Tiedon sanat, ymmärryksen kuvat

Ymmärryksellisen ryhmätyönohjauksen erityispiirteitä

MARKKU SIIVOLA

Suomalainen kulttuuri länsimaisen kulttuurin osana painottuu voimakkaasti tieteen tuottamaan kovaan, kategorisoituun tietoon. Tältä yksipuolistavalta vaikutukselta eivät voi välttyä sen osatkaan, kuten terveydenhoito ja sen osana psykiatria. Todellinen työn hallinta ja asiantuntijuus sisältää kuitenkin myös kokemuksesta syntyneen, mutta vaikeammin ilmaistavissa olevan osaamisen, ns. hiljaisen tiedon. Tämä artikkeli kuvaa käytännön menetelmiä, jotka lisäävät työryhmien mahdollisuuksia ottaa käyttöön hyödyntämättömät intuitiiviset resurssinsa, jotka avaavat uusia näkökulmia ulos ammatillisuuden henkisesti kuluttavista umpikujista.

Ihmispsyyken arvaamaton monimutkaisuus aiheuttaa hankaluuksia sairaanhoidon jokaisella erikoisalalla. Useiden tutkimusten mukaan yleissairaaloiden ja terveyskeskusten potilaista karkean keskimääräisesti arvioiden joka kolmannella on psyykkisiä tai psykososiaalisia ongelmia. Akuuttipoliklinikoiden väki yrittää selvitä käytöshäiriöisten kanssa. Väestön keski-iän kasvaessa terveyskeskusten vuodeosastot ovat alkaneet potilasrakenteeltaan yhä enemmän muistuttaa vanhuspsykiatrian yksiköitä.

Yksityissektori voi säädellä potilasmääriään, mutta kunnallisen sektorin väestövastuu pakottaa ottamaan vastaan koko potilastulvan. Tämä korostaa psyykkisten ongelmien hoitopainetta entisestään niin somaattisella kuin psykiatrisella puolella. Kaikkien erikoisalojen suorassa potilaskontaktissa olevat ammattiryhmät joutuvat ammattiauttajan identiteettiin sisältyvien epärealististen vaatimusten ja todellisuuden ristipaineisiin. Nuori työntekijä yrittää aluksi ratkaista ongelmia koulutiedoillaan, jotka eivät toimikaan, kun potilaat viittaavat kintaalla hoitosopimuksilleen, hyvältä kuulostaneet hoito- ja kuntoutussuunnitelmat sortuvat, omaiset ja lehdistö syyttävät huonosta hoidosta. Vuodet kuluvat, ihanteellisuus vaihtuu kyynisyyteen ja leipääntymiseen.

Apua ammatilliseen kehittymiseen ja ammatissa uupumiseen on aina ollut tarjolla monella nimellä. Mestarit ovat opettaneet kisälleitään maailman sivu, tunnettuna ilmiönä vaikkapa keskiajan ammattikuntakillat. 1900-luvun alun alkupuolella alkoi apu työnohjauksen nimellä levitä ensin Yhdysvalloissa kirkon piirissä, Suomessa 1950-luvun lopulla, ensin sairaalalaitoksen piirissä lähinnä psykoanalyytikoiden toimesta (1). Yleisesti tunnetuksi termiksi se tuli Suomessa 1970-luvulla, ja pääsi mielenterveyslakiin vuonna 1990: ”Mielenterveyspalvelujen antaminen edellyttää toimivaa työnohjauksen järjestelmää”.

KÄSITTEET

Tieto ja ymmärrys on tässä tekstissä määritelty eri asioiksi. Tieto on persoonatonta, enemmän tai vähemmän opittavissa ja toisellekin siirrettävissä olevaa, ajattelun tuottamaa. Ajattelu organisoi ja luokittelee. Se on tieteen ominta aluetta. Ymmärrys on henkilökohtainen ominaisuus. Sitä ei voida siirtää toiselle. Sitä kuvaavia sanoja ovat intuitio ja inspiraatio. Se ei ole tunnetta ja tunteilua, vaikka tunnereaktioita siihen sisältyykin. Se ei luokittele eikä organisoi. Sitä ilmentää parhaiten taide.

