

**MUSIIKKIPSYKOTERAPIA TARKASTELTUNA  
VAIHESPESIFISEN TEORIAN JA FILOSOFISEN  
ANALYYSIN NÄKÖKULMISTA**

**JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
MUSIIKKITIETEEN LAITOS  
SAMI ALANNE  
PRO GRADU -TUTKIELMA  
HUHTIKUU 2001**

<b>Tiedekunta</b> Humanistinen tiedekunta	<b>Laitos</b> Musiikkitieteen laitos
<b>Tekijä</b> Alanne, Sami	
<b>Työn nimi</b> Musiikkipsykoterapia tarkasteltuna vaihespesifisen teorian ja filosofisen analyysin näkökulmista	
<b>Oppiaine</b> Musiikkiterapia	<b>Työn laji</b> Pro gradu -tutkielma
<b>Aika</b> Huhtikuu 2001	<b>Sivumäärä</b> 139
<p><b>Tiivistelmä - Abstract</b></p> <p>Tutkimus tarkastelee musiikkipsykoterapian erilaisia merkityksiä musiikin, taiteen, kielen, terapeuttisen suhteen ym. näkökulmista. Kyseessä on kirjallisuuteen pohjautuva filosofinen tutkimus, joka ei perustu empiiriseen aineistoon. Tutkimusmenetelmiä olivat hermeneutiikka, eksistentiaalinen fenomenologia sekä psykoanalyysi. Tutkimus tarkastelee musiikkipsykoterapiaa myös psykoanalyyttisen, vaihespesifisen teorian valossa. Vaihespesifinen teoria on sekä psykologinen kehitysteoria että siihen soveltuva psykoterapeuttinen lähestymistapa. Vaihespesifinen näkemys yksilön kehitykseen jakaa itsen rakentumiseen kolmeen vaiheeseen, joihin psyykkisten ongelmien, psykoosit, rajatilat ja neuroosit, alkuperä oletetaan. Kutakin ongelmatasoa edustavat asiakkaat tarvitsevat vaihespesifisen teorian mukaan heidän kehitystasoonsa sopivan terapeuttisen lähestymisen sekä sen mukaiset psykoterapeuttiset tekniikat.</p> <p>Tämän tutkielman valossa jo valmiina olevista musiikkiterapian tekniikoista on löydettävissä tekniikoita ja musiikkiterapeuttien työskentelytapoja, jotka soveltuvat vaihespesifiseen lähestymistapaan musiikkipsykoterapiassa. Tutkielma sisältää ehdotuksen sekä vaihespesifisen musiikkipsykoterapian työskentelymalliksi että sen tutkimukseen soveltuvaksi tieteenfilosofiaksi. Tätä holistiseen ihmiskäsitykseen pohjautuvaa eksistentiaalis-fenomenologista tieteenfilosofiaa voi hyödyntää myös yleensäkin musiikkipsykoterapian, musiikkiterapian ja musiikin tutkimuksessa.</p> <p>Tutkimus esittää, kuinka musiikki, kieli, tieto ja yleensäkin merkitykset rakentuvat samankaltaisesti yksilöllisten kokemusten pohjalta. Inhimillinen kokemus on aina merkityksellinen, symbolinen ilmaisu hengen energiasta. Musiikkipsykoterapiaa on siten mahdollista tarkastella erilaisina merkityksinä ja kokemuksina, joiden voidaan ajatella syntyvän esimerkiksi hermeneuttisen kehän kaltaisena tapahtumana terapeutin ja asiakkaan välillä.</p>	
<p><b>Asiasanat</b></p> <p>Musiikkiterapia, psykoterapia, psykoanalyysi, tieteenfilosofia, taidefilosofia, eksistentiaalinen fenomenologia, holistinen ihmiskäsitys, symboliset muodot</p>	
<p><b>Säilytyspaikka</b></p> <p>Musiikkitieteen laitoksen kirjasto</p>	
<p><b>Muita tietoja</b></p> <p>Kirjoittaja on aikaisemmalta koulutukseltaan musiikkiterapeutti.</p>	

## SISÄLLYS

<b>1 TERAPIAN JA TUTKIMUKSEN TAVOITTEENA KOKEMUKSEN, AJATTELUN JA TIEDON ERIITYMINEN.....</b>	<b>1</b>
<b>2 TUTKIMUSMENETELMÄT JA VAIHESPESIFISEN MUSIIKKIPSYKOTERAPIAN TUTKIMUKSELLISIA JA TIETEENFILOSOFISIA PERUSTEITA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Laadullinen tutkimus ja hermeneutiikka.....	6
2.2 Psykoanalyysi tieteenä ja tutkimusmenetelmänä.....	8
2.3 Eksistentiaalis–fenomenologinen menetelmä.....	15
<b>3 VAIHESPESIFINEN PSYKOTERAPIA TÄHKÄN MUKAAN.....</b>	<b>19</b>
<b>4 MUSIIKKIPSYKOTERAPIAN MÄÄRITTELYÄ.....</b>	<b>23</b>
<b>5 MUSIIKIN, TAITEEN, TERAPEUTIN JA ASIAKKAAN VÄLISET MERKITYKSET EKSISTENTIAALISEN FENOMENOLOGIAN VALOSSA.....</b>	<b>27</b>
5.1 Tajunnan ja merkityksen syntyminen terapeuttisessa suhteessa.....	27
5.1.1 Tajunnan suhde aivoihin.....	31
5.2 Musiikki, kieli ja merkitykset itsen rakentajina.....	33
5.2.1 Symboliset prosessit Cassirerin filosofian näkökulmasta.....	37
<b>6 VAIHESPESIFISLÄ MUSIIKKIPSYKOTERAPIAMENETELMIÄ TERAPEUTTISEN YMMÄRRYKSEN VÄLINEINÄ.....</b>	<b>43</b>
6.1 Musiikki huolenpitoa.....	43
6.1.1 Musiikillinen huolenpito eri terapeuttien käytännön työssä.....	46
6.1.2 Musiikillisen huolenpidon ja Priestleyn musiikillisen tunteiden kannattelun taustateoreettinen ero.....	51
6.2 Musiikki empatian välittäjänä ja kuvaajana.....	54
6.2.1 Musiikin ja itsen samanmuotoisuus musiikkiterapian, psykoanalyysin ja filosofian näkökulmista.....	54
6.2.2 Empaattiseen kuvailuun soveltuvia musiikkiterapian käytännön menetelmiä.....	60
6.3 Musiikki oivallusten herättäjänä – tulkintaa vai ei?.....	63
6.3.1 Oivallus käytännön musiikkipsykoterapiassa.....	64
6.3.2 Terapeutin kliininen tulkinta, oivallus ja musiikki.....	69
6.3.3 Musiikkiterapian improvisaatio tulkintana: psykoanalyttinen ja filosofinen näkökulma.....	71

6.3.4 Musiikkipsykoterapia muistojen kokoajana ja musiikin kokonaisvaltainen kokeminen.....	73
<b>6.4 Musiikillinen peilaaminen, dynaamiset muodot ja eriytyminen – yhteenvetoa vaihespesifisen teorian ja filosofisen tarkastelun synnyttämistä merkityksistä käytännön musiikkipsykoterapialle.....</b>	<b>78</b>
6.4.1 Musiikkiterapian improvisaatio dynaamisena muotona.....	79
6.4.2 Peilaamisen merkitys musiikkipsykoterapiassa.....	82
6.4.3 Eriytyminen terapiassa, musiikissa ja kokemisessa sekä sen kohtaama vastustus.....	87
<b>7 MUSIKKIPSYKOTERAPIAN IHMISKÄSITYS JA TIETEENFILOSOFIA.....</b>	<b>92</b>
<b>7.1 Musiikin tutkimus holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti.....</b>	<b>99</b>
7.1.1 Musiikki tajunnallisena, ruumiillisena ja situationaalisena ilmiönä.....	100
<b>7.2 Holistinen ihmiskäsitys musiikkipsykoterapian tieteenfilosofiana ja vastakohtana mekanistisille näkemyksille.....</b>	<b>105</b>
7.2.1 Vaihespesifinen teoria ja psykoanalyysi tieteenfilosofiselta kannalta.....	106
7.2.2 Terapia tarkasteltuna tajunnallisesta, ruumiillisesta ja situationaalisesta näkökulmasta.....	109
7.2.3 Terapiakäsitysten epistemologinen ja ontologinen luonne – käsitteet symbolisina muotoina ja tiedon eriytyminen.....	115
<b>8 DIALOGISTA TUTKIMUKSEKSI.....</b>	<b>120</b>
<b>LÄHTEET.....</b>	<b>130</b>



## **1 TERAPIAN JA TUTKIMUKSEN TAVOITTEENA KOKEMUKSEN, AJATTELUN JA TIEDON ERIYTYMINEN**

Yksilön elämä on jatkuvaa eriytymistä sekä psykologisessa että filosofisessa mielessä. Myös musiikkiterapiassa tapahtuvassa improvisaatiossa on löydettävissä tämä pyrkimys hallita aistihavaintoja, psyykkisiä kokemuksia ja tietoja. Terapiaprosessissa ja siinä tapahtuvassa terapeutin ja asiakkaan välisessä tunteiden ym. peilaamisessa, vuorovaikutuksessa, on kyse juuri mainitun kaltaisesta pyrkimyksestä eriytymisen hallintaan. Yksilö pyrkii kohti uutta eriytyessään ja vanha edustaa toisaalta turvaa, johon uusi halutaan sisäistää. Eriytymätön tila on kulttuurillisessa ja tieto-opillisessa mielessä myyttiseen ajatteluun perustuvaa ajattelua, jossa subjekti ja objekti ovat yhdessä. Tällainen ajattelu on vielä maagista ja siinä elottomalla esineellä voi olla henki ja ajattelulla voidaan vaikuttaa vaikkapa luonnonilmiöihin. Kyseessä oleva tunteenomainen ajattelu on kuitenkin pohja kaikelle myöhemmälle kehittyneemmälle ajattelulle ja tietoisuudelle. Eriytyneessä ajattelussa subjekti ja objekti koetaan erillisiksi toisistaan ja esimerkiksi kielen avulla on mahdollista analysoida asioita hyvin abstraktisti – ilman yhteyttä havaintomaailmaan. Tieteellinen ajattelu on tässä mielessä kehittyneintä ajattelua pystyessään pitkälle meneviin erotteluihin. Taiteellisella ajattelulla on muita etuja. Myös psykoanalyttisessa ajattelussa eriytymisprosessilla on keskeinen merkitys itsen, minuuden, kehitymiselle. Sen myötä lapsen maaginen ajattelu alkaa syrjäytymään. Ensimmäinen eriytymisen kokemus voidaan olettaa myös hyvin miellyttäväksi kokemukseksi vauvalle, koska sen avulla on mahdollista vapautua vainoavista ja eriytymättömistä, ”pahoista”, mielihyvää tuottamattomista objekteista. Musiikin ja taiteen yhdeksi mielihyvänlähteeksi voidaankin olettaa tämän eriytymisen kokemuksen toistaminen ja hallinnan nautinto, joka syntyy, kun yksilö pystyy käsittelemään musiikkia, tunteita ja muuta siihen liittyvää kokemuksellista tietoa.

Terapian yhdeksi hoitavaksi elementiksi on mahdollista mielestäni erottaa tämä eriytymiseen pyrkiminen eri tasoilla, joihin Veikko Tähkän vaihespesifisestä lähestymistavasta on löydettävissä yksilön kehitykseen sopiva yhtenäinen teoria. Eriytymisen voidaan ajatella tapahtuvan situationaalisessa säätöpiirissä, kokemusmaailmassa, jossa *situationaaliset*, elämäntilanteeseen liittyvät aspektit, *tajunnallisuus*, psyykkis-henkinen kokeminen, ja *ruumiillisuus*, aineellinen

olemassaolo, luovat toisiinsa liittyen merkityksiä. Psykkiset ongelmat voidaan Lauri Rauhalan mukaisesti ajatella häiriöiksi tai vääristymiksi yksilön merkitysyhteisissä eikä niinkään sairauksiksi. Vaikuttamalla psykoterapialla yksilön tajuntaan on mahdollista muuttaa näitä merkityksiä ja synnyttää psykoanalyysin ja humanististen terapioiden yhteydessä mainittuja korjaavia kokemuksia. Rauhalan mukaisesti ajateltuna kaikkien merkityksiä muuttavien psykoterapioiden voidaan ajatella synnyttävän näitä korjaavia kokemuksia situationaalisessa säätöpiirissä. Musiikkipsykoterapiaa ja terapeutista prosessia voidaan lisäksi tarkastella alati muuttavana hermeneuttisena kehänä asiakkaan ja terapeutin välillä, jossa terapeutti pyrkii eläytyen ymmärtämään asiakastaan. Ymmärrys onkin keskeinen psykoterapian vaikuttamismuoto, jolla on mahdollista vaikuttaa yksilön ongelmallisiin merkitysyhteisiin ja vapauttaa hänet esineellistävistä käyttäytymis- ja ajattelumalleista. Nämä kokemismallit voivat nimenomaan olla vääristyneitä merkitysyhteisiä, jotka ovat seurausta yhteiskunnan ja yhteisön pyrkimyksestä torjua omaa hätäänsä ja sijoittaa käsittelemättä jätetyt asiat itsensä ulkopuolelle, niin sanotulle sijaiskärsijälle.

Tämän filosofisen tutkielman lähtökohta on tarkastella, voidaanko Tähkän vaihespesifistä psykoterapiateoriaa soveltaa musiikkipsykoterapiaan. Kysymys toi mukanaan ongelman, onko mahdollista ylipäättäänkin löytää riittävää vastaavuutta musiikkiterapialle tyypillisistä musiikillisista, taiteellisista menetelmistä verbaalisen psykoterapian tekniikoille. Kysymyksen voi asettaa myös niin, että vastaavatko musiikkipsykoterapiassa asiakkaan saamat merkitykset ja kokemukset kokemuksia sanallisessa psykoterapiassa. Voiko musiikin avulla vaikkapa tulkita tai selventää asiakkaalle? Kysymyksen asettelua voimme verrata Ernst Cassirerin kysymykseen, vastaavatko kielen merkitykset kokemuksiamme. Tämä poikkesi aiemmasta kantilaisesta käsityksestä, jossa kokemus ja tieto nähtiin syntyvän valmiiden kategorioiden, aistien ja olioiden synteisistä. Cassirer (1944) käänsi siis symbolisten muotojen filosofiassaan asetelman toisinpäin ja esitti tiedon alkuperän olevan nimenomaan kokemuksissa. Minunkin tutkielmani ja kysymyksenasetteluni kyseenalaistaa musiikin ja taiteen tarkastelun jo valmiiden käsitteiden ja kielen näkökulmasta. Tavanomaistahan on yhä vieläkin mieltää musiikki kielen avulla tai esikielelliseksi toiminnaksi, tätä olen kritisoinut jo aiemmin aiheesta käydyn keskustelun yhteydessä (Alanne, 2000a), myös Kennair (2000a & b) on

kyseenalaistanut tämänkaltaisen ajattelun. Musiikin tarkastelu kielenä on fenomenologisessa mielessä musiikin ja taiteen redusoimista ja yksinkertaistamista ilmiönä, joka johtaa väärinkäsityksiin ja rajoituksiin pyrittäessä ymmärtämään niiden merkitystä.

Jotta voisimme vastata kysymykseemme meidän on filosofisen tutkimuksen avulla selvitettävä tutkittavien ilmiöiden, musiikin, taiteen, kielen ja terapeuttisen vuorovaikutuksen, ontologinen ja epistemologinen alkuperä. Ontologia pyrkii vastaamaan olemassaolon ja tiedon alkuperää koskeviin kysymyksiin ja epistemologia eli tieto-oppi puolestaan, miten tieto on saatu ja mitkä arvot ovat sitä esimerkiksi ohjanneet. Tällainen filosofinen analyysi on tarpeellinen, jotta empiirinen tutkimus esimerkiksi musiikkipsykoterapian vaikuttavuudesta verrattuna sanalliseen psykoterapiaan on mahdollista. Tutkimmeko ylipäättäänkään vertailtavissa olevia, riittävän samankaltaisia ilmiöitä? Tieteenfilosofia antaa vastauksia siihen, mitä on syytä empiirisesti tutkia ja miten eli millaiset tutkimusmenetelmät soveltuvat tutkimuskohteeseen. Jos tutkimusmenetelmät eivät sovi tutkittavan ilmiön luonteeseen, niin tutkimuksella saatu tieto voi olla vääristynyttä tai ei tutki ollenkaan ilmiötä, mitä yritetään tarkastella. Tästä syystä olen aloittanut vaihespesifisten näkökulmien ja musiikkipsykoterapian tarkastelun tieteenfilosofisesta lähtökohdasta. Apunani minulla on ollut aikaisemmat Rauhalan (1974) ja Leschen (1978) tieteenfilosofiset näkemykset psykoterapiasta, joiden avulla olen tarkastellut musiikkipsykoterapiaa ja Tähkän vaihespesifistä teoriaa. Olen joutunut ottamaan kantaa monenlaisiin muihinkin kysymyksiin sovittaakseni yhteen vaihespesifisyyden ja musiikkipsykoterapian teoreettisella tasolla, kuten musiikin ja kielen suhde sekä mielen ja aivojen yhteys jne. Tutkimukseni on lisäksi johtanut yleisempäänkin musiikkipsykoterapian ja siihen liittyvien kysymysten tarkasteluun, jotka ovat tutkimukseni eräänlaisia sivulöytöjä.

En pyri kieltämään, että olen kliinisessä musiikkiterapiatyössäni jo soveltanut vaihespesifistä lähestymistapaa ja huomannut sen toimivuuden ja soveltumisen siihen. En kuitenkaan ole tutkinut asiaa tarkemmin empiirisesti, joten en voi esittää suuria kannanottoja esimerkiksi sen suhteen, miten vaihespesifinen musiikkipsykoterapia tarkemmin ottaen vaikuttaa käytännössä. Käytännön kokemukset ovat minulle kuitenkin osoittaneet, että vaihespesifisellä otteella on mahdollista auttaa ja adekvaatisti kohdata eri ongelmatasoja edustavia asiakkaita. Tämän filosofisen tutkimuksen on tarkoitus

selvittää vaihespesifisen musiikkipsykoterapian lähtökohtia teoreettisessa, menetelmällisessä ja tieteenfilosofisessa mielessä. Tutkimukseni tarkastelee kuitenkin yleensäkin psykoterapeuttista prosessia ja mihin sen vaikutukset tieteenfilosofisessa mielessä perustuvat. Olen tullut siihen tulokseen tutkimuksessani, että vaihespesifistä teoriaa on mahdollista hyödyntää musiikkipsykoterapiassa. Musiikkipsykoterapialla on myös vastaavankaltaiset lähtökohdat symbolisissa muodoissa, kokemuksessa ja olemassaolossa kuin sanallisellakin psykoterapialla. En väitä kuitenkaan niiden olevan samanlaisia vaan että toisen psykoterapeuttista vaikuttavuutta ei voida toisen lähestymistavalla kieltää tai selittää. Vaikka musiikkipsykoterapia ja verbaalinen psykoterapia ovat samankaltaisia, symbolisia muotoja, niin niillä yhtäläisyyksistä huolimatta on oma kontekstinsa, erityispiirteensä ja situaationsa. Jos musiikkipsykoterapiaa tarkasteltaisiin vaikkapa pelkästään kielen ehdoilla, niin syyllistyisimme musiikkiterapian esineellistämiseen, etukäteen selittämiseen. Siksi olenkin sulkeistanut kielen merkityksen psykoterapiassa ja paneutunut kokemusten alkuperään, joiden oletin olevan myös kielen alkuperä.

Vaikka sulkeistinkin perinteellisen, sanallisen käsityksen psykoterapiasta, niin itseäni en ole systemaattisesti pyrkinyt Husserlin tarkoittamassa mielessä sulkeistamaan ilmiöstä. Päinvastoin, lähestymistäpani on ollut hermeneuttinen, tulkinnallinen, joka ei pyri poistamaan tutkijan omia kokemuksia ja ulkomaailmaa tiedosta. Tästä johtuen ei tutkimukseni voi missään luonnontieteellisessä mielessä olla objektiivinen enkä ole siihen pyrkinytkään. Syntyntä näkemystä ei siis pidä mielestäni pitää minään yleisenä totuutena vaan minun subjektiivisena näkemyksenä, jossa ehkä olen tavoittanut jonkinlaisen totuuden – ainakin joistain näkökulmista. Käsitellyt teoreettiset ja tieteenfilosofiset näkemykset – hermeneutiikka, eksistentiaalinen fenomenologia ja symboliset muodot – voivat toimia musiikkipsykoterapian ja sen tutkimuksen viitekehyksinä tätä tutkimusta laajemminkin, se on ollut yksi tutkimukseni tavoite myös. Tässä suhteessa filosofinen tutkimukseni on myös ollut kokemuksen, ajattelun ja tiedon sisällyttämis–eriyttämis-prosessi, joka on opettanut minua paljon. Lukija löytää varmasti, toivon myös niin, oman totuutensa tästä tutkielmasta, mikäli antautuu eläytyvään dialogiin näkemysteni kanssa.

## 2 TUTKIMUSMENETELMÄT JA VAIHESPEEIFISEN MUSIIKKIPSYKOTERAPIAN TUTKIMUKSELLISIA JA TIETEENFILOSOFISIA PERUSTEITA

Musiikkipsykoterapia voi olla myös tutkimusta, kuten myös psykoanalyysi, jolta se lainaa paljolti hoidollista, teoreettista viitekehystänsä. Musiikkipsykoterapiassa on mahdollista hyödyntää psykoanalyysin hoidollisten ja kehitysteoreettisten puolien lisäksi sen tutkimuksellisia näkökohtia, joihin nimenomaan tämä luku keskittyy. Psykoanalyysin sisältämän tulkinnan voi helposti huomata pitävän sisällään yhtäläisyyksiä laadullisen tutkimuksen hermeneutiikan kanssa, jota luvun ensimmäinen kappale valaisee.

Myöskin eksistentiaalisessa fenomenologiassa on yhteensopivuutta psykoanalyysin ja musiikkipsykoterapiassa ja niinpä esimerkiksi Rauhala (1974) on esittänyt sitä psykoanalyysin ja Lehtonen (1996) musiikkiterapiassa tietenteoriaksi. Tämä humanistinen näkemys tuo toisenlaisen ulottuvuuden myös perinteelliseen, deterministiseen psykoanalyysin ihmiskuvaan ja on siksi hyvin tärkeä näkökulma käytännön terapiankin kannalta. Eksistentiaalisen fenomenologian avulla ihmisestä voidaan Rauhalan (1989) mukaan esittää *holistinen ihmiskäsitys*, joka on *monopluralistinen*, ja kuvailla olemassaoloa kolmessa eri ulottuvuudessa: situationaalisuudessa, tajunnallisuudessa ja kehollisuudessa. Nämä olemisen ulottuvuudet eivät kuitenkaan tule olevaksi eli eksistoidu erillisinä vaan inhimillisessä kokemuksessa ne ovat aina kokonaisuutena läsnä. Tällainen ihmiskuva on siten täysin subjektiivinen pitäen kuitenkin sisällään ykseydessä monta olemassaolon aspektia; siitä nimitys monopluralismi. Rauhalan eksistentiaalisen fenomenologian mukaan yksilö eksistoi *situationaalisessa säätöpiirissä*, joka tarkoittaa olemista ylipäänsäkin ja inhimillistä kokemusmaailmaa. Eksistentiaalinen fenomenologia ja holistinen ihmiskäsitys sopivat mainiosti tämän tutkimuksen välineeksi selvitettäessä sanalliseen psykoanalyysiin kehitetyn vaihespesifisen hoitoajattelun soveltuvuutta musiikkiterapiaan ja sille tavanomaisiin tekniikoihin sekä välineisiin. Koska eksistentiaalinen fenomenologia käy tämän tutkielman välineeksi ja kyetessään analysoimaan, mitä olemisen ja kokemisen tasolla terapiassa tapahtuu, niin siten sitä voidaan hyödyntää jatkossakin vaihespesifisen musiikkipsykoterapiassa tieteenfilosofiana. Terapiassa tutkimuksen kannaltahan

tieteenfilosofia on tärkeä välttyäksemme oman teorian ja terapian parista lähteviltä kehäpäätelmiltä.

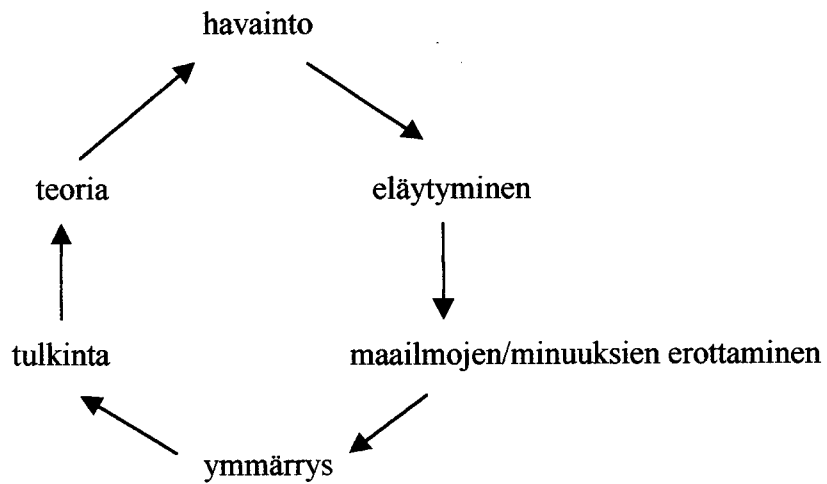
## 2.1 Laadullinen tutkimus ja hermeneutiikka

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus lähtee toisenlaisista lähtöasetelmistä kuin sen eräänlainen vastakohta kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, etteikö näitä tutkimusparadigmoja voisi käyttää samassakin tutkimuksessa, päinvastoin kuin joskus tunnutaan musiikkiterapian alalla Wheelerin (1995, 12) mukaan ajateltavan. Oman tutkimukseni lähtökohta on kuitenkin kokonaan kvalitatiivinen ja tarkemmin ilmaistuna hermeneuttinen. Hermeneutiikka on laadullisen, tulkinnallisen, tutkimuksen perustava tutkimusote. Tämä merkitsee tutkimukseni kannalta myös sitä, että tarkoituksena ei ole ollenkaan tavoittaa kvantitatiiviselle tutkimukselle tyypillisiä vaatimuksia, kuten vaikkapa ehdotonta objektiivisuutta. Itse asiassa laadullisen tutkimuksen ei tarvitse olla ollenkaan "objektiivista" kvantitatiiviselle tutkimukselle olennaisessa mielessä eikä se laadullisesta paradigmasta riippuen ole edes mahdollista tai suotavaa. Tästä esimerkki on juuri hermeneuttinen tutkimus. Laadullinen tutkimus määritellään *ankaraksi tieteeksi*, joka tarkoittaa täsmälleen sitä, että tutkimuskohdetta ei saa objektivoida eli esineellistää, kuten määrällisessä tutkimuksessa tehdään eikä tutkimuskohdetta ja sen merkityksiä ole lupa redusoida, niin että tutkimukselle olennainen merkityskokonaisuus katoaa. Ankarat tieteet ovat ihmistieteitä, jotka eivät tutki biologisia ilmiöitä. Ankarissa tieteissä tutkimuksen täsmällisyydelle ja objektiivisuudelle ei aseteta erityisvaatimuksia niin kuin luonnontieteissä. (Strenger, 1991; Varto, 1996, 14.)

Hermeneuttisella tutkimuksella on alun perin tarkoitettu tekstejä tulkitsevaa tiedettä, jolla vanhoja kirjoituksia tutkimalla on pyritty uuteen tietoon. Tämän tutkimussuunnan edustajien mukaan tiedolla on aina subjektiivinen luonne tutkijan kannalta, mitä ei kuitenkaan pidetä haittana vaan pikemminkin etuna. Hermeneuttisen käsityksen mukaan tarkastellessaan kohdettaan tutkija tekee aina havaintoja aikaisempien mielen mallien, toisin sanoen, aikaisempien merkitystensä perusteella ja yrittää suhteuttaa tarkastelemaisensa kohteen niiden yhteyteen. Tällä tavoin on mahdollinen ns. *hermeneuttinen kehä*, jossa teorioita verrataan jatkuvasti, huolellisesti aiempaan tietoon,

jonka perusteella aiempia teorioita kehitellään ja sovitellaan lopulta taas vanhaan teoriaan. Hermeneutiikassa siis havainto on aina yhdenlainen teoria, jonka luomme ymmärtääksemme havaintoamme. Nykyään hermeneuttista tutkimusta käytetään myös muussakin kuin tekstien tutkimuksessa. Tärkeä yksityiskohta hermeneuttisessa tutkimuksessa on se, että se ei tähtää yksittäiseen tietoon tai tulkintaan vaan aineiston syvälliseen perehtymiseen sekä sen pohjalta syntyviin tulkintoihin. (Aigen, 1995, 291–292; Strenger, *ibid.*)

Tehdessään tutkimusta hermeneuttinen tutkija pyrkii eriyttämään tutkimuskohteestaan itsensä ja esimerkiksi tutkittavan henkilön minän. Tutkija pyrkii järjestelmällisesti ajattelemaan eri tavoin tutkimaansa ilmiötä ja ottamaan näin huomioon muut merkitykset, joita ilmiöllä voi olla. Hän pyrkii tekemään eron oman ymmärryksen ja tutkimuskohteen, vaikkapa jonkun tekstin, ymmärryksen välillä. Oikea tapa ymmärtää tutkimuskohdetta hermeneuttisessa mielessä on koko ajan “lukea“ tilannetta, niin että muistaa, ettei lue omaa elämäänsä vaan muistaa tutkimuskohteen omat merkitykset ja elämän. Terapiatilanteessa ja hermeneuttisessa tutkimuksessa kahden yksilön maailmat ja niiden merkitykset kohtaavat eikä tilannetta voi ymmärtää vain yhden maailman merkityksistä käsin. Olennaista hermeneutiikalle on se, että se ei pyri kaikkien merkitysten ymmärtämiseen, *totalismiin*, koska tällainen ymmärtämys ei tämän paradigman mukaan ole edes mahdollista. Juuri tähän kahden yksilön maailman eroavaisuuden ja niiden lukemattomien merkitysten jäljille hermeneutiikka pyrkii tulkinnoillaan ja ymmärtämisellään. (Varto, *ibid.*, 58–59.)



KUVIO 1. Hermeneuttinen menetelmä.

Edellisestä hermeneuttisen menetelmän kuvauksesta voidaan päätellä, että saadaksemme luotettavaa tietoa hermeneuttisella menetelmällä meidän on asetettava mieleemme alttiiksi jatkuvalle ja järjestelmälliselle itsetutkiskelulle. Tämä tutkiskelu on luonteeltaan tietoa kyseenalaistavaa ja kriittistä: tällaista oman mielen kriittistä tutkimusmenetelmää nimitetään introspektioksi. Kumpikin menetelmä, hermeneuttinen menetelmä ja introspektio, liittyvät kiinteästi psykoanalyysiin tutkimusmenetelmänä ja sen teoriaan pohjautuviin terapioihin. Näihin molempiin aiheisiin palataan tästä syystä vielä tarkemmin seuraavassa kappaleessa.

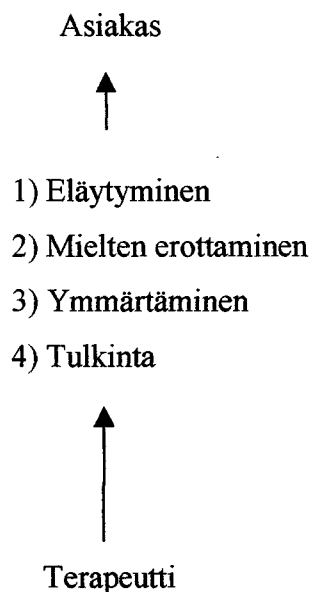
## 2.2 Psykoanalyysi tieteenä ja tutkimusmenetelmänä

Sigmund Freud kehitti psykoanalyysin hoitomuodoksi, psyykkisen kehityksen teoriaksi sekä tutkimusmenetelmäksi, jolla voitiin esimerkiksi tarkastella neuroottisen asiakkaan unimaailmaa. Yleisessä puheessa termi “psykoanalyysi” monesti tarkoittaa pelkästään sen nimellä kulkevaa terapiaa, jossa asiakas makaa sohvalla ja terapeutti kuuntelee hänen takanaan. Tällöin unohtuu kuitenkin, että käsitteeseen psykoanalyysi sisältyy kaksi muutakin tärkeää merkitystä. Psykoanalyysihän kehittyi Freudin työskentelystä neuroottisten asiakkaiden unien kanssa, joita tutkiakseen hän kehitti niin sanotun *vapaan assosiaation* menetelmän. Vapaassa assosiaatiossa asiakas sanoo terapeutille



kaiken mikä tulee spontaanisti hänen mieleensä vaikkapa hänen jostain unestansa tai pelostansa. Freudin mukaan näiden vapaiden mielijohteiden avulla voidaan päästä unen tai psyykkisen oireen tiedostamattoman merkityksen jäljille ja ymmärtää esimerkiksi oireiden piilevä mielekkyys asiakkaalle. (Ks. esim. Alanen, Yrjö O., 1978; Freud, 1900/1995.)

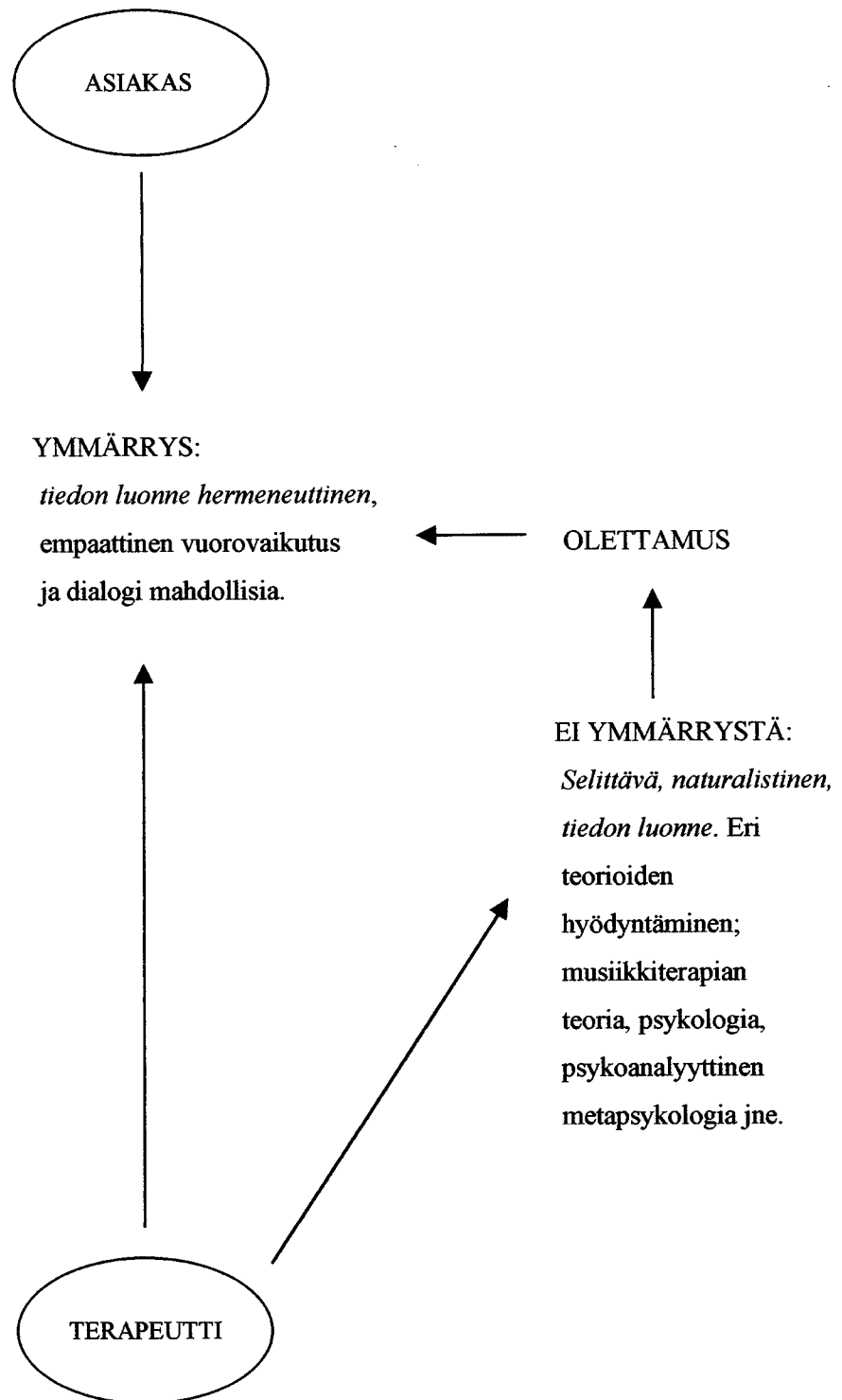
Vastaavalla tavoin terapeutti psykoanalyttista hoitoa antaessaan antaa asiakkaan kertomasta unesta, oireesta ym. nousevien ajatusten virrata vapaasti tietoiseen mieleensä. Tutkimalla introspektion avulla kriittisesti omia assosiaatioitaan voi terapeutti tehdä eron mitkä mielijohteet liittyvät hänen henkilökohtaisiin seikkoihin ja mitkä puolestaan asiakkaan tilanteeseen tai kertomaan. Yleensä ensimmäiset assosiaatiot ovat Freudin mukaan niitä oikeita, jotka liittyvät siihen mikä piilomerkitys asiakkaan tuottamalla materiaalilla on. Tämän jälkeen terapeutti voi vaikkapa tulkita asiakkaalle, miten hänen transferenssinsa suhteessa terapeuttiin ilmenee asiakkaan kertomassa unessa. Juuri tämä introspektio–tulkinta-ketju muistuttaa hermeneuttista menetelmää ja itse asiassa on identtinen sen kanssa terapeutin pyrkiessä ymmärtämään ja tulkitsemaan asiakkaansa merkitysten maailmaa. Psykoanalyttista tutkimusta voidaan nimittää hermeneuttiseksi tutkimukseksi, vaikka alun perin esimerkiksi Freud mielsi psykoanalyysin luonnontieteeksi; itse asiassa kumpaakin käsitystä esiintyy edelleenkin psykoanalyttikkojen parissa. Psykoanalyysin kieli geneettisyyksineen ja katekseineen on luonnontieteelle ominaista kieltä, jonka kehittymiseen vaikutti Freudin positivistinen taustakoulutus, jonka mukaiseksi hän pyrki tieteensä luomaan. Tästä oli seurauksena psykoanalyysin kvasiluonnontieteellisyys, jonka kieli ja teoreettinen rakenne pyrkivät seuraamaan luonnontieteiltä vaadittavaa täsmällisyyttä sen kuitenkin olematta luonnontiedettä johtuen psykoanalyysin menetelmillä saadun tiedon perusteista. Psykoanalyysilla saadun tiedon ontologiset ja etymologiset näkökulmat paljastavat psykoanalyysin sopivan pikemmin laadulliseen tutkimukseen kuin luonnontieteelliseen tutkimukseen, jolta vaadittavaa objektiivisuutta se ei esimerkiksi täytä. (Alanen, *ibid.*, 31, 41–43; Apel K.-O. teoksen Lesche, 1978, 222 mukaan; Lesche *ibid.*, 222.)



KUVIO 2. Terapeuttinen ymmärtäminen ja merkitysten syntyminen psykoanalyttisessä terapiassa.

Ongelmalliseksi psykoanalyysin tieteenteoreettisesta näkökulmasta tekee se, että samaan aikaan kuin psykoanalyysi yrittää ymmärtää ja tulkita asiakastaan mikä sopii hermeneuttiseen paradigmaan, se yhtä aikaisesti monesti pyrkii selittämään ja tekemään teorioita, jotka selittävät yleisiä, kausaalisia ja deterministisiä ilmiöitä, joka on luonnontieteelle ominaista. Kuten muistamme aikaisemmasta ankaraan tieteeseen ei kuulu yleisten merkitysrakennelmien luominen ja yksilön esineellistäminen selittämällä hänet. Tämä asettaa psykoanalyysin ristiriitaan tutkimusmenetelmänä mutta annettavan hoidon kanssa sillä ei ole merkitystä, mikäli terapeutti ei kokonaan pyri pelkästään selittämään ja objektivomaan asiakastaan, jolloin kyse olisi hoidollisessa mielessä jo vastatransferenssista asiakasta kohtaan ja hänen emotionaalinen hylkääminen. Lesche pyrkii kuitenkin perustelemaan tämän tutkimuksellisen ristiriidan alistamalla selittämisen emansipatoris–hermeneuttiselle tarkastelulle, jolla pyritään estämään toisen minän merkitysten ymmärtäminen pelkästään oman minän alueelta. Luonnollisesti tämä tapahtuu introspektion avulla. Tällä tavoin psykoanalyttinen tutkija pystyy palauttamaan kvasiluonnontieteellisen selittämisen takaisin hermeneuttisen ymmärtämisen kehään. Tärkeätä on huomata, että tutkija psykoanalyttisessä terapiatilanteessa siirtyy selitykseen vain silloin kuin hän ei pysty enää ymmärtämään asiakkaansa kieltä tai käyttäytymistä. Musiikkipsykoteoriassa luonnollisesti mukaan kuuluvat musiikki ja muu taide. Tieteenteorian ja filosofian kannalta katsottuna

psykoanalyysin tarkoitus on vapauttaa yksilö häntä objektivista malleista, jotka tuottavat hänelle kärsimystä sekä toisaalta tehdä hänet tietoiseksi pyrkimyksistään ja näin auttaa häntä paremmin ymmärtämään itseään. Tämä "vapautuminen" eli emansipaatio sopii hyvin vaihespesifiseen näkökulmaan, kuten myöhemmin tulemme huomaamaan. (Apel Leschen mukaan, *ibid.*, 218–221; Lesche, *ibid.*, 211.)



KUVIO 3. Ymmärryksen syntyminen terapiassa hermeneuttisen ja naturalistisen, teknisen, tiedon avulla (Lesche, 1978, 219).

Edellä olevasta pystyi jo huomaamaan, että psykoterapeutin tai psykoanalyytikon työ muistuttaa tutkijan työtä terapeutin pyrkiessä selvittämään, mitä asiakkaan transferenssi ja unet pitävät sisällään ja samalla ratkaisemaan asiakkaansa ongelman. Itse asiassa psykoterapeutin työssä yhdistyy terapia ja tutkimus. Tämä koskee myös musiikkipsykoterapiaa, jossa terapeutti useimmiten kylläkin on tekemisissä asiakkaan tuottaman erilaisen, taiteellisen materiaalin kanssa. Musiikkipsykoterapiassa esiin nouseva materiaali on kuitenkin samankaltaista unien ja psyykkisten oireiden kanssa ja siten sitä voidaan myös samalla tavoin ymmärtää ja tulkita sen tiedon perusteella, mitä meillä on käytettävissä unista (Freud, *ibid.*; Lehtonen, 1996 & Rechartt, 1988). Musiikkipsykoterapiaa koskevat myös samat lainalaisuudet, jotka liittyvät muuhun psykoanalyttiseen psykoterapiaan, musiikkipsykoterapiassa on vain asiakkaan sanallisen ilmaisun lisäksi korostuneena ilmaisukeinona taide ja etenkin musiikki.

Psykoanalyttisessa musiikkipsykoterapian tutkimuksessa terapeutin on samalla tavoin kuin hän työssään tarkastelee introspektiivisesti mielen sisältöjään paneuduttava myös tutkimusmateriaaliin, kuten joillekin tuli jo varmasti selväksi. Tällä tavoin hän voi löytää tutkimuksen kannalta merkitykselliset tulkinnat ja johtopäätökset sekä sulkea tutkimuksesta pois sellaiset mieli-johteet, jotka eivät liity tutkimuskohteeseen. *Introspektiolla*, joka olennaisesti liittyy psykoanalyysiin ja psykoanalyttiseen tutkimukseen tarkoitetaan omien, sisäisten ajatusten, tunteiden, mielikuvien ym. arvioivaa, tutkimuksellista tarkastelua. Introspektiota tai itseobservointia tai itsereflektiota, miten sitä haluaakin nimittää, käytetään nykypäivänäkin tutkimuksessa hyväksi sellaisilla aloilla, joissa tutkijan omilla tunteilla, reagoineilla jne. katsotaan saatavan hyödyllistä tietoa tutkimuskohteesta. Introspektio liittyy olennaisesti sellaiseen tutkimukseen, jossa tutkija itse on osa tutkimuskohdetta, kuten osallistuvassa havainnoinnissa. Tutkijan itsensä havainnoinnilla voidaan saada enemmän syvyyttä tutkimukseen ja sen merkitysten ymmärtämiseen ja se voi olla oiva lisä sellaiseen havainnointiin, jossa havainnoinnin rakenneseikat tai täsmällisyys ovat tärkeitä. Introspektiota on käytetty esimerkiksi osana sosiaalityöntekijöiden tutkintaa sekä lesboyhteisön ja koripallojoukkueen tutkimisessa. Yksi esimerkki introspektiivisestä tutkimuksesta on Ellisin tutkimus itsestään ja elämänkumppanistaan, joka kuoli keuhkolaajentumaan. Ellis kirjasi tuntojaan ja ajatuksiaan kahdeksan vuoden ajalta, jolloin mies kärsi sairaudesta. Tutkimuksessaan hän käsitteli myös omaa surutyötään. (Adler & Adler, 1994, 386; Tähkä, 1970/1982.)

Introspektiiviseksi tutkimukseksi voidaan luokitella myös sellaiset tutkimukset, joissa tutkija osallistuu ryhmäterapiaan ollessaan toisen tutkijan parina tai on tällöin itse terapeuttina. Musiikkiterapeutti voi tutkia myös omia kokemuksiaan ymmärtääkseen asiakastaan paremmin. Itsetutkiskelu voi käsittää myös omien mielikuvien tutkimista musiikista, taiteesta, asiakkaan olemuksesta jne. sekä tutkimusaiheesta nousevien ajatusten, tunteiden, siihen liittyvien omien arvojen ja uskomusten tutkimista, nämä vain esimerkkeinä. Bruscia on sitä mieltä, että tehdessään itsetutkiskelua tutkija tarkastelee vastatransferenssiin liittyviä teemoja itsessään. Vastatransferenssi voi vaikuttaa tutkimukseen samalla tavoin kuin terapiaankin eli vääristää tutkimustuloksia. (Bruscia, 1995a, 398; 1995b, 429; 1995c, 326–327.)

Introspektiota sisältäväksi tutkimukseksi voidaan mielestäni ajatella myös monenlaiset psykologiset mittaukset, joissa tutkittavalta kysytään persoonallisuuden liittyviä seikkoja. Samoin lääketieteelliset kyselyt pohjautuvat paljolti asiakkaan itsereflektioon. Tällaista tutkimusta ei kuitenkaan nimitetä introspektioksi tai itsetutkimukseksi menetelmällisessä mielessä vaan introspektiolla tarkoitetaan aina pelkästään tutkimusta, jossa tutkija tarkastelee omaa sisäistä maailmaansa ja itseään. Luonnollisesti kyselytutkimukseen, jossa tarkastellaan yksilön mieltä ja sen antamia merkityksiä, liittyy aina samat vaarat, jotka vääristävät tutkimustuloksia kuin varsinaiseen introspektioon: joku tutkimukseen osallistujista voi vaikkapa pyrkiä miellyttämään tutkijaa vastatessaan arviointilomakkeeseen. Mielenkiintoista on, että tämänkaltaisia tutkimusmenetelmiä käytettäessä ei painoteta sitä, että ne perustuvat täysin subjektiiviseen tietouteen. Paremminkin ne yritetään monesti esittää sellaisessa muodossa, että ne ikään kuin tarjoisivat objektiivisen totuuden ”hallintatieteelle” ominaisella tavalla, kuten Siirala (1966 & Alanteen ja Uimosen mukaan, 2000) käyttää termiä.

Toinen psykoanalyttiseen tutkimukseen tiiviisti liitettävä tutkimusmuoto ja termi on *tapaustutkimus*, jollaisia Freudkin käytti ja jota monet muut psykoanalyttikot ovat hänen jälkeensä käyttäneet. Tapaustutkimus on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen muoto, jossa tutkija tarkastelee jotain yksittäistä terapiaa, tapausta, kuvaten sen piirteitä ja tapahtumia mahdollisimman luotettavasti. Tutkimusaineisto voi tällaisessa tutkimuksessa sisältää videoita, äänitteitä ja terapeutin muistiinpanoja terapioiden tapahtumista. Tätä aineistoa tarkastelemalla ja analysoimalla tutkija voi tehdä

johtopäätöksiä ja hypoteeseja. Tapaustutkimus voi myös olla kvantitatiivista tutkimusta; sen ei kuitenkaan tarvitse välttämättä sisältää numerollista tietoa (Lathom-Radocy & Radocy, 1995, 173). Tapaustutkimuksella voidaan saada mielenkiintoista ja tärkeää tietoa, jostain tietystä yksilöstä tai terapiasta, joka tutkittaessa isompaa ryhmää ilmiöitä tai ihmisiä voisi hukkua massaan (ibid., 174). Tapaustutkimuksella on kuitenkin rajoituksensa, sillä pelkästään yksittäisen tapauksen perusteella ei voida tehdä kovin suuria yleistyksiä eikä johtopäätöksiä. Tietysti laadullisen tai humanistisen ihmistutkimuksen kannalta voidaan esittää oikeutetusti kysymys, voidaanko isoja yleistyksiä ja johtopäätöksiä tehdä suurtenkaan tutkimusaineistojen kohdalla, ilman, että yksilön situationaalisuuden kannalta olennainen merkityskokonaisuus vääristyy.

Kolmas, tavallinen psykoanalyttisen tutkimuksen muoto on *kirjallisuustutkimus* eli grand theory -tutkimus. Tällaisessa tutkimuksessa tutkijan tutkimus pohjautuu aiempaan isoon teoriaan, jota hän pyrkii muuttamaan tai tuomaan siihen uutta (Huberman & Miles, 1994, 433–434). Tämän tutkimuksen aiempia teorioita ovat psykoanalyysin ja musiikkiterapian teoriat. Monesti näihin tutkimuksiin kuuluu esimerkkeinä tapauskuvauksia käytännön terapiasta. Tällaisesta tutkimuksesta ja teorian rakennuksesta ovat esimerkkejä vaikkapa Tähkä (1997), Kohut (1971/1987) ja Lehtonen (1996). Kirjallisuustutkimuksen tyyli voi olla pohtivaa, väittelevää, arvioivaa, kyseenalaistavaa, erittelevää ja perustelevaa filosofista kirjoittamista, joka näillä keinon pyrkii järjestelmällisiin johtopäätöksiin ja teorioihin.

### **2.3 Eksistentiaalis–fenomenologinen menetelmä**

Rauhala (1974) on kirjassaan *Psykykinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa* ehdottanut psykoterapian ja nimenomaan psykodynaamisten psykoterapioiden tieteenteorian menetelmiksi eksistentiaalista ja fenomenologista analyysia. Nämä menetelmät voidaan myös yhdistää ja tavallista on nykyään puhua eksistentiaalisesta fenomenologiasta. Fenomenologia erittelee tajuntaa ja eksistentiaalisuus olemassaolevaa, *Martin Heideggeria* voidaan pitää eksistentiaalis–fenomenologisen suuntauksen isänä. Kirjassaan Rauhala jo esittelee sittemmin Suomen terveydenhuollossa hyvin tutuksi tulleet ajatukset mielenterveyden häiriöistä yksilön merkitysrakenteen vääristyminä eikä niinkään sairauksina. Lisäksi hän ottaa jo tarkasteluun käsitteet intentionaalisuus,

fenomenologian peruskäsite, sekä hänen myöhemmän ihmiskäsityksensä situationaalisuus, tajunnallisuus, kehollisuus peruslähtökohdat. Rauhala pyrkii myös analysoimaan psykoterapian situationaalisuutta ja miten *täälläolo* (Dasein) ilmenee siinä. Merkitykset syntyvät hänen mukaansa situationaalisessa säätöpiirissä ja vaikuttamalla siihen psykoterapialla voidaan vaikuttaa yksilön kokemiseen liittyviin merkityksiin. Rauhala näkee psyykkiset ongelmat vääristyminä yksilön merkityssuhteissa hänen olemassaolossaan, situationaalisessa säätöpiirissä, eikä sairauksina. Sairaudet kuuluvat hänen mukaansa fyysiseen maailmaan eikä sen mukaisella kielellä voida hänen mukaansa kuvata tajunnallisia ilmiöitä totuuden mukaisesti. (Rauhala, 1989.)

Kimmo Lehtonen (ibid.) on esittänyt eksistentiaalista fenomenologiaa myös musiikkiterapian tieteenteoriaksi, joksi se minunkin mielestäni sopii mainiosti pystyessään kuvaamaan niitä merkityksiä, joita asiakas antaa taiteelle ja olemassaololleen sekä minkälaisia mahdollisuuksia täälläolo ja olemassaolo yleensä avaavat terapiaprosessille ja taiteelle. Tämä lähestymistapa mahdollistaa myös erilaisten teorioiden keskenään vertailun, kuten tässä tutkimuksessa sanallisten ja taiteellista ilmaisuja sisältävien psykoterapiamenetelmien tarkastelun.

