

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Aaltonen, Jukka

Title: Merkillinen vapaus ja psykoterapian huokoisuus

Year: 2022

Version: Published version

Copyright: © 2022 Therapeia-säätiö

Rights: In Copyright

Rights url: <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

Please cite the original version:

Aaltonen, J. (2022). Merkillinen vapaus ja psykoterapian huokoisuus. *Psykoterapia*, 41(1), 82-84.

Jukka Aaltonen

Merkillinen vapaus ja psykoterapian huokoisuus



”Se että himmelin lävitse voi nähdä, ainakin se” (Viikilä 2021).

Minä olen periaatteen mies

Mutta minä olen periaatteen mies. Minua ei hallitus ja teehooällä määräile. Laittoivatpa ne minkälaiset tahansa määräykset naamasuojien käytöstä ja käsien pesemisestä, en määräksiin suostu eikä minua määräillä. Minä laitatan naamasuojuksen naamalleni ja pesen käteni uhallakin vapaaehtoisesti. Kyllä sitten ovat saaneet nenälleen ja joutuneet naurunalaisiksi.

Tämä on myös poikkeuksellinen kolumni. Siinä ei ole mitään muuta covid-epidemiasta kuin tämä: epidemiassa on yksi kiinteä, varsin tarkasti biologian menetelmin tutkittavissa oleva osa, olkoonkin muunteleva, siis virus, ja toisaalta lukuisempia, koko ajan biologista muuntelua häilyvämmiin muuttuvia osia, joita virus tavallaan hallinnoi: hoito- ja suojaus-suositukset. Tämä muistuttaa tuonnempana kolumnissa kuvattavaa mielenterveysongelmien hoidon ja niiden biologisen tutkimuksen välisen suhteen huokoisuutta.

Merkillinen vapaus ja huokoisuus

Lars Gustafsson oli ruotsalainen, Yhdysvalloissa vaikuttanut filosofi ja kirjailija sekä yhteiskunnallinen keskustelija. *Merkillinen vapaus* -nimellä suomennettuun kokoelmaan (2001) on kerätty hänen esseitään 1970-luvulta alkaen. Osa esseistä on siinä määrin oppineisuutta osoittamaan pyrkiviä, että ne eivät herätä oppimisen halua. Monissa välähtää kuitenkin lukijaan kuin salama: näin sitä voi soveltaa vaikkapa psykoterapiaan.

Gustafsson viittaa Friedrich Waismannin (1945, 123; ks. myös Vecht 2020) käsitteeseen *huokoisuus*. Waismannin mukaan huokoiset käsitteet ovat sellaisia, jotka eivät ole koskaan täysin rajattuja. Rajat on ikään kuin tehty huokoisesta kalkkikivestä, eivät läpäisemättömästä teräksestä. Syntyy tilanne, jossa ei aina ole selvää, milloin jokin ilmiö on tarkasti erotettavissa toisesta. Tämä johtaa siihen, ettei koskaan voida täysin ennakoida, millä tavoin käsite – tai se mihin se viittaa

– saattaa vaatia selvennystä nyt tai tulevaisuudessa.

Miten tämä nyt voi liittyä psykoterapiaan ja sen tutkimiseen?

Huokoisuus on käyttökelpoinen psykoterapian olemusta hahmotettaessa. Useinhan ainakin skitsofrenian psykoterapia ja itse skitsofrenian etiologia nähdään rajoiltaan epäselvänä ilmiönä. Mutta sama koskee myös muiden psyykkisten häiriöiden psykoterapiaa. Ilmiö näyttää ikään kuin pakenevan määrittely-yrityksiä. Juuri tästä ilmiöstä – ja yrityksistä kuitenkin määrittellä sitä – syntyy biologian vaikeus jäsentää ja kliinikoiden vaikeus soveltaa biologisen tutkimuksen tuloksia osaksi psykoterapian teoreettista ja kliinistä kenttää. Kumpikin on hyödyllistä ja hyödyttää toisiaan. Mutta niiden välillä säilyi ylittämätön tai vaikeasti silloitettavissa oleva episteeminen kuilu.

Paul Ricoeur (1991, 20–33) kiteyttää kuilun sanomalla elämän olevan pelkästään biologinen ilmiö niin kauan kuin sitä ei ole tulkittu kertomuksena. Niinpä elämästä on puhuttava kertomuksen etsinnän toimintana ja intohimona. Sandler (1983) on kuvannut itse asiassa samaa ilmiötä sanoessaan, että psykoanalyysin käsitteiden erityispiirre on se, että ne ovat venyviä ja elastisia (engl. *elastic concepts*) sekä joustavia kahdella tavalla. Käsitteet pystyvät mukautumaan muuttuneisiin tai laajennettuihin merkityksiin; ne kehittyvät ajan myötä edelleen uusiin merkityksiin ja uusiin käyttöihin, mutta säilyttävät kuitenkin myös asemansa alkuperäisessä teoriakokonaisuudessa, joka koskee vaikkapa normaalipsykologiaa, psykopatologiaa ja psyykkistä kehitystä.

