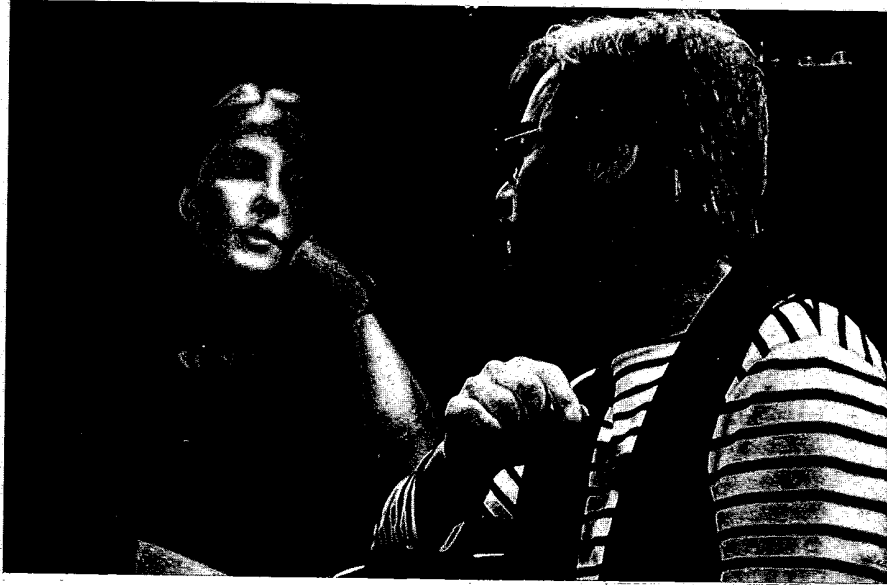


ja avoin dialogi perheterapiassa

REFLEKTIIVINEN TIIMI

Aino Majja Rautakallio



Kuva: Lars Säfström/Gorilla

*“Kuunnelkaa sitä, mitä ihmiset sanovat, älkää sitä, mitä he tarkoittavat.”
(Harold Goolishian)*

Reflektiivinen tiimi on alun perin eräänlainen ehdotus ratkaisumalliksi, ennen kaikkea jumiin oleviin perheterapeuttisiin keskusteluihin. Se ei, ainakaan vielä, ole erillinen perheterapeuttinen teoria. Sattumalta se ei kuitenkaan ole syntynyt, kuten joissakin yhteyksissä on kuullut kerrottavan.

Reflektiivinen työote mahdollistaa kaikenlaisten terapeuttisten ajatusten läsnäolon ja erilaisten tekniikoiden hyväksikäytön. Kyse on ennen kaikkea ajattelutavasta ja kehyksestä. Dialogisuus, kunnioitavuus, spontaanisuus, positiivisuus, tunteiden kuunteleminen, hiljaisuuden mahdollisuudet sekä moniäänisyys luonnehtivat tätä työtettä.

Filosofiaa, tausta-ajatuksia ja kanssakulkijoita

Länsimainen lähihistoria on jaettavissa modernismin ja postmodernismin kausiin. Filosofi G.H. von Wright määrittelee modernismin alkaneen 1500-luvulla ja päättyneen 1950-luvulla postmodernismin. Modernismin aikaa von Wright luonnehtii sanoilla vapaus, riippumattomuus, yksilöllisyys; filosofi Max Weber lisää käsitteet rationaalisuus, loogisuus, tiede ja tekniikka. Von Wrightin mukaan rationalismin varjoon jäivät esteettiset ja eettiset arvot. Tom Andersen (3) tekee analogian psykoterapioiden todellisuuteen puhumalla psykoterapioiden teknistymisestä, asiantuntijakeskeisyydestä ja monologisuudesta. Täydennyksenä terapeuttiselle monologisuudelle on Andersenin mukaan terapeuttinen dialogisuus, jossa usean näkökulman samanaikainen läsnäolo luo uutta (3).

Modernin tieteenihanteen “suuri kertomus” sisällyttää käsityksen havainnoinnin kohteeksi antautuvasta, järjestäytyneestä ja kaikille samanlaisena (ainakin potentiaalisesti) esiintyvistä todellisuudesta, tiedon teoreettisesta ykseydestä ja empiirisen menetelmän objektiivisuudesta. Psykologian tohtori Jarl Wahlström

viittaa väitöskirjassaan John Shotteriin (13, s. 30), joka suosittelee siirtymistä etäännytetystä, teoreettisesta ja individualistisesta lähtökohdasta kohti postmodernille ominaista käytännöllistä ja sosiaalisesti sitoutunutta lähestymistapaa.

Postmodernille tieteen- ja tiedonkäsitteille ominaisia piirteitä ovat : 1) tieto on *keskustelunomaista*; se perustuu eri havainnoitsijoiden keskinäisiin maailman merkitystä koskeviin neuvotteluihin, 2) tieto on *narratiivista*; se esiintyy kertomuksena, jossa tuodaan ilmi, mitkä ovat tutkimuksen perustavat kohteet, miten nämä ovat vuorovaikutuksessa keskenään ja aistien kanssa sekä miten kohteina olevia kysymyksiä voidaan legitimiä esittää ja mitä menetelmiä ratkaisujen etsimisessä käyttää, 3) tieto on *kielellistä*; se on sidoksissa kielipeleihin, puheakteihin ja puhekäyttöihin ja 4) tieto on *interrelationalista*; se on yhteisesti luotua ja yhteisön kielirakenteisiin sidottua (13, s. 30).

Hylätessään yhtenäisen tiedon ihanteen, postmoderni ajattelutapa painottaa tiedon paikallista luonnetta. Tieto sijoittuu kertomuksiin, narratiiveihin. “Suurten kertomusten” rinnalla elävät arkipäivän kertomukset. Antamalla puitteet sille, miten puhua ja miten kuunnella, ne luovat sosiaalisen identiteetin muodostamisen perusteet - miten yksilö sijoittuu ympäristönsään ja miten hän näkee asemansa siinä sallivan hänen toimia (13, s. 31).

Postmoderni ajattelu psykoterapiakentässä on reaktio modernismiin ja puheenvuoro sen kanssa. Terapeutin ajattelutavan ja toiminnan muutos modernista postmoderniin tulee näkyväksi kysymyksen, “mitä minä nyt teen?”, vaihtumisessa kysymykseen, “mitä me nyt teemme?” (3)

Postmodernin tiedonkäsitteksen mukaisesti nähdään yksilön persoonallisen toiminnan muodostuvan niissä keskustelukäytännöissä, jotka yksilöt keskenään toteuttavat. Toiminnot, pyrkimykset, muistot, tunteet jne. saavat mielensä ja merkityksensä siinä puhekäytännössä, henkilökohtaisessa retoriikassa, jonka avulla yksilö sijoittaa itsensä ja sijoittuu sosiaaliseen kontekstiin (13, s. 31).

Joskus termiä “poststruktuurallinen” on käytetty kuin se olisi synonyymi “postmodernille”. Poststruktuurallinen näkökulma perheterapiassa tarkoittaa sitä, että kyberneettinen selitysmalli perheestä homeostaattisena systeeminä on uudelleenarvioinnin kohteena. Koska postmodernit ja poststruktuuralliset ideat ovat syntyneet semiotiikan ja kirjallisuuskritiikin piirissä,

on sosiaalitieteiden kentällä tullut tavanomaiseksi puhua käyttäen analogioita kertomuksista ja teksteistä (6, s. 116).

Perheterapeutit ja perheterapian kehittäjät Harlene Anderson ja Harry Goolishian ovat hylänneet "kybernetiikan" ja alkaneet liputtaa "hermeneutiikan" puolesta. Perheterapeuttien kannalta tämä tarkoittaa mm. sitä, että "palautesilmukat kyberneettisessä systeemissä" on korvattu "intersubjektiiivisilla dialogisilla silmuilla". Keskeinen metafora terapialle liittyy keskusteluun (6, s. 116).