Eksistentiaalinen analyysi pyrkii selvittämään, miten olemassaolo ilmenee sekä olemassaolon mahdollisuuksia, joita täälläololla on. *Täälläololla* Heidegger (1927/2000) tarkoittaa yleisiä olevan mahdollisuuksia, joilla ei ole näkyvää muotoa ja jotka tulevat selville vasta tekojen myötä. Täten myös olion tai olevan merkitys välittyy vasta toiminnan kautta eikä silloinkaan päästä käsiksi varsinaiseen olemassaoloon ja maailmaan. Myös Cassirerilla (1927/1957 & 1944) oli fenomenologiassaan vastaavanlainen käsitys merkitysten synnystä. Cassirerkin ajatteli, että ilmiön ydinmerkitystä ei ole sellaisenaan mahdollistaa tavoittaa vaan sen merkitys välittyy vain teon suomen symbolisten muotojen kautta. Cassirer tarkoitti *symbolisilla muodoillaan* myyttiä, kieltä, taidetta, tiedettä ja muita kulttuurin heijastumia. Näillä kaikilla hän katsoi olevan samanlaisen alkuperän mutta katsoi myyttisen ajattelun olevan primääri ajattelun muoto, josta muut ajattelun ja kokemisen symboliset muodot ovat kehittyneet. Taiteen luomisessa intention ydinmerkityksellisyys välittyy vasta esimerkiksi maalauksen kuvissa tai sävellyksen melodioissa, niiden kummankaan silti kuvaamatta



itse intentiota tai ilmiötä – eräänlaista oletettua alkutekijää siis. (Rauhala, 1974; Schaverien, 1999.)

Eksistentiaalinen analyysi on olemassaolon alkuperää ja rakennetta selvittävää toimintaa, jota voidaan kutsua myös ontologiaksi tai vielä laajemmassa mielessä metafysiikaksi. Musiikkipsykoterapiassa voidaan tutkia terapiasuhdetta ja siinä syntyviä erilaisia luomuksia, kuten sävellyksiä, myös yksilön olemassaolon kannalta tai taiteen syntymisen kannalta, jolloin voimme tarkastella, miten täälläolo ilmenee niissä ja millaisia olioita ne pitävät sisällään. Kun puhumme yleensäkin olemassaolon analyysistä ottaen huomioon universaalit oliot, niin käytämme tarkasti ottaen termiä *eksistentiaalinen ontologia* ja kun analysoimme ihmisen olemassaoloa puhumme tämän ontologian kohdalla *filosofisesta antropologiasta*. Filosofisen antropologian tuloksena syntyy *ihmiskäsitys*. (Rauhala 1974, 30; 1978, 127.) Eksistentiaalisen analyysin avulla ilmiöt voidaan purkaa lähes niiden olemassaolon alkutekijöihin asti ja siten pyrkiä esimerkiksi terapiassa puhtaaseen ymmärtämiseen minkä huomasimme jo hermeneutiikan ja psykoanalyysin kannalta olevan tärkeää.

Fenomenologinen analyysi puolestaan tutkii tajuntaa sekä merkityksiä, joita yksilö antaa kokemukselleen. Fenomenologiassa katsotaan ihmisen antavan kokemilleen ilmiöille mielen eli merkityksen eikä puhdasta ilmiötä tai intentiota ole mahdollista tavoittaa, kuten edellä jo mainitsin. Fenomenologisessa analyysissä tajunnan kokemus ja sen suomat merkitykset pyritään hajottamaan alkutekijöihinsä. Näin saadaan selville, mistä tajunta koostuu. (Rauhala, 1974, 47–49.) *Tajunta* edustaa kokemisen kokonaisuutta, joka syntyy mielen mukana, käsitteet psyykkinen ja henkinen ovat tajunnan pienempiä osia. Tajunnassa psyykkinen vastaa niitä yksityisiä kokemuksia ja elämyksiä, joilla on jokin sisältö mielessä, esimerkiksi tunne, mutta joita ei voi yleistää tai panna käsitteelliseen muotoon. Kimpaantuminen on esimerkki tällaisesta tunteesta, joka ei sisällä havaintoja suuttumisen syystä ym. Henkinen kokeminen puolestaan sisältää itsehavainnointia omista tunteista ja ajatuksista; eettisyys, arvot jne. tulevat mahdollisiksi, samoin tietäminen. Henkinen ulottuvuus edustaakin korkeata toiminnallisuutta tajunnassa. Viittaa tässä tutkielmassa termillä *psyykkinen* kuitenkin tavanomaisesti kaikkeen mielelliseen kokemiseen sisältäen Rauhalan mielessä sekä henkisen että psyykkisen. (Rauhala, 1997b.)

Keskeisiä eksistentiaalisen fenomenologian käsitteitä, joita käytän läpi tutkielman ovat intentionaalisuus, situaatio, esiymmärrys, horisontti, noesis ja noema. *Intentio* ja *intentionaalisuus* ovat fenomenologian peruskäsitteitä, joilla tarkoitetaan kokemuksen tai ilmiön pyrkimystä johonkin ja halua tietoisuuteen. Siten jokaisella yksilön elämyksellisellä kokemisella on aina jokin mieli, toisin sanoen merkitys. Intentiota itsessään ei ole mahdollista tavoittaa havainnollisesti ja konkreettisesti, niin kuin ei myöskään *täälläoloa*. Ne kummatkin ovat kuitenkin eriteltävissä havainnoista ja kokemuksesta. Intentionaalisuus on myös tietynlainen alkutila, jota ei tarvitse sulkeistaa. *Situaatiolla* tarkoitetaan fenomenologiassa yksilön kokemuksia, jotka perustuvat hänen ympärillään olevaan maailmaan, olosuhteisiin ja eksistoitumisen tilanteeseen. Siten se muodostuu laajaksi käsitteeksi, joka pitää sisällään historialliset, kulttuurilliset, sosiaaliset tekijät sekä yksilöllisessä että yhteisöllisessä mielessä. Situaatio viittaa myös kokemuksen aktiiviseen sen kulloisenakin syntyhetkenä. Tällä tarkoitetaan sitä, että todellisuus ja havaintomaailmamme ovat riippuvaisia sisäisestä kokemuksestamme, esiymmärtäneisyydestä ja horisontista, ja ympärillämme oleva maailma avautuu ja tulkitaan aina aikaisempia kokemuksiamme vasten. *Esiymmärrys* tarkoittaa kaikkia yksilöllisiä kokemuksia, joita ihmisellä on aikaisemmista kokemuksista. Ne muodostavat pohjan, jota vasten uusia havaintoja ja tietoja aina verrataan sekä tulkitaan. *Horisontilla* tarkoitetaan fenomenologiassa puolestaan kaikkea reaalista olevaa yksilön kokemusmaailmassa, joka on olemassa yksilöstä riippumatta. Tällaisia ovat vaikkapa elottomat oliot, kuten esineet, luonnon ilmiöt, aine, elämän rajallisuus jne. Noesis ja noema kuvaavat tajunnan erilaisia asteita eli rakenteita. *Noesis*, elämys, on fenomenologiassa pienin kokemisen yksikkö, jota ei voi enää eritellä. Se viittaa tunteeseen, joka viriää tajunnassa kohti jotain ilmiötä, antaen sille jonkinlaisen alustavan merkityksen, joka ei suoranaisesti kuitenkaan kerro millainen ilmiö on. Noesis ei anna ilmiölle tarkkaa merkitystä vaan se saatetaan kokea vaikkapa vain epämiellyttävänä, ahdistavana tai sekavana. *Noemalla* taas tarkoitetaan tajunnassa syntyvää kokemusta, joka koetaan tietoisesti ja jolla on selkeä eroteltavissa oleva merkitys. Tätä merkitystä voidaan fenomenologiassa kuvailla myös sanoilla representaatio, mieli tai merkitys. Omassa käsitteistöissäni käytän sanaa *merkitys* kuitenkin myös yleiskäsitteenä tässä tutkielmassa kuvaamaan kaikkea inhimilliseen kokemusmaailmaan liittyvää mielellistä edustusta, joka saa sijansa tajunnassa. (Rauhala, 1974; 1989.)

Musiikkipsykoterapian ja tämän tutkimuksen kannalta eksistentiaalis–fenomenologinen analyysi mahdollistaa terapiaprosessin tarkastelun olemassaolon kokonaisuuden kannalta ja sen avulla on ehkä mahdollista päästä käsiksi niihin merkityksiin, jotka ovat terapian vaikuttavuuden takana sekä ymmärtää asiakasta paremmin. Tämän tutkimuksen tarkoitushan on nimenomaan paneutua niihin merkityksiin, jotka vaihespesifisestä näkökulmasta vaikuttavat terapiaprosessiin ja katsoa, löytyvätkö nämä samat merkitykset myös musiikkipsykoterapian menetelmistä. Tässä luvussa käsittelemäni hermeneutiikka, eksistentiaalinen fenomenologia, mukaan lukien Cassirerin symbolisten muotojen fenomenologia, kaikki perustelevat sitä laadullisen tutkimuksen periaatetta, että on olemassa tietystä mielessä vain subjektiivista tietoa eikä ihmistä sen vuoksi saa esineellistää tutkimuksessa.

### **3 VAIHESPEEIFINEN PSYKOTERAPIA TÄHKÄN MUKAAN**

Suomalainen psykoanalyytikko Veikko Tähkä (1978; 1982; 1997) on kehittänyt vaihespesifistä hoitomallia psykoanalyyttiseen psykoterapiaan pitkään ja on päätenyt tutkimuksissaan siihen, että psykoanalyyttistä hoitoa voidaan soveltaa kaikkia ongelmatasoja edustavien asiakkaiden kanssa. Hän jaottelee teoksessaan *Mielen rakentuminen ja psykoanalyyttinen hoitaminen* (1997) yksilön kehityksen kolmeen kehitysvaiheeseen, joihin kehityksen pysähtyminen voi johtaa psyykkisiin ongelmiin. Kehityksen mukaisesti hän jakaa nämä ongelmat kolmeen luokkaan, jotka ovat

- 1) psykoosit
- 2) rajatilat
- 3) neuroosit.

Näille tiloille on ominaista hänen mukaansa yksilön regressoituminen siihen kehitysvaiheeseen, johon hänen kehityksensä pysähtyi. Psykoosien ollessa kyseessä regressoituminen johtaa kehitysvaiheeseen ensimmäiselle ikävuodelle ennen eriytymisvaihetta. Rajatiloissa kehitys on pysähtynyt ajalle noin ennen kolmea ikävuotta, jolloin yksilö ei ole vielä saavuttanut kehityksessään itse- ja objektikonstanssia, joka mahdollistaa yksilöllisten objektisuhteiden syntymisen, jossa

oma itsekokemus koetaan erillisenä suhteessa ympäröiviin objekteihin. Neurooseissa kehitys palaa regression myötä oidipuskonfliktin teemoihin, jossa yksilöä ohjaavat hänen sisällään oleva “transferenssilapsi” ja lapsuudessa sisäistetyt vanhempien kehitysmallit. (ibid., 26–27, 29–30.)

Vaihespesifisen hoidon päämääräksi Tähkä määrittelee psykooseissa eriytymisen, rajatiloissa yksilöitymisen ja neurooseissa vapautumisen. Psykooseissa terapeutin tehtävä on pyrkiä tulemaan asiakkaalleen ulkoiseksi kehitysmalliksi – uudeksi objektiksi. Tähän tilaan päästäkseen asiakkaan ja terapeutin välille on synnyttävä tilapäisesti “terapeuttinen symbioosi” ja edelliset tavoitteet mahdollistaa vain oleminen kokonaan hyvä objekti asiakkaalle. Rajatiloissa terapeutin on toimittava yhtäläisesti uutena kehitysobjektina, itseobjektina, asiakkaalleen ja samastusten avulla luotava hänelle uusia rakenteita, jotka mahdollistavat lopulta itse- ja objektikonstanssin syntymisen sekä yksilöitymisen. Neuroosien kohdalla terapeutin tehtävä on tulkintojen ja asiakkaan oivalluksien avulla hänen vapautuminen, emansipaatio, häntä ohjaavista lapsuudessa sisäistetyistä ideaaliobjekteista ja kahlitsevista malleista, joita hän pysähtyneessä kehityksessään toistaa. Tarkoitus on päästä eroon myös kaikista kehitysobjekteista mikä ei kuitenkaan lopullisesti ole tavallisesti mahdollista vaan näillä malleilla on stressin yhteydessä taipumus palata. (ibid., 26–30, 347, 554–556.)

Psykooseissa hoidossa korostuu terapeutin suoma tyydytys asiakkaalle, joka mahdollistaa ensisijaisen, hoidollisen päämäärän eli eriytymisen. Tämä tapahtuu välittämällä *huolenpitoa* (holding) asiakkaalle antaen tukea ja ottaen hänen puolestaan hoitaakseen hänen itsen tehtäviä – tämä voi olla joko mentaalista työskentelyä asiakkaan puolesta tai fyysisissä ja sosiaalisissa toiminnoissa auttamista. Tärkeätä on olla kokonaan hyvä objekti ja suoda tyydytystä sekä korvaavia tunnekokemuksia. Tyydytys ei saa olla kuitenkaan asiakasta regressoivaa, joten parasta olisi, että tyydytys tapahtuisi mahdollisimman symbolisella tasolla. Tarkoitus ei ole myöskään, että terapeutti ottaa menneisyyden objektin roolin terapiasuhteessa, sillä se tyydyttää pääasiallisesti “transferenssilasta”, jonka ei ole mahdollista kehittyä: palaamme myöhemmin aiheeseen tarkemmin. Rajatiloissa hoidossa keskeinen tekijä ovat asiakkaan samastukset terapeuttiin, joiden avulla hänen pysähtynyt kehityksensä voi jatkua ja syntyä uusia rakenteita. Rajatiloissakin huolenpidolla ja välittämällä on keskeinen sija hoidossa mutta esiin nousee tärkeimpänä tekijänä kuitenkin samastukset,

jotka tapahtuvat terapeutin toimiessa itseobjektina asiakkaalleen ja käyttäen empaattisia kuvauksia asiakkaansa kaikenpuolisesta tilanteista ja olosuhteista. Neurooseissa terapeutin keskeinen tehtävä on tarjota asiakkaalleen oivalluksia ja tärkein tekniikka niiden antamisessa verbaalisessa psykoterapiassa ovat tulkinnat. Tulkintojen ja oivallusten avulla asiakkaan on tarkoitus vapautua transferenssilapsestaan ja sille ominaisista, ideaalisista oidipaaliobjekteista, arvoista ja malleista. Tähkä erittelee tärkeimmiksi tehtäviksi neuroottisten asiakkaiden hoidossa

- 1) muistojen kokoamisen omasta elämästä
- 2) individuaalisten tekijöiden korjaamisen sekä lisäämisen itserakenteissa
- 3) funktionaalisten itsen rakenteiden korjaamisen
- 4) individuaalisten sääntöjen sekä ihanteiden löytämisen
- 5) asiakkaan oman historiallisen näkemyksen muodostamisen omasta elämästä (ibid., 560).

Kiteytettynä ajatellen edellä paljon tiivistetyt Tähkän vaihespesifisen hoidon tavoitteet ja menetelmät voidaan esittää hänen omin sanoin, niin että *“psykoottiselle potilaalle on tullava objektiksi, rajatilapotilaalle on toimittava objektina ja neuroottinen potilas on vapautettava objektista, josta on tullut tarpeeton”* (Tähkä, 1982, 321). (Tähkä 1978, 139; 1997, 26–30, 555, 560.)

Oleellisia käsitteitä Tähkän teorian muodostuksessa vaihespesifisyyden kannalta ovat lisäksi hänen termsä *“transferenssilapsi”* ja *“kehittyvä lapsi”*. Näillä hän tarkoittaa vertauskuvallisesti asiakkaan persoonallisuuden infantiileja piirteitä mitkä johtuvat kehityksen pysähtymisestä ja taantumisesta erilaisiin kehitysvaiheisiin.

*Transferenssilapsi* tulee yleensä nopeasti esille terapiassa ja asiakkaan oireissa sekä toiminnassa. Se edustaa pysähtyneisyyttä yksilön mielen rakentumisessa ja toistaa vain menneitä objektisuhteita; sen ei ole mahdollista kehittyä, koska sillä ei ole mitään intressejä tähän: Transferenssilapsi on syntynyt niistä tekijöistä kehitysobjekteissa, jotka ovat estäneet yksilöä kehittymästä tai eivät ole voineet auttaa häntä luopumaan niistä, mistä syy sitten johtuukin. Tämän takia transferenssilapsi edustaa pysähtynyttä kehitystasoa ja sille tyypillisiä objektisuhteita eikä se osaa muita suhteessa olon tapoja. Eikä transferenssilapsi voi muuttua, koska sen varaan itse on rakentunut ja muuttuminen merkitsisi tuhoa transferenssilapselle ja siten uhkaa koko itselle. Tähän osaltaan

perustuu terapian muutosvistarinta. Tähkä (1997, 308) on sitä mieltä, että transferenssilapsella ei ole motivaatiota muuttua, vaikka toisaalta (s. 309) myöntääkin juuri suhteessa transferenssilapseen olevankin kehittyvän lapsen alun. Näin varmasti onkin, sillä toistaessaan transferenssissa menneisyyden objektisuhteitaan yksilö sitoo näihin liittyvää ahdistusta ja näin menneisyyden traumojen uudelleen tapahtuva käsittely toimii mielihyväperiaatteen mukaisesti pyrkien ahdistuksen poistamiseen. Itseltä puuttuvat rakenteet sitoa ahdistusta toisella tavoin ja näin yksilö transferenssilapsen muodossa toistaa itseään. Tässä mielessä asiaa voidaan tarkastella eksistentiaalisesta näkökulmasta siten, että yksilöllä on tuolloin pyrkimys kuitenkin muutokseen ja kehitykseen. Tähkän ajattelun pohjalta voidaan myös tehdä johtopäätös, että yksilössä aina on myös kehittyvä lapsi, vaikkapa sitten vain eksistentiaalisena pyrkimyksenä tai mahdollisuutena. Kehitys on myös tästä näkökulmasta aina mahdollisuutena olemassa esimerkiksi asiakkaan iästä riippumatta. Tähkä itse kuitenkin on varovaisempi arvioidessaan, miten kehityksen on mahdollista jatkua vaikkapa vaikeissa psykooseissa perustaen käsityksensä käytännön havaintoihin tällaisista yksilöistä, jotka eivät välttämättä itse huomaa omia ongelmiaan eivätkä siten kaipaa muutosta itsessään. Näin varmasti monesti voi olla ja asia korostuu vielä vaikeissa ja pitkäaikaisissa ongelmissa. (Tähkä, 1995, 50–51; 1997, 307–309, 313–314.)

Samanaikaisesti transferenssilapsen kanssa mielen rakenteissa voi olla struktuureja ja osia, jotka ovat yksilöllisiä ja omaavat mahdollisuuden kehittyä. Näitä piirteitä Tähkä nimittää allegorisesti *kehittyväksi lapseksi*, joka voi esiintyä transferenssilapsen ohella. Juuri kehittyvän lapsen kanssa terapeutti pyrkii liittoutumaan mutta se ei välttämättä voi tapahtua suoraan vaan aluksi terapeutin esimerkiksi psykoottisen asiakkaan kohdalla on tultava tälle hyväksi objektiksi tyydyttämällä transferenssilasta. Sama koskee myös muita kehitystasoja edustavia asiakkaita, kun luodaan heihin suhdetta ja pyritään ymmärtämään heitä mikä on psykoanalyttisen terapian perusedellytys ja -tähtäin. Alussa kehittyvä lapsi esimerkiksi voi ollakin vain mahdollisuutena terapeutin mielessä transferenssilapsen ollessa useimmiten esillä. Siinä kun transferenssilapsi ei voi enää muuttua, koska siihen ovat sisäistyneenä varhaiset kehitysobjektit ja niiden pettymykset, niin kehittyvä lapsi edustaa niitä kehityksen tasoja ja hyviä kokemuksia yksilössä, joiden kehitys ei ole pysähtynyt kokonaan vaan pelkästään estynyt. Nämä kehityksen idut ovat niitä tekijöitä, jotka mahdollistavat myöhemmän kasvamisen ja kehittymisen, johon psykoanalyttinen psykoterapia perustuu ja johon vaihe- ja yksilöspesifisellä

hoidolla voidaan vaikuttaa. Yksi terapian tavoite on päästä eroon transferenssilapsesta. (Tähkä, 1995, 50–51; 1997, 307–309.)

#### **4 MUSIIKKIPSYKOTERAPIAN MÄÄRITTELYÄ**

Psykoterialla tarkoitetaan sellaista hoitoa, jossa yksilön psyykeen pyritään tarkoituksellisesti vaikuttamaan psykologisin menetelmin (Bruscia, 1998; Tähkä, 1970/1982). Musiikkipsykoterapiaksi voidaan Aigenin (1999) mukaan nimittää myös sellaisia terapioida, jotka keskittyvät asiakkaan tunteiden, käyttäytymisen ja kognitiivisten seikkojen hoitamiseen. Yhdysvalloissa käytetään termiä musiikkipsykoterapia tällaisista terapioida erotuksena esimerkiksi fyysisiin vammoihin kohdistuvasta musiikkiterapiasta, kuten halvauksien tai immuunijärjestelmän hoidosta. Edelliset määritelmät sopivat yhteen Wolbergin (1954) psykoterialman määritelmän kanssa, jonka mukaisesti niihin voidaan lisätä vielä, että psykoterialaa tekee omaan menetelmäänsä kouluttautunut henkilö ja asiakkaan sekä terapeutin suhde on ammatillinen. Wheelerin (1981) näkemys musiikkiterapiasta psykoterialana tukee myös näitä määritelmiä ja hänen mukaansa musiikkiterapeutti edustaa juuri Wolbergin määritelmän kouluttautunutta henkilöä. Esittämäni psykoterialman määritelmä on sopusoinnussa myös Tähkän (ibid.) psykoterialman määrittelyn kanssa, joskin hän korostaa, että psykoterialman kohteena on aina "häiriintynyt yksilö". Omasta mielestäni sana "häiriintynyt" kuitenkin vaikuttaa turhan voimakkaalta ja rajoittavalta ajateltaessa musiikkipsykoterapiain sovellusmahdollisuuksia esimerkiksi Aigenin määritelmän valossa. Ihmisen ei mielestäni siten tarvitse olla varsinaisesti häiriintynyt tai "sairas" hyötyäkseen musiikkipsykoterapiasta.

Bruscian (ibid.) mukaan psykoterialalle on luonteenomaista asiakkaan ja terapeutin välinen vuorovaikutussuhde, jonka avulla pyritään helpottamaan asiakkaan ongelmia eri tavoin. Perinteellinen auttamiskeino on psykoterialmassa ollut asiakkaan ja terapeutin välinen keskustelu. Musiikkipsykoterapiassa käytetään musiikkia hyödyksi eri asteisesti psykoterialpeuttisissa tavoitteissa. Bruscia (ibid., 2–3) luokittelee musiikkipsykoterapiain neljään lajiin, jotka ovat

- 1) musiikki psykoterapiana
- 2) musiikkikeskeinen psykoterapia
- 3) musiikki psykoterapiassa
- 4) sanallinen psykoterapia musiikin ohella.

Tässä kappaleessa esittämäni musiikkipsykoterapian määrittely on psykodynaaminen tai psykoanalyttinen, niin kuin on viittaamani Bruscian määritelmä. Hyvä on muistaa, vaikka Bruscia ei itse tätä tuo esiin, että musiikkipsykoterapialla voi olla myös muunlaisia viitekehyksiä, kuten sanallisellakin psykoterapialla: kognitiivinen, humanistinen, behavioristinen jne. Näin on myös Aigen (ibid.) todennut, samoin Wheeler (ibid.) pitää useiden erilaisten psykoterapiateorioiden hyödyntämistä mahdollisena musiikkiterapiassa. Tämän tutkielman tarkoituksiin riittää pelkästään tarkempi psykoanalyttinen musiikkipsykoterapian määritelmä, koska se on osaltaan oma viitekehysesni sekä myös vaihespesifisen teorian viitekehys. Mielestäni Bruscian musiikkipsykoterapian lajit sopivat kuitenkin psykodynaamista musiikkipsykoterapiaa laajemminkin musiikkipsykoterapian lajeiksi. Bruscia (ibid.) esittelee eri tapoja, joilla musiikkia ja taidetta voidaan hyödyntää musiikkipsykoterapiassa:

Musiikkipsykoterapian menetelmät hän luokittelee kolmeen pääluokkaan, jotka ovat improvisaatio, laulut ja musiikkimielikuvat (music images). *Improvisaatio*-nimikkeen alle hän sijoittaa ne moninaiset musiikkiterapian tekniikat, joita hän on esitellyt jo aikaisemminkin kirjassaan *Improvisational models of music therapy* (Bruscia, 1987). Lisäksi hän korostaa sitä, että musiikkipsykoterapiassa voidaan käyttää monia, erilaisiakin, menetelmiä kuin ne, joita hän on käsitellyt pääluokkiensa alla. Bruscia pitää kuitenkin mainitsemaansa kolmea pääluokkaa tavallisimpina musiikin käyttömuotoina psykodynaamisessa terapiassa. Improvisaatiotekniikoiden käytössä voidaan Bruscian mukaan huomioida kolmea näkökohtaa, joista *vuorovaikutuksellinen asetelma* (interpersonal setting) pitää sisällään ne kokemukset, joita asiakkaalla herää hänen toimiessaan musiikin kanssa joko yksin tai yhdessä terapeutin tai terapiaryhmän kanssa. Yksin improvisoidessaan asiakas voi nauttia vaikkapa soittamisen vapaudesta tarvitsematta ottaa huomioon mahdollisia paineita muiden soittajien taholta ja hän voi rauhassa pyrkiä omiin tavoitteisiinsa sekä saada siten kokemus itsenäisestä onnistumisesta. Toisaalta improvisoidessaan ryhmässä tai terapeutin kanssa asiakas voi saada soittoonsa ja tunteisiinsa tukea muulta ryhmältä. Yhdessä soittamisen haasteeksi nousee erillisyyden kokeminen muista. (Bruscia, 1998, 4–6.)



Toinen näkökohta improvisaatiossa ovat *välineet* (media), joilla improvisaatio tapahtuu. Transferenssin kannalta on merkitystä sillä, minkälaista instrumenttia esimerkiksi soitettaessa käytetään. Bruscia mainitsee kehon äänet, soittimet ja suulliset äänet, joilla on oma merkityksensä transferenssin suhteen terapiassa. *Viitteellisyys* (point of reference) on kolmas improvisaation näkökulma Bruscian mukaan. Improvisaatio voi olla joko viittaavaa tai viittaamatonta sen mukaan viitataan musiikilla johonkin musiikista ulkopuoliseen vai ei. Viittaava improvisointi on sellaista, jossa musiikille annetaan sanallinen merkitys, joka voi olla esimerkiksi teema tai tarina. Sanallinen merkitys musiikkiin voi syntyä joko ennen musiikkia tai musiikin pohjalta. Tähän on huomautettava kylläkin, että viittaava improvisointi voi oman käsitykseni mukaan olla sellaista, jossa musiikin pohjalta tehdään esittävä kuva. Mutta ilmeisesti näin Brusciakin ajattelee; olennaista on, että viittaavuudella tarkoitetaan jotain sellaista mikä on sanallistettavissa ja määriteltävissä. Viittaamattomassa improvisoinnissa pysytään puolestaan puhtaasti musiikillisissa merkityksissä eikä ilmaisulle pyritä löytämään minkäänlaista sanallista ilmaisua, vaikka improvisoinnin jälkeen terapeutti ja asiakas voivat soitosta keskustellakin. (ibid., 6–7.)

*Lauluissa* Bruscia esittelee eri tapoja käyttää lauluja hyödyksi psykodynaamisessa musiikkipsykoterapiassa. Asiakas voi tehdä terapeutin kanssa vaikkapa lauluja tai he voivat keskustella jostain asiakkaalle merkityksellisestä laulusta ja miettiä, miten se liittyy asiakkaan elämään tai ongelmiin. Laulut voivat olla myös muistojen käsittelemisen väline ja laulujen avulla voidaan käsitellä myös asiakkaan tunne-elämää. Bruscian sanoin “laulut ovat tapoja, joilla ihmiset tutkivat tunteitansa”, joten laulujen merkitys on tärkeä musiikkipsykoterapian kannalta (ibid., 9).

*Musiikkimielikuvilla* Bruscia tarkoittaa niitä moninaisia asioita, joita yksilön mielikuvat voivat olla: ne voivat olla vaikkapa muistoja, tunteita, mielijohteita erilaisiin asioihin, kehon tuntemuksia tai projektiivisiä tarinoita jne.; asioita, jotka ovat tulleet mieleen musiikista. Vapaa assosiaatio on yksi musiikkipsykoterapian tekniikka, joka kuuluu tähän luokkaan. Samoin GIM-musiikkiterapiamalli eli johdettujen mielikuvien menetelmä perustuu juuri musiikin nostattamiin mielikuviin.

Musiikin nostattamat mielikuvat voivat pitää sisällään samankaltaista symbolismia unien kanssa ja niitä voidaan myös samaan tapaan hyödyntää musiikkiterapiassa kuin

sanallisessa psykoterapiassa on hyödynnetty unia. Musiikin nostattamia mielikuvia voidaan esimerkiksi tulkita suoraan asiakkaalle tai musiikkiterapeutti voi symboliikan tietämyksensä avulla seurata asiakkaan etenemistä ja tarjota hänelle symbolisia, korvaavia tunnekokemuksia. Musiikin mielikuvat syntyvät samalla tavoin kuin unetkin eli unityön avulla. Myös itse musiikin syntymistä ja muun luovan toiminnan syntymistä ohjaavat symbolinen prosessi ja samanlaiset tapahtumat kuin unityössäkin. Nämä näkökohdat antavat mahdollisuuden hyödyntää musiikkia ja taidetta symbolisesti eri tavoin; asiakkaan ihmissuhteissaan toistama transferenssikin sekä häntä vaivaavat oireet ovat symbolisia. Musiikkipsykoterapiassa voidaan psykoanalyttisessa yhteydessä auttaa asiakasta saamaan korvaavia tunnekokemuksia ja antaa mahdollisuus hänen psyykkisen kehityksensä jatkumiseen. Näiden eheyttävien kokemusten saamiseen ei aina tarvita edes sanoja, sillä musiikki ja taide itsessään pitävät sisällään terapeuttisia ominaisuuksia, joista tärkeimpiä ovat musiikin siirtymä- ja itseobjektiominaisuudet sekä musiikin toimiminen eräänlaisena huolenpitoilmapiirinä. Huolenpitoilmapiiri on Donald Woods Winnicottin (1971/1997) mukaan tärkeää lapsen suotuisan kehityksen kannalta. (Alanne, 1999; Lehtonen, 1986; 1993; 1996; Noy, 1966–1967; Rechartt, 1988; Summer, 1998; Winnicott, *ibid.*)

Edellä läpikäydyistä voidaan tehdä se johtopäätös, että musiikkiterapia voi olla yksi oma psykoterapian muoto, jossa musiikkia ja taidetta voidaan hyödyntää terapeuttisiin päämääriin pääsemiseksi tavalla, jossa välttämättä ei tarvita puhetta tai sanoja. Taiteen ja terapeutin avulla asiakas voi aivan samoin tutkia tunteitaan ja ristiriitojaan kuin maataessaan vaikkapa sohvalla psykoanalyysissä käyttäen sanoja vastaavien aiheiden tarkastelussa. Jotta tulisimme enemmän vakuuttuneeksi musiikkipsykoterapian rinnastuneisuudesta sanalliseen psykoterapiaan tarvitsemme vielä tieteenfilosofista analyysia siitä, mitä nämä terapiamuodot ovat, mihin niiden vaikutus perustuu ja miten niiden tuottama tieto syntyy. Tieteenfilosofinen tarkastelu on tärkeää, jotta emme syyllistyisi psykoanalyttisen tai jonkun muun tutkimamme terapian teoreettisesta viitekehuksesta lähteviin tulkintoihin niiden luonteesta, jotka johtavat väistämättä ns. *kehäpäätelmiin*. Aiempi psykoanalyysin tarkastelu hermeneutiikan näkökulmasta edusti jo tällaista psykoanalyttisen tiedon alkuperän ja synnyn tieteenfilosofista analyysia.

## **5 MUSIIKIN, TAITEEN, TERAPEUTIN JA ASIAKKAAN VÄLISET MERKITYKSET EKSISTENTIAALISEN FENOMENOLOGIAN VALOSSA**

### **5.1 Tajunnan ja merkityksen syntyminen terapeuttisessa suhteessa**

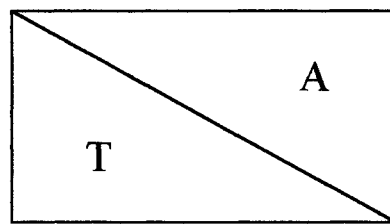
Kuten jo psykoanalyttisen tutkimuksen yhteydessä kävimmekin läpi, niin psykoanalyttinen terapia pyrkii ymmärtämään asiakasta ja välittämään empaattisesti tämän ymmärryksen hänelle, niin että hänen itseymmärryksensä kasvaisi ja hän yksilöityisi ja vapautuisi häntä selittävästä malleista. Nämä mallit voivat olla vanhempien arvoja, yhteiskunnan arvostuksia, uskomuksia jne., joiden tilalle yksilön on mahdollista luoda omat arvonsa ja oma henkilökohtainen historiansa. Hermeneuttinen kehä ohjaa terapeutin ajattelua, tulkintoja ja ymmärrystä. Välttämällä asiakkaan objektivoinnin terapeutti pystyy samastumaan tilapäisesti häneen ja sitä kautta ymmärtämään asiakkaan merkityksiä. Vain eläytymisen avulla terapeutti voi tavoittaa asiakkaansa merkitykset, siis mielen, syvällisesti. Terapiatapahtumassa yhtyvät sekä asiakkaan että terapeutin merkitykset ja musiikkiterapian ollessa kyseessä myös musiikin semantiikka. Kaikilla näillä merkityksillä on mielen ulkopuolinen, tajunnallinen, merkitys, joilla voidaan ajatella olevan intentio johonkin. Tässä mielessä musiikkikin voi olla subjekti, kuten Lehtonen (1998) on esittänyt, jolla oliona on pyrkimys johonkin ja oma tahto sekä situationaalisuus. Mielen ulkopuolisella en viittaa tässä dualistisen ihmiskäsityksen tekemään erotteluun mielen ja ruumiin tai sisäisen ja ulkoisen välillä vaan niihin merkityksiin meitä ympäröivässä maailmassa, jotka eivät representoidu tajunnassamme. Nämä merkitysyhteydet ovat kuitenkin olemassa siitä huolimatta, saavatko ne mielellistä edustusta kokemuksessamme.

Myös Rauhala (1974, 49) erottaa mielen ja tajunnan: Tajunta ei synny kuitenkaan itsestään, niin että tajunta luo ymmärryksen ja havainnot vaan päinvastoin: Emmehän voisi antaa mieltä jollekin tyhjälle, jota ei ole olemassa. Tämän takia tajunnan ja mielen on oltava toisistaan riippumattomia, vaikka ne käytännössä esiintyvätkin samanaikaisesti. Jotta voisimme antaa mielen jollekin sen täytyy olla ensin olemassa tajunnassa. Viittaa tässä fenomenologian käsitteisiin esiymmärryksestä ja horisontista, joissa esiymmärtäneisyys tarkoittaa yksilön aikaisempia, subjektiivisia kokemuksia, havaintoja, ajatuksia ja käsitteitä. Horisontilla puolestaan tarkoitetaan yksilöstä

riippumatonta, reaalista, kokemus- ja havaintomaailmaa, jolla on olemassaolo ja jonkinlainen merkitys yksilöstä riippumattakin. Tällaisia ilmiöitä voivat olla vaikkapa luonnonilmiöt, kuten vuodenaajat, tai maantieteelliset seikat, ja biologian tieto ihmisruumiista. Yksilö siis tulkitsee kokemusmaailmaansa aina suhteessa esiyymmärrykseen ja horisonttiin, näin ollen tajunta pitää sisällään myös nämä ulottuvuudet, jotta uusi merkitys voisi syntyä tajunnassa. Tajunta edustaa eksistentiaalisen fenomenologian terminologiassa henkisen kokemuksen kokonaisuutta eikä sitä pidä sekoittaa metafysisiin käsitteisiin. Antaessamme siis merkityksen tajunnassamme olevalle, annamme oliolle, maailmassa olevalle, mielen. Näin ajateltuna musiikinkin on oltava ensin olioina olemassa, jotta voisimme saada siitä merkityksiä tajunnassamme. Sillä on oltava tajunnassa suhde horisonttiin, jota vaikkapa musiikin teoria edustaa, ja esiyymmärtäneisyyteen, jossa puolestaan yksilön henkilökohtaiset kokemukset musiikista ovat. Irrotettuna kokemuksesta musiikki voi situationaalisessa säätöpiirissä omata olioita tajunnallisessa, kehollisessa ja situationaalisessa ulottuvuudessa, joihin yksilö tai täälläolo antaa mielen ja siten tajunnan. On kuitenkin muistettava, että todellisessa elämässä kokemuksesta ei voi erottaa yhtäkään näistä ulottuvuuksista, kuten ei muitakaan tajunnan struktuureja, koska ne ovat aina samanaikaisesti läsnä. Kokemusmaailman struktuurit ja ulottuvuudet ovat eroteltavissa vain teoreettisessa mielessä. (Ks. myös Rauhala, 1989.)

Kun terapeutti ja asiakas ymmärtävät toisiaan heillä on yhteinen kieli, jonka avulla terapeutti antaa asiakkaalle terapeutin kokemuksen välittäessään empatiaa, ymmärrystä tai sympatiaa. Hoitaessaan psykoottista asiakasta terapeutti pyrkii symbolisella tavalla tyydyttämään asiakkaan tarpeita ja ymmärtämään tätä, jolloin hän samalla jakaa oman merkitysmaailmansa asiakkaan kanssa. Terapeutti ja asiakas puhuvat ikään kuin samaa kieltä, kun heidän välillä on ymmärtäneisyys, kuten Lesche (1978) mainitsee. Terapeutti myös työstää ja sitoo asiakkaan hänelle antamia merkityksiä sekä tajunnan että ympäristön semantiikkaa. Tehdessään näin terapeutti antaa yhteiselle hetkelle merkityksiä, jotka asiakas vastaanottaa, koska yksilön kokemusmaailma ei ole pelkästään oman minän sisällä vaan sisältää merkityksiä toisen minän alueelta sekä tajunnan alueelta, kuten mainittua. Ottaessaan vastaan terapeutin antamia merkityksiä asiakkaan mieli alkaa sisäistämisen eli introjektion avulla hiljalleen rakentua fragmenteista isommiksi yksiköiksi ja yhdentyviksi semanttisiksi kokonaisuuksiksi. Myöhemmin kuvaan tulevat rajatiloissa valikoivat samastukset ja

neurooseissa oivallukset merkityksistä, jotka vapauttavat esineellistävistä malleista, kuten oidipaalisista ihanteista. Kaikkia kehitystasoja edustavien ongelmien kanssa voi terapiaan myös liittyä asiakkaan omien merkitysten ymmärtämyksen lisääminen: psykooseissa tämä tarkoittaa vaikkapa oman itsen ja ulkomaailman erottamista, rajatiloissa omien ja toisen antamien merkitysten huomaamista ja neurooseissa itseä kahlitsevien kehitysmallien ja arvojen ymmärtämistä.



KUVIO 4. Terapeutin (T) ja asiakkaan (A) merkitysten kohtaaminen ja syntyminen osittain yhteisessä tajunnassa, jota kokonaisuus (neliö) edustaa.

Verbaalissa psykoterapiassa terapeutin ymmärrys, sanat ja yhteiset kokemukset antavat asiakkaalle mieltä rakentavia merkityksiä, jotka voivat olla kokonaan uusia tai aikaisempia yhdistäviä ja tukevia. Nämä sanalliset keinot pätevät luonnollisesti myös musiikkipsykoterapiaan mutta miten musiikilla tai taiteella voidaan antaa merkityksiä asiakkaalle? Monista asioista tuntuu varmasti itsestään selvältä, sillä useimmilla on hyvin voimakkaita muistoja erilaisista taidekokemuksista, jotka ovat vedonneet tunteisiin ja sisältäneet moninaisia, koskettaviakin merkityksiä. Taide ja musiikki ovat musiikkiterapeuttia ja asiakasta yhdistäviä tekijöitä, ainakin jossain mielessä, jonka semantiikkaa he jakavat. Asiakkaalle ja terapeutille voi syntyä samanlainen suhde taiteeseen ja musiikkiin kuin kahdella keskustelijalla on sanallisessa psykoterapiassa – taide toimii minuuksien ja merkitysten yhdistäjänä. Siinä kuin sanallisessa terapiassa asiakas ja terapeutti puhuvat yhteistä kieltä, jonka merkitykset avautuvat heille kummallekin, tai heillä on yhteisiä puheenaiheita, samankaltainen merkitysten avautuminen on mahdollista myös taiteen avulla: Musiikki, jota asiakas ja terapeutti improvisoivat on riittävän tuttua ja ymmärrettävää molemmille, niin että voidaan puhua musiikillisesta ymmärryksestä heidän välillensä. Samoin kuin keskustelussa tutut sanat ja ilmaukset välittävät kielen merkityksiä ymmärrettävästi osapuolelta toiselle toimivat

musiikin tutut rytmit, sävelet, tunteet, tyylit – musiikillinen ilmaisu – ymmärryksen lähteenä improvisaatiossa. Muulla taiteella on tietysti omat ilmaisukeinot, joiden samankaltainen jakaminen mahdollistaa ymmärryksen terapeuttisessa kanssakäymisessä. Musiikkiterapeutti voi siis ymmärtää puhdasta, taiteellista ilmaisua, joka ei kielen keinoin viittaa mihinkään eli musiikilla ei ole referentiaalista merkitystä, kuin kieltä. Ymmärrys ja sen myötä tapahtuva kommunikaatio eivät kuitenkaan tee vielä musiikillisesta ilmaisusta kieltä, vaikka sillä olisikin referentiaalisia merkityksiä, niin kuin helposti tunnutaan ajateltavan (Ahonen, 1993; Austin, 1996; Rolvsjord, 2001). Palaan musiikin ja kielen väliseen suhteeseen pian tarkemmin.

Musiikki voi puolestaan tehdä psyykkistä työskentelyä eri objektimerkityksineen asiakkaan puolesta, jolloin musiikki ollessaan siirtymä- tai itseobjektina toimii hyvänä objektina yksilölle (ks. Lehtonen, 1986; 1996). Luonnollisestikin tämä ajattelutapa edellyttää Tähkän mukaan sitä, että terapeutin mieli on aina asiakkaan mieltä asteen jäsentyneempi, jotta asiakas voisi kehittyä. Terapiatilanne sisältää myös sellaista tajunnallista materiaalia, joka jää merkitysten ulkopuolelle: toisin sanoen ei saa mieltä kummaltakaan. Terapeutin tehtävä on musiikkipsykoterapiassa jäsentää ja ymmärtää sitä asiakkaan ja musiikin semantiikkaa, joka jää asiakkaan mielen ulkopuolelle eikä siten eksistoidu hänen täälläolossaan.

Kuten muistamme täälläolevalla on aina pyrkimys johonkin eikä intentio avaudu kuin teon kautta, jolloin se saa välillisesti merkityksen eli mielen. Tällä tavoin myös taideteos voi toimia intentioiden ja merkitysten esille tuojana jopa sanattomasti, jolloin musiikkiin tai kuvaan liittyvä tunne ovat teoksen pohjimmainen merkitys, jolle yksilöllä ei välttämättä ole sanallista ilmaisua. Kuvan hahmot, värit tai sävellyksen melodiat ja soinnut ovat Cassirerin (1929/1957) mukaan intention ja ilmiön pintakerros, jonka avulla ne ovat kiinni maailmassa. Siis jos haluamme ymmärtää musiikkia tai taidetta meidän on päästävä käsiksi itse ilmiöön, joka avautuu kuvaan tai musiikkiin liittyvän tunteen avulla, johon ei kuulu teoksen ja pintakerroksen selittämistä vaan esiymmärrystä ja puhdas kokeminen. (Schaverien, *ibid.*)

Cassirer (1944) ei symbolisissa muodoissaan myöskään tarkastellut musiikkikokemusta kielellisenä ilmiönä vaan lähestyi kieltä ja musiikkia samanlaisen, symbolisen prosessin tuotteena, jossa yksilö sitoo ja pyrkii hallitsemaan kokemusmaailmaansa, jolla on

subjektiivinen ja myyttinen perusta. Kulttuurin, taiteen, tieteen jne. hän näki edustavan sisällyttämis–eriytymisprosessia, jolla yksilö sitoo tajunnallista kokemusmaailmaansa. Myyttinen ajattelu oli hänestä eriytymätöntä, maagista ajattelua, josta pikku hiljaa, ihmisen siihen kyetessä, ovat versoneet muut kehittyneemmät ajattelun muodot. Enää ihmiselle ei ollut tarpeen nähdä elottomia, luonnon olioita, animistisesti ja uskoa esimerkiksi ajattelulla voivan vaikuttaa luonnonilmiöihin ym. Myyttisellä ajattelulla on kuitenkin lähestulkoon aina osuutensa Cassirerin (1936/1979) mukaan niin taiteessa kuin tieteessä sekä muissa kulttuurin muodoissa.

Cassirerin symbolisilla muodoilla on mielenkiintoisia yhtymäkohtia psykoanalyysin symboliseen prosessiin, joka kuvaa merkitysten syntyä psyyken ja ruumiin tai ulkomaailman välillä. Tämä prosessi muuntaa ulkoiset ärsykkeet psyykkisiksi merkityksiksi, kuten kieleksi, musiikiksi, nuoteiksi, mielikuviksi. Mikäli symbolinen prosessi ei psykoanalyttisen käsityksen mukaan kykene sitomaan ulkoisista ärsykkeistä aiheutuvaa ahdistusta mielellisiksi merkityksiksi on mielen yritettävä tuhota nämä ärsykkeet puolustusmekanismien avulla, kuten kieltämisellä ja projektiolla. (Esim. Lehtonen, 1988/1997.) Cassirerin näkemys täydentää tätä dualistista ja mekanistista näkemystä merkityksistä: se tuo symboliseen prosessiin mukaan tilanteen, jota yksilö intentionaalisesti yrittää hahmottaa esiympäristönsä avulla. Näin, vaikka Cassirer itse ei käyttänyt näitä termejä; hänen käsityksensä mukaan erilaiset, symboliset muodot saivat merkityksensä ja ilmentymänsä hengen energiasta (Geist) kulloisenkin tilanteen ja tarpeen mukaan (Cassirer, 1936/1979; 1944).

### **5.1.1 Tajunnan suhde aivoihin**

Edellisessä kappaleessa jäi käsittelemättä kehollinen ulottuvuus situationaalisessa säätöpiirissä eli lähinnä aivojen suhde merkitysten synnyssä. Luovatko aivot tajuntamme? Rauhalan (1997a & b) ja Tähkän (1999) mukaan yksilön kokemusmaailman merkityksiä ei voi selittää yksinomaan aivojen toiminnalla, sillä aivot eivät luo tajuntaa. Aivot vain esimerkiksi välittävät ympäristöstä mieleemme syntyvät havainnot tajuntaamme – mieli luo siis tajunnan. Nähdessämme vaikkapa puun mieleemme konstituoi aivojen sähkökemiallisen toiminnan avulla havaintomme niiksi kokemuksi, mielikuviksi, jotka representoituvat tajunnassa. Siksi olisi

ontologisesti väärin nimittää vaikkapa ympäristöllisistä olosuhteista aiheutuvaa masennusta aivosairaudeksi. Rauhalan mukaan on luonnollista, että myös aivot voivat huonosti, mikäli yksilö altistuu paljon vaikkapa ympäristöstä tulevalle stressille. Tästäkin näkökulmasta katsottuna aivojen tilaa ei tuolloin voi pitää yksinomaan sairaana vaan lisäksi kuuluvaksi aivojen normaaliin reagointiin rasituksen alla.

Jos valitsisimme musiikkipsykoterapian tieteenteoriaksi pelkän luonnontieteen luoman kuvan ihmisestä syyllistyisimme karkeaan ihmisen olemassaolon redusointiin. Tilannetta voisi kuvata osuvasti Alasta (1997) mukailten vaikkapa taloustutkimukseen, joka tutkisi valuuttakurssien vaihtelua tai inflaatiota pelkästään analysoimalla fyysisen kappaleen, kolikon, rakennetta, väriä, muotoa jne. Vastaavanlainen errehän tapahtuu, jos tutkimme yksilön merkitysyhteyksien ongelmia pelkästään aivoja ja muita organismeja tarkastelemalla. Tällöinkin unohtuisi, niin kuin myös kolikkoa tutkittaessa, kulttuurilliset, sosiaaliset ja elämänolosuhteisiin liittyvät situationaaliset näkökulmat, jotka todella eniten vaikuttavat rahan arvoon ja myös syntyviin merkitysyhteyksiimme. Tietysti erilaisten aivovammojen ja -sairauksien tai orgaanisten kehityshäiriöiden kannalta tilanne on toinen, jolloin puolestaan puutteelliset ruumiin toiminnot synnyttävät merkitysvääristymiä. Tällöin myös niiden korostunut tutkiminen aivojen tai muun organismin kannalta on perusteltua.

Tähkän ja Rauhalan mukaan, vaikkakin heidän käyttämänsä kieli on erilaista, ei ole mahdollista kuitenkaan muuttaa yksilön vääristyneitä tai puutteellisia merkitysyhteyksiä pysyvästi aivoja manipuloimalla vaan muuttamalla kokemusmaailmassa, situationaalisessa säätöpiirissä, olevia merkitysyhteyksiä. Tämä on mahdollista empaattisesti ymmärtämällä asiakkaan olemassaoloa ja sen merkityksiä sekä välittää tämä ymmärrys terapeuttisina interventioina asiakkaalle. Näin ollen terapeutin ymmärrys mahdollistaa *korjaavat kokemukset* asiakkaan merkitysyhteyksissä. Seuraava kappale vie meidät kuitenkin taas syvemmälle mielen arkaaisiin lähtökohtiin ja niiden merkityksiin sen konstituojana.



## 5.2 Musiikki, kieli ja merkitykset itsen rakentajina

Erkkilän hypoteesi mielen kaoottisten fragmenttien jäsentymisestä musiikkiterapiassa terapeutin ja musiikin avulla on samankaltainen myös tässä tutkielmassa esitettyyn malliin siitä, miten terapeutti ja asiakas antavat mielen toistensa merkityksille sekä musiikin semantiikalle (Erkkilä, 1996, 64–68). Erkkilän kuvaamaa musiikkiterapiaprosessissa tapahtuvaa fragmenttien koostumista voidaan käyttää apuna pyrittäessä ymmärtämään, mitä Tähkä tarkoitti esimerkiksi empaattisella kuvailulla ja mitä tässä tutkielmassa on vaihespesifisestä terapiasta käyty läpi. Samoin kuin Erkkilän ja Bach-Karen (1985) malleissa musiikkipsykoterapiassa musiikki ja terapeutti vastaanottavat asiakkaan fragmentteja, joista olen käyttänyt nimitystä merkitykset, ja terapeutti palauttaa merkitykset asiakkaalle jäsentyneemmässä muodossa. Käytän tässä sanaa *merkitys* erityisessä tarkoituksessa kuvaamaan kaikkea inhimillistä olemassaoloa, joka voi täälläolossa ja tajunnassa ilmetä. Merkitys voi olla siis olemassa tajunnassa ilman, että se yksilön täälläolossa eksistentoituisi. Merkitys on myös tämän tutkielman yhteydessä pienin mahdollinen yksikkö, jolla täälläolo voi ilmetä: Pieninkin psyyken fragmentti sisältää siis merkityksen, koska jos näin ei olisi, niin fragmentti ei voisi olla tajunnassa, sillä ymmärrys ja mielen antaminen luovat tajunnan (Pulli, 1995, 53; Rauhala, 1974, 49). Asiaa voi ajatella myös niin, että mikäli pienimmälläkkin kokemuksellamme, fragmentilla, ei olisi minkäänlaista merkitystä, niin eihän siten niistä muodostuva kokonaisuuskaan voisi olla merkityksellinen. Tämä ei vastaa kokemuksiamme merkitysten synnystä, sillä merkityskokonaisuutta voidaan ajatella pienempien osien summana, koska emmehän voisi saada merkitystä tyhjästä, olemattomasta. Tässä en kuitenkaan väitä, että kaikki merkitykset aina olisivat fragmenttiensa summa vaan tietysti merkitys voi rakentua myös muilla keinoin, kuten muistamme kognitiivisesta psykologiasta ja gestalt-psykologiasta. Tässä suhteessa siis Erkkilän ja Bach-Karen oiva ja selkeyttävä näkemys mielen koostumisesta on hieman puutteellinen, vaikka Bach-Karen (ibid., 461) myöntääkin, että myös kaoottisilla fragmenteilla on merkitys mutta jota ei voi mielen hajanaisuudessa ymmärtää.

