterveyshistoriastaan ja heidän sosiaalisen median kanaviinsa kommenttikenttineen muodostuu myös vertaistukiverkostoja. Myös useat muut somevaikuttajat kertovat avoimia mielenterveysongelmistaan julkisesti.

Sosiaalisessa mediassa mielenterveyttä käsitellään tekstien lisäksi yhä enemmän kuvien avulla. Erityisesti Instagramin lisääntyneen suosion myötä kuvallinen viestintä selfeistä tekstiperustaisiin mutta kuvamuotoisiin julkaisuihin on havaintojemme perusteella muodostumassa merkittäväksi mielenterveysviestinnän tavaksi. Kuvallisen viestinnän määrä on ylipäättään kasvanut räjähdysmäisesti kuluvalle vuosituhatkannalla. Kuvat kiertävät maailman laidalta toiselle ennennäkemättömällä nopeudella ja volyymilla. Tähän visualisoituvan sosiaalisen median ja internetin viestintäkuulttuuriin kuuluu merkittävänä osana meemit. Termi ”meemi” viittasi alun perin ajatusten viraaliin leviämiseen ja muuntautumiseen ihmisten ja yhteisöjen välillä (Dawkins 1976), mutta nykypäivänä meemit mielletään useimmiten internetissä leviäviksi humoristisiksi videoiksi, vitseiksi tai kuviksi (Shifman 2013, 2). Meemi voi yhtäältä olla mitä vain informaatiota, joka viraalisti levitessään muuttaa muotoaan, jolloin kyse on laajemmin koko viestintäkuulttuurin rakenteellisesta muutoksesta memeettiseksi (Kien 2019). Kuva-muotoinen viestintä on tehty jaettavaksi ja sosiaalisen median sisällöt leviävät myös alustalta toiselle. Mielenterveysvaikuttajien someviestintää voisikin tutkia memeettisenä viestintänä, mutta tässä artikkelissa keskitymme tarkastelemaan erityisesti huumoria hyödyntäviä mielenterveysmeemejä.

Tyypillisimmin ja erityisesti arkiymmärryksessä meemi on valokuvan tai piirroksen ja tekstin yhdistelmästä syntynyt multimodaalinen huumorikuva, joka leviää ja muokkautuu internetin yhteisöissä ja leviää alustalta toiselle. Saman kuvan, tekstin, vitsin tai teeman pohjalta voi syntyä satoja, jopa tuhansia eri meemejä.² Keskitymme tässä artikkelissa tällaisiin arkiymmärryksen mukaisiin humoristisiin meemeihin, sillä huumori on yleisemminkin tärkeä osa mielenterveysaiheiden käsittelyä internetissä. Esimerkiksi kulttuurintutkimuksessa mielenterveydestä saatetaan puhua laajemmalla, mielen poikkeuksia myös muista kuin terveysnäkökulmasta lähestyvän hulluuden ja hulluustutkimuksen käsitteillä. Hokkanen (2020) esittääkin, että hulluudesta on vitsailtu suomalaisissa internet-ympäristöissä jo 2000-luvun alusta lähtien, ja että absurdilla hulluushuumorilla on ollut tärkeä rooli sekä yksilötason hullutuksessa että yhteiskuntakritiikissä. Ennen sosiaalisen median aikakautta hulluushuumoria levitettiin esimerkiksi sähköpostin kiertokirjeinä ja printteinä työpaikkojen kahvihuoneessa. (Hokkanen 2020.)

Levinneisyyden ja huumorin lisäksi meemit todentavat sosiaalisessa mediassa yleistä uudelleen merkityksellistämisen prosessia (resemiotization, Leppänen ym. 2014, 7), jossa kulttuurin palasia kontekstualisoidaan uudelleen muodostaen uusia merkityskokonaisuuksia. Meemeissä uudelleenmerkityksellistämisestä itsestään syntyy usein huumoria, sillä meemeissä tyypillisesti yhdistellään toisistaan alun perin hyvinkin irrallisia mutta toistuvia kuvia, tekstejä, vitsejä, teemoja, konsepteja ja populaarikulttuurin viittauksia; ja lopputulos on usein pelkässä absurdiudessaan naurettava. Tämä on yleistä myös tarkastelemissamme mielenterveyttä kuvaavissa meemeissä, joissa mielenterveysongelmia ja niihin liittyviä synkkiä aiheita ja konsepteja yhdistetään esimerkiksi lastenohjelmista otettuihin kuvakaappauksiin. (Esimerkkikuvat 1 ja 5).

2. Tässä artikkelissa käytämme meemin käsitettä kuvaamaan niin yksittäistä meemikuvaakin kuin yksittäisistä kuvista muodostuvaa suurempaa kokonaisuutta. Toistuva elementti voi olla esimerkiksi aihepiiri, lausahdus, käsite tai kuvan muoto. Esimerkiksi yhdysvaltalaispolitiikko Bernie Sandersista presidentti Joe Bidenin virkaanastujaislauluudessa otetusta lakonisesta kuvasta tehdyt muokkaukset ovat kaikki omia meemejään yksittäin, mutta tietyn toistuvan elementin mukaan voidaan määritellä kaikkien näiden kuvien yhdessä muodostama kokonaisuus Bernie-meemiksi. Tietty toistuva elementti, tässä tapauksessa Bernien kuva, yhdistää yksittäiset meemikuvat saman meemikategorian alle.

Mielenterveysmeemien määrä ja suosio on kasvanut viime vuosina. Koronapandemian aikana psykososiaalisia ongelmia käsittelevät meemit alkoivat yhä useammin päätyä myös valtavirran viestintäkanaviin perinteisen median nostaessa aiheita sosiaalisesta mediasta. Nykyisessä hybridissä mediaympäristössä sosiaalinen media ja perinteinen media muodostavat huomiokoneen, joka kierrättää materiaalia ja keskustelunaiheita alustalta toiselle kiihtyvällä vauhdilla samalla kasvattaen niiden huomioarvoa (ks. esim. Uusitalo ja Valaskivi 2020). Esimerkiksi Suomessa *Helsingin Sanomien Nyt*-liite tekee toistuvasti juttuja meemeistä. Muun muassa maaliskuussa 2021 siinä julkaistiin artikkeli ylioppilaskirjoituksia käsittelevästä Instagram-meemitilistä, jonka ylläpitäjä toteaa meemien toimivan vertaistukena, piristäjänä ja kanavana pahan olon käsittelylle (Jokinen 2021).

Meemit tavoittavat päivittäin miljardeja ihmisiä, eivätkä mielenterveysmeemit ole tässä poikkeus. Esimerkiksi Instagramissa aihetunnisteen (hashtag, #) #mentalhealthmeme alla on tämän artikkelin kirjoittamisen hetkellä yli 81 000 julkaisua³ ja eri mielenterveysteemaisilla Instagram-tileillä on yhteensä miljoonia seuraajia. Sosiaalisen median alustojen lisäksi mielenterveysmeemit ovat suosiossa etenkin anonyymeillä internet-alustoilla (Shelton ym. 2015, 8). Esimerkiksi kuvanjakopalvelu Imgurissa jaetaan lastenohjelmista ja piirretyistä otettujen kuvakaappausten pohjalta luotuja meemejä. Julkaisuja ”upvotetaan” (peukutetaan), jaetaan ja kommentoidaan laajasti eri alustoilla ja eri alustojen välillä. Mielenterveysmeemien huumori, luovat intertekstuaaliset eli muihin teksteihin kulttuurin osasiin nojaavat viittaukset, mielenterveysongelmien esitystavat sekä yhteiskunnallinen kritiikki tuovat meemeihin samaistumispintaa. Mielenterveysmeemit eivät kuitenkaan ole yhtenäinen genre, sillä huumori, mielenterveysongelmat sekä sosiaalisen median käyttö ja osallisuus internetissä ovat monitasoisia ja sukupuolittuneita ilmiöitä (Jäntti ym. 2018, 890).

Tässä artikkelissa avaamme mielenterveysmeemeihin, niiden jakamiseen, tulkitsemiseen ja tutkimiseen liittyviä eettisiä kysymyksiä aiemman tutkimuksen, Reeta Karjalaisen väitöskirja-aineistosta esiin nostamiemme esimerkkimeemien sekä Saara Särmän MEME-POL-tutkimushankkeessaan tekemien Instagram-kenttätöyhavaintojen avulla. Sivuaamme myös mielenterveysaiheiden ja sosiaalisen median sisällön tutkimukseen sekä tutkimuksen julkaisuun liittyviä ongelmia yleensä. Tämä liittyy artikkelimme tutkimuseettisistä kysymyksistä Suomessa parhaillaan käytävään vilkkaaseen keskusteluun, jossa haetaan rajoja ja pelisääntöjä aineistojen kokoamista, saatavuutta ja jaettavuutta, säilytystä ja julkaisemista koskeviin, mm. uudistuneeseen tietosuojalainsäädäntöön ja tutkimuksen eettiseen ohjeistukseen liittyen (TENK 2018; Euroopan parlamentin ja neuvoston asetus (EU) 2016/679, yleinen tietosuoja-asetus).