Hoitajärjestelmän ja hoitokäytännön merkitystä on alettu pohtia tarkemmin sen jälkeen, kun konstruktivistiset teoreetikot Maturana ja Dell 1980-luvulla havaitsivat kummankin osapuolen samanlaisen aseman hoitajärjestelmässä. Maturana kuvasi rakenteiden kytketymisen ajatuksen. Kaikki osapuolet ovat samassa asemassa. Uudessa systeemissä kukin kytkeytyy toiseen rakenteidensa määräämällä tavalla. Hoitajien ei ole mahdollista jäädä yläpuolelle tai ulkopuolelle ja muuttaa hoidettavaa - yksilö, perhe, ryhmä. Tarkkailijasta tulee osa systeemiä ja hänestä muodostuu havainnoiva systeemi ("observing system"). Näin havainnoitsija on aina osa ongelmaa. Saman havainnon vaikeasti hoidettavien potilaiden kanssa toimimisesta teki jo 1930-luvulla H. Sullivan. Hän puhui professori Yrjö O. Alasen mukaan osanottaja-tarkkailijasta (11, s. 216).

Mahdollisuuksia hoitavan osapuolen aseman havaitsemiseen on ollut jo 1960-luvulta lähtien, kun Palo Alton työryhmä kuvasi, kuinka ongelman ratkaisuyrityksestä itsestään tulee ongelma. Ongelman ratkaisemiseksi pitäisi huomio heidän mielestään kohdistaa ratkaisuyrityksiin. Hoidettavana pitäisi olla epäonnistuneet ratkaisuyritykset eikä niinkään oireet. Psykiatriassa tämä merkitsee sitä, että hoitajärjestelmän käyttäytymisestä tulee ongelma. Tässä on systeemisen perheterapian piirissä tehty oletus, että hoitajärjestelmä ei ratkaisekaan ongelmaa, vaan usein itse asiassa ylläpitää sitä. Tällainen ajatus kohdistaa huomion oikeaan suuntaan, hoitajärjestelmään, mutta se on yksipuolinen (11, s. 216).

Keroputaan sairaalan johtavan psykologin, psykologian tohtori Jaakko Seikkulan mukaan hoidollisessa vuorovaikutuksessa on aina kysymys vähintään kahden osapuolen rakenteen toisiinsa kytkeytymisestä. Hänen tutkimustensa mukaan hoitava työryhmä ei yksin pidä ongelmaa, vaan se on yhdessä perheen kanssa osapuoli systeemissä, jota Seikkula kutsuu rajasytemiksi (11, s. 216).

Yleensä terapeuttien toiminnan tarkkailun lähtökohtana on kuhunkin perheeseen parhaan mahdollisen intervention luominen. Kuitenkin jo Milanon perheterapiatyöryhmä totesi työnsä alussa, että perheen vaikea systeemi alkoi elää terapeutin systeemin sisällä johtaen erimielisyyksiin. Terapeutin työryhmän toiminnan keskeiseksi säätelijäksi on noussut neutraalisuuden käsite. Milanon työryhmä halusi neutraalisuuden vaatimuksella välttää tilanteet, joissa työryhmä joutuisi perheen patologisen systeemin imuun (11, s. 216-217).

Neutraalisuuden periaate on johtanut siihen, että perhe on perheterapiassa kysymysten, johtopäätösten ja interventioiden objekti, sanoo Seikkula väitöskirjassaan ja jatkaa, ettei perhe voi samalla olla sekä ideota synnyttävä että tiedon kontekstia määrittävä aktiivinen osapuoli. Näin ollen terapiatilanteessa perheterapeutit toimivat vain itsensä kehittämisen tiedon varassa. Kehittäessään työtään keroputaalaiset kertovat ajatelleensa, ettei tämänkaltainen neutraalisuus sovellu sairaalan perhekeskeiseen työhön. Kun Milanon työryhmä vaati neutraalisuutta perheen kaikkien mahdollisten puolien kuulemiseksi, keroputaalaiset ajattelivat Seikkulan mukaan päinvastoin antavansa perheen vuorovaikutukseen uusia aineksia työryhmän keskinäisellä keskustelulla (11, s. 217).

Tom Andersenin reflektiivinen työote noudattaa samankaltaisia periaatteita suhteessa neutraalisuuden vaatimukseen. Reflektiivisessä työotteessa ja avoimessa keskustelussa ovat neutraalisuuden periaatetta korostuneempia positiivisen konnotaation, huolellisen kuuntelemisen ja dialogin synnyttämisen ja ylläpitämisen periaatteet.

Myös toinen Milanon työryhmän periaatteista, hypoteesin tekeminen, on uudelleenarvioitu reflektiivisessä työotteessa. Andersen sanoo aloittavansa terapiaistunnon mieluummin ilman hypoteesia, koska se saattaa vaikuttaa perheenjäsenten kohtaamiseen ennakkokäsitysten suuntaisesti (1, s. 427). Kuitenkaan sitä, mikä työntekijöissä jo on, erilaiset esiymmärryksen idut ja osateoriat, ei tarvitse jättää pois (8, s. 16).

Reflektiivisen tiimin syntysanat

Nykysuomen sivistyssanakirjan mukaan *reflektio* tarkoittaa heijastusta ja *reflektointi* mietiskelyä, harkintaa. *Refleksiivinen* puolestaan tarkoittaa itsekohtaista.

Reflektiivinen tiimi on alun perin eräänlainen eh-

dotus ratkaisumalliksi, ennen kaikkea jumissa oleviin perheterapeutisiin keskusteluihin. Se ei, ainakaan vielä, ole erillinen perheterapeutinen teoria. Sattumalta se ei kuitenkaan ole syntynyt, kuten joissakin yhteyksissä on kuullut kerrottavan.

Reflektiivisen tiimin ideaa oli kehitelty erilaisissa keskusteluissa jo muutamia vuosia ennen ensimmäistä istuntoa. Reflektiivisen tiimin "isä", norjalainen sosiiaalipsykiatrian professori Tom Andersen Tromsan yliopistosta, on kuvannut monessa yhteydessä (mm. Jorvin psykiatrian yksikön workshopissa lokakuussa 1996), kuinka reflektiivinen tiimi ensimmäisen kerran toteutui. Hän kertoo aiemmin tunneensa pahoinvointia laatiessaan perheille strategisia interventioita ja kertoessaan ammattiauttajan arvovallalla, kuinka ihmisten tulisi elämäänsä elää. Tom Andersen oli jo vuodesta 1981 lähtien keskustellut työtovereidensa kanssa mahdollisuudesta avoimeen keskusteluun perheiden kanssa. Pelko perheenjäsenten loukkaantumisesta esti avoimen keskustelun kokeilun, sillä Milanon mallin mukaiset taukokeskustelut ja neuvottelut yksisuuntaisen peilin takana, myös haastattelun aikana, antavat mahdollisuuden puhua perheenjäsenistä tavalla, joka saattaa vaikeuttaa kunnioittamista.

Eräänä maaliskuuisena päivänä 1985 Tom Andersen kuului kahden työtoverinsa kanssa taustaryhmään, kun nuori apulaislääkäri haastatteli perhettä. Perhe vaikutti näköalattomalta tulevaisuutensa suhteen. Äiti suunnitteli itsemurhaa, ja muutkin perheenjäsenet kuvasivat toivottomuutta. Haastattelija vaipui kysymyksineen pessimistiseen tunnelmaan. Taustaryhmä kutsui haastattelijan tauolle kolmasti ja teki ehdotuksia kysymyksistä, jotka saattaisivat herättää toivoa. Tulokset, sillä haastattelija vajosi perheen mukana yhä uudelleen epätoivoon.

