

Emma Riekkö

Kohti lisääntyvää autonomiaa – eriytymisen ja itsenäistymisen polut lapsuudessa ja nuoruusiässä

Nuoren irtautuminen vanhemmistaan on monimutkainen prosessi, jonka juuret ovat lapsuuden eriytymis- ja yksilöitymiskehityksessä. Vanhemman ”kyky tulla jätetyksi” on yksi tärkeä tekijä nuoren pyrkiessä kohti lisääntyvää itsenäisyyttä ja uusia, perheen ulkopuolisia merkityksellisiä suhteita. Nuoren itsenäistyminen koettelee myös vanhempien omaa erillisyyttä ja kykyä surra nuoren kasvun aiheuttamia menetyksen tunteita. Vanhempien kanssa työskentely nuoren terapian rinnalla voi parantaa nuorten ja heidän vanhempiensa välistä vuorovaikutusta ja auttaa heitä määrittelemään keskinäisen suhteensa ja erillisyytensä uudelleen.

Erna Furman (1992) kuvaa kauniisti sitä, miten äiti saattelee pienokaistaan kohti itsenäisyyttä tekemällä ensin asioita lapsen puolesta, myöhemmin hänen kanssaan ja lopulta seuraamalla ihaillen vierestä, kun lapsi tekee asioita itse. Silloinkin, kun eriytymis-yksilöitymiskehitys sujuu hyvin ja lapsen lisääntyvä autonomia tuottaa äidille iloa ja tyydytystä, se kuitenkin myös haastaa äidin psykyä monin tavoin. Lapsen irtautuminen tuntuu äidistä väistämättä myös menetykseltä. Äidin kyky tukea lastaan hänen itsenäistymiskehityksessään riippuu pitkälti äidin objektikatektoinnista lapseen, eli siitä, missä määrin äiti on pystynyt katektoimaan lapsen erillisenä persoonana (Furman 1999). Mikäli äidin oma eriytyminen on jäänyt vaillinaiseksi, lapsen itsenäistyminen voi muodostua liian suureksi uhaksi äidin narsistiselle tasapainolle. Tuolloin äiti ei voi ”tulla jätetyksi”, mikä olisi välttämätöntä lapsen irtautumisen kannalta.

Nuoruusiässä eriytymis-yksilöitymiskehitys kohtaa toisen näytäntönsä (Blos 1985). Myös tuolloin äidillä on merkittävä rooli nuorensa maailmalle saattelussa. Tämä teksti sai alkunsa siitä, kun aloin pohtia, missä määrin Erna Furmanin esittämät ajatukset äidin jätettävissä olemisen tärkeydestä soveltuvat myös nuoruusikäisen itsenäistymiskehityksen tarkasteluun. Aloin miettiä, millaiset nuoreen itseensä liittyvät tekijät vaikeuttavat itsenäistymistä ja vanhemmista irtautumista ja mitkä vanhempiin liittyvät tekijät sitä estävät. Mitä tapahtuu esimerkiksi niissä tapauksissa, kun nuoruusikäisen äiti ei syystä tai toisesta olekaan jätettävissä – vaikkapa silloin, kun äiti on psyykkisesti sairas tai kun äiti ei kestä hylätyksi tuleamista vaan jättää ensin? Esimerkkejä vaikeasti jätettävistä äideistä voi varmasti jokainen nuorten kanssa työskennellyt tavoittaa.

Itsenäistyminen ja lapsuudenaikaisista si-

donnaisuuksista irtautuminen ovat nuoruusiän kehityksen keskeisiä haasteita, ja näitä teemoja käsitellään tavalla tai toisella varmaankin jokaisen nuoruusikäisen terapiassa. Kuvaan sitä, miten lapsen ja nuoren itsenäistymiskehitys ja vanhemmista irtautuminen niin sanotussa normaalikehityksessä etenee, sekä tarkasteleminen sitä, millaisista asioista on kyse silloin, kun tämä prosessi hankaloituu tai jopa kokonaan estyy. Lähdän liikkeelle lapsuuden erillistymiskehityksen kuvaamisesta ja siirryn sen jälkeen tarkastelemaan nuoruusiän itsenäistymiskehitystä. Haluan tarkastella näitä prosesseja rinnakkain, koska uskon, että niissä on paljon yhtäläisyyksiä, joiden ymmärtämisestä voi olla apua nuoruusikäisten psykoterapeuttina toimivalle. Lopuksi haluan vielä pohtia sitä, mikä merkitys on vanhempien kanssa tehtävällä työllä niissä tapauksissa, joissa nuorten itsenäistymiskehitys on estynyt tai kokonaan pysähtynyt.

Varhainen eriytyminen ja autonomian kasvu

Inhimillisen elämän alussa vauva ja äidillinen huolenpito muodostavat yhdessä yksikön. Ei ole olemassa pelkkää vauvaa, vauvaa ilman äitiä, vaan aluksi vauva on täysin riippuvainen äidistä ja häneltä saamastaan hoivasta (Winnicott 1960/1965). Tämän hoivan antaminen pohjautuu äidilliselle empatialle, kyvylle lukea vauvan tarpeita. Tätä intuitiivista, sanaton ymmärtämistä Erna Furman (1999) kuvaa yhteisen ruumisminän käsitteen avulla. Yhteisellä ruumisminällä hän tarkoittaa sitä, että vaikka äidin ja lapsen fyysinen irtautuminen tapahtuu synnytyksessä, äidin ruumisminä käsittää vielä pitkään synnytyksen jälkeenkin lapsen, ja lapsen oma varhainen ruumisminä ainakin osia äidistä. Lapsen kasvun ja kehityksen myötä sekä äiti että lapsi joutuvat asteittain luopumaan jaetusta ruumisminästä ja esittämään vaatimuksia oman ruumiinsa omistajuudesta.