Puutteellisuus on itse asiassa seurausta psykoanalyysin perinteestä korostaa kielen merkitystä psyyken toimintojen määrittelyssä ja kuvailemisessa. Kielellisessä mielessähän primaariprosessin kaoottisuus voidaan nähdä ikään kuin “merkityksettömänä”, mikäli ajatteluna pidetään vain kielellistä toimintaa. Bach-

Karenkin tarkoittaa fragmenteilla sellaisia mielen elementtejä, jotka vasta tullessaan isommiksi yksiköiksi saavat representaation primääriprosessissa. Siten hän tekee erottelun vieläkin kaoottisemman esimelellisen olemassaolon ja primääriprosessin välillä. Jo *Freud* korosti kielen merkitystä piilotajunnan merkitysten avaajana ja kielen on aikaisemmin katsottu olevan psykoanalyysin piirissä korkeamman tason älyllistä toimintaa kuin vaikkapa musiikki. Musiikkiakin on psykoanalyysin historiassa luonnehdittu kieleksi, joka edustaa regressiivisempää toimintaa kuin puhuttu kieli. Musiikin ja taiteen sublimaationkin katsottiin tarkoittavan pelkästään regressiivisten halujen ja mielihyväteriaatteen symbolista tyydyttymistä taiteessa. Jos näin olisi, ei tässä tutkielmassa oletetut musiikilliset tulkinnat, empaattiset kuvailut ym. olisi siis verrattavissa puhutun kielen suomiin mahdollisuuksiin psykoterapiassa. Jostain syystä kuitenkin psykoanalyysin jo hylkäämä teoria musiikista varsinaisena kielenä on jatkanut elämäänsä aina näihin päiviin asti, vaikkakin siitä yhä symbolisena kielenä puhutaankin: Esimerkiksi Ahonen (1993), Austen (1996) ja Priestley (1994) esittävät musiikin kielenä psykoanalyttisen teorian yhteydessä. Myös Kennairin (2000a) paljon keskustelua herättänyt artikkeli nosti esiin kyseenalaistavasti käsityksen musiikista kielenä psykoanalyysin ja musiikkiterapian aloilla. Itse asiassa musiikkia tunnutaan helposti ajateltavan eräänlaisena kielenä, sen esimuotona ja jopa evoluution synnyttämänä kielen kehittymiseen liittyvänä apuvälineenä, vaikka ei viitattaisi psykoanalyttiseen teoriaan: Rolvsjord (2001) pitää musiikkia kielenä, koska se on merkityksellistä ja mahdollistaa kommunikaation terapiassa. Grinde (2000) ja Merker (2000) tarkastelevat musiikkia biologian ja evoluution muokkaamana kielen oppimisen välineenä ja Grinden artikkelin pohjalta syntynyt keskustelu, mukaan lukien Christensenin (2000) artikkeli ei juurikaan huomioi musiikin kulttuurillisia näkökulmia, jotka mielestäni vaikuttavat olennaisimmin musiikin syntyyn. Tästä olen heittä kritisoinutkin ja kiistänyt musiikin biologisen teorian kielen oppimisen välineenä, perustelen näkemystäni esimerkiksi *Cassirerin* filosofialla symbolisista muodoista (Alanne, 2001). Musiikin alkuperä ja sen merkitys evoluutiolle eivät kuitenkaan kuulu tämän tutkielman varsinaiseen aiheeseen, vaikka ne ovatkin mielenkiintoisia ja tärkeitä aiheita, joten en syvenny niihin tässä nyt sen enempää. (Lecourt, 1998; Noy, 1966–1967; Reister, 1996.)

Sittemmin sublimaation käsite on kuitenkin muuttunut tarkoittamaan viettienergian muokkautumista koko persoonallisuuden käyttöön, jolloin esimerkiksi musiikkiin tai

taiteeseen eläytyminen jalostaa yksilön itseä ja mahdollistaa siten korjaavan kokemuksen (Lecourt, *ibid.*). Heinz Kohut (1950/1978; 1957/1978) osoitti myös, että musiikkikokemus ei ole pelkästään id:stä ja primaariprosessista peräisin vaan voi sisältää myös egoa ja superegoa tyydyttäviä ominaisuuksia. Musiikin rytmin, melodioiden ym. ja äänimaailman hallinta tyydyttävät Kohutin mukaan egoa ja musiikin esteettiset ideaalit ja arvot puolestaan superegoa. (Ks. myös Reister, *ibid.*)

Viimeinen ongelma, joka liittyy musiikin merkityksiin ajatellen kasvamisen jatkumista vaihespesifisessä mielessä ja terapeutin ja asiakkaan välistä merkitysten vaihtoa on psykoanalyysin ajatus musiikista eräänlaisena kielenä (Noy, *ibid.*). Onkin totta, mikäli ajattelemme musiikin kielenä, että musiikillinen tulkinta ei olisi verrattavissa sanalliseen vastaavaan eikä muukaan terapeutin subjektien välinen merkitysten vaihto. Musiikki edustaa mielen arkaaista maailmaa, jossa ruumiillisuuden ja symbolisen rajat häilyvät. Musiikin kokeminen amodaalisesti ja vitaaliaffektien avulla on yksi osoitus tästä, samoin kuin musiikin merkitykset, jotka ilmenevät lähinnä elämyksellisinä tuntemuksina, joille ei voi asettaa sanallista merkitystä. *Amodaalinen kokeminen* on käsitteenä peräisin Sterniltä (1985), vaikka ilmiö sinänsä ei ole hänen keksimänsä. Amodaalisella aistimisella tarkoitetaan eri aistialueet ylittävää kokemista ja havainnoimista, jonka avulla kokija voi tunnistaa kyseessä olevan saman ilmiön: vauva tunnistaa vaikkapa näköaistin avulla suussaan pitämänsä tutin, jota ei nähnyt vaan ainoastaan tunsi. Tämä kyky on vauvalla käytössä jo hyvin varhain mikä viittaisi synnyntäiseen taipumukseen tällaiseen aistirajat ylittävään kokemiseen. Kaikkien aistien kohdalla vastasyntynyt vauva ei kuitenkaan tämän hetkisen tietämyksen mukaan vielä kykene amodaaliseen aistimiseen vaan esimerkiksi kinesteettisen aistin kehittyminen vie vuosia (Shaffer, 1993). *Vitaaliaffekteilla* tarkoitetaan myös Sternin mukaisesti erilaisia ihmisyyteen kuuluvia tuntemuksia, jotka ovat enemmänkin jännitteitä ja jotka koetaan eri aistialueilla samankaltaisesti: Musiikki voi olla räjähtävää, laukaisevaa, säikäyttävää, pistävää, riemastuttavaa jne. Ne poikkeavat kategorista tunteista, ilo, suru, viha jne., siten, että ne eivät ole luokiteltavissa yksistään tällaisiin tunteisiin vaan voivat kuvata kategoristen tunteiden laatuja. Sama vitaaliaffekti voi esimerkiksi sopia niin ilon kuin vihan tunteeseenkin: kummatkin tunteet voidaan kokea vaikkapa ryöpsähtävinä. Myös kuvat voivat luoda katsojassa vastaavankaltaisia, vitaaliaffektisia kokemuksia. Musiikin amodaalinen ja vitaaliaffektien avulla tapahtuva kokeminen on liitetty varhaiseen vauvan kokemusmaailmaan (esim. Ahonen-Eerikäinen, 1998; Erkkilä, 1996;

Pavlicevic, 1997; Stern, *ibid.*; Stige, 1999). Kuulijan on myös mahdollista ikään kuin kellua meressä musiikissa minkä kokemuksen on ajateltu olevan peräisin ajalta, jolloin itse ei vielä ollut eriytynyt. Palaamme vielä tähän vauvan kokemusmaailman merkityksellisyyteen musiikin ja musiikkipsykoterapian kannalta tarkastellessamme Winnicottin (*ibid.*) mukaista *huolenpitoa* (holding) niiden yhteydessä. (Kohut & Levarie, 1950/1978; Lehtonen, 1995; Välimaa, 1998.)

Meidän ei kuitenkaan tarvitse ajatella musiikkia kielenä, mitä se ei kielitieteilijöitten kielelle antaman määrityksen mukaan olekaan, jolloin vältymme asettamasta kieltä ja musiikkia verrantoon kielen ehdoilla. Itse asiassa syylistymme fenomenologisessa mielessä musiikin redusoimiseen ja yksinkertaistamiseen, kuten olen aikaisemmin esittänyt, mikäli tarkastelemme sitä vain kielellisestä näkökulmasta. Musiikin kokemus ja nautinto perustuvat sitä paitsi pitkälti nimenomaan sanattomiin elämyksiin ja tunteisiin, joille ei välttämättä löydy kielellistä ilmiä mikään juuri estää musiikkia olemasta kieltä (ks. Heidegger, 1935/36/1995). Musiikilla on syntaksi mutta se on vailla selkeää merkitystä ja musiikin muotoja ja rakenteita voidaan pitää merkityksistä avoimina. Tätä mieltä on esimerkiksi *Susan K. Langer* (1953); myöskään Cassirer (*ibid.*) ja Rauhala (1989) eivät pidä musiikkia kielenä. Langerin (1942; *ibid.*) mukaan musiikkia ei voi pitää kielenä, koska musiikilla ei ole yksiselitteistä, selkeää, merkitystä, kuten kielellä. Tästä syystä hän pitääkin parempana käyttää musiikin merkityksien yhteydessä sanaa ”import”, *sisältö*, sanan ”meaning”, *merkitys*, asemasta. Hän ei siis kuitenkaan näe musiikin olevan kokonaan ilman merkitystä vaan viittaa niiden kielestä poikkeavaan luonteeseen. Näin myös Cassirer ja Rauhala perustelevat eron kielen ja musiikin välillä ja yhdyn tässä heihin täysin. Langer määritteli musiikin esittäväksi taidemuodoksi (presentational form), kun taas proosa, runot ym. kuuluivat diskursiiviseen taiteeseen merkityksiltään: Tällä hän viittasi myös musiikin ei-kerronnalliseen luonteeseen verrattuna vaikkapa proosaan. Lisäksi hän tarkoitti esittävyydellä nimenomaan tapaa, jolla musiikin esittäjä tai kuulija sijoittaa omia tunteitaan ja merkityksiään musiikkiin. (Alanne, 2000a & b; 2001.)

Musiikkiterapian alalla Kennair (2000a & b) ja Rolvsjord (2001) ovat kyseenalaistaneet myös musiikin tarkastelun kielen näkökulmasta. Välimaa ja *Kristeva* tekevät eron semioottisen ja symbolisen välille, jolloin symbolinen edustaa juuri kieltä, jota ilman semioottinen, siis musiikkikaan, ei voi heidän mukaansa saada merkitystä. Välimaa

tuntuu siis olevan sillä kannalla, että huolimatta musiikin ei-merkityksellisistä piirteistä, niin itse musiikin kokeminen jollain tavoin merkityksellisenä vaatii avukseen kuitenkin kieltä. Tässä Välimaan käsitys on ristiriidassa esimerkiksi hänen toisaalta esittämän valtamerikokemuksen kanssa musiikin kuuntelun yhteydessä. Hänkin siis käsittää musiikin samankaltaisesti perinteellisen, jo vanhentuneen, psykoanalyysin näkemyksen mukaisesti. Oma käsitykseni lähtee kuitenkin siitä, että kieltä ei välttämättä tarvita merkitysten syntymiseen tajunnassa vaan merkitykset musiikissa syntyvät tunteenomaisen esiymmärryksen ja elämyksien (noesiksien) kautta. Musiikki on symbolinen muoto ja kokemuksen ilmentymä, jolla on Cassirerin tarkoittamassa mielessä myyttinen perusta. (Alanne, 2000b; Välimaa, 1998, 381–382.)

### 5.2.1 Symboliset prosessit Cassirerin filosofian näkökulmasta

Cassirerin (1944) filosofian valossa kaikki kokemukset elämän alusta asti ovat aina merkityksellisiä ja siten symbolisia: ihmisen kokemuksesta, representaatiosta, ei voida erottaa hänen näkemyksensä mukaan tilaa, joka ei olisi merkityksellinen, mikäli vain jonkinlainen edustus syntyy tajunnassa. Cassirer erotti merkityksistä kuitenkin *signaalit*, jotka esittävät vain pelkästään itseään ja yhtä merkitystä sekä *vertauskuvat*, joiden avulla sama merkki tai esine voi esittää ja merkitä myös jotain toista kuin itseään. Tällöin voimme puhua *metonymioista*, joissa jonkin toisen asian osalla voidaan antaa merkitys toiselle asialle. Cassirerin mukaan aivan pienen lapsen, esimerkiksi vauvan, kokemukset asioista ovat luonteeltaan signaaleja: sana äiti merkitsee vaikkapa pelkästään omaa äitiä eikä sillä vielä ole laajempaa, yleensäkin äiteihin, viittaavaa merkitystä. Winnicottilta (ibid.) tuttu siirtymäobjekti, lapsen riepu, lelu tai kirja, on kuitenkin Cassirerin filosofian valossa jo vertauskuvallista kokemista, jolloin riepu saa osaksi äidin merkityksen ja tuo lapselle siten samaa turvallisuuden tunnetta, jota äiti tuo läsnäolollaan. Tällöin vauvan mielessä merkitys ”äiti” on saanut jo hieman laajemman ja eriytyneemmän merkityksen hänen liittäessään sen merkityksen toiseen objektiin. Myöskin jo edellä viittaamani amodaalinen kokeminen puhuu sen puolesta, että lapsella on Cassirerin mukaisesti symbolinen kyky hyvin varhain ja ennen kielen ilmaantumista. Noin yhden kuukauden ikäisten vauvojen on jo havaittu kokeellisissa tutkimuksissa tunnistavan suussa pitämänsä tutin muodon vain nähdessään saman muotoisen tutin. Vastaavanlainen amodaalinen aistiminen kehittyy nopeasti tutkimusten mukaan

ensimmäisen puolen vuoden aikana. Tätä voidaan mielestäni pitää todisteena, että jo hyvin pienellä vauvalla on symbolisia prosesseja, sen pystyessä liittämään tuntoaistiin liittyvän muistijäljen ja merkityksen, tutin muoto suussa, näköaistin antamaan havaintoon ja merkitykseen tutin ulkomuodosta. (Shaffer, 1993, ks. myös uudempi laitos 1999.)

Cassirerin filosofian ja empiirisen lasten kehityspsykologisten tutkimusten kannalta tarkasteltuna on käsitykseni mukaan perusteetonta väittää, että symboliset kokemukset ovat ainoastaan liitettävissä kielellisiin kokemuksiin, kuten Välimaa ja Kristeva tekevät erotellessaan symbolisen ja semioottisen. Myöskin Stern (ibid.) määrittelee lapsella olevan symbolisen kyvyn vasta noin 18 kuukauden iässä kielen kehittymisen myötä. Rechartt (1987;1988; 1992) ja Lehtonen (1988/1997; 1996) ovat tarkastelleet symbolista kykyä psykoanalyttisen teorian näkökulmasta perinteellisestä, kielitieteellisestä näkemyksestä poiketen: He puhuvat symbolisesta prosessista, joka toimii ulkoisen ja sisäisen, ruumiin ja mielen, välimaastossa osallistuen kaikkiin kokemuksistamme syntyviin merkityksiin. Lehtosen (1988/1997) mukaan mielellä on kaksi mahdollisuutta joko sitoa ulkoapäin tulevat kokemukset ja stimulaatiot sekä niiden synnyttämä ahdistus mielen sisäisiksi merkityksiksi tai yrittää puolustusmekanismien avulla tuhota ulkoa tuleva vieras ja vaarallinen. Kieltäminen ja projektio ovat esimerkkejä defensesseistä, joita mieli käyttää ylipääsemättömän ahdistuksen välttämiseen ja hävittämiseen. Yksilön kokemusmaailma kulttuurin ilmentymineen, musiikki, taide, kirjallisuus jne., edustavat puolestaan psyykkisen sitomisen tuloksena syntyviä merkityksiä, jolloin mieli on pystynyt käsittelemään ahdistusta sublimoidusti. Recharttin, Lehtosen ja Ikosen (1992) käsitysten mukaan kaikki mielen edustus, representaatio, joka saa siis merkityksen kokemuksessa on symbolista: näin ollen kaikki merkit, nuotit, signaalit ovat symboleja ja yksinkertaisimpiakin muistijälkiä on pidettävä merkityksellisinä ja siten symbolisina.

Lehtosen (1996) ja Recharttin (1992) mukaan symbolisuus voidaan käsittää perinteistä kielellisiin kokemuksiin pohjautuvaa kokemista laajemmin siten, että symbolisuuden voidaan ajatella pitävän sisällään

- 1) ajallisesti sekä paikallisesti poissaolevan käsittelyn
- 2) merkkien käyttämisen ja taidon muodostaa niistä kieltä ja kirjoitusta

3) työkalujen tekemisen sekä käyttämisen ja kyvyn työn tekemiseen ylipäättänsäkin.

Vaikka Rechartt (ibid.) toisaalta puolustaakin mainittua Sternin (ibid.) käsitystä symbolisesta kyvystä, niin hän silti ehdottaa sitä laajempaa käsitystä symbolisuuteen. Hän perustelee näkemystään juuri minunkin mainitsemillani Winnicottin siirtymäobjekti-ilmiöillä, jotka ovat havaittavissa jo jälkimmäisellä puolella vauvan ensimmäistä ikävuotta sekä varhaisen amodaalisen aistimisen vertauskuvilla ja metonymioilla (Rechartt, 1987; 1988; 1992). Rechartt (1992, 193–194) vertaa symbolista prosessia ja symbolia sanoihin ”talo” ja ”rakennus” ja niiden sisältämiin merkityseroihin: Symboli edustaa hänen mukaansa tässä mielessä taloa, joka voidaan käsittää edustavan valmista kokonaisuutta, kun taas sana ”rakennus” voi merkitä myös taloa, joka on vielä keskeneräinen. Tässä suhteessa sana ”rakennus” voi kuvata symbolista prosessia, joka ilmentää symbolista kykyä mutta mikä ei ole vielä valmis ”talo”, symboli, Recharttin mielestä. Tässä mielessä siis Recharttin ja Lehtosen (1988/1997) mukaan voidaan olettaa, että symboliset prosessit vaikuttavat yksilön elämän alusta hänelle syntyviin merkityksiin. Olen tässä suhteessa samaa mieltä heidän kanssaan ja tämä sopii yhteen myös Cassirerin symbolisten muotojen filosofian kanssa, sillä myös sen mukaisesti voidaan ajatella symbolisuuden olevan läsnä yksilön elämässä sen alusta saakka. Lisäksi myös Cassirer näkee epistemologisessa teoriassaan tiedon, symbolien ja kokemusten eriytyvän myytiksi, taiteeksi, kieleksi ja tieteeksi. Samoin lapsen kehityksessä, kuten kielen oppimisessa, hän näkee tapahtuvan tätä samaa eriytymistä – sana äiti voi tarkoittaa myös muita naisia kuin omaa äitiä.

Rechartt perustelee myös käsitystään symbolisista prosesseista Langerin taidefilosofialla, joka perustuu nimenomaan Cassirerin symbolisten muotojen filosofiaan. Jaan siis näissä teemoissa käsitykset Recharttin, Lehtosen ja Iksen kanssa symbolisten prosessien luonteesta ja oletan heidän mukaisesti niiden olevan läsnä yksilön elämän alusta asti, tähänhän myös empiiriset kokeet vauvojen amodaalisesta aistimisesta viittaavat. Haluaisin kuitenkin kiinnittää huomiota yhteen heidän symbolisten prosessien teorian puoleen, joka mielestäni kaipaa parantelua. Nimittäin psykoanalyttinen käsitys symbolisesta prosessista ulkoisen ja sisäisen, ruumiin ja mielen välillä tapahtuvana toimintana. Mielestäni tämä käsitys symbolisesta prosessista on liian kapea-alainen ja mekanistinen sekä siten yksilön merkitys- ja kokemusmaailmaa redusoiva. Tämä kohta symbolisen prosessin yhteydessä on dualistinen ja jakaa ihmisen olemassaolon vain

ruumiilliseen ja mielelliseen ulottuvuuteen, vaikka näkeekin toisaalta niiden olevan samaa olemassaoloa; tämä onkin vielä teoriassa perusteltua. Mutta se, että teoria olettaa yksilön merkitysten syntyvän valmiin järjestelmän, toisin sanoen mekanismin, avulla ei ole pitkälle puolusteltavissa: Teoriahan katsoo merkitysten syntyvän ikään kuin automaattisesti ahdistuksen sitomisprosessina ulkoisen ja sisäisen välimaastossa, jolloin ylikuormittava ahdistus, liiallinen vaara, yritetään saada pois ulkoisen ja sisäisen välissä toimivan puolustuksen, defenssien, avulla. Ajatus on esimerkki myös luonnontieteille ominaisesta, *kartesiolaisesta dualismista* mikä ei ole nykyaikana enää mitenkään puolusteltavissa. Teoria näkee mielen ja ruumiin toimivan kuin kone mekanismien avulla. Lisäksi se olettaa tässä suhteessa *Descartesin* mukaisesti, että maailma on olemassa ikään kuin valmiiksi annettuna, josta tajunta tai mieli sitten löytävät suoraan kulloisenkin merkityksen. Tämän *Descartesin* käsityksen mukaan siten myös olisi olemassa yksilöstä riippumaton, ulkopuolinen, totuus, joka olisi ajattelun avulla löydettävissä, ilman että se sitä muokkaisi – ”ajattelen, siis olen”. (*Descartesista* ks. esim. Malik, 2000.)

Näinhän ei missään nimessä ole, vaikka naturalistinen tiede yhä vieläkin tuntuu näin ajattelevan; tähän palaamme vielä tarkemmin. Esimerkiksi Cassirer kehitti nimenomaan tieto-oppinsa symboleista kumoamaan tällaisia näkemyksiä, että tieteelliset käsitteet ovat objektiivisia käsityksiä maailmasta ja niihin ei ole tutkija ollenkaan vaikuttanut. Cassirerin symbolisten muotojen filosofian ja symbolisten prosessien lähtökohta on siis päinvastainen kuin tämän hetkinen, psykoanalyttinen käsitys symbolista prosesseista ja symboleista, jota Lehtonen, Rechartt ja Stern esittävät. Cassirer näki symbolisten muotojen, joita hän myös kulttuurillisiksi muodoiksi nimittää olevan ilmentymiä yksilön hengen energiasta (*Geist*); tällä hän ei viitannut uskontoon tai ylimaalliseen voimaan. Erilaiset, symboliset muodot ja prosessit pohjautuvat hänen mukaansa yksilön aiempiin kokemuksiin, johon kulttuuri vahvasti vaikuttaa. Siten taide, musiikki, kieli ja tieteelliset käsitteet ovat vain pintakerros ilmiöstä, jota sinänsä ei voi Cassirerin mielestä tavoittaa. Yksilön omat kokemukset osallistuvat aina siihen millaisen symbolisen muodon ilmiö saa eikä tästä kokemuksesta voida yksilöä tai tutkijaa Cassirerin mielestä kokonaan erottaa eli toisin sanoen sulkeistaa. Tässä suhteessa Cassirerin fenomenologia poikkeaa siitä, mitä fenomenologialla nykyaikana husserlilaisessa mielessä käsitetään. En näe kuitenkaan suuria esteitä, miksi Cassirerin fenomenologiaa ei voisi liittää esimerkiksi tässä tutkielmassa esiteltyyn ja käytettyyn



*Rauhalan* eksistentiaalisen fenomenologiaan, joka perustuu *Husserlin* ja *Heideggerin* filosofioihin. Myös Rauhalan filosofia, kuten Husserlin ja Heideggerinkin, vastustaa mekanistista ja yksilöstä riippumatonta merkitystä. Käsitteet situaatio, horisontti, esiymmärrys nimenomaan perustelevat käsitystä, jonka mukaan yksilön aiemmat kokemukset ja elämäntilanne jatkuvasti muokkaavat syntyviä merkityksiä ja siten myös tieteellisiä käsityksiämme.

Tässä valossa tarkasteltuna emme voi siis hyväksyä symbolista prosessia mekanistisena operaattorina, joka toimii ulkoisen ja sisäisen välissä vaan erillisinä tapahtumina, jotka saavat merkityksensä yksilön aiempien elämäkokemusten pohjalta. Ympärillä oleva kulttuuri ja yksilön situaatio vaikuttavat siihen, millaisen merkityksen kokemuksemme saavat tajunnassamme. Näin ollen merkitys ei synny pelkästään yhden yksilön mielen sisällä sen perusteella, miten hän pystyy selviytymään ulkoisista aistimuksistaan vaan syntyneisiin merkityksiin vaikuttaa aina ihmisen aiempi elämä, yhteiskunnan historia, arvot, luonnonlait jne. Ne vaikuttavat siihen millaisiksi esiymmärtäneisyyden, ajan ja horisontin perusteella havaintomme ja kokemuksemme muodostuvat. Nämä situationaaliset tai kulttuurilliset tekijät vaikuttavat siihen, minkälaisen kerroksen, toisin sanoen symbolisen muodon, ilmiöt saavat. Tällaista aikaan ja olemiseen suhteessa olevaa situationaalista tapahtumaketjua ei voida adekvaatisti kuvata minkään mekanismin kaltaisena prosessina, millainen kuva esimerkiksi psykoanalyttisesta teoriasta syntyy. Eksistentiaalisen fenomenologian avulla, mukaan lukien Cassirerin fenomenologia, on mielestäni mahdollista kuitenkin laajentaa psykoanalyttista ihmiskuvaa.

Langerin (1953) taideteoria, jolla Recharadt myös perustelee käsitystään symbolisista prosesseista perustuu siis, kuten jo mainittua, nimenomaan Cassirerin symbolisten muotojen filosofiaan, jonka kanssa hänen käsityksensä ovat sopusoinnussa: Langerinkin mielestä musiikki, kuvataide ja muut taidemuodot ovat symbolisten muotojen ilmentymiä, jotka saavat voimansa Cassirerin mukaisesti hengen energiasta. Langer käytti lisäksi termiä *dynaamiset muodot* taiteen symbolisista muodoista, joilla hän juuri viittasi tunteisiin ja elämyksiin, joita taiteet ilmentävät. Musiikkiterapian alalla Pavlicevic (1995; 1997) on käsitellyt niitä musiikin ja improvisaation yhteydessä; palaamme vielä niihin tuonnempana. Tämän tutkielman juuri esitettyjen perustelujen valossa esitän, että musiikki ei ole kieltä eikä sitä pidä sellaisena käsitellä vaan

itsenäisenä, symbolisena muotona, jonka merkitykset voivat olla hyvin monisyisiä. On kuitenkin muistettava, että musiikki voi sisältää myös kielellisiä merkityksiä, jotka taas ovat oman kaltaisia, kielellisiä, symbolisia muotoja. Tällaiset referentiaaliset, viittaavat, musiikin ja taiteen merkityksethän ovat hyvin tavanomaisia musiikin synnyttämässä mielikuvissa, joita ovat esimerkiksi erilaiset muistot ja assosiaatiot, joita musiikki herättää. Musiikkipsykoterapian tekniikoissahan nimenomaan hyödynnetään eri tavoin tätä musiikin ominaisuutta viitata itsensä ulkopuolisiin merkityksiin; niitä tarkastelemme enemmän, kun syvennymme erilaisiin musiikkipsykoterapian tekniikoihin.

Terapiassa musiikillisten, taiteellisten, ylipäättänsäkin kokemusten väkisin saattaminen sanalliseen muotoon ja julkituominen voisi olla asiakkaan kokemusten selittämistä ja esineellistämistä, jolloin taiteen merkityksiä koostava vaikutus ei synny asiakkaassa (Schaverien, *ibid.*). Musiikin taiturimaiset sävelkulut ja monisyiset harmoniat ovat kokemuksellisesti varmasti yhtä merkityksellisiä ja rikkaita kuin kielen ilmaisukeinot. Musiikin synnyttämät moninaiset visuaaliset ja kielelliset mielikuvat ja assosiaatiot sotivat myös sitä käsitystä vastaan, että musiikki olisi merkitysköyhää. Pitäessämme siis kielen ja musiikin erillään omina ilmiönä, joiden ilmaisumuoto on samankaltaisuuksista huolimatta erilainen, niin vältymme musiikin ja taiteen redusoimiselta sekä yksinkertaistamiselta ja voimme siten nähdä niiden merkityksen terapian kannalta.

Tässä luvussa olen eksistentiaalis–fenomenologisella analyysillä osoittanut, miten musiikkipsykoterapian vuorovaikutus rakentuu merkitysten varaan, joiden väliseen liikkeeseen terapeutin ja asiakkaan terapeutin suhde perustuu. Näitä merkityksiä terapeutti voi pyrkiä ymmärtämään eläytymällä asiakkaan kokemusmaailmaan ja välittämään tämän ymmärryksen hänelle. Terapeutin on mahdollista välittää tämä ymmärrys niin sanallisin keinoin, kuten tulkintoina, tai hän voi välittää ymmärryksensä taiteen suomien symbolisten merkitysten tai muotojen avulla. Seuraavassa luvussa tutkimme tarkemmin, millaisia nämä terapeutin ymmärryksen välittämisen keinot ovat verbaalissa psykoterapiassa ja musiikkipsykoterapiassa.

## 6 VAIHESPESIFISIÄ MUSIIKKIPSYKOTERAPIAMENETELMIÄ TERAPEUTTISEN YMMÄRRYKSEN VÄLINEINÄ

### 6.1 Musiikki huolenpitona

Edellinen luku osoitti, miten filosofisen analyysin mukaan musiikki ja taide voivat yhtäläillä välittää terapeuttisia merkityksiä, siinä kuin sanallinen kommunikointi psykoterapiassa. Olemme siis edenneet siihen vaiheeseen, että on tullut aika miettiä, millaisia olisivatkaan musiikkipsykoterapiaan soveltuvat terapiatekniikat ja -menetelmät vaihespesifiseltä kannalta. Musiikkia voidaan helposti käyttää huolenpidon luomisessa terapiassa, sillä musiikki on luonnostaan rauhoittavaa ja rentouttavaa. Sen alkuperä on myös itsen syntyvaiheissa eli siellä missä tapahtuu äidin välittävä huolenpitokin. Kohut ja Levarie (1950/1978) esittävät klassisessa artikkelissaan musiikkinautinnon alkuperän olevan vauvan varhaisessa ääniympäristössä ja siihen liittyvissä mielihyvän ja hallinnan kokemuksissa. Heidän mukaansa vauva kokee ensimmäiset kovat äänet hyvin pelottavina ja ahdistavana siinä määrin, että hänessä herää annihilaatioahdistusta. Myöhemmin, kun vauva oppii paremmin jäsentämään ympäröiviä ääniä hän kokee sen nautittavana, koska hän samalla käsittelee kovien äänien hänessä herättämää uhkaa. Kohutin ja Levarien mukaan meidän myöhempi musiikkinautinto perustuu tähän samaan varhaisen tuhoutumispelon hallinnan kokemukseen pystyessämme jäsentämään musiikin äänimaailmaa. Äänen hallintaa vaikkapa vauvan jokeltelussa voidaan tästä syystä pitää ehkäpä vauvan ensimmäisenä leikkinä. Muiksi musiikin tiedostamattomiksi nautinnon lähteiksi he kuvaavat vauvan imettämisen, missä suun kautta saatava mielihyvän tunne ja tyydytys, joka imettämistapahtumaan eri tavoin liittyy yhdistyy rauhalliseen tunnelmaan. Ympäröivät äänet, kuten äidin lempeä hyräily, yhdistyvät maidon kautta tulevaan oraaliseen nautintoon. Samoin äidin lämpö ja lapsen keinuttelu osallistuvat myöhemmän musiikkinautinnon syntyyn; keinuttelun assosioituessa esimerkiksi musiikin rytmiin. Vauvan imettäminen sisältää myös samankaltaisia jännitteitä musiikin kanssa: Kun vauva joutuu odottamaan rintaa tai maitopulloa ahdistus kasvaa hänessä pikkuhiljaa ja laukeaa yhtä äkkiä äidin antaessa maitoa. Lapsen saadessa maitoa hän rentoutuu nopeasti. Samalla tavoin musiikki voi sisältää teemoja ja jaksoja, joissa musiikin tunnelma ja jännite kasvavat suureksi, jonka jälkeen seuraa rauhallinen, hidas jakso jännityksen lauettua huippuunsa. Musiikki voi olla kuin

myrsky, jota seuraa tyyni sää, rauha ja auringonpaiste. (Kiitokset Sinkkoselle, 1997 elävästä imettämisen ja musiikin jännitteiden samankaltaisuuksien suullisesta kuvaamisesta.)

Vauvan varhainen kokemusmaailma sisältää myös amodaalisia kokemuksia hyvin varhain, jotka voivat olla juuri edellä kuvatun kaltaisia jännitteitä myös eli niin sanottuja vitaaliaffekteja. On mahdollista, että vauvalla on jonkinlainen synnynnäinen taipumus tällaiseen amodaaliseen aistimiseen ja vitaaliaffekteihin, joskaan sitä ei ole kokeellisesti pystytty vielä osoittamaan, vaikka Stern (1985) näin olettaa ja Recharadt (1992) vakuuttaa olevan. Tämähän tuli jo aikaisemmin käytyä läpi edellisessä kappaleessa, joten emme palaa siihen enää tässä yhteydessä enemmän. Se on kuitenkin selvää, että vauva kykenee mainitun kaltaiseen amodaaliseen aistimiseen hyvin varhain mikä tukee edellä kuvaamaani teoriaa äidin ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta musiikkinautinnon alkuperänä. Toki myöhemmät psykoseksuaaliset ja sosiaaliset kehitysvaiheet sekä epäilemättä muut elämäkokemukset vaikuttavat meille syntyvään musiikin kokemiseen. (Shaffer, *ibid.*)

Winnicott (*ibid.*) tarkoitti huolenpidolla äidin vauvan tunteisiin eläytyvää asennetta, joka samalla luo vauvaan turvallisuuden tunnetta. Äiti ikään kuin kannattelee vauvan erilaisia tunteita ja on aina riittävän lähellä tyydyttääkseen riittävästi vauvan tarpeita. Tässä yhteydessä Winnicott viittaa myös *riittävän hyvään äitiin* (*good enough mother*), jonka ei tarvitse olla täydellinen vaan tavallinen äiti, joka pystyy huolehtimaan lapsensa erilaisista tarpeista. Äiti voi myös peilata lapsen tunteita ja reaktioita huolenpidossaan; ikään kuin *virittäytyä* (*affect attunement*) lapsen tunnelmaan. Sternin (*ibid.*) käyttämä termi virittäytyminen sisältyi siten jo Winnicottin huolenpitokäsitteeseen (Alanne, 1999; 2000a). Winnicottin (*ibid.*) mukaan äidin huolenpito luo perustan vauvan itselle ja sen kehittymiselle, jolloin myös äidin ja lapsen välinen *potentiaalinen tila* alkaa kehittyä ja laajeta. Potentiaalisella tilalla Winnicott tarkoitti mahdollisuuksien ja mielikuvituksen maailmaa, joka luo mahdollisuuden kokea itse ja ulkomaailma erillisenä sekä hallita sitä. Äidin huolenpito ja virittäytyminen, lapsen tyydyttäminen, luovat vauvalle uskoa, että hän kykenee vaikuttamaan asioihin mielensä avulla mikä alkuun on kaikkivoipainen usko omiin kykyihin. Tästä syystä äiti ei Winnicottin mukaan saakaan olla liian täydellinen ja tyydyttää liikaa lapsen kaikkia tarpeita, jotta vauvalle ei syntyisi liiallista ja pysyvää kaikkivoipaisuuden tunnetta. Winnicottin mukaan potentiaalinen tila

ja sen mahdollistamat transitionaali-ilmiöt vaikuttavat läpi ihmisen elämän hänen suhteissa eri asioihin ja niiden erilaisiin merkitysmahdollisuuksiin. Taideteoksen merkitys on monesti paljon kiinni sen katsojasta ja kokijasta: tällöin teoksen ja kokijan välillä on myös potentiaalinen tila, jossa transitionaali-ilmiöt vaikuttavat syntyvään merkitykseen. Winnicott korosti, että kaikki luova toiminta perustuu läpi elämän siirtymäilmiöihin; ei vain taide. Itse asiassa Winnicott sai sysäyksen siirtymäobjekti-ilmiön käsitteeseensä tarkastellessaan samankaltaisuutta, miten luova taitelija katsoo työtään tai miten katsoja näkee taide-esineen (Hägglund, 1976/1991). Musiikkiterapian alalla siirtymäilmiöihin on luonnollisesti kiinnitetty paljon huomiota (ks. esim. Lehtonen, 1986; 1996 & Dvorkin, 1996).

Edellä kuvaamani itsen ja musiikillisen nautinnon kehittyminen auttavat meitä ymmärtämään, kuinka musiikki voi olla osa terapeutin huolenpitoa tai toimia ”huolenpitomusiikkina”, kuten itse olen sitä käyttänyt terapiossani. Musiikin rauhoittavuus sekä kyky kannatella ja sitoa tunteita pohjautuu siis varhaisiin lapsuuden kokemuksiin, jolloin miellyttävät, rauhoittavat ja tyydytystä suomat kokemukset assosioituivat ympäristön ääniin ja rytmeihin. Tässä mielessä rauhoittava musiikki on kuin äidin lämmin ja turvallinen syli. Amodaalinen aistiminen, joka lapsella kehittyy varhain sekä vitaaliaffektit tukevat tätä käsitystä. Myös musiikin kyky toimia siirtymäobjektina luo mahdollisuuden musiikin olla huolenpitomusiikkia ja näin ylläpitää turvallisuuden tunnetta.

Musiikkipsykoterapiassa musiikin avulla tapahtuva huolenpito voi olla vaikkapa improvisaatiota asiakkaan kanssa: Tällöin terapeutti ja asiakas voivat soittaa eri instrumenteilla ilmaisen ollessa vapaata. Asiakas voi purkaa erilaisia tunteitaan, kuten kiukkua ja surua, musiikkiin. Terapeutin tehtävä on virittäytyä asiakkaan kulloisiinkin tunteisiin ja ilmaisuun läsnäolollaan ja omalla soitollaan. Terapeutti ei säry, koe loukkaavana tai paheksu esimerkiksi asiakkaan soittoon purkamaa kiukkua vaan peilaa hänen tunteitaan ja soittoaan omassa soitossaan. Näin tehdessään hän kannattelee ja sitoo asiakkaan tunteita ja suo niille turvallisen mahdollisuuden purkautua sekä jäsentyä. Tämä mahdollistaa asiakkaan vähenevän tarpeen projisoida, kieltää tai muuten lohkoa omia, kielteisiä mielikuvia itsestään, itserepresentaatioita, itsen ulkopuolelle. Terapeutin huolenpidon ja apuisen toimimisen myötä, joka osin käsittelee asiakkaan itsen puolesta sille kuuluvia tehtäviä, kuten tunteiden säätelyä, mahdollistuu asiakkaalle

itsen ulkopuolelle sijoitettujen representaatioiden ja tunteiden uudelleen sisäistäminen – introjektio. Näin ollen terapeutti ja musiikki voivat luoda mahdollisuuden synnyttää asiakkaassa uusia itsen rakenteita ja muokata aiempia.

### 6.1.1 Musiikillinen huolenpito eri terapeuttien käytännön työssä

Itse olen käyttänyt musiikkia huolenpidossa psykooseista kärsineiden asiakkaiden kanssa Tähkän teorian mukaisesti. Tällöin olen esimerkiksi virittäytynyt ja peilannut asiakkaan improvisaatiota hänelle takaisin. Sovitin soittoni siten, että se ei esimerkiksi katkenut välillä, kun asiakas lopetti soittamisen. Samankaltaisesti olen käyttänyt musiikkia myös taustamusiikkina keskustellessani asiakkaiden kanssa, jolloin musiikki on muodostanut ”turvaverkon” keskustelullemme. Tällaista musiikin käyttöä huolenpidon välineenä olen nimittänyt *huolenpitomusiikiksi* (holding music) ja se kuvaa juuri musiikin kykyä kannatella asiakkaan tunteita ja luoda turvallisuuden tunnetta ikään kuin äidin huolehtiva läsnäolo. Musiikin voidaan tällöin ajatella symboloivan juuri äitiä. Toki terapeutin rooli huolenpidossa on tärkeä myös ja samankaltainen äidin ja sanallisen psykoterapeutin roolien kanssa. Terapiassa terapeutti ei kuitenkaan pyri matkimaan asiakkaan äitiä ja ottamaan täysin tämän roolin vaan terapeutin rooli on enemmän symbolinen. Tähkähän (1997) nimenomaan varoittaa tällaisesta imitaatiosta, koska yksilöllä on aina jo olemassa varhainen objektimielikuva äidistä, joka on aina ainutlaatuinen; sitä ei ole mahdollista kokonaan korvata. Mielestäni Tähkän perustelu on vakuuttavaa.

Esimerkkinä musiikin käytöstä huolenpitona voin mainita Pasiin tapauksen. Hän oli nuorehko mies, joka kärsi paranoidisesta skitsofreniasta. Tullessaan musiikkipsykoterapiaan hän oli jo avohoidossa eikä hänellä enää tietojeni mukaan ollut harhoja, epäluuloja ym. kyseiseen psykoosiin liittyviä niin sanottuja positiivisia oireita. Oireet olivat enemmän negatiivisia luonteeltaan eli vetäytymistä sosiaalisista kontakteista, puhumattomuutta ja elämässä ei tahtonut oikein olla aktiviteetteja. Lääkitystä ongelmiinsa hän käytti säännöllisesti. Koska Pasi ei ollut järin puhelias mutta piti kovasti soittamisesta ja oli siinä hyvin taitava soittaen useata instrumenttia hallitusti, niin terapian keskeiseksi menetelmäksi muodostui *kliininen improvisaatio*. Kliinisellä improvisaatiolla tarkoitetaan vapaata asiakkaan kanssa tapahtuvaa hoidollista

soittamista, missä ei ole asetettu taidollisia vaatimuksia vaan paino on vapaassa ilmaisussa. Pasi pystyi kuitenkin soittamaan todella taitavasti sekä rumpusetiä, bassoa että kitaraa ja hän vaikutti kaikin puolin olevan musikaalisesti lahjakas. Näin ollen, koska Pasi ei juuri halunnut keskustella terapiassa pääpaino olikin yhdessä soittamisella. Tuolloin peilasin hänen soittoaan takaisin hänelle hänen soittaessa vaikkapa sähköbassoa ja minä pianoa. Välillä vaihtelimme soittimia eri terapiakerroilla. Alkuun Pasi improvisaatio oli aika itsekeskeisestä eikä hän paljon kuunnellut, mitä minä soitin. Terapian edetessä kuitenkin virittäytyessäni häneen ja peilatesani hänen soittoaan sekä luomalla eri tavoin, kuten musiikin avulla, huolenpitoilmapiiriä hän alkoi vähitellen avautua. Pasiin soittoon alkoi tulla enemmän vuorovaikutusta ja hän selvästi kuunteli myös minun soittoani ja otti sen huomioon. Hänen soitossaan vaihtelivat eri tunnelmat kiukusta herkkiin ja surullisiin tunteisiin. Aggression ilmaiseminen ja siihen liittyvät tunteet vaikuttivat kuitenkin olevan hänelle vaikeampia.

Tällaisen improvisaation myötä Pasiin tunteet kuitenkin vapautuivat ja hänen oli helpompi ilmaista itseään niin soiton avulla kuin sanallisestikin. Joskaan ei hän terapian lopussakaan vielä hirveän puhelias ollut mutta myönsi sen olevan hänen ongelmansa, vaikka totesikin, että ei hän kovin puhelias taida olla ylipäätäänkään luonteeltaan. Tässä asiassa olimme sopusoinnussa ja kummallekin meistä jäi syksystä kevääseen kestäneestä terapiasta se vaikutelma, että siitä oli ollut Pasille apua. Pasiin ei esimerkiksi tarvinnut enää eristää tunteitaan mikä näkyi hänen koko olemuksensaakin rentoutumisena ja hänen elämäänsä vaikutti tulevan aktivoitumista hänen ruvetessa kokoamaan bändiä. Hän myös vaikutti päässeensä masennuksestaan, joka ilmeni aiemmin hänen jatkuvasti surumielisenä ja vetoavana olemuksena.

Musiikkina huolenpidossa olen käyttänyt niin rockia kuin klassista musiikkia. Pasiin kanssa improvisoidessamme se oli välillä voimakasta rock-tyyppistä improvisaatiota, joskin ilmaisu hänen kanssaan oli välillä myös hyvin paljon spontaania, valmiista tyyleistä vapaata. Kliinisessä improvisaatioissa hyödynsin *Pavlicevicin* (1997) tyylistä improvisaatiota, joka juuri on asiakkaan soiton ja tunteiden peilaamista pitäen sisällään asiakkaan soittoon synkronoituvan soiton, sitä osittain jäljittelevän soiton sekä hyvin vapaamuotoisen, refleктоivan soiton asiakkaan kanssa. Refleктоivassa soitossa asiakas ja terapeutti voivat soittaa hyvin erilaisia teemoja mutta soitossa on kuitenkin jotakin yhdistävää. Pasiin kanssa soittaminen sisälsi ulottuvuuksia kaikista näistä

improvisaatiotyypeistä. Palaamme myöhemmin tarkemmin Pavlicevicin mukaiseen improvisaatioon.

Huolenpitomusiikin valinnassa olennaista on se, miten se kannattelee ja vastaa asiakkaan kulloisiakin tunteita. Jos asiakas on kiukkuinen voi aggressiivinen musiikki, kuten raju rock, vastata tällaisiin tunteisiin. Surun kohdalla huolenpitomusiikiksi käy enemmänkin mollisävyinen musiikki kuten vaikkapa *Ravelin* Pavane pour une infante defunte. Tärkeää on myös, että musiikki on riittävän turvallisen tuntuista musiikkia asiakkaalle, tällaista voi olla vaikkapa riittävän tuttu musiikki, joka vastaa hänen aiempia kokemuksiaan ja musiikkimakua riittävästi. Huolenpitomusiikki ei saa olla liikaa asiakasta repivää, ahdistavaa, surua tuottavaa ym.; toisin sanoen liian ylitsekäypää, koska tällöin musiikki ei kannattele asiakkaan tunteita eikä siten myöskään auta sitomaan ja katartisesti purkautumaan vaikeita tunteita, kuten voimakasta surua. Lehtonen (1986;1996; 1993/2001) on kuvannut musiikin toimivan tällöin yksilölle *pahana objektina*, joka ei sido tunteita vaan edustaa enemmän kaoottista henkistä energiaa, joka ei sido yksilön kaoottisia fragmentteja. Musiikin ollessa pahana objektina musiikin aiheuttamaa kokemusta voidaan paremminkin kuvata hajottavaksi.

Musiikkiterapian alalla musiikkia käytetään jo winnicottilaisen huolenpidon välineenä: Sellaiset terapeutit kuin Jensen (1999) ja Summer (1998) ovat kuvanneet käyttävänsä musiikillista huolenpitoa työssään sopusoinnussa sen kanssa, miten minä sen Winnicottin (ibid.) mukaisesti käsitan ja olen edellä siitä esittänyt. Jensen (ibid., 50) kuvaa, miten hän tukee ja kannattelee musiikilla skitsofreniasta kärsivää nuorta miestä sekä yrittää luoda rakenteita hänelle. Jensen (ibid., 54–55) kertoo lisäksi, miten asiakas ja hän yhdessä muodostavat eräänlaisen ”esiverbaalisen symbioosin”, jolloin Jensen ilmaisee tapansa kohdata asiakas olevan huolenpidon omaisesti ”kuin äiti, joka kannattelee lastaan”. Summer (ibid., 448–449) kuvailee, miten GIM-terapiassa käytettävä musiikki valitaan *isoprinsiipin* mukaisesti, millä tarkoitetaan, että musiikki peilaa tällöin asiakkaan tunteita ja sisäistä tilaa. Tämä Summerin mukaan auttaa sitomaan asiakkaan tunteita ja kannattelee niitä. Hän vertaa tällä tavoin asiakkaassa syntyvää ymmärretyksi tulemisen ja luottamuksen kokemusta vastasyntyneen lapsen kokemukseen hänen ja vanhempien välissä olevasta siteestä, joka muodostuu ”fyysiseen kannattelun” myötä. Summer lisäksi vertaa musiikkiin sulautumisen kannattelevuutta



asiakkaassa siihen, mitä Winnicott tarkoitti huolenpidolla, joka on ”vanhemman ensimmäinen ja tärkein hoivatehtävä”.

Dvorkin (1996, 254) kuvaa, miten hän hyödyntää musiikin siirtymäobjektiomaisuutta terapiassa sekä kirjoittaa tapaustutkielmansa asiakkaan musiikkiterapian tavoitteeksi ”huolenpitoilmapiirin avulla hyväksyä hänen egon vahvistuminen ja hänen itsen autonomia”. Tapaustutkielmasta ei ikävä kyllä käy suoranaisesti ilmi, käyttääkö Dvorkin tietoisena tekniikkana musiikkia avuksi huolenpidossaan. Kuitenkin musiikin käyttö siirtymäobjektina, joka rauhoittaa ja johon raivo voidaan purkaa, kuten Dvorkin kuvaa voi olla yksi osa musiikillista huolenpitoa. Myös Austin (1996a & b) kuvaa, miten musiikki esimerkiksi laulun yhteydessä voi olla kannattelevaa sekä asiakkaan kuullessa terapeutin mukailevan laulullaan asiakkaan soittoa että itse lauletaessa. ”Laulun kannattelevan rakenteen sisällä tunsin oloni sisälletyksi ja tarpeeksi turvalliseksi antautumaan syntyviin aistimuksiin ja tunteisiin”, Austin (1996b, 32) kirjoittaa omaan laulamiseen liittyvästä terapeutisesta kokemuksestaan. Asiakkaiden kanssa Austin (1996a) käyttää myös kannattelevaa soittoa, joka luo ”sisällyttävän ilmapiirin” (containing environment). Hän esimerkiksi pyytää eräässä esimerkissä asiakasta improvisoimaan hyväksikäytetyksi tulemisen ja kiukun tunteensa, jota Austin peilaa kannattelevalla soitollaan (Austin, 1996b, 37).

Myös Priestleyn (1975; 1994) Analyytinen musiikkiterapia -mallissa on tekniikka nimeltään The holding technique, joka pitää sisällään hyvin samankaltaisia elementtejä oman käsitykseni mukaisen musiikillisen huolenpidon kanssa, joskin myös poikkeaa teoreettisesti siitä oleellisesti. Priestley (1994, 38) kuvailee tekniikkaansa: ”Sen on tarkoitus emotionaalisen ääni-ilmaisun kautta antaa asiakkaan kokea täysin hänen tunteensa sen huippuunsa asti terapeutin tukiessa tunteita musikaalisen matriisin avulla.” Priestley vertaa musiikin vaikutusta pienen lapsen raivonpuuskiin, jota seuraa itku, joka lopulta vaihtuu vilpittömäksi iloksi samalla, kun äiti tai vanhempi turvallisesti ja rakastavaisesti pitelee ja vartioi lasta. Samoin Bruscia (1987, 552–553) mainitsee ”holdingin” mutta ei kytke termiä Winnicottin vastaavaan kokemukseen, vaikka hänen kuvailemansa tekniikka sopii aiemmin kuvailtuun musiikilliseen huolenpitoon. Tekniikan kuvaus antaa kuitenkin sellaisen vaikutelman, että Bruscian kontekstissa ”holding” tarkoittaa kannattelua eikä siten mielestäni täydellisesti kuvaa Winnicottin (ibid.) termille antamaa merkitystä. Myös Priestley käyttää termiä

“holding“ vastaavankaltaisesti ja vertaa sitä äidin lapsen kannatteluun. Priestleyn holding-tekniikka ei siten mielestäni vastaa Winnicottin termille antamaa merkitystä vaan tarkoittaa enemmänkin konkreettista asiakkaan musiikin avulla tapahtuvaa kannattelua. Mielestäni ”kannattelu” sopisikin paremmin tämän Priestleyn sinänsä oivallisen terapiatekniikan suomennokseksi ja nimeksi, johon myös Bruscia (ibid.) kirjassaan viittaa.

Minä tarkoitan ”huolenpidolla” ja ”huolenpitomusiikilla” Winnicottin teorian mukaisesti tapahtuvaa vuorovaikutusta ja merkitystä persoonallisuudelle. Tarkoitin sillä myös kokonaisvaltaista asiakkaan tukemista, joka pitää sisällään sekä tunteiden että asiakkaan ilmaisun, improvisaation, kannattelua. Asiakas voi tällöin purkaa erilaisia tunteitaan vapaasti musiikkiin ja *potentiaaliseen tilaan* terapeutin ja asiakkaan välillä. Soiton on mahdollista olla hyvinkin aggressiota sisältävää, jolloin terapeutin on huolenpidossa ikään kuin kannateltava näitä tunteita, jotka pitkään jatkuessaan ja muuhun kuin musiikkiin kohdistuessa voisivat olla asiakasta liikaa kuormittavia sekä hallitsemattomasti tuhoavia. Priestley ei kannattelutekniikassaan viittaa ollenkaan Winnicottiin eikä vaikuta tässä yhteydessä suosittelleen voimakkaan ja liikaa asiakasta kuormittavan ilmaisun käsittelyä terapiassa; olen tässä eri mieltä hänen kanssaan. Tällaisen kuvan antaa Priestleyn (1994, 38–39) toteamus: ”Asiakkaan ilmaisu ei saa koskaan ylittää terapeutin ilmaisua, niin että asiakkaalle tulee tunne, että hänellä on terapeutti taakkana kannettavanaan.” Totta on, että terapeutti ei saa muodostua taakaksi asiakkaalle, sillä siinähan koko hoitoasetelma kääntyisi pääläelleen. Kuitenkin myös ahdistavien ja taakalta tuntuvien kokemusten käsittely kuuluu terapeutin huolenpitoon, jolloin myös asiakkaan soiton välillä ylittävä dynamiikka voi kuvastaa sitä, miten terapeutti on kykenevä turvallisesti virittäytymään asiakkaan tunteisiin. Toisaalta terapiatilanne ei saa olla jatkuvasti painostava ja uhkaava asiakkaalle, jotta huolenpitoilmapiiri niin musiikissa kuin ylipäätänsäkin säilyisi.

