

## 5. Aikuisen trauma lapsen traumana

*Paula Pettersson*

Tämän päivän suomalaisille välittyy monipuolisesti kirjallisuuden, elokuva- ja teatteritaiteen sekä valokuva- ja filmiarkistojen dokumenttiaineistojen kautta laaja, useaa sukupolvea koskettanut traumahistoriamme. Luultavasti jokaisella on omien sukulaistensa joukossa henkilöitä, jotka ovat omakoh- taisesti kokeneet sodan kauheet, sekä niitä, jotka tietävät kokemuksesta, millaista on kasvaa sotakokemusten traumatisoiman henkilön lapsena. Nyt vuonna 2012 nämä sota-aikana traumatisoituneiden aikuisten lapset ovat vanhempia ja isovanhempia. Televisiossa vuodenvaihteessa esitetty doku- menttisarja *Isien sota* kuvaa tämän sukupolven kokemuksia isistään. Heistä monet ovat vielä usean vuosikymmenen jälkeen matkalla kohti koostuneem- paa kuvaa sodan vaurioittaneesta vanhemmastaan ja sitä kautta itsestään.

Kirjan *Me sotilaiden lapset* (2009) kirjoittaja Irja Wendisch on lehti- haastattelussa (*Kodin kuvalehti* 7/2011) kuvannut pitkällistä prosessia, joka lähti liikkeelle tähän sodan traumatisoimaan, väkivaltaisesti perhet- tään kohtaan käyttäytyvään isään liittyvien muistojen noustessa tietoisuu- teen. Masennusoireiden vuoksi aloitetussa psykoterapiassa oli käynnisty- nyt omien lapsuudenaikaisten kokemusten työstäminen ja kyseisen kirjan kirjoittaminen. Haastattelussa Wendisch kertoo mielestäni lisäksi erittäin merkityksellisen seikan, joka usein jää huomioimatta. Hänen miehensä ker- toillessa omista lapsuuden kokemuksistaan heidän lapsilleen Irja Wendisch havahtui huomaamaan, että hän itse ei ollut koskaan kertonut lapsille mitään omista kokemuksistaan. Hän oli jäänyt miettimään, miten hänen omat äkki- näiset mielenliikkeensä ovat ehkä näin jääneet lapsille selittämättömiksi ja jäsentymättömiksi. Toisaalta myös Wendischin lapsuudenperheessä *selviy- tymiskeinona* ollut puhumattomuuden kirjoittamaton mutta tiukka sääntö antoi tässä vielä näyttöä voimastaan. Suomalaisissa perheissä, joissa jommal- lakummalla tai molemmilla vanhemmilla on ollut taustassaan sotatraumoja, puhumattomuus on ollut sääntö eikä poikkeus.

Puhumattomuus on usein myös traumatisoituneiden vanhempien keino yrittää *suojella* lapsiaan. Amerikkalainen kirjailija Helen Epstein on kir- jassaan *Children of the Holocaust* (1979) kuvannut omia kokemuksiaan

trauman välittymisestä sukupolvelta toiselle. Hänen molemmat vanhempansa olivat selviytyneet keskitysleiriltä, tavanneet toisensa ja perustaneet perheen. Helen syntyi 1947 Prahassa, josta perhe muutti Yhdysvaltoihin vuonna 1948. Vanhemmat yrittivät kaikkensa suojatakseen tytärtään tietämystä ja kärsimystä vanhempiensa traumahistoriasta. Vanhempien yrityksistä huolimatta Helen kärsi vanhempiensa taakasta. Hän aisti, kuinka paljon vanhemmat kärsivät, vaikka he eivät koskaan kertoneet hänelle menneistä kokemuksistaan. Äiti kärsi yllättävistä masennusjaksoista, joiden aikana hän lukitsi itsensä tunneiksi kylpyhuoneeseen. Isä taas sai äkillisiä raivonpuuskia, kun lapset eivät syöneet päivällistään. Helen Epstein kuvaa kärsimistään rautalaatikkona, jonka hän katki syvälle itseensä. ”Vuosikausia surkeuteni makasi rautalaatikossa, joka oli haudattu niin syvälle minuun, että en koskaan ollut varma, mikä se oikeastaan oli. Rakensin rautalaatikkoani huolellisesti kuten koulussa oli opetettu ydinreaktoreita rakennettavan. Vaarallisten osien ympärille tuli ylikulkusiltoja, ja ilmapanaviin oli määrä pehmentää ja pitää sisällään minkä tahansa räjähdysken. Suljin sen kaiken metalliseen lippaaseen kauas aivoistani kohti selkärankaan, kehon osaan, joka vaikutti vähiten elävältä. Laatikosta tuli kassaholvi, joka keräsi pimeydessä kuvia, sanoja, vanhempieni katseita tullen siihen kertyvästä kuormasta yhä painavammaksi.”