Tom Andersen kertoo panneensa merkille, että mikrofonit oli sijoitettu sekä haastatteluhuoneeseen että taustahuoneeseen; tekniikka siis mahdollistaisi muutoksen työskentelytavassa. Tom kertoo ajatelleensa: "Nyt on se päivä!" Ajatus reflektiosta oli uinunut hänen mielessään kolme vuotta, ja nyt se päivä oli koittanut, jolloin sitä saattoi kokeilla käytännössä. Hän kysyi taustatiimin jäseniltä, olisivatko he valmiita käymään taukokeskustelun perheen kuullen. Nämä myöntivät. Hän koputti ovea ja tiedusteli varovaisesti, olisivatko haastattelija ja perhe valmiita kuuntelemaan taustaryhmän keskustelua. Hän kertoo toivoneensa hartaasti, että vastaus olisi ollut kieltävä, koska häntä pe-
lotti.

Perhe ja haastattelija kuitenkin myöntivät, ja valistus sekä äänentoisto käännettiin ympäri.

Tom Andersen kertoo vieläkin muistavansa elävästi valojen sytyttämisestä kuuluvan "klik"-äänen sekä saavansa milloin tahansa silmiensä eteen työtoverin pelonsekaisen katseen. Hän kuvailee dramaattisesti, kuinka hän koki olevansa kuin alasti ja suojaaton, ja kertoo miettineensä sitä, että tältäköhän perheistä on tuntunut tutkivien katseiden alla. Taustatiimi aloitti varovaisen reflektion perheen tilanteesta. He kuvasivat toivon näkymättömyyttä ja miettivät, että jos sitä olisi, kuka sen ensimmäisenä huomaisi. Aikansa keskusteltuaan he käänsivät valaistuksen ja äänentoiston takaisin perheeseen ja huomasivat, että koko tunnelma oli muuttunut. Perhe alkoi keskustella lomista ja muutakin tulevaisuuteen liittyvästä.

Tom Andersen kertoo tehneensä kaksi huomiota: ensimmäinen huomio liittyi keskustelun kontekstisidonnaisuuteen – jos puhutaan perheen kuullen perheen asioista, keskustelu on normaalimpaa, kuin jos keskustelua käydään vain ammatti-ihmisten välillä. Toinen huomio liittyi tilanteen ainutlaatuisuuteen, ja sen seurauksena hän päätti työskennellä jatkossakin tähän tapaan (3).

Kuten Tom Andersen toteaa, avointa keskustelukäytäntöä on harjoitettu ennen reflektiivisen tiimin syntymä muuallakin, esimerkiksi Keroputaan sairaalassa Torniossa. Jaakko Seikkula muistaa ensimmäisen keroputaalaisen hoitokokouksen, jolloin avointa keskustelua toteutettiin, olleen 24. elokuuta 1984. Tuolloin työryhmän jäsenet kertoivat ääneen tilanteeseen liittyvistä ajatuksistaan aivan uudella tavalla (Seikkula, 1996, Jorvi).

Sekä Andersenin kuvaus reflektiivisen tiimin synnystä että Seikkulan kuvaus avoimen dialogin käytännöstä hoitokokouksessa saattavat kuulostaa kuin sattumalta syntyneiltä. Uusia työtapoja on kuitenkin edeltänyt useiden ammatti-ihmisten yhteiset ponnistelut vakavien psyykkisten ongelmien ratkaisemiseksi ja työn tekemiseksi kevyemmäksi.

Ajatukset merkitysten syntymisestä tässä-ja-nyt -keskustelussa ja siitä, että ne syntyvät aina uusina, ovat olleet taustalla uusien hoitokäytäntöjen rakentamisessa.

Laitila ja Wahlström toteavat artikkelissaan psykoterapioiden integraatiosta, että konteksti, joko kulttuuriin tai rajatun johonkin hoitoympäristöön liittyvä, on tärkeä reunaehto sille, voidaanko puhua perinteisessä mielessä perheterapiasta vai sen sovel-

luksesta. Ja kun puhutaan sovelluksesta, saattaa jäädä havaitsematta, että kyseessä on kokonaan uusi, uuteen teoreettiseen hahmotustapaan perustuva tapa jäsentää koko perheterapia. Tämän tyyppinen tilannehan on juuri edellä kuvatun reflektiivisen työskentelyn kohdalla, jossa perhettä haastatteleva työntekijä ja perhe voivat yhdessä seurata heidän keskusteluaan observoivien työryhmän keskustelua. Puolten vaihtaminen peili-ikkunan avulla työskenneltäessä oli alun perin vain tiettyä yksittäistä istuntoa varten syntynyt ratkaisu, mutta muodostui innovaation keksijän oman ammatillisen kehityksen ja perheterapeuttisen ajattelun kannalta lopulta paljon käänteentekevämmäksi (9, s. 434).

Reflektiivinen tiimi on sekä syntynyt yhtä yksittäistä istuntoa varten että pitkän kehittelyn tuloksena. Avoimuuden haaste ja oman työn avoimemmaksi tekeminen on ollut keskeinen osa perheterapeuttisen otteen leviämistä. Samalla kuitenkin milanolaisen systeemisen terapian tunnetuksi tulon jälkeen perheterapiastuntoihin tuli paljon mekaanista, rituaalinomaista ja keinotekoisuutta, joka kaikki oli omiaan vähentämään sitä avoimuutta, joka työryhmätyöskentelyyn periaatteellisesti liittyi (8, s. 13).

Näyttää siltä, että terapianimikkeestä riippumatta perheterapian kentällä ovat tällä hetkellä teoreettisesti keskeisiä nimenomaan kuvaukset terapiaprosessista eikä niinkään perheistä tai yksittäisten perheenjäsenten psykologiasta. Tätä kantaa voidaan pitää perusteltuna siitä lähtökohdasta käsin, että terapiatilanteessa perheterapeutti voi kontrolloida vain itseään, kuten Anderson ja Goolishian (9, s. 437) ja näihin viitaten Andersen (3) painottavat.

Tämä kiinnostuminen hoitosysteemiin ja siinä tapahtuvaan monensuuntaiseen informaation vaihtoon on johtanut useisiin menetelmällisiin kehitelmiin, esim. vuorovaikutusjärjestelmien käsittäminen kielellisiksi järjestelmiksi, kuten Anderson ja Goolishian ovat tehneet, interventiivinen haastattelu Karl Tommin kehittelemänä ja Tom Andersenin reflektiivinen työryhmä. Yhteistä kaikille näille, usein postmilanolaisiksi suuntaukseeni kutsutuille lähestymistavoille, on perheterapeuttisen istunnon tarkastelu *keskusteluna*. (13, s. 29-30).

Reflektiivinen työote mahdollistaa kaikenlaisten terapeuttisten ajatusten läsnäolon ja erilaisten tekniikoiden hyväksikäytön. Kyse on ennen kaikkea ajattelutavasta ja kehyksestä. Dialogisuus, kunnioitavuus, spontaanisuus, positiivisuus, tunteiden kuunteleminen, hiljaisuuden mahdollisuudet sekä moniäänisyys luonnehtivat omalta osaltaan tätä työtettä.

Seikkula, Bahtin ja reflektio

“Terapiamenetelmän korostaminen merkitsee elämän moninaisuuden pukemista ymmärrettävään ykseyteen, ja elämän ilmiöt on selitettävä sellaisen teorian puitteisiin, että kehitettyä terapiamenetelmää voidaan niihin soveltaa” (11, s. 218).

Jaakko Seikkula pohtii väitöskirjassaan venäläisen semiootikon ja kirjallisuustieteilijän Mihail Bahtinin kielitieteisiin jo 1930-luvulla kohdistaman kritiikin ja terapiamenetelmien oikeaoppisuuden vaalimisen kritiikin analogisuutta. Bahtinin mukaan kielitieteen eri alueet tavoittelivat ennen muuta moninaisuuden ykseyttä. Tuo ykseyden tavoittelu johti kielitieteilijät tutkimaan sanan syvempiä, lujimpia ja vähiten muuttuvia, yksiselitteisiä momenteja. Nämä ominaisuudet olivat taas kaikkein kauimpina sanan sosiaalisen merkityksen alueelta. Kansankertomuksissa, parodioissa, kiertoilmaisuuksissa ja muissa eriaänisissä taiteellisissa muodoissa elää moniäänisesti tajunta. Tämä osa jäi siten Bahtinin mukaan kielitieteen kiinnostuksen ulkopuolelle (11, s. 218).

