

Hiuksettomuuden herättämät tunteet

Häpeän kokemukset kaljujen naisten kirjoituksissa



Johanna Latva

Hiusten menetys herättää kokijassaan monenlaisia tunteita. Yksi näistä on häpeä. Se voi johtua esimerkiksi huomiosta, että oma kaljuus on ”epänormaalia”, koska naisten kaljuus rikkoo yhteiskuntamme ulkonäkönormeja tai pelosta joutua muiden arvostelun ja katseiden kohteeksi. Artikkelissa tarkastelen, miten häpeän tunne ilmenee 19 hiuksettomuuden kokeneen naisen omakohtaisessa teemakirjoituksessa.

Hiuksettomuus on aiheuttanut minulle häpeää ja huonommuuden tunteita. Olen joskus kateellinen ihmisille, joilla on kauniit hiukset. (SK-S:KRA:KN/30.)

Kaljuudesta koettu häpeä ja siihen liittyvä stigma voivat kummuta monista eri syistä. Yhtenä syynä on kulttuurissamme vallalla oleva käsitys, jossa hiuk-

set yhdistetään elinvoimaisuuteen ja terveyteen. Sen sijaan kaljuus ja hiustenlähtö liitetään vanhenemiseen, sairauksiin ja jopa kuolemaan (Boland, Brady & Drury 2020; Coe ym. 2013, 1–3; Synnott 1993; 121–122), minkä takia kaljuus voi aiheuttaa häpeää. Hiustenlähtöä voidaan piilotella ja omien hiusten tilalle saatetaan hankkia peruukki. Kaljuuden

häpeällisyys korostuu naisilla ja heidän kaljuuttaan pidetään epäluonnollisempaa ja huomiota herättävämpänä kuin miesten hiuksettomuutta, koska hiukset käsitetään kulttuurissamme olennaiseksi osaksi naiseutta. Hiukset naiseuden kruununa on toistettu ajatus, joka voi olla raskas taakka hiuksettomille. Hiusten ollessa niin merkittävä osa ihmisten

identiteettiä eri sukupuolilla, hiuksettomuus koetaan usein jopa stigmatisoivana. (Boland, Brady & Drury 2020; Coe ym. 2013, 2; Hunt & McHale 2005, 8; Synnott 1993, 105; Trusson & Quincey 2021.) Alun lainaus kaljuuden aiheuttamasta häpeän tunteesta on yksi Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) Kaljut naiset -keruun vastauksista, joita käytän tutkimusaineistoni. Lainaus kiteyttää aineistoni häpeän kokemukset ja paljastaa, että häpeä on yksi hiusten menetyksen herättämistä tunteista. Samalla lainaus osoittaa, että häpeä liittyy muihin ihmisiin ja yhteiskunnassa ylläpidettyihin ulkonäkönormeihin sekä niiden ongelmiin.

Tässä artikkelissa käsittelen hiuksettomuuden kokeneiden naisten häpeän kokemuksia Suomessa 2020-luvulla. Tutkimuskohteenani ovat naisten omakohtaiset kirjoitukset, joissa käsitellään kaljuutta ja siihen liittyviä häpeän tunteita. Tarkastelen sitä, miten naiset kertovat häpeästä ja toisaalta häpeämättömydestään. Kiinnostukseni kohdistuu juuri häpeään, koska kaljuuden stigmaattisuus ja häpeä tulevat esille aikaisemmissa naisten kaljuutta käsittelevissä tutkimuksissa, mutta se jää yksityiskohtaisemman tarkastelun ulkopuolelle. Kaljuuden häpeällisyys on ollut myös lähiaikoina esillä väkivaltaan ja rangaistuksiin liittyvän hiusten leikkuun takia, joten aiheen tut-

kiminen on myös tältä kannalta tärkeää. Minua kiinnostaa, onko omakohtaisissa kirjoituksissa häpeä yksilöllinen kokemus vai liittyykö siihen kollektiivisiä ulottuvuuksia. Vaikuttaako kaljuus häpäisykeinona naisten kokemuksiin? Tutkimuksessani tarkastelen myös, onko naisten mahdollista muuttaa omalla toiminnallaan niitä rakenteita ja normeja, jotka aiheuttavat häpeän kokemuksia. Tutkimukseni päämääränä on tuottaa ja lisätä tietoa naisten kaljuuden kokemuksesta ja yhteiskunnan vaikutuksesta koettuun häpeään sekä laajemmin tarkastella häpeän kokemusten vaikutusta naisten arkeen. Haluan näin lisätä ymmärrystä naisten kaljuudesta ja tuoda esille naisten ulkonäköön liitetyjä suomalaisen kulttuurin normeja ja käytäntöjä. Tarkastellessaan häpeän kokemuksia tutkimukseni osallistuukin aikaisempaan tieteelliseen keskusteluun, jossa tunteiden kulttuurisidonnaisuus ja yhteiskunnan luomien normien merkitys häpeän tunteelle tuodaan esille (esim. Kainulainen & Parente-Čapková 2011, 8–9; Ahmed 2004; Hämäläinen & Mäkelä 2022; Munt 2008 2–18).

Kaljuuden aiheuttama häpeä ja stigma voivat liittyä myös sairauksiin ja niiden esille tuomiseen. Häpeää tutkinut oikeushistorioitsija Satu Lidman toteaa, että sairaudet voidaan nähdä leimaavina, koska ajatellaan sairastuneen tahraavan

ympäristönsä tartuttaen häpeän muihin. Tämän vuoksi sairastuneita on pidetty yhteiskunnasta eristettävänä yksilöinä, jotka voivat nykyäänkin kokea syrjintää. (Lidman 2011, 80–94.) Sairastuneet voivat myös kokea sairautensa häpeällisenä, koska eivät pysty noudattamaan yhteiskuntamme normia terveestä ja hyvinvovasta ihmisestä (Kaltiala-Heino, Poutanen & Välimäki 2001). Onkin havaittu, että sairauden nostattama häpeä pahentaa sairauksia ja altistaa psyykkisille oireiluille (Lidman 2011, 94). Yksi esimerkki siitä, miten sairauden takia kalju nainen joutui häpäisyn ja julkisen pilkan kohteeksi, tapahtui vuoden 2022 Oscar-gaalassa. Gaalassa koomikko Chris Rock vitsaili lavalla näyttelijä Jada Pinkett Smithin alopeciasta johtuvasta kaljuudesta. Rockin mukaan Pinkett Smithin kaljuus on täydellinen rooliasu *Sotilas Jane* -elokuvan jatko-osaa varten. *Sotilas Jane* on vuonna 1997 julkaistu toimintaelokuva, jossa pääroolia näytteli siilitukkainen Demi Moore. Rock siis yritti häpäistä ja leimata Pinkett Smithin suuren yleisön edessä vain tämän normista poikkeavan kaljuuden takia. (Ks. esim. Yle 2022.)

Aikaisemmin hiuksettomuus on ollut viesti väärintekijästä koska hiustenajelua on käytetty julkisena rangaistuskeinona. Varsinkin naisilla ”hiusten kyniminen” on ollut merkki siveettömäs-

tä tai epäsovivasta käytöksestä. Hiu-
sten leikkaaminen naisilta häpeärangais-
tuskeinona tunnetaan eri puolilla maa-
ilmaa. (Barak-Brandes & Kama 2018,
6, 9–10; Guillerm 2015, 39, 42; Lidman
2015, 294–295; Vejdani 2023, 755–759.)
Toisen maailmansodan aikana käytäntö
tuli näkyvämmäksi Euroopassa. Tuol-
loin useissa maissa naisilta ajeltiin hiuk-
set rangaistuksena yhteistyöstä vihollis-
sen kanssa, mikä sisälsi ajatuksen sek-
suaalisesta kanssakäymisestä. (Coe ym.
2013, 4; Guillerm 2015, 40–41; Junila
2000, 146–165; Lidman 2015, 294–295;
Webster 2009.) Rangaistuksen suoma-
lainen konteksti on tullut 2020-luvulla
esille muun muassa Tommi Kinnusen
Ei kertonut katuvansa -romaanin (2020)
sekä teoksen pohjalta dramatisoitujen
näytelmien kautta (Helsingin Kaupun-
ginteatteri; Tampereen Teatteri). Tä-
mä häpäisykeino ei ole jäänyt vain his-
toriaan, vaan sitä käytetään Suomessa
edelleen esimerkiksi lähisuhdeväkival-
lan muotona romanikulttuurissa (Tör-
mä, Tuokkola & Hurtig 2013, 47–48; Yle
2025). Rangaistuksen taustalla on ajatus
siitä, että naisilla kuuluu olla hiukset ja il-
man niitä hän ei ole osa normien mukais-
ta yhteiskuntaa. Sama ajatuskulku tois-
tuu laajemmin naisten kaljuuden tarkas-
telussa: jos naisella ei ole hiuksia, hänet
nähdään normista poikkeavana yksilö-
nä, jota voi arvostella ja kyseenalaistaa.

Aikaisemmin naisten kaljuutta
on lähestytty usein lääketieteellisestä
näkökulmasta tarkastellen esimerkiksi
sairauksia tai niiden hoitokeinoja. Näis-
sä tutkimuksissa on tullut ilmi, että hius-
ten menettäminen aiheuttaa usein nega-
tiivisia tunteita naisissa (Coe ym. 2013,
1). Kuitenkaan aikaisemmin niissä ei ole
perehdytty yksittäisten tunteiden vaiku-
tuksiin tai tunteiden tarkempaan ilme-
nemiseen oman tutkimukseni tavoin.
Lääketieteellisen tutkimuksen sijaan
tutkimuksenii paikantuu osaksi moni-
tieteistä kulttuurisen terveystutkimuk-
sen kenttää, jossa yksilöiden terveyden ja
sairauden kokemuksia pyritään ymmär-
tämään kulttuurisesti ja sosiaalisesti ra-
kentuneina (Honkasalo, Salmi & Lau-
nis 2012, 8–9, 12–18; Kinnunen 2020,
37–41). Kulttuurisen terveystutkimuk-
sen avulla laajennan aikaisemman tut-
kimuksen näkökulmaa naisten kaljuu-
desta ja siihen liittyvistä tunteista osa-
na kulttuurisia rakenteita. Tutkimukse-
ni hermeneuttinen lähestymistapa poh-
jautuu kulttuurien tutkimuksen ja etno-
logian tutkimusperinteeseen.