Muista objektsuhteista poiketen vanhempien ja heidän lapsensa väliselle suhteelle on luonteenomaista sen latautuminen narsistisesti (Furman 1996). Lapsen kokeminen osana itseä on aluksi voimakkaampaa kuin lapsen kokeminen omana, erillisenä persoonana –

toisin sanoen narsistinen kateksi on alkuun objektikateksia voimakkaampi. Molemmat vanhemmat sisällyttävät lapsen osaksi omaa mentaalista itseään, mutta vain äiti kokee lapsen omaan ruumisminäänsä kuuluvana. Äidin onkin tärkeää katektoida vauvansa narsistisen ruumiillisesti voidakseen pitää siitä jatkuvasti huolta. Yhteinen ruumisminä auttaa äitiä tunnistamaan lapsensa tarpeet, hän saattaa jopa tuntea ne omassa kehossaan. Samanaikainen objektikatektointi on kuitenkin yhtä tärkeää. Lapsen kasvaessa narsistisen katektoinnin tulisi vähentyä ja objektikateksin voimistua. Narsistinen katektointi ei koskaan täysin häviä vanhemman ja lapsen välisestä suhteesta eikä sen tulekaan hävitä. Tärkeintä on löytää tasapaino näiden kahden välillä.

Lapsen eriytyminen äidistä tapahtuu asteittaisen prosessin kautta, kun lapsi saa vähitellen omaan omistukseensa, hoidettavakseen ja hallintaansa omia ruumiillisia tarpeitaan (Furman 1996). Äiti auttaa lastaan ottamaan haltuunsa omat ruumiilliset tarpeensa ja huolehtimaan niistä edellä kuvatun, vaiheittaisen prosessin kautta: huolehtien ensin lapsen tarpeista hänen puolestaan, auttaen lasta vähitellen ottamaan toimintoja omaan haltuunsa ja seuraten lopulta ilolla vierestä, kun lapsi toimii itsenäisesti, äidin apua tarvitsematta (Furman 1992). Tämän kehityskulun aikana äiti muuttaa pala palalta narsistisen katektoinnin objektikatektoinniksi. Tämä mahdollistaa sen, että äiti voi nauttia lapsen autonomian lisääntymisestä, mikä puolestaan auttaa häntä kestävästi erillistymiseen liittyvää luopumista ja surua. On toivottavaa, että jo hyvin varhaisessa vaiheessa, ehkä jo raskauden aikana mutta varsinkin synnytyksen jälkeen, ainakin osa äidillisestä katektoinnista olisi objektiivisuuntautunutta (Furman 1999).

Lapsen eriytyminen koettelee äidin ruumisminän eheyttä ja tuntuu väistämättä myös menetykseltä. Jaetusta ruumisminästä on vaikea luopua, koska se on ollut pohjimmiltaan niin tyydyttävää (Furman 1999). Kolmas vaihe, ihailen seuraaminen, on äideille usein vaikein. Silloin äidit kokevat kaikkein kipeimmin, että heitä ei enää tarvita, ja helposti kääntyvät liian varhain pois lastensa luota. On toivottavaa, että tällai-

sina primitiivisen menetyksen hetkinä äidin ilo lapsen kehittymisestä toisi lohtua ja auttaisi häntä kestäämään tiedostamattoman sisäisen myllerruksen ainakin siinä määrin, että lapsen kehitystä häiritsevät reaktiot estyisivät. Tässä auttaa äidin muilta saama myötätunto, ymmärrys ja äitiyden arvostus. Suureksi avuksi ovat myös äidin persoonallisuuden kypsemät alueet, kuten rakkaus lapseen erillisenä persoonana. Äidin kyky lohduttaa ja kannatella itseään näiden kypsempien puolien avulla on sidoksissa hänen omaan varhaiseen kokemukseensa – miten on tullut itse kannatelluksi empaattisesti vastaanottavaisen äidin avulla.

Äidistä se, että lapsi alkaa ottaa itse haltuun ruumiillisista tarpeistaan huolehtimista ja siten yhä enemmän omistaa omaa ruumistaan, tuntuu siltä kuin elintärkeitä osia itsestä repäistäisiin yksi kerrallaan irti (Furman 1996). Tässä valossa on hyvin ymmärrettävää, että äidit haluavat pitää kiinni näistä itsensä ulkoisista osista tai ainakin kontrolloida tahtia, jolla niitä itseltä viedään. Lapselle itselleen matka kohti lisääntyvää autonomiaa on yleensä myönteinen kokemus, mutta sisältyy siihen myös hänelle menetyksiä. Äidistä eriytyminen merkitsee sitä, että täytyy alkaa pärjätä omien rajallisten kykyjen avulla ja sietää frustraatioita, joita joutuu kohtaamaan matkalla kohti lisääntyvää itsenäisyyttä (Furman 1996).

Furmanin (1992; 1999) näkemykset lapsen ja vanhempien välisistä varhaisista suhteista noudattelevat nähdäkseni pitkälti samoja linjoja Winnicottin (1951/1975; 1956/1975; 1958/1965; 1960/1965; 1971) kanssa. Myös Winnicott (1960/1965) on kuvannut, miten äidin antama hoiva on keskeisin tekijä siinä, että lapsi oppii vähitellen hallitsemaan viettitarpeitaan egonsa avulla. Aluksi tämä tapahtuu äidin egotuen avulla. Riittävän hyvä hoiva luo vähitellen tunteen olemassaolon jatkuvuudesta, mikä muodostaa pohjan minän lujuukselle. Lapsi matkaa täydellisestä riippuvuudesta osittaisen riippuvuuden kautta kohti itsenäisyyttä. Tämän voi nähdäkseni rinnastaa Furmanin (1992) ajatukseen siitä, miten äiti auttaa lasta vähitellen saamaan omia ruumiin-toimintojaan ja tarpeitaan omaan haltuunsa, omiksi toimintoikseen.