Aikuisena Helen Epstein lähti työstämään omaa ja vanhempiensa elämäntarinaa, johon vanhempien puhumattomuus oli jättänyt lukuisia tyhjiä kohtia ja pimeitä alueita. Tämän prosessin kautta hän ryhtyi koostamaan itseään aikuisena. Hänelle selvisi, että vanhemmat olivat menettäneet hirvittävässä olosuhteissa useimmat sukulaisensa ja ystävänsä, ne, joista ei koskaan mainittu sanaakaan. Epstein pyrki hankkimaan tietoa muun muassa haastatteleamalla ikätovereitaan, joiden vanhemmat olivat hänen vanhempiensa lailla olleet keskitysleirillä, mutta itse hänen laillaan kasvaneet fyysisesti turvassa. Tämän työn tuloksena syntyi aikaisemmin mainittu kirja *Children of the Holocaust*. Vaikka näiden lasten kokemukset olivat erilaisia, kaikki olivat kärsineet vanhempiensa kyvyttömyydestä puhua koettelemuksistaan ja niiden seurauksista. Useimmat lapsista olivat kokeneet, että heidän tuli suojella ja olla ikään kuin vanhempia omille vanhemmilleen. Eräs ryhmäkeskustelussa kokemuksistaan toisille puhunut haastateltava kertoi jälkepäin ymmärtäneensä silloin tietoisella tasolla sellaista, mitä oli tiennyt kaiken aikaa, mutta ei ollut koskaan aikaisemmin pystynyt pukemaan sanoiksi itselleen.

Kahden vuosikymmenen kuluttua ensimmäisestä kirjastaan Helen Epstein lähti keräämään lisää tietoa vanhempiensa taustasta, sukulaisistaan ja siitä, millaisia vanhemmat olivat olleet ennen juutalaisvainoja. Tästä syntyi kirja *Where She Came From: A Daughter's Search For Her Mother's History* (1998). Merkille pantavaa on, että keskitysleiriäiköiden kauheuksien lisäksi vanhempien oli ollut mahdotonta muistella myöskään aikaisempia hyviä aikoja, koska nekin herättivät sietämättömän kipeitä muistoja. Näin vanhemmat olivat jääneet Helen Epsteinin mielessä ikään kuin vaille

menneisyyttä. Käytettävissä olleiden tietolähteiden avulla Helen Epstein pystyi muodostamaan kuvan äidistään ja nauttimaan siitä, että äiti olikin ollut nuoruudessaan iloinen, elämästä nauttiva hassuttelija. Epstein kertoo erityisesti tämän kirjan työstämisen olleen hänelle merkittävä korjaava kokemus; hän oli vihdoinkin saanut kosketuksen myös äitinsä toiseen, ei-traumatisoituneeseen puoleen.

Traumatisoituneet vanhemmat pystyvät harvoin itse avaamaan vuosien, ehkä vuosikymmenien trauman värittämää perhehistoriaa. Usein purkajana onkin juuri joku perheen lapsista, jolle omat lapsuudenkokemukset palautuvat mieleen niin voimakkaasti, että se pakottaa viestimään asioita, usein ensin perheen ulkopuoliselle henkilölle. Perheen lapset eivät myöskään kulje keskenään samaa tahtia kokemusten käsittelyssä. Kun yksi lapsista alkaa usein voimakkaastikin muistaa traumaattisia tilanteita ja puhua niistä myös muille, voi olla, että esimerkiksi vanhin lapsi muistaa ainoastaan yhden erityisen vaativan tilanteen ja että nuorimmalle voi avautua kokemuksena koko pienen lapsen itkemätön itku. Joku lapsista voi olla äärimmäisen vihainen siitä, että asiasta ylipäänsä on alettu puhua.

### LAPSET ILMAISEVAT TUNTOJAAN SANOITTA

Lapsuudessaan traumatisoituneet aikuiset kuvaavat nykyhetkisen tiedostamisensa valossa omia lapsenkokemuksiaan, siis retrospektiivisesti. Kun kokemuksia pystyy kuvailemaan sanallisesti, tiedostaen niiden merkityksen itselle ja omille tunnereaktioille sekä seuraukset, jotka ne mahdollisesti aiheuttavat läheisissä, ollaan jo pitkällä kohti eheytymistä.

Lapset sen sijaan ovat usein kykenemättömiä kuvaamaan traumaattisia kokemuksiaan sanallisesti. Kokemukset palautuvat usein yllätyksellisesti mieleen huonoina oloina, rajuina tunnereaktioina ja toiminnan tasolla kokemuksia toistaen. Lapset pystyvät epäsuorasti – harvoin siis suoraan – välittämään turvalliseksi kokemalleen henkilölle välähdyksiä omista tuskallisista kokemuksistaan. Kokemukset tulevat esiin esimerkiksi leikin, mieleen jääneen lukukokemuksen, elokuvassa olleen merkittäväksi koetun tilanteen tai piirustusten sekä niiden vastaanottajassa herättämien tunteiden ja tuntemusten kautta. Aikuisen osana tulee olla vastaanottava ja näitä välähdyksiä mieleensä säilövä ja yhdistävä, sopivassa tilanteessa myös sanoja löytävä, ymmärtävä. Aikuisen on myös kunnioitettava lapsen erityistä lojaaliteettia vaikeita kokemuksia ja pettymyksiä aiheuttanutta vanhempaansa kohtaan, hyvän vanhemman kuvan säilyttämisen kipeää tarvetta sekä häpeäkokemusten kautta kehittyneitä lamaantumisen ja jähmettymisen tilojen syvää sanattomuutta.

