

## Pääkirjoitus

### Psykoanalyysi arjen keskellä – mistä teoriassa on puhe?

Psykoanalyttinen hoitomenetelmä ja psykoanalyysin teoriakokonaisuus ovat kehittyneet läheisessä vuorovaikutuksessa. Osa psykoanalyysin teorioista on kuitenkin sellaisella abstraktiotasolla, että teorioiden yhteys ihmisten arjen kokemusmaailmaan voi olla vaikeasti tavoitettavissa. Etenkin psykoanalyysin metapsykologia, johon on sisällytetty muun muassa topologinen, viettitaloudellinen ja dynaaminen näkökulma ihmismieleen sekä sellaiset fiktiiviset teoriarakennelmat kuin ”psykkinen apparaatti” ja torjunnan mekanismit, on tuottanut ymmärtämiskatkoksia ja kiistoja sekä psykoanalyysin sisällä että sen ulkopuolella.

Egopsykologian myötä mielen rakenteellinen malli sai entistä enemmän sijaa, ja objektisuhde-teorioissa alettiin korostaa intersubjektiviisiä suhteita. Esimerkiksi Donald W. Winnicott katsoi psykoanalyysin tulevan hyvin toimeen ilman metapsykologiaa. Metapsykologian kritiikki on houkuttellut myös tieteen ja mielen filosofeja. Tunnetuimpiin metapsykologian kriitikoihin kuului Adolf Grünbaum, joka kannatti koko metapsykologian hylkäämistä. Hän löysi tähän tukea Freudilta, joka mainitsi *Omaelämäkerrallisessa tutkielmassaan* metapsykologian olevan ”spekulatiivinen ylä rakenne ––, joka voidaan hylätä tai jota voidaan muuttaa ilman menetystä [kliiniseen teorialle]”.

Metapsykologian kritiikkoja 1970-luvulla oli myös suomalaissyntyinen, Yhdysvalloissa toiminut psykoanalyttikko Benjamin Rubinstein (ks. *Psykoteraapia* 4/2007), joka kollegoidensa Robert R. Holtin, George S. Kleinin, Emanuel Peterfreundin, Roy Schaferin ja Allan Rosenblattin kanssa osoitti freudilaisen metapsykologian ongelmia ja vaati entistä parempaa metapsykologiaa, jolla olisi yhteys laajemmalle, kliinisen alueen ulkopuolelle. Hekään eivät kuitenkaan olleet valmiita luopumaan metapsykologiasta, koska ilman sitä ”suuri osa kliinisestä psykoanalyysistä kuihtuisi sanoilla leikittelyksi”, kuten Rubinstein asian ilmaisi. Hän katsoi psykoanalyysiin nivoutuvan kaksi erillistä puhetapaa, jotka täydentävät toisiaan ja joiden välillä on mahdollista solmia kompromissi. Ensimmäinen puhetapa koskee henkilöä ja tämän kokemusmaailmaa ja on tyypillinen psykoanalyysin kliiniseen teorialle ja hoitokäytännölle. Toinen puhetapa liittyy organismiin ja on ominainen luonnontieteille ja psykoanalyttiselle metapsykologialle.

Kompromissi näiden kahden puhetavan välillä tarkoittaa sitä, että kokemusläheinen ”realistinen” psykoterapeutti ja organismikeskeinen ”materialistinen” tieteen tekijä voivat parhaimmillaan löytää yhteisen kielen. Kuitenkin psykoterapeuttien ja tieteen tekijöiden välillä on monesti vallinnut kielten sekaannus, jota teoreettiset ”ylikäsittelämiset” ovat vain lisänneet. Myös analyttikon ja analyysissä olevan henkilön välillä voi olla kommunikaatiota ja ymmärtämistä haittaavaa erikielisyyttä, joka kuvastaa teorian ja arjen kokemisen välistä yhteismitattomuutta. Teoria ei silloin auta resonoiden kuulemaan arkielämän ääniä eikä tarkasti näkemään arkielämän tapahtumia – jokin suhteettomuus ja puhuttelemattomuus jäävät vaivaamaan terapiaprosessia.

Psykiatri-psykoanalyttikko Fred M. Levin totesi haastattelussaan (*Psykoteraapia* 2/2003): ”Jotta voimme saavuttaa potilaamme, meidän ’on puhuttava heidän kieltään’. Tämä merkitsee sitä, että meidän on sanottava asiat yksinkertaisesti, selvästi ja tavalla, joka kuvittaa konkreettisesti sitä, mitä kohti abstraktit merkityksemme osoittavat.” Teoriatkin ikääntyvät eivätkä välttämättä tavoita uusia kokemusperäisen tutkimuksen löytämiä ulottuvuuksia. Esimerkiksi Freudin tuotannossa ei lainkaan esiinny teoriasoilla käsitettä ”suhde” (saks. *Beziehung*), joka objektisuhdeteorioiden ja relationaalisen psykoanalyysin myötä on nykyään yksi terapiatyön perustoista.