Artikkelini jakautuu kolmeen käsit-
telylukuun. Näissä käsittelem ensin ul-
konäköön ja sairauteen liittyviä häpeän
kokemuksia, toisena vastaajien kohtaa-
maa muiden heistä tuntemaa häpeää se-
kä kolmantena häpeän torjumista. Näi-
tä lukua ennen esittelen tutkimusaineis-

toni sekä tutkimukseni tieteellisen viite-
kehyksen.

Teemakirjoitukset aineistona

Tutkimusaineistoni koostuu keväällä
2021 järjestetyn Suomalaisen Kirjalli-
suuden Seuran Kaljut naiset -keruun kir-
joituksista. Keruussa vastaajia pyydet-
tiin omin sanoin kuvailemaan hiuksetto-
muuteensa liittyviä kokemuksia ja heille
tarjottiin avuksi valmista kysymyslistaa.
Kysymykset käsittelevät hiuksettomuut-
ta viiden eri teeman kautta, jotka olivat
hiuksettomuuden syyt, kaljuuden peit-
täminen, oma kokemus, hiuksettomuu-
den hoito ja muiden reaktiot. Kysymyk-
sissä ei käsitelty häpeää, mutta esittees-
sä tiedusteltiin mitä tunteita hiuksetto-
muus on vastaajissa aiheuttanut. Lisäk-
si kyselyn esittelytekstissä kirjoitettiin,
että ”[h]iukseton nainen onkin edelleen
osittainen tabu, minkä vuoksi hiukset-
tomuutta saatetaan peitellä ja hävetä”.
(Kaljut naiset -keruuesite.) Kirjoitukset
on tallennettu SKS:n arkistoon ja vastaa-
jilta on lupa kirjoitusten tutkimuskäyt-
töön. Koska kirjoituksissa käsitellään
vastaajien henkilökohtaisia tuntemuk-
sia ja sairauksia, olen kiinnittänyt aineis-
ton käsitteilyssä ja artikkelissani huomio-
ta vastaajien yksityisyyteen. Pyrin ole-
maan tuomatta ilmi tunnistettavia tie-
toja vastaajista ja viittaan heihin nimet-

töminä käyttäen lainauksissa SKS:n arkistotunnusta. Aineistolainaukset ovat suoria sitaatteja kirjoituksista.

Aineistokseni olen valinnut vain ne keruun 19 suomenkielistä kirjoitusta, joissa vastaajat käyttivät sanoja häpeä tai häpeäminen kertoessaan kaljuuteensa liittyvistä tunteista. Vastaajia yhdistää se, että he ovat kaikki menettäneet hiuksensa eli he ovat sairauden tai sen hoitomuotojen takia hiuksettomia. Suurin osa heistä on menettänyt hiuksensa päivälkajan eli alopecian eri muotojen takia (9) tai syöpähoitojen (6) seurauksena. Muutamat ovat hiuksettomia muiden sairauksien takia (4). Hiusten menetyksen syy vaikuttaa jonkin verran vastaajien kokemukseen. Kirjoituksista tulee esille, että on eri asia sairastaa alopeciaa, jolloin hiusten kasvun palautuminen ei ole varmaa, kuin menettää hetkellisesti hiuksensa syöpähoitojen takia, jolloin hiuksettomuus on yleensä vain väliaikaista. Kirjoitukset myös osoittavat, että vastaajat ovat eriarvoisessa asemassa sen suhteen, miten peittävät hiuksettomuuttaan. Alopeetikot ja syöpähoitojen takia hiuksensa menettäneet ovat tällä hetkellä oikeutettuja peruukin hankintaa tukevaan maksusitoumukseen, mutta tämä ei välttämättä toteudu muiden sairauksien kohdalla (Allergia-, Iho- & Astmaliitto 2021; Sosiaali- ja Terveysministeriö 2023, 114). Vastaajat ovat syntyneet

vuosien 1954–1991 välillä ja he jakautuvat työikäisiin sekä eläkeläisiin. Kirjoitusten ajallisuus sijoittuu pääosin keruun vastausaikaan 2020-luvulle. Kuitenkin osalla vastaajista hiuksettomuus on alkanut useampi vuosi sitten tai jo lapsuudessa, joten heidän kokemuksensa eroavat juuri hiuksensa menettäneiden kokemuksista. Vastaajien asuinpaikat ovat eri puolilla Suomea painottuen maan eteläosiin.

Aineistoa analysoidessani olen huomoinut, että vastaajien kirjoitukset eivät ole konkreettisia kokemuksia, vaan vuorovaikutuksellisesti tuotettua kerontaa naisten kokemuksista. Kirjoituksen sisältöön ja siihen ketkä ovat vastanneet kyselyyn ovat vaikuttaneet niin keruuesitteessä esitetyt kysymykset kuin keruun kohdentaminen naisvastaajiin ja omakohtaisuuteen. Myös aineistoa keräävällä ja käyttävällä tutkijalla sekä keruutaholla ja kyselyn leviämällä on merkitystä siihen, ketkä kyselyyn ovat vastanneet ja miten. (Olsson 2016; Savolainen & Taavetti 2022, 21–23.) Monet kirjoittajat noudattivat keruuesitteessä annettua kysymyslistaa, mutta kirjoitusten pituus vaihteli useammasta liuskasta muutamaan kappaleeseen. Kysymyslistasta huolimatta vastaajat ovat itse voineet valita miten kirjoittaa kokemuksistaan, mitä jättää kertomatta ja mitä korostaa. Tuomalla tunteet ja häpeän esiin

keruuesitteessä, olen kuitenkin osaltani ohjannut vastaajia kirjoittamaan näistä asioista. Kirjoittaessaan kokemuksistaan vastaajat olivat myös tietoisia, että kirjoituksia käytetään aineistona hiuksettomuutta käsittelevässä tutkimuksessa. Tutkijana olen tehnyt päätöksen siitä, mitkä keruun kirjoitukset olen tutkimusaineistokseni valinnut.

Tarkastelemani tunteet ovat yksilöiden kokemuksia, jotka ovat kuitenkin kulttuurisesti rakentuneita. Tämän takia tunteisiin liittyy vakiintuneita tapoja, joilla niitä ilmaistaan sekä syitä, joista tunteet syntyvät. (Ahmed 2004, 19–24.) Häpeä on muiden tunteiden tavoin kulttuurisesti jaettu tunne, mutta sitä voidaan kokea monin tavoin. Se on yksilöllinen tunnetila, jota voi olla vaikea ilmaista. Koska se on usein myös tabu, häpeästä kertomista voidaan vältellä tai kokemuksista voidaan kertoa kiertoilmauksin (Brown 2006, 45; Oinas 2011, 153). Artikkelissani tarkastelen häpeän kokemuksia kirjoitettujen kuvausten kautta. Kysyn, missä tilanteessa häpeää koetaan ja mihin se vaikuttaa arjessa. Samaa tapaan kirjoitetun aineiston avulla esimerkiksi Karoliina Maanmieli on tutkinut mielisairaalapotilaiden omakohtaisia häpeän kokemuksia (Maanmieli 2019a; Maanmieli 2019b) ja sosiologi Elina Oinas on tarkastellut kuukautisten synnyttämää häpeää (Oinas 2011).

Toisin kuin näissä tutkimuksissa, en ole lähtenyt tulkitsemaan peiteltyjä häpeän kokemuksia, vaan aineiston rajauksen takia olen keskittynyt tarkastelemaan vain niitä kirjoituksia, joissa käytetään sanoja häpeä tai häpeäminen.

Aineiston käsittelyssä olen hyödyntänyt lähilukua, kulttuurianalyttistä näkökulmaa sekä teemoittelua. Kulttuurianalyysi mahdollistaa ilmiöiden kyseenalaistamisen ja asioiden uudelleen-tarkastelun kriittisestäkin näkökulmasta. Kulttuurianalyysin avulla olenkin hahmottanut kirjoituksista vastaajien arjen toimintamalleja ja merkityssisältöjä. (Ehn ja Löfgren 1982, 12; Ehn & Löfgren 2007.) Lähiluku toimii analyysimetodina aineiston tulkinnessa ja kulttuurianalyysia täydentävänä menetelmänä (esim. Pohtinen 2023, 46). Olen lähilukenuit kirjoituksia läpi useaan kertaan eri tavoin hahmotellen niistä häpeän kokemuksia. (Pöysä 2010, 338–340.) Lähiluvun avulla olen onnistunut löytämään kokemuksista erovaisuuksia ja toisaalta yhtäläisyyksiä. Näistä olen teemoittelun avulla muodostanut kokonaisuuksia, jotka luovat rakenteen artikkelini luvuille. Aineistoesimerkeillä avaan tarkemmin vastaajien erilaisia kokemuksia teemojen sisällä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 104–107.)

