

Harri Hyyppä

## Puheen paikka – puhekiireen aika



Psykoterapia on yritys luoda kokemuksen ympärille tila, joka kannattelee merkityksellistä puhetta ja avaa sen osapuolille uusia elämän mahdollisuuksia. Puhe tarjoaa mahdollisuuden viipyä kokemuksessa ja nähdä ulottuvuuksia, jotka ovat rajoittamassa ja vääntämässä psykoterapiaan tulevan elämän mahdollisuuksia. Onnistuessaan tila mahdollistaa antamisen, vastaanottamisen ja uuden oivalluksen syntyminen asetelman suhteen. Tilanteen kantamat vääntymät voivat asettua korjaavalle uralle. Tila ja oivallus puhuttelevat ja muuttavat pitempään jatkuessaan kaikkia osapuolia ja kannustavat jatkamaan työtä.

Puhe on psykoterapian luovuttamaton ulottuvuus. Ajan myötä se on saanut rinnalleen myös muita työtapoja. Toiminta, taide, erilaiset manipulaatiot, lääkkeet, jopa kirurgia ja sähkö ovat olleet käytössä. Puhe kytkeytyy niihin kaikkiin. Psykoterapia on kokemuksen ja puheen, koetun ja ilmaistun, sanojen syntyminen ja niihin vastaamisen kehittyvää ja syvenevää vuoropuhelua. Kokemus kääntyy vähitellen puheeksi ja puhe vähitellen uudeksi kokemukseksi. Se jättää osapuoliin pysyvän jäljen. Psykoterapia on avoimen puheen harjaantumipaikka.

Ylimielisyyttämme kuvittelemme ilman muuta tietävämmme, mitä puhe on. Se on kuitenkin kaikkea muuta kuin itsestäänselvyys. Niin lapsen kasvussa kuin aikuisten välisessä kanssakäymisessäkin se on ihmehen kaltainen,

aina uudestaan yllättävä ja uutta luova. Ennen puhetta on jo paljon tapahtunut. Puhe ja puhumisen tila ovat jo saavutus itsessään, monille vieras. Puheen oppiminen ja puhumisen tilan kannattelu on jokaisen aikuisen jatkuva rohkeutta koetteleva oppimistehtävä. Se on myös keskeisin terveiden yhteisöjen haaste ja ominaisuus. Puhumattomuus ja vaikeneminen taas ovat verhoituja tuhoivoimia.

Jokainen aika luo oman puheensa. Pyrkimykset ja taustalla olevat ajatukset värjättävät sitä. Puhe on yhdessä olemisen ja yhdessä tekemisen perustekijä, jonka osuus sosiaalisessa vuorovaikutuksessa vaihtelee. Puheen laatu ajassa vaihtelee. Nykyaikassa puhutaan myös puhetyhjiöistä. On huolella pantu merkille, että enenevä osa kasvuikäisistä jää kokonaan puheen ulkopuolelle. Vanhemmat ja aikuiset eivät enää puhu lapsilleen eivätkä elämän tilanteet aina tarjoa siihen korjaavaa tukea. Puhe puuttuu ja kieli katoaa. Merkit, nyrkit ja netti ottavat puheen paikan.

”Puhekiire” on Martti Siiralan sana. Tänä keväänä tulee kuluneeksi puoli vuosisataa Sosiaalilääketieteellisen aikakauslehden supplementin (IIA/1966) ilmestymisestä. Siinä julkaistiin Siiralan teksti ”Peruskatsomustemme merkityksestä lääketieteessä”. Teksti jätti minuun aikanaan pysyvän jäljen. Puhekiire nousi siinä esille filosofian, ajan, yhteisön ja puhumisen merkityksellisyyden näkökulmista.

Kiire puheessa ja puhumisessa on sittemmin vain kasvanut. Tuntuu kuin puhe nykyään olisi yhä kauempana siitä, mitä aikanaan sanottiin kokemukseksi, samoin kuin siitä, mitä Siirala kutsui ”puhuttelevuuden aukeamiseksi” ja sen ”perille yltämiseksi”. Kiire ja kuuntelu eivät ymmärrä toisiaan. Ymmärtämättömyys generoi kiirettä entisestään. Puhe erkaantuu yhä enemmän kokemuksesta, ja se muuttuu pahimmillaan puhehötöksi, jota lopulta kukaan tilanteen osapuoli ei käsitä. Päälle tunkeva puhe ja loputon selittämismvimma, puheen taukoamattomuus, ovat ajan tuhovoimia, jotka vähitellen valtaavat kaiken ajan ja täyttävät viimeisetkin merkitykselliset tyhjät tilat. Tyhjän tilan taju ja siinä olemisen taito kuihtuvat.

Kuuntelu on ajassamme katoava luonnonvara. Kuuntelun puuttuessa puhe pirstaloituu. Puhuja hätääntyy ja kadottaa sanomansa, kuulija hölmistyy ja vaikenee. Vastavuoroinen käsittämättömyys leviää ja absurdi näytelmä alkaa. Puhe irtoaa kokemuksesta omille teilleen. Ymmärrämme kuuntelun helposti itsestään selvänä reaktiona puheeseen ja sanottuun. Emme tule ajatelleeksi, että vaikutusketju kulkeekin toisinpäin. Kuuntelu ja kuunteleva tila vasta alkavat kutsua puhetta ja tekevät sen mahdolliseksi. Puhe ei aina luo kuuntelua, mutta keskittynyt kuuntelu luo ja kirvoittaa puhetta ja antaa sille esiintulon mahdollisuuden. Kuuntelu syventää puhetta, saa puhujan ilmaisemaan tuntojaan ja ajatteluaan ja tavoittaa sanotusta sen ytimen. Ei vain sen, mitä sanotaan, vaan

onnistuessaan myös sen, mikä jää sanomatta tai tulee verhotusti sanotuksi.

Puhe yrittää tavoittaa ja välittää kokemuksellisesti tärkeän ja ajankohtaisen. Tässä tehtävässä puheen henkilökohtainen perusluonne, etsiminen ja luonnostelu ovat parhaimmillaan. Liika sujuvuus sivuuttaa etsimiselle oleellisen hitauden. Korostunut ”supliikki” yhdessä manipulatiivisen pyrkimyksen kanssa tylsistyttävät ja vammauttavat vuorovaikutuksen osapuolia. Kiire ja sujuvuus täyttävät vastaamiselle tarpeellisen tilan ja estävät tajuamisen ja vastavuoroisen vaihdon.

Luova puhe on etsivää ja hitaasti etenevää, ajoittain takeltelevaa ja epäloogista. Ajoittain se pysähtelee hiljaisuuteen, mutta jatkuu siitä voimaa saatuaan. Kuunteleva tila kannattelee ja odottaa. Odottaminen ja tyhjän tilan avoimuus saavat kokemuksen sanoiksi ja lauseiksi. Runous ja vapaa liike ovat kokemuksen kieltä. Ne kulkevat pysähdellen ja syrjähdellen rinta rinnan, mutta löytävät maalinsa. Puheen tila ja sanomisen paikat ovat ohikiitäviä hetkiä. Ne ovat herkkiä ja häiriöille alttiita. Ammatillisuuskaan ei aina voi niitä varmistaa. Ne ovat kuitenkin ”aukkoja muurissa”, loputtomassa arjen tyhjässä puheessa. Niiden huomaaminen ja tajuaminen on psykoterapian ydintä. Hetket on rohkeasti käytettävä hyväksi ja toistuvasti yritettävä pukea sanoiksi sitä, mikä on merkityksellistä ja jäänyt sanomatta ja mistä niin pitkään olemme vaienneet.