Mielestäni terapeutin huolenpitoon kuuluu terapiassa olennaisesti myös asiakkaan tuskaa tuottavien, kiukun ym. vaikeiden tunteiden läpikäyminen sopivassa määrin, koska siten asiakas voi oppia kohtaamaan ja käsittelemään uudella tavalla vaikeita tunteitaan, jotka usein ongelmien taustalla ovat. Näiden tunteiden ja kokemusten turvallinen läpikäyminen terapiassa voi olla yksi terapian päätavoite. On hyvä muistaa, että toinen Winnicottin (ibid.) käsite *siirtymäobjekti* on lapselle niin turvallisuutta luova

asia kuin kohde, johon äidistä eron aiheuttama turhautuminen ja kiukku voidaan purkaa. Näin ollen musiikillinen huolenpito musiikkiterapiassa pitää sisällään terapeutin ja musiikin toimimisen *itseobjekteina*, joiden avulla asiakas oppii käsittelemään tunteitaan ja ristiriitojaan sekä musiikin toimimisen siirtymäobjektina. Nämä osatekijät musiikkipsykoterapiassa antavat mahdollisuuden syntyä uutta, laajenevaa potentiaalista tilaa, joka ilmenee uusina merkityssuhteina ja kehityspotentiaaleina asiakkaan käsityksissä itsestä ja muista: toisin sanoen kehittyneempinä itse- ja objektirepresentaatioina.

### **6.1.2 Musiikillisen huolenpidon ja Priestleyn musiikillisen tunteiden kannattelun taustateorioiden ero**

Vielä yksi syy mikä tekee tärkeäksi erottaa Priestleyn kannattelutekniikka musiikillisesta huolenpidosta tai huolenpitomusiikista on se, että niillä yhtenäisistä päämäärästään huolimatta on ratkaisevasti erilaiset taustateoriat. Tähän on kiinnittänyt huomiota myös Rogers (1995) artikkelissaan: Priestleyn tekniikkaa nimitetään myös sisällyttämiseksi (*containing*) *Bionin* container-teorian mukaisesti. Winnicottin äidin huolenpito ei nimeä tällaista funktiota äidille, vaikka lopputulos on jokseenkin sama. Erona on se, että *Bionin* mukaan itsen rakentuminen tapahtuu äidin toimiessa vauvan erilaisten häneen projisoimiensa tunteiden säilyttäjänä ja käsittelijänä, josta vauva samastumisen avulla sisäistää nämä tunteet itseensä. Tämä tapahtuu *Bionin* mukaan *projektiivisen identifikaation* avulla. Winnicott puolestaan ei edellytä huolenpidossaan projektiivisen identifikaation kaltaista mekanismia eikä käytä koko käsitettä vaan hänen potentiaalisen tilan käsitteensä on osin tällaisen mekanismin tilalla. Jos käytämme yhtä aikaa sekä säiliö (*container*)- että huolenpitokäsitettä olemme pahassa teoreettisessa ristiriidassa, jossa kumpikaan käsite ei enää perustelisi tunteiden kannattelun ja itsen rakentumisen dynaamista alkuperää. Mikä saa alkunsa mistäkin? Kummatkin käsitteet olisivat siten vain lähinnä kuvaavia termejä sekä terapian että itsen rakentumisen kannalta mutta joilla ei tieteellisessä mielessä olisi lopulta minkäänlaista painoarvoa niiden ristiriidasta johtuen. Tästä syystä vain toinen taustateorioista voi olla oikea, vaikka kumpikin tekniikka samanlaisista päämääristä johtuen toimiikin käytännössä. Kysymys, joka vain askarruttaa tässä kohdin on, mistä syystä?

Itse en käytä ollenkaan projektiivisen identifikaation käsitettä, kuten ei myöskään *Tähkä*, vaan katson Winnicottin huolenpidon kuvaavan oikeammin tässä suhteessa itsen rakentumista. *Tähkä* (1997) on esittänyt vakuuttavat argumentit minkä takia käsite projektiivinen identifikaatio olisi syytä hylätä kokonaan johtuen esimerkiksi sen hyvin moniselitteisyydestä. Lisäksi teoria projektiivisesta identifikaatiosta on *Tähkän* perustelun mukaan myös väärä ja jota siis myöskään Winnicott ei edellytä omassa näkemyksessään.

Tieteenfilosofiselta kannalta katsottuna musiikillisen huolenpidon voidaan ajatella saavan perustansa yksilön esiymmärryksestä, jossa hänen kokemuksensa varhaisesta äiti-lapsi-suhteesta sekä aikuisten huolenpidosta ja niihin liittyvistä, ympäröivistä äänistä ovat. Nämä kokemukset musiikkiin liittyvässä esiymmärtäneisyydestä osallistuvat siihen, millaiseksi musiikin tietorakenne epistemologisessa mielessä muodostuu. Toisin sanoen mitkä aiemmat kokemukset vaikuttavat siihen, miten jäsenämme musiikin. Tähän tietysti kuuluvat musiikin kulttuurilliset aspektit ja niiden horisontti, symboliset muodot cassirerilaisessa mielessä. Tärkeätä osaa huolenpitomusiikissa näyttelevät nimenomaan kokonaisvaltaiset psyykkis-fyysis-sosiaaliset-kokemukset esiymmärryksessä: Vauvan varhaiset mielihyvää tuottavat ruumiilliset kokemukset äidin hoivasta pitävät sisällään nimenomaan kieltä sisältämättömiä edustuksia tajunnassa. Näin ollen musiikin rauhoittavuuteen ja mielihyvään liittyy vahvasti ruumiillinen aspekti musiikin esiymmärryksessä, johon ei liity sanoja. Tällaista kokemusta voitaneen kuvata termillä *noesis*, johon ei vielä liity täysin tietoista merkitystä tajunnassa. Musiikkiterapian alalla *Ruud* (1998) on korostanut musiikin ruumiillisen kokemisen merkitystä nimenomaan ei-sanallisen kokemisen osalta. Musiikillisessa huolenpidossa musiikkiterapiassa on otettava huomioon myös terapiasuhteen kokonaisvaltaisuus: Se pitää sisällään edellä mainitun ruumiillisen näkökulman lisäksi, johon terapeutin musiikki, kosketus, asiakkaan rentoutus patjalla ym. vaikuttavat, sosiaalisen ja psyykkisen aspektin. Sosiaalista näkökulmaa voimme tarkastella laajemman situaatio-käsitteen alla ja psyykkistä laajemman termin, tajunta, näkökulmasta. Ruumiilliset, tajunnalliset ja situationaaliset kokemukset musiikillisessa huolenpidossa vaikuttavat toisiinsa, joten sen asiakkaassa synnyttämä kokemus ei pelkästään perustu asiakkaan musiikkiin liittyvään esiymmärtäneisyyteen vaan myös hänen aiempiin kokemuksiin erilaisista ihmissuhteista. Näin ollen musiikkiterapiassa musiikilliseen huolenpitoon liittyy

olennaisesti se, miten asiakas tilanteissaan kokee terapeutin ja hänen soittamansa musiikin. Millaisia kokemuksia asiakkaalla on terapeutin käyttämästä musiikista tai minkälaisia assosiaatioita terapeutti hänessä herättää liittyen kokemuksiin omista vanhemmista? Musiikkipsykoterapiassa käytetään tavallisesti käsitettä transferenssi tarkasteltaessa tällaisia yksilön situationaalisia, menneisyyteen liittyviä, merkityssuhteita hänen tämänhetkessä tajunnassa. Näin ollen musiikillisen huolenpidon onnistumiseen liittyy vahvasti se, kuinka terapeutti kykenee luomaan turvallista ilmapiiriä, jonka perustana ovat asiakkaan varhaiset kokemukset äidin ja vanhempien huolenpidosta. Pystyykö musiikkiterapeutti riittävästi aktivoimaan tällaisia varhaiseen vuorovaikutukseen liittyviä mielikuvia ja representaatioita asiakkaan tajunnassa? Se on olennainen kysymys musiikillisen huolenpidon kannalta.

Näyttää siltä, että huolenpito musiikin avulla on musiikin avulla mahdollista sekä psykoanalyttisen teorian että eksistentiaalisen fenomenologian kannalta katsottuna. Huolenpitomusiikkia voidaan tieto-opillisesti täysin perustella näihin teorioihin vedoten, jotka saavat myös vahvistusta kokemuksista käytännön terapiasta ja vauvan amodaalisen aistimisen kokeellisesta tutkimuksesta. Musiikkia on huolenpidossa käytetty jo pitkään samankaltaisesti tässä esitetyn teorian mukaisesti, vaikka taustateoriat ovatkin olleet erilaiset. Näin ollen ei musiikkiterapeuteilla luulisi olevan suurempia vaikeuksia omaksua musiikillista huolenpitoa ja huolenpitomusiikkia yhdeksi tekniikoistaan Tähkän ja Winnicottin teorioiden mukaisesti. Tärkeätä on kuitenkin muistaa, että huolenpidolla tarkoitetaan kokonaisvaltaista terapeutin asennetta, jolla hän luo turvallisen ilmapiirin asiakkaan ympärille. Musiikin lisäksi huolenpitoon voivat siis kuulua esimerkiksi terapeutin empaattinen asenne, kosketus, pienten palvelusten tekeminen, keskustelu jne. Taustateoriaristiriita liittyen projektiiviseen identifikaatioon onkin sitten mutkikkaampi juttu, johon lienee vaikeampi löytää yksimielisyyttä. Vaihespesifisen teorian mukaiseen psykoosien ja rajatilojen hoitoon musiikin hyödyntäminen huolenpidossa näyttää sopivan täysin. Hyvä on kuitenkin muistaa, että sitä voi hyödyntää myös muunlaistenkin asiakkaiden kanssa; itse asiassa sen voidaan olettaa sopivan kaikille asiakkaille, koska se perustuu kaikille ihmisille ominaiseen kehitykseen ja minuuden muovautumiseen.

## **6.2 Musiikki empatian välittäjänä ja kuvaajana**

Ryhtyessämme tarkastelemaan musiikin ja taiteen mahdollisuuksia psykoanalyttisen, empaattisen kuvailun ja tulkinnan kannalta olemme paljon vaikeamman tehtävän edessä kuin perustellessamme musiikillista huolenpitoa. Tämä siitä syystä, että nämä tekniikat ovat tähän asti olleet psykoterapiassa pelkästään sanallisia tekniikoita. Empaattinen kuvailu ei lisäksi ole laajalti tunnettu käsite. Tulkinnallekin on psykoanalyysin piirissä monenlaisia määritteitä, joista joku voi mennä päällekkäinkin empaattisen kuvailun kanssa. Käsittelen kuitenkin niitä tässä tutkielmassa erillisinä tekniikoina Tähkän (1997) käyttämien määritelmien mukaisesti ja yritän pohtia, miten ne soveltuisivat hyödynnettäviksi taiteen avulla.

Tässä tutkielmassa olen jo aiemmin tarkastellut kielen, musiikin ja taiteen suhdetta toisiinsa nimenomaan siltä kannalta, voidaanko psykoterapian kielellisiä tekniikoita jollain tavoin rinnastaa taiteellisiin tekniikoihin. Tämä kielen, taiteen ja kokemuksen analyysi osoitti, että kieltä ja taidetta voidaan pitää erillisinä, symbolisina muotoina, joilla on kuitenkin samankaltainen, merkityksiä sisältävä, pohja esiyymmärtäneisyydessä. Tämä juuri mahdollistaa kielellisten ja taiteellisten psykoterapiatekniikoiden tutkimisen niiden välittämien merkitysten avulla. Nimenomaan empaattisen kuvailun ja tulkinnan kohdalla tällainen tieteenfilosofinen analyysi on tärkeää, jotta voimme relevantisti tarkastella kohteitamme tavalla, johon empiirinen tutkimus ei yksinään pysty. Filosofinen tutkimus ei Rauhalan (1974) mukaisesti voi korvata empiiristä tutkimusta mutta ilman filosofista analyysia tutkittavan kohteen luonteesta ja tietorakenteesta emme voi perustella empiirisen tutkimuksen synnyttämän tiedon paikkaansa pitävyyttä: perustuvatko esimerkiksi musiikkipsykoterapian vaikutukset niihin teorioihin ja käsityksiin, joiden oletamme olevan vaikutusten takana?

### **6.2.1 Musiikin ja itsen samanmuotoisuus musiikkiterapian, psykoanalyysin ja filosofian näkökulmista**

Musiikkiterapian alalla humanistisesti suuntautuneet terapianäkemykset ovat edustaneet käsityksiä, että itse ja musiikki ovat isomorfisia eli samanmuotoisia (ks. esim. Aldridge, 1989; Ansdell, 1991; Bruscia, 1987; Ruud, 1998). Tämä mahdollistaa musiikillisen

improvisaation tulkinnat siten, että musiikissa havaitut erilaiset poikkeavuudet tai häiriöt voidaan tulkita suoranaisesti ”patologisiksi” asiakkaan kannalta. Tällaiseen ajatteluun perustuu esimerkiksi yksi tunnetuimmista musiikkiterapiamalleista eli Nordoff-Robbinsin *Luova musiikkiterapia* (Creative Music Therapy). Terapiamallissa ei käytetä kieltä yleensä ollenkaan terapeutin ja asiakkaan välisessä kommunikaatiossa vaan vuorovaikutus tapahtuu pääasiassa musiikin ja vapaan improvisoinnin muodossa. Musiikin temmon arvioinnissa patologisiksi piirteiksi nopeissa tempoissa on määritelty ”hermostuneisuus”, ”kireä”, ”hyperaktiivinen”, ”yli-innostunut”, ”pakonomainen”, ”ajautuva” ja ”pakeneva”. ”Normaaleja” ovat esimerkiksi puolestaan ”aktivoitunut”, ”valpas”, ”iloinen”, ”leikkisä”, ”innostunut” jne. (Bruscia, *ibid.*, 41.)

Myös Ansdell (*ibid.*) on käyttänyt asiakkaan improvisaatiota ja siinä esiintyviä kaavamaisuuksia kuvaavissa kartoissa jaottelua, jossa asiakkaan improvisointi määritellään joko negatiiviseksi tai positiiviseksi. Vaikka Ansdell edustaakin mainittua Luova musiikkiterapia -mallia, niin hän ei käytä ilmaisua ”patologinen” tulkinnoistaan. Enemmänkin hän keskittyy fenomenologisesti kuvaamaan improvisaatiota ja vastaamaan kysymykseen, ”mitä”? Fenomenologisen terapian ollessa kyseessä Luovan musiikkiterapian kohdalla onkin hieman omituista, että käytetään biolääketieteellistä käsitettä ”patologinen” ilmaisemaan poikkeavaa tai ehkä häiriintynyttä improvisaatiota ikään kuin kyseessä olisi joku fysiologiseen sairauteen verrattavissa oleva tauti. Lisäksi ”patologinen” termi viittaa lääketieteellisessä mielessä siihen, että epänormaalius olisi lokeroitavissa ja diagnosoitavissa luonnontieteellisten menetelmien mukaisesti. Tällaistahan juuri humanistinen ihmistutkimus ja fenomenologia kyseenalaistavat, joten omasta mielestäni käsitteen ”patologinen” käyttö improvisaation analyysissa on liiallista asioiden yksinkertaistamista ja kvasitieteellistä kielenkäyttöä (ks. Puhakainen, 1999; Rauhala, 1989; 1997a). Negatiiviseksi improvisaatiossa Ansdell (*ibid.*, 23) kuvaa esimerkiksi ”strukturoidottoman”, ”kaoottisen rytmin”. Strukturoimaton voi olla kuitenkin Ansdellin mielestä myös positiivista, jos se on vaikkapa ”rytmistä vapautta”. Positiivinen, ”pysyvä” improvisaatio voi myös hänen mukaansa olla negatiivista, kun se ilmenee ”kroonisena pysyvyytenä”.

Kaiken kaikkiaan Ansdellin improvisaation arvioinnissa korostuu yksilöllisyyden huomioon ottaminen sekä asiakkaan että terapeutin näkökulmasta: Ansdell (*ibid.*, 27) toteaa kehittämistään kartoista improvisaation arviointiin, että ”Mutta sellaista asiaa ei

ole olemassakaan kuin objektiivinen kartta – –”. Kartat ovat hänen mukaansa valikoivia ajatusrakennelmia, jotka voivat viedä terapeutin sekä oikealle tielle että harhaan. Kartta, eräänlainen kuvaus siis, ei ole sama kuin kartalla esitettävä alue, improvisaatio; yksilön olemassaolo, kuten Ansdell korostaa. Tällainen käsitys vastaa paremmin kuin ”patologinen” sitä käsitystä, jota fenomenologia ja eksistentiaalinen fenomenologia esittävät yksilöstä ja hänen olemassaolostaan. Improvisaation määrittelyssä negatiiviseksi tai positiiviseksi on syytä olla varovainen, sillä Ansdellin mukaisesti positiiviset elementit improvisaatiossa voivat olla jonkin asiakkaan kohdalla, hänen situaatiossa, vastakkaisia eli negatiivisia. Yksilön kokemusmaailmaa ei voida improvisaatiossa siis jakaa mekaanisesti ehkä joidenkin asiakkaiden kannalta osuvien käsitteiden mukaisesti kaikkien kohdalla patologiseen ja normaaliin. Tällaista naturalistiselle käsitykselle ominaista jyrkkää jakoa ei voi humanistisen ihmiskuvan ja eksistentiaalisen fenomenologian mukaan olla.

Myös Aldridge (ibid.) korostaa itsen ja yksilön olemassaolon erottamatonta yhtenäisyyttä. Hän näkee olemassaolon ”holistisena” kokonaisuutena, jossa ruumiillisilla värähtelyillä ja biorytmeillä on samanmuotoiset vastaavuutensa yksilön minuudessa ja musiikissa. Tämä sopii yhteen sen kanssa, mitä esimerkiksi Rauhalan (1989) holistinen ihmiskäsitys olettaa yksilön olemassaolosta. Ruud (ibid.) on samoilla linjoilla Aldridgen kanssa pitäessään tärkeänä musiikin sekä ihmisen ymmärtämisessä ”orgaanisen”, ”persoonallisen” ja ”sosiaalisen” näkökulman huomioimista. Ruudin (ibid., 29) mukaan musiikillisessa improvisaatiossa syntyy musiikillinen identiteetti ”– – paljolti samassa merkityksessä kuin persoonallinen identiteetti improvisoidaan ja kerrotaan.” Hän vertaa siis musiikillista improvisaatiota elämään ylipäättänsäkin ja näkee kummankin sisältävän samankaltaisia suunnitelmia, riskien ottamista, kriisien kohtaamista, pettymystä, tyydytystä ym.

Psykoanalyttisessa kirjallisuudessa esimerkiksi Rechartt (1987) edustaa näkemystä, jonka mukaan itse on isomorfinen musiikin kanssa. Hän katsoo musiikillisen ajattelun tuovan järjestystä ruumiillisen viettienergian, Eros ja Thanatos, tuomaan paineeseen. Musiikissa on myös samankaltaisia jännitteitä ja asioita, joita ihmiset käsittelevät terapiassa. Musiikki onkin Recharttin mielestä verrattavissa kielen pyrkimykseen antaa kognitiivisessa mielessä merkitys psyykeen kaottiselle ainekselle, jonka pohja on ruumiillisessa levottomuudessa ja paineessa. Myös Rechartt näkee Aldridgen tavoin



samanmuotoisuutta elimistön ja musiikin rytmien välillä, joka juuri hänen mukaansa on yksi syy musiikin rauhoittavuuteen rytmin tuodessa järjestystä kaoottisuuteen. Mutta Rechartt löytää isomorfisuutta myös musiikin ja lapsuuden kokemusten sekä sosiokulttuurin välillä: Esimerkkinä lapsuuden kokemuksesta vaikkapa Winnicottin transitionaali-ilmiot ja niiden sadunkaltainen leikin maailma, joka on löydettävissä musiikista ja taiteesta. Lisäksi hänen mukaansa äidin ja lapsen välinen vuorovaikutus eron äidistä aiheuttamane ahdistuksineen ja jälleennäkemisen riemuineen sisältää samoja jännitteitä kuin lapsen leikki tai musiikki. Yhdessäolon, yksinäisyyden, riemun ja surun tunteita voidaan jäsentää niin leikissä kuin musiikissakin ja kokea niiden erilaisissa rytmeissä. Musiikki on siis oudon ja uhkaavan sekä tutun ja turvallisen hallittavaa jäsentämistä musiikin eri elementteihin: Säveltäjä voi koostaa teoksensa yleisölle ja hänelle itselle tutuista, musiikillisista teemoista ja ratkaisusta sekä uusista ratkaisusta, jotka ovat kuulijalle outoja. Näin hän tasapainottelee riittävän tutun ja turvallisen ilmaisun välillä sekä uhkaavien, uusien ilmaisujen välillä. Kyseessä on siis pyrkimys eräänlaiseen, rytmiseen mielihyvän ja ahdistuksen sopusointuun, joka on kuitenkin kokoajan elävä tila tai prosessi.

Edellisellä näkemyksellä on vahva perustansa Kohutin ja Levarien (ibid.) sekä Kohutin (1957/1978) näkemyksissä, joita käsitelimmekin jo tarkemmin musiikillisen huolenpidon yhteydessä. Musiikki sisältää Kohutin mukaisesti idin, egon ja superegon jännitteitä sekä primaari- ja sekundaariprosesseille ominaista dynamiikkaa. Näin ollen se Recharttin esittelemällä tavoin kuvastaa itselle tyypillistä adaptoitumista ulkoa ja sisältäpäin tulevaa stimulaatiota kohtaan. Yleensäkin Kohutin (1971/1987) psykologia itseobjekteista vahvistaa käsitystä musiikin ja itsen samanmuotoisuudesta, sillä itseobjektithan nimenomaan ovat Kohutin mukaan sellaisia objekteja, joissa jokin osa itseä nähdään yhteensulautuneena jonkin esineen tai ilmiön merkitykseen. Kohutin käsityksen mukaan itse rakentuu tällaisista, narsistisista itseobjekteista, johon liittyy erilaisia lapsuuden kehitysvaiheita sekä niitä vastaavia lapsen tapoja kokea äiti, vanhemmat ja ympäröivä maailma. Kohut korostaa lapsen narsistista tasapainoa itsen kehittymiselle, jolloin lapsen täytyy saada riittävästi huomiota osakseen kehittääkseen normaalin itsetunnon. Huomio ei saa kuitenkaan olla ylenpalttista, sillä silloin lapsi voi Kohutin mukaan sisäistää omat grandioottiset itseobjektimielikuvansa, jotka hän on sijoittanut ympäristöönsä. Tällöin yksilön minuutta voivat korostaa ylenmääräiset kuvitelmat itsestä ja omista kyvyistä sekä objektisuhteiden itsekkyyys. Normaalissa

narsistisessa kehityksessä yksilön käsitykset ovat kuitenkin kutakuinkin sopusoinnussa hänen ympäristönsä käsityksien kanssa ja hänellä on hyvä itsetunto eikä sosiaalisia suhteita leimaa itsekeskeisyys. Kohutin (ibid.) mukaan musiikki ja harrastukset voivat olla yksilölle tärkeitä itseobjekteja ja itseobjektit ovat hänen mukaansa merkityksellisiä minuuden kehityksen tukijana läpi ihmisen elämänkaaren. Näin ollen musiikki ja taide voivat sisältää yksilön itsen kannalta tärkeitä merkityksiä ja samanmuotoisuuksia. Tämä mahdollistaa vaikeiden itseen liittyvien tunteiden, ongelmien ja ristiriitojen työstämisen musiikin suoman itseobjektin avulla, kuten Lehtonen (1986; 1996; 1993/2001) on useasti tuonut esille. Musiikki toimii tällöin niin sanottuna *hyvänä objektina*, jolloin psyykinen työskentely voi tapahtua myös yksilölle tiedostamattomasti.

Edellä kuvattua psyykkisten prosessien ja musiikin samankaltaisuutta tukee myös Cassirerin (1929/1957; 1944) filosofia symbolisista muodoista: Sehän nimenomaan esittää tietämisen muodostuvan yksilön aiempien kokemusten ja merkitysten perusteella eikä valmiista olioista. Myös Cassirerin käsitys siitä, miten vanha tieto edustaa tuttua ja turvallista, jota sen vuoksi vaalitaan, kun taas uusi tieto koetaan uhkaavana, vastaa psykoanalyttisia käsityksiä mielen rakentumisesta. Primaariprosessihan edustaa psykoanalyysissa mielihyväperiaatetta, jolle kaikki tuttu ja turvallinen edustaa varmaa tyydytystä. Sekundaariprosessi puolestaan toimii realiteettiperiaatteen mukaisesti, joka pyrkii sitomaan ahdistusta, joka liittyy itselle mielipahaa aiheuttavaan uuteen ja järjestäytymättömään tietoon. Cassirerkin (1944) erotti kaksi vastakkaista voimaa, jotka vaikuttavat tiedon rakentumiseen: eriyttävän ja sisällyttävän pyrkimyksen. Pyrkiminen tiedon eriytymiseen oli Cassirerin mukaan edistyksellistä uuden tiedon käsittelyä tajunnassa. Sen vastakohtana on pyrkimys sisällyttää kokemus vanhaan tietoon ja uuden poissulkeminen. Kieli ja tiede ovat esimerkkejä symbolisista muodoista, jotka pyrkivät erittelemään, siis eriyttämään, tietoa ja johtavat siten uuteen tietoon. Sisällyttämällä taas on perusta maagisessa ja myyttisessä ajattelussa, jonka näkökulmasta kaikki uusi koetaan pelottavana.

Maagisessa ajattelussa syntyy myyttejä, kertomuksia esimerkiksi vanhoista ajoista, jotka ovat juuri tiedon sisällyttämistä. Maagisessa ajattelussa tabujen, vanhojen sääntöjen, rikkominen merkitsee usein rangaistuksena kuolemaa. Koska subjekti ja objekti ovat maagisessa ajattelussa eriytymättömät, niin esimerkiksi esineet voidaan kokea animistisesti eli esineellä voidaan ajatella olevan myös henki. Näin ollen

vaikkapa jonkun henkilön hius voi maagisessa rituaalissa pitää sisällään sen kantajan hengen. Kokemuksen sisällyttäminen vanhaan on siis pyrkimys tietoisesti tai tiedostamatta välttää myyttiselle ajattelulle tyypillisellä tavalla tabun rikkomisesta seuraavaa rangaistusta, kuolemaa. Uusi asia voidaan kokea tämän vuoksi ahdistavana ja pelottavana, koska siihen liittyy myyttiselle ajattelulle tyypillinen jäännös tabun ja kuoleman pelosta. Kuten muistamme kehittyneinkin symbolinen muoto, siis vaikkapa tiede, pitää aina sisällään myyttisen ajattelun kerrostuman, joka on Cassirerin mukaan siis ihmiselle tyypillinen ajattelun muoto. Tähän liittyy hänen mukaansa myös se vastustus, mitä uusi tieto usein kohtaa.

Vastustukseen, joka liittyy niin psykoanalyysiin kuin eksistentiaaliseen fenomenologiaan palaamme vielä tuonnempana. Sekin kuitenkin kuuluu mielestäni siihen isomorfisuuteen, jota itse ja musiikki omaavat. *Heideggerin* (1927/2000) mukaisesti yksilön täälläolo pyrkii aina ilmentymisessään vastustamaan eksistoitumistaan ja siihen liittyvää huolta tai ahdistusta, joka kuoleman muodossa varjostaa jatkuvasti olemassaoloa. Tämän vuoksi täälläolo ei Heideggerin mukaan koskaan tule sellaisenaan esille vaan kätkeytyy tietämisen kerroksien alle, koska täälläolo pyrkii aina välttämään puhtaaseen olemassaoloon liittyvää huolta (*Sorge*), joka juuri on hajottava tila johtuen tyhjyyden tunteesta, joka on sille luonteenomaista. *Freud* puolestaan käytti termiä vastustus jo aiemmin huomattessaan, että itsellä on taipumus vastustaa muutosta, joka voisi olla yksilön kannalta edullistakin. Näyttää kuitenkin selvältä, että myös vastustus liittyy itsen, musiikin ja ylipäättänsäkin taiteen samanmuotoisuuteen. Uusi musiikki ja taidehan tunnetusti kohtaavat monesti rajua vastustusta; näin esimerkiksi *Schönbergin* musiikki aikoinaan tai rock 'n' roll -musiikki 1950-luvulla (Kohut, 1957/1978).

Olemme tulleet nyt siihen vaiheeseen, että voimme turvallisesti olettaa, että itse, musiikki ja taide ylipäättänsäkin ovat riittävän samanmuotoisia ja voivat siten myös kokemuksellisesti välittää samankaltaisesti merkityksiä yksilöltä toiselle. Tätä merkitysten vaihtoa olen jo kielen, musiikin ja merkityksen kannalta tarkastellutkin, joten edellä esitetty psykologis–filosofinen perustelu puolin ja toisin täydensi syntynyttä kuvaa taiteen ja itsen isomorfisuudesta, niin sen sisältämien dynaamisten jännitteiden kuin merkitystenkin osalta. Tämä oli välttämätöntä, jotta voimme nyt adekvaatisti tutkia seuraavaksi musiikkiterapian käytännön menetelmiä empatian välittäjänä ja kuvaajana,

joita Tähkän teorian mukainen tekniikka empaattinen kuvailu edellyttää. Seuraavassa kappaleessa jatkamme tältä pohjalta oivallusten syntymisen ja tulkinnan tarkastelua musiikkiterapian käytännön tekniikoiden kannalta.

### 6.2.2 Empaattiseen kuvailuun soveltuvia musiikkiterapian käytännön menetelmiä

Musiikkiterapiassa on hieman yllättäen jo käytetty musiikillisena tekniikkana *Luovassa musiikkiterapiassa* sellaista tekniikkaa, jonka Tähkä määrittelee ”empaattiseksi kuvailuksi” sanallisen psykoterapian yhteydessä rajatilojen hoidossa. Luova musiikkiterapiahan ei ole psykoanalyttinen terapiamalli vaan sen lähtökohta on humanistisissa näkemyksissä. Bruscian (1987, 46) nimeää kuitenkin Luovan musiikkiterapian yhdeksi tärkeäksi tekniikaksi lapsen musikaalisessa kohtaamisessa ”reflektion”, vaikka Nordoff ja Robbins eivät hänen mukaansa itse käyttäneet tätä termiä. *Reflektoinnissa* on Luovassa musiikkiterapiassa kyse lapsen tunteiden ja tekemisten musikaalisen vastaavuuden löytämisestä – yhteensovittamisesta. Terapeutti voi Bruscian mukaan improvisoida musiikillisen ”muotokuvan” asiakkaan persoonallisuudesta sekä musiikillisesti ”kuvata” tunnelmaa terapiassa. Lisäksi terapeutin on mahdollista musiikillisesti yhteensovittaa asiakkaan kasvojen ilme ja fyysinen olemus improvisaation tunnelmaan mukaan lukien esimerkiksi lapsen liikehdintä terapiassa, jota voidaan musiikillisesti kuvailla. Terapeutti voi myös Luovassa musiikkiterapiassa laulaa lauluja asiakkaalle kuvaillakseen hänen toimintaa, tunnelmia ja kokemustaan. Tämän lisäksi asiakkaan tuottamien kaikenlaisten äänien matkiminen kuuluu yhteensovittamiseen. Pavlicevic (1997) on kehittänyt tällaista peilaavaa improvisaatiota pidemmälle ja tarkastellut sitä myös psykodynaamisten näkemysten kanssa. Hänen näkemyksenä eivät ole ristiriidassa tässä esitettyjen esimerkkien kanssa Luovasta musiikkiterapiasta hänen itse edustaessa myös tätä terapiamallia. Palaamme kuitenkin hänen käsityksiinsä tarkemmin nimenomaan peilaamisen ja dynaamisten muotojen yhteydessä, jotka mielestäni sopivat erittäin hyvin niin empaattiseksi kuvailuksi kuin ylipäättänsäkin musiikkipsykoterapian menetelmiksi.

Tekniikoiksi empatian välittämiseksi improvisaatiossa Bruscia (ibid., 535) on määritellyt

- 1) imitaation
- 2) synkronoinnin
- 3) sisällyttämisen
- 4) tahdistamisen
- 5) reflektion
- 6) liioittelun.

*Imitaation* hän määrittelee asiakkaan improvisaation uudelleentuottamiseksi tai siitä kaiun luomiseksi, sen jälkeen, kun asiakkaan soitto tai toiminta on tapahtunut.

*Synkronointi* on samanaikaista tekemistä asiakkaan kanssa, jolloin myös improvisaatio on samanlaista. *Sisällyttäminen* (incorporating) on puolestaan asiakkaan tuottaman musiikillisen motiivin, teeman ym. käyttämistä osana terapeutin improvisaation teemaa, sävellystä tai on ylipäättänsäkin sen työstämistä. *Tahdistamisessa* (pacing) terapeutti mukauttaa improvisaationsa asiakkaan improvisaation energisyyteen eli vaikkapa soiton voimakkuuteen tai nopeuteen. *Reflektio* on hänen mukaansa edellä mainitun kaltaista asiakkaan osoittaman tunnetilan sekä asenteen yhteensovittamista musiikkiin. Tätä termiä käytetään kuitenkin myös hieman eri merkityksissä, kuten tästäkin tutkielmasta ilmenee. Yhtenäistä ja samalla käytännöllistä käsitettä kuvaamaan reflektiotekniikoiden eri merkityksiä lienee mahdotonta luoda. Esitän tässä kuitenkin, mitä Bruscia sillä tarkoittaa omassa käsitteistössään. *Liioittelulla* hän tarkoittaa terapeutin improvisaatiossa sellaisten piirteiden vahvistamista ja esiintuomista, jotka asiakkaan improvisaatiossa tai käyttäytymisessä ovat erottuvia tai ainutlaatuisia.

Musiikin ja taiteen avulla terapeutti voi siis empaattisesti kuvailla asiakkaalle ja antaa hänelle siten uusia itsen rakenteita. Tämä voi tapahtua vaikkapa soittamalla jotakin asiakkaan persoonallisuuden puolta hänelle, kuten Luovassa musiikkiterapiassa tapahtuu. Tällöin voimme olettaa, että asiakkaan on mahdollista samastua terapeutin hänelle soittamaan kuvaukseen hänestä itsestään. Tämä voi tapahtua tiedostamattomastikin mutta olennaista on psykoanalyttiseen näkemykseen nojaten se, että asiakkaan on mahdollista rikastuttaa käsitystään itsestään terapeutin suorittaman musiikillisen, empaattisen kuvailun myötä: Millainen minä olen toisen silmin? Miltä

tämä tilanne vaikuttaa toisen kannalta? Empatiaa välittävät musiikkiterapiatekniikat, joiden keskeisin menetelmä on musiikki, välittävät nimenomaan tämänhetkistä kokemusta – millaiselta minusta tuntuu juuri nyt ja miten terapeutti kokee sen? Juuri tällainen ajatushan on Tähkän empaattisen kuvailun lähtökohtana itserakenteita mahdollisesti lisäävänä toimintana. Siihen musiikilla ja taiteella ylipäättänsäkin näyttäisi olevan suuret mahdollisuudet, koska ne Langerin (1953) mukaan nimenomaan tarjoavat esittävän muodon, jossa tunteita voidaan tarkastella tavalla, johon sanat eivät kykene. Toki musiikkipsykoterapiassa on mahdollista käyttää rajatilojen hoidossa myös puheen avulla tapahtuvaa empaattista eläytymistä asiakkaan tilanteeseen ja tässä ja nyt hetken sanallista luonnehdintaa hänelle. Näyttää kuitenkin siltä, että musiikkiterapian keskeinen työmuoto kliininen improvisaatio on pitkään perustunut tällaiseen, empaattiseen ja musiikilliseen vuorovaikutukseen, jota Tähkä verbaalisessa terapiassa nimittää empaattiseksi kuvailuksi. Näin ollen psykoanalyttiselta kannalta tarkasteltuna on mahdollista yrittää jollain tapaa psykologisesti selittää tai ymmärtää, mitä empaattisessa, kliinisessä improvisaatiossa tapahtuu: kliinisen improvisaation myötä tapahtuva persoonallisuuden eheytyminen voi olla juuri uusien itserakenteiden syntymistä empaattisen kuvailun kaltaisen tapahtuman seurauksena.

Musiikin ja taiteen luonteesta, joka sopii psykoanalyttisen käsityksen mukaan empatian välittäjäksi on hyvä todeta muutama sana: Musiikki, joka on liian vierasta tai ahdistusta tuottavaa asiakkaalle ei liene sisällä uutta rakennetta luovaa merkitystä hänelle, koska tällöin identifikaatiota ei pääse tapahtumaan. Samastuminen edellyttää tunteenomaista eläytymistä taiteeseen ja mikäli yksilö kokee taiteen liian vieraaksi itselleen, niin se ei välttämättä juurikaan kosketa häntä; hän voi sivuuttaa sen yhdentekevänä. Toisaalta liian outo taide koetaan uhkaavana, kuten edellä kävimme jo läpi, jolloin yksilö rupeaa vastustamaan uutta ja outoa, koska kokee sen alitajuisesti vaarallisena ja uhkaksi itselleen. Näin ollen hän sisällyttää tai psykoanalyysin termin sisäistää siitä vain sen mikä on hänelle riittävän tuttua ja ei tuota uhkaa. Tästä syystä voimme olettaa, että uusia rakenteita ja kokemuksen, tietämisen, eriytymistä filosofisessa mielessä ei juurikaan pääse tapahtumaan. Lecourtin (1998) mukaan ilman eläytyvää samastumista taiteeseen ei psykoanalyttisessa mielessä sublimaatio, kokemuksen jalostuminen, ole mahdollinen eikä näin ollen myöskään uudet rakenteet. Liian vieras musiikki ei siis sovi empaattiseksi kuvailuksi, koska siltä puuttuu riittävä vastine asiakkaan esiyymmärryksessä ja situaatiossa. Terapiassa asiakkaan musiikillinen

esiymmärrys voi kuitenkin kehittyä ja mahdollistaa myöhemmin samastumisen terapeutin itserakenteita sisältävään musiikkiin. Psykoterapian tarkoitushan tieteenfilosofisessa mielessä on nähdäkseni juuri mahdollistaa asiakkaan aiempien kokemusten ja merkitysten, esiymmärtäneisyyden, uudelleen muokkautuminen suhteessa hänen tämän hetkiseen elämäntilanteeseensa, johon yksilön situationaalisuus luonnollisesti vahvasti vaikuttaa. Asiakas voi esimerkiksi oppia näkemään psykoosin, neuroosin tai muut ongelmat uudessa valossa aiempiin kokemuksiinsa, käsityksiinsä tai uskomuksiinsa verrattuna. Neuroottinen pakko-oire voidaan vaikkapa lopulta terapian myötä kokea tarpeettomana ja suhteettomana reagoitina asiakkaan nykyisen elämäntilanteen kannalta.

Muita taiteellisia empaattisen kuvauksen muotoja voivat edellä käytyjen tekniikoiden lisäksi olla vaikkapa terapeutin äänitteeltä etsimä musiikki, joka kuvaa jotenkin asiakkaan tilannetta, elämää, tunnetta tai transferenssia. Terapeutti voi myös piirtää asiakkaasta kuvan, millaisena hän näkee hänen tilanteensa juuri nyt. Itse asiassa keinot kuvata asiakasta terapiassa kattanevat kaikki musiikkiterapian erilaiset ilmaisun muodot. Ryhmäterapiassa tietysti myös muu ryhmä voi toimia kuvaajana eri tavoin, niin verbaalisesti kuin taiteellisestikin, ja tarjota mahdollisesti uusia rakenteita. Tämä edellyttää kuitenkin sitä, että muu ryhmä voi tarjota kehittyneempiä rakenteita mikä ei aina välttämättä ole mahdollista. Musiikkiterapiassa tapahtuva asiakkaan ja hänen improvisaationsa peilaaminen on mielestäni vielä yksi tärkeä seikka ja tekniikka, johon on syytä kiinnittää erityistä huomiota myös musiikin välittämän empatian yhteydessä. Palaan siihen hieman tuonnempana käsitellessäni oivallista Pavlicevicin (ibid.) kehittämää menetelmää asiakkaan tunteiden ja soiton peilaamiseen musiikkiterapiassa.

### **6.3 Musiikki oivallusten herättäjänä – tulkintaa vai ei?**

On parasta aloittaa tämä kappale tarkastelemalla, mitä oivallus tarkoittaa psykoterapiassa, jotta voimme paremmin ymmärtää musiikin ja taiteen mahdollisuudet niiden muodostumiseen asiakkaassa. Oivallushan oli Tähkän näkemyksen mukaan keskeinen hoitokeino neuroosien kohdalla. Oivalluksella tarkoitetaan terapiassa sellaista kokemusta tai tuntemusta asiakkaassa, sanallista tai ei-sanallista, jonka avulla hän saavuttaa jotain uutta tietoa itseensä liittyen. Tämä uusi tieto voi liittyä omiin tunteisiin

jotakin asiaa tai ihmissuhdetta kohtaan. Asiakas voi objektisuhteissaan nähdä jonkin asian merkityksen uudella tavalla itsensä kannalta. Tällä voi olla katarttinen vaikutus asiakkaaseen siinä määrin, että psyykkistä energiaa vapautuu kokonaispersoonallisuuden käyttöön, kun ei ole tarvetta puolustusmekanismien käyttöön. Oivallukset vapauttavat asiakkaan sellaisista käsityksistä itsen ja muihin liittyen, jotka kahlitsevat ja kapeuttavat hänen elämäänsä sekä siten altistavat neuroottistyyppisille ongelmille. Tärkeätä oivallukselle on psykoanalyysin käytännön kokemusten perusteella, että siinä yhdistyvät tietoaines, kuten muistot ja mielikuvat, sekä tunteet, jotka liittyvät oivallukseen liittyviin merkityksiin. Vain tällä tavoin on mahdollinen pysyvä terapeutin muutos asiakkaassa. On havaittu, että vaikka asiakas saattaa olla hyvin tietoinen ongelmiensa alkuperästä, niin eristämisen ja älyllistämisen yhteydessä ei muutosta ongelmien poistumisen muodossa tapahdu. Näin ei tapahdu myöskään, jos asiakas vain toistuvasti purkaa ongelmiinsa liittyviä tunteita terapiassa eikä käsittele niihin liittyviä, tiedollisia merkityksiä. (Tähkä, 1970/1982, 117, 183–184.)

### **6.3.1 Oivallus käytännön musiikkipsykoterapiassa**

Psykoanalyttisessa tai psykodynaamisessa musiikkipsykoterapiassa asiakkaassa on pyritty saamaan aikaan oivalluksia keskustelemalla ajatuksista ja mielikuvista, jotka heräävät musiikista tai taiteesta. Musiikkipsykoterapia, jossa on pyritty asiakkaan oivalluksiin on paljolti perustunut keskusteluihin asiakkaiden kanssa, joskin musiikin ja taiteen itsessään on ajateltu myös kykenevän saamaan aikaan muutoksia asiakkaassa niin tunteiden kuin ajattelun tasolla. Taiteen avulla on varsinkin ajateltu päästävän helpommin nimenomaan tunteisiin käsiksi ja asiakkaan tunteethan ovat juuri tärkein kohde, mihin oivallukseen pyrkivä musiikkipsykoterapia kohdentuu. Musiikki toimii keskustelun herättäjänä, jossa käsitellään asiakkaan tunne-elämään liittyviä ristiriitoja, käyttäytymismalleja ja pyritään sekä positiivisen että negatiivisen transferenssin läpikäymiseen. Tässä suhteessa oivallukseen pyrkivä musiikkipsykoterapia ei poikkea sanallisesta psykoterapiasta. (Wheeler, 1983, 10–11.)

Musiikkipsykoterapiassa musiikin on ajateltu myös tuovan esiin tiedostamatonta materiaalia, jonka käsittelyllä on pyritty asiakkaan eheytymiseen. Musiikin ja taiteen herättämiä tunteita ja ajatuksia, jotka voivat liittyä sekä menneisyyteen että



tulevaisuuteen, on yritetty käyttää niin, että asiakkaassa syntyisi oivalluksia, miten heistä on tullut sellaisia kuin he juuri ovat. Näin on tietysti ehkä mahdollista päästä asiakkaan kanssa käsittelemään sellaisia tunteita tai tapahtumia, jotka ovat jääneet aikanaan käsittelemättä tai kaipaavat uudelleen kohtaamista. Musiikki voi toimia siis myös muistojen herättäjänä musiikkipsykoterapiassa mikä voi johtaa yksilöllisesti merkityksellisten asioiden keskusteluun terapiassa. (ibid., 11.)

Esimerkkinä asiakkaan oivalluksiin pyrkivästä musiikkipsykoterapiatekniikasta on Priestleyn (1975; 1994) kehittämä tekniikka *lohkominen*: Lohkomisessa asiakas ja terapeutti soittavat joitain kahta vastakkaista piirrettä asiakkaan persoonallisuudessa. Tarkoitus on, että asiakkaassa heräisi oivallusta näistä vastakkaisuuksista hänessä ja hän voisi integroida ne kokonaispersoonallisuuteensa. Idea tähän tekniikkaan on tullut samannimisestä puolustusmekanismista. Lohkomistekniikassa improvisaatio voi saada aiheensa myös asiakkaan projektista, omien kielteisten piirteiden siirtämisestä toiseen henkilöön. Tällöin asiakas voi improvisoida, joko itseänsä tai kielteiseksi kokemaansa henkilöä terapeutin ottaessa vastakkaisen roolin improvisaatiossa. Priestley (1994, 41–42) kuvaa esimerkkinä Barbaran, nuoren naisen, jolla oli pakkoajatuksia ja joka pelkäsi ja vihasi siskoaan. Priestley soitti itse sivistynyttä Barbaraa ja Barbara puolestaan intoa ja energiaa täynnä siskoaan. Tämän jälkeen he vaihtoivat rooleja ja Priestley soitti ”villiä ja kontrolloimatonta” Rosea, hänen siskoaan. Barbaran oli vaikea vältellä soittamasta samankaltaisesti terapeutin kanssa. Tällaisen improvisaation myötä, jossa asiakas oli tunteineen mukana, Barbara vähitellen pystyi huomaamaan, että hänen omat villit tunteensa olivat hänen käsityksiensä takana hänen siskostaan. Barbaran olemuksessa tapahtui myös rentoutumista ja hän pystyi vihdoinkin osoittamaan kiintymystään pienelle tyttärelleen, jonka hiukset olivat samanväriset kuin Rosen hiukset. (Ks. myös Wheeler, ibid.)

GIM-terapiassa (Guided Imagery and Music) eli musiikkipsykoterapiassa, joka perustuu asiakkaan kanssa tehtäviin, mielikuvituksellisiin, sadun ja seikkailun omaisiin, mielikuvamatkoihin oivallukset, ”huippukokemukset”, ovat terapian tavoite. Asiakas voi saada oivalluksia ollessaan terapeutin alustamalla, kuvitteellisella mielikuvamatkalla musiikin soidessa ja kertoessaan terapeutille vieressä, mitä hänen matkallaan tapahtuu. Oivalluksia voi kuitenkin syntyä myös mielikuvamatkan jälkeen käydyssä keskustelussa terapeutin kanssa. Oivallukset terapiasta voivat tulla joskus myös odottamatta paljon

jälkeenpäin. Tutkittaessa näitä GIM-terapian huippukokemuksia asiakkaat ovat antaneet hyvin moninaisia vastauksia oivalluksistaan: Huippukokemukset koetaan ja muistetaan hyvin elävästi paljon jälkeenkäin päin ja niiden kuvataan olevan hyvin tunteikkaita. Asiakkaat ovat voineet kokea erilaisia tunteita huippukokemuksensa aikana, kuten pelkoa, surua, syvää rakkautta, kunnioitusta, epämukavuutta tai tuntevansa tulevan ikään kuin kotiin jne. Huippukokemuksilla koetaan myös olevan vaikutuksia omaan elämään, niin että seitsemän ihmistä tutkittavista, joka oli haastateltujen kokonaismäärä, koki sen muuttaneen heidän elämäänsä. Eräs heistä oli kokenut huippukokemuksen ennustuksena, jonka mielikuva tuli esiin hänen elämässään myöhemmin. Muut muutokset elämässä olivat pääseminen eroon kiukusta, itsetunnon kohoaminen ja paremmin työssä pärjääminen, muiden sietäminen paremmin, mukaan lukien oma äiti. Yksi oli päässyt eroon pelottavista unistaan ja pystyi kohtaamaan muistonsa, jotka koki tuhoavaksi itselleen. Eräs kertoi löytäneen oman äänensä sekä kaikkien hänen ihmissuhteittensa olevan nyt toisenlaisia. Yksi koki huippukokemuksensa vaikuttaneen elämäänsä siten, että hän tiesi siinä esiin tulleen asian olevan yhä ratkaisematta. (Grocke, 1999, 204–205.)

Ihmiset voivat siis kokea huippukokemuksensa hyvin eri tavoin musiikin avulla tapahtuvassa mielikuvatyöskentelyssä, joka on hyvin yleinen työskentelymuoto musiikkiterapiassa. Bruscia (1998) on sijoittanut tällaiset tekniikat musiikkimielikuvat-otsikon alle, kuten musiikkipsykoterapian määrittelyssäni kävimme läpi. Nämä erilaiset musiikin synnyttämät mielikuvat ovat siis samankaltaisia unien kanssa, jo Freud (1900/1995) aikanaan totesi taiteen ja unien muodostuvan samalla tavoin. Tällä oli lähtemätön vaikutus siihen, miten musiikki ja taide hänen jälkeensä nähtiin psykoanalyysin parissa dynaamisen tiedostamattoman, sen sisältämien ristiriitojen, energioiden, impulssien ja defenssien, värittämänä. Tästä johdosta musiikkia ja taidetta on pidetty on aina tähän päivään asti psykoanalyysin ja psykodynaamisen musiikkiterapian piirissä symbolisena ja isomorffisena itsen kanssa. Näin ollen musiikin ja taiteen kanssa työskentelyä voidaan pitää riittävän samankaltaisena tapahtumana kuin unien käsittelyä verbaalissa, psykoanalyttisessa terapiassa. Ja kuten jo aiemmin kävimme läpi esimerkiksi empatian yhteydessä voidaan myös asiakkaan minuudestaan käyttämän kielen sekä musiikin sisältämien rakenteiden ja muotojen väliltä löytää yhtäläisyyksiä siitä, miten näiden kokemusten pohja on itsen intentionaalisuudessa ja ruumiillisessa olemisessa. Yksilö tai asiakas pyrkii siis antamaan merkityksiä

kokemuksilleen ja psykoanalyttisen käsityksen mukaan sitomaan niihin liittyvää ahdistusta. Tässä tutkielmassa jo tähän mennessä esittämäni argumentit puhuvat täysin sitä johtopäätöstä vastaan, jonka Falk (1997) esitti, että psykoanalyttisesta musiikkiterapiasta ei ole ”luontevaa” puhua ilman että psykoanalyysin teoriaan tehdään paranteluja. Lisäksi hän pitää psykoanalyysin hoitomenetelmiä ja teoriaa ristiriitaisena musiikin terapeuttiseen käyttöön viitaten lähinnä Freudiin. Yleisestihän on tunnettua, että Freud ei kirjoittanut juuri mitään musiikista mutta on hyvin karkeaa tulkintaa ensinnäkin määritellä psykoanalyysi pelkästään Freudin perusteella ja tehdä johtopäätös siitä, että Freud ei kirjoittanut juurikaan musiikista, että se ei hänen mukaan olisi voinut olla terapeuttista. Falk ei artikkelissaan kylläkään tarkemmin perustele, miksi hän tuli tähän tulokseen sinällään artikkelissaan olevien todenperäisten ja oikein esitettyjen teorioiden pohjalta. Hänen johtopäätöksensä vaikuttaa myös käsittämättömältä tämän tutkimuksen valossa. Freudin musiikista kirjoittamattomuuden syy voi liittyä esimerkiksi siihen, että hän ei kyennyt sitä ymmärtämään omista, persoonallisista syistään tai piti musiikin suomia esimerkkejä psyyken toiminnasta liian epätarkkoina tieteelliseen kielen käyttöön. Viimeksi mainitun oletuksen on esittänyt Rayner (1992) pohtiessaan syytä, mistä johtuu musiikin käsittelyn puute psykoanalyttisessa kirjallisuudessa. (Ks. esim. Lehtonen, 1988/1997; Noy, 1966–1967; Rechart, 1987; 1998; Streeter, 1999.)

Musiikin ja mielikuvien avulla syntyvät kokemukset voivat edelliseen liittyen sisältää myös ruumiiseen liittyviä kokemuksia: Grocke (ibid.) kuvaa, miten kaikki haastatellut asiakkaat kertoivat kokeneensa huippukokemustensa yhteydessä ruumiillisia tunteita, kuten musiikin vetäneen sydäimestä, yhdellä oli tyhjyyden tunne vatsassa, joka muuttui mielikuvaksi itsestä kolmevuotiaana ennen ongelmien alkukohtaa, eräs koki puistatusta selkärangassa, toisen vartalo vapisi kauhusta. Lisäksi kuvattiin tukehtumisen tunnetta kurkussa sekä surun ja menetyksen tunnetta rinnassa. Nämä ruumiilliset kokemukset oivalluksen yhteydessä sopivat yhteen sen kanssa, mitä tässä tutkielmassa olen esittänyt yksilön kokemusmaailmasta, situationaalisesta säätöpiiristä, eksistentiaalis–fenomenologisessa mielessä. Yksilön merkitykselliset kokemukset, tässä tapauksessa oivallukset musiikkipsykoterapiassa, rakentuvat yhtä aikaa yksilön olemassaolon kolmesta osatekijästä eli ruumiillisista kokemuksista, tajunnallisista kokemuksista sekä situationaalisista, aikaan, kulttuuriin ja sosiaalisiin suhteisiin liittyvistä, kokemuksista.