Häpeä ja hiukset tutkimuskohteena

Erilaiset tunteet vaikuttavat arkeemme ja siihen miten eri tilanteissa toimimme. Etnologisessa tutkimuksessa tunteet ja niiden merkitys ovatkin tyyppillinen tutkimuskohde (Frykman & Povrzanović Frykman 2016, 10, 17; myös Pohtinen 2023, 35). Koetut tunteet voivat olla hyvin yksilöllisiä ja ajallisesti liittyä myös menneeseen, eikä vain siihen hetkeen, jossa ne koetaan. Tunteet ovat kuitenkin myös kulttuurisesti rakentuneita, jolloin kokemus tietystä tunteesta, kuten häpeästä on mahdollista jakaa ja ymmärtää. (Rinne, Kajander & Haanpää 2018, 6–9.) Lisäksi tunteet ovat sosiaalisia ja vaikuttavat niin yksilöiden ja yhteisöjen toimintaan ja luovat toimijuutta. Ne toimivat kulttuurisina käytänteinä, joita voi oppia ja omaksua. (Ahmed 2004, 19–25; myös Hämäläinen & Mäkelä 2022.) Häpeää kuvataankin usein yleismaailmalliseksi tunnetilaksi. Se on kuitenkin usein piilotettua ja yksityistä, keskustelunaiheena jopa tabu. Onkin todettu, että häpeän tunne aiheuttaa kokijoissaan usein muita pidempiaikaisia seuraamuksia, kuten itsetunto-ongelmia, masennusta ja ahdistusta. Häpeä eroaa syyllisyyden tunteesta siinä, että syyllisyyttä koetaan oman toiminnan tuloksena, mutta häpeä kohdistuu itseensä eikä toimintaan. Häpeää aiheu-

tuu, kun yksilö tuntee epäonnistuneensa kulttuuristen odotusten täyttämisesä. (Brown 2006, 43–46; Lidman 2011, 38–46; Rechartd & Ikonen 1994; Scheff 2003.)

Tutkimuksessani sovellan muun muassa kulttuurintutkija Sara Ahmedin häpeän määritelmää. Siinä häpeä liittyy aina muihin ihmisiin, koska itseään tarkastellaan muiden silmin. Jos ihminen ei tunne olevansa muiden silmissä ”normaali”, hän kokee asiasta häpeää ja yrittää piilottaa asian muilta. Häpeä on siis sosiaalista eri tilanteissa ja ihmissuhteissa syntyvää tunnetta. (Ahmed 2004, 104–106; myös Lidman 2011, 25, 31–32.) Stigma eli häpeäleima siis syntyy poikkeavuudesta eli ”ei-toivotun” ominaisuuden olemassaolosta, kuten usein hyödynnetyn stigmatteorian jo 1960-luvulla luonut sosiologi Erving Goffman on todennut (Goffman 1963, 1–13). Peilaan aineistoni kokemuksia aikaisempaan häpeän kokemuksiin ja häpeää käsitelleisiin tutkimuksiin ja hyödynnän samalla yhdysvaltalaisen sosiologian tutkimusprofessori Brené Brownin (2006) teoriaa siitä, miksi naiset kokevat häpeää, miten se heihin vaikuttaa ja miten sitä on mahdollista vastustaa. Tutkimuksensa pohjalta Brown on muodostanut kaavion, josta ilmenee häpeää kokevien naisten tärkeimmät huolenaiheet sekä hyödyllisimmät keinot

oppia sietämään ja vastustamaan häpeää (emt. 45–49).

Oma keho aiheuttaa naisille usein negatiivisia tunteita (Cecil ym. 2018). Brownin mukaan kehonkuvaan liittyvät häpeän tuntemukset ovatkin yksi yleisimmistä naisten häpeän aiheuttajista (Brown 2006, 46). Itseä tarkkaillaan muiden silmin, koetaan olevan muista poikkeava ja tämän takia hävettävä. Kuitenkaan omasta kehosta johtuvat häpeän kokemukset eivät ole todellisuudessa aina riippuvaisia muiden esille tuomista havainnoista, vaan esimerkiksi normien sisäistämisen aiheuttamista vääristyneistä kehonkuvista. (Lidman 2011, 99–104.) Syy vääristymille on liian tiukka käsitys siitä, mikä on ”normaali nainen”. Kulttuurissamme naisten kaljuus ei täytä edellä mainittua normaaliuden ulkonäkövaatimusta (Latva 2024).

Hiukset ovat yksi kehomme näkyvimmistä osista, joten on ymmärrettävää, että ne toimivat usein kulttuurissamme viestinnän, vuorovaikutuksen ja sukupuolen ilmaisun keinoina muun pukeutumisen tavoin (Barak-Brandes & Kama 2018, 4–5; Eicher 2020; myös Paasonen 2010, 47; Turunen & Niiranen 2019). Hiuksiin ja niiden muokkamiseen käytetään myös paljon aikaa ja rahaa (Barak-Brandes & Kama 2018, 5; Kukkonen ym. 2019, 107–110). Kaljuille

naisille tämä voi tuottaa ulkopuolisuuden tunnetta ulkonäkökeskeisessä yhteiskunnassamme. Koska hiuksiin ja kampaus-tyyleihin liittyy paljon erilaisia merkityksiä, identiteettikysymyksiä ja samalla tunteita, myöskään häpeältä ei voida välttyä. Hiusten puute ei ole ainoa hiuksiin liittyvä häpeän aihe, vaan länsimaisessa esimerkiksi hiusten harmaantuminen voidaan kokea häpeällisenä. Siihen yhdistyy sama ajatus kuin kaljuuteen: harmaat hiukset ovat normista poikkeavat eivätkä täytä vaatimusta nuoresta ja terveestä kehosta. Tämän takia ne ovat häpeälliset (Barak-Brandes & Kama 2018, 10; Synnott 1993, 109–110). Kuitenkin hiusten harmaantumista käsittelevissä tutkimuksissa todetaan, että esimerkiksi sosiaalinen media ja vertaistuki auttavat häivyttämään harmaista hiuksista koettua häpeää ja normalisoimaan ne. (Cecil ym. 2018; Friesem 2018.)

Kuten hiusten harmaantuminen, tutkimusten perusteella omalle kohdalle sattunut epätoivottu kaljuus vaikuttaa naisten itsetuntoon heikentävästi. Hiuksettomuus koetaan häpeällisenä ja stigmatisoivana asiana. Tutkimuksissa on todettu, että hiusten menetyksellä on monia epätoivottuja vaikutuksia ja hiuksensa menettäneet kokevat hiuksettomuutensa vaikuttaneen negatiivisesti heidän työuraansa ja ihmissuhteisiin. (Boland, Brady & Drury 2020; Coe ym.

2013; Hunt & McHale 2005; Trusson & Pilnick 2017.) Aikaisemmissa tutkimuksissa ei kuitenkaan tarkemmin käsitellä häpeän vaikutusta eikä häpeästä selviytymistä ja toipumista. Tutkimukseni avaakin uuden näkökulman hiuksettomuustutkimukseen yhdistäen sen etnologiseen tutkimusperinteeseen, jossa tunteet ja niiden merkitykset, samoin kuin pukeutuminen, ovat olleet tarkastelun kohteina. Hiukset ja niiden merkitys ovat jääneet tutkimuksissa vielä vähäiselle huomiolle, vaikka ne nykyään lasketaan osaksi pukeutumistutkimuksen traditiota (Barak-Brandes & Kama 2018, 6–7; Turunen & Niiranen 2019, 30; Vilkuna 2019, 88–89).

Häpeä ulkonäöstä ja sairaudesta

Kahdessatoista kirjoituksessa häpeä yhdistyi vastaajien muuttuneeseen ulkonäköön ja sitä muuttaneeseen sairauteen. Vastaajat kokivat itsensä erilaisiksi kuin muut ja tämän takia häpesivät ulkonäköään. Omasta ulkonäöstä koettu häpeä ja häpeä muutoksen aiheuttaneesta sairaudesta voivat olla eri asioita, mutta aineistossani ne kuitenkin ovat riippuvaisia toisistaan, koska kaikilla hiusten menetyksen syy ja muuttunut ulkonäkö johtuvat juuri sairauksista. Häpeän tunteen taso tai sen syyn sanallistaminen kuitenkin vaihtelevat yksilöllisesti.

Naisten kehohäpeän kokemukset liittyvät ei-toivottuihin ominaisuuksiin, joihin voi kuulua myös hiuksettomuus. Kaljuutta pidetään miehisenä kampaustyylinä, minkä takia kaljun naisen sukupuolta saatetaan jopa kyseenalaistaa (Latva 2021; Latva 2024). Kuten Judith Butler on todennut, sukupuolen ilmaisu ja ”oikeanlainen” ulkoasu muodostuvat ja muokkautuvat kulttuurissamme performatiivisuuden ja toiston kautta, eivätkä käsitykset sukupuolista ja niiden ilmaisusta ole pysyviä ja lopullisia (Butler 2006, 90–92, 234–235). Kuitenkin aineisto tuo ilmi, että sukupuolieroa luodaan hiusten ulkonäön avulla ja käsitykset ovat edelleen varsin perinteisiä ja stabiileja. Siksi on ymmärrettävää, että näiden naisten kirjoituksissa hiuksettomuus nähdään osittain häpeällisenä ja ”ei-naisellisenä” ominaisuutena.

Koen että tukattomana naisena eläminen on tuonut mukanaan ylimääräistä häpeää ja epävarmuutta ja tilanteita joissa olen kokenut joutuvani altavastaavaksi ulkonäön vuoksi; etenkin työhaastattelut, deittailu jne. (SKS:KRA:KN/16.)

Kuten lainauksesta ilmenee, kaljuus tai osittainen hiuksettomuus sai vastaajat kokemaan häpeää ja siihen liittyvää alemmuuden tunnetta. Vastaajan kokemus, että ”oikeanlaisella” ulkonäöllä on

merkitystä niin työelämässä kuin ihmisuhteissa on aikaisemmissa tutkimuksissa todettu paikkansapitäväksi. Normista eroava ulkonäkö voi vaikuttaa niin työtehtävissä etenemiseen, työnsaantiin, kuin ammatilliseen uskottavuuteenkin (Jyrkinen, Karjalainen & McKie 2023; Kukkonen ym. 2019, 66–67; Turunen & Niiranen 2019, 12–13). Ulkonäöllä koetaan olevan myös vaikutusta parisuhteisiin (Kukkonen ym. 2019, 33–44). Myös aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu samankaltaisia kokemuksia. Kaljuutta on esimerkiksi lähdetty peittelemään mieluummin performoiden kulttuurista käsitystä naiselle ’oikeasta’ ulkonäöstä kuin tuotu hiuksettomuus esille (Trusson & Pilnick 2017, 13; Zannini ym. 2012, 656–657).