Ilmeisesti psykiatriassa vaaditaan samanlaista moniäänisyyden esiintuloa. Vaikeisiin hoito-ongelmiin ei ole olemassa yhtä hoitomenetelmää. Ongelmat ratkaistaan herättämällä dialogia eri tekijöiden kesken ja rakentamalla moniäänistä tajuntaa. Tärkeää on vuorovaikutuksen synnyttäminen ja dialogin herättäminen potilaan sisäisen maailman ja ulkoisen verkoston kanssa parantavien voimavarojen liikkeelle saattamiseksi (11, s. 218-219).

Mihail Bahtinin ajatuksen mukaan monologisessa maailmassa vallitsee “tertium non datus” – ajatus joko hyväksytään tai kielletään, muutoin se ei voi olla täysimerkityksinen ajatus (4, s. 121). Monologisesta kirjallisuudesta Bahtin sanoo, että vain tekijän näkökulman suuntainen idea voi säilyttää merkityksensä murtamatta teoksen yksiaksenttista ykseyttä. Mitään näistä tekijän ideoista, niiden funktioista riippumatta, ei kuvata. Ne ilmaistaan välittömästi, ilman välimatkaa. Eikä niiden kuvaamassa monologisessa maailmassa voi esittää vieraita ideoita. Dostojevski-tutkijana Bahtin näkee tämän nimenomaan kyyneen kuvaamaan vierasta ideaa ja säilyttämään sekä sen täyden merkityksen ideana että myös välimatkan siihen vahvistamatta ideaa tai sulauttamatta sitä omaan ilmaistuun ideologiaansa (4, s. 127). Idea, kuten Dostojevski sen näki, ei ole subjektiivinen yksilöpsykologinen muodostuma, jolla on pysyvä olinpaikka ihmisen päässä. Idea on

interindividuaalinen ja intersubjektiiivinen; sen oleminen sfääri ei ole yksilön tietoisuus, vaan dialoginen kanssakäyminen tietoisuuksien välillä. Idea on kahden tai muutaman tietoisuuden dialogiseen kohtaamispisteeseen sijoittuva elävä tapahtuma. Tässä mielessä se on sanan kaltainen. Aivan kuten sanakin, idea haluaa, että toiset äänet toisista positioista kuulevat sen, käsitteävät sen ja "vastaavat" sille. Aivan kuten sana, idea on luonteeltaan dialoginen, monologi on taas vain tiettyillä ehdoilla sen ilmaisun kompositionaalinen muoto (4, s. 132).

Elämässä kaikki ymmärtäminen on aktiivista. Bahtinin mielestä sanan aiheuttama vastaus on ensisijainen. Ymmärtäminen kypsyy vasta vastauksessa. Tällainen sirkulaarinen prosessi on perheterapian kuvaama tapahtumasarja. Samalla tavalla Karl Tomm esittää kysymysten herättämien vastausten ohjaavan vuorovaikutusta (11, s. 220). Tomm kuvaa tarkastelevansa terapeutista haastattelua sarjana interventioita. Terapeutin on Tommin mukaan tästä näkökulmasta käsin mahdotonta olla vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa vaikuttamatta koko ajan asiakkaan toimintaan (12, s. 8). Seikkula sanoo, että kuulija tuo puhujan sanaan aina uudet momentit. Maturana kuvaa tätä samaa tilannetta toteamalla, että kuulijan rakenne määrää sen, mitä tämä ottaa vastaan ja toisaalta koevoluutiossa puhuja sovittaa uuden sanomansa kuulijan rakenteen mukaisesti. Puhuja joutuu dialogisiin suhteisiin kuulijan esittämien momenttien kanssa. Jotta syntyi kytkeytymä, pitäisi Bahtinin mukaan puhujan sanoa sanottavansa kuulijan ymmärrysalueella (11, s. 220).

Indikatiivinen ja symbolinen kielialue

Jokaisen perheterapiaan osallistuvan perheenjäsenen on tärkeää kokea tulevansa kuulluksi, ja parhaassa tapauksessa myös ymmärretyksi. Jotta terapeutit omalta osaltaan voisivat mahdollistaa tämän tapahtuvan, on tärkeää tunnistaa kullekin perheenjäsenelle ominainen tapa keskustella. Perheen kanssa keskustelevalle terapeutin tehtävä on luoda kontakti perheeseen ja tehdä parhaansa vuoropuhelun ylläpitämiseksi. Reflektioryhmän jäsenet voivat kuunnella tarkemmin tapaa, jolla kukin perheenjäsen puhuu. Psykoosiperheiden perheterapiassa ja perhekeskeisessä hoidossa on osoittautunut arvokkaaksi tunnistaa ne perheenjäsenet, jotka voivat keskustella vertauskuvallisesti ja liikkua ajassa

edestakaisin, ja ne perheenjäsenet, joiden keskustelua luonnehtivat käytännön asiat ja tässä-ja-nyt -tapahtumat.

Riitta-Liisa Heikkinen ja Jaakko Seikkula ovat pohjineet kielen merkitysalueita venäläisen kehityspsykologi Lev Vygotskin tutkimusten pohjalta. Vygotskin mukaan kieli kehittyy kolmessa vaiheessa. Sosiaalinen puhe on ensimmäinen ja yleisin kielen käyttöalue. Lapsi ohjaa käyttäytymistään vanhempien ohjeiden perusteella. Kielen tehtävä on ohjata käyttäytymistä. Toinen vaihe on egosentrisen vaihe, jolloin oman käyttäytymisen ohjaaminen lisääntyy ratkaisevasti. Ääneen puhumalla lapsi ohjaa itse tekojaan. Egosentrisessä puheessa lapsi siirtää ympäristön aiemmin toteuttamaa ohjaustoimintaa omaan psykologiseen maailmaansa. Ihmisten välillä tapahtuva dialogi siirtyy lapsen sisäiseen psykologiseen maailmaan. Kielen kehityksessä egosentrisen puhe on sisäisen puheen esivaihe. Sisäisessä puheessa ihminen ohjaa omaa käyttäytymistään. Bahtinin ja Volosinovin mukaan sisäinen puhe on perusteiltaan dialogista. Sosiaalisen puheen vaiheessa puhutaan paikalla olevasta todellisuudesta. Sisäisen puheen kehitysvaiheessa asiat irrotetaan yhteyksistään siten, että yleistävä keskustelu on mahdollista. Siirtymä sosiaalisesta puheesta sisäiseen puheeseen merkitsee symbolisen kielen mahdollisuutta (10, s. 7).

Vygotski työryhmineen näkee kielen kehityksen järjestyksen aivan päinvastoin kuin esim. Piaget, jonka mukaan sosiaalinen puhe sijoittuu kehityksen loppuun ja eikä se ole edellä egosentristä puhetta, vaan seuraa sitä kehityshistoriassa (14, s. 49). Vygotski kuvasi kielen merkitysjärjestelmän kehittymisen kaksi vaihetta, joista kielen indikatiivinen funktio opitaan ensimmäiseksi. Indikatiiviseen alueeseen sisältyvät sellaiset merkitykset, "joilla on suora vastaavuus todellisuuteen. Kullakin käytetyllä sanalla on suora vastaavuus todellisuudessa. Tämän ympäristön kanssa toimiminen on indikatiivista toimintaa. Kielen symbolinen merkitys kehittyy indikatiivisen merkityksen jälkeen. Symbolisella merkitysalueella tarkastellaan sanan suhdetta toiseen sanaan, ja asioiden merkitykset luodaan keskustelussa. Itse keskusteltavien asioiden tai esineiden ei tarvitse olla konkreettisesti läsnä, vaan tärkeimmäksi käyttäytymistä ohjaavaksi tekijäksi tulevat kielessä kullekin asialle luodut merkitykset (5, s. 25).