3. Tämä luku on vain yhdenlainen indikaattori mielenterveysmeemien suosiolle, se ei kerro mitään kovin definitiivistä tai tarkkaa, sillä Instagram sekä poistaa sisältöjä että estää niiden näkyvyyttä ns. shadow ban -tekniikalla, jolloin tietyt tilit tai julkaisut eivät näy missään haussa. Tämän vuoksi sosiaalisen median aineistoista voi olla hankala tehdä kovin pitviä johtopäätöksiä, mutta tarkastelemalla eri aihetunnisteilla löytyvien julkaisujen määrää, voidaan niiden suosiosta sanoa jotain. Esimerkiksi #mielenterveys 54 000, #mielenterveysmeemi alle 100, #mentalhealth 28,6 milj., #mentalhealthawareness 12,8 milj., #mentalhealthmatters 5,3 milj. Toisaalta, kun kirjoittaa hakukenttään #depressionmeme, ei saa tuloksia vaan: ”Can we help? Posts with words you’re searching for often encourage behavior that can cause harm and even lead to death. If you’re going through something difficult, we’d like to help.” jonka alla vaihtoehdot Get support ja See results. Tuloksia melkein 75 000, #depressionmemesarethebest 57 000, #depressionmemes4life 24 000

Meemit ja mielenterveyden kulttuurisuus

Koska meemit ovat yhä keskeisempi osa internetkulttuuria ja digitaalista viestintää, niiden merkitys mielenterveyden kulttuurisina esitysmuotoina kasvaa. Tavat ilmaista, kategorisoida, hoitaa ja kohdata sairauksia ja mielenterveysongelmia ovat sidoksissa aikaan, paikkaan ja kulttuuriin (esim. Hacking 1998; Honkasalo 2008, 12; Rose 2019). Mielenterveyttä ja siihen liittyviä ilmiöitä tutkitaan yhä enemmän myös historian, kirjallisuuden ja kulttuurintutkimuksen kentillä, mikä on tuonut uusia näkökulmia mielenterveysongelmien kokemisen, hoidon ja kohtaamisen käytäntöihin, kulttuurisuuteen ja historialliseen muotoutumiseen (esim. Ahlbeck ym. 2015; Jäntti ym. 2019; Kinnunen 2020; Ovaska, 2020; Pietikäinen 2013, 2020). Myös diagnoosien määrä kasvaa, ja mielenterveysongelmia diagnosoidaankin jatkuvasti enemmän, mikä liittyy nykykulttuurin ilmiöihin kuten diagnostisoitumiseen, medikalisaatioon, terapisoitumiseen ja yksilöllistymiseen (Brunila, 2014; Brunila ym. 2021; Conrad 2007, Ecclestone ja Brunila 2015; Brinkmann 2016, 7; Rose 2003, 47). Meemit osallistuvat näihin prosesseihin ja heijastelevat niitä. Mielenterveysaiheisia meemejä tutkimalla voidaankin saada tärkeää tietoa mielenterveyteen liittyvistä ilmiöistä, kokemuksista, käytänteistä sekä instituutioista.

Mielenterveysmeemin keskiössä on usein minäkertoja ja hänen kokemuksensa ristiriidasta tilanteen vaatimien tai itselle asetettujen odotusten kanssa. Esimerkiksi masennusta ja ahdistusta käsittelevissä meemeissä aiheena on usein näiden tunteiden kokeminen erilaisissa tilanteissa. Usein vastakkain ovat reipas, aikaansaava ja sosiaalinen ideaaliminä sekä masentunut, saamaton, ujo, vetäytyvä ja pelokas todellinen minä. Masennus ja ahdistus voidaan esimerkiksi personoida julkisuuden henkilöksi tai eläimeksi, joka hyökkää meemin minäkertojan kimppuun. Mielenterveysmeemien huumori syntyy aiheen synkkyyden ja käsiteltävän intertekstuaalisten eli tekstien tai muiden semioottisten merkkien välisten viittaussuhteiden luomasta ristiriidasta, ja se kutsuu samastumaan minäkertojan tilanteeseen. Meemeissä myös kommentoidaan esimerkiksi terapeutteja ja terapiatilanteiden aiheuttamia suorituspaineita ja odotuksia sekä sitä, miten terapeutteja voidaan haluta esimerkiksi miellyttää tai suojella. Jonkin verran meemeissä kommentoidaan myös yhteiskunnan aiheuttamia suorituspaineita. Meemeissä siis käsitellään huumorin avulla niin mielenterveysongelmien kokemuksellisuutta, hoitoa kuin kulttuurisuuttakin. Multimodaalinen esitystapa mahdollistaa näiden teemojen käsitteilyn ruumiillisina ja tilanteisina kohtaamisina, joissa meemien tekeminen on yksi tapa käsitellä mielenterveysongelmia – ja joskus jopa vaihtoehto terapialle. Mielenterveysaiheiset sosiaalisen median päivitykset saavat myös osakseen enemmän kommentteja, positiivista palautetta, neuvoja ja tukea osoittavia reaktioita muilta käyttäjiltä kuin muut päivitykset (Nicholas, Sandersan ja Larsen 2020, 2–3). Tämä voi osaltaan selittää mielenterveysmeemien suosiota ja sitä, että meemien ympärille muodostuu usein tiiviitä yhteisöjä ja jopa tukiverkostoja.

Mielenterveysmeemit ovat myös yksi selkeä osoitus julkisen intiimin (public intimacy, Berlant 2008) alueen kasvamisesta, sillä niissä käsitellään julkisesti aiemmin hyvin yksityisinä ja stigmatisoivina pidettyjä kokemuksia. Toisaalta internetin anonyymit alustat mahdollistavat arkojen asioiden jakamisen ja paljastamisen (disclosure, Shelton ym. 2015, 5) jaoteltuna ja palasteltuna monen eri anonyymin tilin ja persoonan alle.



Esimerkki 2 meemien kautta tehdystä paljastuksesta. Yllä olevassa meemissä todennetaan intertekstuaalisuutta ja uudelleenmerkityksellistämistä yhdistämällä ylin teksti pysäytyskuvaan yhdysvaltalaisesta *It's Always Sunny in Philadelphia* -komediasarjasta. *It's Always Sunny in Philadelphia* on eräänlaisessa kulttimaineessa internetissä, ja sarjasta otettuja kuvakaappauksia, vuorosanoja ja vitsejä kiertääkin meemimuodossa. Kyseisessä 2000-luvun puolivälissä alkaneessa sarjassa on paljon mustaa ja absurdia huumoria, ja henkilöhahmot ovat usein käytökseltään hyvin epämiellyttäviä ja irrationaalisia. Sarjan hahmoista Charlie esiintyy meemissä vasemmalla. Tässä esimerkissä käsitellään myös mielenterveysmeemien kanssa kommunikointia laajemmin. Meemissä nimeämätön he (them) kysyy meemin ns. päähenkilöltä, miksi tämä ei ilmaise itseään terveellisillä tavoilla, joihin ei liity meemiä. Meemin puhuja vastaa kuvalla, jossa Charlie sanoo olevansa korviaan myöten psyykkisesti vaurioitunut. Myös ilman tv-sarjan kontekstia meemissä käy selväksi, mitä meemin puhuja tarkoittaa; meemissä esiintyvä henkilö kokee olevansa liian rikki kommunikoidakseen ja ilmaistakseen tunteitaan ns. normaalilla ja terveellä tavalla. Charljen hahmon tunteminen kuitenkin tuo meemiin lisätasoa. Charlie on kenties *It's Always Sunny in Philadelphia* n traagisimpia ja sympaattisimpia hahmoja – ironisesti Charlie on se, jota sarjan muut hahmot jatkuvasti piinaavat ja pilkkaavat. Meemiin on siis valittu hahmo, johon mielenterveysongelmia kokevat ihmiset voivat todella samaistua.

Mielenterveysmeemien ja mielenterveysaiheiden tutkimiseen sosiaalisessa mediassa yleensä, tutkimustulosten raportointiin ja julkaisuun, jakamiseen ja tulkitsemiseen liittyy monia eettisiä kysymyksiä. Nämä liittyvät tutkimusasetelmaan ja erilaisiin aineistonkeruumenetelmiin sekä analyysimetodeihin. Meemejä on tutkittu monien laadullisten ja määrällisten aineistonkeruu- ja analyysimenetelmien avulla ja myös mielenterveysmeemien ja mielenterveysaiheisten

sosiaalisen median päivitysten kohdalla tutkimusasetelmia on ollut monia. Esimerkiksi Ask ja Abidin (2018) tutkivat Facebookista kerättyjä opiskelijoiden ongelmiin liittyviä meemejä sisällönanalyysin avulla ja Hokkanen (2020, 7) keräsi aineistonsa laajasta digitaalisesta arkistosta eri hakusanoja kokeilemalla ja kehittämällä, analysoiden muodostunutta aineistoa sitten sisällönanalyysillä.

Tässä artikkelissa tarkastelemme meemitutkimuksen kvalitatiivisia menetelmiä keskittyen multimodaaliseen diskurssianalyysiin (Kress 2014) ja internetetnografiaan/digitaaliseen etnografiaan (esim. Varis 2016) ja selvennämme näihin liittyviä eettisiä ongelmia. Keskeinen ero lähestymistapojen välillä on, että etnografisessa tutkimuksessa mielenkiinnon kohteena ja tutkimuksen fokuksessa ovat yhteisöt ja niiden toimintatavat sekä yhteisöjen jäsenten toiminnan antamat merkitykset, kun taas multimodaalinen diskurssianalyysi keskittyy lähinnä representaatioiden laajemmassa kulttuurisessa kontekstissa tuottamiin merkityksiin käsiteltävästä ilmiöstä, kuten tässä mielenterveydestä. Meemien analyysimetodina multimodaalisessa diskurssianalyysissä siis keskitytään kuviin ja teksteihin ja niiden muodostamaan kokonaisuuteen (Yus 2019), kun taas internetetnografiassa tutkimuskohteina ovat usein myös laajempi internetalustan konteksti, yhteisö, kommentit ja viestintä. Näitä kahta metodia voi tosin käyttää myös limittäin ja erottelu on usein haastavaa; esimerkiksi internetetnografian avulla kerättyä aineistoa voi analysoida myös MCDA:n avulla. Kuten Pink ym. (2015) toteavat, etnografia lähestymistapana on kuitenkin aina kytköksissä tutkimusta ohjaavaan, taustatieteenalaan kytkeytyvään teoreettiseen viitekehykseen. Tässä artikkelissa nivomme meemien tulkinnan erityisesti huumoria käsitteleviin teorioihin.