Psykoanalyttiset käsitteet ovat siis myös huokoisia edellä kuvatusti Waismannin tarkoittamassa merkityksessä: jopa vastakohtaiset teoriapalaset saattavat olla onnellisesti samanaikaisina tiedostamattomassa mutta näennäisen ristiriitaisina myös käytännön psykoanalyysitilanteessa ja psykoterapiassa. Tässä mielessä psykodynaaminen psykoterapia ehkä eroaa muista psykoterapian muodoista. Käsit-

teet venyvät, eivätkä ne välttämättä tule tietoisuuteen myöskään silloin, kun ne eivät ole suosinnussa ”virallisen teorian” kanssa. Tämä saattaa olla myös yksi niistä psykodynaamisen psykoterapian erityisominaisuuksista, joita ahtaaseen luonnontieteellisesti suuntautuneeseen psykoterapiatutkimukseen pitäytyvien hoitosuosittelusten on ollut vaikea nähdä ja hyväksyä.

Huokoisuuden epäselvät rajat

Huokoiset käsitteet ovat toisaalta rajattuja, esimerkiksi skitsofrenian oireet sellaisina kuin ne on DSM-5:ssä kuvattu tai sellaisina kuin ne tulevat esille hermosynapsien välittäjäainetutkimuksissa. Mutta samanaikaisesti ne eivät kuitenkaan ole rajattuja kaikkiin suuntiin. Näyttää kuin ainakin yksi seinä olisi aina auki: esimerkiksi moninaiset elämän myötä psykososiaaliseen ympäristöön liittyvät tapahtumat, mieleen tulevat ennustamattomat ajatukset tai mielikuvat eivät selity tai selkiydy pelkästään biologian avulla. Juuri tällainen on muun muassa skitsofrenialle tyypillistä. Skitsofrenia on ilmiö, joka kaihtaa institutionalisoitua rajausta.

Tämä tekee mahdolliseksi skitsofrenia-nimisen ilmiön ja samalla minkä tahansa muunkin mielenterveyshäiriön kuvaamisen milloin tahansa ääripäitten kautta mutta aina jonkin seinän samalla auki jättäen muulle samanaikaiselle, huokoiselle lähestymistavalle: ilmiön kuvaamisen biologiseksi/vuorovaikutukselliseksi; sairaudeksi/sosiaalisen käyttäytymisen erääksi muodoksi; hyväksi/pahaksi; yksilöpsykologiseksi ilmiöksi/perhepsykologiseksi ilmiöksi ja niin edelleen. ”Koska se lähtee todellisuuspohjalta, täytyy sen jälleen päätyä selittämättömään”, sanoo Kafka (2001). Samalla tavalla sellaista mukavaa ilmiötä kuin rakastumista tai rakastamista ei onneksi voi selittää pelkästään biologian avulla. ”Onnenko lempeä tuo vai onni lemme?” kysyy kuningas Shakespearen Hamletissa.

Soveltaminen terveydenhuollossa

Juuri tällä tavalla on syytä myös tarkastella psykoterapian soveltamista julkisessa tervey-

denhuollossa. Onko psykoterapia ideologia vai jotakin, joka lähtee jokapäiväisestä potilaan pahan olon ymmärtämisen yrityksestä ja hoitamisesta? Tämä tarkastelu on erityisen tärkeää nyt, kun kaiken maailmassa on oltava ”näyttöön perustuvaa”, ”evidence based”. Ja kun juuri näinä aikoina Suomessa valmistellaan suurta sote-uudistusta – jonka osana varmasti on myös mielenterveyden hoito psykoterapian keinoin. Kun kaiken toiminnan on itse asiassa osoitettava olemassaolon oikeutuksensa, ajatus ei ole perusteiltaan kovin kaukana pyrkimyksestä, jossa vaaditaan psykodynaamisen psykoterapian vaikuttavuustutkimukselta sellaisia teräksisiä laboratorio-olosuhteita, jotka ovat etäällä ihmisten arkipäivän huokoisten rajojen maailmasta – ja etäällä tämän psykoterapiamuodon perusolemuksesta.

Kirjallisuus

- Gustafsson, Lars** (2001). *Merkillinen vapaus*. Suom. Erik Rosendahl. Helsinki: Loki-Kirjat.
- Kafka, Franz** (2001). *Kootut kertomukset*. Suom. Aarno Peromies, Eeva-Liisa Manner, Kristiina Kivivuori & Markku Mannila. Toim. Hannu-Pekka Lappalainen. Helsinki: Otava.
- Ricoeur, Paul** (1991). Life in quest of narrative. Teoksessa Wood, David (toim.), *On Paul Ricoeur. Narrative and interpretation*, 20–33. Lontoo: Routledge.
- Sandler, Joseph** (1983). Reflections on some relations between psychoanalytic concepts and psychoanalytic practice. *International Journal of Psycho-Analysis*, 64(1), 35–45.
- Vecht, Joost Jacob** (2020). Open texture clarified. *Inquiry: An Interdisciplinary Journal of Philosophy*, DOI: 10.1080/0020174X.2020.1787222.
- Viikilä, Jukka** (2021). *Taivaallinen vastaanotto*. Helsinki: Otava.
- Waismann, Friedrich** (1945). Verifiability. II. *Proceedings of the Aristotelian Society, Supplementary Volumes*, 19, 100–164.