Yritykset kuunnella toisen kieltä ja sen kaikuja itsessä saati puhua toisen kielellä kilpistyvät usein vastustuksiin, joista vähäisin ei ole puhdasoppisuuteen, omiin totuuksiin ja tuttuun puheenparteen pitäytyminen. Psykoteraapiassa arjen monitahoisien kokemuspuheen vastavuoroi-

seen kuunteluun saattaa hermistää se, että kuuntelija jättää kohtaamisen hetkinä spekulatiivisen ylärakenteen syrjään ja koettaa ymmärtää arjen polyfoniaa, tukeutumatta etukäteen valmiiseen, monotoniseen kaavaan. Tieteiden- ja teorioidenvälisissä dialogeissakin vakiintuneiden käsitte-rakennelmien uudelleenarviointi voi avata ennalta arvaamattomia keskustelujä, jopa oudoista mielenmaisemista ja identiteeteistä. Toista arvostava yhteistyö liennyttää kilpailua ”meidän” ja ”heidän” välillä.

Perinteisen psykoanalyttisen mallin mukaan yksilön nykyinen kokemusmaailma heijastaa tai ilmaisee varhaisemmin – jopa ”arkaaisti” tai ”infantiilisti” – muotoutunutta mielensisäistä dynamiikkaa. Psykologian professori Paul L. Wachtel (esim. *Relational theory and the practice of psychotherapy*, 2008) on muistuttanut relationaalisen ymmärtämisen haasteesta: Jos jokapäiväistä kokemusmaailmaa pidetään yksioikoisesti vain sisäisen maailman ja sen arkaisten edustusten ja fantasioiden sekä esiodipaalisten tai oidipaalisten draamojen tuotteena, menetetään ihmisen suhdekehityksen dynaaminen kerrostuneisuus. Arjen suhdetapahtumia näet muokkaavat mielensisäiset edustukset, joita puolestaan muokkaavat arjen suhdetapahtumat.

Jo varhaisessa kehityksessä valetuiksi ja sisäistetyiksi määriteltyjen hahmojen näyttämö ei liiku joustavasti nykyisen arjen tapahtumien mukaan. Wachtelille eräät psykoanalytikot ja psykoterapeutit tunnustivat tunteneensa jopa syyllisyyttä siitä, että antautuivat mielestään liikaa keskustelemaan potilaidensa kanssa näiden arkipäivän kokemuskertomuksista sen sijaan, että olisivat keskittyneet ”todellisena” tehtävänänsä pitämäänsä transferenssien ja vastustusten analyysiin. He kokivat vapauttavaksi sen käsityksen, että keskustelu potilaiden arkikokemuksista kuuluu olenaisesti todelliseen terapiatyöhön eikä suinkaan mitätöi analyttisen lähestymistavan perusteita.

Suhdekokemuksia ja -konteksteja arvioidaan ja muovataan jatkuvasti – ja ennen kaikkea – arjen keskellä, jokapäiväisissä vuorovaikutuksissa. Transferenssit ilmaantuvat myös arjessa, eivät vain psykoanalyttisessa tilanteessa. Eri ihmiset, analytikotkin, herättävät erilaisia transferensseja samassa yksilössä. Transferenssit eivät kehkeydy vain sisäistetyistä menneisyydestä; pikemmin-kin niissä tiivistyy menneiden ja nykyisten kokemusten muistinvarainen ja yllättävä kohtaaminen.

Transferensseissa ja vastatransferensseissa avautuu suhteita toiseen, jota puhutellaan ja joka puhuttelee ja luo muuntavia näkökulmia. Sisäiset toiminta- ja vuorovaikutusmallimme eivät ole pysyvästi ankkuroituneita, vaikka ne tajunnanvirrassa kantavatkin mukanaan aiemmin muodostuneita asennoitumisia ja käsityksiä. Ne sisältävät myös nykyhetken ja tulevaisuuteen kohdistuvia odotuksia toiminnan ja suhteissaolon seurauksista, jatkuvuuksien ja muutosten vuorotteluista.

Teoriatasolla erilaiset suuntautumis- ja kognitiivis-neuraaliset näkökulmat, voivat etsiä toisistaan eroavuuksiaan täydentäviä yllättäviä yhteyksiä. Oletetut persoonallisuuden tai mielen rakenteet ovat vastaanottavia uusille kosketuksille ja suhteille, joihin on mahdollista osallistua ja joita voidaan yhdessä tutkia. Mielellä on useita kehityssuuntia, eikä tietämisen prosessilla ole tiettyä vakiokohdetta. Motiiveilla ja mielikuvilla, kuten teorioillakaan, ei ole lopullista muotoa. Käytäntö koettelee teorioita ja tarjoaa niille virikkeitä korjaaviin liikkeisiin.

Ehkäpä analyttinen herkkyys ja intuitiivinen oivallus voivat limittyä sekä psykoanalyysissa että arjessa, jolloin psykoanalyysi elävöittää arkea ja luo mielentiloista poeettisia merkityksiä arjen keskelle ja arkielämä opastaa psykoanalyysia metateorioista käytännöllisten kokemusmerkitysten äärelle. Elottomuuden ja eloisuuden tunteet ovat relationaalisia, yhdessä reflektoitavia ja tutkittavia. Itsehavainnointi kehittyä vastavuoroisissa terapeuttisissa suhteissa jaettujen ja sisäistettyjen oivallusten avulla. Loppuun saakka ei voi ymmärtää, ja tulkittavuudella on rajansa, mutta arjen kokemuslottomuudet ovat merkittävä osa ihmismielen tietoista ja tiedostamatonta todellisuutta, jota on aiheellista kuunnella uteliaasti.

Juhani Ihanus  
päätoimittaja