Kun perheen sisällä tapahtuu sodan tai vankileirin kokemusten kaltaisia asioita, lapsen ainoa tapa suhtautua vanhempiinsa on sopeutua niillä tavoin, jotka ovat mahdollisia. Sama pätee myös tilanteissa, joissa traumatisoiva tapahtuma ei koske kokonaista kansakuntaa tai kansanryhmää, vaan ainoastaan vaikkapa yhtä perhettä. Puhumattomuuden ympäröimä ja sen

omaksunut lapsi kertoo kuitenkin erilaisissa tilanteissa paljon epäsuorasti. Vuosien takaa mieleeni tulee useita erillisiä kokemuksia.

On lapsia, jotka elävät jatkuvasti traumatisoivissa elämänolosuhteissa huolimatta lastensuojelullisista ja terapeuttisista yrityksistä muuttua tilanetta. Joskus nähdään, että lapsi ei voi hyvin, mutta tilanteen vakavuus ei paljastu. Erään omassa terapiassani käyneen lapsen kohdalla tukiperheen saaminen ja vahvan luottamuksen kehittyminen tukiperheen äitiin antoi lapselle mahdollisuuden sanattomasti kertoa kotonaan kokemastaan ahdingosta. Lapsi keksi soittaa tukiperheen äidille ja jättää puhelimen kuulokkeen auki, jolloin hän sai välitettyä tukiperheen äidille kestävämmän tilanteensa. Eräs toinen vakavasti traumatisoituneiden vanhempien lapsi kuvasi yhä uudelleen toistuvaa toivon ja pettymyksen kehää toistamalla kerta toisensa jälkeen pikkunukeilla leikkiä, jossa sopuisa vuorovaikutus nukkien välillä aina muuttui: koska yksi nukke yllättäen muuttui toisia kohtaan väkivaltaisen tuhoavaksi ja pelottavaksi, leikki ei koskaan päättynyt hyvin.

Kauan sitten psykologisessa tutkimustilanteessa pyysin erästä 8-vuotiaasta lasta piirtämään talon. Lapsi ryhtyi työhön, mutta alkaessaan piirtää ikkunoita hän muuttui haparoivaksi eikä päässykään eteenpäin. Mieleeni tuli ensimmäiseksi, että lapsella ehkä oli hahmottamisvaikeuksia. Kuunnellessani hänen ongelmaansa tarkemmin selvisi, että hän mietti kovasti, minkälaiset ikkunat juuri tuossa talossa oli. Seuraavaksi selvisi, että kyseinen talo oli hänen entinen kotinsa, jossa oli vuosien ajan ollut erittäin pelottavia väkivaltatilanteita. Sitten lapsi oli päässyt turvaan, mutta talonpiirtämistehtävä oli vienyt hänet takaisin tuon talon pelottavan ilmapiirin lamauttavaan tilaan. Kun hän koki tulleen ymmärretyksi ja kuulluksi, hän halusi saattaa piirustuksen valmiiksi ja olikin ylpeä onnistuessaan siinä lopulta. Piirustuksen hän toivoi minun säilyttävän huoneessani, mutta erityisessä metallinvärissä kirjekuoressa, lujasti säilössä.

Eräs alle kouluikäinen lapsi leikki psykoterapiassaan eräässä vaiheessa kerta toisensa jälkeen yksinäistä toistavaa leikkiä kuulilla. Se tuntui pitkään toistuessaan sietämättömän yksinäiseltä, mutta herätti myös avuttomuuden tunteita. Lopulta yksinäinen leikki alkoi muuttua vuorovaikutukseksi ja siihen tuli uusia tunnesäilyttäjiä. Vasta myöhemmin sain tietää lapsen kokeneen vakavaa torjuntaa ja huomioimattomuutta kehityksen varhaisvaiheessa, minkä olin tässä tunnetasolla kokenut.

### MITEN LAPSI KOKEE OMAN MERKITYKSENSÄ VANHEMMALLE

Mieleeni on jäänyt tv-dokumentti ruotsalaisiin perheisiin sijoitettujen suomalaisten sotalasten haastatteluista vaiheessa, jossa he jo ovat itse isovanhempi-iässä. Eräs Ruotsin perheeseen jäänyt mies toteutti kauan mieltään askarruttaneen ajatuksen, kun hän pääsi kohtaamaan vielä biologisen äitinsä Suomessa. Miestä oli vuosikymmenien ajan mielen taka-alalla vaivannut kysymys siitä, miksi äiti oli päättynyt siihen, että poika jäi Ruotsiin. Oliko

hänessä kenties ollut jotain vikaa äidin mielestä? Äidin kohtaaminen viimein vanhainkodissa Suomessa oli käsin kosketeltavan voimakas kokemus. Poika sai äidiltä varmuuden siitä, että oli ollut tälle merkittävä ja että luopuminen oli ollut todella vaikeaa.