Grocken kuvaamista musiikkipsykoterapian oivalluksista ja huippukokemuksista voidaan löytää vastaavuutta myös psykoanalyttisen psykoterapian olettamuksesta ja kliinisestä kokemuksesta, että muuttava, terapeuttinen oivallus pitää yhdessä sisällään niin tiedollisen kuin emotionaalisen kokemuksen. Grocken tutkimuksen kaikki asiakkaat kertoivat huippukokemuksensa sisältyneen sekä ruumiillisia tuntemuksia että muistavansa kokemuksen hyvin elävästi. Tämä puolustaa mielestäni hyvin todettua edellytystä oivalluksen vaikuttavuudelle.

Musiikkipsykoterapiassa näitä hyvin voimakkaita musiikin ja mielikuvien kokemuksia, joita myös itselläni on, voidaan siis hyödyntää erilaisissa mielikuvaharjoituksissa, joihin liittyy musiikin kuuntelua ja sen synnyttämien mielikuvien ylöskirjaamista, piirtämistä tai soittamista. Mielikuvien työstämisessä on mahdollista käyttää psykoanalyysin *vapaata assosiaatiota*, jossa asiakas kertoo, mitä asioita musiikki on tuonut hänen mieleen tai mitä hänen siitä piirtämänsä kuva hänessä herättää. Myös *Jungin* kehittämää *mielikuvien aktivoimista* voidaan käyttää oivallusten synnyttämiseen: tällöin asiakas voi esimerkiksi ensin kertoa mielikuvansa sanallisesti terapeutille minkä jälkeen voidaan siirtyä työstämään mielikuvia toisella välineellä tai tekniikalla, kuten maalata mielikuvat, jonka jälkeen mielikuviin liittyvät tunteet voidaan vaikkapa soittaa terapeutin kanssa jne. (Ks. esim. Falk, 1994.) Tarkoitus on päästä mielikuvien ja assosiaatioiden takana oleviin tunteisiin ja merkityksiin, niin että asiakkaalle avautuu uusia oivalluksia itsestään. Tällainen musiikkipsykoterapian työskentely yhdessä edellä mainitun lohkomistekniikan kanssa soveltuu juuri terapian pyrkimykseen Tähkän mukaan itsen erilaisten piirteiden ja rakenteiden uudelleen muotoutumiseen ja jopa lisääntymiseen. Tärkeää on kuitenkin huomata se seikka, että sellaiset asiakkaat, joiden korostunut puolustusmekanismi on projektio eli kielteisten itseaspektien siirtäminen toiseen henkilöön, tai kohteensiirto, johonkin kiusalliseen asiaan liittyvän tunteen kohdistaminen toiseen asiaan, eivät Tähkän mukaan ole saavuttaneet kehityksessään oidipusvaihetta. He vastaavat siten kehitykseltään paremminkin ehkä rajatilaa kuin neuroosia. Tällöin vaihespesifisen teorian mukaiset oivallukset ja tulkinnat eivät ole ensisijainen keino heidän kanssaan. Edellä kuvatut esimerkit musiikkipsykoterapiasta kuitenkin antavat viitteitä siitä, että ainakin musiikkiterapiassa oivallus yhdistettynä musiikilliseen kokemukseen, johon tunteet liittyvät, voi johtaa muutokseen, vaikka asiakas ei Tähkän mielessä edustaisi neuroottista ongelmaa.

### 6.3.2 Terapeutin kliininen tulkinta, oivallus ja musiikki

Toisaalta Tähkä (1970/1982) itse on ollut sitä mieltä, että sanallisen psykoterapian tekniikat osoittaminen, selventäminen ja tulkinta voivat mennä osittain päällekkäin. On erilaisia tapoja tehdä tulkintoja asiakkaalle, autoritatiivisia tai epäsuoria tulkintoja. Autoritatiivisessa tulkinnassa terapeutti voi sanoa asiakkaalle suoraan, mitä jokin asia merkitsee hänen persoonallisuutensa kannalta. Tätä tapaa suositellaan vähemmän kuin epäsuoraa tulkintaa, jossa annetaan enemmän sijaa asiakkaan omalle oivallukselle ja lopullinen tulkinta jää itse asiakkaalle tulkinnan ollessa esimerkiksi kysymyksen muodossa. Näin ollen myös osoittaminen ja selventäminen voivat tuoda oivalluksia asiakkaalle ja siihenhän tietysti hoidossa pyritään. Osoittaminen ja selventäminen voivat näin ollen olla myös eräänlaisia tulkintoja tuodessaan asiakkaan tietoisuuteen hänen persoonallisuuden ja hoidon kannalta merkityksellisiä asioita. Wolberg (1954) ei esimerkiksi tee ollenkaan jaottelua osoittaminen, selventäminen ja tulkinta vaan käsittelee niitä kaikkia yhtäläisesti tulkintoina. Siitä mikä on tulkintaa ja mikä ei, ei ole yksimielisyyttä psykoanalyyseissa. Osoittamisen, selventämisen ja tulkinnan osalta liikutaan kuitenkin alueilla, joissa niiden ero määrittyy suhteessa, kuinka paljon asiakkaalle tiedostamatonta sisältyy oivallukseen ja onko se siten ylipäätään mahdollista tai suotavaa hänelle. Tähkän määrittelyn mukaan siis edellä mainitun empaattisen kuvailun kaltaiset psykoterapiatekniikat eivät välttämättä ole tulkintaa silloin, kuin ne välittävät sellaista empatiaa ja tietoa, johon asiakkaalla ei vielä ole itserakenteita eikä liity aiempaa kokemusta. Filosofisessa mielessä hänellä ei ole siis riittävästi kokemusta esiymmärryksessään, jotta uusia rakenteita voisi oivalluksen muodossa syntyä. Tähkä erottaakin tulkinnan muista tekniikoista siten, että tulkinta tarkoittaa hänelle sellaisten asioiden saattamista asiakkaan tietoisuuteen, jotka itsen rakenteina ovat jo olemassa hänessä mutta kaipaavat jollain tavoin muutosta. Näin ollen asiakkaan itsessä on riittävästi esiymmärrystä, jotta hänessä voi syntyä terapeutista, pysyvää muutosta. (Tähkä, 1997.)

Edellä esitetyn valossa voidaan kuitenkin tehdä se johtopäätös, että myös oivalluksia voidaan jossain määrin ainakin käyttää myös rajatilojen ja psykoosien hoidossa asiakkaiden oivalluspotentiaalin sallimissa rajoissa. Esimerkiksi Benedetti (1964/1984)

suosittelee myös oivallusten hyödyntämistä psykoosien hoidossa. Filosofisessa mielessähän kaikki psykoterapeuttinen hoito pyrkii uusiin merkityssuhteisiin asiakkaan kokemusmaailmassa ja toivottavaa olisi myös, että nämä uudet merkitykset tulisivat esiin suotuisasti myös asiakkaan tietoisessa toiminnassa hänen elämän eri osa-alueilla. Jotta tämä olisi mahdollista tarvitaan myös muutosta minäkuvassa ja itsen suhteissa muihin. Eikö tähänkin liity oivallusta niin psykooseissa kuin muissa psyykkisissä ongelmissa? En koe enää, että minua vainotaan, minun ei tarvitse enää pelätä turhaan, ihmisethän hyväksyvät minut sellaisena kuin olen, minustahan pidetään jne. Kaikkeen tähän todellisuuden suotuisaan kokemukseen liittyy siis oivallus, vaikka sitä ei tarkkaan pystyisi tietoisesti tavoittamaan tai ymmärtämään. Mielestäni pelkkä musiikin tai taiteen ihmisessä herättämä kokemus ja tietoisuus, tällainen minä olen, joka voi liittyä vain juuri siihen hetkeen, on oivallus, joka myöhemmin voi johtaa muutokseen. Mainitun yksilön olemassaoloon liittyvän musiikin synnyttämän kokemuksen voi asettaa myös muotoon, *kuinka* minä olen? Musiikin avulla, kuten kuvaamistani huippukokemuksista ilmeni, yksilö voi kohdata kokonaisuudessaan olemassaolonsa mukaan lukien sen ruumiillinen aspekti. Tällaisten oivallusten avulla, niistä on syytä puhua, terapiassa voi mahdollistua myös ruumiilliseen kokemuspoleen liittyvien asioiden tutkiskelua, joka *Kohutin* (1971/1987; 1977/1988) tai Tähkän mukaisesti voi johtaa itsen eheytymiseen, vapautumiseen ja kokonaisvaltaiseen kokemiseen.

*Siiralan* mukaan musiikin kokemiseen liittyy musiikin puhuttelevuus; musiikki edustaa hänen mukaansa vuosituhansia pitkää perinnettä ihmiskunnassa, jossa ilmentyy ihmisen hyvyys. Musiikki uppoaa värähtelyllään ihmisenä olon kokonaisvaltaisuuteen ja herättää yksilössä voimakkaita tunteita sisältäen samaan aikaan niin suurta surua kuin toivoakin. Musiikki voi myös herättää haltioitumista ja suurta juhlallisuutta. Kun yksilö *Siiralan* mukaan kokee näitä tunteita musiikissa hän voi ehkä ruveta ajattelemaan, musiikin herättämän hyvän kokemuksen mukaisesti, että ehkä minäkin olen hyvä, kun kykenen tuntemaan näin. Tämä voi myöhemmin taas johtaa pysyvään muutokseen hänessä. Tässäkin tapauksessa voimme turvallisesti puhua musiikin synnyttämästä oivalluksesta, joka puhuttelee yksilöä tässä ja nyt hetkessä kokemuksen tarvitsematta välttämättä olla kovin tietoista. (Alanne & Uimonen, 2000: keskusteluni *Siiralan* kanssa; *Siirala*, 1986; 1990–1991.)

### 6.3.3 Musiikkiterapian improvisaatio tulkintana: psykoanalyttinen ja filosofinen näkökulma

Voiko musiikki olla sitten tulkintaa siinä mielessä, mitä sillä sanallisessa psykoterapiassa tarkoitetaan? Pavlicevic (1997) on tarkastellut sanallisen ja musiikillisen tulkinnan suhdetta: Hän huomio lainaten *Odell-Milleriä*, että terapeutin musiikilliset ratkaisut improvisaatioissa voidaan ajatella yhdenlaisiksi tulkinnoiksi, jotka perustuvat terapeutin arviointiin tilanteesta. Pavlicevic pohtii myös, milloin sanallinen tulkinta on edellä mainitun kaltaista, musiikillista tulkintaa parempi vaihtoehto ja tuo esille sekä sen hyviä että huonoja puolia: Sanallisten tulkintojen avulla on hänen mukaansa terapiaan saatavissa syvyyttä mutta toisaalta se voi myös estää terapeutin ja asiakkaan välillä olevan musiikillisen suhteen hyödyntämisen. Pavlicevic suosittelee musiikillisia tulkintoja käytettäväksi sellaisten asiakkaiden kanssa, joilla on esteitä kielellisessä valmiuksissa mutta toisaalta nostaa esiin kysymyksen pelkästään musiikillisten ja toiminnallisten tulkintojen sisällöstä asiakkaalle. Välittyvätkö esimerkiksi terapeutin turhautuminen ja väsymys vaikkapa vaikea vammaisten asiakkaiden kohdalla siis asiakkaalle, vaikka terapeutti ei sitä tahtoisi? Tämä on hyvinkin mahdollista johtuen musiikin sisältämistä emotionaalisista fragmenteista, merkityksistä, jotka toinen asiakas voi vastaanottaa tajuntaansa; ei suoraan mutta oman esiyymmärryksensä välittämänä. Myös käsittelemämme vitaaliaffektit voivat välittyä spontaaneina reaktiona terapeutilta asiakkaalle samankaltaisesti kuin äidin huolenpidossa ja virittäytymisessä tapahtuu.

Edellä mainitun kaltaisten musiikillisten ja sanallisten tulkintojen tarkastelu on siis tärkeää: voidaanko niitä ylipäättäänkään nimittää tulkinnoiksi siinä merkityksessä, mitä psykoanalyysi tarkoittaa tulkinnalla? Mielestäni ei. Psykoanalyysin käsitteellä terapeutin tulkinta kliinisessä työssä tarkoitetaan aina, että terapeutti tuo jotain asiakkaalle tiedostamatonta tietoa asiakkaan tietoisuuteen, joka johtaa ehkä oivallukseen. Tämä on yhteistä eri näkemyksissä tulkinnan määrittelyssä. Psykoterapeutin tulkinta on myös aina tietoista toimintaa, se ei ole pelkästään intuitiivisen toiminnan varassa etenevää eläytymistä, niin kuin musiikin kanssa työskentelevä terapeutti voi edetä asiakkaansa kanssa. Pavlicevicin ja Odell-Millerin musiikilliset tulkinnat ovatkin enemmänkin hermeneuttisia tulkintoja filosofisessa mielessä, jotka pohjautuvat terapeutin tietoiseen ja tiedostamattomaan

esiymmärtäneisyyteen. Terapeutti tulkitsee improvisaation musiikillista improvisaatiota vasten terapiatilanteen situaatiota, jossa uudet merkitykset syntyvät akteina eli tulkkiutuvat aina uudelleen suhteessa aiempiin kokemuksiin. Terapeutin oman kokemuksen jäsentymistä, hänen tietämyksensä syntymistä, tieto-opillisessa mielessä ei siis pidä sotkea psykoanalyttisen terapian tekniikkaan ”tulkinta”. Se, miten tämä tieto syntyy on kuitenkin sekin yhdenlaisen tulkinnan tulos, jota voimme ymmärtää vaikka aikaisemmin käsitellyn hermeneuttisen kehän avulla.

Pavlicevic kuitenkin varovaisesti olettaa viitaten Odell-Milleriin, että terapeutti voi hyödyntää terapeutista tietouttaan ja käyttää sitä apuna soitossaan. Tällaista terapeutin toimintaa voimme jo nimittää tulkinnaksi psykoanalyttisessa mielessä, jos terapeutin on musiikin ja taiteen avulla tietoisesti tarkoitus saada aikaan oivallus asiakkaassa: oivallus, johon liittyy jokin asiakkaalle hänessä itsessään tai hänen käyttäytymisessään olevan tiedostamattoman tai käsittelemättömän piirteen huomaaminen. Tällaisena toimintana voidaan pitää vaikkapa Priestleyn (1994) lohkomistekniikkaa, jossa terapeutti voi soittaa jotain asiakkaan tiettyä piirrettä asiakkaassa ja asiakas toista (ks. myös Bruscia, 1987). Muita oivalluksen mahdollistavia musiikkiterapiatekniikoita, jotka löytyvät Bruscian mainitusta, improvisaatiotekniikoita perusteellisesti käsittelevästä kirjasta ja jotka voivat käsittääkseni tässä esitetyn valossa toimia niin osoittamisena, selventämisenä kuin tulkintana on useita: Tällaisia ovat *tuplaaminen* (doubling), jolla Bruscia tarkoittaa sellaisten tunteiden ilmaisemista terapeutin improvisaatiossa, joita asiakkaan on vaikea huomata tai vapauttaa. Terapeutti voi vahvistaa esimerkiksi omalla soitollaan jotain asiakkaan improvisaatiossa ilmaisemaa tunnetta tai tuoda sellaisen tunteen esiin, joka on asiakkaalle tiedostamaton. Tätä voimme minun mielestäni pitää psykoterapeuttisessa mielessä myös musiikillisena selventämisenä. Samoin tekniikka *kontrastoiminen* (contrasting), jossa asiakas soittaa vastakkaista tunnetta kuin aiemmin ilmaistu voi olla selventämistä. Kontrastoimisen avulla asiakas voi opetella erilaisia hänessä olevia tunteita joko soittamalla niitä itsekseen tai terapeutin kanssa. Myös *sisällyttäminen* (integrating), jossa terapeutti improvisoi vastakkaista tunnetta ja pyrkii saamaan asiakkaan yhdistämään, tasapainottamaan sekä yhteensovittamaan tunteen asiakkaan aikaisempiin tunteisiin, voi olla selventämistä. Nämä kaikki voivat siis toimia myös musiikillisena konfrontoimisena ja tulkintana asiakkaalle. Priestleyn (ibid.) jo useasti mainittu improvisaatiotekniikka *lohkominen* voi olla myös asiakkaalle selventämistä ja



osoittamista, sen pyrkiessä saada hänet huomaamaan tiedostamattomia, lohkottuja, tunteita jotain toista kohtaan. Lisäksi terapeutti ja asiakas voivat improvisoida asiakkaan eri persoonallisuuden puolia ja yleensäkin asiakkaan ristiriitaisia itse- ja objektisuhteita.

Vaikka Pavlicevic siis pitää jossain mielessä mahdollisena musiikin avulla tapahtuvaa tulkintaa, niin hän samalla kuitenkin varoittaa, että teoreettiset tulkinnat eivät saisi muodostua keinotekoiseksi pakoksi terapeutille. Terapia voi hänen mukaan pitää sisällään aspekteja, joita terapeutti tietää tai ei tiedä ja se pitää hyväksyä. Olen täysin samaa mieltä hänen kanssaan, että terapian tarkoitus ei ole vain selittää vaan myös ymmärtää asiakasta. Hermeneuttisen, tieteellisen käsityksen mukaan kaiken ymmärtäminen, totalismi, ei kuitenkaan ole mahdollista ja kaiken selittäminen ankarassa tieteessä taas olisi yksilön esineellistämistä luonnontieteelliseksi objektiksi. Tähänhän ei suinkaan psykoanalyttisessa terapiassa ole pyrkimys, vaikka sen teoreettiset käsitykset joskus sellaisia piirteitä omaavatkin.

#### **6.3.4 Musiikkipsykoterapia muistojen kokoajana ja musiikin kokonaisvaltainen kokeminen**

Vaihespesifinen teoria painottaa neuroosien hoidon kohdalla asiakkaan oman eletyn elämän kokoamista eheiksi muistikuviksi. Nähdäkseni meidän täytyy tarkastella vielä tätä näkökohtaa musiikkipsykoterapian kannalta, jotta voisimme paremmin vakuuttua vaihespesifisen teorian soveltuvuudesta musiikkiterapiaan. Jo aikaisemmin mainitsin lyhyesti, että musiikin synnyttämät mielikuvat voivat olla muistoja mikä onkin tavallista. Tämän havainnon hyödyntäminen eri tavoin musiikin avulla käsittääkseni mahdollistaa työskentelyn Tähkän edellyttämällä tavalla asiakkaan oman näkemyksen löytämiseksi hänen elämästään. Musiikkiterapiassa on käytetty nimenomaan *Bruscia*n mainitsemia lauluja muistojen läpikäymiseen terapiassa. Esimerkiksi vanhusten ja dementiasta kärsivien kohdalla laulujen hyödyntämisen on havaittu olevan oiva tekniikka. Montello (1998) kertoo tavastaan työskennellä traumatisoituneiden asiakkaiden kanssa kuuluvan, että hän pyytää asiakkaita tuomaan jonkun laulun terapiaan, joka on merkityksellinen heille. Tätä tekniikkaa olen myös itse käyttänyt. Montello vertaa sitä, miten hän työskentelee laulujen kanssa siihen, miten analyytikko tulkitsee unia. Hän kuvaa esimerkin nuoresta naisesta, joka toi terapiaan laulun, jonka

sanoilla oli suuri merkitys hänen ongelmansa ja taustansa kannalta: Asiakkaan mukaan laulu kertoi hänen elämästään ja kivustaan. Terapeuttisessa keskustelussa selvisi, että asiakas pelkäsi terapeutin hylkäävän hänet niin kuin kaksi aiempaa terapeuttia ja hänen perheensä oli tehnyt, mikäli hän avaisi suunsa. Montello (ibid., 302) oivalsi laulun säkeestä, ”But if my silence made you leave, then that would be my worst mistake.”, heidän suhteensa luonteen. Myöhemmin he pystyi käsittelemään asiakkaan hiljaisuuden takana olleita seksuaalisen hyväksikäytön yksityiskohtia myös sanallisesti ja se, että terapeutti ei kavahtanut asiakasta tämän vuoksi johti Montellon mukaan myöhemmin myös toiveikkaampaan lauluun terapiassa.

Toinen havainnollistava esimerkki musiikin avulla tapahtuvasta muistojen työstämisestä, johon liittyy myös soittaminen ja asiakkaan oman sävellyksen äänittäminen löytyy myös Montelloilta. Hän kertoo toisesta asiakkaasta, joka oli pianisti–säveltäjä, joka toi terapiaan äänittämänsä uuden sävellyksen. Tämänkin asiakkaan taustaan liittyi seksuaalinen hyväksikäyttö, joka oli tapahtunut omien vanhempien toimesta lapsena. Asiakas kertoi olevansa tyytyväinen soittoonsa ja myönsi sen hienouden mutta tunsu vaivaantumista tämän takia. Tähän liittyi muistoja hänen isästään, joka oli jatkuvasti hävennyt häntä. Hän oli kokenut tätä vaivaantumista äänittäessään sävellyksensä huippukohtaa. Tuolloin hän oli kangerellut sekä luhistunut psyykkisesti mutta oli soittanut sävellyksen kuitenkin loppuun niin, että hän ei ollut täysin tietoinen itsestään tuolla hetkellä. Terapiassa asiakas oli Montellon pyynnöstä soittanut tuota sävellystä ja tuolloin asiakas oli terapeutin mukaan eristänyt mielensä ja ruumiinsa. Musiikki ikään kuin lakkasi hengittämästä Montelloa lainaten. Tämän jälkeen terapeutti pyysi asiakasta soittamaan kappaleen vielä uudelleen, jolloin Montello lauloi sävellyksen mukana. Tämä muutti kokonaan tilanteen soiton kuulostaessa toisenlaiselta: Asiakas pystyi nyt Montellon mukaan yhdistämään mielen, ruumiin ja hengen soitossaan. Laulu oli yhdistänyt asiakkaan tunteet niin, että hän kykeni esittämään kappaleensa intohimoisesti. Mielestäni tämä lyhyt esimerkki kuvaa hyvin musiikkiterapian mahdollisuuksia psykoterapiassa, koska siinä havainnollistuu musiikin ja sen esittämisen kokonaisvaltaisuus suhteessa ihmisen olemassaoloon. Tunteiden ja muistojen kokeminen on mahdollista jopa ruumiillisiin elämyksiin yhdistettynä.

Yksi esimerkki vaihespesifiseen näkemykseen soveltuvasta musiikkiterapiatekniikasta on musiikillinen elämäankaari, jonka avulla konkreettisesti on mahdollista koota yhteen

asiakkaan henkilökohtaista elämänhistoriaa. *Musiikillisessa elämänkaari* -tehtävässä asiakkaan tehtäväksi annetaan koota ja tuoda terapiaan kronologisessa järjestyksessä musiikkia, jonka hän on kokenut merkitykselliseksi eri elämänvaiheissa. Terapiassa tämä musiikki, joka voi sisältää useita eri tyylisiä kappaleita, sitten kuunnellaan terapeutin kanssa läpi. Asiakas voi kertoa musiikkiin liittyvistä muistoista ja minkä takia se on merkityksellistä hänelle. Terapeutti voi luonnollisesti osallistua keskusteluun. Tämän oivan terapiatekniikan minulle opetti *Ahonen-Eerikäinen*.

Näyttäisi siltä, että erilaiset musiikkiterapian tekniikat ja taide, mukaan lukien tietysti musiikki, mahdollistavat psykoterapeuttiset oivallukset musiikkipsykoterapiassa. Olen tässä kappaleessa käynyt läpi vain joitakin esimerkkejä niistä lukuisista terapiatekniikoista, joita musiikkiterapian eri ilmaisumuodoilla on tarjota. Tanssi, draama eri muodoissaan, leikki, liikunta, kuva ja kirjoittaminen kaikki antavat mahdollisuuksia oivalluksiin niiden välineille ja ilmaisutavoille ominaisilla keinoilla. Voin sanoa näin siksi, että tämän tutkielman valossa oivallus on liitettävissä erilaisiin kokemuksiin, johon kuuluu ruumiillinen elämys yhdistettynä huippukokemukseen sekä yksilön oman eksistentiaalisen täälläolon oivaltaminen tässä ja nyt hetkessä. Taidehan nimenomaan luo tällaisia, voimakkaita kokemuksia ja on paljon sitten terapeutin luovuudesta ja asiakkaan ilmaisukeinoista kiinni, kuinka tätä kokemusta hyödynnetään. Juuri se, että taide on symbolista ja viittaavaa; sen sisältö voi viitata johonkin siitä ulkopuoliseen, kuten tunteisiin, muistoihin erinäisistä kokemuksista ja tapahtumista sekä toisiin ihmisiin ja kulttuuriin, mahdollistaa moninaiset merkitykset. Näitä merkityksiä voidaan terapiassa sitten yhdessä asiakkaan kanssa tutkia, miten ne liittyvät hänen ongelmiinsa ja hänen niille antamiin merkityksiin. Siten tällainen sekä taiteellinen että sanallinen työskentely omaa paljon mahdollisuuksia erilaisiin oivalluksiin.

Vaihespesifisessä teoriassa *Tähkä* määrittelee terapeutin tekemät sanalliset tulkinnat tärkeimmäksi terapeutin työvälineeksi neuroositasoisten ongelmien hoidossa, hän ei pohdi muunlaisten tulkintojen mahdollisuutta. Mielestäni musiikkipsykoterapiassa ei tämän tutkielman valossa voida puhua samassa laajuudessa musiikillisesta, psykoterapeuttisesta tulkinnasta kuin mitä tulkinnolla sanallisessa psykoterapiassa tarkoitetaan. Musiikilla ja taiteella, johon ei liity sanoja, ei ole kielen ominaisuuksia, kuten olemme aikaisemmin käyneet läpi. Vaikka musiikki kuitenkin on merkityksellistä

ja terapiassa tämä musiikin merkitys voi siirtyä terapeutilta asiakkaalle, niin sen sisältämä sanoma jää kuitenkin epätarkaksi ilmaisemaan niitä yksityiskohtia, johon vain kieli on kykenevä. Kuten muistamme *Langer* puhuu musiikista esittävänä muotona, ei kertovana. Näin ollen musiikkipsykoterapiassa joudutaan käyttämään myös mahdollisesti sanallisia tulkintoja tilanteesta riippuen.

Tärkeimmäksi keinoksi asiakkaan vapautumisessa neurooseissa Tähkä kuitenkin esitti nimenomaan oivalluksen mikä on tulkinnan ensisijainen tarkoitus terapiassa. Oivalluksen syntymiseen ei tarvita sanoja, tämän olen luullakseni riittävän selvästi pystynyt esittämään tässä luvussa. Musiikki ja taide ovat omiaan synnyttämään huippukokemuksia, joihin liittyy oivallus yhdessä syvien tunteiden ja ruumiillisen kokemisen kanssa. Oivallus sinänsä ei tarvitse sanoja avukseen vaan ne voivat myöhemmin liittyä siihen ja selventää tätä kokemusta. Sanallinen työskentely voi jatkaa tästä ja pyrkiä selventämään, mitä asiakkaan tunteeseen liittyy, jotta oivalluskokemus saisi jäsentyneen muodon ja asiakas voisi hyödyntää sitä elämässään. Jaan kuitenkin Schaverien (1999) käsityksen, että oivallus voi olla myös osin tiedostamatonta ja tunteenomaista, jonka liian aikainen verbalisointi voi viedä tämän kokemuksen merkityksen asiakkaalta. Se ei tällöin saa sitä symbolista muotoa, johon asiakas olisi valmis vaan sen sijaan asiakas voi sulkea puolustusmekanismeillaan asian, ilmiön, joka on saamassa ilmiönsä pois kokemuksestaan liian uhkaavana. Terapeuttisen oivalluksen ollessa kyseessä niin emme halua tietenkään käyvän. Oivallus ei tässä mielessä siis tarvitse sanallistamista ollakseen terapeuttista. Sehän olisi ristiriitaistakin siltä kannalta, että musiikki ei ole kertova muoto vaan nimenomaan esittävä muoto, johon tunteet voidaan sijoittaa, kokea ja niitä siinä tutkia. Musiikin kokemisesta voidaan myös erottaa noesis, intuitiivinen ymmärrys, sekä noema, kokonainen merkitys, joka voi saada sanallisen muodon. Musiikki itsessään voi olla siis terapeuttista, se ei välttämättä kaipaa sanoja avukseen ollakseen hoitavaa tai mahdollistaakseen oivalluksen, vaikkapa tunteisiin pohjautuvan sanattoman ymmärryksen.

Tämän perusteella näkisinkin musiikin ja taiteen hyväksikäytön psykoterapiassa vaihespesifisen teorian edellyttämällä tavalla oivalluksien synnyttäjänä hyvin perusteltuna. Musiikkiterapian erikoispiirteet musiikkia ja taidetta hyödyntävänä hoitomuotona nimenomaan tekevät siitä psykoterapeuttiseen oivalluksiin pyrkivään työskentelyyn soveltuvaa. Musiikkipsykoterapia ei siis välttämättä mielestäni tarvitse

oivallukseen pelkästään sanallista psykoterapiatekniikkaa, kuten verbaali tulkinta, vaan se seisoo tässä suhteessa niin sanotusti tukevasti omilla jaloillaan. Näin myös tarkasteltuna vaihespesifisen teorian kannalta.

Lopuksi sopinee lainata *Langerin* paljon siteerattua ajatusta, että musiikki voi olla totta tavalla, johon kieli ei pysty. Tämä liittyyne luullakseni juuri yksilön kokonaisvaltaiseen musiikin kokemiseen, jossa ihmisen koko olemassaolo värähtelee tunteineen ja ruumiillisine elämyksineen. Näin ollen musiikista voi avautua sellainen mahdollisuus, jossa se puhuttelee ihmistä; saa hänet oivaltamaan jotain olennaista minkä hän vain itse voi tuntea. Sitä ei voi toiselle täysin selittää mutta johon kuitenkin voi liittyä oivallus ja ymmärrys omaa täälläoloa kohtaan. Sitä ei välttämättä voi pukea edes sanoiksi mutta silti se esittää jotain kokijalleen. Tätä käsittääkseni Langer (1942; 1953) juuri tarkoitti nimetessään musiikin *esittäväksi muodoksi* kertovan muodon sijasta. Tämä musiikin puhuttelevuus tai totuus yksilölle ei tule kuitenkaan sellaisenaan, ikään kuin ulkoapäin annettuna, tarkastelemmeko sitä niin hermeneutiikan, eksistentiaalisen fenomenologian tai symbolisten muotojen filosofian kannalta. Ei, tieto, merkitys, taide, musiikin puhuttelevuus ja musiikki itsessään ovat eläviä, dynaamisia muotoja, kuten Langer puhuu taiteesta. Ne ovat symbolisia muotoja, jotka saavat ilmiänsä yksilön hengen energiasta, joka voi olla lähellä sitä, mitä tarkoitamme vitaaliaffekteilla mutta mitkä nekin kuitenkin ovat vain yksi ilmaisu siitä kokonaisuudesta mikä aina jää ilman näkyvää ilmiänsä, nimittäin puhdas ilmiö. *Heidegger* puhuisi ehkä myös puhtaasta olemassaolosta. Musiikin ilmiänsä alla on yksilön koko olemassaolo ruumiillisen, tajunnallisuuden ja tilanteen kokonaisuutena, joista se saa symbolisen muotonsa – ilmiänsä olemassaololleen, esittävyys. Näin pidänkin tärkeänä tarkastella seuraavassa luvussa erikseen näitä dynaamisia muotoja, joita myös musiikkiterapian improvisaatio pitää sisällään, kuten Pavlicevic (1997) on oivaltanut. Lähestyn tätä aihetta sen avulla, miten Pavlicevic osuvasti kuvasi musiikkiterapiassa tapahtuvaa peilaavaa improvisaatiota, jossa myös hänen mukaansa syntyy asiakkaan ja terapeutin välisestä improvisaatiosta yhteinen, dynaaminen muoto. Nähdäkseni käsitteissä peilaaminen ja dynaaminen muoto yhdistyy moni niistä asioista, niin esimerkiksi terapiatekniikoista ymmärryksen välineinä kuin symbolisten muotojen osalta, joita olen tässä tutkielmassa käsitellyt.

#### **6.4 Musiikillinen peilaaminen, dynaamiset muodot ja eriytyminen – yhteenvetoa vaihespesifisen teorian ja filosofisen tarkastelun synnyttämistä merkityksistä käytännön musiikkipsykoterapialle**

Edellisen kappaleen loppuosa johdatti meidät jo tämän kappaleen teemoihin tuodessaan esiin, miten musiikki ja taide ovat ilmausta yksilön tunteista ja elämyksiä, jotka saavat symbolisen ilmiön. Cassirer puhui symbolisista muodoista, hengen ”kuvista” (image), jotka voivat olla muutakin kuin visuaalisia ilmauksia, siis esimerkiksi ääntä, musiikkia, tanssia... Langer (1953) jatkoi hänen teoriaansa taiteen osalta ja puhui niistä dynaamisina muotoina. Musiikki on hänen mukaansa dynaaminen muoto, jossa ilmiö saa symbolisen, merkityksellisen, ilmiön. Musiikki ei hänen mukaansa välitä suoraa, kerronnallista, merkitystä vaan se koostuu emotionaalisista muodoista, joihin yksilö voi sijoittaa omat tunteensa ja merkityksensä. Musiikissa värähtelee Langerin mukaan ihmisen olemassaolo sen elintärkeinä, ruumiillisina rytmeinä, jännitteinä ja emootioina. Samalla se kuitenkin on myös kulttuurin ilmentymää, kulttuurillinen muoto, kuten myös Cassirer nimittää symbolisia muotoja.

Tässä luvussa olemme huomanneet siis, että musiikki on voimakkaasti yhteyksissä yksilön kokonaisvaltaiseen olemassaoloon: Musiikki voi rauhoittaa ja rentouttaa sen samanmuotoisuudella ruumiillisten rytmien kanssa sekä assosiaatioiden ansiosta, jotka liittyvät varhaiseen lapsuuteen. Musiikki voi välittää myös toisen ihmisen sosiaalista empatiaa sekä sen suomat oivallukset voidaan kokea huippukokemuksina, joissa ruumiillinen ja tajunnallinen kokemus sulautuvat voimakkaasti yhteen. Tämä herättää kysymyksen mikä on musiikin rooli dynaamisena muotona musiikkiterapian improvisaatiossa. Voidaanko musiikkiterapiassa syntyvästä asiakkaan ja terapeutin välisestä improvisaatiossa puhua yhtenä omana dynaamisena muotonaan? Jos voidaan, niin mihin sen terapeuttinen vaikutus perustuu musiikkipsykoterapiassa tarkasteltuna filosofian, vaihespesifisen teorian ja yleensäkin psykoanalyysin kannalta? Millainen toiminta ja tapahtumat ovat kyseessä, mikäli oletamme musiikkiterapian improvisaation olevan dynaaminen, symbolinen muoto, jollaiseen käsitykseen tämä tutkielma on vienyt? Yritän tässä kappaleessa, joka on tutkielmani musiikkipsykoterapian käytännön terapiamenetelmiä vaihespesifisen teorian ja filosofian näkökulmista käsittelevän luvun loppuosa, vastata näihin esiin nousseisiin kysymyksiin.

Tämä kappale on myös yhteenveto musiikkipsykoterapian luonteesta tutkimuksessani esille tulleiden merkitysten valossa ja omista johtopäätöksistäni niihin liittyen, niin musiikkipsykoterapian suomien merkityksien kuin terapeutin vaikutuksenkin suhteen. Muistutan kuitenkin, että esittämäni teoria ja oletus on filosofinen teoria, joka perustuu loogiseen argumentaatioon eikä empiiriseen aineistoon. Siten kaikki filosofiset käsitteet eivät ole suoraan sellaisenaan siirrettävissä käytännön kokemukseen, empiriaan, vaan on pidettävä mielessä, että ne pyrkivät kuvaamaan tämän kokemuksen rakentumista metateoreettisella tasolla eli miten kokemus voidaan käsittää järjestelmällisesti rakentuvan tieto-opillisessa ja ontologisessa mielessä. Sellaiset filosofiset termit, kuten noesis, noema, eivät siten kuvaa todellisuutta sinänsä vaan miten se voidaan teoreettisessa mielessä ymmärtää muodostuvan. Tällaiset käsitteet auttavat kuitenkin meitä tutkimaan todellisuutta ja lähestymään sitä empiirisesti oikein tutkimusmenetelmin, niin laadullisin kuin määrällisin. Olen siis samaa mieltä kuin Rauhala (1974), että filosofinen tutkimus ei voi korvata empiirisistä tutkimusta.

#### **6.4.1 Musiikkiterapian improvisaatio dynaamisena muotona**

Pavlicevic (1996; 1997; 1999) on nimittänyt musiikkiterapiassa tapahtuvaa asiakkaan ja terapeutin välistä, vapaata improvisaatiota dynaamiseksi muodoksi. Vaikka hän käyttääkin käsitettä ”dynaaminen muoto”, niin hän käyttää sitä eri merkityksessä kuin Langer, vaikka lopputulos muistuttaakin vahvasti myös Langerin käsitettä. Siinä kuin Langer lähestyy musiikin dynaamisia muotoja enimmäkseen estetiikan ja filosofian kannalta, niin Pavlicevicin tarkastelu pohjautuu paljolti psykologiaan ja empiiriseen lapsitutkimukseen siinä. Pavlicevicin käsite dynaamisista muodoista perustuu näin ollen äidin ja lapsen varhaiseen vuorovaikutukseen sekä siihen liittyvään Sternin (1985) esittelemään käsitteeseen virittäytyminen. Virittäytymisellä Stern tarkoitti, kuten muistamme, äidin lapsen tunteisiin eläytyvää peilaamista. Virittäytyminen tapahtuu Sternin mukaan siten, että

- 1) äiti tarkkailee lapsen ulkoista käyttäytymistä ja yrittää lapsesta huolehtiessaan löytää siitä esiin tulevan sisäisen tunteen
- 2) äiti pyrkii vastaamaan ja ilmaisemaan vauvasta välittyvän tunteen, jollain muulla aistialueella, kuitenkin kokonaan matkimatta lasta

- 3) lapsi tunnistaa omien tunteidensa liittyvän jollain tapaa äidin reaktioihin ja huomaa, ettei se ole pelkkää matkimista.

Tällainen äidin aistirajat ylittävä virittäytyminen huolenpidossaan lapseensa on Sternin mukaan pohja kaikelle myöhemmälle ihmisten väliselle vuorovaikutukselle ja tunteiden ymmärtämiselle. Tämä sopii siis hyvin yhteen sen kanssa, mitä Winnicott tarkoitti käsitteellään huolenpito ja sen merkityksellä itsen kehitykselle. Tämä Sternin (1982; 1985) empiiriseen tutkimukseen pohjautuva havainto tukee siis myös *Winnicottin* ja *Tähkän* psykoanalyttisia käsityksiä itsen kehityksestä, vaikka tästä havainnosta syntyvät teoriat ovatkin erilaisia. Sternin olettamus itsen kehittymisestä ei pidä sisällään itsen eriytymistä vaan näkee itsen olevan eriytynyt lapsen elämän alusta alkaen.

Pavlicevic lähestyy dynaamisia muotoja nimenomaan kehityspsykologiselta kannalta eli miten ihmisten välinen, emotionaalinen vuorovaikutus psykologisessa mielessä kommunikoi keskenään. Hän viittaa myös juuri Sternin käsitteisiin amodaalinen aistiminen ja vitaaliaffektit, joita olen selostanut aiemmin, dynaamisten muotojensa yhteydessä. Pavlicevic vaikuttaa siis ajattelevan, että dynaamiset muodot ovat näiden psykologisten ilmiöiden synnyttämiä; siis sinänsä todellisia ja maailmassa olevia. Symboliset muodot, joita Langerin dynaamiset muodot siis edustavat, ovat puolestaan filosofisia käsitteitä, jotka pelkästään kuvaavat, miten ilmiö muodostuu monikerroksisista merkityksistä, jotka saavat voimansa hengen energiasta. Ilmiön saama merkitys ei siis tässä mielessä voi koskaan olla itse ilmiö, kuten jo aiemmin totesin. Toistan siis jo aiemmin toteamani seikan, että filosofisessa mielessä emme voi väittää, että vitaaliaffektit ja niihin liittyvät amodaaliset aistimukset olisivat puhdasta hengen energiaa, dynaamista muotoa. Nämä ryöpsähdykset, matelevuudet, iloisuudet, räjähtävyydet ym. vitaaliaffektit ja fysiologiset kokemukset ovat nekin vain ilmauksia itse ilmiöstä ja hengen energiasta. Ne kuvaavat psykologisella tasolla tätä perustavaa hengen energiaa mutta emme voi kuitenkaan väittää niiden olevan itsessään se filosofisessa mielessä, vaikka ne kuitenkin myös varmasti kuuluvat osana siihen. Ehkä ne hyvinkin ovat lähelläkin puhdasta, yksinkertaista energiaa, joka olemassaoloon ruumiillisena, tajunnallisena ja situationalisena kokemuksena liittyy. Mielestäni kuitenkin näitäkään kokemisen muotoja ei voi sanoa jonkin merkityksellisen kokemuksen, kuten musiikin, alkuperäksi syyllistymättä redusointiin. Rauhalahan



(1997b) käytti käsitettä ”psykykinen” hieman eri tavoin sen tavallisesta merkityksestä poiketen tarkoittamaan juuri kokemuksia, jotka ilmenevät tajunnassa jännitteisinä tiloina, kuten kipulina, pelkoina, ahdistuksena jne., joihin ei liity tarkempaa merkitystä. Merkitykselliset, tajunnalliset kokemukset hän nimesi erotukseksi ”henkiseksi” kokemiseksi. Nähdäkseni vitaaliaffektit kuuluvat tällaisen jaottelun mukaan nimenomaan psykykkisiksi jännityksiksi, joihin ei liity vielä tarkempaa merkitystä.

Pavlicevic päätyy kuitenkin dynaamisissa muodoissaan ulkoisesti hyvin samankaltaiseen lopputulokseen kuin mitä Langer tarkoitti omalla käsitteellään, jolla on perustansa symbolisten muotojen filosofiassa. Pavlicevic (1997, 130) nimittäin esittää kaaviossaan, miten dynaaminen muoto muodostuu tunteiden ja musiikin välimaastossa: Se pitää sisällään yksilön tunteet, sisäiset mielialat, maailmassa olemisen, sen kanssa toimimisen ja siihen vaikuttamisen. Musiikki puolestaan edustaa Pavlicevicin mukaan dynaamisessa muodossa improvisoitua, esisävellettyä, kulttuuria, osaa hermostollis–biologista olemassaoloa sekä vuorovaikutusta ja itsen synkronointia. Pavlicevicin määritelmästä käy ilmi, että hän liittää dynaamiseen muotoon yksilön tiluatiön ja esiymmärryksen, joita ovat kulttuuri sekä esisäveltäminen, joista syntyy symboliselle muodolle ominainen merkitykseen liittyvä historia. Tämä musiikillinen historia tai esiymmärtäneisyys liittyy sitten yhteen yksilön tunteiden kanssa sekä sen kanssa, miten hän on ja kokee maailman. Tähän ruumiillisena olemassaolon aspektina liittyy luonnollisesti biologia, jonka Pavlicevic on sijoittanut musiikin ominaisuudeksi. Se voisi olla kuitenkin myös emootioiden alla, koska musiikki ei merkitystä sisältävänä asiana voi olla maailmassa ilman intentioivaa ihmistä, vaikkakin se oliona omaa myös nämä esineellis–orgaaniset puolet, jotka liittyvät myös ihmisen olemassaoloon ruumiillisena olentona, kuten musiikin havaitsijana ja kokijana.

Syyllystykö Pavlicevic sitten filosofisen käsitteen väärinkäyttöön antaessaan dynaamiselle muodolle konkreettisen, psykologisen merkityksen? Ei, koska Pavlicevic on ikään kuin lainannut vain nimen dynaamisen muodot Langerin filosofiasta ja käyttää sekä perustelee käsitteensä omalla tavallaan, psykologisesta ja musiikkiterapian improvisaatiön näkökulmasta. Itse näkisin niin, että Pavlicevicin käsitys dynaamisista muodoista täydentää psykologisessa mielessä Langerin käsitettä musiikista, jos vain emme ajattele, että musiikki ilmiönä ja kokemuksena, olemassaolossaan, olisi konkreettisesti tämä dynaaminen muoto. Meidän on muistettava, että se on myös

symbolinen muoto, joka ilmaisee merkityksinä jotakin mikä itsessään ei ole ilmaistavissa ja tule esille – ilmiö sinänsä.

#### **6.4.2 Peilaamisen merkitys musiikkipsykoterapiassa**

Pavlicevic (ibid.) kehitti improvisaatiomenetelmän, joka perustuu hänen omaan käsitykseensä dynaamista muodoista, johon hän sai siis ajatuksen Sternin (ibid.) esittämästä virittäytymisestä, joka tapahtuu äidin ja vauvan välillä. Sternin vuorovaikutusteoriaan perustuvat improvisaatiotekniikat mukailevat äidin ja vauvan välistä tunteiden vaihtoa, jossa äiti virittäytymällä ikään kuin peilaa lapsen kulloisiakin tunteita. Pavlicevic nimittikin improvisaationsa peilaamiseksi, joka yleisessä mielessä pitää sisällään kolme eri vaihetta, jotka ovat terapian kronologisessa järjestyksessä

- 1) peilaaminen (kapeassa mielessä)
- 2) yhteensovittaminen (matching)
- 3) reflektio.

Peilaamisessa kapeammassa mielessä terapeutti synkronoi soittonsa samanaikaiseksi asiakkaan kanssa ja virittäytyy hänen tunteisiinsa ja soittoonsa. Ahonen-Eerikäinen (1998) puhuu osuvasti samalle aaltopituudelle menemisestä. Yhteensovittamisessa terapeutti taas kohdistaa soittonsa vain tiettyihin aspekteihin asiakkaan musiikissa, kuten dynamiikkaan, sävelkorkeuteen tai rytmin osiin. Kehittyneimmässä peilaamisen muodossa asiakas ja terapeutti soittavat erilaisia kuviota vastavuoroisesti niin että soitto kuitenkin kuulostaa jotenkin yhteensopivalta. Reflektiona voidaan pitää esimerkiksi tavanomaista jazz-improvisaatiota; terapiassa soiton ei kuitenkaan reflektiossaakaan tarvitse olla varsinaisesti taidokasta tai edes musikaalista perinteellisessä mielessä.

Tämä Pavlicevicin mallin mukainen peilaaminen ja virittäytyminen perustuu myös terapeutin ymmärrykseen asiakkaasta, kuten Ahonen-Eerikäinen (ibid.) on oivaltanut. Hän puhuu myös dialogista asiakkaan ja terapeutin välillä heidän improvisaatioissaan. Tämä virittäytyminen ja peilaaminen, dialogi, on myös ajateltavissa hermeneuttisen kehän kaltaisena tapahtumisena, jossa asiakkaan ja terapeutin merkitykset, mielet, ovat vuorovaikutuksessa ja vaikuttavat toisiinsa. Ahonen-Eerikäinen (ibid., 64) puhuu

peilaamisen olevan vastavuoroisuutta, joka mahdollistuu terapeutin virittäytyessä asiakkaaseen ja antautuessa sulautumiseen ja jakamiseen asiakkaan kanssa.

Hermeneuttisen ymmärryksen avulla voidaan tämän jakamisen ja sulautumisen ajatella käsittävän myös terapeutin mielen erottamisen, itsen erillisyyden kokemisen, jotta ymmärrys olisi mahdollista. Psykoottisella tai autistisella asiakkaalla tämä eriytyminen voi olla vasta orastava mutta terapeutin peilaamisen ja vuorovaikutuksen avulla se mahdollistuu. En siis allekirjoita tässä Sternin (1985) käsitystä, että psykoosi ei ole eriytyksen kokemuksen menettämistä ja regressiota sitä edeltävään kehitysvaiheeseen. Pyrin tästä edespäin välttämään “dialogi” sanaa, jotta musiikillinen tai muu taiteellinen ilmaisu ei sekoittuisi ontologisessa mielessä kieleen, jota se ei ole, kuten jo todettua.

Virittäytyminen ja peilaaminen muodostanevatkin oleellisen tapahtuman musiikkipsykoterapiassa, oliko peilaaminen sitten sanallista, musiikillista tai vain asiakkaan samastumista terapeuttiin. Psykoanalyysin alueella *Rayner* (1992) on kiinnittänyt huomiota vastaavankaltaiseen analyytikon virittäytymiseen asiakkaaseen heidän välisessä keskustelussaan. Hän löysi tällaista virittäytymistä nimenomaan terapeutin ja asiakkaan välisissä äänen painoissa, puheen rytmisissä sekä keskustelujen teemoissa. *Rayner* kuvasi terapian vaiheita ja sen sisältämää keskustelua pienien, runonomaisten laulunsäkeiden avulla. Näiden avulla hän alustavassa artikkelissaan yritti kuvata verbaalisen terapian sisältämää amodaalista virittäytymistä, miten terapeutti sanallisesti reagoi yhdenmukaisesti siihen, miten asiakas kertoi asioistaan mukaan lukien asiakkaan ja terapeutin välisen transferenssin. *Rayner* käytti nimenomaan musiikin ja runon keinoja kuvaillessaan terapian teemoja, koska amodaalisuus ja virittäytyminen omaavat musiikin- ja tanssinomaisuutta, samoin kuin niitä kuvaava kieli, kuten jo *Stern* (ibid.) esitti. *Rayner* oletti myös, että terapeutin virittäytyminen toisella aistialueella asiakkaan tunteisiin auttoi asiakasta eheytytään ja saamaan sanattoman oivalluksen. Tämä on sopusoinnussa sen kanssa, mitä olen esittänyt sanattomista oivalluksista ja kertoo meille, että myös terapeutin peilaaminen, niin sanallinen kuin musiikillinen, voi luoda asiakkaassa oivalluksia.

Peilaaminen ja virittäytyminen mahdollistavat vuorovaikutuksen terapiassa ja niiden avulla on mahdollista ymmärtää toista esimerkiksi sanattoman vuorovaikutuksen alueella. Kliinisessä improvisaatiossa syntyvällä musiikilla on perustansa terapian tiluutiossa, musiikin ja taiteen horisontissa sekä niihin liittyvässä asiakkaan ja

terapeutin esiymmärryksessä. Terapeutti voi musiikin ja taiteen tilanteen avulla, joka liittyy myös hänen henkilökohtaiseen ja terapian tilanteeseen, luoda tilanteita, noemia, asiakkaan tunteita. Nämä tilanteet voivat olla myös uusia rakenteita asiakkaan itsessä edellyttäen että asiakas samastuu musiikkiin tai taiteeseen. Sublimaatio luo siis uutta rakennetta.

Oleellista uuden rakenteen syntymiselle on kuitenkin terapeutin ymmärrys, johon hän tarvitsee virittäytymistä asiakkaan tunteisiin ja tilanteeseen. Tämä edellyttää terapeutin riittävää esiymmärrystä ja kehittyneisyyttä, jotta asiakkaan ja terapeutin välinen kohtaaminen on mahdollista. Esiymmärryksen ei kuitenkaan tarvitse olla tietoista tai sanallista vaan se voi tapahtua esitietoisella tasolla. Tätä filosofista esiymmärtäneisyyttä on nähdäkseni mahdollista ymmärtää sen avulla, mitä lapsen ja äidin välisestä, varhaisesta vuorovaikutuksesta on esitetty: Sternin (ibid.) tutkimuksiin pohjautuvien näkemysten mukaanhan vauvalla on synnynnäistä taipumusta sosiaaliseen vuorovaikutukseen mutta lapsi myös kehittää vuorovaikutustaitojaan ja kykyä tunnistaa tunteita ihmisten välillä äidin ja lapsen varhaisessa suhteessa. Kuten mainittua, näitä osin opittuja ja luontaisia vuorovaikutustaitojaan yksilö käyttää aina myöhemmässä elämässään ja uusissa objektisuhteissaan. Sternin ym. (1998) käsityksen mukaan osa psykoanalyysissä tapahtuvista muutoksista olisi selitettävissä tällaisten terapeutin luontaisten virittäytymisten avulla asiakkaan tunnetilaan. He suosittelevat, että terapeutti virittäytyy sanallisessa terapiassa asiakkaan tunnetiloihin niin kuin äiti liikkuu mukana lapsen tunnetiloissa. Tärkeänä he pitävät ”nyt-hetkiä” ja asiakkaan ja terapeutin välistä ”kohtaamishetkeä”, jolloin terapeutti ei käytä ammatillisia, valmiita terapiatekniikoita, kuten tulkintaa, selventämistä jne. vaan kohtaa asiakkaansa emotionaalisesti tässä hetkessä kuin kuka tahansa ihminen. Tällaisella ihmiselle tyypillisen kokemuksen avulla he uskovat olevan mahdollista saada asiakkaassa perinteisen tulkinnan ohella muutoksia. Tällaiset muutokset tapahtuvat heidän mukaansa kognitiivisesta psykologiasta tutun epäsuoran tietämisen kautta, joka ei siis ole välttämättä tietoista. Epäsuoraa tietämistä on esimerkiksi se, että autoa ajaessaan ihminen ei tietoisesti mieti, mitä hän tekee, mitä polkimia hän painaa jne. vaan harjaantunut kuljettaja pystyy suoriutumaan näistä toimenpiteistä ikään kuin automaattisesti ja ajattelemaan vaikkapa muita asioita samalla. Perinteellinen tulkinta taas kohdentuu heidän mukaansa diskursiivisen tietämyksen alueelle, jossa tietoinen ja sanallinen työskentely ovat mahdollisia.

