

Pääkirjoitus

Kilpailun henkeä psykoterapian kentällä

Tänä vuonna uusina lajeina kesäolympialaisissa voitiin seurata esimerkiksi kiipeilyä, joka alalajeineen edustaa perinteistä olympialiikkeen mottoa: *citius, altius, fortius* eli nopeammin, korkeammalle, voimakkaammin/rohkeammin. Tokion kisojen mottoon lisättiin uusi määre eli yhdessä, *communis*, koska yhteistyö tuo kuulemma parempia ja nopeampia tuloksia kuin yksin puurtaminen. Ainakin pareittain toteutuneet lajit, kuten nopeuskiipeily, korostivat keskinäisen kilpailun ja valitun taktiikan merkitystä tuloksellisuuteen. Toinen uusi laji, surffaus eli lainelautailu, ei näyttäisi sopivan perinteiseen olympialiikkeen mottoon. Lainelautailu nimittäin edellyttää niin urheilijoista kuin kisajärjestäjistä riippumatonta luonnonvoimien tuotosta eli tuulen nostattamaa, suureen mereen sopivaa aaltoa. Olympialaisten lajivalikoiman pohdiskelu johtaa ajatuksiin yksittäisen urheilijan valinnoista: miksi juuri tämä laji on valikoitunut urheilijan pitkäkestoiseen harjoitteluun ja kilpailuun? Joskus vasta lajin vaihto on tuottanut tulosta, ja urheilijan luontaiset ominaisuudet ovat siivittäneet kilpailijaa parhaaksi lajissaan.

Ajatukset siirtyvät myös psykoterapian kenttään, niin ammatinharjoittajan kuin asiakkaan näkökulmaan. Millä perusteella psykoterapeutiksi kouluttautuva valitsee teoriasuuntauksen ja koulutuksen? Entä potilas terapeutin ja terapiamenetelmän? Taloudelliset tekijät ovat tärkeitä psykoterapiamenetelmän valinnassa niin potilaille kuin psykoterapeuttiopiskelijalle. Vaikka psykoterapiaan ei olekaan selkeästi ilmaistua yhdistävää mottoa, näyttäisi siihen nykyään sovelletavan olympialiikkeestä jo tutuksi tullutta ”nopeammin, korkeammalle, voimakkaammin”, kenties lisätynä tuolla uudella ”yhdessä”-ulottuvuudella.

Psykoterapeutteja myös kilpailutetaan, ainakin ostopalveluna tuotettavien psykoterapioiden osalta. Kilpailutuksen kautta hyväksytyt psykoterapeutit pääsee mukaan yhdessä tekemiseen maksajatahon kanssa eli toteuttamaan psykoterapiaa, jonka tuloksellisuutta mitataan erilaisin mittarein. Tarkoituksena lienee asettaa psykoterapeutit jonkinlaiseen järjestykseen tuloksellisuuden mukaan, kuten olemme tottuneet urheilukisoissakin näkemään. Nopeammin, korkeammalle, voimakkaammin saattaakin olla yritys ratkaista tarjonnan ja kysynnän epäsuhdaa hetkellä, jolloin koulutettuja psykoterapeutteja ja resursseja tarjota psykoterapeutista hoitoa ei ole riittävästi.

Koronapandemia on myös pakottanut perinteisen, joko kasvokkain tai ainakin samassa tilassa tapahtuvan vuorovaikutuksellisen terapeutin kohtaamisen siirtymisen digiaikaan ja etänä tapahtuvaan vastaanottoon. Tästä saattaa tulla koronapandemian jälkeen pysyväkin ratkaisu, erityisesti pitkien välimatkojen alueilla. Se ei kuitenkaan korvaa kahden erillisen yksilön samanaikaista ruumiillista läsnäoloa tietoturvasuhteisessa, luottamuksellisessa vuorovaikutuksessa, jossa syntyy mahdollisuus analyttiseen sisällyttämiseen ja kuuntelemiseen niin sanotulla kolmannella korvalla.

Tätä pääkirjoitusta kirjoittaessani paralympialaiset ovat juuri alkaneet Tokiossa. Kansainväliset vammaisurheilukilpailut tarjoavat urheilijoille keskinäisen kilpailumahdollisuuden vammaisuuden tason mukaan lajeittain. Samaan aikaan Suomessa sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen toimeen-

pano on alkanut. Nykypäiviin asti psykoterapian ja psykoterapeutin ammatin moninaisuuden on taannut ainakin osittain se, että psykoterapeuttikoulutusohjelmiin on hyväksytty muitakin kuin terveydenhuollon peruskoulutuksen saaneita hakijoita. Tulevaisuudessa näin ei välttämättä ole. Psykoterapeuttikoulutusten järjestäminen yliopistoyhteistyössä ja valikoitujen tiedekuntien alaisuudessa antaa mahdollisuuden tehdä työtä yhdessä, jopa tehokkaammin ja nopeammin. Psykoanalyttisen ymmärryksen lisääntymiseen tarvitaan kuitenkin myös kykyä pysähtyä, viipyillä tuntemattoman äärellä, ikään kuin odotella sopivaa tiedostamattoman "aaltoa". Silloin ei ole varmuutta tulkinnan onnistumisesta tai sen oikeasta ajoituksesta, eli pisteitä ei välttämättä kerry mitattavaksi. Mutta tässäkin lajissa, kuten olympialaisiin hyväksytyissä taidelajeissa, meillä on menestymisen mahdollisuudet. Kilpailla voi, jos sellaista haluaa, "vamman mukaan lajeittain".

Vuokko Hägg