Kautta aikojen lapsen maailmassa on leikeillä, saduilla ja tarinoilla ollut oma erityinen merkityksensä, ja niiden kautta lapsi on voinut omassa tahdissa lähestyä kulloinkin mieltä askarruttavia teemoja. Muillakin tavoin esitetyt tarinat, kuten romaanit, näytelmät ja elokuvat, puhuttelevat niin aikuisia kuin lapsia moninaisin tavoin. Kuten jokainen on voinut kokea, eri ajankohtina saman tarinan episodit ja yksityiskohdat avautuvat ja saavat merkitystä uudella tavalla.

Traumatisoituneiden lasten ja nuorten psykoterapiaprosessien aikana merkittäviksi osoittautuneiden tarinoiden kirjo on ollut laaja. Olen huomannut, että lapsen on saatava kokea aikuinen aidosti hänen mielenmaailmastaan kiinnostuneeksi ja sitä kunnioittavaksi, jotta lapsi on voinut kokea mahdolliseksi jakaa itseään askarruttavat seikat. Olen myös huomannut, että koskaan ei ole voinut tietää etukäteen, mikä tarina tai mikä kohta tarinassa on se, jonka lapsi on valmis avaamaan.

Eräs terapiassani käynyt, nuoruusikä lähestyvä lapsi, joka lastensuojellustien syiden vuoksi ei asunut kotonaan, tuli vaiheeseen, jossa hän suorastaan ahmi kirjoja. Kerran hänen mieleensä oli erityisesti jäänyt kauhutarina, jonka hän halusi jakaa myös minun kanssani. Yrittäessään kertoa tuota tarinaa se ei kuitenkaan pysynyt hänen mielessään koossa useista yrityksistä huolimatta. Hän pyysi minua lukemaan tarinan itsekseen, jotta ymmärtäisin, mistä siinä on kysymys ja jotta voisimme jutella siitä seuraavalla kerralla. Tarina huipentuu kohtaan, jossa lapset joutuvat havaitsemaan, että tutkittuun perheensä uuteen taloon salaperäisesti ilmestynyttä tunnelia vanhemmat eivät enää tunnista heitä vaan ajavat heidät pois. Isosisko saa lopulta kuitenkin äidin heräämään taloon liittyvän taian aiheuttamasta lumouksesta ja tunnistamaan lapset omikseen. Hieman myöhemmin samainen lapsi ohjeisti minua tutustumaan lukemaansa nuoren seikkailu- ja kasvutarinaa käsittelevään kolmiosaiseen kirjasarjaan kokonaisuudessaan, jotta voisin ymmärtää syyt siihen, mitä viimeisessä osassa tapahtuu. Kirjan ensimmäisessä osassa päähenkilö lähetetään pois kotoa rangaistusmielessä. Hän karkaa ja palaa takaisin kotiin, suhde äitiin korjautuu nuoren tullessa kuulluksi, ja nuori lähtee sitten omasta halustaan kouluttautumaan tärkeäksi kokemaansa elämäntehtävään.

Eräs vaikeista traumaattisista oloista pysyvästi sijaisperheeseen sijoitettu, terapiassani käynyt lapsi työsti pitkän psykoterapiaprosessin aikana traumaattisten kokemusten erilaisia puolia itsessään. Eräässä vaiheessa hän ilmaisi tuntojaan näkemiensä elokuvien kautta. Joissakin tilanteissa päädyimme siihen, että terapiahuoneessa katsoimme yhdessä puheena olevan merkityksellisen kohdan. Yllätyksellisesti eräs elokuva, josta hän oli erityisesti pitänyt, osoittautuikin herättävän hänessä myös inhon tunnetta ja syvää alivireyden tilaa. Lopulta hän pystyi sanoittamaan tätä tilaa, ja siitä

kehittyi hänen mielellään olemattoman pieni ja surkea ja kaihdettava – vauva. Pitkän työskentelyn kuluessa vauvasta tuli hitaasti hyväksytympi ja se alkoi kasvaa. Terapiapotiilaani alkoi monella tapaa voida paremmin. Terapian lopettamisvaiheessa hän toi viimein esiin asian, joka oli vaivannut häntä pitkään mutta joka vasta nyt oli mahdollista sanoittaa: ”Miksi biologinen äiti oli jättänyt hänet? Mikä hänessä oli ollut vikana, eikä häntä voinut rakastaa?” Terapeuttina tiesin, että sijaisperheen vanhemmat olivat kertoneet hänelle sen, mitä tiesivät lapsen taustasta – että biologisen äidin oli ollut erittäin vaikea luopua lapsestaan ja että hän oli todella rakastanut lastaan. Tämän tiedon vastaanottamisen ja työstämisen aika tunnetasolla oli hänelle vasta nyt, terapiaprosessin lopettamisvaiheessa.

### LAPSEN TARVE TULLA OMAN VANHEMMAN KUULEMAKSI, NÄKEMÄKSI JA TUNTEMAKSI

Vakavasti traumatisoituneiden vanhempien on usein erittäin vaikeaa tavoittaa omien lapsiensä kokemusten syvyyttä siten, että lapsi tulisi oikeasti kuulukuksi ja kohdatuksi kokemustensa eri puolien suhteen. Selviytyäkseen itse omien traumojensa kanssa vanhempi on toisaalta usein tilassa, jossa välttää tunnekosketusta vaikeisiin tilanteisiin, toisaalta hän saattaa helposti ajautua itse säätelemättömään traumamuistumaan, jonka lapsi itsessään tai lapsen kokemus herättää. Vanhempien ja huoltajien kyky traumakokemuksistaan huolimatta pysyä lapselleen aikuisena, joka pystyy vastaanottamaan lapsen kokemuksen sen kuitenkin viemättä heitä itseään traumatilaan, on asia, jonka eteen tulee tehdä työtä.