On tärkeää vastata asiakkaalle hänen omalla kieli-alueellaan, samalla kuin millä hän itse toimii apua hakiessaan. Kielellinen kytkeytyminen voi olla vaikeaa, mikäli perheen kieli on konkreettista, indikatiivista pu-

hetta, mutta työryhmä tästä huolimatta kehittää dialogia pitäytyen kielessä, jolla ei ole kosketusta perheen elämän todellisuuteen (5, s. 26).

Kokemukseni mukaan psykoottinen perheenjäsen saattaa muuta perhettä helpommin kyetä keskustelemaan terapeutin kanssa symbolisella kielialueella muiden perheenjäsenten kielialueen ollessa indikatiivinen. Myönteisiä kokemuksia on syntynyt esimerkiksi sellaisesta järjestelystä, että sekä symbolisella että indikatiivisella kielialueella puhuvat perheenjäsenet käyvät omia ryhminään tapaamisissa keskustelemassa terapeutin kanssa. Näin on tullut mahdolliseksi käydä keskustelua kaikkia tyydyttävällä tavalla. Aikaan on voitu kokoontua jälleen yhteen ja löytää yhteistä kieltä useampien perheenjäsenten sekä terapeutin kesken.

Työntekijöiden keskinäinen reflektointi voi mahdollistaa keskustelun siirtymisen indikatiiviselta alueelta symboliselle merkitysalueelle. Tom Andersenin mukaan *terapeuttisen toiminnan tavoitteena on asiakkaan sisäisen reflektion* muutos. Hänen mukaansa reflektiivistä keskustelua voidaan käydä sekä sosiaalisessa todellisuudessa että sisäisenä reflektiona. Sosiaalisen systeemin ja yksilön muutos edellyttää dialogin ylläpitämistä. Jos dialogi loppuu, muutos estyy. Yksilö luo tällöin itselleen monologisen kuvan todellisuudesta.

Päinvastoin kuin monologi, dialoginen keskustelu on moniääninen; se on avoin, houkutteleva, loppumaton ja tulevaisuuteen suuntautunut. Vaikka sisäinen monologi, liikkumaton tarina asiakkaan kokemana, onkin yksiaääninen, se kuitenkin sisältää myös hiljaisia ääniä. Dialoginen prosessi voi alkaa, kun terapeutti auttaa asiakasta paikallistamaan toisen äänen. Hoitavan työryhmän onkin sovitettava sanansa asiakkaan sana-alueelle. Dialogisuus auttaa myös mobilisoimaan sosiaalisen verkoston voimavaroja, ja reflektiivalla keskustelulla voidaan pelottavat keskustelunaiheet tehdä vaarattommiksi ja sanottava saadaan sanotuksi (5, s. 27-28).

"Andersenin tendenssejä" eli reflektiivinen tiimi käytännössä

Erityisen kiehtovaa reflektiivisessä työotteessa on se, että sen idea vaikuttaisi olevan harvinaislaatuisella tavalla yhteismitallinen sen käytännön kanssa. Perustessaan ainakin dialogisuuteen, moniäänisyyteen, spekulatiivisuuteen, monien orientaatioiden yhtäaikaisen

rinnakkaiselon mahdollisuuteen sekä asiakaskeskisyyteen terapeuttikeskisyyden sijaan, sen ideakin pitää sisällään säännön, ettei ole sääntöjä.

Tom Andersen sanoo omaavansa vahvoja *tendenssejä* tehdä niin ja näin, mutta hän ei ole luonut sääntöjä reflektiivisestä työotteesta. Tai, ollaksemme aivan rehellisiä, hänellä on neljä "*melkein sääntöä*". Ne ovat:

1. Kaikki ne, jotka haluavat puhua, saavat puhua, ja kenenkään, joka ei halua puhua, ei tarvitse puhua (3).

2. Ne, jotka puhuvat, puhuvat siitä, mistä haluavat puhua, ja kenenkään ei tarvitse puhua siitä, mistä ei halua puhua (3).

3. Reflektiivinen tiimi ei puhu mistään sellaisesta, mikä ei ole tullut esiin keskustelun aikana (3).

4. Negatiivisia konnotaatioita ei käytetä (2, s. 74).

Andersen sanoo, että ongelmia syntyy, kun yritetään puhua ihmisen kanssa, joka ei halua puhua. Hän ajattelee, että terapeutti on useasti myös ongelman aiheuttaja.

Oleellinen kysymys, jonka Andersen kertoo tekevän itselleen istunnon aikana, on: "Puhunko nyt sellaisen ihmisen kanssa, joka haluaa puhua, ja sellaisesta aiheesta, josta hän haluaa puhua?" Hän kertoo käyvänsä kurinalaista sisäistä dialogia haastattelun ajan. Keskeistä reflektiivisen työotteen idealle on jatkuva heilahtelu sisäisestä puheesta ulkoiseen ja takaisin. Muutos näiden puheiden välillä on reflektiivinen prosessi. Meillä on kullakin lukuisia sisäisiä ääniä, joiden kuuleminen on tärkeää (3).

Tässä sisäisen ja ulkoisen puheen välisessä prosessissa terapeutille tulee käydä selväksi, mikä on ongelma. Modernin ajan ihminen on ajatellut, että ongelmalla on syynsä ja että se aiheutuu jostain. Viitaten Wittgensteiniin ja Heideggeriin Andersen puhuu toisenlaisesta tavasta nähdä asia: kun meillä on ongelma, se on tässä ja nyt. Ja jos meillä on mahdollisuus olla jollakin toisella tavalla tässä ja nyt, ongelma katoaa. Se ei siis ratkea, vaan katoaa. Perheterapeutina istunnossa Tom Andersen kertoo kysyvänsä itseltään, onko olemassa jokin toinen tapa olla ja puhua. Jos on muita mahdollisuuksia, niistä tulisi puhua ja niitä tulisi valita. Terapeutti ei valitse uutta tapaa, vaan asiakkaat. Terapeutin tehtävä on olla paikalla, kun toisenlaista tapaa valitaan (3).

Tom Andersenin metafora terapialle kuvastaa asi-

akkaan ja terapeutin uudenlaista suhdetta: terapia on kävelyä yhdessä. Asiakas/perhe kävelee edellä ja näyttää suuntaa, ja terapeutti kulkee jäljessä. Kun asiakkaalle/perheelle tulee ongelma, eikä hän/se tiedä, minne mennä, terapeutti kertoo, ettei myöskään hän tiedä suuntaa, ja astuu rinnalle. He pysähtyvät ja keskustelvat, kunnes asiakas/perhe sanoo, että nyt hän/se tietää, minne jatkaa kulkuaan. Wittgensteinin mukaan ihmiselle tärkeä ajatus on: "Nyt tiedän, minne jatkan matkaa." (3)

Reflektion organisoimistavoista

On lukuisia erilaisia tapoja organisoida reflektio. Taivoille on yhteistä se, että etukäteiskeskustelua ei yleensä ole käyty, joten hypoteesiä ei ole. Toimintatapa on esitelty asiakkaille ja saatu heidän suostumuksensa järjestelyille, ja kaikki tietävät, että kuka tahansa voi pyytää reflektiota. Terapeutin tehtävä on varmistaa, että reflektio sopii kaikille ja ajoittuu hyvin. Esittelen tässä seitsemän erilaista vaihtoehtoa, joista Tom Andersen puhui syksyllä 1996 Jorvin workshopissa.

1. Perhe ja terapeutti keskustelvat yksisuuntaisen peili-ikkunan edessä, ja reflektiivinen tiimi kuuntelee keskustelua peili-ikkunan takana. Reflektiotiimiin suositellaan rikkumatonta hiljaisuutta. Terapeutti haastattelee perhettä haluamallaan tavalla. Kun reflektio alkaa, valot ja ääni vaihdetaan, ja perhe ja terapeutti kuuntelevat reflektioryhmän keskustelua heidän keskustelustaan. Reflektion päätyttyä valaistus ja ääni vaihdetaan takaisin, ja perhe ja terapeutti jatkavat keskusteluaan. Näin voidaan toimia yhden tai useamman kerran istunnon aikana.