Ymmärryksellinen työnohjaus lisää henkistä jaksamista, joka puolestaan parantaa työn laatua. Vaikka tämä teksti liikkuu etupäässä psykiatrian piirissä, jossa ohjausperiaatteet valottuvat selvimmin, ei ymmärryksellisen työnohjauksen ydin ole siitä riippuvainen. Sen kohde on ulkoisesta tiedosta ja koulutuksesta riippumaton ihmisten yhteinen sisäinen alue, joten samat ohjausperiaatteet ovat sovellettavissa yli erikoisalojen. Siksi ei työnohjaajan tarvitse välttämättä olla ohjattaviensa ammattiryhmän edustaja.

Tiedollinen työnohjaus lisää ammatillista osaamista. Se on erikoisalaansa ja ammattiryhmäänsä sidottua, vanhemman kollegan nuoremmalleen siirtämää tietoa.

Mitä taitavampi ohjaaja työssään on, sitä enemmän hän käyttää kumpaakin työnohjaustapaa, niin tiedollista kuin ymmärryksellistäkin. Hän

on silloin todellinen ammattimies, ekspertti, mentori, joka ulkoisen tiedon ohella opastaa ohjattavaansa käyttämään intuitiivista eläytymiskykyään, jota ilman ammatinhallinta jäisi mekaaniselle tasolle.

TIEDOSTA YMMÄRRYKSEEN

Tavanomainen oppiminen keskittyy etupäässä erikoisalansa tiedolliseen hallintaan, jonka piiriin kuuluu kaikki se monitahoinen tietous ja paikallisten olojen tuntemus, jota ilman ei yksikään osasto ja vastaanotto pyöri.

Tiedon lisääntyessä työntekijä muuttuu noviisista kehittyneeksi aloittelijaksi, siitä osaavaksi suorittajaksi. Se antaa tyydytystä, hallinnan ja voiman tunnetta, itsevarmuutta. Tähän asti voi tiedollinen työnohjaus auttaa.

Seuraavaan asteeseen, taitavaksi suorittajaksi tulemiseen ei enää auta tietojen lisääminen eikä rutiinien hiominen (rutiini eli vakioitu toimintatapa ei koskaan voi täysin vastata tilanteen ainutkertaisuuteen), vaan painopiste alkaa jo siirtyä intuition alueelle. Ekspertillä on intuitiivinen kyky jo hyvin laajaa, hän havaitsee suuret kokonaisuudet käsittämättä oikein itsekään, miten nuo havainnot syntyvät (2,3).

Vaikka ulkoiset olosuhteet olisivat erinomaiset, eivät kaikki yllä eksperttiyteen oman ominaislaatunsa vuoksi. Käytännössä olosuhteet ovat hyvinkin vaillinaiset, jolloin yksilön potentiaali pyrkiä kohti näitä korkeampia hallintatasoja jää toteutumatta. Ymmärryksellinen työnohjaus on yksi niistä tavoista, joilla tuota uinuvaa potentiaalia voidaan herätellä.

AMMATTIMIEHEN UMPIKUJA

Ekspertiksi tuleminen on käytännössä ikävän usein rajoittumista vain tiedollisen osan hallintaan, joka johtaa ulkoisen aseman pönkittämään arvovaltaan ilman elävää persoonallista osaamista. Tämän yksipuolisuuden havaitseminen on vaikeata mm. siksi, että tietopainotteinen kulttuurimme tukee sitä vaikuttaen psykiatriaankin asti mekanisoivasti kovan, toistettavissa olevan kouriintuntuvan faktan, ”tutkitun tiedon” haussaan.

Kaikkien ammattikuntien julkisivu on kiillotetumpi kuin sen takainen todellisuus, ja niin myös hoito-

> Kulttuurimme painottaa enemmän tietoa ymmärryksen kustannuksella.