Eräässä terapiassani käyneessä perheessä oli ollut vakavaa parisuhdeväkivaltaa lapsen vauva-aikana. Myöhemmin tilanne oli rauhoittunut. Vanhemmat asuivat nyt erillään, ja äiti oli päässyt työstämään traumakokemuksiaan. Kun lapsen traumamuistot olivat aktivoituneet, oli yhdessä äidin kanssa aloitettu terapia, jossa oli mahdollista käydä läpi lapsen tarinaa vauvaajoista alkaen. Koska äiti pysyi empaattisena ja vakaana, lapselle syntyi oivalus siitä, että aikuisten keskinen viha ei ollutkaan kohdistunut häneen, toisin kuin hänen tunteensa oli ollut. Äidin oli nyt mahdollista kuulla ja ottaa vastaan tämä lapsen kokemus sensitiivisesti sen vaatimalla vakavuudella ja sitä vähättelemättä, mutta myös vaipumatta syyllisyyden kehään.

Vanhempi saattaa toisinaan joutua yllättävän haasteelliseen tilanteeseen lapsen uskaltautuessa luottamaan siihen, että vanhempi kuulee hänen toiveensa. Lapsen mielen kuulemisen vahvaa kykyä löytyi äidiltä, jonka lapsi luottavaisena, mutta sinnikkäästi ilmaisi äidilleen toivettaan solmia suhdetta isäänsä, joka oli ollut äitiä kohtaan väkivaltainen. Terapiassa oli ollut puhetta siitä, mitä hyviä asioita äiti ja poika toivoisivat elämässään tapahtuvan. Niitä kuvaamaan he saivat etsiä sopivia kuvia lehdistä. Poika oli löytänyt kuvan, joka oli melkein oikeanlainen, mutta ei kuitenkaan. Tarkemmin kysellessä ilmeni, että lehdessä oli ollut pieni kuva piirretyn Tarzan-elokuvan äitigorillasta, mutta poika tarvitsi nyt kuvaa isägorillasta, lauman johtajasta. Poika

oli nähnyt tämän elokuvan, ja hänelle oli jäänyt mieleen kohtaaminen, jossa aikaisemmin Tarzania hyljeksinyt isägorilla sanoo isoksi kasvaneelle Tarzanille ymmärtävänsä nyt, että tämä kuuluu joukkoon. Jotta tämä asia olisi selvinnyt meille aikuisille, katsoimme elokuvan yhdessä lapsen kanssa. Lapsen ääni tuli kuulluksi, ja äiti pystyi ihailtavalla tavalla kuuntelemaan ja ymmärtämään poikansa toiveen sekä sen taustalla olevan pelon. Poika ei jäänyt yksin tämän vaikean asian kanssa.

## VANHEMMAN TRAUMA PIILOUTUU LAPSEN ONGELMIEN TAAKSE

Tove Janssonin kirjasta *Muumipeikko ja pyrstötähti* löytyy koskettavia kuvia kahden lapsen erilaisesta tavasta suhtautua uusiin asioihin, yksinäisyyteen ja turvallisuuteen – vanhemman ja lapsen kiintymyssuhteen kautta muodostuneeseen kuvaan maailmasta.

”Näin kaukana äidistäsi et ole koskaan aikaisemmin ollut”, sanoi pikku otus Nipsu. ”Vain minä olen käynyt täällä, ihan yksin. Ja nyt saat nähdä minun uuden tieni, jonka minä itse löysin.” Hän poukkoili sinne tänne, nuuhki ja veti vainua ja tutki auringon asemaa ja hyöri ja hääri ja huusi lopulta: ”Täällä! Minä löysin sen. No? Mitä sanot? Eikö näytäkin vaaralliselta? Sinä saat mennä edeltä.” Muumipeikko astui vihreään hämärään, hyvin varovaisesti. Heidän ympärillään oli hiirenhiljaista. ”Katsela joka puolelle ja pidä silmällä vaaroja”, kuiskasi Nipsu. ”En minä voi katsella joka puolelle yhtä aikaa”, huomautti Muumipeikko. ”Sinä saat katsella taaksepäin, minä en ehdi.” ”Ei, ei taaksepäin”, vikisi Nipsu. ”On paljon pahempaa jos joku tulee perässä kuin että se tulee vastaan. Sinä olet vastuussa meistä!” ”Kulje sitten edellä”, sanoi Muumipeikko. ”En minä halua sitäkään!” huusi Nipsu. ”Emmekö voisi kävellä rinnakkain?”