Myös Winnicott (1960/1965) kiinnittää huomiota äidilliseen huolenpitoon ja muutoksiin, joita äidissä tapahtuu hänen kohdatessaan lapsensa kehittyviä tarpeita. Hän toteaa, että niin kauan kuin lapsi on vielä sulautuneena äitiin on aina parempi, mitä oikeammin äiti osaa tulkita lapsensa tarpeita ja vastata niihin. Eriytymisen myötä tässä tapahtuu kuitenkin muutos, joka yleensä näkyy välittömästi äidin toiminnassa. Äiti ymmärtää, että vauva ei enää odotakaan sitä, että äiti lähes taianomaisesti ymmärtäisi hänen tarpeensa, vaan hänelle on kehittynyt uusi kyky, merkin antamisen taito, jonka avulla hän pystyy viestimään äidille tarpeitaan. Tällöin äidin ei tulisikaan olla liian hyvä ymmärtämään lapsensa tarpeita ja lukea tämän ajatuksia, vaan hänen olisi hyvä antaa lapselle tilaa itse ilmaista, mitä tämä tarvitsee.

Sitä, mitä Erna Furman (1999) kuvaa yhteisen ruumisminän käsitteellä, Winnicott (1956/1975; 1960/1965) kuvaa primaarisena äidillisenä omistautumisena. Nähdäkseni he puhuvat samasta asiasta, vain eri termejä käyttäen. Winnicottin kuvaamana äiti jo raskauden aikana identifioituu sisällään kasvaan lapseen ja saavuttaa sitä kautta vahvan kokemuksen siitä, mitä lapsi tarvitsee. Tämä identifikaatio jatkuu jonkin aikaa synnytyksen jälkeen ja menettää sitten vähitellen merkitystään. Äidin tulisi voida luopua identifioitumisestaan lapseensa sitä mukaa kuin lapsi on valmis irtautumaan hänestä. Ensin tulee holding, sen jälkeen living with. Varhaisen hoivan ja kannattelun myötä lapsi saavuttaa orastavan erillisyyden, tulee olemassa olevaksi omaksi yksilökseen. Mikäli äiti ei pysty luopumaan sulautumisesta lapseen, jarruttaa hän lapsen kehitystä. Furmanin tapaan Winnicottkin toteaa, että äidin on joka tapauksessa vaikeaa irrottautua lapsestaan samaa tahtia kuin lapsi on valmis irrottautumaan hänestä (Winnicott 1960/1965).

Winnicottin (1951/1975) mukaan erillisyyttä äidistä avautuu transitionaalitilan kautta. Transitionaalitila viittaa potentiaaliseen tilaan lapsen ja maailman, sisäisen ja ulkoisen välissä. Lapsen on mahdollista mielikuvituksensa avulla luoda jotakin siinä kohdassa, missä jotakin puuttuu – luoda jotakin sisäisen ja ulkoisen

maailman väliin. Transitionaaliobjektien avulla lapsi pystyy itse rauhoittamaan itseään silloin, kun äiti ei ole läsnä. Tästä on apua siinä kehityksen vaiheessa, kun lapsi on vasta sisäistämässä äidin rauhoittavaa funktiota. Erillisyys äidistä tulee mahdolliseksi sitä kautta, kun lapsi pystyy luomaan sellaisen potentiaalisen tilan, jossa hän pärjää omien luomustensa varassa.

Transitionaaliset ilmiöt pohjautuvat alun perin illuusiolle (Winnicott 1951/1975). Alussa vauva kokee itse luovansa rinnan. Kun äiti tuo rinnan saataville juuri sillä hetkellä, kun vauva on kuvitellut sen läsnä olevaksi mielessään, lapsi tuntee todella luoneensa rinnan. Tämän varhaisen kehitysvaiheen mahdollistaa äidin erityinen kyky vastata vauvansa tarpeisiin ja sitä kautta antaa lapselle illuusio siitä, että se, mitä hän on mielessään luonut, on todella olemassa. Toistuvat tyydyttävät kokemukset viettitarpeisiin vastaamisesta luovat vauvalle uskon hyvän tahtoisen ympäristön olemassaolosta. Tämä luo perustan myös kyvylle olla yksin. Lapsi saavuttaa yksin olemisen kyvyn harjoittelemalla ensin yksin olemista äidin läsnä ollessa, äidin egotuen varassa (Winnicott 1958/1965). Vähitellen egoa tukeva ympäristö sisäistetään niin, että se luo mieleen uutta rakennetta, jonka avulla todellinen yksinolo tulee mahdolliseksi. Kyky olla yksin riippuu siitä, miten yksilö on pystynyt muodostamaan hyviä sisäisiä objekteja ja miten hän pystyy ylläpitämään mielikuvaa näistä näiden poissa ollessa. Transitionaaliobjektit toimivat apuna tässä kehitysvaiheessa.

Alussa vauva loi siis itse objektin, mutta objekti oli ikään kuin odottamassa luoduksi ja katektoiduksi tulemista. Kyky käyttää objektia on kehityksellinen saavutus (Winnicott 1971). Ensimmäinen lapsi on suhteessa objektiin, vasta myöhemmin hän oppii käyttämään sitä. Välissä on vaihe, joka on lapselle yksi kehityksen haastavimmista kohdista: hänen on luovuttava objektin omnipotentista kontrollista ja tunnustettava objektin olemassaolo ulkoisena, itsestä erillisenä entiteettinä. Tämä muutos objektiin suhteessa olemisesta objektin käyttämiseen edellyttää sitä, että subjekti tuhoaa objektin. Winnicott (1971) käyttää sanaa tuhota, viitaten

ymmärtääkseni prosessiin, jossa lapsi ikään kuin koettelee äidin olemassaoloa ja jonka pyrkimyksenä on sijoittaa äiti ulkomaailmaan, oman omnipotentin kontrollin ulkopuolelle. Mikäli äiti selviytyy tästä koettelusta tuhoutumatta, lapsi voi alkaa uudella tavalla käyttää äitiä itsestä erillisenä objektina. Tämä luo pohjan jaetulle todellisuudelle ja kyvylle rakastaa toista ihmistä erillisenä yksilönä. Furmanin (1992; 1999) ajatusta siitä, että äitien tulisi olla jätettävissä, voisi jatkaa Winnicottin sanoin, että äitien tehtävänä on myös selviytyä tuhoutumatta.