henkilöstön ammatti-identiteetti on ylipositiivinen, vallankin psyykkisten ominaisuuksien suhteen. Kukaan ei pysty olemaan ammattikuvansa sanelema lempeyden, ymmärryksen ja taitavuuden perikuva. Yksilön on vaikea nähdä tuon identiteetin epärealistisuutta ja kohtuuttomuutta. Kun kovan faktan arvostus yhtyy ammattikuvan korkeisiin ihanteisiin, on helppo harhautua purkamaan ongelmaa väärästä päästä: ei osata lähteä ymmärryksen tielle purkamaan tuota epärealistista ammattikuvaa, vaan pyritään tiedon lisäämisen kautta tavoittamaan tuon ammattiihanteen sateenkaaren päätä. Se johtaa jatkokoulutusten kautta sellaiseen tiedonpaloilla kyllästettyyn tilaan, jossa on menetetty välitön, luonnollinen, oman persoonan ominaislaadusta lähtevä kosketus toiseen ihmiseen. Äärimmäisenä tuloksena on kielellisesti köyhää ammattislangia viljelevä puhkikoulutettu ammattilainen, jonka tiuhan käsitesuotimen läpi pääsee toisesta ihmisestä vain opittuun muottiin soveltuva aines.

Tämä tiedollinen yksipuolistuminen on miltei huomaamaton prosessi, koska yhteiskunta ja tieteellisyyden ihanteet tukevat sitä. Sen seuraukset ovat kuitenkin raskaat. Ne näkyvät työntekijän leipääntymisenä. ”Taasko yksi alkoholisti, rajatila, skitsofreeni, jonka kaltaisten jutut on kuullut tuhannesti ennen, joiden mielipiteet ja perustelut arvaa jo melkein ennen kuin ne on kuullutkaan!” Miksi paha olo jatkuu vaikka näin hyvin hallitsee ammattinsa?

Niin ei eksperttiys autakaan vaan uuvuttaa, kun potilaiden ainutkertainen yksilöllisyys hukkuu heidän tyyppioireidensa alle. Tieto ilman ymmärrystä on kuollutta, kaavoittunutta – juuri sitä mitä erityisesti diagnoosit ja erilaiset luokittelevat testit luonteeltaan ovat. Luokitteluilla, niin psyyken kuin muunkin, on toki oma tärkeä paikkansa eräinä sairaanhoidon hallintokoneiston hammasrattaina, mutta työuupumuksen hoitoon ne eivät auta.

DEPROFESSIONALISAATIO

Pahoinvoinnin, leipääntymisen ja ikävystymisen kasvu herättää joskus vihdoin tarpeen tehdä asialle jotain. Parhaimmassa tapauksessa alkaa professionaalisuuden irvikuvan purku kohti aitoa professionaalisuutta. Alkaa poisoppiminen, deprofessionalisaatio, tie takaisin ihmiseen. Opitun tiedon painolastin purkaminen saattaa olla pelottavaa, kun irtaudutaan turvallisen, arvovaltaisen tiedon satamasta kohti tuntemattomia ulapoita, kohti jokaisen tilanteen ainutkertaisuuden tuoreuden löytämistä.

YLÄ- JA ALAKIELI

Yksi deprofessionalisaation merkeistä on ammattikielen vähenevä käyttö. Työryhmä ei enää tavoittele käsiterakennelmien ylimpiä abstraktisia latvuksia, joita nimitän yläkieleksi, vaan kääntyy takaisin alas, sanojen syntysijoille, kansankielen sanoihin, kielen juurille, alakieleksi nimittämääni, lukemattomien sukupolvien rikastamaan runsasvivahteiseen kuvastoon, paljon rikkaampaan kuin mihin korkeahierarkkinen tieteellinen yläkieli luokittelevassa köyhyydessään pystyy.

Yläkieli pystyy kyllä ilmaisemaan tiedollisesti paljon. Jo yksi sana, vaikkapa ”rajatila” kertoo potilaasta ammattilaiselle niin paljon, että maallikolle sitä joutuisi selittämään pitkään hänen silti pääsemättä oikein jyvälle, mitä kaikkea se pitää sisällään. Samalla on kuitenkin selvää, että tuo sana tekee väkivaltaa sillä leimatulle ihmiselle, olipa hän sitten vaikka kuinka viimeistä piirtoa myöten käyttäytymiseltään ja historialtaan täydellinen rajatilan kouluesimerkki. Sillä sanalla ei saada häneen yhteyttä, vaan se näennäisen selkeytensä vuoksi saattaa päinvastoin vaikeuttaa hänen ainutkertaisuutensa ja silti meidän kanssamme perustavan samankaltaisuutensa löytymistä. Nuo luokittelut kaikessa keskimääräisessä tarkkuudessaan kuvaavat vain pintakerroksia, eivät ihmisyyden elävää liekkiä.