Tämä on mielenkiintoista nimenomaan musiikkiterapian kannalta, koska siinä työskentely juuri monesti tapahtuu pelkästään musiikin tai muun esittävän taidemuodon välityksellä eikä kerronnallisen muodon avulla. Näin ollen musiikillinen peilaaminenkin tapahtuisi ainakin osittain epäsuoran tietämyksen avulla, jonka oivallukset eivät kuitenkaan siten perustuisi Sterniä ym. (ibid.) mukaillen varhaisten pettymysten tai ongelmien uudelleen elämiseen vaan tämän hetkisten vuorovaikutuskokemusten vaiheittaiseen muutokseen. Uudet, positiiviset vuorovaikutuskokemukset epäsuorassa tietämyksessä siis mahdollistavat aikaisempien terapiasuhteeseen liittyvien vuorovaikutusmallien muutoksen ja kehittymisen uudella tavalla aina uuden kokemuksen jälkeen. Filosofisessa mielessä asiakkaan esiyymmärtäneisyydessä tapahtuu tällöin muutoksia. Sternin ym. empiiriseen psykologiaan pohjautuvat näkemykset muistuttavat mielenkiintoisesti *Rauhalan* filosofista situationaalisen säätöpiirin käsitettä, joka myös näkee kokemusmaailman tapahtuvan jatkuvassa muutoksessa, jossa yksilön tämän hetkiset kokemukset saavat merkityksensä aikaisempien kokemusten pohjalta. Sternin ym. tutkimus siis vahvistaa empiirisesti myös tätä filosofista näkemystä.

Näin ollen musiikkiterapiassakin tapahtuvan musiikillisen peilaamisen ja virittäytymisen voidaan ajatella peilaavan sekä luontaisia vuorovaikutussuhteessa olon tapoja että käsitykseni mukaan myös varhaisia, transferenssiin perustuvia, ihmissuhteita. Peilaaminen siis oletettavasti herättää asiakkaassa niin diskursiivista kuin epäsuoraa tietämystä. Voimmehan kokea musiikinkin ikään kuin automaattisesti, jolloin meidän ei tarvitse tietoisesti ajatella ja analysoida, mitä säveliä, rytmejä, äänenvoimakkuuksia, musiikki pitää sisällään vaan tajuntamme on avoin kokemaan musiikin ilman siihen kohdistuvaa erityistä tarkkaavaisuutta. Musiikkipsykoterapian peilaaminenkin tapahtuu siis osittain tällä suoran kokemuksen alueella, jossa musiikkiin liittyviä kokemuksia ja sanattomia merkityksiä voidaan heijastella epäsuoran tietämyksen avulla spontaanisti. Nähdäkseni juuri tähän musiikin kokemuksen epäsuoraan tietämiseen perustuu se, että musiikki vaikuttaa syvällisesti yksilön tunteisiin, ohittaa monesti kivuttomasti yksilön suojautumiskyvyt ja tuo esiin tiedostamatonta materiaalia. Tällä vastaisin Ruudin (1998) aiheelliseenkin kritiikkiin hänen kyseenalaistaessa yksioikoista käsitystä, jonka mukaan musiikki ohittaa yksilön egon sekä puolustusmekanismit ja siten suoraan vaikuttaisi tiedostamattomaan. Näin ei varmasti ole vaan musiikin kokemiseen liittyä aina myös tietoinen, diskursiivinen tietämys. Myöskin yksilön ulkoisia ärsykeitä

kontrolloivat ja mielen sisäistä järjestystä ylläpitävät rakenteet aina osallistuvat siihen, millainen kokemus, merkitys, musiikista syntyy. *Freudin* terminologialla ilmaistuna ego vastaa tästä musiikin organisoinnista, kuten Kohutilta ja Levarielta (ibid.) aiemmin opimme.

Asiakkaan aiemmat kokemukset voivat siis oman käsitykseni mukaan pitää sisällään myös ne kehityksen ja yksilön varhaisen vuorovaikutuksen puutteet, jotka voivat perinteelliseen, psykoanalyttiseen näkemykseen pohjautuen, esimerkiksi Tähkän (1997) ja Winnicottin (ibid.) mukaan, vaikuttaa yksilön itsen kehitykseen. Joten mielestäni myös näiden psykoanalyttisten käsitysten mukaiset merkitykset yksilön itselle ja objektisuhteille kuuluvat epäsuoran tietämyksen ja muistin alueelle, siis tiedostamattomaan, ja siten vaikuttavat siihen, minkälaiseksi hänen esiymmärtäneisyytensä muodostuu. Musiikkipsykoterapian peilaamisessa myös nämä kokemukset ovat osa yksilön situationaalista säätöpiiriä ja siinä syntyviä merkityksiä. Situationaalista säätöpiiriä ei pidä sekoittaa minkäänlaiseen mekanismiin, joka toimisi ihmisten välillä vaan se on olemassaoloa ja kokemusmaailmaa puhtaasti kuvaava termi. Tähän liittyen en voi mitenkään hyväksyä sellaista käsitystä, jonka mukaan yksilöiden välillä olisi olemassa sellainen mekanismi kuin *projektiivinen identifikaatio*, kuten jotkut kirjoittajat tuntuvat liittävän empaattiseen vuorovaikutukseen ihmisten välillä ja peilaamiseen musiikkiterapiassa (Brown, 1999; Rayner, ibid.). En näe mitään tarvetta tällaisen termin käyttöön, koska katson itsen kehittyvän äidin ja lapsen välisessä huolenpidossa, johon liittyy äidin virittäytyminen, joka luo pohjan muille, myöhemmille vuorovaikutuksen tavoille. Tämä vuorovaikutus saa alkunsa niin yksilön synnynnäisistä potentiaaleista vuorovaikutukseen kuin hänen kehityksessään sisäistämistä vuorovaikutusmalleista. Myöskään musiikillinen peilaus ei tarvitse mitään mekanismia taakseen, koska musiikki on *Langerin* tarkoittamassa mielessä dynaaminen muoto, jonka merkityksellisyys muodostuu yksilön siihen asettamista emootioista ja kokemuksista, joihin ympäröivä kulttuuri on vaikuttanut. Siten ei peilaaminen eikä muukaan musiikillinen ilmaisu voi olla projektion, itselle vahingollisten ja kielteisten piirteiden siirtäminen toiseen kohteeseen, seurausta ja siihen samastumista.

Pidän musiikkipsykoterapiassa tapahtuvaa peilaamista ja sen sisältämiä sulautumis-eriytymis-kokemuksia liittyvänä äidin ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen ja siten yksilölle luontaisena, emotionaalisena suhteessa olon muotona sekä dynaamisena

muotona. Peilaaminen voi siis olla osa transferenssia mutta sulautumiskokemuksia ei voi pitää yksinomaan patologisina ja ilmauksena projektiivisesta identifikaatiosta, kuten Streeter (1999) esittää. Tässä olen siis samaa mieltä Pavlicevicin (1999) kanssa dynaamisten muotojen kommunikatiivisesta merkityksestä, johon ei hänenkään mukaan liity itsessään mitään patologista. Musiikissa ei ole mitään, joka voitaisiin yksilön mentaalisisessä kokemuksessa erotella akselilla ulkoinen ja sisäinen: Se on puhtaasti sisäinen kokemus, joka ilmaisee yksilön aiempia kokemuksia, hänen olemassaolonsa ja siten hengen energiaa. Näin ollen se myös merkityksineen heijastelee kulttuuria. Musiikin merkityksen voidaan ajatella syntyvän sellaisenaan ilman mitään erityistä dualistista mekanismia. Musiikissa soi siis ihmisen olemassaolo. Lähinnä voidaan ajatella musiikin tai vuorovaikutuksen sisältämää tietoa ja kokemusta tiedon sisällyttämisen–eriyttämisen–prosessina Cassirerin (1944) mukaisesti, johon palaamme tuonnempana. Senkään taakse emme voi kuitenkaan ajatella mitään mekanismia, ei niin projektiivisistä identifikaatioista kuin jotain tietokonemalliakaan. Kuten olemme huomanneet yksilön kokemusmaailman merkityksellisyyttä ei voida redusoida ja esineellistää tapahtuvan jonkin tietyn ylideterministisen kaavamaisuuden mukaan.

#### **6.4.3 Eriytyminen terapiassa, musiikissa ja kokemisessa sekä sen kohtaama vastustus**

Läpikäymämme perusteella terapeutin riittävä kehittyneisyys on siis tarpeellista, jotta hän uskaltaa sulautua tilapäisesti asiakkaaseensa ja tämän maailmaan tai huomaamaan sen erilaisuuden. Terapeutin omakin riittävä eriytyneisyys on tärkeää, jotta hän huomaa esimerkiksi asiakkaan ongelmat ja erottaa ne omista, “sokeista” kohdistaan. Siirala (1991–92, 12) puhuu laulunopettamiseen liittyvän ”vastatransferenssin” vaarojen yhteydessä:

*Opettaja ei tee poikkeusta muista ihmisistä; jokaisella ihmisellä on monia sisäisiä vastustuksia sen elämiselle, kokemiselle, myöntämiselle, ja havaitsemiselle, että toinen ihminen todella on olemassa erillisenä olentona, ja muunakin kuin minun mielikuvanani tai tavoitteitteni välineenä.*

Tässä valossa terapeutin eriytymistä eli toisen ja oman itsen eron huomaamista voitaneen pitää myös terapeutin elämäntehtävänä, josta myös Siirala oli samaa mieltä keskustellessani hänen kanssaan asiasta (ks. Alanne & Uimonen, 2000). Se on myös fundamentaalista ahdistustaan välttämään pyrkivän ihmisen elämäntehtävä, jota hän välttää, koska “pysähtyneisyys” ja “muuttumattomuus”, vaikkapa uusien ajatusten muodossa, edustavat kuolemaa ja eksistentiaalista ahdistusta. Terapeutti tai yhteisö ei tällöin oman ahdistuksen pelossa huomaa asiakkaan ongelmia, jotka voivat nimenomaan aiheutua niistä tekijöistä horisontissa, jotka yhteisö sulkee pois mielestään. (Heidegger, 1927/2000; Siirala, 1966.) Uusiin asioihin liittyy tämä ahdistus ja siihen kuuluva vastustus, joka manifestoituu myös terapiassa. Psykoterapiassa puhumme tämän ilmiön kohdalla vastarinnasta, lohkomisesta, projektiosta ja torjunnasta. Näitä ilmiöitä vastaanhan me käymme peilaamisen avulla, jota voimme käyttää kaikissa kolmessa ongelmien tasossa, psykooseissa, rajatiloissa ja neurooseissa, sekä apuna niin huolenpidossa, empaattisessa kuvailussa ja oivallusten synnyttämisessä kuin muissa musiikkipsykoterapian tekniikoissa.

Psykoosien hoidossahan huolenpito ja siihen liittyvä terapeutin virittäytyminen oli olennaista, samoin kuin rajatilojen hoidossa. Peilaamisen sisältämät musiikin dynaamiset muodot ja niiden kommunikoivuus yksilöiden välillä mahdollistavat myös empatian välittämisen asiakkaalle niin rajatiloissa kuin muissakin ongelmissa. Peilaamisen sisällyttämis-eriyttämis-prosessi voi vahvistaa ja luoda asiakkaassa myös oivalluksia vuorovaikutussuhteeseen liittyen, kuten Stern ym. (ibid.) esittävät. Peilaaminen voi tukea nähdäkseni myös asiakkaan läpi elämän jatkuvaa eriytymisen kokemusta varhaisesta äiti-lapsi-suhteesta, jonka vaihespesifisen käsityksen mukaan voidaan ajatella liittyvän niin psykoosien hoitoon, eriytyminen tavoitteena, rajatilojen hoitoon, yksilöityminen tavoitteena, kuin neuroosien terapiaan, vapautuminen hoidon tavoitteena. Kaikkiin näihin tavoitteisiin voidaan nähdä liittyvän itsekokemuksen lisääntyvä eriytyminen, joka mahdollistaa tämän kokemuksen enemmän ja enemmän itsenäisesti ja yksilöllisesti ilman kahlitsevia kaavoja ja takertuneita ihmissuhteita. Spitz (1987) on tarkastellut separaatio-individuaatio-vaihetta liittyen musiikkiin ja esitti alustavasti artikkelissaan, että yksilö käsittelee varhaisen separaation ja eriytymisen aiheuttamaa tuskaa ja kärsimystä myöhemmin musiikissa. Tähkäkin (1997) ajattelee esteettisen nautinnon olevan peräisin varhaisen eriytymisen kokemuksen aiheuttamasta mielihyvästä eikä niinkään itsen sulautumisen kokemuksesta, egon rajojen



häviämisestä, niin kuin on myös esitetty. Itsekin näkisin uskottavampana vaihtoehtona dynaamiselta näkökannalta, kuten olen esittänyt, että osa musiikin nautinnosta syntyy musiikin hallinnan kokemuksesta ja siten tuhoutumisen hallinnan pelosta, joka liittyy eriytymättömään, kaoottiseen tilaan. Tämä ajatus on sopusoinnussa myös Kohutin ja Levarien (ibid.) ajatusten kanssa nautittavasta egon hallinnan kokemuksesta musiikin yhteydessä.

Myös Cassirer (ibid.) puhuu uusiin asioihin liittyvästä vastustuksesta ja kahdesta vastakkaisesta, samaan aikaan vaikuttavasta, voimasta yksilössä: halu sitoa ja rauhoittaa sekä pyrkiä eriytymisen avulla uuteen. Yksilö haluaa vaikkapa pysyä vanhoissa käsityksissä tai teorioissa joistakin asioista, jotta ei joutuisi kohtaamaan ahdistustaan. Cassirerille muuttumattomuus edusti jäännettä maagisesta ajattelusta, jolle aika oli ehdottaman tärkeä arvon mittari: myytit kertovat vanhoista yliluonnollisista voimista ja vanhoja asioita kunnioitettiin. Animistisessä ajattelussa vanhan perinteen tai ajattelun muuttaminen oli pyhäinhäväistys ja tabu, josta seurauksena saattoi olla jopa kuolema. Muutoksen pelko nykyihmisellä edustaa yhä pelkoa tabun rikkomista kohtaan ja sitten kuoleman pelkoa. Eriytymisen avulla yksilö puolestaan pyrkii tästä kuoleman pelosta eroon ja vapautumaan animistisesta ajattelusta, joka on kehityksen, luovuuden ja uuden tiedon tiellä. Cassirerinkin filosofian valossa ihmisen elämä on jatkuvan eriytymisen prosessi. Hänen näkemys kahdesta vastakkaisesta voimasta muistuttaa myös Freudin (1920/1993) viettiteoriaa Thanatoksesta ja Eroksesta, joilla oli vastaavankaltaiset, dynaamiset funktiot: Thanatos eli kuoleman vietti pyrkii stabiiliin rauhan tilaan tuhoavine impulsseineen ja Eros puolestaan pyrkii säilyttämään ja jatkamaan elämää. Näistä muodostuu elämää ylläpitävä, jatkuvassa muutoksessa oleva tila, jolla psyyke pyrkii sitomaan kaoottista, ruumiillista energiaa. Freudin viettiteoria on kuitenkin ongelmallinen eikä hän ollut siihen itsekään tyytyväinen; ihmisellähän ei varsinaisesti ole nykytietämyksen valossa havaittu samanlaisia viettitoimintoja kuin eläimillä.

Psykoanalyysin viettiteoria voitaneenkin mielestäni ajatella lähinnä ihmisen inhimillisinä haluina ja pyrkimyksinä, jotka liittyvät hänen ruumiilliseen olemassaolonsa ja evoluution tuomiin piirteisiin, jotka tähtäävät lajin säilymiseen. Ehkä olisi viisainta ajatella psykoanalyysin käsitystä vieteistä lähinnä kuvaavina, ontologisina käsitteinä ja metateorianana, joilla ei ole suoranaista vastaavuutta todellisuudessa ja sen kokemuksissa. Viettiteoriaa ei siis pidä mitenkään suoranaisesti

liittää Cassirerin teoriaan, vaikka ne hieman muistuttavatkin toisiaan, koska symbolisten muotojen filosofia kuvaa pelkästään tiedon ja merkitysten rakentumista ja on siten epistemologinen teoria, johon ei liity kannanottoa olevan alkuperästä.

Näyttäisi siltä, että musiikkipsykoterapia pitäisi vaihespesifisen teorian ja filosofisen tarkastelun pohjalta sisällään yksilön tiedon ja kokemuksen eriytymistä. Yksilö käsittelee musiikissa ja myöhemmissä objektisuhteissaan eroa äidistä; terapiassa tätä itsen eriytymistä, yksilöitymistä ja vapautumista aikaisemmista kehitys- ja itseobjekteista voidaan lähestyä vaihespesifisesti sen mukaan, millaista kokemuksen eriytymisastetta asiakas edustaa. Toisin sanoen, minkälaisia ovat asiakkaan vertauskuvalliset transferenssilapsi, joka edustaa pysähtyneisyyttä vanhoihin ihmissuhteiden ja käyttäytymisen kaavoihin, sekä kehittyvä lapsi, joka edustaa asiakkaan mahdollisuuksia kehitykseen ja uusiin suhteissa olon muotoihin. Musiikkipsykoterapian improvisaatiossa kehittyvä lapsi on se joka pyrkii kokemaan uutta ja edustaa vuorovaikutusta suhteessa terapeuttiin. Terapeutin liittoutuessa kehittyvän lapsen kanssa mahdollistuvat empaattiset yhdessä olon kokemukset, joita peilaaminen, yhteensovittaminen ja reflektointi niin musiikin, kielen, tunteiden kuin vuorovaikutuksenkin osalta ilmentävät. Transferenssilapsi taas on nähdäkseni niissä asiakkaan piirteissä, jotka pyrkivät vastustamaan yhteistyötä eivätkä pidä sisällään juurikaan vuorovaikutusta asiakkaan puolelta, niin emotionaaliselta, sanalliselta kuin musiikilliseltakaan kannalta.

Eriytyminen voidaan siten nähdä myös vastustuksen voittamisena, joka liittyy yksilön kaikkeen uuden kokemiseen. Itsensä uudella tavalla kokeminen ja oivaltaminen kohtaa vastusta, koska siihen liittyy muutos ja aiempien itsekäsitysten hylkääminen. Jo *Freud* kuvasi, miten asiakkaat psykoanalyysissa pyrkivät vastustamaan muutosta, vaikka se olisi heitä auttavaakin. Tämä vastustus näyttäisi kuitenkin siis liittyvän laajemminkin ihmisen suhteeseen olemassaoloonsa: Eksistentiaalisen fenomenologian mukaan yksilön täälläolo kohtaa aina vastusta ja ei näyttäyty koskaan sellaisenaan, koska olemassaoloon liittyy aina huoli kuoleman väistämättömyydestä. Tätä tilaa ja siihen liittyvää uhkaa Heidegger (1927/2000) kuvaa tyhjyyden tilana, jonka kokeminen on yksilölle kaoottista ja epämiellyttävää. Tyhjyyden kokemukseen liittyy juuri kuoleman pelko ja sille ominaista huolta täälläolo pyrkii jatkuvasti välttämään erilaisilla huolen ja tyhjyyden peittäville merkityksillä. Cassirer (ibid.) on havainnut yksilölle tyypillisen

vastustuksen myös, joskin erilaisista lähtökohdista, ja näkee sen myös liittyvän uuden tiedon synnyttämään tiedostamattomaan kuolemanpelkoon, koska kaikki vanha edustaa myyttisessä ajattelussa tabua, josta rangaistuksena voi olla kuolema. Hän näkee siis yksilön merkitysten rakentumiseen liittyvän aina myös myyttisen ajattelun kerroksen.

Tässä filosofisessa valossa uusi kokemus terapiassa, siis miten koen ja tiedän maailman, kohtaa vastusta, koska siihen liittyy huoli olemassaolon lakkaamisesta.

Transferenssilapsi voidaan nähdä pyrkimyksenä hallita uhkaa sisällyttämällä tämän hetkinen suhteessa olon tapa aikaisempiin, pysähtyneisiin ja vääristyneisiin suhteessa olon kaavoihin, jolloin uhkaa ei synny. Kehittyvä lapsi taas pyrkii eriyttämään tämän hetkistä kokemusta ja näkemään sen eri tavoin suhteessa aikaisempaan kokemukseen ihmissuhteesta. Tällöin on filosofisessa mielessä merkityssuhteiden muutos mahdollista, koska yksilö ei liitä terapian kokemusta kokonaan aiempaan, vääristyneeseen, transferenssin ja toistamispakon värittämään kokemisen tapaan vaan vapautuu tuntemaan ja ajattelemaan uudella tavoin. Syntyy uusia merkityssuhteita, jotka mahdollisesti saavat asiakkaan näkemään itsensä ja ihmissuhteensa uudella tavalla. Näin ollen itsen rakenteita luovat sisäistyksen ja samastuksen terapeuttiin, musiikkiin ja vuorovaikutukseen tulevat mahdollisiksi. Tämä tapahtuu kuitenkin varsin hitaasti ja edellyttää turvallista ilmapiiriä, koska kokemuksen eriyttäminen ja sisällyttäminen ei ole mahdollista, jos uusi kokemus on liian uhkaava. Tästä johtuen musiikkipsykoterapian eri tasoilla tapahtuva peilaaminen voi olla hyödyllistä, koska se sisältää lapsen ja äidin väliselle vuorovaikutukselle tyypillisiä huolenpitoa sisältäviä elementtejä, joissa terapeutin peilaaminen etenee yksinkertaisesta monimutkaisempaan: Aluksi terapeutti vain synkronoi yksinkertaisesti soittoaan asiakkaan soittoon ja myöhemmin molemminpuolinen soitto voi olla hyvin eriävää ja monimutkaista. Kuitenkin peilaamisessa aina aluksi tapahtuu asiakkaan riittävän yksinkertainen ja turvallinen kohtaaminen hänen tunteiden ja musiikin tasolla.

Musiikkipsykoterapian peilaaminen ja dynaamiset muodot pitänevätkin tässä esitetyn olettamuksen valossa sisällään sekä terapeutin huolenpitoon kytkeytyviä elementtejä että samastuksien ja oivalluksien syntymiseen liittyviä аспекteja. Tästä syystä katsoisinkin peilaamisen keskeiseksi musiikkipsykoterapian työskentelytavaksi, joka liittyy niin sanallisiin, musiikillisiin kuin muutakin ilmaisua sisältäviin terapeutekniikoihin. Kaikissa niissä on mielestäni oleellista asiakkaan emotioihin

virittäytyminen, jotta erilaisten asiakkaiden kohtaaminen vaihespesifisessä mielessä olisi mahdollista. Kaikissa terapioissa on terapeutin tärkeätä tarkkailla omia tunnevasteitaan ja olemaan valmis kokemaan avoimesti niin asiakkaasta kuin itsestä lähtevät tunteet ja ajatukset. Eläytyvät vasteet, vapaat assosiaatiot sekä transferenssin ja vastatransferenssin tunnistaminen edellyttävät mielestäni terapeutin herkkää virittäytymistä. Joten virittäytymistä ei pidä sekoittaa täydelliseen yhteensulautumiseen asiakkaan kanssa, sillä silloin eriyttävää tietämistä ja kokemista ei tapahdu, jota puolestaan edellä mainitut terapeutin sisäiset tutkiskelut vahvasti vaativat.

## **7 MUSIIKKIPSYKOTERAPIAN IHMISKÄSITYS JA TIETEENFILOSOFIA**

Yksilön olemassaolon alkuperää koskevan analyysin, ns. filosofisen antropologian, seurauksena syntyy ihmiskäsitys. Ihmiskäsitys voi syntyä vain filosofisen tutkimuksen pohjalta, ei empiirisen. Tieteenfilosofisen analyysin avulla voidaan vasta tietää, miten ilmiötä tulisi empiirisesti tutkia. (Rauhala, 1974, 30.) Tässä tutkielmassa olen tarkastellut musiikkipsykoterapian luonnetta eli mikä on sen kokemuksellinen alkuperä ja miten siinä syntyvä tieto muodostuu. Lähtökohtanani oli hermeneuttinen tieteenfilosofia ja sen menetelmät eksistentiaalinen analyysi, joka tutkii olevan alkuperää, sekä fenomenologinen analyysi, joka tutkii kokemuksen ja tiedon rakentumista. Näiden analyysien jälkeistä ihmiskäsitystä voidaan Rauhalan (1989) mukaisesti nimittää holistiseksi. Holistinen ihmiskäsitys näkee ihmisen olemassaolon pitävän sisällään yksilön situationaalisuuden, tajunnan sekä ruumiillisen olemassaolon ulottuvuudet. Nämä olemassaolon erilaiset ilmentymät eivät kuitenkaan ole toisistaan erillisiä kokonaisuuksia vaan tiiviisti toisiinsa kytköksissä olevia. Näin yksilön olemassaolo nähdään vain yhtenä kokonaisuutena, joka pitää sisällään nämä sen erilaiset ilmentymät.

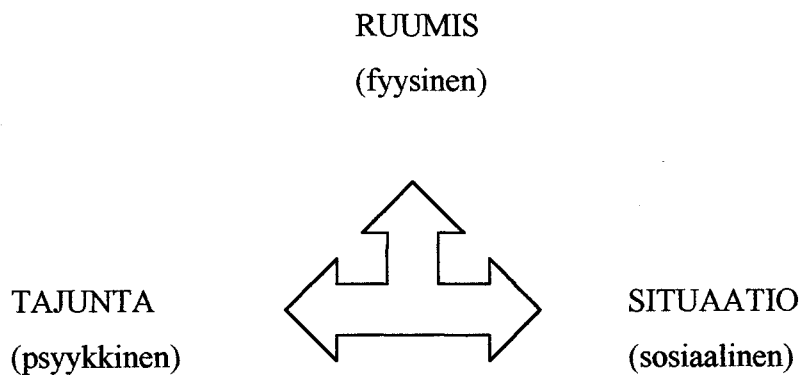
Olen muuttanut tässä Rauhalan käsitteen keho sanaan ruumis, koska katson sen paremmin ilmaisevan sitä, mitä kokonaisvaltaisessa ihmiskäsityksessä tällä ihmisen orgaanisella alueella tarkoitetaan. Sana ruumis pitää mielestäni osuvasti sisällään ihmisen aineellisen ulottuvuuden elävän ja esineellisen luonteen. Ruumis viittaa niin elävään ihmisvartaloon kuin kuolleeseen ja elottomaan vartaloon. Sanassa ruumis on

siten mukana olemassaolon puhdas, aineellinen ja eloton olemassaolo, materia. Myös sen suora englannin kielinen vastine ”body” sisältää tämän kaksinaisen merkityksen: se tarkoittaa niin elävää ja kuollutta ihmisvartaloa kuin pelkkää kappaletta, esinettä. Siten ruumissan kaksinaisuus tavoittaa olennaisesti sen, mitä Heidegger (1927/2000) tarkoitti olemassaoloon liittyvällä ahdistuksella (Angst), joka aiheutuu ihmisen tietoisuudesta oman olemassaolon rajallisuudesta ja kuoleman pelosta. Siirala (1966) on myös kuvannut, miten ihminen lohkaa tietoisuudestaan pois ja vastustaa tällaisia kokemuksen puolia, jotka sisältävät olemassaolon haurauteen ja päättymiseen liittyvää uhkaa. Hänen psykoanalyttisen käsityksensä mukaan yksilö käyttää tähän lohkomiseen eri psyykkisiä puolustustapoja: torjuntaa, kieltämistä, projektiota jne. Hänen käsitystä lohkomisesta ei siis pidä sekoittaa *Kleinin* samannimiseen puolustusmekanismiin.

Minun tapani ajatella ja käyttää käsitettä lohkominen on samanlainen kuin Siiralan eli käytän käsitettä lohkominen eksistentiaalis–fenomenologisesti kuvaavana käsitteenä ihmisen olemassaolosta. Siirala (esim. 1987) nimenomaan on vastustanut Rauhalan keho-käsitettä, koska se hänen mukaansa pitää sisällään juuri tällaista lohkomista, primaaria esineellistämistä, jonka tarkoitus on saattaa ihmisen ahdistus omasta kuolevaisuudesta kauniimpaan muotoon. Rauhala (1988) itse kieltää syyllistyvänsä filosofiassaan yksilön esineellistämiseen esimerkiksi keho-sanon käytöllä ja eksistentiaalis–fenomenologisen analyysin periaatteilla ja muilla käsitteillä, niin kuin Siirala on häntä moittinut. Omasta mielestänikään Rauhalan filosofiaa ei sen sisältämän kokonaisvaltaisen kokemusmaailman ymmärryksen ja tiedon vuoksi ja miten hän käsitteitään käyttää voi sanoa esineellistäväksi. Rauhalahan ei pyri *Husserlin* mukaisesti sulkeistamaan itseään kokonaan tutkimuskohteesta; tällaisen pyrkimyksen voidaan jo ajatella ilmentävän menetelmää, jonka avulla olisi löydettävissä jonkinlainen tulkinnasta vapaa, absoluuttinen tila. Näinhän ei Heideggerin ja *Cassirerin* filosofoiden valossa voi olla. En usko itsekään, että tällainen luonnontieteelle ominainen tutkijan täydellinen erottaminen tutkimuskohteesta, ilmiöstä, on mahdollista. Omassa ajattelussani katson kuitenkin parhaaksi käyttää sanaa ruumis kehon sijasta juuri siksi, että siinä kalskahtaa tuo ei välttämättä niin kaunis ajatus kuolleesta ihmisestä.

Musiikkipsykoterapian kannalta holistinen ihmiskäsitys tarkoittaa tämän tutkimuksen valossa sitä, että terapian voidaan ajatella kohdistuvan kaikkiin ihmisen olemassaolon aspekteihin. Holistisen ihmiskäsityksen mukaan ihmisen tajunta, tilaatio ja ruumis

ovat jatkuvasti vuorovaikutuksessa keskenään. Yksilön sosiaalisten olosuhteiden, kuten kulttuurin, fyysisten ominaisuuksien ja psyyken, muistot, tunteet jne., voidaan ajatella hieman yksinkertaistaen olla vastaavasti vuorovaikutuksessa keskenään. Yhteen vaikuttamalla voi olla mahdollista vaikuttaa toiseen. Tällainen perusajatushan on myös modernissa terveydenhuollossa, mihin ainakin Suomen osalta juuri Rauhalan ajatukset ovat suuresti vaikuttaneet. Tämän tutkielman valossa on kuitenkin syntynyt kuva, että musiikkipsykoterapia psykoanalyttisessa viitekehyksessä pohjautuu yksilön merkityksien tarkasteluun hänen tajunnassaan. Psykykkiset ongelmat ovat tajunnallisia ongelmia eli vääristymiä tai puutteita yksilön merkityssuhteissa. Vaikka näille merkityssuhteiden vääristymille voi olla joissakin tapauksissa mahdollista löytää vastaavuutta elimellisistä aivotoiminnoista, niin silti ei tiedetä, miten aivot synnyttävät merkityksiä (Kalat, 1995). Näin ollen psykoterapia vaikuttaa ja kohdistuu ensisijaisesti tajuntaan ja mielestäni vain sellaisia hoitomuotoja, jotka suoranaisesti pyrkivät muuttamaan tajunnassa olevia merkityssuhteita voidaan nimittää varsinaisesti psykoterapiaksi. Tästä syntyneestä musiikkipsykoterapian määritelmästä jäävät pois siten sellaiset hoitomuodot, jotka vaikkapa organismiin kohdistuvalla manipuloinnilla pyrkivät terapeuttiseen vaikutukseen yksilön psyykessä. Tällaisia hoitoja ovat esimerkiksi psyykenlääkkeet ja ECT-hoito eli sähköhoito, jotka nekin siis vaikuttavat psyykeen mutta eivät kuitenkaan suoranaisesti tajunnan kautta. Luonnollisestikaan sellaista terapiaa, joka pyrkii vaikuttamaan musiikin avulla organismin kautta psyykeen ei mielestäni voi nimittää musiikkipsykoterapiaksi sellaisenaan. En pyri tässä kieltämään organismin kautta psyykeen vaikuttamaan pyrkivien hoitojen hyödyllisyyttä, joskaan niiden vaikutusmekanismia ajatuksiin ja merkityksiin ei tiedetä (Kalat, ibid.). Totean vain, että niiden vaikutuskanava on ihmisen ruumiillinen olemassaolo eikä siten yksilön merkityssuhteiden kokonaisuus, tajunta.



KUVIO 5. Holistisen ihmiskäsityksen mukaan yksilön olemassaolon kaikki ulottuvuudet ovat kokemuksessa mukana ja vaikuttavat toisiinsa. Kaaviossa on esitetty myös, mihin olemassaolon aspekteihin käsitteet fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen asettuvat.

Psykoterapiasta ei voida siis kuitenkaan jättää kokonaan huomiotta muita olemassaolon ulottuvuuksia kuin tajunta. Esimerkiksi ihmisen tunteilla on voimakas vastineensa ruumiillisessa olemassaolossa ja yksilöä ympäröivillä sosiaalisella verkostolla, ihmissuhteilla ja kulttuurilla on vahva vaikutus siihen, millaisiksi yksilön käsitykset omasta itsestä, muista ja ympäröivästä maailmasta rakentuvat. Kulttuurin ilmentymiä ei voida siten pitää pelkästään psyyken adaptoitumisen ja ruumiin sekä mielen välisien, symbolisten prosessien tuotteena, kuten aiemmin psykoanalyttinen teoria on oletanut (ks. esim. Tähkä, 1970/1982). Kyseessä on pikemminkin jatkuva vastavuoroisuus yksilön henkisen olemassaolon ja sen ympäristön, kulttuurin kanssa, jossa hän elää. Erilaiset merkitykset voidaan *Cassirerin* fenomenologian kautta nähdä symbolisina muotoina, joilla on perustansa historiassa ja ihmisten aiemmissa käsityksissä tarkasteltavista ilmiöistä, kuten musiikista ja psykoterapiasta. Näin ollen emme voi kokonaan sulkeistaa aikaisempia käsityksiä musiikista ja tavoittaa ”puhdasta” musiikkia, joka olisi täysin vapaata siihen esimerkiksi liittyvistä yksilöllisistä ja yhteisöllisistä arvoista, tunteista, laaduista jne.

Myöskin psykoterapian käsitteleminen ilman jonkinlaisia ennakkokäsityksiä siitä on vaikeaa; tarkastelumme vaikuttavat mitä moninaisimmat käsitykset ja uskomukset, jo se puhumme esimerkiksi mielisairaista, hulluista vai vääristymistä yksilön merkityssuhteissa paljastaa joitakin olettamuksiamme tutkittavan toiminnan kohteen

luonteesta. Millaisia käsitteitä siis käytämme tarkastellessamme musiikkia ja psykoterapiaa määrää sen, millaisena näemme tutkimuskohteemme. Käsitteemme musiikkipsykoterapiasta voi olla siis psykoanalyttisten, kognitiivisten, käyttäytymisteoreettisten, biologisten käsityksien värittämää ilman, että edes huomaamme sitä. Tarvitaan tieteenfilosofiaa, jotta voimme tarkastella jonkin ilmiön luonnetta, jotta vältetään itseään toistavilta kehälauseilta. Tästäkin huolimatta mitään objektiivista totuutta kuitenkin tuskin tullaan löytämään. Voimme esimerkiksi musiikkipsykoterapian tutkimuksessa kuitenkin hermeneutiikan avulla pyrkiä kyseenalaistamaan ja esittämään jatkuvasti kysymyksiä, jotka erottavat hetkellisesti omat aiemmat käsitteemme tutkimuskohteesta. Tämä mahdollistaa kokemuksen ainutkertaisuuden ja yksilöllisyyden havaitsemisen sellaisena kuin se itselle asetettujen kysymysten ja vastausten muodossa osittain todellisuudessa avautuu. Totuus ei ole *Sokrateen* mukaisesti kuitenkaan valmiina maailmassa vaan avautuu nimenomaan kysymysten ja vastausten, dialogin, kautta, jota tutkija käy esimerkiksi itsensä kanssa. Näin ollen ei ole myöskään vain yhtä totuutta vaan totuus määräytyy kulloistenkin kysymysten ja vastausten perusteella. (Cassirer, 1944.)

Tajuntaan vaikuttavaa musiikkipsykoterapiaa voidaan nimenomaan lähestyä tällaisten kysymysten ja vastauksien kautta eli millaisen merkityksen annamme ilmiölle. Hermeneuttisessa mielessä merkitys syntyy siis aina tulkinnan kautta. Mielestäni tutkimusta ja käytännön musiikkipsykoterapiaa voidaan ajatella pelkästään tällaisena dialogin käymisenä itsen ja tutkimuskohteen välillä, joka ei välttämättä vaadi avukseen sen suurempia toimintamalleja, jotta tutkimus todella ymmärtäisi tutkimuskohdettaan mikä on hermeneuttisen tutkimuksen peruslähtökohta. Päinvastoin, nähdäkseni erilaiset, mekaaniset toimintamallit, joilla pyritään totaaliseen itsen ja tutkimuskohteen erottamiseen, sulkeistamiseen, ovat vastaan tätä Sokrateen löytämää peruslähtökohtaa, että ei ole valmiiksi annettua tai transsendentaalista totuutta, joka olisi kokonaan erotettavissa kokevasta yksilöstä. Näin ollen ajatus valmiiksi annetusta totuudesta on samankaltainen positivistiselle ajatukselle, että ihmistä voidaan tarkastella kuin esinettä. Mielestäni voidaan käyttää hermeneuttisen kehän kaltaisia käsitteitä musiikkipsykoterapian tutkimuksessa tai käytännössä mutta ne eivät saa ohjata tutkijaa/terapeuttia liikaa. Ei saa myöskään syntyä liiallista uskoa, että toteuttaessani tätä ennalta suunniteltua hermeneuttista tai laadullisen tutkimuksen proseduuria saavutan ehdottomamman tai ainoan totuuden. Näin ajateltaessa tutkimus on mielestäni vaiivikkaa



muuttunut laadullisesta tutkimuksesta joksikin sellaiseksi mikä muistuttaa *Leschen* kvasinaturalistisen tiedon käsitettä psykoanalyysissa. Laadullisen tutkimuksen kyseessä ollessa voisi tällöin olla ehkäpä kyse kvasikvalitatiivisesta tutkimuksesta, joka ei enää täysin täytä hermeneuttiselle tutkimukselle asetettavia vaatimuksia.

Tässä tutkielmassani oleva vuoropuhelu, kysymysten asettelu ja kriittisyys ovat osa hermeneuttista tutkimusparadigmaa, joka pyrkii ymmärtämään tutkimuskohdettaan. Tutkimuksessani pääpaino oli musiikin, psykoterapian ja vaihespesifisen teorian tarkastelu niiden olemassaolon ja tiedon kannalta. Miten psykoterapeuttinen vuorovaikutus on selitettävissä tai ymmärrettävissä filosofian avulla? Tulos muistuttaa myös sitä tutkimusmetodia, jota Lehtonen (1996) on esittänyt musiikkiterapian tutkimuksen metodiksi *Heideggerin* mukaisesti: Heideggerin metodissa on kolme vaihetta, joita hän nimittää

- 1) fenomenologiseksi reduktioksi
- 2) fenomenologiseksi konstruktiksi
- 3) fenomenologiseksi destruktioksi.

Ensimmäisessä vaiheessa eli *fenomenologisessa reduktiossa* tutkija kääntää huomionsa pois suoraan olevasta, jolla Heidegger tarkoittaa ilmiön eri merkityksiä ja tarkastelee näiden sijaan olemassaoloa, jolla Heidegger viittaa tapaan, jolla oleva on, toisin sanoen ilmiöön. Tässä Heidegger käyttää käsitettä olio kuvaamaan olemassaolon rakennetta. Toisessa vaiheessa, *fenomenologinen konstruktio*, tutkija pyrkii löytämään tutkimuskohteen taustan ja historian sekä ymmärtämään ilmiötä näiden tuotteena. Tätä ilmiön suhdetta omaan olemassaoloon ja aikaan Heidegger on kuvannut juuri käsitteellään *situaatio*. Ilmiön konstruktioilla pyritään välttämään tutkimuskohteen tarkastelemista valmiiden muottien ja käsitysten avulla ja tarkoitus on, että ilmiön annetaan ikään kuin avautua omassa ainutlaatuisessa merkityksessään. Viimeisessä vaiheessa eli *fenomenologisessa destruktiiossa* tutkija tarkastelee aiempia käsitteitä ja teorioita kriittisesti ja kyseenalaistavasti pyrkien poistamaan tutkittavan ilmiön ja itsen väliltä tutkimuskohteen luonteenomaisia piirteitä, olemistapaa, sekoittavia ja vääristäviä merkityksiä. Lehtonen ja Heidegger eivät kuitenkaan tarkoita tällä, että olisi löydettävissä jokin aiemmista teorioista ja käsityksistä kokonaan vapaa tieto. He tarkoittavat fenomenologisen destruktion käytöllä vain ilmiölle, olevalle, ominaisten

merkitysten tai teorioiden löytämistä. Fenomenologisen destruktion kriittinen asenne on mukana jo kahdessa aiemmassa vaiheessa ja menee siten niiden kanssa osin päällekkäin.

Edellä kuvatun kaltainen Heideggerin eksistentiaalis–fenomenologinen analyysi on löydettävissä myös tästä tutkimuksessa minun pyrkimyksessäni kyseenalaistaa erilaisia käsityksiä musiikista ja psykoterapiasta. Musiikin, ajattelun ja tiedon tutkiminen niiden kulttuurillisen historian valossa oli myös esimerkki fenomenologisesta konstruktioista, missä kokemus ja tieto nähtiin kulttuurillisina muotoina. Samoin tarkasteluni musiikkipsykoterapian vaikuttavuudesta ja sen kohteesta yksilön olemassaolossa, tajunta, ruumis, situaatio, edustavat mainitunkaltaista analyysia. Pyrkimykseni ei ollut myöskään kokonaan sulkeistaa itseäni aiemmasta tiedosta ja teorioista vaan ymmärtää ja ottaa huomioon omat aiemmat käsitykseni musiikkipsykoterapiasta. Tässä tutkimuksessa en siis esimerkiksi sulkeistanut kokonaan psykoanalyysin teoriaa vaan se vaikutti koko ajan tutkimuksen kulkuun. Joskin nimenomaan psykoanalyysin ja sen tiedon kritisointi ja kyseenalaistaminen ovat olleet kylläkin tällaista sulkeistamista tai itsehermeneutiikkaa, joka on laadulliselle tutkimukselle ominaista. Esimerkiksi psykoanalyttisen terapian vaikutuksen filosofinen analyysi oli yksi tällaisen kriittisyyden ilmenemismuoto, joka pyrki kyseenalaistamaan valmiit, psykoanalyttiset käsitteet ja näkemykset psykoterapian vaikuttavuudesta. Itsehermeneutiikkaa oli tutkimuksessani tietysti myös erityisesti musiikin ja taiteen osuuden tarkastelu psykoterapiassa, joiden vaikuttavuuden selvittämiseen pyrin ilman aiempia psykoanalyttisiä käsitteitä ja teorioita. Omien näkemysteni esiintuominen avoimesti eri asioista on sekin itsehermeneutiikkaa ja sulkeistamista, koska se tuo lukijan tietoon selkeästi kirjoittamistani ohjaavat omat aiemmat käsitykseni, arvoni ja teoriani. Näin ollen lukijan on mahdollista tehdä omia johtopäätöksiään niistä seikoista, miksi käsittelen aiheitani siten kuin käsittelen ja miksi olen ottanut jonkun näkemyksen mukaan ja jättänyt jotakin pois jne.

Tällainen laadulliselle tutkimukselle ominainen kirjoitustyyli poikkeaa siten kokonaan luonnontieteelliselle tutkimukselle ominaisesta kirjoitustyylistä, joka pyrkii etäännyttämään kirjoittajan tekstistä. Tällaista kirjoitustyyliä suositellaan edelleen mukaan lukien humanistiset alat ja se on mielestäni kyseenalaista (ks. esim. Cooligan, 1994; Hirsjärvi ym., 1997). Se on esineellistä kirjoittamista, koska siinä oletetaan, että kirjoittajan rooli on eliminoitavissa tällaisella persoonattomalla kirjoitustyyllillä ja

siten ”objektiivinen” tieto olisi löydettävissä. Tällaista kirjoittamista voidaan siten pitää eräänä *kartesiolaisen dualismin* muotona tai lohkomisena, kuten *Siirala* on tällaista esineellistä kirjoittamista kritisoinut.

### **7.1 Musiikin tutkimus holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti**

Koska yksilön kokemukseen vaikuttaa kokonaisvaltaisesti hänen olemassaolonsa on siten myös ilmiöitä musiikki ja musiikkipsykoterapia tarkasteltava sen mukaisesti. Yritän seuraavaksi hahmotella eksistentiaaliseen fenomenologiaan ja holistiseen ihmiskäsitykseen perustuvaa tieteenfilosofiaa, jonka avulla musiikkipsykoterapian filosofista ja empiiristä tutkimusta voidaan lähestyä. Musiikkipsykoterapiassa on myös musiikki määriteltävä tieteenfilosofisesti, jotta on mahdollista ymmärtää sen erilaisia vaikutuksia ja merkityksiä terapian kannalta. Tästä syystä tarkastelen pelkästään musiikkia musiikkipsykoterapian rinnalla. Myös muiden käytettävien ilmais- ja taidemuotojen kohdalla voidaan tehdä vastaava jaottelu mutta keskityn tässä yhteenvedossa musiikkipsykoterapialle ominaisimpaan ilmaisumuotoon, musiikkiin, joka erottaa sen muista psykoterapioista.

Holistisen ihmiskäsityksen ja symbolisten muotojen filosofian valossa on myös musiikkia tarkasteltava ihmisen olemassaolon ilmentymänä. Se on symbolisena muotona, kulttuurin ilmentymänä, siten täysin subjektiivinen elämys ja kokemus. Näin siitäkin huolimatta, että musiikin erilaisia fyysisiä olemuksia voidaan eri tavoin mitata ja tutkia kokeellisin menetelminkin. Tästä huolimatta musiikki kokemuksena, sellaisena kuin me sen ihmiset ymmärrämme, on täysin psykologinen kokemus, jossa soivat meidän aiemmat kokemukset ja mieltymykset sekä arvostukset musiikista. Yksilö situationaalisena olentona kokee musiikin aina yksilöllisesti ja tällöin kahta täysin samanlaista musiikkielämystä ei ole. Joku kokee tietyn musiikin mielikuvituksellisena ja upeana, toinen pitkästyttävänä viulunvingutuksena kärjistäen sanotusti. Näin ollen musiikki situationaalisena ja kulttuurillisena muotona pitää sisällään yksilön kolme olemassaolon ulottuvuutta situaation, tajunnan ja ruumiin, joihin se kuhunkin ominaisella tavallaan vaikuttaa. Hieman vastaavankaltaisella tavalla on musiikkia lähestynyt myös Ruud (1998) nähdessään musiikkikokemuksen sisältävän elimellisen, persoonallisen ja sosiaalisen aspektin, jotka hän katsoo liittyväksi yksilön

olemassaoloon kokonaisuutena. Samoin Bruscia (1987) eksistentiaalisessa näkökulmassaan musiikkiterapian IAP-arviointiinsa katsoo musiikkikokemuksen sisältävän yksilön ”maailmassa olemisessa” fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Tämä on itse asiassa sama näkemys, miten itse olen ajatellut hieman tyypistetyksi terapiaa Rauhalan mallin mukaisesti tässäkin tutkielmassa. Situaatio, ruumis ja tajunta olemassaolon ilmentyminä ja käsitteinä ovat kuitenkin paljon laajempia kuin edellä mainitut, joten niitä käyttäessä on mielestäni hyvä muistaa, että vaikka ne ovat käyttökelpoisia käsitteitä sinänsä, ovat ne silti kuitenkin olemassaolon kokonaisuutta redusoivia käsityksiä. Aldridge (1989) ja Ansdell (1991) käsittävät itsen samanmuotoisena kuin musiikki ja sisältävän siten myös ruumiillisen ulottuvuuden. Lisäksi Pavlicevic (1997) on sisällyttänyt dynaamiseen muotoonsa, musiikkiterapian improvisaatioissa syntyvään musiikkiin, elementtejä, jotka näkevät musiikin heijastavan olemassaolon kokonaisvaltaisuutta: ruumista, situaatiota ja tajuntaa.

### **7.1.1 Musiikki tajunnallisena, ruumiillisena ja situationaalisenä ilmiönä**

Ymmärrettäessä musiikki ihmisen olemassaolon kannalta kokonaisvaltaisena ilmiönä on mahdollista kohdentaa empiiristä tutkimusta sille alueelle, jota halutaan tutkia tarkemmin. Vastaavasti musiikin kokonaisvaltainen, tieteenfilosofinen tieto on tärkeätä, jotta voidaan valita tutkimuskohteen luonteelle sopivat tutkimusmenetelmät. Musiikissa ruumiillista ulottuvuutta edustavat musiikin esineelliset ominaisuudet, kuten ääni ja sen värähtely, jonka taajuuksia ja laajuuksia, amplitudia, voidaan fysiikan keinoin tutkia. Musiikin sävelillä on oma ominaisvärähtelytaajuutensa ja äänen ja siten musiikin voimakkuutta voidaan fysikaalisesti mitata, niin fonien kuin desibelien avulla. Musiikin konkreettisia, esineellisiä ilmentymiä ovat myös erilaiset, musiikilliset julkaisut, kuten äänitteet ja nuottikirjat. Musiikin vaikuttavuudella ja ilmaisulla on myös yksilön ruumiillisessa olevassa vastaavuutensa aivoissa, sen eri aivopuoliskoissa, miten se käsittelee musiikin kuuloaistimusta ja miten aivot erottelevat säveliä ja rytmiä. Samoin musiikin vaikutuksia sydämen lyönteihin ja muihin elintoimintoihin voidaan tutkia luonnontieteellisin menetelmin, koska tutkimuskohde, ruumiillinen olemassaolo, on osa esineellistä maailmaa.

Tarkasteltaessa musiikkia tajunnallisena ilmiönä tutkimme niitä merkityksiä, joita ihminen antaa kokemalleen musiikille. Tällaisia ovat vaikkapa laulun sanat, musiikkiin liittyvät mielikuvat ja mielleyhtymät. Myös musiikin tunneilmaisu niin sen esittäjän kuin vastaanottajana kuuluu tajunnallisen olemassaolon piiriin. Musiikin herättämät psyykkiset tuntemukset, kuten ahdistus, särky, huoli, ilo, suru kuin vitaaliaffektit ovat tajunnallisia ilmiöitä ja siksi niitä on myös tutkittava musiikissa huomioon ottaen tajunnan merkityssuhteet. Musiikin tietoiset ja tiedostamattomat aspektit kuuluvat tajunnan ilmiöiden piiriin, kuten erilaiset piilotajunnan ilmentymät musiikissa, symbolit, defenssit, transferenssi ja psyykkis-emotionaaliset ongelmat. Symboleja voidaan pitää myös yleisessä mielessä merkityksinä, jolloin musiikin semiotiikan ja filosofian tutkimus liittyy osaltaan tähän olemassaoloon kuuluvaksi (Lehtonen, 1988/1997; Nattiez, 1990; Rechart, 1987; 1992). Sellaisten psyykkisten ominaisuuksien kuin muistin, äänten ja rytmien hallitseminen sekä musiikin oppiminen kognitiivisessa mielessä kuuluvat tajunnallisten ilmiöiden piiriin, joskin ne voivat mennä osin päällekkäin myös situationaalisen ja ruumiillisen olemassaolon kanssa. *Itse asiassa kaikkiin musiikin olemassaolon muotoihin liittyy aina jokainen ihmisen olemassaolon puoli, koska ilman niitä musiikki ei voisi olla kokemuksellisesti ja siten tutkimuksellisesti olemassa.* Näin ollen musiikkiakaan, samoin kuin tietoa tai totuutta, ei voi olla transsendentaalisesti olemassa ilman kokevaa ihmistä.

Situationaalisen olemassaolon kannalta tarkasteltuna musiikkiin kuuluvia ilmiöitä ovat erilaiset siihen liittyvät arvot ja uskomukset. Musiikin erilaiset, kulttuurilliset ja sosiaaliset aspektit vaikuttavat siihen, millaisesta musiikista pidämme ja mitä arvostamme. Tiettyinä aikoina esimerkiksi vallalla ollut uskonto tai poliittinen näkemys on voinut kieltää tai paheksua tietyn musiikkisuunnan musiikkia. Kommunistisissa Kiinassa ja Neuvostoliitossa ei hyväksytty länsimaista popmusiikkia ja totalitaarisessa natsisaksassa juutalaisten säveltämä ja esittämä musiikki oli kielletty, samoin kuin mustien jazz (Moreno, 1999). Musiikilla voi olla tärkeä merkitys kansojen itsetunnon ja itsenäistymisen kannalta, esimerkkeinä vaikkapa *Sibeliuksen* Finlandia ja Viron laulujuhlat ja ns. laulava vallankumous (Ahonen, 1993). Musiikki voi kytkeytyä myös vahvasti uskontoon ja maagiseen ajatteluun: Laulujen avulla on yritetty saada esimerkiksi kaloja verkkoon suomalaisen uskomuksen mukaan ja itkuvirsillä on Suomessa saatettu kuolevien matkaa tuonpuoleiseen, vaikka kyseinen toiminta Venäjän tsaarin *Pietari Suuren* asetuksella kiellettiinkin 1715. Koska musiikkia alkukansojen

parissa pidettiin yliluonnollisena ja esimerkiksi hauen leukaluu ajateltiin musiikin alkuperäksi suomalaisen kansantaruston, *Kalevalan*, mukaan, niin oli myös mahdollista musiikin muodossa maagisesti parantaa ihmisiä. Toisaalta keskiajalla jotain pakanallista musiikkia saatettiin pitää paholaisen musiikkina, kun taas *Lutherin* mukaan ” – – ‘Jumala on luonut kaiken soimaan,’ – – ”(ibid., 29). *Schneiderin* mukaan hengillä on toteemikulttuureissa ollut oma äänensä (Rauhala, 1973). (Ahonen, ibid..) Näin ollen musiikilla nähdään olevan myyttinen perusta, joka sopii yhteen musiikin osalta *Cassirerin* käsityksen kanssa, jonka mukaan ajatteluun kuuluu myyttinen kerrostuma. Nykyajan heavy rockin alalajeihin kuuluva black metal, jossa on tavanomaista käsitellä paholaista ja saatanan palvontaa voitaneen pitää jossain mielessä yhtenä esimerkkinä maagisesta ajattelusta musiikin alueella.

