

Kolumni: Arat komeroituvat, kun tila täyttyy äänekkäistä

Suomessa arvostettiin joskus hiljaisuutta ja ujoutta, mutta ajat muuttuvat. Nyt yltiösosiaalisuus on hienoa ja komeroituminen ongelma, Järvi kirjoittaa.

ULLA JÄRVI tiedetoimittaja, terveysviestinnän tutkija
22.11.2025 6:45

Olen jäänyt pahasti koukkuun Ylen esittämään espanjalaiseen *La Promesa* -kartanosarjaan. Siinä kuvataan kahden kerroksen väen elämää viime vuosisadan alussa. Sarja pursuaa juonittelua ja kieroilua – joihin onkin runsaasti aikaa, kun palveluskunta hoitaa kaiken, pukemisesta alkaen. Kartanossa siipeilee myös joutilaita sukulaisia, joita kiinnostaa ilmainen täysihoito sukurakkautta enemmän. Tärkeimpiä kohtaamisia ovat aamiaiset, lounaat ja etenkin illalliset. Paheksuttavana pidetään, jos ei niille ilmaannu.

”Suomalaistutkijoita on hämmentänyt, että ruokaseuraa pidetään terveydelle liki yhtä tärkeänä kuin ruuan laatua.”

Yhteinen ruokahetki on tärkeä nykyäänkin Välimeren maissa; yksinsyömistä pidetään surullisena, ehkä jopa hieman hävettävänä. Yhteisöllisyys on merkki ihmisen hyvinvoinnista.

Olen kuullut suomalaisten elintapatutkijoiden hämmentyneen kansainvälisissä tutkimushankkeissa. He ovat huomanneet, kuinka yhteistä ruokapöytää ja ruokaseuraa pidetään ravitsemuksellisesti vähintään yhtä tärkeinä kuin syötyä ruokaa.

Pari sataa vuotta sitten Suomessa rakennettiin piilopirttejä ja torppia mahdollisimman kaukaisille mäille ja salojen takamaille. Kaupungistumisen varhaisvuosinakin häliseviä taajamia pidettiin jo yksinään terveysriskinä. Suomalaiselle vaikeneminen on ollut kultaa, eikä mykkyys ole ollut häiritsevä luonteenpiirre. Ei *Täällä Pohjantähden alla* tai *Alastalon salissa* -romaanien maailmoissakaan kukaan luennoinut tunteiden sanoittamisesta.

Nyt on eri meininki. Ihailemme amerikkalaisten small talk -taitoja ja eteläeurooppalaisten välittömyyttä. Tunnetaitoja opetetaan viimeistään jo ala-asteella, ja rekryfirmat haalivat listoilleen ekstrovertejä.

Sodankäyneet vanhempamme ja isovanhempamme ehtivät silti siirtää meille vaikenemisen kulttuurin, ja tässä ajassa se nähdään nyt toksisena, kehoa ja mieltä myrkyttävänä käyttäytymisenä. Arvostan itsekkin sosiaalisuutta, mutta harvasanaisuuden ja ujouden tulkitseminen ei-toivotuiksi luonteenpiirteiksi on alkanut vähitellen myös ärsyttää minua.

”Vanhempamme ja isovanhempamme ehtivät siirtää meille vaikenemisen kulttuurin.”

Olin äskettäin kuuntelemassa luentoa Diakonissalaitoksen koordinoimasta Näkymättömät-ohjelmasta. Siinä pyritään pääsemään keskusteluyhteyteen tietoverkoissa paljon aikaansa viettävien ja sinne ”kadonneiden” ihmisten kanssa. Hankkeessa halutaan tavoittaa heitä, jotka kokevat itsensä yksinäiseksi ja tahtoisivat ulos ”komerostaan”.

Japanissa tällaisesta syrjäytymisestä puhutaan Hikikomori-termillä, jolla viitataan sosiaalisesta elämästä täysin vetäytyviin henkilöihin tai koko vetäytymisilmiöön. Suomessa komeroitumiseen liitetään helposti mielikuvia vihaisista, nuorista miehistä, jotka purkavat yksinäisyyttään ja turhautumistaan verkkovihaan tai rajattomaan nettipelaamiseen.

Hankkeessa työskentelevä Ville Manninen kuitenkin painottaa, ettei komeroituminen katso ikää, sukupuolta tai asuinpaikkaa. Syitä sosiaalisista kontakteista vetäytymiselle on yhtä paljon kuin on vetäytyjiäkin. Monen taustalta kuitenkin löytyy kiusaamista, häpeän tunteita, epäonnistuneita ihmis- ja hoitokontakteja – monenlaista osattomuutta ja osattomuuden kokemuksia. Mannisen sanoin: ”Kun on riittävän kauan ollut syrjässä sosiaalisista kontakteista, kynnys osallistua mihinkään on kasvanut aina vain korkeammaksi.”

”Jäin miettimään käännteistä todellisuutta: mitä jos rekrykonsultit tarjoaisivatkin työt ensin ujoille.”

Ylen haastattelussa viime vuoden elokuussa Manninen kertoi, miten kolmivuotinen hanke herätti aluksi monissa epäluuloja. Se suorastaan tyrmättiin keskusteluryhmissä, joita perustettiin yhteistä vuoropuhelua varten. Mutta tänä syksynä Manninen kertoi meille, että kesällä Helsingin Korkeasaareen järjestettyyn ryhmätapaamiseen tultiin ihan liveinä kohtaamaan toisia komeroituneita.

Niinpä – monella meistä on myötäsytynen tarve kohdata muita ihmisiä ja olla osa porukkaa, mutta jokaisen pitäisi voida tehdä se omilla ehdoillaan.

Minä jäin miettimään käännteistä todellisuutta: entä jos meidät ekstrovertit määriteltäisiin yhteiskuntaan sopeutumattomiksi ja oudoiksi? Höpöttäjille perustettaisiin tukihankkeita, joissa opetettaisiin pysymään hiljaa, ja rekrykonsultit tarjoaisivat työt ensin ujoille.

Tämä aika kaipaa kuuntelemisen taitoa. Hiljaisempikin, kenties sosiaalisista suhteista jo vetäytynyt, kyllä puhuu, kun hänen annetaan tehdä se omassa tahdissaan.