Sama asetelma jatkuu muutama rivi alempana:

”Se on meri!” huusi Muumipeikko ja lähti juoksemaan, sillä hän rakasti yli kaiken uimista. ”Odota!” huusi Nipsu. ”Älä jätä minua yksin!” Mutta Muumipeikko pysähtyi vasta nähdessään meren edessään. Silloin hän istuutui juhlallisesti hiekkaan ja katseli laineita, jotka vyöryivät valkoharjaisina toinen toisensa jälkeen rantaan. Hetken kuluttua Nipsu tuli esiin metsänlaidasta, istuutui hänen viereensä ja sanoi: ”Sinä juoksit pois. Jätit minut yksin vaarojen keskelle!” ”Minä niin ilahduin”, selitti Muumipeikko. ”Tiesin laaksoista ja joesta ja vuorista, mutta en tiennyt että meillä on merikin. Katso millaisia aaltoja!” ”Ne näyttävät kylmiltä ja vihaisilta”, sanoi Nipsu.

Ja edelleen, nyt ollaan joella:

”Ei ainoatakaan seikkailua koko päivänä”, sanoi Nipsu, joka oli hetken saanut pitää perää virran hiljentyessä. ”Vain samanlaisia harmaita rantoja eikä ollenkaan seikkailua.” ”Minusta on kyllin jännittävää liukua alas



mutkittelevaa jokea”, Muumipeikko väitti. ”Ei koskaan tiedä, mitä on mutkan takana.”

Lapsen ja vanhemman välinen ongelmallinen kiintymyssuhde tulee monesti näkyviin lapsen sosiaalisissa kontakteissa toisiin lapsiin ja aikuisiin. Vanhempi ja päiväkoti tai koulu voivat olla tuskastuneita lapsen vaikeaksi koettuun käyttäytymiseen, ja niin lähdetään hakemaan apua lapselle. Usein taustalla näyttää kuitenkin olevan vanhemman ja lapsen välinen suhde, jossa suunnistaminen on alkanut vanhemman omassa lapsuudessa sisäistyneiden suhdekokemusten määrittämän kompassineulan mukaan. Niinpä yhteisen tanssin askeleet perustuvat lapsen varhaisvaiheessa muodostuneeseen musiikkiin. Äidin kokemukset, jotka liittyvät lapsen odottamiseen, syntymään ja varhaisvaiheeseen, heijastuvat siten myös lapsen reaktioissa ja tulkinnoissa nykyhetkestä.

Moni lapsuudessa turvallista vanhemmuutta vaille jäänyt nuori asettaa rakkautta ja hellyyttä etsiessään toiveensa omaan lapseen, jonka alitajuisesti toivoo täyttävän nuo tyydyttämättä jääneet tarpeet. Toisaalta lapsi saattaa yllättäen jo raskausaikana herättää tunteita, joista vanhempi haluaisi päästä irti. Voi myös olla, että omaa kehoa ja sen kokoa ei enää tunnista itseksi tai raskaus ei tunnu todelliselta, ei tunne lasta ja lapsen liikkeitä. Myös synnytys ja imetysaika saattavat yllättäen tuottaa mielikuvia lapsesta tuhoavana, diktaattorina, ja lapsi voi ajoittain kadota mielestä kokonaan.

Maasto, jota pieni lapsi lähtee kulkemaan, saattaa siis olla vanhemman kokemuksista riippuen joskus hyvinkin vaikeakulkuinen ja sisältää pelottavia yllätyksiä. Sää saattaa vaihtua nopeasti suloisesta auringonpaisteesta rajuilmaan ja kylmyyteen. Pienen ihmisen on siis tällöin sopeuduttava parhaalla mahdollisella tavalla. Jotkut lapset tulevat äärimmäisen varovaisiksi ja pysyttelevät pienellä, mahdollisimman turvallisella alueella. Toiset taas ovat huomanneet, että raivokkailla ponnistuksilla voi vallata itselleen alueen, jota hallita ja laajentaa ja jonne muut tulevat omalla vastuulla. Jotkut ovat alituisen valppaina eivätkä löydä lainkaan omaksi kokemaansa aluetta. Terapiassa vanhemman ja lapsen kanssa on olennaista tuolloin pyrkiä ymmärtämään ja tekemään ymmärretyksi näitä sisäistyneitä kokemuksia läheisistä ihmissuhteista. Tällöin on otettava huomioon sekä vanhemman aikaisemman henkilöhistoriansa aikana että lapsen ja vanhemman yhteisenä aikanaan kokemien traumaattisten tapahtumien muistot. Ne vaikuttavat heidän nykypäiväiseen suhteeseensa ja siihen, miten he kokevat toisensa.

Erään terapiassani käyneen äidin ja lapsen kohdalla nykyhetkinen, vanhemman ja lapsen kiintymyssuhteeseen keskittynyt hoito oli tuottanut paljon tulosta. Poika oli alkanut rauhoittua ja elämä oli tasaisempaa. Hoitoa muistellessaan äiti ja poika kertoivat vielä yhdessä katselevansa pojan kämmenissä ja jalkapohjissa kirjaimia eli viivoja, joita hoidon aikana oli ihasteltu. He kertoivat, että tällöin tulee hyvä olo. Äidin omassa taustassa oli paljon väkivaltaisia kokemuksia. Nyt kun kuitenkin oli ehdotettu jatkohoitoa, äidin mielen valtasi pelko siitä, että heidän yhteisen historiansa käsittely saisikin



pojan väkivaltaisen käyttäytymisen toistumaan. Äidin oma traumahistoria ja pelon ilmapiiri hallitsivat siis edelleen tilanteen tulkintaa.