Olen kuvannut näitä varhaisia eriytymisen ja yksilöitymisen prosesseja näin tarkasti, koska uskon, että nuoruusikäisen irtautumisprosessissa toistuu samoja elementtejä – vaikkakin lievemässä muodossa. Uskon, että Furmanin ja Winnicottin ajatukset voivat olla avuksi siinä, miten nuoruusikäisten äitejä voidaan ymmärtää ja tukea heidän kipuillessaan lapsestaan irti päästämisen kanssa.

Nuoruusikäisen itsenäistyminen ja varhaisista objektsuhteista irtautuminen

Tullessaan nuoruusikään nuori joutuu kohtaamaan paitsi fyysisen ja seksuaalisen kehityksen mukanaan tuomat paineet myös sen, että intensiiviset lapsuudenaikaiset tunnekokemukset (erityisesti suhteessa vanhempiin) palaavat uudelleen koettaviksi (Friedman & Laufer 1997). Nämä regression kautta uudelleen kokemuksen piiriin tulevat tunteet ovat välttämätön osa nuoruusikäisen kasvuprosessia (Blos 1985; Friedman & Laufer 1997). Prosessi on piilotajuinen: nuori kokee voimakasta vetoa lapsuuteen samaan aikaan, kun hän tietoisesti pyrkii kohti aikuisuutta. Tämä uudelleen koettavaksi tuleva suhde vanhempiin täytyy läpikäydä, mikäli nuori aikoo edetä aikuisuuteen. Friedman ja Laufer (1997) ovat kuvanneet neljä erilaista tapaa, joilla nuori voi pyrkiä irtautumaan lapsuuden sidonnaisuuksista.

Yksi tapa koettaa irtautua emotionaalisista siteistä vanhempiin on vetää äkillisesti tunteet pois heistä ja siirtää ne kodin ulkopuolisiin ihmisiin. Tällainen dektekointi saa vanhemmat tuntemaan itsensä torjutuiksi ja miettimään ehkä, mitä he ovat tehneet väärin, kun nuori tu-

lee hyvin toimeen kodin ulkopuolisten aikuisten kanssa mutta suhtautuu heihin täysin välinpitämättömäksi. Toinen tapa koettaa katkaista lapsuuden siteitä on tunteiden kääntäminen päinvastaisiksi. Nuori saattaa luulla vapauttavansa itsensä lapsuudenperheestään muuttamalla rakkautensa vihaksi ja välinpitämättömydeksi, mutta todellisuudessa hänen emotionaalinen elämänsä jää hyvin sidonnaiseksi kotiin. Nuori saattaa myös jäädä jumiin kiukkuunsa ja syyllisyyteensä niin, ettei pysty hyödyntämään muita aikuisia irtautumispyrkimyksissään. Friedmanin ja Lauferin (1997) mukaan näitä molempia irtautumispyrkimyksiä esiintyy jonkin verran normaalikehityksessä, mutta niiden jäykkyys ja voimakas korostuminen viittaavat ongelmiin. Tässä kehitysvaiheessa vanhempien tehtävä on vain olla läsnä ennakoitavalla tavalla; olla tukena ja pyrkiä olemaan provosoitumatta nuorensa käyttäytymisestä sekä säilyttämään omat standardinsa siitä huolimatta, että houkutus regredioitua samalle tasolle nuoren kanssa on usein olemassa. Vahingollista voi olla se, jos vanhempi (virheellisesti) todella uskoo, että nuori ei enää rakasta ja tarvitse häntä ja reagoi tähän hylätyksi tulemisen kokemukseen kääntämällä itse selkensä.

Nuori saattaa yrittää irrottaa siteensä vanhemmistaan myös niin, että vanhemmista pois vedettyä emotionaalista latausta ei siirretäkään muihin aikuisiin tai ikätovereihin vaan katektoidaan se itse (Friedman & Laufer 1997). Tämä on patologinen kehityssuunta. Nuori osoittaa tällöin liiallista kiinnostusta itseään ja kehoaan kohtaan. Usein nuori on ahdistunut siitä, mitä itsessä (kehossa ja mielessä) tapahtuu, ja tämä huoli menee kaiken muun kiinnostuksen edelle. Tämä voi johtaa ympäristöstä vetäytymiseen ja vakavimmillaan ennakoida psykoottista prosessia. Vaikeuksissa ovat myös ne nuoret, jotka 15–16-vuotiaina ovat yhä aivan samanlaisia kuin he olivat latenssi-ikäisinä. Heille nuoruusikään kuuluva regressio merkitsee niin suurta uhkaa, että he eivät voi antautua sille ollenkaan, jolloin nuoruusiän kehitys ei voi edetä.

Blos (1985) kuvaa nuoruusikää toisena individuaatioprosessina. Ensimmäinen individuaatio sijoittuu lapsuusikään ja saadaan

päätökseen kolmannen ikävuoden lopulla; sen kehityksellinen tulos on itse- ja objekti-konstanssin saavuttaminen. Tätä varhaista eriytymistä olen edellä kuvannut Winnicottin (1951/1975; 1956/1975; 1958/1965; 1960/1965; 1971) ja Furmanin (1992; 1996; 1999) näkemysten valossa. Nuoruusiän individuaatioprosessissa keskeisellä sijalla on perheensisäisistä riippuvuuksista irtautuminen, lapsuuden sidonnaisuuksien höltyminen ja liittyminen perheen ulkopuoliseen maailmaan (Blos 1985). Lapsuusiän individuaatioprosessissa lapsen psykologinen eriytyminen tapahtui suhteessa konkreettiseen objektiin, äitiin. Tämä saavutettiin internalisaation avulla; vähitellen lapsi tuli riippumattommaksi äidin läsnäolosta, hoivasta ja psykofyysisen tasapainon säätelystä. Eteneminen symbioottisesta yhteydestä äitiin kohti lisääntyvää erillisyyttä tapahtui sisäisten säätelytoimintojen omaksumisen kautta. Lapsi siis saavutti erillisyyttä suhteessa vanhempiinsa näistä muodostamiensa sisäisten mielikuvien avulla. Nuoruusikäisen individuaatioprosessissa puolestaan on kyse näistä sisäistetyistä varhaisista objekteista luopumisesta. Blosin (1985) mukaan tämä tapahtuu uuden struktuurin, egoideaalin, muodostumisen avulla. Ilman tätä irtautumista nuoren on vaikeaa tai jopa mahdotonta löytää uusia, perheen ulkopuolisia rakkausobjekteja.