2. Perhe ja terapeutti vaihtavat paikkaa yksisuuntaisen peili-ikkunan puolelta toiselle. Muutoin toimitaan samoin kuin edellisessä.

3. Kun peilihuonetta ei ole käytössä tai sitä ei haluta käyttää, perhe, terapeutti ja reflektioryhmä ovat samassa huoneessa. Reflektiotiimi on erikseen asettuneena puoliympyrään siten, että perheenjäsenet näkevät heidän kasvonsa. Reflektiotiimin keskustelun aikana tiimin jäsenet eivät katso perheenjäseniä eivätkä terapeuttiä, vaan keskustelukumppaniinsa.

4. Kaikki ovat edelleen samassa huoneessa. Terapeutti on kutsunut kollegansa saman pöydän ääreen, ja kollega ja terapeutti reflektioivat keskustellen keskenään. Toinen vaihtoehto on, että kollega keskustee

perheen kanssa ja terapeutti kuuntelee ja reflektioi kollegan kanssa.

5. Kun terapeutti on perheen kanssa ilman työryhmää, reflektion voi toteuttaa siten, että terapeutti keskustelee yhden perheenjäsenen kanssa ja muut kuuntelevat. Sitten terapeutti reflektioi muiden kanssa siitä, mitä kahdenkeskinen keskustelu on herättänyt. Näin terapeutti voi muodostaa reflektioryhmän perheenjäsenistä. Nämä reflektioryhmät saattavat vaihdella kokoonpanoltaan istunnon aikana. Olennaista on kysyä aina, sopiiko perheenjäsenille tällainen järjestely.

6. Kun terapeutti on kahden asiakkaan kanssa, hän voi kysyä tältä, mitä esim. tämän äiti sanoisi edellä puhutusta. Ajatuksia kuultuaan terapeutti pyytää asiakkaan kertomaan tämän omia ajatuksia suhteessa äidin reflektioon.

7. Jos asiakas ei puhu, terapeutti voi puhua ääneen omia ajatuksiaan, joita tilanne hänessä herättää, ja pyytää asiakasta reflektioimaan näitä ajatuksia (3).

Joitakin ideoita ohjenuoraksi terapeutille ja reflektiiviselle tiimille

On tärkeää kunnioittaa jumissa olevan systeemin liian epätavallisen vastustelua. On tärkeää löytää riittävän tutunomainen tapa keskustella. On annettava mielikuvituksen lentää vapaana, muttei liian vapaana. On kysyttävä kysymyksiä, jotka ovat erilaisia, mutta eivät liian erilaisia verrattuna siihen, mitä systeemissä on ennen kysytty (1, s. 417).

Gregory Bateson tähdentää, kuinka arvokasta on jakaa erilaisia näkemyksiä samasta maailmasta. Erilaiset näkökulmat vaikuttavat ihmisten mielipiteisiin maailmasta ja muuttavat niitä toisenlaisiksi, kuin ne olivat ennen keskustelua. Kun ajatellaan Batesonin väittämää, että informaatio on eroavaisuus, joka tekee eroavaisuutta ("is a difference, that makes difference"), huomaamme olevan tärkeää erottaa kolmenlaisia eroavuuksia. Ensimmäinen on sellainen, joka on liian pieni tullakseen huomatuksi. Toinen on riittävän suuri tullakseen huomatuksi. Kolmas on eroavuus, joka on liian suuri. Sillä saattaa olla hajottava vaikutus systeemiin. Viimeksi mainituissa tilanteissa systeemi saattaa sulkea ulkopuolelleen sellaiset, jotka pyrkivät vaikuttamaan siihen liian epätavalliseen tapaan (1, s. 417).

Reflektiivinen asetelma mahdollistaa keskustelun, jossa kenenkään ei tarvitse olla sen paremmin oikeassa kuin väärässäkään. Sen sijaan, että jouduttaisiin päättä-

mään, miten asioiden tulisi olla, keskustellaankin siitä, miten asiat ovat ja miten asioiden oleva tila vaikuttaa kuhunkin. Näin asianosaiset voivat luoda uudenlaista ymmärrystä toinen toisensa tilanteesta (8, s. 61).

Eva Kjellberg Jällivaarasta Ruotsista tähdentää työryhmineen sitä, että jokaisella osallistujalla on mah-

peuttista toimintaa voida toteuttaa käsitteellisen suunnitelman toimeenpanona. Jarl Wahlström viittaa väitöskirjassaan tässä yhteydessä Shoteriin (13, s. 44), jonka mukaan psykoterapiaa voisi ymmärtää *metonymisenä* toimintana, jossa henkilö vaikuttaa tapahtumien kulkuun osallistumalla siihen. Metonymisessä toi-

minnassa, sellaisena kuin se esiintyy alkuperäiskansojen parantajien keskuudessa, parantaja pyrkii rituaalisesti valmistautumalla sulautumaan siihen kosmiseen tapahtumaan, jonka osana sairaus esiintyy. Vastaavalla tavalla tulee psykoterapeutti kuuntelemalla, eläytymällä ja keskusteluun osallistumalla osaksi sitä sosiaalista kontekstia, jonka merkityskenttään oire liittyy mielekkäällä tavalla. Psykoterapeutti antaa asiakkaan/asiakkaiden ja hänen itsensä välisten transaktioiden tulla metaforaksi kontekstissa esiintyvistä merkityssuhteista. Liittämällä teot ja tapahtumat kontekstiin ja kyseenalaistamalla niiden merkityksiä ylitetään terapiatilanteeseen liittyvät ajan ja paikan rajat ja käynnistetään muutosprosesseja, joilla ei ole ennakoitavissa olevia lopputuloksia (13, s. 44).

Haastattelun struktuuri heilahtelee Andersenin mukaan kolmella Blountin kuvaamalla alueella: 1) kuvauksen alue, 2) selityksen alue, 3) vaihtoehtojen alue. Kuvausten alueella keskustelu kulkee terapeutin kysymysten ja perheen vastausten kautta kuvan syntymiseen ongelmasta ja perheen tavasta keskustella ja olla olemassa. Selityksen alueella terapeutti pyytää perheeltä selityksiä kuvalle, joka on yhdessä luotu perheen tilanteesta. Terapeutti tutkii ongelmallisen asian kehityskulkua, kyselee muutosvalmiutta. Vaihtoehtojen alueella terapeutti pyytää perheeltä ehdotuksia ja visioita tulevaisuudesta (1, s. 416).



dollisuus tuoda esiin oma näkemyksensä ongelmasta, eikä perheenjäsenten ole pakko hyväksyä ammattiauttajien ongelmaa omakseen (8, s. 43).

Ideoita terapeutille

Koska psykoterapia ei ole teknologiaa, ei psykoter-

Kun perhe tuo esiin ongelmallisen tilanteensa, saattaa esiin tulla merkittäviä lausahduksia tai tunneilmaisuja. Jos näin tuntuu tapahtuvan, on hyvä edetä rauhallisesti ja antaa perheelle mahdollisuus käydä yksityiskohteisesti läpi näitä tunteita, koska ne ovat merkittäviä ja saattavat johtaa ongelman ytimeen.

Jokaisella perheenjäsenellä on mielessään kaksi halua: halu muuttua ja halu olla muuttumatta. Toinen edustaa enemmän toista ja toinen toista aspektia. Jollakin perheenjäsenellä saattaa olla erittäin suuria varauksia muutosten suhteen. Tämän henkilön kanssa on tärkeää ylläpitää kontaktia. Hänen näkemyksensä siitä, onko keskustelu turvallisissa rajoissa, on hyvä kuulla huolellisesti. Avunhakemispäätöksen historiikki on hyvä kuulla tarkkaan, samoin kuin hahmottaa huolellisesti ongelma käyttäen tarkoituksenmukaisia perheterapeuttisia kysymyksenasetteluja (1, s. 417-418).