Kirjoituksista paljastuu, miten useammalla vastaajalla oli kuitenkin riskitietoinen suhtautuminen kokemaansa häpeään. Samalla kun vastaajat kirjoittivat häpeävänsä itseään, he kertoivat ymmärtävänsä, että häpeäntunne johtuu muiden asettamista ulkonäökriteereistä ja normeista. Tästä huolimatta he eivät ”osanneet lopettaa” häpeämistä:

Itseä ärsyttää se että asia hävettää ja sitä joutuu salailemaan. Ei ikään kuin tunne itseään esiintymiskelpoiseksi naiseksi ennen kuin on peittänyt kaljun päänsä suojapähineellä. Järjetöntä mutta näin on. (SKS:KRA:KN/34.)

Häpeän kokemukseen voi liittyä ajatus ansassa olosta ja eristäytyneisyydestä. Häpeäntunteen edessä koetaan voimatomuutta, koska häpeä ei yleensä kohdistu mihinkään tekoon vaan omaan olemukseen. Käsitys siitä, ettei omaan tilanteeseen voi vaikuttaa, aiheuttaa lamaannusta ja masennusta (Brown 2006, 45–46). Koska naisten kaljuus ei ole vielä kovin yleistä Suomessa, omasta häpeästä kertominen ja vertaistuen saaminen tunteilleen ei ole välttämättä mahdollista. Tämä lisää salailun tarvetta ja tunnetta erilaisuudesta. Kuitenkin aineistossani näkyy, että osa vastaajista päätti reagoida koettuun häpeään. Heidän toimintaansa käsittelen tarkemmin kolmannesaluvussa.

Sairauteen liittyvät häpeän tunteet liittyvät sairauden ilmituloon ja paljastumiseen. Vastaajat kirjoittivat peittelevänsä hiustenlähtöään eri keinoin ja pelkäsivät, että toiset saavat tietää heidän salaisuutensa: ”Yritin kammata hiukset tarkasti poninhännälle, mutta koko ajan mietitytti, paistaako päänahka läpi ja huomaako joku. Häpeä oli kauhea.” (SKS:KRA:KN/31.) Juuri sairauden peittely on hiusten menettämisessä usein raskainta. Kirjoituksista tulee esille jatkuva itsensä kontrollointi ja muiden reaktioiden valvonta. Vastaajat ovat huolissaan siitä, huomaavatko muut kaljuuden ja miten muut reagoivat siihen. Häpeään

liittyykin tiivistä niin itse tunteen kuin sen syykin salaaminen ja piilottelu muilta (Kainulainen & Parente-Čapková 2011, 8, 12).

Pelko paljastumisesta tuli todelliseksi yhdelle vastaajista. Hän kirjoitti itkeneensä häpeästä, kun kaljuus oli paljastunut vahingossa ensimmäisen kerran. Vastaaja myös totesi, että oli tämän jälkeen oppinut suhtautumaan asiaan huumorilla ja kutsui tilanteita ”tragikoomisiksi”, joille nauroi yhdessä ystäviensä kanssa. Vastaaja ei siis varsinaisesti hävennyt ulkonäköään tai hiuksettomuuden aiheuttanut alopeciaa, vaan häpeän sai aikaan yllättävä tilanne, jonka kaljuuden paljastuminen aiheutti. Kokemuksessa konkretisoituu Satu Lidmanin toteamus, että ”[e]mme koe häpeäntunnetta ensisijaisesti meihin liittyvän häpeällisen asian vuoksi, vaan siksi, että pelkäämme muiden reaktioita.” (Lidman 2011, 32). Samanlaisen huomion on tehnyt myös sosiologi Elina Oinas tutkiessaan nuorten kuukautishäpeää. Hänen mukaansa häpeä syntyy usein pelosta, että muut saavat tietää tai että kuukautisten myötä katoaa kontrolli vaikuttaa kehon toimintaan (Oinas 2011). Samasta asiasta oli kyse myös vastaajan kokemuksessa. Kirjoituksen perusteella vastaaja pystyi kuitenkin lopulta vaikuttamaan omaan häpeän tunteeseen huomattuaan, että paljastumi-

nen ei saanutkaan muilta negatiivista huomioita. Hän pystyi neutralisoimaan tunteen huumorin ja ystävien positiivisen suhtautumisen avulla. Huumorin onkin todettu auttaneen esimerkiksi syöpään sairastuneita miehiä kohtamaan muuttunut kehonsa. Tutkimusten perusteella myös läheisten neutraali ja positiivinen suhtautuminen helpottaa naisia hyväksymään hiuksettomuutensa (Latva 2024; Trusson & Quincey 2021, 66).

Sairauteen liittyneisiin häpeän kokemuksiin yhdistyi myös tunne siitä, että hyväksymällä sairautensa asettaa itsensä erilleen muista. Tämä tulee esille yhden vastaajan kirjoituksesta: ”Eräänä päivänä kävelin peruukkiliikkeeseen etsimään hiuslisäkettä. Ensimmäinen tunne oli häpeä, eikä peruukkiliikkeen ilmeetön ulkopuoli ovikelloineen helpottaneet häpeäntunnetta.” (SKS:KRA:KN/74.) Kuten Lidman toteaa, sairastuneille avuntarpeen sisäistäminen, vastaajan kokemuksessa peruukin käytön tarpeen hyväksyminen ja sen hankinta, synnyttävät häpeää. Tähän liittyy ajatus erilaisuudesta, sairauden stigmasta ja sosiaalisen normin rikoutumisesta. (Lidman 2011, 96.)

Joissain kokemuksissa tulee esille ajallisuus ja sen merkitys häpeän kokemukseen. Yksi vastaajista kertoi olevansa julkisesti kalju ja olleensa aikai-

semmin varsin sinut kaljuutensa kanssa. Vanhetessaan kaljuus oli kuitenkin alkanut häiritä häntä. Hän kirjoitti, että ei häpeä hiuksettomuuttaan vaan hiuksettomuuden aiheuttamaa alemmuuden tunnetta. Vastaaja ei kehdannut enää myöntää muille, että hiuksettomuus on alkanut vaivata, koska oli aiemmin esiintynyt yllpeästi kaljuna. Tunnemuutos siis aiheutti häpeää ja omien ajatusten piilottelua. Hänen kokemuksensa voi tulkita kertovan kulttuurimme asenteista eri ikäisten ulkonäköön: nuorilla kaljuus on hyväksyttävämpää kuin vanhemmilla naisilla, joilta odotetaan enemmän normien mukaista käytöstä ja pukeutumista. (Dumas, Laberge & Straka 2005; Kukkonen ym. 2019, 93–95.) Vastaajan häpeän kokemus kertoo myös siitä, miten ihmisiltä odotetaan vakautta. Muutoksia omissa tunteissa tai suhtautumisessa omaan kehoon voidaan pitää ailahtelevaisuutena.

Ajallisuuden merkitys tuli esille myös toisessa kirjoituksessa, jossa häpeän kokemus liittyi 2020-luvun sijaan lapsuuteen:

Pojat menivät hihitellen taululle ja kirjoittivat ”ei saa olla kalju”. – – Minua hävetti, itketti ja pelotti. Sen sijaan, että olisin ollut vihainen, olin häpeissäni. Häpesin itseäni, häpesin miten vääränlainen olen, häpesin sitä että nyt kaikille selvisi, ettei kalju tyttö voi ikinä kel-

vata pojille –miten olin saattanut edes kuvitella niin? (SKS:KRA:KN/86.)

Lainaus jo lapsena hiuksensa menettäneeltä kuvaa, kuinka lapsuuden kokemukset eivät helposti unohdu. Vastaa- ja kirjoittaa ajattelevansa edelleen, että poikien ehkä vitsinäkin kirjoittama lause on totta ja että hän ei kelpaa kenellekään ilman hiuksia. Lasten kirjoittama kommentti todentaa aikaisempaa käsitystä yhteiskuntamme heteronormatiivisuudesta ja siitä, miten naisen tai tytön tulee olla miehisen katseen kohteena ja miehet voivat päättää millainen ulkonäkö on oikeanlaista ja ”kelpaavaa” (esim. Geller 2009). Samoin se vahvistaa tutkimusta siitä, miten lapset voivat omaksua yhteiskunnan normit jo varhaisessa iässä (Messer ym. 2021).

Muiden häpeä

Vastaajista viisi kirjoitti huomanneensa tai epäilleensä muiden häpeävän heitä heidän kaljuutensa takia. Vaikka yksikään vastaaja ei kertonut kenenkään suoraan sanoneen häpeävänsä heidän hiuksettomuuttaan, muiden käytös ja reaktiot saivat heidät kokemaan, että heidän kaljuutensa ja sairautensa on muiden silmissä häpeällistä.