Kuten edellä todettiin, nuoruusiässä viettipaineen voimistuminen saa aikaan primaaristen objektsuhteiden uudelleenaktivoitumisen. Nuoruusikään kuuluva regressio tuo nykyhetkeen varhaista materiaalia, jota pystytään nyt työstämään kypsemmän egon avulla (Blos 1985). Tätä kautta varhaisten konfliktien käsittely tulee mahdolliseksi, ja uutta psyykkistä rakennetta voi muodostua. Libidinaalisten kateksien siirto primaarisista rakkausobjekteista uusiin objekteihin tapahtuu egon avulla, viettien ja egon vuoropuheluna. Nuori joutuu vetämään libidinaalisen kateksin pois vanhemmistaan välttääkseen suhteiden latautumisen inestiöösillä tavalla. Tämä johtaa siihen, että nuori kokee voimakkaita yksinäisyyden ja tyhjyyden tunteita sekä suurta affekti- ja objektiälkää. Nuori etsii tyydytystä näihin kaveriporukasta, ihastumisista ja rakkaussuhteista. Siinä, mis-

sä pieni lapsi tarvitsi äidin apua autonomian saavuttamisessa, nuoruusikäinen tarvitsee ikätovereidensä tukea itsenäistymispyrkimyksiinsään.

Nuoruusiässä nuoren on tultava kontaktiin varhaislapsuuden halujen kanssa, jotta alkupe- räisistä katektoinneista voidaan luopua (Blos 1985). Sekä primaariobjekteista irtautuminen että varhaisista egon positioista (defensseistä, fantasiaista jne.) luopuminen edellyttävät pa- luuta aiempaan kehitysvaiheeseen regression kautta. Nuoruusiässä regressio toimiikin egon palveluksessa. Vain tätä kautta irtautuminen sisäisistä objekteista tulee mahdolliseksi. Nuoruusikään kuuluva regressio on siis vält- tämätön edellytys kehityksen etenemiselle. Joillekin nuorille regressio on kuitenkin liian uhkaavaa, ja he yrittävät repäistä itsensä irti lapsuuden sidonnaisuuksista esimerkiksi muuttamalla toiselle paikkakunnalle. Tämän voisikin hyvin lisätä Friedmanin ja Lauferin lis- taan ei-toimivista irtautumisyrityksistä. Maan- tieteellisellä etäisyydellä yritetään korvata psykologista etäisyyttä, mutta tämä ei johda todelliseen irtautumiseen, vaan nuori voi jäädä emotionaalisesti hyvinkin kiinni lapsuudenper- heeseensä.

Robert Furman (2001) on tutkinut prosessa, jonka myötä nuoruusikäiset (usein onnis- tuneesti) siirtyvät perheensisäisistä suhteista suhteisiin uusien objektien kanssa. Myös hän näkee tarpeen tällaiselle siirtymälle kumpua- van siitä, että nuoruusiässä oidipaaliset tun- teet ja toiveet vapautuvat torjunnasta. Niis- tä tulee nuoruusiässä ratkaisua edellyttävä ristiriidan lähde, koska silloin on olemassa fyysinen kykenevyys toteuttaa toiveet, jotka toteutuessaan merkitsisivät inestisiä (Furman 2001). Jotkut nuoret pyrkivät suojautumaan tältä vietin tukahduttamisella asketismilla. Py- syvänä ratkaisuna se on kuitenkin huono, kos- ka se on saavutettu kaiken seksuaalisuuden kustannuksella. Toinen mahdollinen ratkaisu on halujen kohdistaminen vietin alkuperäisistä kohteista johonkin perheen ulkopuoliseen uuteen ihmiseen. Tällöin vanhojen objektien katektoitumista vähennetään ja ne menettävät suurimman osan merkityksestään seksuaali- selle elämälle. Tällainen siirtäminen – vaikka

sekin on omalla tavallaan defensiivistä – toimii progressiivisen kehityksen palveluksessa. Alun perin Anny Katan nimesi tämän prosessin objek- tinsiirroksi (Furman 2001).

Objektinsiirrosta vanhemmat siis osittain de- katektoidaan, ja libidinaalinen investointi siirretään muihin. Vedettyään libidinaalisen ka- teksin pois vanhemmistaan nuori kokee usein voimakkaita yksinäisyyden tunteita, kunnes löy- tää uuden ihmisen, johon voi nämä rakastavat tunteensa sijoittaa. Mielen sisällä on olemas- sa akuutti rakastavien ja rakastettujen ihmis- ten vajuus siihen saakka, kunnes löydetään uusi objekti. Objektinsiirto tapahtuu vähitellen, nuoruusikään kuuluvien (monesti vaihtuvien) rakkaussuhteiden kautta (Furman 2001).

Objektinsiirto ei tarkoita sitä, että nuori ve- tää kaikki emotionaaliset kateksinsa pois van- hemmista, vaan sillä viitataan nimenomaan seksuaalisiin toiveisiin ja tunteisiin. Mitä onnistuneemmin nuori voi toteuttaa objekti- siirron ja sen, että vanhemmilla ei ole enää infantiliia libidinaalista merkitystä, sitä helpom- min hän voi siirtyä uusiin aikuisiin suhteisiin vanhempiensa kanssa (Furman 2001). Kysees- sä on siis prosessi, jonka myötä nuori löytää ensimmäistä kertaa elämässään tärkeimmät ihmisuhteensa lapsuudenperheen ulkopuolel- ta. Suhteet vanhempiin eivät suinkaan muutu merkityksettömiksi, niistä tulee vain erilaisia kuin aikaisemmin. Pyrkimyksenä on muodos- taa pysyviä, perustaltaan neutraaleja (eikä vie- tinomaisia) suhteita vanhempiin.

