

Henrik Enckell

Johdanto uniteemaan

Psykoanalyttisen menetelmän kehityksessä on nähtävissä *keskipakoinen* liike. Alussa pyrki-myksenä oli päästä *suoraan* tiedostamattoman *ytimeen*, psyykkisen todellisuuden keskukseen. Seuraavaksi fokus siirtyi ”ulommas”; toisaalta tiedostamattoman johdannaisiin, toisaalta suojautumisiin (sisäistä todellisuutta vastaan). Tästä liike jatkui: katse siirtyi potilaan kokemuksesta *analyttikon* tai *terapeutin* tunteisiin. Enää ei siis katsota suoraan ytimeen; tutkitaan yhä kaukaisempia heijastuksia. Tähän asiantilaan herätään välillä, joskus syyllisyydentuntoisina, joskus tuhtuneina, peräänkuuluttaen sekä alkuperään että alkuperäisiin tutkimuskohteisiin palaamista – saatetaan muistuttaa tiedostamattoman ja seksuaalisuuden merkityksistä ja luodaan iskulauseita kuten ”Back to Freud!”

Keskusteluissa alkuperästä ja varhaisista tutkimuskohteista on nähtävissä kaksi asiaa. Niissä näkyy pohdinta *uskollisuudesta*: pitääkö, ja haluaako, muistaa esi-isiä ja -äitejä? Niissä näkyy usein myös pyrkimystä *ristivalotukseen*: antaako alkuperäistekstien uudelleen lukeminen uutta näkökulmaa tämän päivän ajatteluun, ja antavatko – käänteisesti – tämän päivän teoriat uutta perspektiiviä alkuperäisiin tutkimuskohteisiin? Näissä keskusteluissa pyritään usein syventämään näkemystä sekä alkuperästä että nykyajasta.

Teoria unista on psykoanalyysin historian kulmakiviä. Psykoanalyysin syntymääjankohdaksi ehdotetaan usein kahta vaihtoehtoa. Ensimmäinen on syyskuu 1897, jolloin Freud kirjoitti Flies-sille uskonsa horjumisesta: hysteria ei ehkä johdukaan potilaiden todellisesta, ulkoa tulevasta, seksuaalisesta traumasta, vaan sisäisestä todellisuudesta kumpuavista fantasioista. Toisena vaihtoehtona on vuosi 1900, jolloin *Unien tulkinta* julkaistiin. Tämä kertoo unien *konstituovasta* merkityksestä. Freudin kirja ei pelkästään käsittele unien olemusta *itsessään*. Unet tarjoavat enemmänkin *välineen* psykoanalyysin keskeisten ulottuvuuksien hahmottamiseen. Ensinnäkin unikirjassaan Freud näytti, mikä laittaa *kaiken* psyykkisen toiminnan *liikkeelle*, mitkä voimat ovat sielullisen elämän ehtona. Toiseksi unien kautta näytettiin, miten mieli *kokonaisuudessaan on rakentunut*. Kolmanneksi unien avulla annettiin malli *kaiken* psyykkisen kokemuksen *terapeuttisesta kohtaamisesta*. Unien maailmasta syntyivät siten psykoanalyysin teorian ja käytännön niin sanotut *kantamallit*.

Pieni yksityiskohta voi antaa lisävalotusta asiaan. Kuten usein muistutetaan *Unien tulkinnassa* Freud toteaa unien tulkinnan muodostavan kuningastien tiedostamattomaan. Hän *ei* siis sano, että unet muodostaisivat kuningastien. Kuningastie on unien *tulkinta*. Ero voi vaikuttaa pieneltä, mutta sen ei tarvitse olla sitä. Tulkinta edellyttää teoriaa, mallia tulkittavasta kohteesta ja kohteen ymmärtämisen ehdoista. Kuningastien kivetys ei muodostu unista itsessään, vaan kirjassa kehitetystä kuvasta mielen *yleisistä* periaatteista.

Mitä sitten ajatella unista *tänään*?

