

# Ympäristökriisejä, tietokoneongelmia ja zombeja – Suomalaisten painajaiset kuvastavat omaa aikaansa



3.2.2021 klo 11:45

## Yli 300 suomalaista kertoi painajaiskokemuksistaan SKS:lle, SLS:lle ja Helsingin yliopiston tutkijoille.

Lähes kaikki muistavat nähneensä joskus painajaista, ja osa meistä kärsii niistä säännöllisesti. [Painajaiset ja pahat unet](#) -keruussa kysyimme muun muassa, millaisia painajaiset ovat olleet, millaisia tunteita ja ajatuksia ne ovat herättäneet ja millaisissa tilanteissa niitä on koettu. Kertynyt aineisto on rikas ja monipuolinen. Suomenkielisiä vastauksia saapui 288 ja ruotsinkielisiä 23. Lisäksi saimme 5 valokuvaa.



Painajaisessa voi tapahtua mitä tahansa. Kokija joutuu murhaajien tai petojen takaa-ajamaksi tai jopa surmaamaksi, harhailee pahuuden täyttämässä labyrinteissa, putoaa jyrkänteeltä, näkee läheistensä joutuvan vaaraan tai tuntee ihonsa alta ryömivän toukkia. Hän joutuu toistuvasti takaisin kouluun, saa mahdottomia työtehtäviä, myöhästyy, kamppailee toimimattoman teknologian kanssa ja joutuu pitämään puhetta oudosta aiheesta suurelle yleisölle – alasti. Painajaisten ahdistava tunneskaala on laaja: kauhun ja pelon lisäksi surua, vihaa, inhoa ja häpeää.

Kauheimmista painajaisista herää yltä päältä hiessä ja sydän hakaten, joskus jopa itkien, eikä hetkeen uskalla käydä uudelleen nukkumaan. Painostava tunnelma voi jatkua koko seuraavan päivän. Lievemmat herättävät vain vähäisempää ahdistusta. Osa vastaajista pystyy myös herättämään itsensä painajaisesta.

*Aika ajoin herään painajaisiin ikään kuin olisin ollut jo unessa tietoinen siitä, että herääminen ja pako pahasta tilanteesta voisi onnistua. Herääminen on viimeinen yritykseni pelastautua henkeä uhkaavasta vaarasta.*

Moni kirjoittajista yhdistää painajaiset stressiin ja vaikeisiin elämänvaiheisiin ja tulkitsee ne alitajunnan keinoksi käsitellä vaikeita kokemuksia ja tunteita. Mutta toisinaan niistä ei lainkaan tunnista itseään tai omaa elämäänsä.

*Painajaiset ovat usein liian omituisia, että olisivat suorassa yhteydessä oikean elämäni tapahtumiin.*

Painajaiset kiinnittyvät välillä mielikuvituksellisiin paikkoihin, välillä taas muuttavat oudoiksi lapsuuden maisemia tai omaa arkiympäristöä, jossa tilanteen hallinta karkaa käsistä. Ajoittaisesta outoudestaan huolimatta ne ovat ympäristökriiseineen, toimimattomine tietokoneineen ja zombihyökkäyksineen selvästi yhteydessä tähän aikaan, kulttuuriin ja yhteiskuntaan.

Suomalaisen Kirjallisuuden Seura ja Svenska litteratursällskapet i Finland järjestivät yhdessä Helsingin yliopiston Pohjoiset painajaiset 1400–2020 -tutkimushankkeen kanssa *Painajaiset ja pahat unet* -muistitietokeruun 15.11.2019–15.4.2020. Suomenkieliset vastaukset on arkistoitu SKS:n arkistoon ja ruotsinkieliset SLS:n arkistoon.

**Kiitämme lämpimästi kaikkia keruuseen osallistuneita! Vastaajien kesken arvotut palkinnot on toimitettu voittajille.**

Lisätietoja: SKS:n arkisto, 0201 131 240, [arkisto@finlit.fi](mailto:arkisto@finlit.fi)

[← Palaa takaisin](#)