Aineiston keruu

Se, miten, mistä ja mitä tietoja tallentaen aineistoa kerätään alati muuttuvasta sosiaalisen median kentästä, on keskeinen tutkimuseettinen ja metodologinen kysymys. Esimerkiksi mielenterveysmeemejä käsittelevässä väitöskirjatutkimuksessaan, josta aineistoesimerkkimme ovat peräisin, Reeta Karjalainen kerää aineistoa Instagramista eri mielenterveyteen keskittyvien Instagram-tilien ja aihetunnisteiden alta sekä kuvanjakopalvelu Imgur.comin ”most popular”-sivulta mielenterveysmeemejä paikantaen. Aineiston keruussa hyödynnetään myös ”käänteistä lumipallometodia” (Särmä 2014, 99), jonka mukaan aineistonkeruu aloitetaan yhdeltä alustalta, mutta linkkejä toisiin sivustoihin seurataan lumipallomaisesti. Käänteisenä lumipallona aineisto tulee tutkijan luo, kun sosiaalisen median kontaktit jakavat sisältöjä omissa kanavissaan sekä tutkijalle suoraan pyynnöstä tai pyytämättä. Aineisto eli eri alustoilta kerättyjen meemien kokonaisuus on heterogeeninen, ja kun analyysimetodina on multimodaalinen diskurssianalyysi, tutkimuskohteena on meemien sisältö. Niiden suhde tekijöihin, julkaisijoihin, alustaan, internetyhteisöön tai meemien kommentteihin ei ole tutkimuksen keskiössä. Multimodaaliseen diskurssianalyysiin liittyy esimerkiksi tekijänoikeuksia koskevia tutkimuseettisiä ongelmia, mutta esimerkiksi henkilötietoihin liittyviä ongelmat eivät ole samalla tavalla läsnä kuten esimerkiksi internet-etnografiassa, jolloin myös meemien kommenttien tunnistamisen mahdollisuuden minimointi on otettava huomioon. Aineistonkeruussa kuitenkin väistämättä syntyy tietoa myös tileistä, joilla meemejä julkaistaan ja käsityksiä niiden ylläpitäjistä. Valaisemme menetelmien ominaisia eettisiä kysymyksiä seuraavan esimerkki-meemin avulla.



Esimerkkikuva 3 on eräältä suosituilta Instagram-tililtä, jonka päivitykset keskittyvät mielen-terveysongelmia kuvaaviin meemeihin. Tilin meemeissä esiintyy usein kuvia 80- ja 90-lukujen vaihtoehtorock-muusikoista (esimerkissäkin Nick Cave and the Bad Seeds -yhtyeen keulakuva Nick Cave), joiden tummanpuhuvat tyylit liitetään humoristisesti mielen-terveysongelmiin, arjen hankaluuksiin ja koronapandemian tuomaan yksinäisyyteen. Vaikka kyseinen tili on julkinen, on Karjalainen väitöskirjatutkimustaan varten kysynyt tilin luojalta lupaa käyttää hänen meemejään tutkimusaineistona. Tili on tutkimuskohteena ainoastaan meemien ja niiden mielen-terveyttä koskevien esitystapojen osalta, ja niiden suhdetta mielen-terveyteen kulttuurisena ilmiönä analysoidaan multimodaalisen diskurssianalyysin avulla. Tietoja meemien tekijästä ja tilin ylläpitäjästä ei tarvitse kerätä eikä niitä käytetä analyysissä. Meemien tekijän mahdollisia diagnooseja, henkilökohtaisen elämän yksityiskohtia tai edes muuta somepersoonaa ei myöskään pohdita tutkimuksessa, eivätkä meemijulkaisujen kommentit tai meemitilin ympärille muodostunut yhteisö ole osa aineistoa tai tarkastelun kohteina. Analyysi keskittyy ainoastaan kuvaan ja sen sisältöön, ja siihen, miten meemin kuvat ja tekstit itsessään kuvaavat mielen-terveysongelmia ja niiden kanssa elämistä ilman, että tuotaisiin esiin meemin tekijän tai jakajan diagnooseja, henkilökohtaisen elämän yksityiskohtia tai asemaa sosiaalisessa mediassa. Koska myöskään meemipäivityksiin liittyviä kommenttikenttiä ei tutkita tai tuoda julki, ei kommenttikenttien arkaluontoiseen sisältöön liittyviä eettisiä yksityisyyskysymyksiä tarvitse pohtia.

Multimodaalinen diskurssianalyysi ei kuitenkaan ole menetelmänä ja lähestymistapana ongelmaton. Tekijänoikeudet ja aineistoesimerkkien näyttäminen ovat ilmeisimpiä kysymyksiä sekä multimodaalisessa diskurssianalyysissä että internet-etnografiassa, ja näistä kysymyksistä keskustelemme tarkemmin myöhemmin tässä artikkelissa. Keskittyminen meemeihin ei anna koko kuvaa mielen-terveysmeemien merkityksestä käyttäjien hyvinvoinnille. Jos tulkitsemme meemejä ja niiden tapoja kuvata mielen-terveyttä, mielen-terveysongelmia ja kokemuksia niistä ilman niitä tuottavan internet-yhteisön, meemin tekijän ja meemien kommenttien tuomaa kontekstia, voimme tulkita meemejä ”väärin”. Tällä lähestymistavalla jää meemien rooli meemejä ympäröivän internetyhteisön rakentumisessa tai meemien merkityksestä

internetkäyttäjien identiteetin muodostumisessa huomioimatta. Erityisesti Instagramissa eri meemitilien välille syntyy yhteisöjä, ja joskus meemeissäkin on havaittavissa eräänlaisia sisäpiirivitsejä. Näissä tapauksissa pelkän yksittäisen meemikuvan huumoria tai tarkoitusta ei välttämättä osaa tulkita ilman meemitilin ja yhteisön tuomaa kontekstia. Onko eettistä tutkia meemejä, jos niitä ei ymmärrä? Voiko tämä lähestymistapa johtaa väärin- tai ylitulkintoihin?

Internetnografian avulla tutkitaan erityisesti sitä, miten internetissä muodostetaan yhteisöjä ja online-lokaliteetteja sekä miten nämä eri yhteisöt koetaan (Hine 2000, 5). Internet-etnografinen lähestymistapa vaatii meemien ympärillä olevien vuorovaikutuksen, yhteisöjen ja ”online” ja ”offline” välisen häilyvän suhteen tarkempaa tutkimista. Internet-etnografisessa tutkimuksessa kyseinen meemitili voisi toimia kokonaisuudessaan pääasiallisena tutkimusaineistona kommentteineen, tekijään liittyvine sisältöineen ja yhteisöineen, ja tällöin tekijään ja tutkimuseettisiin kysymyksiin tulee kiinnittää eri tavalla huomiota. Varis (2016, 7) toteaaakin, että jopa anonyymit nimimerkit ja profilikuvat tulee tutkimusraportoinnissa peittää tai anonymisoida uudelleen alustojen käyttäjien yksityisyyden suojelemiseksi.

Anonymisointi ei kuitenkaan ratkaise sitä, että internet-aineiston löytää yleensä helposti hakukoneilla; aineistoesimerkin tekstin voi kopioida ja syöttää hakukoneeseen ja siten löytää tietoa tekstin alkuperästä ja julkaisijasta (emt., 59). Myös itse meemikuvan voi laittaa käänteiseen kuvahakuun ja siten päästä käsiksi alkuperäiseen julkaisuun ja sen kommenttiketjuun. Koska meemien itsessään kuuluukin määritelmällisesti olla jaettavia ja muokattavia, vahinkoa hakukoneella etsimisestä ja tunnistamisesta ei välttämättä ole, mutta meemipäivitysten alla olevat alustojen käyttäjien ja tilien seuraajien kommentit on otettava huomioon. Mahdollisen vahingon minimoimiseksi erityisesti sensitiivisiä aiheita tai ihmisryhmiä, tässä tapauksessa mielenterveyttä ja mielenterveysongelmien kanssa kamppailevia ihmisiä, käsittelevien kommenttien näyttämistä aineistoesimerkkeinä tulee harkita. Tutkija voi joko muokata tekstiä tai olla näyttämättä aineistoesimerkkejä tietyissä tapauksissa (emt., 59–61). Tämä kuitenkin sulkee pois monet, esimerkiksi kielentutkimuksessa keskeiset analyysitavat, joissa tekstistä tehdään hyvin yksityiskohtaista analyysiä. Esimerkki 3:n kommentteja ei näy, mutta alkuperäisen Instagram-päivityksen alla kommentteja on satoja, ja niiden aiheet vaihtelevat seksuaalisesta kuvailusta vakavien mielisairauksien kanssa painivien ihmisten avautumiseen. On muistettava, että meemitilien julkaisuja kommentoivat ja niistä tykkäävät ovat oikeita ihmisiä. Toisin kuin multimodaalisessa diskurssianalyysissä, joissa tutkimuskohteina ovat julkisuuden henkilöiden kuvista, piirretyistä, fiktiivisistä hahmoista tai Googlen arkistokuvista luodut meemit, internetnografisessa tutkimuksessa tutkijat saattavat ainakin huolimattomilla varotoimilla aiheuttaa vahinkoa oikeille ihmisille.

Varis esittää myös erinäisiä internet-aineiston tuomia haasteita etnografiselle tutkimukselle. Etnografian tavoitteena on tutkia ihmisten toimintaa ja vuorovaikutusta yhteisössä, mutta internet-etnografiassa on otettava huomioon, että ihmisten online-identiteettien ja vuorovaikutuksen ”aitoutta” ja totuudenmukaisuutta on lähes mahdotonta selvittää (emt., 65). Väitellyltä vaikuttavan keskustelun on saattanut luoda vain yksi ihminen eri tilien avulla; aineiston analyysissä on siis kenties varottava tilanteiden kuvaamista eri ihmisten väliseksi vuorovaikutukseksi. Instagramissa on yleistä, että yksi henkilö pyörittää useampaa meemitiliä. Esimerkiksi Esimerkki 3:sen meemitilin ylläpitäjällä on Instagramissa kaksi muuta meemitiliä ja yksi oheisprojektiin keskittyvä tili.