Lapsena alopeciaan sairastunut vastaaja kirjoitti näin: ”Äitini juoksutti lää-

kärissä, joka totesi, ettei oikein tiedä mistä tämä johtuu. – Asia oli jotenkin hävettävä, sitä piti peitellä tai vähätellä.” (SKS:KRA:KN/82.) Koska hän oli sairastuttuaan vielä lapsi, hän ei täysin ymmärtänyt mitä hänelle tapahtui: miksi häntä vietiin tutkimuksiin ja mitä väärää hänen hiustenlähdössään on. Kuitenkin aikuisten reaktioista hän päätteli, ettei kaljuus ole normaalia, vaan asiaa tulisi hävetä ja piilotella. Häpeä, kuten muutkaan tunteet eivät ole synnynnäisiä vaan kulttuurin rakentamia (Ahmed 2004, 19–25; Rinne, Kajander & Haanpää 2018, 6–9). Vastaaja opetettiin häpeämään asiaa, jonka hän ei ymmärtänyt olevan häpeällinen. Vanhempien antama esimerkki ei välttämättä ollut tiedostettua, mutta se kuvastaa, kuinka omaksumme yhteiskuntamme normeja ja asenteita muiden toiminnan myötä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Kokemus kertoo myös siitä, kuinka lapsuudessa koetut tunteet voivat heijastua myöhempään elämään ja omiin valintoihin (Sedighimornani, Rimes & Verplanken 2020). Vastaaja ei kerro nyt häpeävänsä hiuksettomuuttaan, vaan hän on totutellut alopecian aiheuttamaan toistuvaan hiuksettomuuteen. Kaljuus on synnyttänyt hänessä pääasiassa muita tunteita, kuten turhautumista ja surua. Kuitenkin vanhempien reagointi on edelleen muistis-

sa, koska hän kirjoitti siitä ja kertoo myös usein peittävänsä kaljuutensa muilta. Sama asia on nähtävissä myös edellisen luvun koulukiusaamisen kohteeksi joutuneen vastaajan kirjoituksessa. Vaikka hänen saamistaan kommentteista on aikaa jo vuosikymmeniä, niiden aiheuttama tunnereaktio vaikuttaa edelleen hänen elämäänsä.

Myös muilla kokemukset liittyvät pääosin omiin vanhempiin tai sukulaisiin. Kirjoituksista ilmenee, etteivät muut ihmiset tuoneet häpeää suoraan esille. Esimerkiksi vanhemmat eivät keroneet häpeävänsä vaan toivat suhtautumisensa kaljuuteen muilla tavoin esille. Muita tapoja oli huolehtiminen esimerkiksi kylmettymisestä ja pään peittämissen pyytäminen tämän varjolla:

Huomasin, että hiusteni menettäminen oli kova juttu vanhoille vanhemmilleni ja he olisivat toivoneet etten kulje pää paljaana. Kysyin miksi, ja he kokivat että näin suojaisin itseäni ja kaikki eivät saisi tietää sairaudestani. Tunsin häpeän, jota he kantoivat puolestani, mutta myös suojelunhalun minua kohtaan. (SKS:KRA:KN/37.)

Vastaaja kirjoittaa häpeän sekoittuvan läheisten kokemuksissa muihin tunteisiin, kuten suojelunhaluun. Vanhempien osoittama huolenpito ja jonkinlainen häpeä sai vastaajan kuitenkin vain varmistumaan kaljuutensa esille-

tuomisen tärkeydestä. Hän koki, että julkisesti kaljuna oleminen oli toimimista esimerkkinä muille ja auttaisi häpeän vähentymiseen yhteiskunnassa.

Vastaajat myös kirjoittivat pelänneensä muiden häpeää, mutta huomanneensa, että sitä ei esiintynyt: ”Olisin luullut, että lapseni häpeävät sitä, mutta ilmeisesti kaverit eivät kiinnitä huomiota tai heitä ei kiinnosta toisen äidin hiustilanne.” (SKS:KRA:KN/33). He itse kokivat oman hiuksettomuutensa ”vääränä” ja tämän takia odottivat muilta samankaltaisia reaktioita. He yllättyivät, kun muut eivät kiinnittäneetkään kaljuuteen huomiota tai kokeneet heidän kaljuuttaan häpeällisenä. Tämä todentaa käsitystä, että häpeää koetaan ensisijaisesti itsestä ja omasta ”poikkeavuudesta” (Goffman 1963, 1–13; Lidman 2011, 99–104).

Yksi kokemuksista poikkesi muista, koska se ei liittynyt hänelle läheiseen henkilöön. Vastaaja tuo kirjoituksessaan esille kokeneensa, että lääkärin mukaan kaljuus on häpeällistä, koska se pitää piilottaa peruukein:

Vaikka kaljuuntuminen tuotti minulle voimakkaita epävarmuuden tunteita, minua loukkasi se, että toinen ihminen kertoi minulle ulkonäössäni olevan jotain peiteltävää, hävettävää ja rumaa. Se ei mielestäni ollut lääkärin asia. (SKS:KRA:KN/46.)

Kirjoittaja oli julkisesti kalju eikä tämän keskustelun jälkeenkään kokenut tarpeelliseksi piilottaa kaljuuttaan tai hävetä asiaa. Hän myös kirjoitti ymmärtäneensä kuinka monet muut naiset saattavat piilotella hiuksettomuuttaan samankaltaisten kohtaamisten takia, joissa heille kerrotaan, että kaljuus tulisi piilottaa muilta.

Muiden kokemaan häpeään liittyvät ajatukset assosioituvat pääasiallisesti heidän läheisiin ihmisiinsä. He esimerkiksi kirjoittivat vanhemmistaan ja lapsistaan ja vain yksi vastaajista kirjoitti muista kuin läheisistä. Häpeään yhdistyykin ajatus haavoittuvuudesta (Brown 2006, 48). Muiden häpeän tiedostaneet tai sitä pelänneet vastaajat olivat siis haavoittuvaisempia ja herkempiä juuri itselleen tärkeiden ihmisten suhtautumisen kanssa. Tämän takia nämä kokemukset olivat heille merkityksellisiä ja kirjoittamisenarvoisia, toisin kuin esimerkiksi tuntemattomien suhtautuminen ja mahdollinen häpeäminen. Häpeä kytkeytyy välittämiseen ja rakkauteen, häpeää tunnetaan niiden ihmisten edessä ja seurassa keistä välitetään. (Kainulainen & Parente-Čapková 2011, 8–9.)

Ajatus siitä, että muut kokevat sinusta häpeää liittyy muilta saatuihin reaktioihin. Kun mediassa kirjoitetaan kaljuista naisista normeista poikkeavina, tai kun muut ihmiset tuijottavat ja kom-

mentoivat heitä kadulla, voivat vastaajat kuvitella kaikkien ajattelevan asian olevan näin. Koska kirjoituksissa häpeää ei kuitenkaan yhdistetä tuntemattomien uteluihin ja koeta heidän häpeävän, kerroo se siitä, että häpeää koetaan vain itselleen läheisistä ja merkityksellisistä asioista ja ihmisistä.

Häpeän torjuminen

Vastaajista neljä reagoi suoraan keruuesitteen sanoihin, että kaljuus voidaan kokea häpeällisenä. He kirjoittivat, etteivät koe kaljuutensa olevan häpeällistä, vaikka se ei ollut yhdenkään vastaajan oma valinta: ”En hankkinut peruukkia, koska en keksinyt ainuttakaan syytä hävetä tai peitellä sairastumistani.” (SKS:KRA:KN/21.) Kaksi heistä kirjotti hankkineensa peruukin, mutta vain yksi käytti sitä aktiivisesti töissä. Muut kolme kokivat, ettei heidän tarvitse piilotella kaljuaan muilta, vaan, kuten yksi vastaajista kirjoitti, ”kuljin ylpeänä kuulapäänä” (SKS:KRA:KN/24).

Häpeän sijaan nämä neljä kertoivat kokeneensa muita tunteita, kuten surua ja vihaa kaljuudesta tai sen syystä. Kaikki tunteet eivät kuitenkaan olleet vain negatiivisia, vaan mukana oli niin jännitystä uudesta hiustyylistä kuin ylpeyttäkin. Häpeilemättömyyteen yhdistyi ylpeyttä siitä, että ettei hiuksetto-

muutetaan piiloteltu vaan se tuotiin muille esille. Esilletuomisen tarkoituksena oli toimia positiivisena esimerkkinä sairauden kohtaamisesta ja poistaa siihen liittyvää stigmaa.

Huomionarvoista näissä kokemuksissa on se, että he kaikki olivat menettäneet hiuksensa syöpähoitojen seurauksena. Kaksi heistä kirjoittikin, että heidän asenteeseensa vaikutti tieto siitä, että hiuksettomuus on lopulta vain väliaikainen vaihe. Toinen heistä jopa kuvaili kaljuna olemistaan ja muiden reaktioiden tarkkailua ”kiinnostavaksi ihmiskokeeksi” ja hänelle se oli vain ”elämänvaihe, jonka tiesin menevän ohi.” (SKS:KRA:KN/21). Kaljuuden väliaikaisuus erottaakin nämä vastaajat aineistoni alopeteikoista, jolle hiuksettomuus on saattanut olla toistuva tila lapsuudesta alkaen tai muista sairastuneista, joiden hiuksettomuuteen ei välttämättä ole diagnoosia tai parannuskeinoja. Väliaikaisuus on helpommin hyväksyttävä asia kuin ajatus koko elämän pituisesta sairaudesta ja hiusten menetyksestä, mihin ei ole parannuskeinoja. Myös se, että näillä neljällä vastaajalla kaljuuden syy on varsinaisesti sairauden hoito eikä itse sairaus, on varmasti vaikuttanut osaltaan siihen, että he eivät tunne asiasta häpeää.

Syöpään ja sairauksiin liittyvä häpeän tunne kumpuaa tai on kummunnut yhteiskuntamme terveysturvasta.

”Normaali” yhteiskunnan jäsen on terve ja elinvoimainen, ja tämän takia sairastumisista on vaiettu ja asiaa hävetty. (Heley, Vanderpool & Vedham 2024; Kaltiala-Heino, Poutanen & Välimäki 2001). Vaikka syöpä on edelleen yksi stigmatisoivista sairauksista, kirjoittajien vastaukset osoittavat, että asenteissa sairautta ja sen esiintuomista kohtaan on tapahtumassa muutosta. Koska omaan sairastumiseen ei välttämättä voi vaikuttaa, olisi luonnollista, että häpeää ei kuuluisikaan tuntea. Syövän stigmaattisuutta voi vähentää myös se, että nykyisin syöpädiagnooseista ja niiden hoitomuodoista on myös enemmän tietoa saatavilla, joten taudin ympärillä ei ole samanlaista epätietoisuutta tai kuolemanpelkoa kuin aikaisemmin.