Vanhempien kanssa työskentely osana nuoruusikäisen psykoterapiaa

Pitkään nuoruusikäisten psykodynaamisissa hoidoissa oli vallalla käytäntö, että nuoren te- rapeutti ei tavannut nuoren vanhempia hänen hoitonsa rinnalla. Sellaista teoreettista mallia, joka olisi vastannut terapeutteja askarruttaviin kysymyksiin muun muassa luottamuksellisu- den säilyttämiseen liittyen ja tehnyt vanhempi- en kanssa työskentelystä oikeutettua, ei oikein ollut. Sittenkin katsontakannat ovat kuitenkin laajentuneet, ja on myös niitä, jotka ajattelevat terapeutin ja vanhempien välisen yhteistyön tu- kevan tärkeällä tavalla nuoruusikäisten hoitoa.

Muun muassa Jack ja Kerry Kelly Novick kuuluivat näihin ja ovat kehittäneet teoreettista mallia vanhempien kanssa tehtävään työhön (Novick & Novick 2005; Novick & Novick 2011). He ehdottavat nuorten terapioille kaksinkertaisia tavoitteita: hoidon päämääränä tulisi olla paitsi nuoren palauttaminen progressiivisen kehityksen polulle myös vanhempien ja nuoren suhteen paraneminen ja vanhemmuuden kehittyminen. Novickit ovat kehitelleet tekniikoita, jotka suojelevat nuoren yksityisyyttä ja auttavat vanhempia kestävästi tietämättömydestä aiheutuvia tunteita. Tekniikoilla pyritään edistämään kommunikaatiota nuoren ja vanhempien välillä, ja niiden tarkoitus on auttaa heitä määrittelemään uudestaan keskinäinen erillisyytensä ja autonomiansa.

Novickit (2005) lähtevät liikkeelle yksityisyyden ja salailun välisen eron selkiyttämisestä. He määrittelevät yksityisyyden itsestään selvänä sielullisen elämän ja oikeuden ilmaisuna, joka liittyy kahden erillisen yksilön väliseen molemminpuoliseen kunnioitukseen. Salailu puolestaan on tarkoituksellista tiedon salaamista, mikä merkitsee tiedon käyttämistä oman vallan korostajana suhteessa tiedon piiristä pois suljettuihin. Novickien (2005) mukaan salailun ilmapiiri liittyy usein suhteisiin, joissa erillisyyden, rajojen ja autonomian kysymykset ovat ratkaisematta. Salailu nousee usein esille silloin, kun tunkeutuminen ja kontrollointi ovat vanhempi-lapsi-suhteen tärkeitä kysymyksiä. Salailu kertoo, että toiminnassa on patologisia defenssejä ja suhteessa olemisen tapoja, joilla on huomattava merkitys hoidon toimivuudelle. Hoidon onnistumisen kannalta onkin tärkeää, että nuoria ja vanhempia tuetaan sekä avoimeen kommunikaatioon että rajojen ja yksityisyyden kunnioittamiseen.

Monet ovat omaksuneet vankan näkemyksen siitä, että onnistunut nuoruusiän kehitys tarkoittaa fyysistä separaatiota ja että salaisuuksien pitäminen on sekä teini-ikäisten että heidän vanhempiensa ylläpitämä keino edistää separaatiota. He uskovat usein aidon kommunikaation vanhempien ja nuoren välillä uhkaavan kehityksellistä sysäystä ja saattavan jotta regressiiviseen eriytymiskyvyttömyyteen. Novickien (2005) mielestä tällainen sosiaali-

sesti hyväksyty salailu itse asiassa hidastaa kehitystä, koska se sallii nuorille illuusion kapi-noinnista. Tämän illuusion turvin nuoret voivat välttää todellisia muutoksia mukanaan tuovaa taistelua vanhempien arvoja vastaan ja samalla väistää vastuunottoa omista teoistaan.

Vanhempien kanssa tehtävää työtä pohtivia terapeutteja huolestuttaa usein se, että työ rikkoisi terapeutin ja nuoren välisen luottamuksellisuuden. Jotkut menevät vielä pidemmälle ja ajattelevat vanhempien kanssa työskentelemisen olevan vastoin nuoruuden eriytymisen kehitystehtävää. Novickit (2005) näkevät, että vanhempien tunkeutuminen ja heidän kyytyttömyytensä eriytyä on nuoren hoidon ja kasvun suurin este. Siksi vanhempien kanssa työskentely on usein paitsi nuoren hoitoa tukevaa myös välttämätön edellytys nuoren kehityksen etenemiselle. Novickien (2005) näkemyksen mukaan nuoruusiän suurin kehitystehtävä sekä vanhemmille että lapsille ei ole separaatio, vaan sitoutuminen selfin sekä nuoren ja vanhempien keskinäisen suhteen muutokseen. Sen vuoksi he ajattelevat, että nuoruusiän hoitavan terapeutin tulisi olla vastuussa potilaan yksityisyyden suojaamisesta edistämällä vanhempien ja lapsen välisen kommunikaation parantamista. Vanhempia voidaan auttaa selviämään ulkopuolelle suljetuksi tulemisen tunteistaan muistuttamalla heitä siitä, että hoidon päämäärä on suurempi läheisyys lapsen kanssa. Tarkoituksena on, että nuoret ja heidän vanhempansa luovat uusia tapoja olla lähellä toisiaan uudella tasolla. Kyseessä ei siis ole ero, vaan muutos suhteessaolon laadussa.