Nykyään paljon vuorovaikutushoidoissa apuna oleva vuorovaikutuksen videotallenteiden katsominen vanhemman kanssa on jo laajasti käytetty ja ilmeisen onnistunut väline varsinkin sellaisten vanhempien kohdalla, joille oman toiminnan katselu ei sisäisesti tuota ongelmia. Vakavasti traumatisoituneiden vanhempien kohdalla on kuitenkin pidettävä mielessä se mahdollisuus, että sekä lapsen että oman toiminnan katselu voi herättää sietämättömän voimakkaita traumamuistumiin liittyviä reaktioita. Vanhemman tulee olla hyvin valmistautunut ja tuettu pystyäkseen hyötymään interventiosta. Eräässä tapauksessamme äiti-lapsi-parilla, jolla oli usein vaikeita konflikteja, oli kerrankin sopuisa vuorovaikutustilanne, joka tuli videolle. Halusimme näyttää tästä pienen pätkän vanhemmalle, joka ei ollut noteerannut lainkaan tätä hyvää hetkeä. Kuitenkin äidin reaktio oli meille yllätys. Tilanteen katselu nauhalta ei herättänytkaan hänessä hyvää mieltä, kuva lapsesta ei ollut myönteinen, vanhempi tuntui olevan irrallaan tästä kokemuksesta eikä se auttanut häntä. Ymmärsimme, että me työntekijät olimme toimineet reaktiivisesti ja epäsensitiivisesti, jotenkin samalla tavoin kuin me olimme kokeneet hänen toimivan. Äiti ei kuitenkaan ollut vielä valmis tähän askeleeseen, sillä hänen omat traumansa olivat syvemmällä.

Usein voi nähdä, että jonkin konfliktitilanteen pohdinnassa jälkikäteen lapsella voi olla kykyä miettiä erilaisia omia, tilanteeseen liittyviä mahdollisuuksia ja toiveita. Vanhempi sen sijaan on edelleen lukossa tilanteeseen liittyneeseen alkuperäiseen näkökulmaansa, eikä hänen ole mahdollista tarkastella tilannetta esimerkiksi lapsensa kannalta. Lapsi toimii tällöin traumamuistuttajana, joka muistuttaa jostakin aikuisen omaan lapsuuteen liittyvästä tilanteesta tai henkilöstä.

Äiti, joka on ahdistuneen huolestunut ja helposti uupuva, alavireinen ja poissaoleva, herättää lapsessa ristiriitaisia tunteita. Kokeellisissa, videoituissa tilanteissa pienen vauvansa kanssa vuorovaikutuksessa oleva äiti saa ohjeen olla kaksi minuuttia täysin hiljaa ja liikkumatta (*The Neurobehavioral and Social-Emotional Development of Infants and Children*, Tronick 2007). Kun äidin ja puolivuotiaan vauvan leikillinen vuorovaikutus vaihtui äidin liikkumattomuudeksi, vauva yritti ensin herättää äidin huomiota, mutta kun se ei tuottanut tulosta, vauva menetti usein ryhtinsä, vetäytyi ja saattoi vaimeta alivireystilaan vuorovaikutuksen katkoksen johdosta. Vauva toipui nopeasti tästä hetkellisestä katkoksesta, kun äiti palasi lapselleen läsnä olevaksi. Myös 2,5 vuoden ikäisen lapsen reaktio oli dramaattinen. Hän anoi äitiä leikkimään kanssaan ja vastaamaan hänelle. Hän heitti esineitä ja lopulta jopa löi äitiä saadakseen hänet vastaamaan. Kun äiti palasi tavalliseen tilaan, lapsi oli edelleen epätoivoinen. Vuorovaikutus korjaantui vasta, kun äiti rauhoitteli häntä erityisen hellästi.

Jo noin kolme kuukautta vanhojen vauvojen on huomattu reagoivan tummaan lähestyvään varjoon nostamalla kädet kasvojen eteen ja

kääntämällä pään pois päin. Vauva siis koki varjon uhkana. Puolivuotiiaan vauvan ja äidin videoidussa tilanteessa vauva tarttuu äidin hiuksiin, äiti yrittää irrottaa vauvansa otetta hiuksistaan ja hänen kasvoillaan vilahtaa vihainen ilme puolisen sekunnin ajan. Vauva havaitsee tämän ja suojautuu käsiensä taakse sekä kääntyy osittain tuolissa pois päin äidistä selvästi kokien tämän uhkaavaksi. Äiti lähes välittömästi huomaa tämän ja alkaa houkuttelemalla korjata katkosta muuttaakseen lapsen kokemusta. Puolen minuutin päästä vauva alkaa hymyillä äidille tietäen, että on taas turvallista. Edellä kuvatunlaisissa tutkimuksissa on myös voitu todeta, että lapset, joiden äidit yleensä vuorovaikutustilanteissa korjaavat katkoksia, yrittivät saada äitiä kommunikoimaan hymyilemällä ja ääntelyillä. Vauvat, joiden äidit harvemmin korjasivat katkoksia, hätääntyivät helpommin.