Ennen kuin reflektio saattaa alkaa, kertoo Tom Andersen käyttävänsä puheenvuoron, jossa hän esittelee neljä tapaa olla reflektion aikana. Hän suosittelee sitä muillekin reflektiivistä työtettä harrastaville. Hän sanoo perheelle:

1. teillä on vapaus tehdä sitä, mikä tuntuu mukavimmalta
2. voitte vapaasti kuunnella tai olla kuuntelematta, tai ajatella mitä haluatte
3. te voitte levätä
4. tai voitte tehdä jotakin muuta.

Vuonna 1987 kirjoittamassaan artikkelissa reflektiivisestä tiimistä Andersen kehottaa terapeuttia havainnoimaan perheen reaktioita samalla, kun tiimi reflektoi. Näiden reaktioiden hän arvelee kertovan siitä, onko reflektio positiivinen, auttaako se lisäämään "ideoiden ekologiaa" vai onko se liian epätavallinen ja siten perheen rajat sulkeva (1, s. 422). Vuonna 1996 Jorvin workshopissa Andersen taas tähdensi sitä, että terapeuttia koskevat samat "neljä tapaa olla reflektion aikana" kuin perhettäkin. Hän on selvästi muuttanut näkemystään terapeutin ja reflektiivisen tiimin suhteesta kohti suurempaa erillisyyttä ja vapautta. Reflektion jälkeen terapeutti voi kysyä perheenjäseniltä, haluavatko he keskustella kuulemastaan. Hän voi tehdä kysymyksiä, kuten "mikä tuntui tutuimmalta verrattuna omiin näkemyksiisi" tai "mikä keskustelussa vaikutti erilaiselta kuin itse ajattelet" tms. Terapeutti voi myös itse kommentoida reflektiota (3).

Ideoita reflektiiviselle tiimille

Sitä osa tiimistä, joka kuuntelee, kun "haastattelija-systeemi" so. terapeutti/terapeutit haastattelevat, kutsutaan reflektiiviseksi tiimiksi. Kuten edellä on kuvattu, reflektiivinen tiimi voi olla kokoonpanoltaan hyvin monenlainen. Sen kokoonpano vaihtelee sekä käytännön sanelemien ehtojen että läsnäolijoiden toiveiden mukaan (2, s. 71).

Reflektioryhmällä on keskustelun aikana mahdollisuus pohtia sitä, miten perhe luo kuvaa itsestään, miten se selittää tätä kuvaa itselleen sekä sitä, miten perhe luo vaihtoehtoisia malleja ajatella ja toimia. Reflektioryhmän ei välttämättä tarvitse luoda omaa kuvaansa tilanteesta, selitystä sille tai vaihtoehtoja ratkaisumalliksi (1, s. 418).

Reflektiotiimi pyrkii tavoittamaan perheen oman rytmin, nopeuden ja kommunikaatiotavat, jotta voisivat maksua ne mahdollisimman hyvin. Reflektiivisen tiimin jäsenet kehittelevät omia ideoitaan seurattessaan keskustelua. Koska jokaisen tiiminjäsenen autonomiaa kunnioitetaan, on tiimin kesken rikkumaton hiljaisuus. Tämä muodostaa vastakohtan hypoteeseja keskustelun aikana kehittelevien taustatiimien työskentelytavalle. Andersenin mukaan hiljaisuus perustuu huomioon, että mitä vähemmän on etukäteiskeskustelua, sitä suurempi on "ideoiden ekologia" (3).

Tiiminjäsenet käyvät omaa sisäistä keskusteluaan haastattelun aikana. He kyselevät itseltään, kuinka esillä oleva teema kuvataan ja kuinka se selitetään tai selittyy (2, s. 55). Andersen kertoo vertauskuvallisesti Jorvin workshopissa, että hän kuuntelee "kori käsivarrellaan" ja että koriin hän kerää sanoja, joita hän sitten poimii esiin "spekulaatiossaan", kuten hän nykyään mieluummin puhuu reflektiosta.

Tom Andersenin eräs perusajatus ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta on huomio siitä, että ihminen puhuessaan myös kuulee omat sanansa ääneen lausutuina. Hän kertoo olevansa keskustelun aikana erityisen tarkkaavainen sille, mikä sana näyttäisi koskettavan puhujaa itseään erityisen voimallisesti. Tämän sanan ympärille hän punoo reflektionsa. Tom Andersen saattaa reflektiossaan myös puhua jostakin omasta tunteestaan, joka hänessä on herännyt, mutta jota hän ei ymmärrä. Oman reflektionsa Andersen kertoo nykyään aina aloittavansa joko sanoin "se, mitä näin..." tai "se, mitä kuulin..." (3)

Reflektioryhmän tulee olla erityisen huolellinen viitattessaan perheen nonverbaalissa viestinnässä tapah-

tuviin muutoksiin. Joskus tiimi näkee ilmaisia, joista perhe ei ehkä kuitenkaan ole valmis keskustelemaan. Tiimin on hyvä jättää reflektion ulkopuolelle epävarmat ja varauksellisesti esitetyt kommentit (3).

Reflektiossa on hyvä puhua termein sekä-että, koska perheet puhuvat usein termein joko-tai. Nämä erilaiset mahdollisuudet voivat näyttäytyä reflektiossa esimerkiksi siten, että joku jäsen tuo esiin "sekä"-kannan ja toinen taas "että"-kannan.

Kaiken reflektiotiimin puheen tulee olla spekulatiivista: "en ole ollenkaan varma, mutta..." tai "minulle tuli tunne, että..." tai "ehkä tämä ei ole tärkeää, mutta..." Reflektioiden on hyvä olla laadultaan varovaisia, kokeilunluonteisia tarjouksia. Ne eivät saisi olla julki lausumia, tulkintoja tai opastavia huomautuksia (1, s. 418-421).

Reflektioiden kestoksi Andersen esittää vuonna 1987 5-10 minuuttia ja vuonna 1996 2-15 minuuttia. Joka tapauksessa niiden ei tule olla loputtoman pitkiä. Lukumäärästä hän mainitsee kirjassaan "Reflekterande team", että neljä reflektiota on enin määrä, mitä heillä on ollut. Tässä suhteessa kukin tiimi luo omat, itselleen sopivat menetelmät.

Keskeistä Andersenin mukaan on se, että reflektio- tiimillä ei ole milloinkaan viimeistä sanaa istunnossa, vaan se kuuluu aina perhe-terapeutti-systeemille (2, s. 77). Andersenin mukaan kolmen jäsenen reflektiotiimi on sopivan kokoinen. Näin sen vuoksi, että kahden keskustellessa kolmas saattaa löytää uusia ideoita toisia kuunnellessaan. Jos tiimissä on useampi kuin kolme jäsentä, toiset voisivat asettua reflektiotiimin taakse ollen käytössä koko systeemille. Jos havainnoitsijaryhmää konsultoidaan, sen tulisi tapahtua siten, että sekä terapeutti-perhesysteemi että reflektiotiimi ovat paikalla (1, s. 421).

Joskus joku perheenjäsen saattaa keskeyttää reflektion. Tom Andersen kertoo antavansa tämän puhua loppuun ja jatkavansa sitten omaa puheenvuoroaan. Perheenjäsenen esittämään kysymykseen Andersen kehoittaa vastaamaan, mutta olemaan käynnistämättä keskustelua (3).

Jos perheenjäsenet alkavat keskustella keskenään kesken reflektion, Andersen kertoo antavansa näiden keskustella kaikessa rauhassa, mikäli keskustelun osapuolet kuuntelevat toisiaan. Hän sanoo pyrkivänsä välttämään keskeytystä, jotta ei toimisi samoin kuin perhe. Jos reflektio keskeytetään useammin, Andersen kertoo pyytävänsä keskeyttäjältä luvan saada jatkaa puhuttavansa loppuun. Hän kertoo useimmiten saavansa

luvan. Andersenin mukaan yksilöiden havainnointia olennaisempaa on havainnoida sitä, minkälainen keskustelu kulloinkin on meneillään (3).