Novickit (2011) ovat luoneet teoreettisen mallin vanhempien kanssa työskentelyn tueksi. Siinä on määritelty allianssitehtävät ja haasteet vanhemmille hoidon eri vaiheissa. Arviointivaiheessa haaste vanhemmille on muutoksiin sitoutuminen. Hoidon alkuvaiheen haasteena on se, että sallii nuoren olla toisen (terapeutin) kanssa. Hoidon keskivaiheen haaste on psykologisen erillisyyden, individuaation ja autonomian salliminen. Terapian lopetusta edeltävässä vaiheessa vanhemman tehtävänä on nuoren edistymisestä nauttiminen ja sen arvostaminen. Lopetusvaiheen haaste on se, että sallii nuoren surra terapian päättymistä ja sisäistää suhteen terapeutin kanssa. Novickien mallis-

sa kuvataan kunkin vaihespesifin haasteen herättämiä affekteja ja tyypillisiä tapoja suojautua niiden herättämältä ahdistukselta. Nämä noudattelevat pitkälti samoja haasteita, jotka liittyvät Furmanin (1999) kuvaamaan lapsen itsenäisyyteen saattamiseen. Myös tunteet, joita niihin liittyy, ovat samoja: hylätyksi tulemisen tunne, yksinäisyys, rakkauden menettämisen pelko, tarpeettomuuden tunne, suru jne. Mallissa kuvataan myös terapeutin käyttämiä menetelmiä ja päämääriä. Alussa on keskeistä tunnistaa vanhempien toive olla hyvä vanhempi ja luoda edellytyksiä yhteistyölle. Työskentelyn edetessä terapeutti muun muassa auttaa vanhempia näkemään nuoren ainutlaatuisuuden ja vahvistaa ajatusta, että kasvu ei ole menetys – vaikka se usein siltä tuntuukin – sekä auttaa eroon liittyvien tunteiden kohtaamisesta. Terapeutin tehtävä on selkiyttää, että vaikka erillisyyks useinkin rinnastetaan menetykseen, kasvu ei merkitse vain luopumista, vaan tilalle tulee jotakin uutta.

Pohdinta

Tässä työssä halusin tarkastella sitä, miten lapsen ja nuoren itsenäistymiskehitys etenee ja millaiset asiat voivat muodostua esteeksi erityisesti nuoruusikäisen itsenäistymiselle. Halusin tutkia näitä esteitä siksi, että arvelen niiden ymmärtämisestä olevan suurta apua silloin, kun kehityksessään jumiin jäänyttä nuorta yritetään auttaa. Otin huomioni kohteeksi paitisi nuoren itsensä myös hänen vanhempansa, koska aiheen tarkastelu vain toisen osapuolen näkökulmasta olisi jäänyt vaillinaiseksi.

Nuorta itseään kehityspaineet koettelevat monin tavoin. Nähdäkseni se, miten nuori pystyy kohtaamaan itsenäistymiseen liittyviä haasteita, on pitkälti sidoksissa siihen, millaista tukea hän on lapsuudessa saanut autonomiapyrkimyksilleen. Mikäli vanhemmat ovat pystyneet saattamaan häntä riittävän hyvin elämän alkutaipaleella – ovat olleet luotettavalla tavalla tukena ja käytettävissä sekä kestäneet jätetyksi ja koetelluksi tulemisen – on nuori saanut hyvät eväät nuoruusiän kehitystehtävien kohtaamiseen. Mikäli eriytymisyksilöitymiskehitys on kuitenkin lapsuudessa

jäänyt hataraksi, siihen liittyvät pulmat nousevat nuoruusiässä uudelleen käsiteltäviksi. Tästä syystä nuoruusikää kutsutaankin usein toiseksi mahdollisuudeksi.

Olen edellä muun muassa Friedmanin ja Lauferin (1997) jaottelun avulla kuvannut nuoria, joille nuoruusiän kehitystehtävien kohtaaminen on liian haastavaa ja kehitys jumiutuu. Joissakin tapauksissa syynä on se, että regredioituminen tuntuu liian uhkaavalta: pahimmillaan se merkitsisi hauraaksi jääneen erillisyyden menettämistä ja psyykkistä hajoamista. Suurissa vaikeuksissa ovat myös sellaiset nuoret, jotka eivät syystä tai toisesta pysty siirtämään objektikateksia vanhemmista uusiin objekteihin. Nämä nuoret ovat vakavassa vaarassa eristäytyä muista ja vetäytyä objektimaailmasta kokonaan. Tällaisen nuoren minuus on jäänyt hyvin hauraaksi, ja tarvitaan vielä paljon rakentumista ennen kuin nuori voi päästä kehityksessään eteenpäin. Joidenkin nuorten kohdalla vaikeus itsenäistyä ja irtautua lapsuuden sidonnaisuuksista kytkeytyy siihen, että heillä ei ole vanhempaa, josta irrottautua. Vanhempansa menettänyt nuori tai nuori, jonka vanhempi on vaikkapa psyykkisesti sairas tai jostakin muusta syystä kykenemätön olemaan turvallisella tavalla läsnä ja koeteltavana, kestävänä ja jätettävänä, tarvitsee ulkopuolista apua päästäkseen kehityksessään eteenpäin. Kaikkien näiden nuorten kohdalla terapia voi osoittautua kolmanneksi mahdollisuudeksi, paikaksi, jossa erillisyyttä ja omia rajoja voi alkaa rakentaa turvallisessa suhteessa toiseen ihmiseen.

Kohtaamme vastaanotolla hyvin eriasteisesti rakentuneita nuoria, ja myös näiden nuorten vanhemmat muodostavat varsin heterogeenisen ryhmän. Hoidon alussa olisi aina hyvä selvittää, missä määrin vanhemmat pystyvät asettumaan nuorensa hoidon ja kehityksen tueksi ja millä tavoin heitä voidaan tässä auttaa. On toki vanhempia, joiden kanssa työskentely saattaa osoittautua kannattamattomaksi tai jopa täysin mahdottomaksi, mutta onneksi on myös paljon vanhempia, jotka haluavat parhaan kykynsä mukaan auttaa nuortaan kasvamaan. Novickien (2005; 2011) työ antaa mielestäni paljon ymmärrystä ja välineitä siihen, miten

voimme tukea vanhempia heidän nuoruuskäistensä maailmalle saattelun kivuliaassa mutta parhaimmillaan myös hyvin antoisassa prosessissa.