Kirjoituksista voi päätellä, että mallia omaan käytökseen ja kaljuuteen suhtautumiseen otetaan muilta. Yksi vastaajista kertoi, että hän toimi kuten sukulaisensa, joka menetettyään hiuksensa oli julkisesti kalju. Hän omaksui sukulaisensa ajatuksen, että sairaus ja siihen liittyvä hiustenmenetyks eivät ole oma valinta. Tämän takia se ei myöskään voi olla häpeällistä. Toinen vastaaja kirjoitti, että hänen perheenjäsenensä oli käyttänyt peruukkeja. Vastaaja oli lapsena ymmärtänyt käytön johtuvan kaljuuden aiheuttamasta häpeästä. Läheisen kokemus antoi perspektiiviä asiaan, eikä hiuksetto-

muus siksi ollut hänelle vieras asia. Myös aika oli toinen kuin hänen lapsuuden kokemuksessaan. Näiden syiden takia vastaaja ei itse ”kokenut tarvetta” häpeälle, vaan käyttäytyi eri tavalla. Hän siis alitajuisesti tai tiedostaen toimi toisin kuin perheenjäsenensä.

Näiden neljän häpeää kokemattoman lisäksi osa aineiston muista vastaajista kirjoitti, että he olivat pyrkineet aktiivisesti poistamaan häpeää, jota olivat kokeneet muuttuneesta ulkonäöstään. Kokemaansa häpeän tunnetta he kertoivat torjuneensa esimerkiksi tuomalla hiuksettomuutensa näkyvästi esille:

Hiusten ajelu oli todella suuri päätös, koska olin niin pitkään elänyt sairautani häpeän ja peittelyn kautta. – – Vaikeudestaan huolimatta päätös oli ehdottoman hyvä. Avoimuus sopii minulle paljon paremmin, kuin peittely. (SKS:KRA:KN/41.)

Vastaaja oli sairastunut alopeciaan jo nuorena ja siitä asti peitellyt hiuksettomuutensa muilta. Hän kertoo tuntuneen lopulta niin raskaalta, että päätti lopettaa peittelyn ja tuoda sairautensa esille. Hänen mukaansa avoimuus on vaikuttanut siihen, että hän on saanut muilta kannustusta ja ymmärrystä. Kirjoitusten kokemukset noudattavat naisten häpeää tutkineen Brownin havaintoja. Hänen mukaansa empa-

tia omaa häpeän kohdetta kohtaan sekä ymmärrys siitä, ettei häpeän tarvitse olla pysyvää, auttaa pääsemään häpeästä eroon, mikä muuten voisi lamaannuttaa (Brown 2006, 47). Ne vastaajista, jotka kertoivat päättäneensä tuoda sairautensa ilmi päästäkseen jatkuvan hiuksettomuuden piilottelusta toimivat tämän päätelmän mukaisesti. He eivät suostuneet enää olemaan häpeän lamaannuttamia, vaan toimivat aktiivisesti oman ja muiden hyvinvoinnin eteen.

Kirjoituksista ilmenee osan kokevan, että häpeän julkituominen ja muille siitä kertominen helpottaa häpeän tunteesta irrottautumista. Koettu häpeä voi-kin myös luoda yhteenkuuluvuutta ja siitä kertominen samaistumispintoja muille. Koettu häpeä voi muuttua ylpeydeksi omasta ”poikkeavuudesta” (Kainulainen & Parente-Čapková 2011, 9). Esimerkiksi hiusten harmaantumisen stigmatisoivana asiana kokeneet ovat huomanneet vertaistuen ja sosiaalisen ja perinteisen median vaikuttaneen häpeään alentavasti (Cecil ym. 2018; Friesem 2018). Saman huomion on tehnyt myös yksi aineiston vastaajista: ” – nykyisin naisten kaljuudesta puhutaan enemmän kuin aiemmin, vähättely ja häpeä on vähentynyt.” (SKS:KRA:KN/84). Naisten kaljuudesta julkisesti puhuminen ja mediahuomio onkin kasvanut 1900-luvun lopulta alkaen (Latva 2021). Nais-

ten kaljuuden saama julkisuus ja vastaajien toteuttama ”aktivismi” kaljuuden normalisoimiseksi auttavat häpeän tunteen hillitsemistä. Samoin esimerkiksi kehoposiitivisuusaktiivisuuden tarkoituksena on normalisoida lihavuuteen liitettyä stigmaa (esim. Puhakka 2023). Vaikka monen kirjoituksessa ei kerrottu häpeän sijaan esimerkiksi ylpeydestä, kirjoituksissa näkyy, että häpeällisen aiheen nostaminen esille auttoi löytämään myös positiivisia tai neutraaleja tunteita kaljuudesta.

Kun vastaajat kertovat kokemastaan häpeästä, he eivät enää piilota asiaa vaan alkavat käsitellä sitä. Sama on nähtävissä myös muissa tutkimuksissa. Koska häpeä on usein vaiettu aihe ja tabu, siitä kertominen ja osallistuminen häpeän kokemuksiä keräävään muistitietokruuseen hälventää häpeän tunnetta ja legitimoit häpeällisten asioiden julkituumista (Maanmieli 2019a, 38; Maanmieli 2019b, 188–189). Tämä näkyy myös aineistoni neljän vastaajan suoralla häpeän kieltämisellä. Sen julkituominen, että he eivät tunteneet häpeää, motivoi heitä osallistumaan keruuseen. Kirjoittamalla asiasta he käyvät vuoropuhelua keruutahon kanssa. Kirjoituksillaan he haluavat tuoda oman äänensä kuuluville ja muuttaa tarinaa, jota keruuesite heidän mielestään piti yllä. (Olsson 2016; Kivilaakso, Pesonen & Taavetti 2022, 106.) Ku-

ten yksi vastaajista kirjoitti: ”En silti missään vaiheessa ole kokenut häpeää ja halusinkin osallistua tähän tutkimukseen juuri sanoakseni, etteivät kaikki häpeää koe.” (SKS:KRA:KN/26.)

Häpeä osana naisten arkea

Tutkimuksessani olen tarkastellut naisten omakohtaisissa teemakirjoituksissa esiintulleita häpeän kokemuksia. Aineistonani käytin SKS:n Kaljut naiset -keruun 19 kirjoitusta, joissa vastaajat olivat käyttäneet häpeä- tai häpeäminen-sanoja. Tutkimuksellani laajennan aikaisempaa naisten hiuksettomuustutkimusta. Tutkimuskentällä on aikaisemmin selvitetty hiuksettomuuden merkitystä naisten elämänlaatuun, mutta tunteiden ja niiden vaikutuksen käsittely ei ole ollut yksityiskohtaista tai yhteen tunteeseen rajautuvaa, kuten tässä tutkimuksessa.

Kirjoituksissaan vastaajat selittävät ja perustelevat häpeän tunnetaan. Häpeän tunne yhdistyy muutuneeseen ulkonäköön, vierauden tunteeseen ja sairauden läsnäoloon. Kokemuksissa tämä näkyy esimerkiksi hiuksettomuuden takia muuttuneen ulkonäön kokemisenä häpeän lisäksi rumaksi tai normeihin sopimattomaksi. Häpeä liitetään myös muiden reaktioihin vastaajien kaljuudesta. Häpeä ei ole vastaajille välttämättä yllättävä tun-

ne, vaan sen ymmärretään johtuvan kulttuurissamme ylläpidetyistä normeista: ihmisen kuuluu olla tietyn näköinen ja terve ollakseen yhteiskuntakelpoinen ja ”normaali”. Vaikka useammassa kirjoituksessa tiedostetaan mistä häpeän tunne kumpuaa, todetaan, että siihen vaikuttaminen ja tai sen poistaminen ei ole helppoa. Tämä kertoo siitä, miten vahvasti normit ja niiden noudattaminen on sisäistetty.

Muutamissa kirjoituksissa tuodaan selkeästi esille, että hiuksettomuus ei ole naisille häpeän aihe. Kaikki heistä olivat menettäneet hiuksensa syöpähoitojen seurauksena. He eivät kokeneet voineensa vaikuttaa hiustensa menetykseen tai sairastumiseensa, joten he pitivät tärkeänä tuoda se ilmi myös omalla toiminnallaan. Osa purki asian Kaljut naiset -keruun kirjoitukseen, osa kertoi toimineensa arjessaan myös aktiivisesti tuoden esille sen, ettei omaa sairastumistaan tule hävetä.

Vaikka vastaajien kokemuksissa häpeä on yksi hiuksettomuuteen liitetyistä tunnetiloista, on kuitenkin huomionarvoista, että vain 19 vastaajaa kaikista 86:sta SKS:n kirjoituskeruuseen osallistuneista käytti kokemuksissaan sanoja häpeä tai häpeäminen. Tähän voi olla monta syytä. Esimerkiksi häpeä sana voi yhtäältä olla niin vahva ja tunnelatautunut, ettei sitä haluta käyttää, toi-

saalta häpeä ja häpeän liittyvät kokemukset voivat olla kokijoilleen niin arkoja, ettei niistä haluta kirjoittaa tutkimuskäyttöön. On myös mahdollista, että muut hiusten menetykseen liittyvät tunteet ovat tärkeämpiä tai että kaljuudesta yksinkertaisesti tunnetaan häpeän sijaan muita tunteita. On myös huomioitava, että koska olen tarkastellut vain häpeä- ja häpeäminen-sanojen esiintymistä aineistossa, on tutkimusaineiston ulkopuolelle voinut jäädä sanoittamattomia häpeän kokemuksia.