Perinteiseen etnografiseen tutkimukseen kuuluu, että tutkija on osallisena ihmisten ja yhteisöjen välisessä vuorovaikutuksessa reaaliajassa. Internetin jatkuvuuden, muovautuvuuden ja

muokattavuuden sekä aikaerojen takia tutkija kuitenkin päätyy keräämään aineistoja ja tekemään muistiinpanoja ”lopputuotteista” eikä reaaliajassa käytävästä vuorovaikutuksesta, vaikka myös prosessit tallentavia tutkimustyökaluja on nykyään käytössä (emt., 64–65). Muovautuvuus ja muokattavuus ovat kuitenkin hyvin keskeistä meemien tutkimisessa, ja meemien muokkautuvuus kommentaissa ja yhteisöissä on huomioitava erityisesti etnografisessa tutkimuksessa. Jopa internetetnografisessa tutkimuksessa tutkija turvautuu aina jonkinlaisen ’pysäytyskuvan’ analysointiin, sillä keskustelu saattaa jatkua myöhemmin, vuosienkin kuluttua.

Kuten kulttuurintutkimuksessa ja etnografiassa yleensä, myös sosiaalisen median tutkimuksessa tutkimuksen kenttä ja kohde ovat jatkuvan muutoksen alaisia, jolloin myös tuotettu tieto on aikasidonnaista, hetkellistä ja sellaisenaan merkityksellistä. Nykyisen kaltaisessa hybridissä mediaympäristössä tämä koskee myös sosiaalisen median käyttäjien yksityisyysasetuksia, joita käyttäjät voivat muuttaa aineiston keruun aikana. Samoin alustojen käyttöehtoihin voi tulla muutoksia, jolloin tutkijan on oltava hereillä myös näiden osalta (Kosonen ym. 2018, 119). Aineiston keruussa onkin tarvittavien lupien ohella huomioitava, että koska akateemiset julkaisuprosessit ovat hitaita, tutkimusaineistoa ei internetissä välttämättä julkaisuhetkellä ole enää olemassa siinä muodossa, mihin tutkimus on keskittynyt. Kienin (2019) mukaan analyysi voidaan kohdistaa jollekin seuraavista tasoista: sisältö, väline eli esim. internet-alustat, yleisö ja sosiokulttuuriset vaikutukset. Nämä tasot luonnollisesti limittyvät toisiinsa, mutta analyysin voi fokusoida johonkin näistä. Kun kaikki liittyy kaikkeen, kaikenkattavaa kokonaiskuvaa jatkuvasti muovautuvasta mediakentästä on mahdoton saavuttaa. Tutkijan tulee olla tarkkana, että johtopäätökset ja tutkimusasetelma on suhteutettu alati muuttuvaan ympäristöön, josta aineistoa poimitaan ja jossa huomioita tehdään. On syytä välttää liian yleistäviä väitteitä, mutta sosiaalisen median aineistosta voi kuitenkin löytää ilmiön pysyvämpiä ja muuttumattomia puolia (Kien 2019, xiv). Esimerkiksi mielenterveysmeemejä voi tarkastella suhteessa aiempaan mielenterveyshuumoriin ja tunnistaa mielenterveyshuumorista jatkumojä.

Aineiston tulkintaan liittyvät kysymykset

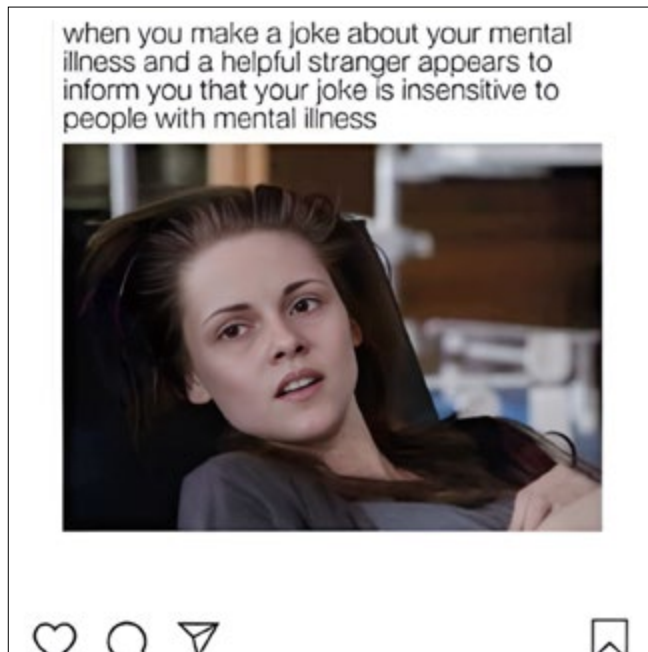
Olemme tähän mennessä esittäneet joitakin tutkimusmenetelmän valinnasta riippuvaisia eettisiä kysymyksiä mielenterveysmeemien tutkimuksesta; multimodaalisessa diskurssinanalyysissä tutkimuksen kohteena ovat pelkät meemikuvat ja niiden esitystavat mielenterveysongelmista tai mielenterveysongelmiin liittyvistä haasteista, kun taas internetetnografiassa tarkastelun kohteena on myös meemien ulkopuolinen elämä ja vuorovaikutus aina meemiyhteisöjen vuorovaikutukseen ja meemin tekijän ulostuloihin. On kuitenkin jossain määrin epärehellistä väittää, että tietyissä metodissa tietämyksemme meemien tekijästä ja kontekstista ei vaikuttaisi edes alitajuntaisesti tulkintaamme meemistä ja siten myös analyysiimme. Meemin tekijä jakaa ja haluaa väistämättä välittää omia kokemuksiaan meemien avulla ainakin jollain tasolla, ja tämän sivuuttaminen analyysissä vähättelee meemien merkitystä oman kärsimyksen kuvuksena ja ilmaisukeinona. Vaikka meemien muodostamat yhteisöt ja vuorovaikutukset eivät olisikaan tutkimuksen pääasiallisina kohteina, meemien merkitystä yhteisöllisyyden ja identiteetin muodostamisessa ei sovi unohtaa. Meemeissä on intertekstuaalisia viittauksia populaarikulttuuriin, ja yleisestikin meemit osoittavat kulttuurista tietämystä, joten niiden tarkoituksena on tavoittaa ja täten vaikuttaa meemien kuluttajiin.

Mielenterveysmeemien tulkitsemisessa on kuitenkin omat riskinsä, ja meemeistä tehdyt väärintulkinnat voivat olla jopa vahingollisia, sillä tulkinnat mielenterveysmeemien tekijöiden

ja/tai jakajien terveydellisestä tilasta voivat johtaa hankaliin tilanteisiin jopa hoitavan tahon kanssa. Aikaisemmin olemme jo todenneet, että meemien jakajat varmasti samaistuvat meemeissä esitettyihin tuntemuksiin jollain tasolla, mutta kuinka pitkälle tästä voi tehdä tulkintoja itse ihmisestä meemin takana? Tai vaikka tutkijan ei olisi tarkoituksena esittää tulkintoja tekijästä, voiko hän päätyä tahattomasti niin tekemään haitallisin seurauksin?

Vaikka mielenterveysmeemit ovat useimmiten sävyltään humoristisia, liioiteltuja ja tyyli- teltäviä, niiden pohjalta tehdään tulkintoja ”oikeasta” hädästä. Lehavot ym. (2012) kuvailevat tutkimuksessaan tapausta, jossa mielenterveysongelmista kärsivät potilas asetettiin pakko- hoitoon sen jälkeen, kun hoitavalle taholle paljastui potilaan julkisella Facebook-tilillä jae- tut itsetuhoisuuteen liittyvät pilakuvat ja päivitykset. Potilas itse koki tilanteen yllättävänä, nöyryyttävänä ja hänen itsemääräämisoikeuttaan rikkovana ja painotti, että jaetut päivitykset olivat hänelle tapa käsitellä mielenterveysongelmiaan eivätkä kuvanneet varsinaisia itsetu- hoisia aikomuksia.

Kuten Feuston ja Piper (2018, 17) toteavat, mielenterveyden ja mielisairauden suhde on häilyvä eikä sosiaalisen median päivityksistä voida aina päätellä, käsitelläänkö niissä mie-



lenterveyttä ja hyvinvointia vai mielisairautta. Sosiaalisen median perusteella ei voi vetää johtopäätöksiä kenenkään elämästä. Emme edes etno- grafisen tutkimuksen kei- noin voi ilman haastatteluja tietää varmasti, että meemit kuvastavat oikeiden ihmis- ten kokemuksia mielenterve- ysongelmista tai olettaa että meemin alkuperäinen tekijä kamppailee mielenterveyten- sä kanssa.

Meemeihin ei kohdistu sa- manlaista autenttisuuden il- luusiota kuin muunlaiseen kuvamateriaaliin, erityises- ti valokuviin, joten ne eivät myöskään ole samalla tavoin

todistusvoimaisia (Bleiker 2018). Viime vuosina on sosiaalisessa mediassa nähty joitakin ta- pauksia, joissa on yritetty kiinnittää huomiota vakaviin ongelmiin, esimerkiksi koulukiu- saamiseen täysin fiktiivisten sometilien avulla (esim. ns. Enkeli-Elisan tapaus Nikkanen ja Silfverberg 2013). Tällaiset hyvässä tarkoituksessa luodut valetilit ovat saaneet paljastues- saan paljon kritiikkiä osakseen; toisaalta jotkut ovat puolustaneet niitä sillä, että ne nostavat tärkeitä asioita julkiseen keskusteluun. Vaikka meemit eivät kenties pyri kertomaan totuutta tekijänsä tai levittäjänsä mielenterveydestä tai mielenterveysongelmista ylipäätään, ne ovat relevantti kenttä, jossa tuotetaan kulttuurisia merkityksiä aiheesta.