Positiivisena, hienotunteisena, kunnioittavana, herkkänä, mielikuvitusriikkaana, luomiskykyisenä ja vapaana reflektiivinen tiimi on parhaimmillaan (1, s. 424).

Pohdintaa

Reflektiivisellä työotteella on ollut hyvää tekevää vaikutus meidän keskuudessamme, jotka olemme osallistuneet reflektiiviseen keskusteluun ja reflektiivisen työotteen opiskeluun. Sen sijaan, että pyrkisimme olemaan samaa mieltä, olemmekin alkaneet uteliaina kuunnella toistemme puhetta. Toisten ajatukset ja kokemukset ovat tulleet yhä kiinnostavammiksi, ja kuuntelemiskykykin on parantunut. Itselläni on syntynyt myös luottamus siihen, että saan aikanaan oman puheenvuoroni; kilpalaulanta on jäänyt vähemmälle. Toisaalta ne, jotka ovat aiemmin vaienneet, ovat nyt rohkaistuneet puhumaan. Asiantuntijuuden käsite on saanut uutta ulottuvuutta: jokainen on asiantuntija omassa kokemuksessaan. Taitavimpia ovat meistä ne, jotka kuuntelevat huolellisimmin ja puhuvat tarkimmin.

Hiljaisuuden merkitys ja sen arvostus on kasvanut omassa työskentelyssäni, kuten elämässäni. Hiljaa ollessani sisäisen dialogin käyminen ja omien äänieni kuuleminen on tullut tärkeäksi. Ja nyt kun meillä kaikilla on ääniä sisällämme, psykoottisen ihmisen maailma on tullut ehkä tutummaksi...

Psykoosiperheiden kanssa työskentelyyn reflektiivinen tiimi on tuonut uuden ulottuvuuden: vaihtoehtojen määrä on moninaisena esillä, ja kuitenkin valintaa ei tarvitse suorittaa ja päätöksiä tehdä. Mielikuvitusrikkaiden ja positiivisten ajatusten esiintulo tuo toivoa ja elintilaa kaikille perheenjäsenille. Indikatii- visen ja symbolisen kielialueen hahmottaminen on auttanut keskustelemaan täsmällisemmin, ja näin tapauksista on tullut mielekkäämpiä ja rauhallisempiäkin.

Vaikeaksi itselleni on reflektiivisen tiimin käytännössä osoittautunut oman sisäisen intensiivisen vuoropuheluni ja "reflektiotoverin" sanojen kuuntelemisen samanaikaisuus. Jaakko Seikkula tuo esiin tärkeän ajatuksen: koska maailma dialogisesti avautuu monikielisesti useaan eri suuntaan, ei muutosta useinkaan havaita yksiselitteisesti. Oikein ymmärrettynä, sanoo Bahtin, taiteellinen muoto ei hahmota jo val-

mista, jo löydettyä sisältöä, vaan antaa mahdollisuuden löytää ja nähdä se ensimmäistä kertaa (4, s. 72). Analogisesti tästä ajattelen, että perheterapeuttisen keskustelun ensisijainen idea ei olisi niinkään paljastaa jo olemassa olevia perheen vuorovaikutusmalleja ja rakenteita, vaan antaa perheenjäsenille ja terapeuteille tilaisuus löytää itseään sekä nähdä ja kuulla tapaansa olla muiden kanssa. Ja muuttua tultuaan kuuluisiksi ja nähdyiksi, mutta ei tuomituiksi tai arvotetuiksi.

Tom Andersen sanoo kirjansa "Reflekterande team" lopussa panneensa vuosien varrella merkille, kuinka monen ihmisen on vaikeaa luottaa siihen, että ratkaisu syntyy aikanaan itsestään. "On kuin ihmiset haluaisivat kontrolloida sen syntymä. On jotakin merkittävää antaa ratkaisun syntyä itsestään." Itse olen kuullut näihin ihmisiin, mutta nyt reflektiivisen tiimin ja avoimen dialogin harjoittamisen ja harjoittamisen avulla jo jonkin verran muuttunut. Keskustelun ihmisten kanssa, ja se mitä sitten tapahtuu, sitten vain tapahtuu. Ja sen jälkeen keskustelun siitä tapahtuneesta ihmisten kanssa. Tai vaikkapa jostakin muusta. Polyfonian ja "kakofonian" välinen ero lienee hyvin pieni. Vaarana on, että reflektiivisen tiimin idea kääntyy itseään vastaan, jos dialogisuuden, kurinalaisuuden ja positiivisen konnotaation periaatteet unohtuvat aikojen saatossa, ja kunniaan nousevat "antaa kaikkien kukkia" -filosofiat, joissa rinnakkaiset monologit kulkevat kulkujaan kohti "hyviä ja oikeita ratkaisuja". ■

Lähteet

1. Andersen, T. (1987) The Reflecting team: Dialogue and Meta-Dialogue in Clinical Work, Family Process, Vol. 26, Joulukuu.
2. Andersen, T. (1991) Reflekterande Team, Tukholma.
3. Andersen, T. (1996) Jorvi Workshop 4. - 5.10., videonauhat 1-7.
4. Bahtin, M. (1991) Dostojevskin poetiikan ongelmia, RT-paino.
5. Heikkinen, R-L., Seikkula, J. (1995) Indikaatiivinen ja symbolinen merkitysalue verkostokeskeisessä psykiatrisessa hoidossa, Perheterapia-lehti 4.
6. Hoffman, L. (1992) Exchanging Voices, Karnac Books.
7. Kjellberg, E., Edvardsson, M., Johansson-Niemelä, B., Öberg, T. (1995) Using the Reflecting

Process with Families Stuck in Violence and Child Abuse. The Guilford Press: The Reflecting Team in Action.

8. Laitila, A., Piilinen, H-O. (1992) Keskustelua keskustelun ja terapiaa terapian tarpeen vuoksi, Perheterapia-lehti 1.

9. Laitila, A., Wahlström, J. (1993) Kertomus, diskurssi ja keskustelu-perheterapeuttinen näkökulma psykoterapioiden integraatioon, Psykologia 28.

10. Seikkula, J. (1991b) Bahtinin dialogisuuden ja polyfonisuuden käsitteet perheterapiassa, alustus Imatalla 19.7.91.

11. Seikkula, J. (1991) Perheen ja sairaalan rajasysteemi potilaan sosiaalisessa verkostossa, Jyväskylä.

12. Tomm, K. (1988) Interventiivinen haastattelu, Jyväskylä.

13. Wahlström, J. (1992) Merkityksen muodostuminen ja muuttuminen perheterapeuttisessa keskustelussa, Jyväskylä.

14. Vygotski, L. (1982) Ajattelu ja kieli. Espoo: Weilin & Göös.

Suomen Mielenterveysseuran
Koulutuskeskus ja Moisio sairaala
järjestävät yhteistyössä

Erytistason perheterapiakoulutus 1998-2000

Koulutuksen tavoitteena on antaa sellaiset ammatilliset valmiudet, että koulutuksen suorittanut henkilö kykenee hoitamaan perheterapeutin tehtäviä ja antamaan perheterapiaan liittyvää työnohjausta.

Koulutusohjelma on suunniteltu siten, että se täyttää erityistason psykoterapiapätevyyteen johtavan koulutuksen kriteerit terveydenhuollon ammattihenkilöistä annetun lain sekä vastaavan asetuksen mukaisesti.

Koulutus tapahtuu Mikkelissä ja asiantuntijaseminaarit ovat vuosittain Helsingissä.

Koulutus alkaa syyskuussa 1998.

Tiedustelut: Martta Rytönen, Moisio sairaala (015) 3511
Raili Rinne, Koulutuskeskus (09) 680 1044



SUOMEN MIELENTERVEYSSEURA ry
KOULUTUSKESKUS
Mannerheimintie 6 A 5 krs. 00100 HELSINKI