Tutkimukseni paljastaakin, että häpeä ei ole kaljuuden kokeneille naisille välttämättä ensisijainen tunne hiustenmenetyksen yhteydessä. Tämä johtuu siitä, että nykyisin kaljuuden näkyvyys on laajentunut ja samalla kauneuskäsityksemme ja ulkonäkönormimme ovat muuttuneet ja monimuotoistuneet. Hiuksettomuus ei siis ole naisilla vain häpeällistä, vaan siitä saatetaan myös tuntea ylpeyttä tai vastentahtoisesti hiuksensa menettäneet ovat opetelleet tottumaan ulkonäköönsä. Häpeä näyttyi kokemuksissa kuitenkin olemassa olevana ja voimakkaana tunteena, joka saattoi vaikuttaa kokijan käytökseen. Häpeän tunne saattoi vaikuttaa siihen, että hiuksettomuutta peiteltiin eikä sen syystä kerrottu muille.

Johtopäätökset

Häpeä on yksi naisten kaljuteen liittyvistä tunteista. Tutkimukseni tuo esille, että hiuksettomuudesta koettu häpeä on todellista ja sillä on merkitystä kaljujen naisten arkeen ja käytökseen. Kirjoituksissa kerrotut kielteiset tuntemukset olivat usein ensireaktioita, jotka tasaantuvat kokemuksen jatkuessa. Kun vastaajat tottuivat hiuksettomuuteensa, saattoivat tunteetkin muuttua. Häpeän tunne vaihtui hyväksyntään ja hiuksettomuuden esilletuomiseen.

Vastaajien kirjoitukset tuovat hyvin esille sen, että koettu häpeä liittyy juuri kulttuurimme ulkonäkönormeihin ja niiden vaatimuksiin. Tutkimukseni siis todentaa aikaisempien tutkimusten havainnot siitä, että naisten häpeä johtuu usein heidän kehostaan ja siihen liitetyistä käsityksistä. Vaikka aineistossani nousivat esille yksilöiden kokemukset, kaljuuteen liittyvä häpeä on kuitenkin laajempi kollektiivinen tunne, joka leimaa kulttuuriamme. Tutkimus tuokin esille, että ulkonäkönormit voivat olla liian rajoittavia. Henkilöt, jotka eivät voi tai halua niitä noudattaa, saattavat kokea niin syrjintää kuin ulkopuolisuuden tunteitaakin. Tutkimukseni tuo kuitenkin myös esille, että normeja muuttamalla ja laajentamalla voimme vähitellen poistaa häpeää ja normien aiheuttamia negatiivi-

sia tunteita. Ilman häpeään keskittyvää tutkimusta normien merkitys ja tapahtunut muutos voisivat jäädä havaitsematta.

Vaikka häpeä on osa naisten hiuksettomuuden kokemusta, hiusten menetyks aiheuttaa myös monia muita tunteita häpeään lisäksi tai sen sijaan. Jatkotutkimuksessa olisikin kiinnostavaa perehtyä näihin muihin tunteisiin ja niiden merkitykseen naisten kaljuuden kokemukselle. Tämä toisi tarkemmin esille häpeään sijoittumisen osaksi laajempaa tunnekaavalkadia. Päihittävätkö muut tunteet häpeään vai onko sillä perusteltu sijansa naisten kokemuksissa historiallisen painolastinsa ja sairauksien stigmallisuuden takia?

TUTKIMUSAINEISTO

Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran arkisto, Perinteen ja nykykulttuurin kokoelma (SKS KRA)
Kaljut naiset -kirjoituskeruu 2021 (KN)

LÄHTEET

Ahmed, Sara (2014) *The Cultural Politics of Emotion*. Edinburgh: Edinburgh University Press.
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry. (2021) <https://www.allergia.fi/iho/ihosairaudet/alopecia-areata/peruukki-kestopigmentointi-ja-maksusitoutumukset/#3650591> (Tarkistettu toukokuussa 2024)
Barak-Brandes, Sigal & Kama, Amit (2018) Introduction: Why Hair? Why Women? Teoksessa Sigal Barak-Brandes & Amit Kama (toim.) *Feminist Interrogations of Women's Head Hair: Crown of Glory and Shame*. New York: Routledge, 1–20.
Boland, Vanessa, Brady, Anne-Marie & Drury, Amanda (2020) The physical, psychological and social experiences of alopecia among women receiving chemotherapy: An integrative literature

review. *European Journal of Oncology Nursing*, Volume 49, 1–10.
<https://doi.org/10.1016/j.ejon.2020.101840>

Brown, Brené (2006) Shame Resilience Theory: A Grounded Theory Study on Women and Shame. *Families in Society*, Vol. 87, issue 1, 43–52.
<https://doi.org/10.1606/1044-3894.3483>

Butler, Judith (2006) *Hankala sukupuoli: feminiismi ja identiteetin kumous*. Suom. Tuija Pulkkinen ja Leena-Maija Rossi [*Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*, 1990.] Helsinki: Gaudeamus.

Cecil, Vanessa, Pendry, Louise F., Salvatore, Jessica & Tim Kurz (2018) Women's grey hair as an abomination of the body. Conceal and pass, or reveal and subvert. Teoksessa Sigal Barak-Brandes & Amit Kama (toim.) *Feminist Interrogations of Women's Head Hair: Crown of Glory and Shame*. New York: Routledge, 124–140.

Coe, Kathryn, Staten, Lisa, Rosales, Cecilia & Swanson Marie (2013) The Enigma of the Stigma of Hair Loss: Why is Cancer-Treatment Related Alopecia so Traumatic for Women? *The Open Cancer Journal* 6, 1–8.

Dumas, Alex, Laberge Suzanne & Straka Silvia M. (2005) Older women's relations to bodily appearance: the embodiment of social and biological conditions of existence. *Ageing and Society* 25(6), 883–902.
<https://doi.org/10.1017/S0144686X05004010>

Ehn, Billy ja Löfgren, Orvar (1982) *Kulturanalys. Ett etnologiskt perspektiv*. Lund: LiberFörlag.

Ehn, Billy & Löfgren, Orvar (2007) *När ingenting sårkilt händer. Nya kulturanalys*. Stockholm: Brutus Östlings Bokförlag Symposium.

Eicher, Joanne B. (2020) Dress, the Senses, and Public, Private, and Secret Selves I. Fashion Theory, 1–21.
<https://doi.org/10.1080/1362704X.2020.1829849>

Friesem, Lia (2018) Women's grey hair in online discussion. Teoksessa Sigal Barak-Brandes & Amit Kama (toim.) *Feminist Interrogations of Women's Head Hair: Crown of Glory and Shame*. New York: Routledge, 141–156.

Frykman, Jonas & Povrzanović Frykman, Maja (2016) Affect and Material Culture. Perspectives and Strategies. Teoksessa Jonas Frykman and Maja Povrzanović Frykman (toim.) *Sensitive Objects. Affect and Material Culture*. Lund: Kriterium, 9–28.

Geller, Pamela L. (2009) Bodyscapes, Biology, and Heteronormativity. *American Anthropologist* Vol. 111, Issue 4, 504–516.
<https://doi.org/10.1111/j.1548-1433.2009.01159.x>

Goffman, Erving (1963) *Stigma: Notes of the Management of Spoiled Identity*. New Jersey: Simon and Schuster.

Guillerm, Céline (2015) *A Feminist Cultural Study of Identity, Hair Loss, and Chemotherapy*. Doctoral Dissertation, Faculty of The Dorothy F. Schmidt College of Arts and Letters, Florida Atlantic University.

Heley, Kathryn, Vanderpool, Robin C., Vedham, Vidya (2024) Global cancer stigma research: a U.S. National Cancer Institute workshop report, *JNCI Monographs*, Volume 2024, Issue 63, 4–10, <https://doi.org/10.1093/jncimonographs/lgad038>

Helsingin Kaupunginteatteri (ei pvm.) *Ei kertonut katuvansa -näytelmä*. <https://hkt.fi/esitykset/ei-kertonut-katuvansa/> (Tarkistettu marraskuussa 2024)

Honkasalo, Marja-Liisa, Hannu Salmi & Veikko Launis (2012) Johdanto. Teoksessa Honkasalo, Marja-Liisa & Hannu Salmi (toim.) *Terveyttä kulttuurin ehdoilla. Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen*. Turku: K&H, 7–24.

Hunt, Nigel & McHale, Sue (2005) The psychological impact of alopecia. *BMJ* 22; 331 (7522), 951–953.
<https://doi.org/10.1136/bmj.331.7522.951>

Hämäläinen, Niina & Mäkelä, Heidi Henriikka (2022) Tunteet, ruumiillisuus ja niihin liittyvät ideologiat suullis-kirjallisissa aineistoissa. *Elore*, (29)2, 3–8.
<https://doi.org/10.30666/elore.125366>

Junila, Marianne (2000) *Kotirintaman aseveljeyttä: suomalaisen siviiliväestön ja saksalaisen sotaväen rinnakkainelo Pohjois-Suomessa 1941–1944*. Bibliotheca historica 61. Helsinki: SKS.

Jyrkinen, Marjut, Karjalainen, Mira & McKie, Linda (2023) Lookism Knows No Age: Aesthetic Labour in Women's Careers. Teoksessa Adelina Broadbridge (toim.) *The Emerald Handbook of Appearance in the Workplace*. Leeds: Emerald Group Publishing LTD, 197–211.
<https://doi.org/10.1108/978-1-80071-174-720230>

Kainulainen, Siru & Parente-Čapková, Viola (2011) Häpeän latautunut toiminta. Esipuhe. Teoksessa Siru Kainulainen & Viola Parente-Čapková (toim.) *Häpeä vähän! Kriittisiä tutkimuksia häpeästä*. Utukirjat. Turku: Turun yliopisto, 6–21.