Situaatioon liittyvät myös omat aiemmat kokemuksemme musiikista esimerkiksi kotona ja koulussa sekä millaista musiikkia niissä arvostettiin. Musiikin estetiikka ja teoria liittyvät vahvasti musiikin situationaalisuuteen, koska ne käsittelevät sitä, millaista musiikkia on pidettävä kauniina, taiteena tai ylipäättänsäkin musiikkina. Musiikin teorian erilaiset ”totuudet” säätelevät sitä, miten musiikkia tulisi esittää ja säveltää. Siten myös musiikin teoria, mukaan lukien sen historia, vaikuttaa siihen, mitä kuulija musiikilta odottaa ja miten hän sen normien pohjalta haluaa itseään toteuttaa. Musiikin erilaiset tyyliuunnat ja niihin liittyvät alakulttuurit vaikuttavat siihen, miltä tietyn tyyliuunnan musiikin pitäisi kuulostaa, jotta se olisi ”oikeata”. Kirjoitan sanat totuus ja oikea musiikin kohdalla lainausmerkein, koska mielestäni myös musiikkia koskee se sama seikka kuin tietoa ja totuutta, että ne ovat havainnoijasta ja häntä ympäröivästä kulttuurista riippuvaisia. Tästä syystä ei ole mahdollista myöskään se *Schopenhauerin* (1844/1991, 106–107) esittämä ajatus, että oikeanlainen musiikki olisi olemassa kuin itsessään äänen ja sävelten harmonisina tai epäsointuisina suhteina. Soittajan olisi *Schopenhauerin* mukaan pyrittävä saattamaan musiikki mielteiksi ilman, että hän vaikuttaisi siihen omilla tunteillaan ja käsityksillään, jotta musiikki vain älyllisellä tasolla heijastelisi yksilön tunteita mutta ihminen itsessään ei olisi tuo ”väräjävä kieli”, niin kuin *Schopenhauer* itse asian ilmaisee.

Myöskään *Schopenhauerin* käsityksen sisältämää *kartesiolaista kahtiajakoa* ulkomaailman objektien, äänten suhde toisiinsa, sekä kokevan yksilön mielteiden välillä ei voida puolustaa tässä tutkielmassa esitetyn holistisen ihmiskäsityksen valossa.

Lisäksi hänen näkemyksensä sisältää esteettisen oletuksen sellaisen musiikin paremmuudesta ja puhtaudesta, joka on koettu suoraan eikä sisällä suoranaisia tahdon ilmauksia, jossa yksilön omat kokemukset ja tunteet ovat vaikuttaneet musiikilliseen ilmiasuun. Ajatus on siis täysin vastakkainen tässä tutkielmassa esitetyille ajatuksille, että musiikki nimenomaan on dynaaminen muoto, joka kumpuaa yksilön emootioista ja kulttuurista. Schopenhauerin ajatuksista voidaan kuitenkin löytää myös yhtäläisyyttä tässä tutkielmassa esitettyyn Langerin mukaiseen käsitykseen, että yksilö voi musiikissa käsitellä erilaisia tyydytyksen ja tyydyttämättömyyden tunteita muiden tunteiden ohella. Schopenhauerin näkemys musiikin *a priorisesta* kokemisesta eli aikaisempaan kokemukseen ja tietoon pohjautuvasta musiikin merkityksestä yksilölle sopii yhteen ajatuksestani musiikista oliona, jolla voi olla oma tahto. Ei animistisessa mielessä, niin että ajattelisin musiikin hengen kaltaiseksi olenoksi, joka saa erilaisia, esineellisiä muotoja vaan symbolisena muotona, joka saa alkunsa ihmisen henkisyydestä ja pyrkimyksistä antaa merkityksiä ilmiöille. Nämä merkitykset saavat sitten ilmiasunsa ihmisten välisessä kulttuurissa.

Palatakseni musiikin situationaalisuuteen, niin kiinalainen ooppera voi kuulostaa länsimaisesta kovin kummalliselta pistävällä, korkealla laulullaan ja klassisen sekä popmusiikin ystävät voivat vastavuoroisesti nyrpistää nenäänsä toistensa musiikeille. Itse asiassa musiikin avulla situationaalisuutta ja symbolisia muotoja on ehkä helpompi ymmärtää, koska nimenomaan musiikin kohdalla on niin ilmiselvää, miten henkilökohtaiset käsitykset ja mieltymykset eri musiikin tyyliuuntien suhteen voivat vaihdella hyvinkin paljon yksilötasolla. Ihmisiä, jotka pitäisivät ja olisivat täysin samaa mieltä kaikista musiikkikappaleista on luullakseni vaikea löytää, ellei mahdotonta. Tämä on jokaisen helppo itse huomata omista kokemuksistaan.

TAULUKKO 1. Esimerkkejä musiikin olemassaolon ulottuvuuksien ilmentymistä tiivistetysti esitettynä holistiseen ihmiskäsityksen mukaisesti.

TAJUNTA	RUUMIS	SITUAATIO
Musiikin psyykkinen kokeminen: tunteet, merkitykset, mielikuvat, kieli jne. Symbolit, tiedostamaton, tietoisuus, transferenssi, defenssit. Muisti, oppiminen, ajattelu	Ääni fyysisenä ilmiönä: ääni ja musiikki värähtelyinä. Musiikin vaikutus elimistöön, musiikin fysiologinen aistiminen ja tuottaminen jne. Soittimet, äänitteet ym. Perintötekijät	Musiikin historia ja estetiikka, musiikin erilaiset kulttuurit, arvot, uskomukset. Musiikin teoria: normit, asteikot, tyylit jne. Yksilölliset kokemukset musiikista eri elämänvaiheissa Musiikkikoulutus ja -harrastukset

Tässä hahmottelemani näkemystä musiikin kokonaisvaltaisesta tutkimuksesta ihmisen olemassaolon ilmentymänä voidaan hyödyntää myös musiikkiterapian arvioinnissa, kun pohditaan musiikin merkitystä asiakkaan olemisessa. Bruscia (ibid.) IAP-arvioinnin eksistentiaalista tulkintaa on mahdollista myös yhdistää tässä esittämäni filosofiseen malliin. Bruscia on kuitenkin lähestynyt pienemmässä mittakaavassa musiikin ja improvisaation melodioita, rytmejä, voimakkuutta ym. suhteessa tilaan, aikaan, välineisiin, kausaliiteettiin sekä yksilön vastuuseen ja vapauteen. Hän tarkastelee improvisaation musiikissa jokaisen tekijän osalta myös yksilön suhdetta toisiin ihmisiin, sosiaalinen näkökulma, ympäristöön, fyysinen näkökulma ja itseensä, psyykkinen näkökulma. Näin ollen hänen jaottelunsa on siis sama kuin minun suppeampi määrittely yksilön olemassaolosta ja siten täysin yhteensopiva näiltä osin holistisen ihmiskäsityksen mukaisen näkemyksen kanssa musiikista. Minä en ole kuitenkaan tässä tarkastelussani päässyt niin yksityiskohtaiseen musiikin ja musiikkiterapian improvisaation analyysiin kuin Bruscia. Seuraavassa kappaleessa pyrin tarkentamaan syntyneitä musiikkipsykoterapian tieteenfilosofista käsitystä nimenomaan terapiaprosessin kannalta.



## 7.2 Holistinen ihmiskäsitys musiikkipsykoterapian tieteenfilosofiana ja vastakohtana mekanistisille näkemyksille

Psykoanalyysin mukaan yksilön elämään vaikuttaa vahvasti hänen piilotajuntansa, jonka tiedostamattomat konfliktit, puolustusmekanismit ja vietit deterministisesti ohjaavat yksilöä. Yksilön, ympäristön ja kulttuurin suhde on nähty yksipuolisesti tapahtuvan ruumiin ja mielen välillä. Vietit, Thanatos ja Eros, pyrkivät sitomaan kaoottista ruumiillista olemassaoloa psyykkisiksi merkityksiksi. Sama koskee ulkopuolelta tulevia ärsykeitä, jotka psyyken on joko tuhottava, jos ne ovat liian uhkaavia, tai sidottava erilaisiksi merkityksiksi, kuten taiteeksi, kieleksi, kulttuuriksi jne. (Lehtonen, 1988/1997; Rechartd, 1987; 1988; 1992.)

Tässä tutkielmassa esittämäni eksistentiaalis–fenomenologisen näkemyksen valossa psykoanalyttinen teoria symbolisista prosesseista näyttää mekanistiselta ja dualistiselta. Psykoanalyttinen käsitys symbolisista prosesseista olettaa yksilön merkityksien syntyvän koneenomaisesti ja kaavamaisesti, johon erityiset mekanismit osallistuvat. Tämä psyykkinen mekanismi määrää, millaisiksi yksilön merkitykset muodostuvat. Psykoanalyttinen teoria on pyrkinyt luonnontieteelliselle ajattelulle tyypillisellä tavalla selittämään kaiken järjestelmällisillä teorioilla, joka on juuri johtanut edellä mainittujen, metafyyksisten käsitteiden syntyyn. Luonnontiede pyrkii löytämään luonnon lakeja, jotka selittävät olemassaolon järjestystä mukaan lukien ihminen. Positivistinen tiedekäsitys, että maailma on sellaisenaan tarkasteltavissa ilman, että hänen aiemmat käsitykset siihen vaikuttavat pohjaa *Descartesin* filosofiaan. Tämä *kartesiolainen dualismi* lohko yksilön olemassaolon ulottuvuudet, ruumis ja tajunta, erilleen. Ihmisvartalo ajatellaan myös eräänlaisena koneena, siis mekanistisesti. Nykyiset kognitiivisen psykologian tietokonemallit ovat myös osa tällaista mekanistista ihmiskuvaa psykoanalyysin ohella. Filosofi Airaksinen (2000) on kiinnittänyt huomiota, miten aikamme ihmiskuva on tietoyhteiskunnassa kehittymässä koneen kaltaiseksi. Tässä tutkielmassa olen eri tavoin monesti perustellut tällaisten näkemysten virheellisyyttä, johon luonnontieteellinen tieto perustuu. (Malik, 2000.)

Luonnontieteen ja sen mukaisen, empiirisen tutkimuksen kehittyminen johti siihen, että luonnonlait astuivat Jumalan tilalle olemassaoloa säätelevinä ja järjestyksestä vastaavina voimina. Tähän vaikutti tietysti myös se, että luonnontiede omaksui *Darwinin*

käsityksen ihmisestä pitkän lajikehityksen tuloksena. Tämä johti aina nykypäivään asti pysyneisiin käsityksiin ihmisestä, joka oli ikään kuin heitetty maailmaan ja altis ympäristön vaikutuksille. Luonnon nähdään ihmiselle suomine geeneineen esimerkiksi evoluutiopsykologiassa paljolti määräävän, millaiseksi yksilön persoonallisuus ja käyttäytyminen muovautuvat. Tällainen esineellistävä ihmiskuva, joka näkee ihmisen vain yhtenä kappaleena muiden luontokappaleiden joukossa vapautti ihmisen myös vastuusta moraalisen olentona. Esineellistävän ihmiskäsityksen mekaaniset voimat, kuten Jumala, luonnonlait, piilotajunta, oppiminen, asettavat yksilön marionetiksi oman elämänsä suhteen. En suinkaan pyri kieltämään yhdenkään näiden ilmiöiden vaikuttavuutta yksilöön vaan kyseenalaistamaan niiden yksipuolisen näkemyksen, joka on vastaan humanistista ihmiskuvaa ihmisestä intentioivana ja vastuullisena olentona. (Malik, *ibid.*)

### **7.2.1 Vaihespesifinen teoria ja psykoanalyysi tieteenfilosofiselta kannalta**

Tähkän vaihespesifinen teoria pitää siis tämän tutkielman valossa sisällään mekaanisia, metafysisiä käsitteitä, kuten vietit ja defenssit. Tähkä pyrki myös teoriassaan selittämään järjestelmällisesti psykoanalyttisin käsittein ja metafysiikan avulla mielen rakentumisen. Hän ei kuitenkaan käsittele niitä ontologisina, filosofisina, merkityksinä ja käsitteinä, jotka vain kuvaavat ilmiöitä vaan ikään kuin luonnontieteellisinä totuuksina, konkreettisina voimina mielen rakentumisen taustalla. Tämä on psykoanalyysille tyypillistä. Toisaalta Tähkän teoria pyrki vapauttamaan yksilön humanistiselle käsitykselle tyypillisellä tavalla häntä liiaksi ohjaavista ja ahdistavista kaavamaisuuksista, malleista ja merkityksistä. Tämän Tähkä uskoo olevan saavutettavissa empaattisesti ymmärtämällä asiakkaan merkitysyhteyksiä ja tuomalla niihin eri kehitystasoja vastaavalla tavalla terapeutin apua. Lisäksi Tähkä näkee sellaiset käsitteensä kuin transferenssilapsi ja kehittyvä lapsi olevan subjektiivisia vertauskuvia terapeutin mielikuvissa asiakkaastaan, joilla ei ole suoranaista vastaavuutta asiakkaassa. Itse asiassa Tähkän (1979) mukaan kaikkia mielenterveyden käsitteitä voidaan pitää jossain mielessä mielivaltaisina. Nämä Tähkän termit ovat siten kuvaavia käsitteitä. Tällainen teoretisointi poikkeaa ratkaisevasti luonnontieteellisistä käsityksistä, jotka pyrkivät ehdottoman tiedon ja totuuden löytämiseen. Tähkä (1997) itse pitää teoriaansa

vain yhtenä näkemyksenä muiden joukossa, jonka avulla asiakasta voidaan lähestyä – hän ei pidä siis näkemystään ainoana totuutena.

Näiden näkökulmien perusteella on aiheellista puhua Tähkästä tieteenfilosofisesti myös hermeneuttiseen paradigmaan pohjautuvan eksistentiaalisen fenomenologian edustajana, vaikka hän ei itseään sellaiseksi tieteenteoreettiselta kannaltaan nimeäkään. Hän kuitenkin pitää eksistentiaaliselle fenomenologialle tyypillistä ”mitä?” kysymystä oleellisena psykoterapian kannalta ja pitää fenomenologian näkemyksiä hedelmällisinä psykoterapialle. Hän kuitenkin katsoo, että yksilön tiedostamattoman kannalta myös ”miksi?” kysymys on psykoterapialle tärkeä. (Tähkä, *ibid.*) Tähkä (1999) itse asiassa pitää psykoanalyysia subjektiivisena, ymmärrykseen pyrkivänä tieteenä erotuksena luonnontieteen selittävästä tiedon luonteesta. Hänen mukaansa juuri psykoanalyttiselle terapialle luonteenomainen tutkijan omien sisäisten kokemusten tarkkailu ja huomioiminen mahdollistavat tutkimuksen totuudenmukaisuuden, kun taas luonnontieteet pyrkivät mahdollisimman pitkälle vapauttamaan tiedosta tällaiset subjektiiviset aspektit. Kummallekin tutkimusotteelle on kuitenkin Tähkän mielestä omat, ensisijaiset kohteensa. Edellä mainitusta Tähkän käsityksestä huolimatta hänen vaihespesifisen teoriansa käsitykset vieteistä ja metafysiset oppijärjestelmät ovat kuitenkin kvasinaturalistista puolta Tähkän näkemyksessä, jotka pyrkivät luonnontieteelle tyypilliseen selitykseen.

Tämä on ominaista myös *Freudin* teorialle, joskin myös hänen voidaan katsoa edustaneen eksistentiaalista fenomenologiaa, vaikka hän pyrki luomaan tieteestään luonnontiedettä. Myös Freudin käsitteitä, kuten ego, superego, id, transferenssi jne., sekä tutkimusta voidaan pitää kuvaavina ja yksilön kokemusmaailmaa ymmärtämään pyrkivinä sen erilaisista heikkouksista huolimatta. Freud havaitsi jo myös vastustuksen, joka ihmisen olemassaoloon ja sen muutoksiin liittyy, vaikka nämä muutokset olisivat yksilölle hyödyllisiäkin. *Rauhala* pitääkin Freudia ensimmäisenä eksistentiaalisen fenomenologian edustajana huolimatta hänen ylideterministisistä ja mekaanisista teorioistaan (Puhakaisen, 2000 mukaan). Tämän käsityksen jakaa myös *Siirala*, jonka mukaa Freudin panos tieteelle oli tärkeä hänen huomattuaan yhteyden asiakkaiden oireiden ja miten he asioistaan kertovat välillä. Freudin (1900/1995) ohje oli, että on kuunneltava, mitä asiakkaat sanovat, koska huolimatta unien tai harhojen mielettömyydestä ne ovat merkityksellisiä heille. Freud ei myöskään pyrkinyt

moralisoimaan vaan vapaan assosiaation ohjeessa nimenomaan kehoitettiin Siiralan mukaan antamaan ilmaisu kaikelle mieleen tulevalle. Freud (1904/1954) poisti myös eroa sairaiden ja terveiden ihmisten väliltä käsityksessään, että kaikki ihmiset ovat jossain mielessä neuroottisia. Näin ollen voidaan mielestäni ajatella, että hänen ajatuksensa edistivät myös tasa-arvoisuuden kehittymistä ihmisten välillä. (Siirala Alanteen & Uimosen, 2000 mukaan.)

Se, että Freud ryhtyi tarkastelemaan asiakkaiden merkitysyhteyksiä johti siihen, että psykoanalyysistä tuli myös hermeneuttista tiedettä, joka tälle tutkimusotteelle tyypillisesti näkee psyykkiset häiriöt ensisijaisesti tajunnan ongelmina.

Psykoterapeuttisella työskentelyllä asiakkaan merkityssuhteita, joilla oli myös voimakas tiedostamaton taustansa, voitiin pyrkiä yhteistyössä asiakkaan kanssa muuttamaan.

Tällaiseen filosofiaan myös Tähkän psykoanalyttinen näkemys perustuu: Hänen mukaansa aivot eivät synnytä kokemiamme merkityksiä, vaikka ovat niiden fyysinen perusta. Merkitykset syntyvät mielessä ja mielen avulla muodostuvat erilaiset muistirepresentaatiot aistihavainnoista, korva ja aivot vain välittävät sähkökemiallisina prosesseina nämä aistihavainnot. Tähkän mukaan mieltä ei voida löytää aivojen sisältä. En enää mene tässä tämän pitemmälle aivojen ja tajunnan välisestä suhteesta, koska käsittelin sitä aiheelle omistetussa kappaleessa 5.2 Tajunnan suhde aivoihin. Edellä mainitun käsityksen mukaisesti, että mieli koostuu ja on olemassa vain erilaisina merkityksinä ja kokemuksina, Tähkä ajattelee myöskin psykoterapian kohdistuvan niihin. Tähkän mukaan aivoja biologisesti manipuloimalla ei voida yksilön kokemusmaailmaa ja sen merkityksiä muuttaa vaan tarvitaan nimenomaan yksilön kokemuksiin ja merkityksiin paneutuvaa psykoterapiaa. (Tähkä, 1999.)

Tähkä on ajatuksissaan siis samoilla linjoilla kuin Rauhala (1974; 1989), jonka mukaan psykoterapia nimenomaan kohdistuu yksilön tajuntaan. Vain tajunnassa olevia merkityksiä, mieliä, muuttamalla voidaan niin Rauhalan kuin Tähkänkin mukaan saada aikaan terapeuttisia muutoksia yksilön kokemusmaailmassa. Toisaalta Tähkä (ibid., 125) kirjoittaa mielestä: "Se on kokonaan kokemuksellinen rakenne, jolla on pelkästään mentaalinen olemassaolo, ei aineellista." Tämä lause viittaa siihen, että Tähkän näkemys on jossain mielessä dualistinen ihmiskäsitys, koska hän tuntee erottavan henkisen ja aineellisen olemassaolon ulottuvuudet erillisiksi kokonaisuuksiksi. Tässä suhteessa Tähkän käsitys poikkeaa Rauhalan ja minun tässä tutkielmassa esittämästäni

holistisesta ihmiskäsityksestä, jonka mukaan on vain yksi olemassaolon muoto ja sen erilaiset näkökulmat, tajunta, ruumis, situaatio, ovat sen ilmentymiä. Tietysti myös tämä käsitys pitää sisällään tietynlaista dualismia, joskin perustellusti ja kokemuksia vastaavasti.

Psykoanalyttisessa tutkimuksessa on myös Tähkää laajemmin käsitetty psyykkiset ongelmat, taide, uskonnolliset ajatukset, tunteet jne. merkityksinä, symboleina tai vertauskuvina, joihin terapialla, joka huomioi transferenssin pyritään vaikuttamaan (esim. Borbely, 1998; Rechart, 1987; 1992; Stern ym., 1998). Tällaiseen ihmiskuvaan perustuvaa psykoterapiaa, joka näkee psyykkiset ongelmat merkityksinä yksilön tajunnassa, on mahdollista lähestyä eksistentiaalis–fenomenologisen tieteenfilosofian avulla. Tarkastelenkin seuraavaksi ensisijaisesti psykoanalyttista psykoterapiaa ja musiikkipsykoterapiaa Rauhalan holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti. Syntyneitä musiikkipsykoterapian tieteenfilosofiaa, nimenomaan terapeuttisen vuorovaikutuksen kannalta, voi kuitenkin hyödyntää myös muiden kuin psykoanalyysiin perustuvien psykoterapioiden tieteenfilosofisena viitekehystenä.

### **7.2.2 Terapia tarkasteltuna tajunnallisesta, ruumiillisesta ja situationaalisesta näkökulmasta**

Tajunnan alueelle yksilön olemassaolossa kuuluvat terapian vuorovaikutuksessa erilaiset merkitykset, joita asiakas antaa kokemukselleen. Näin ollen erilaisia, psyykkisiä ongelmia, merkitysten vääristymiä, aiheettomia pelkoja, uskomuksia ja vainoamisen tunteita ym. kokemuksia on ensisijaisesti pidettävä tajunnallisina ilmiöinä. Siten niitä ei voi pitää mielestäni myöskään samalla tavoin sairauksina kuin esimerkiksi keuhkokuumetta tai syöpää, jotka puolestaan ilmenevät ensisijaisesti epäsuotuisana olemassaolona yksilön ruumiissa. Terapeuttisen vuorovaikutuksen alueelle tajunnassa kuuluvat erilaiset, tietoiset ja tiedostamattomat symbolit, mukaan lukien arkkityyppiset symbolit, kuten puu, nainen, mies, luola jne. Tajunnallisia asioita ovat vuorovaikutukseen liittyvät tunteet, joihin myös asiakkaan ja terapeutin välinen transferenssi terapeutin erilaisine tunnevasteineen kuuluu. Musiikissa, terapeutin ja asiakkaan välisessä vuorovaikutuksessa, niin sanallisessa kuin sanattomassa viestinnässä, on mukana lisäksi yksilön vitaaliaffekteja, jotka nekin ovat tajunnallisia

merkityksiä. Yleensäkin terapian mielikuvat ja kieli ovat tajunnallisia ilmiöitä, joskin mielikuviin voi liittyä myös ruumiillinen aistimus, kuten kivun tai lämmön tuntemus vartalossa. Kognitiiviset toiminnot, kuten muisti, tieto ja yleensäkin ajattelu ovat tajunnallisia ilmiöitä. Asiakkaan ja terapeutin kokemusta terapiassa voidaan tarkastella myös tietoisuus–tiedostamaton akselilla: mitkä piirteet itsessään asiakas sulkee pois mielestään; mistä asioista hän ei ole tietoinen itsessään? Esimerkiksi unet ovat tajunnallisia ilmiöitä, jotka pitävät sisällään sekä tietoisia että tiedostamattomia merkityksiä ja kokemuksia.

Ruumiilliselle olemassaolon alueelle terapeuttisessa vuorovaikutuksessa kuuluu luonnollisesti yksilön vartalo ja siihen liittyvät erilaiset tuntemukset ja kokemukset: Ruumiillisiin vammoihin, väkivaltaan, raiskaukseen sekä seksuaaliseen hyväksikäyttöön voi liittyä omaa vartaloa koskevia muistoja. Oma vartalo saatetaan kokea esimerkiksi inestin tai raiskauksen jälkeen saastaiseksi. Myös erilaiset elämän aikana koetut sairaudet ja vammat saattavat heijastua siihen, miten yksilö kokee ruumiinsa tällä hetkellä. Jokin pysyvä vamma, kuten sormen puuttuminen, vaikuttaa siihen millaiseksi yksilö itsensä kokee. Ruumiin rakenne, ulkonäkö ja viehättävyys ovat myös yksilön kokonaispersoonalle tärkeitä, niin miehille kuin naisille. Olenko minä riittävän kaunis, kelpaako vartaloni miehille tai onko vartaloni riittävän lihaksikas ollakseni tarpeeksi miehekäs? Tämän tyyppiset kysymykset, jotka liittyvät ruumiilliseen olemassaoloon, saattavat askarruttaa yksilöä psykoterapiassa. Lasten ja nuorten kohdalla fyysinen kasvu ja murrosikä luonnollisesti vaikuttavat yksilön minäkuvaan, vanhenevia ihmisiä puolestaan saattavat pohdituttaa ikääntymiseen liittyvät fyysiset muutokset ja vaivat, jotka liittyvät elimistön yleiseen rappeutumiseen iän myötä. Seksuaalisuus on osa yksilön ruumiillista ulottuvuutta lähestulkoon läpi elämän iloineen, huolineen ja murheineen.

Yksilön sukupuoli ja hänen erilaiset geenit ovat myös osa ruumiillista olemassaoloa. Psykoterapian kannalta aivot ovat tärkeä ruumiillinen näkökulma, koska ne välittävät yksilön merkityksiä, kokemuksia ja tunteita. Aivot säätelevät lisäksi yleisestikin erilaisia elintoimintoja, jotka vaikuttavat vaikkapa yksilön käyttäytymiseen. Aivotoiminnot ja perinnöllisyys vaikuttavat myös yksilön älykkyyteen sekä millaiseksi hänen kielen ja musiikin tuottaminen sekä ymmärtäminen muodostuvat. Aivovammat voivat muuttaa ja vääristää kokemuksiamme ja havaintojamme, niin että ne eivät vastaa

todellisuutta, ihmisellä voi olla vaikkapa orgaanisen syyn takia harhoja. Erilaiset elimistön ulkopuoliset aineet, kuten päihteet, ovat ruumiilliseen olemassaoloon kuuluvia tekijöitä: onko alkoholi tuhonnut aivoja tai maksan? Yleiseen fyysiseen kuntoon ja jaksamiseen liittyvät tekijät vaikuttavat siihen, millaiseksi koemme itsemme.

Terapian tutkimuksen kannalta myös yksilöön liittyvät aineelliset asiat, kuten esineet ja raha, kuuluvat elottomina olioina ruumiillisen olemassaolon piiriin. Samoin erilaisiin elämän tottumuksiin, kulutukseen ja tarpeisiin kuuluvat asiat: asunto, ravinto, nukkuminen, vaatteet jne. Tutkimuksen kannalta erilaiset tilastot, video- ja äänitetallenteet sekä kirjallisuus ovat esineinä ruumiilliseen maailmaan sisältyviä.

Situaation kannalta katsottuna terapiaan liittyviä tekijöitä ovat yksilön elämäntilanteen erilaisine tekijöineen. Millainen lapsuuden perhe asiakkaalla oli? Millaiset suhteet mahdollisilla sisaruksilla ja asiakkaalla on ollut? Mikä on ollut asiakkaan suhde omiin vanhempiinsa läpi hänen elämänsä? Suvussa olevat erilaiset arvot, kuten poliittiset ja uskonnolliset, voivat vaikuttaa siihen, millaiseksi yksilö kokee olemassaolonsa tällä hetkellä. Jos asiakkaalla on jo oma perhe, niin puolison tai elämänkumppanin ajatukset, arvot ja pyrkimykset voivat vaikuttaa, mitä suuremmissa määrin yksilön kokemukseen maailmasta. Omaan perheeseen, niin lapsuuden kuin tämän hetkiseen perheeseen, liittyvät tekijät voivat rajoittaa tai lisätä yksilön mahdollisuuksia elämässä: Onko asiakas syntynyt köyhään perheeseen, jolla ei esimerkiksi ollut varaa kustantaa lapselleen soittotunteja tai yleensäkään kalliita harrastuksia. Varakkaan perheen lapsella on voinut tässä suhteessa olla laajemmat mahdollisuudet kokeilla erilaisia harrastuksia.

Situaation piiriin kuuluu yksilön kokemusmaailmassa myös asiakkaan ammatti ja sen sisältämät erilaiset arvot, etiikka ja normit. Esimerkiksi terveydenhoitoalalla työskentelevä saattaa kokea terveyden ja puhtauden merkityksen toisella tavoin kuin kaupallisella alalla toimiva. Poliisin, papin tai lääkärin etiikka vaikka toisen ihmisen tahallisen vahingoittamisen tai hänen omaisuuden turmelemisen suhteen voi poiketa tavallisen kadunmiehen käsityksistä näistä asioista. Tietysti kotikasvatus luo lisäksi pohjaa sille, millaiset ovat moraalikäsitksemme. Sukupuolen voidaan ajatella olevan niin situationaalinen kuin ruumiillinen ilmiö. Lapsen kasvatuksessa lapsille ruvetaan jo hyvin varhain antamaan normeja mikä sopii pojalle ja mikä tytölle. Poikavauvan vaate voi automaattisesti olla sininen ja tyttövauvan vaaleanpunainen jne. (Schaffer, *ibid.*)

Myöhemmin aikuiselämässäkin voidaan esimerkiksi töitä jakaa miesten ja naisten töihin, vaatteiden korjaaminen ja ruuan laittaminen voidaan vaikkapa katsoa soveliaammaksi naiselle ja auton tai talon korjaaminen miehelle. Miehen täytyy käydä työssä ja elättää perhettä, kun taas naisen paikka on kotona huolehtimassa ja ruokkimassa lapsia, voidaan ajatella. Tällaiset arvot ja käsitykset siirtyvät suvussa ja yhteiskunnassa sukupolvelta toiselle ja vaikuttavat siihen, millaiseksi yksilö näkee elämänsä ja olemassaolonsa tarkoituksen; sitä kuitenkin koskaan välttämättä tarkemmin pohtimatta. Näin ollen kasvatuksesta ja koulutuksesta, mitä ihminen saa muodostuu vahva vaikuttaja yksilön situationaalisuuden kannalta. Ne käsitykset ja opit, mitä koti, lastentarha ja koulu ovat meille antaneet ovat pohjana sille, miten ymmärrämme ja tulkitsemme myöhempiä kokemuksiamme.

Yhteiskunnan rooli yksilön tilanteen kannalta on myös huomattava. Sen taholta säädetään erilaisia lakeja ja ohjeita, jotka jatkuvasti vaikuttavat yksilön elämään. Lapsella ja nuorella on esimerkiksi oppivelvollisuus, jonka takia he useimmiten käyvät koulua. Se, mitä kouluissa opetetaan määräytyy sen mukaan, mitä opetuksesta on laissa säädetty sekä mikä on yhteiskunnan mielestä tarpeellista ja soveliaasta opettaa esimerkiksi lapsille. Vallalla olevat tieteelliset, poliittiset, yhteiskunnalliset ym. käsitykset vaikuttavat näihin sääntöihin myös. Historiaa saatetaan opettaa kouluissa eri tavoin eri aikakausina sekä riippuen, missä maassa eletään. Menneessä Neuvostoliitossahan esimerkiksi harrastettiin historian manipulointia vallalla olleisiin poliittisiin näkemyksiin sopiviksi. Näin ollen tietysti yksilö omaksuu myös sen yhteiskunnan ja maan kansalaisidentiteetin, mihin hän syntyy. Hän omaksuu myös oman maansa tapoja ajatella muiden maiden kansalaisista. Jonkin maalaisia voidaan pitää tyhminä, toisen maan asukkaita ahkerina ja rehellisinä, toisen maan taas julmina. En käy tässä läpi tarkempia esimerkkejä, koska uskon, että jokainen tietää niitä itse ilman minun apuanikin. Luonnollisesti tällaiset käsitykset voivat pitää sisällään selkeätä rasismia, joka voi heijastua aina yhteiskunnan lakeihin asti, kuten Etelä-Afrikan aikaisemmassa rotuerottelussa.

Aikuisenkin elämään yhteiskunnan monet säännöt vaikuttavat. Täytyy huolehtia alaikäisistä lapsista ja maksaa veroa. Käyttäytyäkään ei saa aikuisenakaan aivan, miten tahtoo vaan lait suojelevat esimerkiksi yksilön henkistä ja fyysistä koskemattomuutta. Yhteiskunta suojaaa laeilla lisäksi yksilön ja yhteisöjen omaisuutta. Valtiomuodot ja



niiden harjoittamat uskonnot sanelevat tai muuten epäsuorasti vaikuttavat kansalaisten elämään ja käsityksiin. Demokraattisissa valtioissa on pyrkimys tasa-arvoon, vaikka se ei aina täysin toteutuisikaan, mutta nykyaikana aikuisilla ihmisillä on yhtäläiset oikeudet vaikkapa äänestää tai omistaa, olipa hän nainen tai mies tai kuuluipa mihin rotuun hyvänsä. Näin ei aina ole ollut. Esimerkiksi naisilla ei ole aina ollut Suomessakaan äänioikeutta tai oikeutta omistaa.

Yksilön tilanteeseen vaikuttaa tietysti voimakkaasti se kulttuuri, johon hän on syntynyt tai jossa hän elää. Eri puolilla maailmaa asuvilla kansoilla on omat tapansa asua johtuen esimerkiksi ilmastollisista ja maaperällisistä seikoista, jotka siten kuuluvat myös yksilön tilanteeseen. Suomalaisen täytyy pohjoisessa asua tiiviimmässä ja lämmitetyimmässä asumuksessa kuin etelässä asuvan afrikkalaisen. Maaperä ja ilmasto vaikuttavat siihen, millaisia elinkeinoja harjoitetaan ja millaista työtä tehdään. Toisissa maissa porataan öljyä, toisessa on paljon metsätaloutta, kun taas kolmannessa maassa on suopeammat maat erilaisille viljelyksille. Maan ja yhteiskunnan taloudellinen varallisuus voi vaikuttaa lisäksi muun kulttuurin kehittyneisyyteen, kuten erilaisten oppilaitosten ja sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen määrään sekä laatuun.

Monilla kulttuureilla on myös omat uskomuksensa ja tarunsa, jotka voivat yhä vaikuttaa siihen, millaiseksi sairaudet tai psyykkiset ongelmat nähdään. Myyttisessä ajattelussa sairaudet nähtiin pahojen henkien aikaansaamina. Erilaiset sanonnat ja viisaudet elävät kansojen joukossa sukupolvelta toiselle. Kulttuuri heijastuu maiden taiteeseen ja musiikkiin, mustilla on blues-musiikki, jonka perusta on orjien laulamissa työlauluissa. Irlantilainen tai venäläinen kansanmusiikki taas kuulostaa toisenlaiselta. Myös arkkitehtuuri voi olla kovin erilaista idässä kuin lännessä. Tietysti kulttuuri vaikuttaa yksilön rooliin miehenä tai naisena, lapsena tai vanhuksena: eri kansoilla ja kulttuureilla on omanlaiset näkemyksensä, miten yksilön täytyy pukeutua tai käyttäytyä kuuluessaan vaikkapa näihin sosiaalisiin ryhmiin.

Taulukko 2. Yksilön olemassaolo psykoterapiassa tiivistetysti tarkasteltuna holistisen ihmiskäsityksen mukaan.

TAJUNTA	RUUMIS	SITUAATIO
Mielikuvat, merkitykset, tunteet, vitaaliaffektit, kieli, muistot. Tietoinen/tiedostamaton, unet, symbolit. Psyykkiset ongelmat ja ristiriidat.	Fyysinen kunto, ikä, sukupuoli, sairaudet, vammat, perintötekijät, älykkyys, ruumiinrakenne. Aivojen tehtävä tunteiden, kokemusten, merkitysten säätelijänä ja välittäjänä.	Oma ja lapsuuden perhe, suku, ammatti, sukupuoliroolit, elämänhistoria, arvot, säännöt, yhteiskunta, uskonto, politiikka. Kulttuuri, aika, elämän olosuhteet

Olen esittänyt tässä hyvin tiivistetysti, ilman pitkiä ja tarkkoja esimerkkejä eri kulttuurien ja yhteiskuntien vaikutuksesta yksilöön, situationaalisuuden merkitystä yksilön olemassaololle. Vaikka olisikin mielenkiintoista tarkastella näitä eroja tarkemmin, niin se ei kuitenkaan ole mahdollista tämän tutkielman puitteissa. Uskon myös, että se ei tässä kappaleessa ole tutkimukseni kannalta enemmän tarpeenkaan, koska musiikin situationaalisuuden tarkastelussa esitin jo esimerkkejä tästä olemassaolon näkökulmasta. Luulen, että situationaalisuuden merkitys terapian kannalta avautuu näin pinnallisestikin käsiteltynä. Mielestäni olen tuonut esille riittävästi sen merkitys- ja kokemusmaailman laajuuden ja moni-ilmeisyyden, jonka holistinen ihmiskäsitys avaa niin käytännön musiikkipsykoterapialle kuin sen erilaiselle tutkimukselle. Nähdäkseni esimerkkini ovat olleet myös riittävät holistisen ihmiskäsityksen peruslähtökohtien ymmärtämiselle, sillä se on vain lähinnä ollut tarkoitukseni tämän tutkielman osalta. Tässä esittämäni tieteenfilosofian tarkoituskin on ollut olla vain hahmotelma ja lähtökohta mahdollisille, myöhemmille, syvemmille ja laajemmille tarkasteluille. Tieteenfilosofisen tarkasteluni ajatuksena on ollut myös luoda parempia ja selkeämpiä edellytyksiä musiikkipsykoterapian empiiriselle tutkimukselle, niin laadulliselle kuin määrällisellekin. Näin siitä huolimatta, vaikka musiikkipsykoterapian käytännön työssä ja tutkimuksessa korostuukin mielestäni yksilön tajunnan ja sen erilaisten merkitysten ja kokemusten tarkastelu. Näiden seikkojen tarkastelussa olen pitänyt tärkeänä lisäksi kokemusten ja merkitysten ymmärtämistä yksilöllisinä tapahtumina, niin asiakkaan, terapeutin kuin tutkijankin

kannalta. Tällainen ajattelu- ja toimintatapa soveltuu tietysti ensisijaisesti hermeneuttiseen tutkimusotteeseen perustuvaan laadulliseen tutkimukseen.

### **7.2.3 Terapiäkäsitysten epistemologinen ja ontologinen luonne – käsitteet symbolisina muotoina ja tiedon eriytyminen**

Tämän luvun ollessa yhteenvetoa tutkielmani filosofisista näkemyksistä katson vielä tarpeelliseksi musiikkipsykoterapian tutkimuksen tarkastelun epistemologisesta ja ontologisesta näkökulmista. Epistemologinen tutkimus ja teoria, jota siis esimerkiksi Cassirerin symbolisten muotojen filosofia edustaa, pyrkii selvittämään, miten tieto on saatu, millä menetelmin se on hankittu ja millaiset aikaisemmat arvot, teoriat, ajatukset ym. vaikuttavat tutkimukseen. Musiikkipsykoterapian eksistentiaalis–fenomenologisessa tutkimuksessa nimenomaan fenomenologia tarkastelee näitä kysymyksiä eli miten tietäminen on rakentunut. Sen voidaan ajatella myös pyrkivän vastaamaan "mitä?" kysymykseen ja kuvailemaan sen avulla erilaisia ilmiöitä ja tietoa. Ontologinen tarkastelu puolestaan pyrkii vastaamaan kysymykseen olevaisen alkuperästä ja mikä on sen luonne sekä mitä voidaan tässä valossa pitää totuutena. Täten eksistentiaalis–fenomenologisessa tutkimuksessa. Se pyrkii vastaamaan näin ollen "miksi?" kysymykseen. Musiikkipsykoterapian teoriassa metafysiset käsitteet, joita ei pystytä tarkasti kokemuksellisesti ja tietämyksellisesti havainnoimaan kuuluvat ontologiseen alueeseen. "Miksi?" kysymyksen lisäksi eksistentiaalis vastaa "miten?" kysymykseen: miten olemassaolo ilmenee?

Esimerkiksi psykoanalyysin teoriassa sellaiset käsitteet kuin ego, id, superego sekä vietit Thanatos, Eros tai aggressiivinen ja seksuaalinen ovat siten mielestäni ontologisia käsitteitä. Johtuen niiden metafysisestä luonteesta niitä ei mielestäni pitäisi ajatella konkreettisina olioina, siis sellaisenaan olemassa olevina, vaan filosofisina käsitteinä. Vaikka kokemuksestamme voimme löytää piirteitä, jotka sopivat hyvin näiden käsitteiden kuvaamiin ilmiöihin, niin ilmiö sinänsä ja siihen kuuluvat erilaiset aspektit eivät ole sama kuin itse käsite. Kuten muistamme, käsitteisiin vaikuttavat aikaisemmat kokemuksemme ilmiöistä ja kulttuurista joiden avulla muodostamme yksilöllisesti oman näkemyksemme siitä, mitä vaikkapa käsitteellä id tai superego tulisi kulloinkin

tarkoittaa. Tähän vaikuttaa esimerkiksi se, mitä kulttuurissa ja yhteiskunnassa pidetään moraalisesti hyväksyttävänä. Jo *Freud* itse korosti, että idillä, egolla ja superegolla ei ole suoranaista vastaavuutta orgaanisessa olemassaolossa. Holistisen ihmiskäsityksen valossa ei voida kuitenkaan olettaa myöskään, että tällaiset käsitteet olisivat jonkinlaisia konkreettisesti tajunnassa olevia systeemejä/mekanismeja. En pyri ollenkaan kieltämään Freudin havaitsemien ilmiöiden olemassaoloa persoonallisuuden piirissä vaan tuomaan esiin, että huolimatta käsitteiden id, ego, superego todellisuutta ja kokemuksiamme maailmasta vastaavasta luonteesta, niin ne silti ovat vain filosofisia käsitteitä. Siten tieteellisenä ja filosofisina käsitteinä ne ovat myös symbolisia muotoja eli mielen luomuksia ilmiöistä, jotka sellaisenaan eivät ole koskaan tavoitettavissa. Tästä syystä myös psykoanalyysin käsitystä vieteistä pitäisi lähestyä vastaavasti, koska ihmisellä ei aivan samanlaista vietinomaista käyttäytymistä ole havaittu kuin eläimillä. Jokainen voi kuitenkin itsessään, ympäristössään ja kulttuurissaan kokea ja havainnoida ihmisen voimakasta seksuaalisuutta, rakkautta, vihaa, väkivaltaa ja tuhoa tehdäkseen johtopäätöksen, että nämä ilmiöt, piirteet ja tunteet kuuluvat jollain tapaa olennaisesti ihmisyyteen.

Rechardt (1987; 1988) on esittänyt Leschen ja Freudin ajatusten pohjalta psykoanalyttisen teorian kuvaavuuteen liittyen, että psykoanalyysin erilaisia käsitteitä tulisi lähestyä kuin musiikkia. Samoin kuin musiikki on dynaaminen tai symbolinen muoto, johon omia käsityksiä ja tunteita voidaan asettaa, ovat myös psykoanalyttiset käsitteet tyhjiä malleja, joihin erilaiset, yksilölliset käsitykset voidaan sijoittaa. Tämä vastaa juuri äsken esittämäni ajatusta psykoanalyttisista käsitteistä symbolisina muotoina. Mikäli psykoanalyttiset käsitteet ymmärretään suoraan sellaisinaan, esimerkiksi pelkästään niiden kvasinaturalistisen merkityksen pohjalta ilman, että otetaan huomioon niiden vertauskuvallinen luonne, menevät nämä käsitteet Rechardtin mukaan hukkaan. Myös Rechardtin ajatuksessa, että tiede pyrkii erotuksena taiteista luomaan kiistattomia ja selkeitä käsitteitä mutta joutuu kehityksessään käyttämään arkaaista ja vertauskuvallista tietämystä, on samaa kuin tässä tutkielmassani esittämässäni ajatuksessa tiedon, ajattelun ja kokemuksen eriytymisestä. Tällä ajatuksella, joka siis perustuu symbolisten muotojen filosofiaan, on tärkeä merkityksensä niin musiikkipsykoterapian tutkimuksen kuin käytännön terapiankin kannalta. Näin siksi, että symbolisista muodoista niin tiede, kieli kuin taidekin syntyvät yksilöllisten, symbolisten prosessien pohjalta, jolloin terapiaakin voidaan tarkastella

erilaisina, symbolisina prosesseina. Luonnollisestikin terapiassa tapahtuvaa oppimista ja oivallusta itsestä ja muista on mielestäni symbolisten muotojen filosofian valossa pidettävä myöskin tiedon ja kokemuksen eriytymisprosessina yksilötasolla.

Muita ontologisia käsitteitä, joilla ei ole suoranaista vastaavuutta kokemuksissa ja havainnoissa ovat psykoanalyysin erilaiset puolustusmekanismit. Vaikka olen omien kokemusteni perusteella täysin varma tällaisten ilmiöiden olemassaolosta, niin silti näitäkin ilmiöitä pitäisi musiikkipsykoterapiassa ja psykologiassa tarkastella kuvaavina käsitteinä eikä ilmiöinä itsessään. Näin on mielestäni mahdollista välttää se psykoanalyttisten käsitteiden mekaanisuus, josta tämän kappaleen alussa kerroin. Hyvä on myös muistaa, että tämä kritiikki ei koske vain psykoanalyttista teoriaa vaan muitakin psykologisia käsitteitä, kuten mainittuja tietokonemalleja kognitiivisessa psykologiassa. Myös erilaiset ihmisen oppimiseen, ajatteluun ja muistiin liittyvät kognitiiviset mallit, kuten työmuisti, diskursiivinen muisti, lyhyt kestoinen muisti jne. ovat nekin symbolisia muotoja. Niitä ei pidä siis käsittää ilmiöksi itsessään, psyykkisiksi mekanismeiksi, vaan pelkästään psyykkisiä piirteitä ja prosesseja kuvaaviksi termeiksi. Tällaiset termit eivät myöskään vastaa pelkästään tieto-opilliseen "mitä?" kysymykseen vaan "miksi?" kysymykseen esittäessään syitä erilaisille toiminnoille ja piirteille tajunnassa.

Taulukko 3. Musiikkipsykoterapiassa saatavan tiedon luonne perustuen eksistentiaalis-fenomenologiseen tieteenfilosofiaan.

MENETELMÄ	TIEDON LUONNE	TERAPIA	MUSIIKKI
FENOMENOLOGIA	EPISTEMOLOGINEN MITÄ?	Havainto, kokemus, tieto, tunne, merkitys. Symbolit, transferenssi, terapiatekniikat. Taustateoriat: psykoanalyysi, lääketiede, psykologia ym.	Mielikuvat, merkitykset, assosiaatiot, ääni, kokemus, vaikutus. Musiikin teoria, estetiikka, dynamiikka, harmonia ym. Ilmaisu
EKSISTENTIALISMI	ONTOLOGINEN MIKSI? MITEN?	Ruumiilliset, tajunnalliset ja situationaaliset oliot. Metapsykologia: Defenssit, vietit, ego, id, superego jne.	Musiikki olioina, Musiikin kognitiivinen havaitseminen, ymmärtäminen, tuottaminen. Dynaaminen tiedostamaton

Edellä olevaan taulukkoon liittyen on hyvä vielä tarkentaa Rauhalan (1974) mukaisesti, mihin eksistentiaalis-fenomenologinen analyysi musiikkipsykoterapiassa kohdentuu. Eksistentiaalista analyysia vaatii osakseen tutkimuksen kohde, jotta tiedetään oikeat tutkimusmenetelmät ja teoriat. Jos kyseessä olisi vaikkapa alemmuuden tunne tai ihminen kokonaisuudessaan, niin silloin tulisi selvittää, millaisten olemassaolojen, olioiden, piiriin kyseinen tunne tai se piirre, mitä ihmisessä halutaan tutkia kuuluu. Ihmisen ollessa kyseessä mukaan lukien hänen tunteensa tarvitaan tämän tutkielman valossa siis useampi näkökulma lähestyä mainittuja ilmiöitä. Näin ollen tarvitaan myös erilaisia, empiirisiä tutkimusmenetelmiä, jotta on mahdollista kunnolla tutkia haluttuja ilmiöitä. Fenomenologinen analyysi puolestaan kohdistuu itse tutkimukseen eli millaista tietoa psykoanalyttinen, kognitiivinen, behavioristinen, biolääketieteellinen tai musiikkitieteellinen ym. musiikkipsykoterapian tutkimus tuottaa. Täten

fenomenologinen analyysi kohdistuu kokemukselliseen, empiiriseen, tietoon ja eksistentiaalinen, tämän tietämyksen metafyyssiseen alkuperään ja siihen, miten olemassaolo ilmenee.

Tässä luvussa olen tehnyt yhteenvetoa tutkimuksessani esiin nousseista tieteenfilosofisista näkemyksistä, jotka liittyvät musiikkipsykoterapiaan etenkin psykoanalyttisen teorian pohjalta. Tässä yhteydessä tarkastelin myös vaihespesifistä teoriaa. Tutkimukseni tieteenfilosofisesta osuudesta voidaan mielestäni todeta, että eksistentiaaliseen fenomenologiaan perustuvaa holistista ihmiskäsitystä on mahdollista käyttää psykoanalyttisen musiikkipsykoterapian tieteenfilosofiana, myös vaihespesifisen musiikkipsykoterapian. Tosin esittämäni lähtökohdat soveltuvat myös muun viitekehyksen omaavan musiikkipsykoterapian tai musiikkiterapian viitekehyksiksi. Lisäksi musiikkipsykoterapian kuin muidenkin ilmiöiden empiiristä tutkimusta voi lähestyä eksistentiaalis–fenomenologisen analyysin avulla *Heideggerin* mukaisesti, kuten *Lehtonen* on aikaisemmin ehdottanut. Kyseinen tutkimusmenetelmä sopii hyvin yhteen tässä tutkielmassa esittämieni näkemysten kanssa hermeneuttiseen paradigmaan pohjautuvasta laadullisesta tutkimuksesta.

Psykoanalyttista teoriaa ja musiikkipsykoterapiaa voidaan tarkastella lisäksi symbolisina muotoina, jolloin näiden sisältämät käsitteet saavat yksilöllisiä merkityksiä eikä psykoanalyysin metafyyssisiä käsitteitä, kuten id, ego, vietit jne. voi tämän tutkielman valossa pitää ilmiöinä itsessään vaan kuvaavina käsitteinä. Holistisen ihmiskäsityksen ja symbolisten muotojen filosofian avulla lähestyttäessä psykoanalyysin sekä musiikkipsykoterapian käytäntöä, tutkimusta ja teoriaa on mahdollista välttää esimerkiksi psykoanalyttista teoriaa vaivaava mekaanisuus. Symbolisten muotojen filosofian perusteella syntyi myös käsitys, että yksilön kokemus, ajattelu ja tieto, mukaan lukien musiikki, ovat symbolisia muotoja ja prosesseja. Terapiassa ja tutkimuksessa tapahtuvaa kehitystä ja symbolisia prosesseja on mahdollista näin ollen tarkastella tiedon ja kokemuksen eriytymisenä. Tämä sopii mielestäni hyvin yhteen psykoanalyttisen objektisuhdeteorian, jota vaikkapa vaihespesifinen teoria edustaa, sekä hermeneuttisen tutkimusotteen kanssa. Objektisuhdeteoriathan olettavat, että yksilön objektisuhteissa tapahtuu jatkuvaa eriytymistä niin varhaisten äitimielikuvien kuin muiden itse- ja objektirepresentaatioiden osalta läpi elämän. Hermeneuttinen näkemys, jota osaltaan

vaikkapa *Heidegger* edustaa, perustuu puolestaan dialogin omaiseen itsen ja tutkimuskohteen erojen huomioimiseen.

## 8 DIALOGISTA TUTKIMUKSEKSI

Mitä uutta tietoa tutkimukseni sisältää tarkasteltuna aiemman musiikkiterapiakirjallisuuden ja -tutkimuksen kannalta? Uutta työssäni on mielestäni nimenomaan musiikkiterapian kokonaisvaltainen tarkastelu ihmisen olemassaolon kannalta, vaikka esimerkiksi Bruscia (1987), Pavlicevic (1997) ja Ruud (1998) ovatkin jo aiemmin lähestyneet musiikkiterapiaa samankaltaisesti. Tämä tutkimus kuitenkin tarkentaa heidän näkemyksiään ja osoittaa laajoin esimerkein, miten musiikki on dynaaminen muoto ja siten yksilöllinen ilmaus yksilön olemassaolosta sen eri aspektein. Näkemykseni pohjautuu siis Cassirerin ja Langerin filosofioihin, joihin olen yhdistänyt Rauhalan eksistentiaalista fenomenologiaa, joka puolestaan perustuu Husserlin ja Heideggerin näkemyksiin. Näin ollen työni ja filosofiani on yhdistelmä erilaisista, aiemmista taiteen ja musiikkiterapian filosofioista. Iso kiitos omista näkemyksistäni kuuluu siten luonnollisesti esimerkiksi edellä mainitsemilleni musiikkiterapian ja filosofian vaikuttajille, joiden työ on luonut perustan omalle tutkimukselleni. Etenkin ilman Rauhalan aiempia tutkimuksia psykoterapian luonteesta ja merkitysten syntymisestä yksilön kokemusmaailmassa sekä hänen holistista ihmiskäsitystään ei tämä työ olisi ollut tällaisena mahdollinen. Hänen näkemyksensä ovat opettaneet minua paljon, vaikka ajatteluni hieman ruumis-käsitteen muodossa poikkeaa hänen ajattelustaan.