Ylä- ja alakieli ovat kuvien suhteen päinvastaisia. Länsimaisen tiedeperinteen mukaisesti tieteen täytyy pyrkiä erottamaan kulloinkin tutkittavasta ilmiöstä sitä häiritsevä kokonaisuuden interferenssi, vaikutusten ja vastavaikutusten loputon

verkosto. Se heijastuu myös yläkielessä, josta täytyy karsia kuvat pois sen eksaktisuuden maksimoimiseksi. Alakieli pyrkii päinvastaiseen suuntaan, samaan kuin taide, kokonaisuuden loputtomuuden ilmaisuun välittömän kuvaelämyksen kautta.

Parhaimmillaan nuo kielen muodot tukevat erinomaisella tavalla toisiaan. Loistava puhuja pystyy tempaamaan kuulijansa huimalle mielikuvamatkalle ihmeellisiin maailmoihin, ja ymmärrämme niiden kautta vaikeatkin asiat helpommin kuin loogisen ajattelun sitkaan työläyden kautta. Hän käyttää päivätajuista elämäämme rikastuttavia kieli- ja mielikuvia, jotka nousevat niistä samoista syvistä lähteistä jotka joka yö muuttavat meidät jokaisen kuvataiteen virtuooseiksi uniemme kautta.

Kuvien merkitys korkeatasoisimman tieteen teossa näkyy Albert Einsteinin kirjeessä Jacques Hadamarille (4), jossa hän kertoo, että hänen ajatteluprosessinsa on ensisijaisesti kuvallinen. Näihin kuviin hänen oli etsittävä työläästi tavalliset sanat vasta ajatteluprosessin toisessa vaiheessa.

HUUMORI JA KUVIEN SYNTY

Eräs deprofessionalisoitumisen merkeistä on lisääntyvä huumorin käyttö. Hyvä huumori on yllätyksellistä, tuoreita näkökulmia sytyttävää, auki leimahtava kokonaiskuva, visio. Sen valtakuntaan eivät kuulu selitykset, perustelut ja looginen ajattelu. Huumori – se todellinen huumorin laji, joka ei pilkkaa, vaan on naurua ihmiselon raskauden kirvoittamien kyynelten läpi – viihtyy vain elävässä ilmapiirissä. Vain kuvat kokonaisvaltaisuudessaan sisältävät niin paljon informaatiota, että ne pystyvät huumorille ominaiseen yllätyksellisyyteen, räväyttämään hillittömän näkymän silmänräpäyksessä silmiemme eteen. Ilman mielikuvaa syntyy vain huumoriton selitys. Huumori on vapaata mielen liikkuvuutta haittaavien jäykkyyksien poistaja, yksi niistä kuvastimista, joissa näkyy ymmärryksellisen prosessin yllätyksellinen ja tuore elävyys.

Kun jokaista mieleenjuolahdusta ei tarvitse enää kääntää professionaaliseksi puheeksi, muotoutuvat itse kunkin sisäiset kuvat välittömämmin ja tarkemmin sanoiksi. Mielikuvien katalysoiman kielen muhevoitumisen kautta ryhmä kykenee tuottamaan yhteisvoimin yhä voimakkaampia visioita.

Deprofessionaalisuuden saavuttaessa äärilaitansa ei siinä hetkittäin vaikuta olevan juurikaan ammatillisuutta jäljellä puheenaiheiden polveillessa väliin täysin potilastapauksen ulkopuolella. Yllätyksellisesti ryhmä kuitenkin löytää lopuksi olennaisen deprofessionaalisuuden osoittautuessa todelliseksi professionaalisuudeksi: rikkaammaksi näkökulmaksi potilaaseen, kuin mihin mikään luokittelu oli pystynyt. Näennäinen harhailu onkin ollut laajemman kokonaiskuvan, yksilön, ryhmän ja kulttuurin sisäkkäisten kehysten kartoitusta, kulttuurisen kokonaismaaston hahmotusta. Ryhmä on näin löytänyt ratkaisuja, joihin ei ole johtanut mitään selvän suoraviivaista tietä, vaan on päätynyt lopputuloksiinsa hypättyään loogis-analyyttisen ajattelun selvästi luokitellulta päätieltä epätodennäköisyyksien sivuteille, joista yllättäen löytyykin paljon aiheeseen kuuluvaa lisävalaistusta.