Miten tutkijan tulisi huomioida se, että pelkän online-etnografian ja multimodaalisen dis- kurssianalyysin keinoin saa tietoa tekijöiden intentioista? Onko toimintamme eettistä, jos

tutkimamme ja mustaksi huumoriksi tulkitsemamme aineisto paljastuukin vaikkapa mielen-terveysongelmaisten kustannuksella trollaukseksi eli tahalliseksi provokaatioksi ja häirikkönniksi, jonka tarkoitus on mustamaalata heitä? Toisaalta trollitilien tarkoituksena on yleensä kiusata, ärsyttää, levittää väärää tietoa tai esittää jotain muuta henkilöä. Anonyymeillä, nimi-merkeillä esiintyvillä mielenterveysmeemeihin keskittyvien tilien tarkoitus näyttäisi olevan olla hauskoja ja samaistuttavia. Hokkanen (2020, 19) toteaa, että tulkitsemme hulluuteen liittyvien vitsien kertojien aikomuksia ja taka-ajatuksia usein liikaa; vitsillä ei aina ole muuta tavoitetta kuin olla hauska, vaikka vitsi sisältäisikin arkoja aiheita. On kuitenkin tärkeää tiedostaa, että tutkimuksen aikana kertynyt tietomme meemin tekijästä ja esimerkiksi Instagramin meemitilin luojasta kuitenkin vaikuttavat suhtautumiseemme itse tuotokseen. Tautatieto toisaalta myös auttaa tutkijaa tekemään luotettavampia tulkintoja tutkimuskohteesta, vaikka tutkimus ei kohdistuisikaan tekijöihin.

Tulkinnat voivat erota myös monin muin tavoin meemin tekijän aikomuksesta. Huumori on tunnetusti monitulkintaista ja meemien usein absurdin huumorin tulkitseminen on sekä haastavaa että moniulotteista. Meemin tekijä voi esimerkiksi ajatella purkavansa mielenterveysongelmiin liittyvää stigmaa, mutta katsoja taas tulkita mielenterveysmeemin haitalliseksi ja pilkkaavaksi (Feuston ja Piper 2018, 11).

Erilaiset naurun ja huumorin teoriat antavat avaimia humorististen aineistojen tulkintaan. Lyhyesti voidaan todeta huumorin teorioiden jakautuvan perinteisesti kolmeen kategoriaan: ylemmyysteoriaan, huojennusteoriaan ja yhteensopimattomuusteoriaan (Hietalahti 2018, 38). Ylemmyysteoria kuvaa ylhäältä alaspäin suuntautuvaa naurua, vahvemman pilkkaa heikompiin kohtaan. Viime aikoina julkisuudessa tutuksi tulleesta keskustelusta stand up -komedian kontekstissa tällaisesta naurusta puhutaan punch down -huumorina, jonka vastakohtana on ylöspäin vallanpitäjille ja valtarakenteille naurava punch up -huumori. Jälkimmäistä lajia pidetään yleisesti eettisempänä vaihtoehtona.

Ylemmyyden tunteeseen perustuva nauru tuottaa ja ylläpitää yhteiskunnallisia hierarkioita ja luo ulossulkevaa sisäpiiriläisyyttä, meemikentällä esimerkiksi rasistiset ja seksistiset meemit perustuvat usein ylemmyysteorian mukaiseen huumoriin (Sundén ja Paasonen 2020, 12; Hakoköngäs, Halmesvaara ja Sakki 2020). Toisaalta erilaiset meemiyhteisöt rakentavat usein sisäpiiri-identifikaatiota huumorin avulla, ja niissä erottaudutaan jostakin normaaliksi määritellystä omaa erilaisuutta korostaen. Mielenterveysmeemien kohdalla tämä ei kuitenkaan perustu ulossulkevaan ylemmyyteen, vaan esimerkiksi kokemuksen jakamiseen siitä, etteivät kulttuuriset odotukset, vaikka reippaudesta, minäpystyvyydestä ja suorituksista täyty.

Huojennusteoria perustuu alun perin ajatukseen, että nauru vapauttaa kehossa jumissa olevaa energiaa (Hietalahti 2018, 44). Huumori toimii jonkinlaisena sosiaalisten paineiden laukaisijana ja lievittäjänä epämuodollisessa tai vaikeaksi koetussa tilanteessa (Sundén ja Paasonen 2020, 12). Hietalahden mukaan huojennusteorian varsinainen isä Sigmund Freud näkee tällaisen naurun parhaimmillaan kumouksellisenä, kun sen kritiikki kohdistuu johonkin suurempaan entiteettiin, johon naurava ihminen itse kuuluu ja samastuu (Hietalahti 2018, 48). Mielenterveysmeemeissä esiintyvää kritiikkiä esimerkiksi pakkopositiivisuutta ja terapisoitunutta kulttuuria kohtaan voidaan tulkita huojennusteorian avulla yhtäältä tarkastellen yksilön saamaa hetkellistä huojennusta ja toisaalta sitä, miten meemit pyrkivät purkamaan vallalla olevia yhteiskunnallisia instituutioita ja totuuksia. Voidaan ajatella, että ylipäätään nykymaailmassa eläminen tuottaa jatkuvaa epämuodollisuutta, jota mielenterveysmeemeillä pyritään edes hetkellisesti helpottamaan.

Yhteensopimattomuusteorian mukaan huumorin ytimessä on aina jonkinlainen ristiriita. Meemien huumori perustuu hyvin yleisesti yhteensopimattomien elementtien yhdistelmiin, jotka yllättävyydessään saavat naurun kuplimaan. Laajemminkin suurin osa huumorin tutkijoista nojaa inkongruenssi- eli yhteensopimattomuusteoriaan, jonka eri muodoille on keskeistä kulttuuristen kategorioiden yhteentörmäys ja omaksuttujen mallien nyrjähtäminen pois paikoiltaan (Hietalahti 2018, 49–50).

Jenny Sundén ja Susanna Paasonen (2020, 12–13) esittävät, että erityisesti sosiaalisen median humoristisille feministisen aktivismin muodoille keskeistä on absurdismi. He argumentoivat Lauren Berlantiin nojaten, että tavanomaiset huumorin teoriat nojaavat strukturalismin joko/tai -logiikkaan, mutta absurdismin avulla binaarisia logiikoita voidaan murtaa. Myös mielenterveysmeemien kohdalla onkin muistettava, ettei kaikki nauru ole iloista ja onnellista, kuten Sundén ja Paasonen muistuttavat, eikä kaikki nauru synny huumorista. On olemassa pelästynyttä naurua, vihaista, häpeävää, yllättynyttä, innostunutta naurua, itkun korvaavaa naurua ja niin edelleen. Huumori ei ole joko valtarakenteita haastavaa tai ylläpitävää, vaan potentiaalisesti molempia yhtä aikaa. Naurun seuraukset ovat epävarmoja niin affektiivisesti kun poliittisestikin. (emt. 14) Erilaisia mielenterveysmeemien tuottamia nauruja olisi mahdollista tutkia esimerkiksi yleisötutkimuksen menetelmin tai etnografiaan yhdistetyin haastatteluin. Tutkijan oma nauru meemille ei ole universalisoitavissa. Kuvat ja huumori ovat aina monitulkintaisia.

Naurun itsessään voi nähdä metologisena välineenä, sekä aineistojen valinnassa että tutkimuskysymysten ja teemojen valinnassa. Kuten Sundén ja Paasonen, tutkija voi valita aineistot sen perusteella, mikä herättää tunteita: naurattaa, ärsyttää, vetää puoleensa, työntää luotaan. Tutkimusta ohjaamaan voi käyttää kysymyksiä kuten: kenelle nauretaan, kuka nauraa, milloin ja mille sopii tai ei sovi nauraa, kuka saa nauraa ja kenelle, mitä naurulle tapahtuu, kun sisältö leviää viraalisesti, mikä on naurun rooli viraalisuudessa. (Sundén ja Paasonen 2020, 3). Tutkimuksessa huumorin tulkinta voi siis olla myös aineiston keruun lähtökohta, metodologinen valinta ja muodostaa tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen.

Tutkijan asema/positio

Huumorin tulkintaan liittyy myös tutkijan vastuu erityisesti etnografiassa puuttua tutkimasaan yhteisössä tai tietyn tilin kohdalla mahdollisesti huolta aiheuttavaan käytökseen. Esimerkiksi Reece ja Danforth (2017) havaitsivat, että tietynlaisten kuvien julkaiseminen Instagram-tileillä indikoi masennusta. Mielenterveysmeemien julkaisemisesta tai jakamisesta ei voida tehdä suoria johtopäätöksiä siitä, että julkaisija tai jakaja pyrki välittämään meemeillä juuri omaa kokemustaan. Toisaalta mielenterveysongelmista kärsiviä voidaan pitää haavoittuvina, jolloin tutkijan erityisesti esimerkiksi itsen vahingoittamiseen liittyvien julkaisujen kohdalla on kysyttävä itseltään, päteekö verkossa tapahtuvaan kommunikaatioon samat eettiset ohjeet kuin sen ulkopuolella, jossa tutkijan on pohdittava luottamuksellisuuden ja ilmoitusvelvollisuuden rajaa – ja olisiko puuttuminen edes mahdollista. Kyse on myös siitä, kokeeko tutkija hoidollista velvollisuutta – vai mahdollisesti vertaisuutta, jolloin nauretaan (oletetulle) yhteiselle ja jaetulle tai ainakin tunnistettavalle kokemukselle.

Tieteessä ja taiteessa käydään myös kiivasta keskustelua tutkijan tai tekijän asemasta suhteessa aiheeseen. Erityisesti kirjallisuuden, sekä elokuva- ja teatteritaiteen kentällä julkisuudessa viime aikoina käyty keskustelu näyttää osin vahvasti nojaavan standpointepistemolo-

giaan⁴, jolloin tekijäys ja tekijän henkilökohtaiset kokemukset kietoutuvat tiukasti toisiinsa. Joissakin tapauksissa tämä on johtanut tekijää paljastamaan elämästään asioita, joita tämä ei ole alun perin halunnut tuoda julkisuuteen (ks. esim. Shapiro 2020).