Katson lisäksi, että työni tuo omaa lisäänsä tätä kirjoittaessani käytävään ajankohtaiseen keskusteluun musiikkiterapian merkityksellisyydestä asiakkaalle. Mikä rooli musiikilla ja sen merkityksillä on terapeuttisessa vuorovaikutuksessa sekä mikä on kielen ja musiikin suhde siihen? Esimerkiksi Stige (1998; 1999) on tarkastellut musiikin merkitystä asiakkaan kannalta sekä miten erilaiset musiikkiterapiamallit, Luova musiikkiterapia ja Priestleyn Analyttinen musiikkiterapia, painottavat psykologisten teorioiden ja kielen luomia merkityksiä musiikkiterapialle. Hän on tutkinut musiikkiterapian merkityksiä nimenomaan *Wittgensteinin* kielipelien kannalta, jolloin se yhteys, missä kieltä käytetään määrää sanojen merkityksen. Riippuu esimerkiksi



musiikkiterapian viitekehystä, millaisin käsittein ja sanoin terapiaa lähestytään. Siten sama terapiatilanne on mahdollista kuvailla ja käsittää eri tavoin riippuen viitekehystä. Jotta voi taas ymmärtää toista viitekehystä on ymmärrettävä sille ominainen kieli. Yhdyn tässä suhteessa täysin Wittgensteinin ja Stigen käsityksiin. Oma työni onkin tässä valossa omanlaisensa kielipeli, jossa olen tarkastellut ilmiöitä itselleni luontevien käsitteiden avulla. En epäile yhtään, etteikö niitä voisi kuvata muutenkin mutta oman työni kanssa samankaltainen käsitteistö lienee kuitenkin tarpeellinen tieteenfilosofiselle tarkastelulle, jotta välttyttäisiin varoittamiltani kehäpäätelmiltä.

Pitääkö musiikkiterapiassa olla myös keskustelua, jotta eheytyminen esimerkiksi musiikkipsykoterapiassa olisi mahdollista? Tästä aiheesta ovat väitelleet Streeter (1999), Pavlicevic (1999), Brown (1999), Aigen (1999) ja Ansdell (1999) Streeterin (ibid.) artikkelin pohjalta syntyneessä keskustelussa: Streeter lähestyi kysymystä edustamansa psykoanalyttisen viitekehysten pohjalta ja kyseenalaisti sellaiset terapiat, jotka eivät pohjautu johonkin aiempaan, psykologiseen teoriaan vaan käyttävät ensisijaisesti musiikkia terapian välineenä. Hän kritisoi esimerkiksi sitä, miten musiikillinen improvisaatio voi pelkästään musiikkiin perustuvassa improvisaatiossa pitää sisällään asiakkaan ja terapeutin yhteensulautumista, joka hänen mukaansa on terapeutin regressoitumista. Streeterin mukaan Pavlicevicin dynaamiset muodot ovat esimerkki tällaisesta pyrkimyksestä tunteiden ja ilmaisun yhteensulautumiseen, mitä ei hänen psykoanalyttisen käsityksen perusteella saisi tapahtua. Psykoanalyttinen teoriahan katsoo tällaisen yhteensulautumisen olevan itsen rajojen menettämistä suhteessa ympäröiviin objekteihin ja terapiassa juuri asiakkaan päinvastainen kehitys olisi tavoitteena. Streeter myös peräänkuulutti transferenssin huomioimista "absoluuttisissa" näkemyksissä, joiden mukaan musiikki viittaa vain itseensä. Artikkelissaan Streeter kuitenkin yrittää löytää tasapainoa musiikillisen ja psykologisen ajattelun välille.

Niin Pavlicevic, Brown, Aigen kuin Ansdellkin pitivät Streeterin artikkelia tärkeänä päänavauksena keskustelulle olennaisesta aiheesta musiikkiterapian alalla. He kuitenkin kaikki kritisoivat Streeterin tapaa tulkita musiikkiterapiaa ja asiakas–terapeutti-suhdetta pelkästään psykoanalyysin näkökulmasta yksipuoliseksi. He näkevät Streeterin lähestymistavan sijoittavan psykoanalyysin teoriana muiden viitekehysten yläpuolelle tarkasteltaessa musiikkiterapiaa. Ikään kuin musiikkiterapiaa olisi ymmärrettävä vain

pelkästään psykoanalyttisten käsitteiden pohjalta. Kieltämättä tämä vaara on olemassa Streeterin kirjoituksessa, koska se käsittelee sellaisia käsitteitä kuin sulautuminen, projektiivinen identifikaatio, defenssit, transferenssi sellaisenaan maailmassa olevina ja siten olioina. Käsitteitä ja olioita ei voi kuitenkaan pitää samana, koska ensimmäinen on aina ihmismielen tuote, subjektiivinen konstruktio, jälkimmäisestä. Streeterin tarkoittamia ilmiöitä voi siis olla mahdollista mielestäni tarkastella myös muiden teorioiden ja käsitysten avulla. Näin ollen täytyy muistaa, kuten edellisessä luvussa tarkemmin kerroin, että tieteelliset käsitteet ovat aina symbolisia muotoja, jolloin niiden merkitys on aiemmista käsityksistä riippuvainen. Tieteellinen käsite on siis tässä suhteessa aina tietyllä tavoin myös kuvaava filosofis-teoreettinen käsite, joka ei ole sama kuin tutkittava ilmiö tai olio sinänsä. Täten yhdyin mainittuun kritiikkiin tässä mielessä ja näen monimuotoisten teorioiden sekä näkemysten tarpeellisuuden musiikkiterapian kannalta, kuten Ansdell, Pavlicevic ja Brown ajattelevat.

Toisaalta olen samaa mieltä Streeterin kanssa siitä, että musiikkiterapian käytännön työhön täytyisi liittyä myös jonkinlaista asiakkaan ja terapeutin välisen suhteen psykologista arviointia. Tarvitaanko siihen sitten jotain tiettyä olemassa olevaa teoriaa on sitten toinen seikka. Näkisin kuitenkin niin, että sellaiset psykoanalyttiset käsitteet kuin vastustus, torjunta, transferenssi ja dynaaminen tiedostamaton ovat tärkeitä käsitteitä kaikille terapeuteille, koska ne kuvaavat havaittavissa olevaa kokemusmaailmaa. Ilmiöinä ne kuuluvat myös elämään ihmisten välillä ja koskettavat nimenomaan terapiaa, koska terapiaan liittyy aina uhkana muutoksen mahdollisuus ja joka siksi kohtaa vastustusta. Välttämätöntä ei tietysti ole näiden ilmiöiden tarkempi tutkiminen terapiassa vaan se, että terapeutti jollain tasolla tiedostaa kyseisten ilmiöiden olemassaolon itsessään ja asiakkaassaan. Sellaisissa terapioissa joiden keskeinen kommunikaatiomuoto on vaikkapa juuri musiikki täytyy terapeutin olla tietoinen näiden ilmiöiden vaikutuksesta musiikkiin.

Oman työni näkisin tuovan omalta osaltaan juuri sitä tasapainoa, jota edellä mainitut kirjoittajat kaipasivat: Tutkimuksestani käy ilmi selvästi, miten psykoanalyttinen teoria ja terapia ovat yhdistettävissä musiikin käyttöön terapiassa jopa täysin tasapuolisina osapuolina. Näkemyksessäni olen nimenomaan päätenyt samaan johtopäätökseen humanistisen musiikkiterapian käsitysten kanssa, että musiikki edustaa yksilön persoonaa erilaisine olemassaolon ilmentymineen. Eikä tämä käsitys ole edes

ristiriidassa psykoanalyttisen teorian kanssa vaan täydentää sitä, kuten olen tutkielmassani esittänyt.

Tutkielmani osallistuu myös musiikin ja kielen välisestä suhteesta käytävään keskusteluun, jota on käyty hiljattain esimerkiksi *Nordic Journal of Music Therapy* -lehden palstoilla, mukaan lukien lehden internet-sivut. Tutkimuksessani olen perustellut eksistentiaalisella fenomenologialla, pohjautuen Rauhalan, Heideggerin, Cassirerin ja Langerin näkemyksiin, että musiikki ei ole kieltä, vaikka se on merkityksellistä ja kommunikoivaa. Työni kyseenalaistaa myös musiikkiterapian retoriikkaa musiikista ikään kuin puhuttuun kieleen verrattavissa olevana kielenä, josta ilmaus "symbolinen kieli" on yksi esimerkki. Näin ollen musiikkia ei voi mielestäni myöskään pitää varsinaisesti kielen oppimisen välineenä, kuten Grinde (2000) ja Merker (2000) ovat ehdottaneet. Eikä musiikin alkuperää voi mielestäni löytää aivoista, kuten he esittivät näkemyksiinsä liittyen, tämän olen aikaisemmin jo keskustelussa todennut. (Alanne, 2001.)

Käsillä olevaa työtäni voidaan pitää myös kannanottona viimeaikaiseen keskusteluun psyykkisten häiriöiden alkuperästä: onko niiden alkuperä esimerkiksi tajunnassa vai aivoissa? Skitsofreniasta ja masennuksesta on puhuttu jopa aivosairauksina, joita pitäisi hoitaa sen mukaisesti. Tutkielmassani olen asettunut esimerkiksi Rauhalan (1997a & b) ja Tähkän (1999) kannalle, että kyseessä ovat ensisijaisesti psyykkiset ja tajunnalliset ongelmat, joiden alkuperä on yksilön situationaalisissa tekijöissä. Tällainen näkemys korostaa ongelmien taustalla kulttuurin ja sosiaalisten suhteiden merkitystä, jossa myös yksilön menneisyydellä ja varhaislapsuudella on olennainen sijansa. Näen ihmisen myös tulevaisuuteen suuntautuvana, intentioivana olentona, jolloin hänen kokemusmaailmaansa vaikuttavat lisäksi toiveet ja itsensä toteuttaminen sekä pyrkimykset niistä saatavaan tyydytykseen. Tietysti filosofi Szaszin ajatukset mielisairauksista myytteinä ja skitsofreniasta psykiatrian pyhänä symbolina liittyvät edellisiin näkemyksiin ja ovat olleet Rauhalan ajatusten ohella urauurtavia (Puhakainen, 1999). Szaszin ajatuksiahan en ole tässä tutkielmassa käsitellyt, mitä voi pitää tietysti puutteenakin, vaikka hänen ja Rauhalan ajattelussa on yhteistä, kuten Rauhalala itsekkin myöntää (Puhakaisen, 2000 mukaan). Se jää näiltä osin jatkotutkimusten tehtäväksi.

Tässä tutkielmassa esittämäni ajatukset ovat ajankohtaisia myös musiikkiterapian kannalta juuri edellä mainitsemieni biologisten, musiikin alkuperän aivoihin sijoittavien, näkemysten esiintulon kannalta, joita myös Kennairin (2000a) artikkeli biologiseen näkemykseen perustuvan evoluutiopsykologian osalta edustaa. Esimerkiksi Puhakainen (1999) on kritisoinut käsityksiä, joiden mukaan musiikkiterapian ja musiikin vaikuttavuus olisi palautettavissa aivotointoihin ja luonnontieteellisiin käsitteisiin, jolloin niillä olisi vasta silloin ikään kuin tieteellinen selitys. Ihmisen perimän ja luonnontieteellisen tutkimuksen edistyessä mielestäni tutkimukseni kaltaiset tieteentilosophiset tarkastelut ja jatkotutkimukset tulevat olemaan yhä tärkeämpiä. Näin siksi, että mielestäni luonnontieteellisten tutkimusten julkisuusarvo käsitysten ja arvojen muokkaajana on suuri niin tieteen piirissä kuin yleisemminkin. Musiikkiterapian ja musiikin luonnontieteellisen tutkimuksen kannalta pitäisin tärkeänä esittelemääni holistista ihmiskäsitystä, joka auttaa valitsemaan oikeanlaiset menetöt tutkimuskohteen mukaisesti. Holistisen ihmiskäsityksen avulla voidaan välttää musiikin ja musiikkiterapian redusoiminen vain yhteen tutkimusmetodiin tai -kohteeseen. Empiiriset jatkotutkimukset ovat kuitenkin vielä tarpeen esitellyn ihmiskäsityksen toimivuuden osoittamiseksi ja sen mahdollisten hyötyjen kartoittamiseksi.

Jonkun mielessä on voinut olla tätä tutkielmaa lukiessa, että miksi tarkastelen juuri Tähkän psykoanalyttista teoriaa. Eikö se nimenomaan edusta vanhoillista, psykoanalyttista käsitystä ihmisen psykologisesta kehityksestä verrattuna vaikkapa Sternin (1985) näkemykseen, joka musiikkiterapian alalla on innokkaasti vastaanotettu? Tämän tutkielman valossa kysymyksen voi esittää myös toisin päin: Onko Sternin luonnontieteelliseen, kokeelliseen lapsitutkimukseen perustuva hypoteesi vanhanaikainen sen yrittäessä sovittaa psykoanalyysia luonnontieteeseen? Eikö tällainen juuri ole kvasinaturalistinen lähestymistapa, jossa empiiriseen näyttöön perustuvalla tiedolla yritetään varmistaa terapeuttisen tiedon totuus? Hermeneuttisen näkemyksen mukaanhan psykoterapia on merkitysten tarkastelua, jolloin olennaista ei välttämättä ole asiakkaan merkitysten totuudenmukaisuus hänen historiansa kannalta vaan se miten hän merkitysmaailmansa kokee. Asiakkaan ja terapeutin subjektiivisia käsityksiä ei voida koskaan myöskään täysin kokeellisin menetelmin objektiivisesti todistaa, varsinkin jos kyseessä ovat metaforiset käsitteet, kuten transferenssilapsi tai kehittyvä lapsi jne. Tässä suhteessa Tähkän esittämä teoria ja näkemys, jota hän pitää vain yhtenä monista lähestymistavoista eikä ainoana oikeana on moderni. Vaikka Tähkän käyttämä kieli on

luonnontieteelle ominaista selittävää kirjoittamista ja vanhahkon kuuloista rajatila, neuroosi ym. käsitteillään, niin silti hän tuo uusia ja omaperäisiä ajatuksia psykoanalyysiin. Hänhän esimerkiksi nimenomaan pitää käsitteitään transferenssilapsi ja kehittyvä lapsi pelkästään vertauskuvallisina ja laajentaa psykoanalyysiksi muutkin terapiat kuin pelkät, klassiset, tulkintaa sisältävät terapiat. Hän on hylännyt myös perinteellisen ego, id, superego kielen. Tähkä (1997; 1999) ei kylläkään käsittele juurikaan näkemyksiään suhteessa moderniin, kokeelliseen kehityspsykologian tutkimukseen mutta ehkä se on seurausta juuri hänen edellä mainitusta näkemyksestään, jonka mukaan psyykkiset ongelmat ovat ensisijaisesti nimenomaan merkityksiä yksilön kokemusmaailmassa. Tällöin terapian tai itsen kehittymisenkään kannalta ei aivoilla tai ruumiillisella olemassaololla ole samaa painoarvoa, etenkin jos vielä ajattelee oman näkemyksensä olevan vain yhden näkökulman.

Vaikka pidänkin sellaisia Sternin esille nostamia käsitteitä kuin amodaalisuus, vitaaliaffektit ja virittäytyminen tärkeinä musiikkipsykoterapialle, niin silti en voi hyväksyä hänen koko teoriaansa, koska se ei saa tukea juuri niistä tutkimuksista, joihin se väittää perustuvansa. Amodaalinen aistiminen kehittyy hitaammin kuin Stern oletti ja Cassirerin symbolisten muotojen filosofian sekä mainittujen vauvojen kehityspsykologisten tutkimusten mukaan symbolinen kyky olisi jo olemassa hyvin varhain elämän alusta. Symbolisten muotojen filosofian tutkimus musiikkiterapian kannalta olisikin mielestäni yksi tärkeä lisätutkimuksen kohde tämän tutkielman valossa. Huolimatta monista, mielenkiintoisista näkemyksistä ja kysymyksistä, joita se avaa, en käsitellyt sitä tässä tutkielmassa vielä riittävän laajasti. Nimenomaan musiikkipsykoterapian symbolisuuden tutkimuksen ja sen käytännön hyödyntämisen kannalta Cassirerin ja Langerin filosofiat ovat mielenkiintoisia. Esittämäni näkemys symbolisista muodoista täydentää myös aiempaa psykoanalyttista käsitystä symbolisista prosesseista, jota esimerkiksi Rechart ja Lehtonen ovat tuoneet esille. Symbolisten muotojen filosofian sekä holistisen ihmiskäsityksen avulla on estettävissä aiemman käsityksen mekanistinen luonne. Symbolisten prosessien tarkempi tutkimus on mielestäni edelleen tarpeellista tämän tutkielman pohjalta niin teoreettiselta kuin empiiriseltäkin kannalta. Musiikin ja musiikkipsykoterapian symbolisuuden ja isomorfisuuden käsittelyn osalta minulla on suuri kiittäminen juuri Rechartin ja Lehtosen näkemyksiä, jotka loivat perustan tälle tutkielmalle näiltä osin.

Itselleni tämän tutkimuksen muodossa tapahtunut tutustuminen ja paneutuminen filosofiseen tutkimukseen on ollut antoisaa ja opettavaista: Se on opettanut minulle kriittisyyttä tarkastellessani erilaisia argumentteja, teorioita sekä kysymyksen asetteluja. Olen myös oppinut huomaamaan argumenttien tärkeyden niin tehdessä tutkimusta kuin kliinistä työtä. Filosofisen ajattelun kehittyessä on ollut helpompi huomata riittämättömiä perusteita, millä tavoin erilaisia, hoidollisia ratkaisuja perustellaan tai perustellaanko niitä ollenkaan. Tutkimustani tehdessä minulla on vahvistunut kuva ihmisen yksilöllisyydestä ja elämän ainutkertaisuudesta sekä miten tärkeää on näiden lähtökohtien ymmärrys niin hoitotyön kuin tutkimuksenkin kannalta. Siksi pidänkin filosofista tietoutta tärkeänä osana terapeutin ammattitaitoa eikä pelkästään osana ammatti-identiteettiä. Esineellistävä tieto ei ole pelkästään tutkimuksen ongelma vaan myös psyykkisten häiriöiden alkuperä: siksi ihmisiä olisi syytä kuunnella ja ottaa heidän yksilöllisyys ja intentionaalisuus huomioon niin tutkimuksessa kuin hoidossakin. Tutkimuksen kannalta jo esimerkki Freudin teorian taustasta antaa syytä filosofisten kysymysten tarkasteluun tieteellisessä tutkimuksessa. Vastaavia redusointeja ja virheitä tehdään nykyäänkin, kun esimerkiksi tajunnan merkitystä ja ihmisen yksilöllisyyttä pyritään sivuuttamaan modernien, biologis–teknillisten selitysten avulla, jotka eivät juuri poikkea Freudin mekanistisesta ihmiskäsityksestä.

Tutkielmani on mielestäni myös selkeyttänyt yleensäkin käsitystä musiikin ja taiteen merkityksestä terapeutisessa vuorovaikutuksessa, pääpainon ollessa kuitenkin psykoanalyttisessa, vaihespesifisessä, kontekstissa. En näe syytä, miksi hermeneuttista ymmärrystä ja kehää ei voisi hyödyntää myös muussa hoitotyössä ja terapian teoreettisissa viitekehyksissä – kuten kognitiivisessa musiikkiterapiassa. Oma viitekehýkseni on painottunut psykoanalyttisesti ja humanistisesti, joten olen katsonut parhaaksi rajata tarkasteluni oman viitekehýkseni alueelle, josta minulla on eniten tietoa ja käytännön kokemusta sekä joita koen siksi ymmärtäväni parhaiten.

Tätä tutkimusta tehdessäni, jonka lähtökohta oli siis oman osittain Tähkän vaihespesifiseen terapiakäsitykseen perustuvan musiikkiterapian tutkiminen, ovat monet tutkielmassani käsittelemäni aiheet olleet kiivaan keskustelun alla niin Suomessa kuin muualla. Katson, että tämä keskustelu on vaikuttanut paljon siihen, millaiseksi tutkimukseni ja sen lopullinen, kirjallinen osuus muotoutuivat. Psykoanalyysiin pohjautuvia terapioita on juuri arvosteltu suuresti ja myös minun tutkimussuunnitelmani

kohtasi vastaavaa kritiikkiä ja vastusta. Olen huomannut, että jo sana "psykoanalyysi" saatetaan kokea nykyään ongelmalliseksi hoitoalalla, mukaan lukien musiikkiterapia. Tämä sana tuntuu nykyään helposti kytkeytyvän vain Freudiin ja hänen aikaisiin teorioihin ja käsityksiin niin arkisessa puheessa kuin tieteellisessä keskustelussa. Tässä suhteessa Tähkän vaihespesifisen teorian tarkasteluni filosofisesti tuo mielestäni esiin sellaisia piirteitä psykoanalyttisessä teoriassa, jotka edelleen ovat hyödyllisiä ja tarpeellisia yksilön terapeutin ymmärryksen kannalta, jota myös humanistinen psykologia korostaa. Tähkän ajattelua ei voi käsitykseni mukaan pitää täysin vieraana musiikkiterapian alalla, vaikka hän ei niin tunnettu Suomen ulkopuolella olekaan. Wolbergin (1954) psykoterapian jaottelussa *supportiivinen, re-educatiivinen ja rekonstruktiiivinen* psykoterapia on mahdollista nähdä samankaltaista erottelua tekniikoiden ja asiakkaiden suhteen kuin Tähkän vaihespesifisessä teoriassa tapahtuu. Musiikkiterapian alallahan on Wheelerin (1983) ja Ahonen-Eerikäisen (1993; 1998) toimesta hyödynnetty tätä samaa jaottelua. Näin ollen Tähkän näkemystä ei liene kovin vaikeata sovittaa vallalla oleviin psykodynaamisiin musiikkipsykoterapian käsityksiin. Jo tutkielmassani esittämät erilaiset musiikkiterapian tekniikat, jotka soveltuvat Tähkän psykoterapian käsitteisiin, menetelmiin ja tavoitteisiin tukevat tätä käsitystä. Uskon, että etenkin Suomessa musiikkiterapeuttien käsitys psykoterapiasta pohjautuu pitkälti Tähkän näkemyksiin, koska ne ovat kuuluneet ja kuuluvat yhä alan tenttikirjallisuuteen psykoterapian perusteina (ks. Ahonen, 1993; Tähkä, 1970/1982). Ehkä sama koskee myös muita pohjoismaita, joissa Tähkän ajattelua tunnetaan.

Varsinaista, vaihespesifistä musiikkiterapiamallia ei kuitenkaan Suomessakaan ole toistaiseksi kehittynyt, siinä mielessä kuin Bruscia (1987) myötä erilaisia lähestymistapoja musiikkiterapiaan on ryhdytty nimittämään malleiksi, vaikka Tähkän ajattelu on tuttua ollutkin ja saattaa olla ikään kuin tiedostamatta sisään rakennettu terapeutin toimintaan. Ehkä Saarisen (1993) artikkeli omasta musiikkiterapiatyöstään on esimerkki tästä, koska se esittelee myös Tähkän teoriaa. Minun kohdallanikin Tähkän teorian hyödyntäminen on ollut tällä tavoin ikään kuin valmiina olemassa, vaikka itse olenkin tiedostanut Tähkän ajattelun merkityksen omalle ajattelulleni. Tällaisessa tapauksessa terapeutin toimintaa ja käsityksiä voidaan pitää symbolisena muotona ja syntyneenä aiemmista psykoterapian käsityksistä eli Tähkän ajattelusta. Se, miksi vaihespesifistä teoriaa ei ole systemaattisemmin hyödynnetty musiikkiterapian alalla ennen tätä tutkielmaa voi johtua siitä, että Tähkän teoria lopullisessa muodossaan on

vielä varsin uusi. Se ilmestyi kokonaisuudessaan ensimmäiseksi Yhdysvalloissa 1993 ja Suomessa vasta 1996. Kyseisen teoksen *Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen* tekstiä on myös Suomessa pidetty vaikeaselkoisena ja monimutkaisena johtuen omasta mielestäni paljon sen hyvin abstraktista tavasta käsitellä aiheita. Toisaalta Tähkän teoriaa on ehkä pidetty jo osin vanhanaikaisena esimerkiksi Sternin käsitysten rinnalla.

Mielestäni olen kuitenkin esittänyt tässä tutkielmassa riittävästi niin teoreettisia kuin käytännön esimerkkejä vaihespesifisen teorian soveltuvuudesta musiikkipsykoterapiaan. Omat käytännön kokemukset hoitotyöstä tukevat tätä ajatusta. Ehdotukseni vaihespesifisestä musiikkiterapiasta kohtasi vastusta Suomessa, koska kyseenalaistettiin esimerkiksi sanalliseen psykoterapiaan pohjautuvien käsitteiden sopivuus musiikkiterapiaan. Tästä keskustelusta sain ajatukseni tarkastella, vastaavatko kielelliset kokemukset ja psykoterapiakäsitteet musiikkipsykoterapian kokemuksia ja sovelluksia. Tutkimuksessani syntyi kuva, että sanallisia ja musiikillisia kokemuksia voidaan yhtäläisesti hyödyntää psykoterapeuttisessa työskentelyssä, joskaan niiden merkityksiä ei voida pitää täysin samanlaisina, koska ne samankaltaisesta merkitysten rakentumisesta huolimatta ovat kuitenkin myös erilaisia ilmiöitä ja symbolisia muotoja. Tässä tutkielmassa esittämäni holistiseen ihmiskäsitykseen perustuvan tieteenfilosofian avulla on mahdollista ryhtyä kehittämään ja tutkimaan musiikkipsykoterapiaa vaihespesifisten sovelluksien kannalta. Tämä oli myös yksi tutkimukseni alkuperäinen tavoite eli tutkia musiikkipsykoterapian ja vaihespesifisen teorian ontologiset ja epistemologiset perustat, jotta myöhempi vaihespesifisen musiikkipsykoterapian empiirinen tutkimus olisi mahdollista. Uskon onnistuneeni tässä riittävässä määrin. Pitäisin empiirisen tutkimuksen kehittymistä suotavana, koska vasta sellaisen avulla on mahdollista kunnolla vakuuttua vaihespesifisen musiikkipsykoterapian tärkeydestä ja tässä tutkielmassa ehdottamieni sen tieteenfilosofisten ja teoreettisten näkemysten toimivuudesta käytännössä.

Tieteellisellä ilmapiirillä ja siinä käydyssä keskustelulla oli osansa myös siinä, miksi tästä tutkielmasta tuli aikomaani laajempi: Koska nimenomaan psykoanalyttisia terapioita syytetään empiirisen näytön puutteesta tuli tarpeelliseksi perustella filosofisesti psykodynaamisen musiikkiterapian merkityksellisyyttä. Filosofian valitsin tutkimusmenetelmäksi, koska minulla ei ollut käytettävissä riittävää, empiiristä



aineistoa vaihespesifisestä musiikkipsykoterapiasta, joka olisi vastannut vallalla olevia empiirisen tutkimuksen vaatimuksia. Toisaalta minulle tuli tarvetta osoittaa, että positivistisella tutkimuksella on rajansa ihmistutkimuksessa ja miten se ei pelkästään sovi psykoterapian tutkimuksen paradigmatkaksi. Tieteenfilosofisella analyysillä tarkoitukseni on ollut esittää, miten musiikkipsykoterapiaa voidaan tutkia ja mitä siitä voidaan positivistisin näkemyksin väittää. Näin ollen olen pyrkinyt tuomaan johdonmukaisesti esiin pelkkään, luonnontieteelliseen ajatteluun perustuvan psykoterapian ja ihmisen tarkastelun virheet. Tutkimukseni sisältää holistisen ihmiskäsityksen muodossa ehdotuksen, miten musiikkipsykoterapiaa tulisi empiirisesti jatkossa tarkastella. Tämä on ehkä tärkein tutkimukseni anti musiikkipsykoterapian tutkimuksen kannalta.

Johtuen tässä luvussa kuvaamastani tutkimukseni ympärillä olleesta ilmapiiristä ja keskustelusta on mieleeni tullut ajatus, että tämäkin tutkimus ja tutkielma ovat eräänlaisia, symbolisia muotoja. Ajatuksiini ja tutkimuksen kulkuun on paljon vaikuttanut ympärilläni oleva kulttuuri ja sen tämänhetkiset käsitykset tieteestä, hoidosta ja tutkimuksesta. Se, että tutkimukseni on mennyt eteenpäin välillä hyvinkin samanaikaisesti esimerkiksi internetissä käytyjen julkisten keskustelujen ja väittelyjen kanssa on auttanut löytämään minua tutkimuksessani uusia ajatuksia ja suuntia. Jatkossa on ehkä viisaampaa käsitellä kahta laajaa teemaa vaihespesifinen musiikkipsykoterapia ja musiikkipsykoterapia filosofisen analyysin valossa erillään. Tässä tutkielmassa se oli kuitenkin vielä mielestäni välttämätöntä, koska kummastakaan aiheesta ei ollut riittävän samankaltaisia, aiempia tutkimuksia olemassa. Tarkastelutapani oli siis musiikkiterapian alalla uutta. Suosittelisin kuitenkin vastaavankaltaisia, tieteenfilosofisia analyyssejä jatkossa myös muiden musiikkiterapian teorioiden ja menetelmien kohdalla. Tässä ehdottamaani mallia voi käyttää niissä apuna.

## LÄHTEET

- Adler, P.A. & Adler, P. (1994). Observational techniques. Teoksessa Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (toim.), *Handbook of qualitative research* (377–392). Thousand Oaks–London–New Delhi: Sage.
- Ahonen, H. (1993). *Musiikki – sanaton kieli*. Musiikkiterapian perusteet. Helsinki: FL.
- Ahonen-Eerikäinen, H. (1998). “Musiikillinen dialogi” ja muita musiikkiterapeuttien työskentelytapoja ja lasten musiikkiterapian muotoja. Joensuun yliopiston kasvatustieteellisiä julkaisuja, n:o 45.
- Aigen, K. (1995). Principles of qualitative research.. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (283–311). Phoenixville: Barcelona.
- Aigen, K. (1999). The true nature of music-centred music therapy theory. A response to Elaine Streeter’s ‘Finding a balance between psychological thinking and musical awareness in music therapy theory – a psychoanalytic perspective’. *British Journal of Music Therapy* 13 (2), 77–82.
- Airaksinen, T. (2000, joulukuu). Ihmisen, eläimen ja koneen väliset erot hämärtyvät. *Helsingin Sanomat* 30.12.2000, Vieraskynä, 4.
- Alanen, P. (1997). Lääketiede tieteenä. [http://www.netn.fi/297/netn\\_297\\_alan.html](http://www.netn.fi/297/netn_297_alan.html) *niin & näin* 2/97 16.1.2001.
- Alanen, Y.O. (1978). Sigmund Freudin tie. Teoksessa Alanen, Y. & Tähkä, V. (toim.), *Psykoanalyysin ja psykoterapian suuntauksia* (9–43). Helsinki: Weilin+Göös.
- Alanne, S. (2000a). A need to explain and control – the fundamental human problem? <http://www.hisf.no/njmt/forumdevelopingminds.html#alanne261000> *Nordic Journal of Music Therapy*, Forum, Developing minds -keskustelu 29.3.2001.
- Alanne, S. (2001). Music, language and the relevancy of theories. <http://www.hisf.no/njmt/forumdevelopingminds.html#Alanne050201> *Nordic Journal of Music Therapy*, Forum, Developing minds -keskustelu 29.3.2001.

- Alanne, S. (1999). Symbolisuus psykoanalyttisessa musiikkiterapiassa. Sibelius-Akatemian koulutuskeskus. Julkaisematon lopputyö.
- Alanne, S. (2000b). The holistic image of man.  
<http://www.hisf.no/njmt/forumdevelopingminds.html#alanne021000> *Nordic Journal of Music Therapy*, Forum, Developing minds -keskustelu 9.4.2001.
- Alanne, S. & Uimonen, P. (2000). Musiikki, sairaus ja hoito psykoanalyysin ja filosofian näkökulmista. Martti Siiralan ajatuksia sokratelaisen dialogin hengessä. *Musiikkiterapia* 2/2000, 9–26.
- Aldridge, D. (1989). A phenomenological comparison of the organization of music and the self. *The Arts in Psychotherapy* 16, 91–97.
- Ansdell, G. (1999). Challenging premises. A response to Elaine Streeter's 'Finding a balance between psychological thinking and musical awareness in music therapy theory – a psychoanalytic perspective'. *British Journal of Music Therapy* 13 (2), 72–76.
- Ansdell, G. (1991). Mapping the territory. *British Journal of Music Therapy* 5 (2), 18–27.
- Austin, D.S. (1996a). The musical mirror: music therapy for the narcissistically injured. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *Case studies in music therapy* (291–307). Gilsum: Barcelona.
- Austin, D.S. (1996b). The role of improvised music in psychodynamic music therapy with adults. *Music Therapy* 14, (1), 29–43.
- Basch-Karen, E. (1985). Patterns of thinking. *International Journal of Psycho-Analysis* 66, 455–470.
- Benedetti, G. (1964/1984). *Kliininen psykoterapia*. Helsinki: Otava.
- Borbely, A. F. (1998). A psychoanalytic concept of metaphor. *International Journal of Psycho-Analysis* 79, 923–936.
- Brown, S. (1999). Some thoughts on music, therapy, and music therapy. A response to Elaine Streeter's 'Finding a balance between psychological thinking and musical awareness in music therapy theory – a psychoanalytic perspective'. *British Journal of Music Therapy* 13 (2), 63–71.
- Bruscia, K. E. (1987). *Improvisational models of music therapy*. Springfield–Illinois: Thomas.
- Bruscia, K.E. (1998). An introduction to music psychotherapy. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *The dynamics of music psychotherapy* (1–15). Gilsum: Barcelona.

- Bruscia, K.E. (1995a). The process of doing qualitative research: Part I: Introduction. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (389–399). Phoenixville: Barcelona.
- Bruscia, K.E. (1995b). The process of doing qualitative research: Part III: The human inside. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (429–443). Phoenixville: Barcelona.
- Bruscia, K.E. (1995c). Topics, phenomena, and purposes in qualitative research. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (313–327). Phoenixville: Barcelona.
- Cassirer, E. (1936/1979). Critical idealism as a philosophy of culture. Teoksessa Cassirer, E., *Symbol, myth, and culture. Essays and lectures of Ernst Cassirer 1935–1945* (64–91). [Toimittanut Verene, D.P.]. New Haven–London: Yale University Press.
- Cassirer, E. (1944). *An essay on man. An introduction to a philosophy of human culture.* New Haven–London: Yale University Press.
- Cassirer, E. (1929/1957). *The philosophy of symbolic forms.* Volume three: The phenomenology of knowledge. New Haven–London: Yale University Press.
- Christensen, E. (2000). Music precedes language: comment on Grinde's article. *Nordic Journal of Music Therapy* 9 (2), 32–35.
- Coolican, H. (1994). *Research methods and statistics in psychology.* London: Hodder & Stoughton.
- Dvorkin, J.M. (1996). Individual music therapy for an adolescent with borderline personality disorder: an object relations approach. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *Case studies in music therapy* (251–268). Gilsum: Barcelona.
- Erkkilä, J. (1996). *Musiikki ja tunteet musiikkiterapiassa.* Musiikin emotionaalisten vaikutusten kolmidimensiomalli. Hankasalmi: Jaakko Erkkilä.
- Falk, P. (1994). C.G. Jungin analyttinen psykoterapia. Teoksessa Ahonen-Eerikäinen, H. (toim.), *Taide psykososiaalisen työn välineenä* (71–82). Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun julkaisuja B: Selosteita ja opetusmateriaalia, 2.
- Falk, P. (1997). Sigmund Freudin psykoanalyysistä, psyykkisestä tiedostamattomasta ja musiikista. *Musiikkiterapia* 1/1997, 43–54.
- Freud, S. (1904/1954). *Arkielämämme psykopatologiaa.* Unohtamisesta, virhesanonnoista, virheteoista, taikauskosta ja erehdyksistä. Helsinki: Otava.

- Freud, S. (1920/1993). Mielihyväperiaatteen tuolla puolen. Teoksessa Freud, S., *Johdatus narsismiin ja muita esseitä* (61–120). Helsinki: Love.
- Freud, S. (1900/1995). *Unien tulkinta*. Jyväskylä–Helsinki: Gummerus.
- Grinde, B. (2000). A biological perspective on musical appreciation. *Nordic Journal of Music Therapy* 9 (2), 18–27.
- Grocke, D.E. (1999). The music which underpins pivotal moments in Guided Imagery and Music. Teoksessa Wigram, T. & De Backer, J. (toim.), *Clinical applications of music therapy in psychiatry* (197–210). London–Philadelphia: JKP.
- Heidegger, M. (1927/2000). *Oleminen ja aika*. Tampere: Vastapaino.
- Heidegger, M. (1935/36/1995). *Taideteoksen alkuperä*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Taide.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (1997). *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Huberman, M.A. & Miles, M. (1994). Data management and analysis methods. Teoksessa Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (toim.), *Handbook of qualitative research* (428–444). Thousand Oaks–London–New Delhi: Sage.
- Hägglund, T-B. (1976/1991). *Tuonelan eteisessä*. Psykoanalyttinen tutkimus ihmisen luovuudesta ja suojauskeinoista kuoleman edessä. Oulu: Pohjoinen.
- Ikonen, P. (1992). Näkökohtia symboliprosessista. Teoksessa Roos, E., Manninen, V. & Välimäki, J. (toim.), *Mielen ulottuvuudet* (197–208). Suomen Psykoanalyttisen Yhdistyksen julkaisuja.
- Jensen, B. (1999). Music therapy with psychiatric in-patients: A case study with a young schizophrenic man. Teoksessa Wigram, T. & De Backer, J. (toim.), *Clinical applications of music therapy in psychiatry* (44–60). London–Philadelphia: JKP.
- Kalat, J.W. (1995). *Biological psychology*. Pacific Grove: Brooks/Cole.
- Kennair, L.E.O. (2000a). Developing minds for pathology and musicality: The role of theory of development of personality and pathology in clinical thinking illustrated by the effect of taking an evolutionary perspective. *Nordic Journal of Music Therapy* 9 (1), 26–37.
- Kennair, L.E.O. (2000b). The meaning of meaning.  
<http://www.hisf.no/njmt/forumdevelopingminds.html#kennair121000> *Nordic Journal of Music Therapy*, Forum, Developing minds -keskustelu 29.3.2001.
- Kohut, H. (1957/1978). Observations on the psychological functions of music. Teoksessa Ornstein, P.H. (toim.), *The search for the self*. Selected writings of

- Heinz Kohut: 1950–1978. Volume 1 (233–253). New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1971/1987). *The analysis of the self*. A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders. Madison, Connecticut: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977/1988). *The restoration of the self*. Madison, Connecticut: International Universities Press.
- Kohut, H. & Levarie, S. (1950/1978). On the enjoyment of listening to music. Teoksessa Ornstein P.H. (toim.), *The search for the self*. Selected writings of Heinz Kohut: 1950–1978 (135–158). Volume 1. New York: International Universities Press.
- Langer, S.K. (1953). *Feeling and form*. A theory of art developed from Philosophy in a new key. New York: Charles Scribner's Sons.
- Langer, S.K. (1942). *Philosophy in a new key*. A study in the symbolism of reason, rite, and art. Cambridge, Massachusetts, London, England: Harvard University Press.
- Lathom-Radocy, W.B. & Radocy, R.E. (1995). Descriptive quantitative research. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (165–181). Phoenixville: Barcelona.
- Lecourt, E. (1998). The role of aesthetics in countertransference: A comparison of active versus receptive music therapy. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *The dynamics of music psychotherapy* (137–159). Gilsum: Barcelona.
- Lehtonen, K. (1995). Is music an archaic form of thinking? *British Journal of Music Therapy* 9 (2), 20–26.
- Lehtonen, K. (1988/1997). Is there correspondence between the structures of music and the psyche? *Nordic Journal of Music Therapy* 6 (1), 43–52.
- Lehtonen, K. (1996). *Musiikki, kieli ja kommunikaatio*. Mietteitä musiikista ja musiikkiterapiasta. Jyväskylän yliopiston musiikkitieteen laitoksen julkaisusarja A: tutkielmia ja raportteja 17.
- Lehtonen, K. (1986). *Musiikki psyykkisen työn edistäjänä*. Psykoanalyttinen tutkimus musiikkiterapian kasvatuksellisista mahdollisuuksista. Turun yliopiston julkaisuja, sarja C:56.
- Lehtonen, K. (1993). *Musiikki sitomisen välineenä*. Psychiatria fennican julkaisusarja, report No 106.
- Lehtonen, K. (1998). Onko musiikki subjekti? *Musiikkiterapia* 2/98, 68–92.

- Lehtonen, K. (1993/2001). Reflections on music therapy and developmental psychology. <http://www.hisf.no/njmt/artikkellehton21.html#top> *Nordic Journal of Music Therapy* 2 (1), 3–12 29.3.2001.
- Lesche, C. (1978). Psykoanalyysin tieteenteoriaa. Teoksessa Alanen, Y. & Tähkä, V. (toim.), *Psykoanalyysin ja psykoterapian suuntauksia* (211–230). Helsinki: Weilin+Göös.
- Malik, K. (2000). *Man, beast and zombie*. What science can and cannot tell us about human nature. London: Weidenfeld & Nicolson.
- Merker, B. (2000). A new theory of music origins: the language auxiliary hypothesis. Comment on Grinde's article. *Nordic Journal of Music Therapy* 9 (2), 28–31.
- Montello, L. (1998). Relational issues in psychoanalytic music therapy with traumatized individuals. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *The dynamics of music psychotherapy* (299–313). Gilsum: Barcelona.
- Moreno, J. (1999). Orpheus in hell: music and therapy in the holocaust. *The Arts in Psychotherapy* 26 (1), 3–14.
- Nattiez J.-J. (1990). *Music and discourse*. Toward a semiology of music. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Noy, P. (1966–1967). The psychodynamic meaning of music. *Journal of Music Therapy* 4/1966, 126–134; 1/1967, 7–23; 2/1967, 45–51; 3/1967, 81–94 & 4/1967, 117–125.
- Pavlicevic, M. (1996). Music, meaning and archaic forms: a response to Kimmo Lehtonen. *British Journal of Music Therapy* 10 (2), 14–20.
- Pavlicevic, M. (1997). *Music therapy in context*. Music, meaning and relationship. London–Philadelphia: JKP.
- Pavlicevic, M. (1999). Thoughts, words and deeds: harmonies and counterpoints in music therapy theory. A response to Elaine Streeter's 'Finding a balance between psychological thinking and musical awareness in music therapy theory – a psychoanalytic perspective'. *British Journal of Music Therapy* 13 (2), 59–62.
- Priestley, M. (1994). *Essays on Analytical Music Therapy*. Gilsum, NH: Barcelona.
- Priestley, M. (1975). *Music therapy in action*. London: Constable.
- Puhakainen, J. (1999). *Persoonan kieltäjät*. Ihmisen vapaus ja vastuu aivotutkimuksen ja lääketieteen puristuksessa. Helsinki: Like.
- Puhakainen, J. (2000). *Persoonan puolustaja*. Lauri Rauhala ihmistutkimuksen pioneerina. Helsinki: Like.

- Pulli, L. (1995). Eksistentiaalistis-fenomenologinen musiikkiterapiaprosessi taiteenfilosofisesta näkökulmasta. Teoksessa Erkkilä, J. & Heinonen, Y. (toim.), *Avaa mielesi musiikille! Kohti tutkimuspohjaista musiikkiterapiaa* (35–74). Jyväskylän yliopiston musiikkitieteen laitoksen julkaisusarja A: tutkielmia ja raportteja 13.
- Rauhala, H. (1973). *Musiikkiterapia. Teoria ja metodinen mallisto*. Jyväskylä–Helsinki: Gummerus.
- Rauhala, L. (1989). *Ihmisen ykseys ja moninaisuus*. SHKS.
- Rauhala, L. (1988). Ilmeneekö inhimillinen ahdinko tyhjiydessä vai reaaliossa olemassaolossa? *Psyko-terapia* 1/1988, 42–44.
- Rauhala, L. (1974). *Psykykinen häiriö ja psyko-terapia filosofisen analyysin valossa*. Helsinki: Weilin+Göös.
- Rauhala, L. (1978). Erilaisista käsitesysteemeistä ihmisen kokonaisuuden tutkimuksessa. Teoksessa Laitinen, J., Lehtonen, J. & Achte', K. (toim.), *Psykiatrian ja filosofian rajamailla* (127–144). Psychiatria Fennica.
- Rauhala, L. (1997a). Sairauden käsite ns. mielenterveysongelmissa. [http://www.netn.fi/297/netn\\_297\\_rau.html](http://www.netn.fi/297/netn_297_rau.html) niin & näin 2/97 28.12.2000.
- Rauhala, L. (1997b). Tajunnan tutkimus sen oman struktuurin ehdoilla. [http://www.netn.fi/197/netn\\_197\\_rau.html](http://www.netn.fi/197/netn_197_rau.html) niin & näin 1/97 28.12.2000.
- Rayner, E. (1992). Matching, attunement and the psychoanalytic dialogue. *International Journal of Psycho-Analysis* 73, 39–54.
- Recharde, E. (1987). Experiencing music. Teoksessa *The Psychoanalytic Study of the Child*. 1987. Volume 42 (511–530). New Haven: Yale University Press.
- Recharde, E. (1992). Minuuden kokeminen musiikissa. Teoksessa Roos, E., Manninen, V. & Välimäki, J. (toim.), *Mielen ulottuvuudet* (179–196). Suomen Psykoanalyttisen Yhdistyksen julkaisuja.
- Recharde, E. (1988). Musiikin kokemisen ruumiilliset ja symboliset ulottuvuudet. Teoksessa Hägglund, V. & Rätty, V. (toim.), *Psykoanalyysin monta tasoa*. Psykoanalyttikko, professori Tor-Björn Hägglundin juhla-kirja 10.3.1988 (134–150). Helsinki: Nuorisopsyko-terapiasäätiö.
- Recharde, E. (1998). Musiikin kokemus mielen eheyttäjänä. *Musiikki* 28 (4), 394–403.
- Reister, G. (1996). A psychoanalytic view of music and music therapy research. Teoksessa Langenberg, M., Aigen, K. & Frommer, J. (toim.), *Qualitative music therapy research. Beginning dialogues* (247–254). Gilsum: Barcelona.



- Rogers, P.J. (1995). Childhood sexual abuse: dilemmas in therapeutic practise. *Music Therapy Perspectives* 13, 24–30.
- Rolvjord, R. (2001). Understanding the flatness of the earth.  
<http://www.hisf.no/njmt/forumdevelopingminds.html#rolvsjord100101> *Nordic Journal of Music Therapy*, Forum, Developing minds -keskustelu 9.4.2001.
- Ruud, E. (1998). *Music therapy: Improvisation, communication, and culture*. Gilsum, NH: Barcelona.
- Saarinen, K. (1993). Musiikki ja hoitoprosessi - Musiikkiterapian soveltamisesta akuuttipsykiatriassa. *Musiikkiterapia* 3/1993, 8–20.
- Schaverien, J. (1999). *The revealing image*. London–Philadelphia: JKP.
- Scheiby, B.B. (1996). Mia`s fourteenth – The symphony of fate: psychodynamic improvisation therapy with a music therapy student in training. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *Case studies in music therapy* (271–290). Gilsum: Barcelona.
- Schopenhauer, A. (1844/1991). *Pessimistin elämänviisaus*. Porvoo–Helsinki–Juva: WSOY.
- Shaffer, D.R. (1993). *Developmental psychology*. Childhood and adolescence. Pacific Grove: Brooks/Cole.
- Siirala, M. (1986). Mozart-arvoitus ja musiikin olemus. Teoksessa *Savonlinna Opera Festival `86 Finland* (52–54). Savonlinnan Oopperajuhlien Kannatusyhdistys r.y..
- Siirala, M. (1966). Peruskatsomustemme merkityksestä lääketieteessä. Konsultoivan psykiatrin havaintoja puheenkehityksen häiriöistä. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti Supplementum* IIA.
- Siirala, M. (1987). Puhetta ihmisestä hänen sairautessaan ja kaikkinaisessa ahdingossaan. Lauri Rauhalan kirjoituksen ajankohtaistamia ajatuksia. *Psykoterapia* 4/1987, 42–45.
- Siirala, M. (1991–1992). Äänen antropologiaa. *Laulupedagogi* 1991–92, 4–13.
- Sinkkonen, J. (1997). Musiikki lapsen kehityksessä. Luento Sibelius-Akatemiassa, Helsingissä 15.4.1997.
- Spitz, E.H. (1987). Separation-individuation in a cycle of songs. George Crumb`s Ancient voices of children. Teoksessa *The psychoanalytic study of the child*. 1987. Volume 42 (531–543). New Haven: Yale University Press.
- Stern, D.N. (1982). *Ensimmäinen ihmissuhde*. Jyväskylä: Gummerus.

- Stern, D.N. (1985). *The interpersonal world of the infant*. A view from psychoanalysis and developmental Psychology. New York: Basic Books.
- Stern, D.N., Sander, L.W., Nahum, J.P., Harrison, A.M., Lyons-Ruth, K., Morgan, A.C., Bruschiweiler-Stern, N. & Tronick, E.Z. (1998). Non-interpretative mechanisms in psychoanalytic therapy. The 'something more' than interpretation. *International Journal of Psycho-Analysis* 79, 903–921.
- Stige, B. (1998). Perspectives on meaning in music therapy. *British Journal of Music Therapy* 12 (1), 20–27.
- Stige, B. (1999). The Meaning of music – from the client's perspective. Teoksessa Wigram, T. & De Backer, J. (toim.), *Clinical applications of music therapy in psychiatry* (61–83). London–Philadelphia: JKP.
- Streeter, E. (1999). Finding a balance between psychological thinking and musical awareness in music therapy theory – a psychoanalytic perspective. *British Journal of Music Therapy* 13 (1), 5–20.
- Strenger, C. (1991). *Between hermeneutics and science*. An essay on the epistemology of psychoanalysis. Madison, Connecticut: International Universities Press.
- Summer, L. (1998). The pure music transference in Guided Imagery and Music. Teoksessa Bruscia, K.E. (toim.), *The dynamics of music psychotherapy* (431–459). Gilsum: Barcelona.
- Tähkä, V. (1997). *Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen*. Porvoo–Helsinki–Juva: WSOY.
- Tähkä, V. (1979). On differences between phenomenologic and psychoanalytic approaches to psychotherapy – some comments to professor Boss's case presentation. Teoksessa Boss, M., Salminen, H. & Tähkä, V., *Medard Boss, psychoanalysis and Daseinanalysis* (57–64). Reports from Psychiatria Fennica No 34.
- Tähkä, V. (1995). Psykoanalyttinen psykoterapia nuorisopotilaiden hoitomuotona. Teoksessa Lehtonen, J., Viinamäki, H. & Väänänen, K. (toim.), *Psykiatrian vaellusvuodet*. KYS:n psykiatrian klinikka 20 vuotta (37–53). Kuopion yliopiston julkaisuja D. Lääketiede 79.
- Tähkä, V. (1999). Psykoanalyttinen psykoterapia nykypäivän lääketieteessä. Teoksessa Kaskinen, M. (toim.), *Miehen tie*. Ihminen ja taide psykoanalyysin, terapian ja semiotiikan näkökulmasta. 60v. juhlaKirja Heikki Majavalle (122–133). Etelän-Karjalan Psykoterapiaseura ry.

- Tähkä, V. (1978). Psykoterapian hoidollisesti vaikuttavista tekijöistä. Teoksessa Alanen, Y. & Tähkä, V. (toim.), *Psykoanalyysin ja psykoterapian suuntauksia* (132–139). Helsinki: Weilin+Göös.
- Tähkä, V. (1970/1982). *Psykoterapian perusteet*. Psykoanalyttisen teorian pohjalta. Porvoo–Helsinki–Juva: WSOY.
- Tähkä, V. (1982). Psykoterapia vaihespesifisenä vuorovaikutuksena: Kohti psykoterapian yleistä psykoanalyttista teoriaa. Teoksessa Tähkä, V., *Psykoterapian perusteet* (305–321). Porvoo–Helsinki–Juva: WSOY.
- Varto, J. (1996). *Laadullisen tutkimuksen metodologia*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Välimäki, S. (1998). Musiikin ei-kielellinen merkity maailma. *Musiikki* 28, (4), 371–393.
- Wheeler, B.L. (1983). A psychotherapeutic classification of music therapy practises: A continuum of procedures. *Music Therapy Perspectives* 1 (2), 8–12.
- Wheeler, B.L. (1995). Introduction: Overview of music therapy research. Teoksessa Wheeler, B.L. (toim.), *Music therapy research: Quantitative and qualitative perspectives* (3–15). Phoenixville: Barcelona.
- Wheeler, B. (1981). The relationship between music therapy and theories of psychotherapy. *Music Therapy* 1 (1), 9–16.
- Winnicott, D.W. (1971/1997). *Playing and reality*. London–New York: Routledge.
- Wolberg, L.R. (1954). *The technique of psychotherapy*. New York: Grune & Stratton.