Jos katsoo unien merkitystä nykykirjallisuudesta, huomaa aikojen muuttuneen. Vaikka *Unien tulkinnan* anti suureksi osaksi, kuten yllä todettiin, oli nimenomaan *yleisen* psykoanalyttisen teorian synty, varhaisissa kliinisissä kuvauksissa oli myös runsasta unimateriaalia. Potilaan kokemusmaailmaa lähestyttiin käytännössä pitkälle unien kautta. Tämä asia on muuttunut – potilastapauksissa on aikaisempaa vähemmän unien käsittelyä. Sen sijaan unta käytetään edelleen *teoreettisena välineenä*; potilaan kertomusta lähestytään unien *teorian* kautta. Esimerkkinä tästä voi pitää Antonino Ferron ohjetta potilaan kuuntelemisesta. Kun potilas kertoo riidelleensä edel-

lisenä päivänä puolisonsa kanssa, terapeutin on hyvä (omassa mielessään) kehystää tarinaa. Terapeutti voi (mielessään) lisätä aloituksen ”Viime yönä näin unta että”. Tarinaa on siis hyvä kuunnella *kuin unta*. Tämä muistuttaa terapeuttia kuuntelun fokuksesta: se ei ole ulkoisissa tapahtumissa, vaan potilaan perspektiivissä. Unta käytetään siten tässä esimerkissä psykoterapeuttisen tehtävän hahmottamisessa.

Toinen muutos kytkeytyy unen ”paikkaan”. Alun perin unet olivat potilaan konkreettisia yöllisiä mielellisiä kokemuksia. Näin ei usein ole tänään. Kuten tunnettua erityisesti Bionin kautta niin sanottu *reverie* on tullut psykoanalyysin keskeiseksi käsitteeksi. Reverie, uneksinta, on päivän aikana tapahtuvaa toimintaa, ja sen kuvittamiseksi käytetään unen mallia – se on ikään kuin äidin päiväsaikaan tapahtuvaa ”unen näkemistä” lapsestaan. Tässäkin näkyy, kuinka uni toimii teoreettisena välineenä keskeisen toiminnan hahmottamiseksi. Mutta tässä näkyy myös yllä mainittu keskipakoinen liike. Kun terapeuttia verrataan äitiin ja puhutaan terapeuttisesta uneksinnasta, katse ei ole potilaan, vaan terapeutin, ”unessa”. Ei katsota suoraan keskuksen (potilaaseen), vaan kauempia heijastuksia ja keskuksen ympärillä olevaa maailmaa.

Potilaat tietenkin edelleen näkevät unia, ja ainakin joskus kertovat niistä. Useimmat psykoanalytikot ja terapeutit pitävät unia tärkeinä mahdollisuuksina tutustua potilaisiinsa, mutta kokevat avuttomuutta niiden kohtaamisessa. Tämä *Psyko-terapia*-lehden numero antaa tervetulleen mahdollisuuden palata tärkeään aiheeseen. Artikkeleissa paneudutaan uniin itsessään, mutta modernista, ja laajasta, perspektiivistä. Kokonaisuus antaa hyvän kuvan unien ymmärryksestä ja psykoterapeuttisesta käytöstä meidän aikanamme.

Gustav Schulman osoittaa käytännönläheisesti, miten unia voi lähestyä ajankohtaisesta näkökulmasta. Unta ei tarvitse nähdä potilaan suljetun sisäisen todellisuuden heijastuksena, vaan ”kahden hengen” näkökulmasta, jolloin potilaan odotukset suhteessa terapeuttiin voivat tulla – unen avulla – fokukseen. Sami Kivikkokangas, Mikael Leiman ja Henrik Enckell kirjoittavat psykoanalyysin niin sanotuista kuratiivisista tekijöistä: miten tunnetun Amalia X:n tapauksessa voi tutkia prosessin etenemistä nimenomaan potilaan unien käsittelyn kautta. Markus Johansson avaa unien funktiota kiintymyssuhdeteoriassa, sekä yleisesti että tapauksen kautta. Antto Luhtavaara, jonka artikkeli edustaa niin sanottua soveltavaa psykoterapiaa, tarkastelee psykoterapeutin uneksuntaa. Tässä artikkelissa on kaksikerroksinen sovellus: etsivä Columbon kautta tarkastellaan terapeuttista työtä, ja unen teorian kautta tarkastellaan psykoterapeuttista asennoitumista. Markku Siivola ja Nina Pyykkönen näyttävät, kuinka unia voi lähestyä eri tavoilla. Tavanomaisen yksilötyöskentelyn ohella ryhmää voi käyttää unien avaamiseen.

Artikkeleiden avulla lukija pääsee siis tutustumaan klassiseen aiheeseen nimenomaan tämän päivän näkökulmista. On kliinisiä kuvauksia, on empiiristä tutkimusta, on ajankohtaisten teorioiden esittelyä, on yksilö- ja ryhmänäkökulmia. Tarjonta on laaja, mutta edustava ja kattava, ja uniteema tuo kokonaisuuteen yhteneväisyyttä.