Samaan tapaan mielenterveyden ja mielenterveysongelmien tutkiminen ilman omakoh-
taista kokemusta aiheesta voidaan nähdä tunkeutumisena tai epäoikeutettuna omistajuutena,
periaatteena että ilman omaa kokemusta mielenterveysongelmien kanssa kamppailusta ei voi
myöskään aihetta tutkia ja tulkita (vrt. Rose 2019, 148–150). Mielenterveyspuolella kokemus-
asiantuntijadiskurssin voimistuessa (Beresford ja Salo 2008) tämä voi johtaa ongelmalliseen
tunnustuksellisuuden vaatimukseen, jossa tutkija potentiaalisesti joutuu uskottavuuden nimissä
paljastamaan oman mielenterveyshistoriansa. Koska mielenterveysongelmiin yhä liittyy stig-
maa, tämä voi kuitenkin olla ongelmallista ja haitata esimerkiksi työelämässä. Myös artikkelin
alusla mainittu mielenterveysvaikuttajien kasvava määrä somessa saattaa vaikuttaa siihen mil-
laisia vaatimuksia tutkijaan kohdistuu, jos mielenterveysvaikuttajat avaavat omia mielentervey-
songelmiaan ja niihin liittyviä historioita hyvin avoimesti, voi syntyä normi, jossa myös somessa
läsnä olevan aihetta tutkivan tutkijan odotetaan tekevän samaa. Varsinkin internet-etnografiaa
tehtäessä ja meemiyhteisöihin osallistuttaessa on syytä punnita tällaista avautumista koskevat
mahdolliset hyödyt ja haitat tarkasti. Vaikka ajattelisi jakavansa vain pienelle yhteisölle jotain
itsestään, tiedot voivat aina levitä, vaikka kuinka laajalle ja tulla vastaan vuosia myöhemmin. On
tärkeää muistaa, että läsnäolo sosiaalisessa mediassa ei ole palvelulupaus (Kosonen ym. 2018,
119), eikä tutkijalla ole velvollisuutta avata yleisölle itsestään mitään henkilökohtaista.

Toisaalta tutkijan omat kokemukset voivat toimia tulkinnan tukena – tai ohjata sitä. Mie-
lenterveysongelmia kokenut tutkija voi olla herkempi huomaamaan, miten samaistuttavia
ja hauskoja meemit ovat mielenterveysongelmallisille katsojille. Oma tilanne ja mielenterve-
yshistoria voivat vaikuttaa tulkintaan ohjailevasti. Toisaalta oman kokemuksen puuttuminen
voi kapeuttaa ymmärrystä ja tulkintaa, joka ei koskaan ole täysin objektiivista. Omasta ase-
masta, ennakkoluuloista ja kokemuksista meemeihin liittyen onkin hyvä olla tietoinen. Myös
tutkijan oman aseman suojeleminen on eettinen kysymys: vaikka jonkinlaista painetta avata
suhdettaan mielenterveyteen esiintyykin tutkimuksen ja taiteen kentällä, on tutkijan oikeus ja
etu itse päättää oman elämänsä avaamisesta suhteessa tutkimusaiheeseen.

Kun tutkijoita kannustetaan yhä voimakkaammin olemaan läsnä sosiaalisessa mediassa ja
tekemään tutkimustaan sitä kautta tutuksi suurelle yleisölle, ovat monet meemitutkijoiden
kohtaamat eettiset kysymykset relevantteja laajemmallekin tutkijayhteisölle. Kun tutkija on
läsnä sosiaalisessa mediassa ja tuottaa sinne sisältöjä, hän tulee väistämättä osaksi virtuaalis-
ta kulttuuria ja on sisällön tuottaja-kuluttaja (prosumer – Kien 2019, 7) siinä missä muutkin
sosiaalisen median käyttäjät. Tämänkin tutkimusprosessin aikana huomattiin, että eräät suo-
malaiset Instagramin meemitilit alkoivat päivittää meemitutkimukseen ja meemitutkijoihin
liittyvää parodisoivaa sisältöä; meemitilit voivat siis olla tutkimuksesta tietoisia ja tämä voi
vaikuttaa aineistoon hyvinkin paljon.

Tutkijalla voi työroolissaan olla myös erityinen somesisällöntuottajan rooli tieteen yleistä-
juistajana sekä sosiaalisen median pelisääntöjen ja niihin liittyvien eettisten kysymysten avaa-

4. Tai oikeastaan jonkilaiseen standpointepistemologian väärentymään, jolloin ajatellaan, että vain ne, joilla on
kokemusta tietyistä asiasta (esim. seksuaalinen häirintä tai väkivalta) tai kokemusta tietyssä positiossa elämisestä
(sukupuoli, rodullistettu yms) voivat tuottaa tietoa tai taidetta tähän positioon tai kokemukseen liittyen. Vaik-
ka standpointepistemologian teoreetikot pikemminkin ovat esittäneet, että marginalisoiduista kokemuksista
nouseva tieto on täydentävää ja sen huomioiminen tuottaa vahvempaa objektiivisuutta (esim. Harding 1992).

jana. Kuten Kosonen ym. (2018, 122) esittävät, tutkijan sosiaalisen median käytössä on olennaista saada tutkimustieto virtaamaan ja tavoittamaan uusia yleisöjä, joita tutkimusjulkaisut tai perinteisen median tiedeuutisointi ei tavoita. ”Parhaimmillaan osallistuminen sosiaalisessa mediassa kasvattaa kuitenkin myös ymmärrystä itse tieteestä —sen tavoitteista, menetelmistä, käytännön työtavoista ja tekijöistä. Tutkija ei pelkää välitietoa. Hän tekee tieteenalansa käytäntöjä läpinäkyviksi, laajentaa verkostojaan ja oppii samalla itsekin uutta.” (ibid.)

Etiikassa ei välttämättä ole kyse suurista periaatteista tai perimmäisistä säännöistä vaan jatkuvasta arkisesta arvioinnista (Keisalo 2021). Voidaan ajatella, että osa tutkijan yleistaajuistamistehtävää meemitutkimuksessa on esittää kysymyksiä, jotka auttavat nettikansalaisia parempaan itseymmärrykseen ja memeettisen viestinnän haltuunottoon sekä eettisempään käyttöön (ks. myös Kien 2019, xvi). Näin tutkijan tehtävänä ei ole esittää yleispäteviä eettisiä ohjeita meemien tuottamiseen, jakamiseen ja kuluttamiseen liittyen, vaan nostaa esiin erilaisia näkökulmia, joiden avulla sekä tutkijat että muut netinkäyttäjät voivat arvioida oman toimintansa eettisiä ulottuvuuksia.

Aineiston esittäminen – tutkimusjulkaiseminen

Myös tutkimuksen julkaisemiseen ja raportointiin liittyy monia eettisiä ongelmia, joiden ratkaisut kytkeytyvät tutkimusasetelmiin ja -menetelmiin ja osin julkaisupolitiikkaan ja -juridiikkaan. Aineistoesimerkkien eli meemikuvien käyttäminen julkaisuissa kytkeytyy tekijänoikeuksiin ja niihin liittyviin juridisiin kysymyksiin, ja eri maissa toimivien kustantajien käytänteisiin, jotka eivät välttämättä tunnista tai tunnusta meemien ominaislaatua alati muuttuvina entiteetteinä. Vaikka meemit voidaankin tulkita taiteellisiksi teoksiksi, meemit ovat luonteeltaan muokkautuvia ja muokattavia, ja ne sisältävät kuvia sekä tekstejä useista eri kulttuurin osista. Voidaankin kysyä, kenelle tekijänoikeudet siis kuuluvat? Jos meemin osana on kuvakaappaus Paavo Pesusien -ohjelmasta, kuuluvatko tekijänoikeudet Paavo Pesusien tekeille vai sille henkilölle, joka lisäsi Paavo Pesusien kuvaan mielenterveysongelmia kuvaavan tekstin? Onko kyse itsenäisestä, teoskynnyksen ylittävästä kollaasintapaisesta taideteoksesta? Lisäksi, jos emme voi edes määrittää, mikä on kunkin ”meemiketjun” alkuperäinen meemi, kuinka voimme sitten tietää meemin alkuperäisen tekijän? Vaikka tutkimamme meemit ovatkin internetissä vapaasti saatavilla ja avoimia kaikille katsojille (esimerkiksi Imgurin käyttöehdoissa sallitaan sisällön käyttö tutkimustarkoituksiin fair use -periaatteella), avoimuus ei ole sama asia kuin tutkimukseen suostumus, saati sitten lupa julkaista. Jos emme voi tavoittaa meemien tekijöitä, emme voi tietää, haluavatko he meemejään tutkittavan. Tällöin myös julkaisuluvan pyytäminen käy mahdottomaksi. Toisaalta voidaan ajatella, että juuri tämä tekee meemeistä julkisia ja vapaasti tutkittavaa aineistoa, media-aineistoa siinä missä vaikkapa sanomalehtiartikkelit tai uutiskuvatkin – ainakin siinä tapauksessa, että keskitytään meemien mielenterveysongelmia koskevien käsitysten tarkasteluun.

Etnografisen tutkimuksen kohdalla tulee miettiä meemin ja meemin tekijän tai meemitilin lisäksi myös julkisten kommenttien ja meemitiliä ympäröivän someyhteisön esittämistä aineistoesimerkeissä ja tutkimuksen raportoinnissa. Fordin ja Hassanin (2021, 10) haastattelemat osallistujat toteavat, että avoimen ja julkisen sometilin sisältö ja päivitykset ovat myös julkisia, joten niitä tulisi voida käyttää tutkimusaineistona; poikkeuksena he pitivät haavoittuvissa asemassa olevia ihmisryhmiä kuten lapsia. Meemeissä alkuperäinen tekijä tai tekijän oikea henkilöyden on harvemmin tiedossa, joten vahingon minimointi tulee varmistaa muilla tavoin,

esimerkiksi käyttäjänimen ja profilikuvan piilottamisella⁵. Ford ja Hassan toteavat myös, että tutkimuksessa ja tutkimuksen raportoinnissa tulee hyödyntää sosiaalisen median eri kanavien asiantuntijoita (2021, 16). Myös Nicholas ym. (2020, 84) yhtyvät tähän ja painottavat jopa mielenterveyteen liittyvien sosiaalisen median aineiston aineistoesimerkkien muokkaamista niin, ettei alkuperäisiä julkaisijoita voida kartoittaa esimerkiksi hakukoneen avulla. Tämän artikkelin aineistoesimerkeissä mahdolliset meemien tekijöiden, julkaisijoiden ja sometilien tiedot sekä kommentit on rajattu pois, mutta kuvia ei ole muuten muokattu.