Kaljut naiset -keruuesite. Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, 2021. http://nebu.finlit.fi/keruuesitteet/naisten_hiuksettomuus.pdf (Tarkistettu toukokuussa 2024)

Kaltiala-Heino, Riittakerttu, Poutanen, Outi & Välimäki, Maritta (2001) Sairauden häpeällinen leima. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 117:6, 563–570.

Kinnunen, Anna (2020) *Johtolankoja hulluuteen: tutkimus mielen sairastamiseen kytkettyistä kulttuurisista käsitteistä*. Kultaneito XX. Joensuu: Suomen kansantietouden tutkijain seura.

Kinnunen, Tommi (2020) *Ei kertonut katuvansa*. Helsinki: WSOY.

Kivilaakso, Katri, Pesonen, Pete & Taavetti, Riikka (2022) Muistitiedon keruut, kerääjät ja osallisuus. Teoksessa Ulla Savolainen & Riikka Taavetti (toim.) *Muistitietotutkimuksen paikka. Teoriat, käytännöt ja muutos*. Helsinki: SKS, 88–114. <https://doi.org/10.21435/skst.1478>

Kukkonen, Iida, Pajunen, Tero, Sarpila, Outi & Åberg, Erica (toim.) (2019) *Ulkonäköyhteiskunta: Ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa*. Helsinki: Into.

Latva, Johanna (2021) Kalju nainen ja naiseuden normi. Hiuksettomuuskeskustelu suomenkielisessä lehdistössä 1990–2018. *Sukupuolentutkimus–Genusforskning* 34(4), 6–18. <https://journal.fi/sukupuolentutkimus/article/view/113977/67212>

Latva, Johanna (2024) ”Kumpi tuo on, nainen vai mies?” – Hiusten merkitys sukupuolen ilmaisussa ja sukupuolinormien ylläpidossa kaljujen naisten kokemuksissa. Teoksessa Hämäläinen, Niina, Kupiainen, Tarja & Taavetti, Riikka (toim.) *Joustavat sukupuolet – muuntuvat merkitykset*. Kalevalaseuran vuosikirja 103. Helsinki: SKS, 23–44. <https://oa.finlit.fi/site/books/e/10.21435/ksvk.103/>

Lidman, Satu (2011) *Häpeä. Nöyryyttämisen ja häpeämisen jäljillä*. Jyväskylä: Atena kustannus.

Lidman, Satu (2015) *Väkivaltakulttuurin perintö. Sukupuoli, asenteet ja historia*. Helsinki: Gaudeamus.

Maanmieli, Karoliina (2019a) Häpeä suomalaisten mielisairaalamuistoissa. *Elore*, 26 (1), 29–41. <https://doi.org/10.30666/elore.79540>

Maanmieli, Karoliina (2019b) Häpeä ja stigma mielisairaaloitten potilaiden ja heidän omaistensa muistoissa. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*, 56 (3), 181–191. <https://doi.org/10.23990/ta.75490>

Messer, Emily J.E., Lumsden, Amy, Burgess, Vanessa & McGuigan, Nicola (2021) Young children selectively adopt sharing norms according to norm content and donor age. *Cognitive Development*, Volume 59. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2021.101088>

Munt, Sally (2008) *Queer Attachments: The Cultural Politics of Shame*. Aldershot & Burlington: Ashgate.

Oinas, Elina (2011) Häpeä, arki ja ruumiillisuus. Teoksessa Siru Kainulainen & Viola Parente-Čapková (toim.) *Häpeä vähän! Kriittisiä tutkimuksia häpeästä*. Utukirjat. Turku: Turun yliopisto, 152–180.

Olsson, Pia (2016) Kyselyaineistojen dialogisuus. Teoksessa Pirjo Korkiakangas, Pia Olsson, Helena Ruotsala & Anna-Maria Åström (toim.) *Kirjoittamalla kerrotut. Kansatieteelliset kyselyt tiedon lähteinä*. Ethnos-toimite 19. Helsinki: Ethnos ry, 155–184.

Paasonen, Susanna (2010) Sukupuoli ja representaatio. Teoksessa Tuija Saresma, Leena-Maija Rossi & Tuula Juvonen (toim.) *Käsikirja sukupuoleen*. Tampere: Vastapaino, 39–48.

Pohtinen, Johanna (2023) *The Kink Community in Finland. Affect, Belonging, and Everyday Life*. Turku: Turun yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-9160-0>

Puhakka, Anna (2023) *Resistances in online body positivity activism in Finland in the late 2010s*. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-9670-3>

Pöysä, Jyrki (2010) Lähiluku vaeltavana käsitteenä ja tiedeidenvälisenä metodina. Teoksessa Jyrki Pöysä, Helmi Järviluoma & Sinikka Vakimo (toim.) *Vaeltavat metodit*. Kultaneito VIII. Joensuu: Suomen Kansantietouden Tutkijain Seura, 331–360.

Rinne, Jenni, Kajander, Anna & Haanpää, Riina (2018) Johdanto. Affektit ja tunteet kulttuurien tutkimuksessa. Teoksessa Jenni Rinne, Anna Kajander & Riina Haanpää (toim.) *Affektit ja tunteet kulttuurien tutkimuksessa*. Ethnos-toimite 22. Helsinki: Ethnos ry, 5–30.

Rechardt, Eero & Ikonen, Pentti (1994) Häpeä psyykkisen lamaannuksen aiheuttajana. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 110 (3): 278. <https://www.duodecimlehti.fi/duo40053>

Savolainen, Ulla & Taavetti, Riikka (2022) Muistitietotutkimus. Paikantumisia, eettisiä kysymyksiä ja tulevia suuntia. Teoksessa Ulla Savolainen & Riikka Taavetti (toim.) *Muistitietotutkimuksen paikka. Teoriat, käytännöt ja muutos*. Helsinki: SKS, 10–43.

Scheff, Thomas J. (2003) Shame in Self and Society. *Symbolic interaction*. 26(2), 239–262.

Sedighimorani, Neda, Rimes, Katharine & Verplanken, Bas (2020) Factors contributing to the experience of shame and shame management: Adverse childhood experiences, peer acceptance, and attachment styles. *The Journal of Social Psychology*, 161(2), 129–145. <https://doi.org/10.1080/00224545.2020.1778616>

Sosiaali- ja Terveysministeriö (2023) *Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet 2023: Opas apuvälineitä tekeville ammattilaisille ja ohjeita asiakkaille*. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-6887-5>

Synnott, Anthony (1993) *The Body Social. Symbolism, Self and Society*. London: Taylor & Francis.

Tampereen Teatteri (ei pvm.) *Ei kertonut katuvansa* -näytelmä. <https://tampereenteatteri.fi/naytelma/ei-kertonut-katuvansa/> (Tarkistettu marraskuussa 2024)

Trusson, Diane & Pilnick, Alison (2017) The Role of Hair Loss in Cancer Identity. *Cancer Nursing* 40 (2), E9–E16. <https://doi.org/10.1097/NCC.0000000000000373>

Trusson, Diane & Quincey, Terry (2021) Breast Cancer and Hair Loss: Experiential Similarities and Differences in Men’s and Women’s Narratives. *Cancer Nursing* 44:1, 62–70. <https://doi.org/10.1097/NCC.0000000000000745>

Tuomi, Jouni & Anneli Sarajärvi (2018) [2002] *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.

Turunen, Arja & Niiranen, Anna (2019) Pukeutumisen muuttuvat merkitykset. Teoksessa Anna Niiranen & Arja Turunen (toim.) *Säädyllistä ja säädyttöntä. Pukeutumisen historiaa renessanssista 2000-luvulle*. Helsinki: SKS, 11–49.

Törmä, Sinikka, Tuokkola, Kati & Hurtig, Johanna (2013) Lähisuhde- ja perheväkivalta romaninaisten kokemana. Avun tarpeet yhteisössä ja palvelujärjestelmässä. Sosiaali- ja terveystieteiden raportteja ja muistioita 2013: 33. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Vejdani, Farzin (2023) Hair and Hat Ritual Shaming Punishments in Nineteenth-Century Iran. *Iranian Studies*, 56, 749–771. <https://doi.org/10.1017/irn.2023.40>

Vilkuna, Kustaa H. J. (2019) Pueruuki, puuteri ja varhaismoderni mies. Teoksessa Anna Niiranen & Arja Turunen (toim.) *Säädyllistä ja säädyttöntä. Pukeutumisen historiaa renessanssista 2000-luvulle*. Helsinki: SKS, 88–114.

Webster, Wendy (2009) Shorn Women, Rubble Women and Military Heroes: Gender, National Identity and the Second World War in Britain, France and Germany 1944–1948. Teoksessa Laura Rorato & Anna Saunder (toim.) *The Essence and the Margin: National Identities and Collective Memories in Contemporary European Culture*, 51–70.

Yle (2022). Will Smithin lyönti nousi puheenaiheeksi Hollywoodissa: osa tuomitsee, osa ei. <https://yle.fi/a/3-12378653> (Tarkistettu marraskuussa 2024)

Yle (2025). Pelon perinteet. <https://yle.fi/a/74-20140324>. (Tarkistettu maaliskuussa 2025)

Zannini, Lucia, Verderame, F., Cucchiara, G., Zinna, B., Alba A. & Ferrara M. (2012) 'My Wig has Been My Journey's Companion': Perceived Effects of an Aesthetic Care Programme for Italian Women Suffering from Chemotherapy-induced Alopecia. *European Journal of Cancer Care* 21, 650–660.
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2354.2012.01337.x>

FT **Johanna Latva** on kulttuuriseen terveys-tutkimukseen, naisten ulkonäköön liitettuihin asenteisiin ja erityisesti naisten kaljuuteen erikoistunut. Hän väitteli naisten kaljuuteen liittyvistä kokemuksista keväällä 2025. Artikkelin on osa hänen väitöskirjaansa. Tutkimusta rahoitti Suomen Kulttuurirahasto.