Lapsen kiihkeä halu saada mieleltään poissaoleva äiti vuorovaikutukseen ja kiihtynyt omavaraisuus, kun äiti on paikalla mutta ei saatavilla, osoittavat, kuinka ahdistavaa vanhemman reagoimattomuus, kontaktista katoaminen, on lapselle. Erään arvioimamme lapsen kohdalla käytettiin apuna leikkitarinoiden alkuja, joista lapsi sai jatkaa tarinaa haluamallaan tavalla. Eräessä tarinassa äiti haluaa olla rauhassa päänsäryn takia. Lapsi jatkaa tarinaa siten, että lapsihahmo seikkaili kodissa loputtomasti, omavaraisesti ja vaarallisesti äidin vetäytyttyä kontaktista. Toisessa leikkitarinassa perheen koira katoaa, jolloin tämä lapsi alkoi laulaa mitä ilmeisimmin itseä voimakkaasti koskettanutta laulua: ”Minä odotan täällä tunnelissa, jossa valo kylmä hohtaa, jossa pimeään koirat ulvoen, tuon kirkkauden kuoron kohtaa. Viekää minut sinne missä hän on, virta ole halki edessä airon. Viekää minut sinne missä hän on, lautturi, kuule mitä mä toivon.” (Lautturi, PMMP, 2009.)

## LASTA KUULEVAAN VUOROVAIKUTUKSEEN HERÄTTÄMINEN

On osoittautunut, että vakavasti traumatisoituneet vanhemmat ovat huolestuneita omista lapsistaan ja että he toivovat vahvasti saavansa tukea vanhempana olemiseen. Omien lapsuudenaikaisten kokemusten aktivoituminen vuorovaikutuksessa oman lapsen kanssa saa vanhemman kuitenkin helposti reagoimaan traumamuistumaan, ja todellisen tilanteen tulkinta vääristyy sen mukaisesti. Usein vakavasti traumatisoituneiden aikuisten omat kokemukset vuorovaikutussuhteistaan lähellä olleisiin aikuisiin ja huoltajiin ovat ristiriitaisuudessaan pirstaloituneet. Tältä pohjalta rakentunut kompassi voi näyttää vääriin suuntiin ja heilahdella, kun vanhemman pitäisi tulkita omaan lapseen liittyviä tilanteita ja toimia niissä lapsen turvallisuutta lisäävänä osapuolena.

Sheridan Canen lasten kuvakirja *Hyvää yötä, Pikku Pupu* (1999) kertoo tarinan lastaan nukuttavasta jänöäidistä. Myyrä varoittaa jänöäitiä nukuttamasta lastaan totutulla paikalla pellolla, koska maanviljelijä tulee aamulla niittämään sieltä heinää. Jänöäiti hätääntyy ja kyselee muilta eläimiltä neuvoa. Äiti kokeilee nukuttaa lastaan myyrälapsen, mäyrälapsen ja

mustarastaan lapsen suojaisissa nukkumapaikoissa, mutta vaikka äiti tekee parhaansa, mikään niistä ei tunnu olevan jänölapselle turvallinen. Jänöäiti tulee epätoivoiseksi ja sen voimat alkavat uupua. Silloin saduissa viisautta edustava pöllö, joka on tarkkaillut tilannetta oksaltaan, kehottaa jänöäitiä muistelemaan, minne jänöäidin oma äiti tämän lapsena tuuditti. ”Ja jänöäiti muisti kesätaivaan peittonaan, pehmeän ruohomaton patjanaan. Muisti kuinka äiti oli katsellut sitä auringonlaskusta aamun haaleaan sarastukseen.” Itsensä koonnut jänöäiti nousi, tähyili kotiniitylle ja näki, että maanviljelijä oli jo niittänyt heinän. Nyt siellä olikin turvallista. Ja jänöäiti kantoi pikkupupun hellästi takaisin sen omaan vuoteeseen. ”Äiti”, pikkupupu kuiskasi, ”täällä minä en pelkää. Haluan nukkua omassa vuoteessani.”

Kaikilla lapsuus- tai nuoruusiässä traumatisoituneilla vanhemmilla ei ole taustassaan sellaisia myönteisiä ja turvallisuutta lisääviä vuorovaikutusmuistumia, joista Pupuäiti ammensi voimavaroja. Jotta vanhemman trauma ei siirtyisi seuraavalle sukupolvelle, herkässä kehitysiässä olevan lapsen ehkä elinikäiseksi taakaksi, tavoitteena on auttaa traumatisoitunutta vanhempaa löytämään yhteys hänen omiin mielensisäistä turvallisuutta edustaviin sisäistyksiinsä. Niiden pohjalta hänen olisi mahdollista empaattisesti ja realistisesti huomioida lapsen tilanne ja tarpeet ja löytää voimavaroja toimia tilanteen edellyttämällä tavalla. Lapsi ei voi odottaa, mutta vanhemman voimavarat ylittävä liiallinen kiirehtiminen vuorovaikutuksen kehittämisessä ei tuota tuloksia vanhemman omasta traumasta johtuvien reaktioiden vuoksi. Joskus on edettävä hyvinkin pienin askelin.