Nuoruuskäisen pyrkiessä irtautumaan lapsuuden vanhemmistaan tulee näkyviin se, missä määrin vanhemmat ovat kykeneväisiä objektikatektointiin ja mikä on heidän oma eriytymisen asteensa. Bohleber (2010) kuvaa nuoria, joiden on hyvin vaikeaa kehittää yksilöityntä itseä tai jotka eivät lainkaan kykene siihen. Hänen ajatuksensa on, että nämä nuoret eivät pysty vapauttamaan itserepresentaatioitaan äidin objektirepresentaation vaikutuksen ja kontrollin ilmapiiristä. Bohleber arvelee tähän liittyvän oidipaalivaihetta varhaisempaa problematiikkaa, joka aiheutuu äidistä, kun tämä kokee olevansa uhattuna lapsensa autonomian kehittymisen takia. Nämä äidit ovat katektoineet lapsensa hyvin narsistisesti, mutta he eivät pysty arvostamaan tai riittävästi kannustamaan heidän pyrkimystään autonomiaan. Voikin ajatella, että tällaiset äidit jäävät vaille sitä lohtua, jota nuoren itsenäistymisen aiheuttama ilo ja ylpeys parhaimmillaan tuovat luopumisesta aiheutuvan surun rinnalle.

Se, kuinka paljon vanhempien kanssa tehtävällä työllä voidaan tukea nuorten itsenäistymistä, riippuu varmasti pitkälti siitä, mikä on vanhempien oma eriytymisen aste ja kuinka paljon he kykenevät muuttamaan narsistista katektointiensa objektikatektoinnin suuntaan. Näkisin, että Furmanin (1992; 1999) ja Winnicottin (1951/1975; 1956/1975; 1958/1965; 1960/1965; 1971) ajatukset lapsen itsenäistymisestä ja sen vanhemmissa herättämistä vasteista voivat olla suureksi avuksi myös nuoruuskäisten vanhempien ymmärtämisessä.

Novickien (2005; 2011) ajatus siitä, että nuoruusiässä tapahtuva vanhemmista irtautuminen ei tarkoita eroa vaan suhteen muuttamista uudelleenlaiseksi, on mielestäni hyvin käyttökelpoinen, ja sitä kannattaa välittää hoidossa olevien nuorten vanhemmille. Myös nuorten mielessä vanhemmista irtautuminen tuntuu usein elävän ”lopullisena erona”, ja ajatuskin siitä saattaa kauhistuttaa. Moni nuori onkin kokenut helpottavana sen, kun aihetta on lähestytty Novickien näkökulmaa painotta-

en – että kyseessä ei ole ero, vaan suhteen kehittyminen uudelle tasolle.

Nuoruusiän kehitystä ja siihen liittyvää regressiota on usein kutsuttu toiseksi mahdollisuudeksi. Ajattelisin, että nuoruusiän itsenäistymiskehitys tarjoaa myös nuoruuskäisen vanhemmille uuden mahdollisuuden. Vanhemmat joutuvat – jälleen kerran – työstämään myös omaan erillisyyteensä liittyviä teemoja saatellessaan nuortaan kohti aikuisuutta. Parhaimmillaan se voi johtaa myös vanhempien oman erillisyyden lisääntymiseen.

Kirjallisuus

Blos, Peter (1985). *The adolescent passage: Developmental issues*. New York: International Universities Press.

Bohleber, Werner (2010). Myöhäisnuoruus ja varhainen aikuisuus. Kriisit, kehityksen umpikujat ja niiden hoito. Teoksessa Niemi, Timo (toim.), *Aikuistuminen, väkivalta ja fantasia*. Nuorisopsykoterapian erityiskysymyksiä 12, 35–64. Helsinki: Nuorisopsykoterapia-säätiö.

Friedman, Maurice H. & Laufer, M. Eglé (1997). Problems in working with adolescents. Teoksessa Laufer, Moses (toim.), *Adolescent breakdown and beyond*, 39–56. Lontoo: Karnac.

Furman, Erna (1992). *Toddlers and their mothers. A study in early personality development*. Madison, CT: International Universities Press.

Furman, Erna (1996). On motherhood. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 44S, 429–447.

Furman, Erna (1999). Äitinä olemisesta ja äidin omistamisesta. Teoksessa Niemi, Timo (toim.), *Nuorisopsykoterapian erityiskysymyksiä* 4, 78–94. Helsinki: Nuorisopsykoterapia-säätiö

Furman, Robert (2001). Objektinsiirto – uusi katsaus. Teoksessa Niemi, Timo (toim.), *Nuorisopsykoterapian erityiskysymyksiä* 5, 60–75. Helsinki: Nuorisopsykoterapia-säätiö.

Novick, Jack & Novick, Kerry Kelly (2005). *Erillisyyden ja jakamisen kliinisten arvojen hierarkiassa: Työskentely nuoruuskäisen potilaan vanhempien kanssa*. Esitelmä Suomen Nuorisopsykiatrisen yhdistyksen koulutuspäivillä lokakuussa 2005.

Novick, Jack & Novick, Kerry Kelly (2011). *Working with parents makes therapy work*. Lanham: Jason Aronson.

Winnicott, Donald W. (1951/1975). Transitional objects and transitional phenomena. *Teoksessa Through paediatrics to psycho-analysis: Collected papers*, 229–242. New York: Basic Books.

Winnicott, Donald W. (1956/1975). Primary maternal preoccupation. *Teoksessa Through paediatrics to psycho-analysis: Collected papers*, 300–305. New York: Basic Books.

Winnicott, Donald W. (1958/1965). The capacity to be alone. From dependence toward independence in the development of the individual. *Teoksessa The maturational processes and the facilitating environment*, 29–36. Lontoo: Hogarth Press.

Winnicott, Donald W. (1960/1965). The theory of the parent-infant relationship. *Teoksessa The maturational processes and the facilitating environment*, 37–55. Lontoo: Hogarth Press.

Winnicott, Donald W. (1971). The use of an object and relating through identifications. *Teoksessa Playing and reality*, 86–94. Lontoo: Routledge.