When you're trying to take a depression nap during the day and you hear people doing normal daily activities



Warfield ym. (2019) taas käsittelevät artikkelissaan sosiaalisen median päivityksiä, jotka sisältävät kuvia ihmiskehoista ja pohtivat, tulisiko ihmiskehoja esittäviä kuvia käsitellä samoin kuin ihmisiä tutkimuskohteina. Meemien kohdalla tulee nähdäksemme huomioida, keitä meemeissä esiintyy. On eri asia pohtia yksityishenkilön somessa julkaisemien kuvien käsittelyä tai meemien, joissa esiintyy yksityishenkilöitä tai heidän kehojaan, kun meemien, joissa on fiktiivisiä henkilöitä tai julkikkia. Esimerkiksi meemit, joiden ainoana tarkoituksena on nauraa huonosti tai hassusti pukeutuneille tai lihaville ihmisille jul-

kisella paikalla voi olla syytä jättää pois tutkimusjulkaisuista, sillä niiden toistaminen voi lisätä niiden kohteelle koituvaa harmia entisestään.

Esimerkki 3:n meemeissä, kuten kyseisen tilin lähes kaikissa muissa meemeissä, hyödynnetään julkisuuden henkilöistä, kuten Nick Cavesta, tuotettua kuvamateriaalia. Tällöin voi syntyä ajatus, ettei meemeissä esiintyviä henkilöitä ole tarvetta kohdella ihmisaineistona ja etteivät meemiäminen aiheuta heille haittaa. Toisaalta myös julkisuuden henkilöillä on oikeus yksityisyyteen. Nick Cave julkisuuskuvaltaan teatraalisen synkkänä hahmona on kenties looginen valinta mielenterveysongelmia käsitteleviin meemeihin, mutta onko oikein käyttää todella traagisia elämänvaiheita läpikäyneen ihmisen kuvaa vaikeista aiheista vitsailuun? Lisäksi on syytä kysyä, missä menee raja fiktiivisen hahmon, julkisuuskuvan ja julkisen henkilön oikean elämän välillä.

Yhtäältä meemit voivat olla olennainen osa joidenkin tosi-tv:stä julkisuuteen nousseiden henkilöiden julkisuuskuvaa ja -asemaa (Mercer ja Sarson 2020), ja erilaiset mielenterveyteenkin liittyvät teemat voivat olla osa heidän meemiämispotentiaaliaan. Jotkut julkisuuden

5. Toisaalta, jotkut meemintekijät upottavat nimimerkkinsä vesileimamaisesti meemikuvaan, jolloin voidaan tulkita heidän haluavan säilyttää tekijyyden itsellään, joten tekijyyteen ja tekijänoikeuksiin liittyvät kysymykset saattavat joskus olla ristiriidassa anonymisointitarpeen kanssa.

henkilöt osallistuvatkin itse kuviaan hyödyntävien meemien jakamiseen, kommentointiin ja merkityksellistämiseen. Esimerkiksi näyttelijä Kyle MacLachlan jakaa sosiaalisen median tiileillään meemejä, joissa hän itse esiintyy. Toisaalta joistakin tosi-tv-osallistujista tulee tahtomattaan meemejä. Tällaisten erilaisten meemien käsittelyä on syytä arvioida eri kriteerein.

Kosonen ym. (2018, 120) muistuttavat, että haittojen minimointi on keskeinen ja ehkä tärkein eettinen näkökulma sosiaalisen median tutkijalle. Aineiston konteksti on tunnettava hyvin, jotta sen pohjalta voi arvioida millaista haittaa keräämisestä ja julkaisemisesta voi aiheutua. Meemitutkijan tulee arvioida, mitä yksityisyys tarkalleen ottaen tarkoittaa meemien kontekstissa, miten yksityisyys voi rikkoutua ja mitä rikkoutumisesta voi seurata. Meemit ovat yksi tapa purkaa ja käsitellä vaikeita kokemuksia anonymisti, joten tutkimusaineiston kerääminen, analysointi ja raportointi voi rikkoa meemin tekijän ja jakajan turvallisuuden tunnetta sosiaalisessa mediassa.

Kuvallisten aineistoesimerkkien näyttämiseen tutkimusjulkaisuissa kytkeytyy myös lukijoiden ja yleisön asemaan liittyviä eettisiä kysymyksiä. Kuvamateriaalin uudelleen esittämisestä tutkimuksessa on keskusteltu paljon esimerkiksi kidutuskuvien ja kärsimystä ja kuolemaa kuvaavien humanitääristen kuvastojen kohdalla (ks. esim. Dauphinee 2007). Kuvat toimivat eri tavoin kun teksti, ne ovat usein monimerkityksellisempiä ja kantavat mukanaan emotionaalista latausta, jonka vuoksi usein ajatellaan, että kuvasisällöistä varoittaminen on tärkeämpää kuin tekstisisällöistä (Bleiker 2018). Mielenterveysmeemit aineistoesimerkkinä ja mielenterveyden esitystavat linkitettyinä mustaan huumoriin voivat myös järkyttää herkempiä lukijoita tai ahdistaa niitä lukijoita, joilla on omakohtaisia kokemuksia mielenterveysongelmista. Kuvamateriaalien käytössä on syytä käyttää harkintaa myös tutkimusjulkaisuissa, mutta sisältövaroituksia tärkeämpää lienee avata tutkimuksen aihe ja aineisto jo tutkimusraportin tiivistelmässä, perustella valinnat ja esitellä tutkimuksen konteksti tarkasti.

Lopuksi

Mielenterveysmeemit ovat nykyisin yksi keskeinen tapa tuottaa ja käsitellä mielenterveyteen liittyviä kokemuksia ja representaatioita, ja niiden tutkimuksen metodologiset kysymykset liittyvät niin mielenterveyteen ja sosiaaliseen mediaan tutkimusaiheena kuin huumoriin tulokinnan etiikkaan ja tutkijan omaan positioon suhteessa aiheeseen ja meemejä jakaviin yhteisöihin. Tässä artikkelissa emme niinkään ole antaneet suoria vastauksia vaan nostaneet esiin mielenterveysmeemien tutkimiseen ja arkiseen jakamiseen ja tulkittamiseen liittyviä eettisiä kysymyksiä. On tärkeää pohtia, kenen ja millaisia kuvia meemeihin ja niitä käsitteleviin julkaisuihin liitetään ja mitä niillä tehdään. Kuka nauraa huumorikuvissa kenelle, ja miten nauru tulkitaan? Kierrätetäänkö kärsimysspektaakkeleita, tehdäänkö mielenterveydestä viihdettä? Kenen kärsimystä kuvataan? Miten ja miksi?

Mielenterveysmeemit ja niiden tutkiminen tuovat uusia näkökulmia mielenterveyden kulttuurisuuteen, sillä ne kuvaavat ja tekevät näkyviksi netinkäyttäjien arjen tapoja käsitellä, kokea ja sietää mielenterveyteen liittyviä käsityksiä ja käytänteitä. Esimerkiksi terapiakritiikki, nauru terapiakäytännöille ja avunhakemiseen liittyville ongelmille ja terapian ”suorittamiseen” liittyvät kysymykset eivät välttämättä näy esimerkiksi mielenterveysalan ammattilaisille, joiden avusta potilaat ja asiakkaat ovat myös riippuvaisia. Yhtenä populaarikulttuurin ilmentymänä mielenterveysmeemit muodostavat yhden tärkeän osan mielenterveyden diskurssien ja käytänteiden ympärille syntyneistä moninaisista kulttuurituotteista ja ilmiöistä. Ne myös

kuvaavat kulttuurista kehitystä, jossa mielenterveysongelmia käsitellään yhä julkisemmin ja siten häivytetään stigmaa ja toisaalta uudelleentuotetaan anonymisointikäytänteitä, jotka pitävät yllä ajatusta mielenterveyden ongelmista yksityisasiaina – mitä ne toki saavatkin olla niin netin käyttäjille kuin tutkijoille. Mielenterveysongelmat, vakavatkin, ovat nykyään suu- relta osin hoidettavissa ja siten ohimeneviä, kun taas jotkut internetiin viedyt asiat ovat ”ikui- sia” ja seuraavat ihmisiä vielä, kun itse ongelmat saattavat olla jo ohitettu.

Lähteet

- Ahlbeck, Jutta, Päivi Lappalainen, Kati Launis, Kirsi Tuohela ja Jasmine Westerlund, toim. 2015. *Kipupisteissä: Sairaus, kulttuuri ja modernisoituva Suomi*. Turku: UTU.
- Ask, Kristine ja Crystal Abidin. 2018. ”My Life Is a Mess: Self-deprecating Relatability and Collective Identities in the Memification of Student Issues.” *Information, Communication & Society*, 21 (6): 834–850. <https://dx.doi.org/10.1080/1369118X.2018.1437204>.
- Beresford, Peter ja Markku Salo. 2008. *Kokemuksen muodonmuutos. Kohti palvelunkäyttäjien omaa tutkimustoimintaa*. Helsinki: Mielenterveyden keskusliitto.
- Berlant, Lauren. 2008. *The Female Complaint: The Unfinished Business of Sentimentality in American Culture*. Durham: Duke University Press.
- Bleiker, Roland. 2018. ”Mapping Visual Global Politics.” Teoksessa *Visual Global Politics* toimittaja Roland Bleiker, 13–43. New York: Routledge (Interventions series).
- Brinkmann, Svend. 2016. *Diagnostic Cultures: A Cultural Approach to the Pathologization of Modern Life*. Abingdon, Oxon; New York: Routledge.
- Brunila, Kristiina. 2014. ”The Rise of the Survival Discourse in an Era of Therapisation and Neoliberalism.” *Education Inquiry*, 5 (1): 7–23. <https://dx.doi.org/10.3402/edui.v5.24044>.
- Brunila, Kristiina, Esko Harni, Antti Saari ja Hanna Ylöstalo. 2021. *Terapeuttinen valta. Onnellisuuden ja hyvinvoinnin jännitteitä 2000-luvun Suomessa*. Tampere: Vastapaino.
- Conrad, Peter. 2007. *The Medicalization of Society. On the Transformation of Human Conditions into Treatable Disorders*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Dauphinee, Elizabeth. 2007. ”The Politics of the Body in Pain: Reading the Ethics of Imagery”, *Security Dialogue*, 38 (2): 139–155.
- Dawkins, Richard. 1976. *The Selfish Gene*. Oxford: Oxford University Press.
- Ecclestone, Kathryn ja Kristiina Brunila. 2015. ”Governing Emotionally Vulnerable Subjects and ’Therapisation’ of Social Justice.” *Pedagogy, Culture & Society* 23, no. 4: 485–506. <https://dx.doi.org/10.1080/14681366.2015.1015152>.
- Feuston, Jessica, ja Anne Marie Piper. 2018. ”Beyond the Coded Gaze: Analyzing Expression of Mental Health and Illness on Instagram.” *Proceedings of the ACM on Human-computer Interaction*, 2 (CSCW): 1–21. <https://dx.doi.org/10.1145/3274320>.
- Ford, Elizabeth, Scarlett Shepherd, Kerina Jones ja Lamiece Hassan. 2021. ”Toward an Ethical Framework for the Text Mining of Social Media for Health Research: A Systematic Review.” *Frontiers in Digital Health*, 2. <https://dx.doi.org/10.3389/fdgth.2020.592237>.
- Euroopan Unionin yleinen tietosuoja-asetus (EU) 2016/679. GDPR = General Data Protection Regulation. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FI/TXT/HTML/?uri=CELEX:32016R0679&from=FI>

- Hacking, Ian. 1998. *Mad Travellers. Reflections on the Reality of Transient Mental Illness*. London: Free Association Books.
- Hakoköngäs, Eemeli, Otto Halmesvaara ja Inari Sakki. 2020. "Persuasion through bitter humor: multimodal discourse analysis of rhetoric in internet memes of two far-right groups in Finland." *Social Media & Society*, 6 (2): 1–11.
- Hietalahti, Jarno. 2018. "Kun havainto ja odotus eivät kohtaa: huumorista ja hämmennyksestä". Teoksessa *Havainto: Suomen Filosofisen Yhdistyksen yhden sanan kollokvion esitelmää*, toimittajat Hemmo Laiho ja Miira Tuominen, 246–255. University of Turku: Reports from the Department of Philosophy, 40.
- Hine, Christine. 2000. *Virtual Ethnography*. London: Sage. 10.4135/9780857020277
- Hokkanen, Laura. 2020. *Hullun hauska maailma: näkökulmia hulluutta ja poikkeavuuksia käsittelevään huumoriin opiskelijoiden digitaalisessa folkloressa*. Jyväskylän yliopisto, Historian ja etnologian laitoksen tutkijat ry.
- Honkasalo, Marja-Liisa. 2008. *Reikä sydämessä: sairaus pohjoiskarjalaisessa maisemassa*. Tampere: Vastapaino.
- Jokinen, Veera. 2021. "Lukiolaiset jakavat nyt ylioppilaskirjoituksiin liittyviä meemejä Instagramin @ytbelike-tilillä." *Helsingin Sanomien Nyt-liite*, julkaistu 25.3. <https://www.hs.fi/nyt/art-2000007880529.html>
- Jäntti, Saara, Kirsi Heimonen, Sari Kuuva, Annastiina Mäkilä. 2019. *Hulluus ja kulttuurinen mielenterveystutkimus*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.
- Jäntti, Saara, Tuija Saresma, Sirpa Leppänen, Suvi Järvinen, Piia Varis. 2018. "Homing blogs as ambivalent spaces for feminine agency." *Feminist Media Studies* 18 (5). <https://doi.org/10.1080/14680777.2017.1396234>
- Keisalo, Marianna. 2021. "Kapinalipun alla: amerikkalainen nuoruus Keravalla." *Antroblogi*, julkaistu 4.5. <https://antroblogi.fi/2021/05/kapinalipun-alla-keravalainen-nuoruus/>
- Kelly, Yvonne, Afshin Zilanawala, Cara Booker ja Amanda Sacker. 2018. "Social media use and adolescent mental health: Findings from the UK Millennium Cohort Study." *EclinicalMedicine*, 6: 59–68. doi: 10.1016/j.eclinm.2018.12.005.
- Kien, Grant. 2019. *Communicating with Memes: Consequences in Post-Truth Civilization*. Lanham, MD: Lexington Books.
- Kinnunen, Anna. 2020. *Johtolankoja hulluuteen. Tutkimus mielen sairastamiseen kytkeytyvistä kulttuurisista käsityksistä*. Joensuu: Suomen kansantietouden tutkijain seura.
- Kosonen, Miia, Salla-Maaria Laaksonen, Henrik Rydenfelt ja Anja Terkamo-Moisio. 2018. "Sosiaalinen media ja tutkijan etiikka" *Media & Viestintä*, 41 (1): 117–124.
- Kress, Günther. 2014. "Multimodal discourse analysis." Teoksessa *The Routledge Handbook of Multimodal Analysis*, toimittaja Carey Jewitt, 2nd ed. Milton Park, Abingdon, Oxon: Routledge. 35–50.
- Lavis, Anna ja Rachel Winter. 2020. "#Online Harms or Benefits? An Ethnographic analysis of the Positives and Negatives of Peer-support Around Self-harm on Social Media." *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61 (8): 842–854. <https://dx.doi.org/10.1111/jcpp.13245>.
- Lehavot, Keren, Dror Ben-Zeev ja Robin E. Neville. 2012. "Ethical Considerations and Social Media: A Case of Suicidal Postings on Facebook." *Journal of Dual Diagnosis* 8, no. 4: 341–346. <https://dx.doi.org/10.1080/15504263.2012.718928>.

- Leppänen, Sirpa, Samu Kytölä, Henna Jousmäki, Saija Peuronen ja Elina Westinen. 2014. "Entextualization and Resemiotization as Resources for Identification in Social Media." Teoksessa *The Language of Social Media: Identity and Community on the Internet*, toimittajat Philip Seargeant ja Caroline Tagg. New York, New York: Palgrave Macmillan. 112–136.
- Mercer, John ja Charlie Sarson. 2020. "Fifteen seconds of fame: Rupaul's drag race, camp and 'memeability'." *Celebrity Studies*, 11 (4): 479–492. DOI: 10.1080/19392397.2020.1765102
- Nicholas, Jennifer, Onie Sandersan ja Mark E. Larsen 2020. "Ethics and Privacy in Social Media Research for Mental Health." *Current Psychiatry Reports*, 22 (12):84 <https://doi.org/10.1007/s11920-020-01205-9>
- Nikkanen, Hanna ja Anu Silfverberg. 2013. "Uskomaton murhenäytelmä." *Helsingin Sanomien Kuukausiliite*, julkaistu 20.3. <https://www.hs.fi/kuukausiliite/art-2000002744476.html>
- Ovaska, Anna. 2020. *Fictions of Madness: Shattering Minds and Worlds in Modernist Finnish Literature*. Helsinki: University of Helsinki.
- Pietikäinen, Petteri. 2020. *Kipeät sielut. Hulluuden historia Suomessa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pietikäinen, Petteri. 2013. *Hulluuden historia*. Helsinki: Gaudeamus.
- Pink, Sarah, Heather Horst, John Postill, Larissa Hjorth, Tania Lewi ja Jo Tacchi. 2015. *Digital Ethnography: Principles and Practice*. London: Sage.
- Reece, Andrew G. ja Christopher M. Danforth. "Instagram Photos Reveal Predictive Markers of Depression." *EPJ Data Science*, 6 (1): 1–12. <https://dx.doi.org/10.1140/epjds/s13688-017-0110-z>.
- Rose, Nikolas. 2003. "Neurochemical Selves." *Society*, 41 (1): 46–59. <https://dx.doi.org/10.1007/BF02688204>.
- Rose, Nikolas S. 2019. *Our Psychiatric Future: The Politics of Mental Health*. Cambridge, UK ; Medford, MA: Polity Press.
- Shapiro, Lila. 2020. "This is not a love story." *The Vulture*, julkaistu 18.2. <https://www.vulture.com/2020/02/my-dark-vanessa-kate-elizabeth-russell.html>
- Shelton, Martin L., Katherine M Lo ja Bonnie A. Nardi. 2015. "Online Media Forums as Separate Social Lives: A Qualitative Study of Disclosure Within and Beyond Reddit." *iConference 2015 Proceedings*, <http://hdl.handle.net/2142/73676>
- Shifman, Limor. 2014. *Memes in Digital Culture*. Cambridge, Massachusetts, London, England: MIT Press. Luettu 25.4.2021. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt14bs14s>.
- Sundén, Jenny ja Susanna Paasonen. 2020. *Who's Laughing Now?: Feminist Tactics in Social Media*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Särmä, Saara. (2014). *Junk feminism and nuclear wannabes: Collaging parodies of Iran and North Korea*. Tampere: Tampere University Press.
- Uusitalo, Niina ja Katja Valaskivi. 2020. "The Attention Apparatus: Conditions and Affordances of News Reporting in Hybrid Media Events of Terrorist Violence." *Journalism Practice*, 1–19. DOI: 10.1080/17512786.2020.1854052
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK). 2019. *Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen arviointi Suomessa*. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki. https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf

- Varis, Piia. 2016. "Digital ethnography" Teoksessa *The Routledge Handbook of Language and Digital Communication*, toimittajat Alexandra Georgakopoulou ja Tereza Spilioti, 55–68. Routledge Handbooks in Applied Linguistics. Milton Park, Abingdon, Oxon: Routledge. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=1028883&site=ehost-live>.
- Warfield, Katie, Jamie Hoholuk, Blythe Vincent, ja Aline Dias Camargo. 2019. "Pics, Dicks, Tits, and Tats: Negotiating Ethics Working with Images of Bodies in Social Media Research." *New Media & Society*, 21 (9): 2068–2086. <https://dx.doi.org/10.1177/1461444819837715>.
- Yus, Francisco. 2019. "Multimodality in memes: A cyberpragmatic approach." Teoksessa *Analyzing Digital Discourse*, toimittajat P. Bou-Franch ja P. Garcés-Conejos Blitvich, 105–131. Cham: Palgrave Macmillan.