> Ekspertiksi tuleminen on käytännössä ikävän usein rajoittumista vain tiedollisen osan hallintaan.

Ryhmä turvautuu silloin Edward de Bonon (5) käsittein ilmaistuna lateraaliseen ajatteluun tavanomaisen vertikaalisen ajattelun sijasta löytäen – Michael Polanyin (6) käsittein – käsiteltävissä ja luokiteltavissa olevan eksplisiittisen fokaalitiedon lisäksi hiljaisen tiedon eli käytännön elämänkokemuksesta syntyneen määrittelyjen ulkopuolelle jäävän elämyksellisen, intuitiivisen tiedon, Michael Balintin (7) kuvaaman välähdyksen kokemisen.

YMPYRÄ SULKEUTUU

Näin ympyrä sulkeutuu ammattilaisuuden ilmetessä nyt entistä korkeatasoisempana, strukturoimatonta elämystietoakin käsittelemään pystyvänä. Ei ollakaan palattu lähtöpisteeseen vaan ammatillisen kehittymisen spiraalin ylemmälle kierteelle, otettu tietoiseen käyttöön uusi havaintotyökalu. Deprofessionalisaatio on osoittautunut reprofessionaalisuudeksi: voittopuolisesti stereotypioihin (niitähän luokittelut toisaalta ovat) turvautuneen professionaalisuuden purkamisen kautta uuden, entistä laajemman toimintatason löytämiseen, jossa tietoa ei syrjitä, vaan sille on osoitettu oma paikkansa kokonaisuudessa, jossa välittömän eläytymisen olennaisen merkityksen ymmärtäneiden ihmisten intuitiivinen tiedonhankkimistapa on astunut analyyttisen tavan rinnalle muodostamaan sellaista kokonaisuutta johon analytiikka yksinään ei voisi johtaa. Ryhmä onkin näennäisellä harhailullaan piirtänyt potilaan ympärille tavanomaista suuremmat kehykset, joihin ei kuulu ainoastaan potilaan elämänhistoria vaan aineksia koko kulttuuristamme ja itsekunkin ryhmän jäsenen omasta elämästä.

YMMÄRRYKSELLINEN TYÖNOHJAUS

Kuvaan tässä työnohjausprosessin kahta muotoa: tiedollisia sekä ymmärryksellisiä elementtejä sisältävää tavanomaista muotoa sekä muotoa, jossa ymmärrykselliset elementit ovat erittäin voimakkaasti korostuneet, ryhmän osanottajien unia tutkivaa ryhmää.

Tietoa voidaan jakaa kuin radio-ohjelmaa, ainakin jossain määrin kaikille. Ymmärrys on sitä vastoin kuin yksilöllisen vastaanottimen laajakaistaisuus, herkkyystila kaikille aaltoalueille. Sitä ei voida lainkaan jakaa, mutta sen käyttöönottoa voidaan helpottaa luomalla turvallisia tilanteita, joissa tietämisen vaatimus on minimoitu ja spontaanin eläytymisen mahdollisuus maksimoitu. Ryhmän koostumuksesta riippuu, kuinka pitkälle se voi edetä deprofessionalisoitumisen tiellä, joka on seikkailua tuntemattomaan, tutuista rakenteista ja luokitteluista irtautumista. Miltei poikkeuksetta ryhmään sisältyy enemmän intuitiivista potentiaalia kuin miltä ensi näkemältä vaikuttaa, kunhan sen ilmenemiselle luodaan suotuisat olosuhteet.

Tähän potentiaaliin ei johda mitään tiedollista tietä, vaan se on saavutettavissa vain omakohtaisen eläytymisen kautta. Se tietää itsensä paljastamista aikaisempaa suuremmassa määrin. Useimmissa työryhmissä uskaltaudutaan ainakin hetkeksi keskustelemaan työryhmän omistakin

tuntemuksista jonkin verran, mutta vallankin psykiatrian piirissä se on melko uhkaavaa, koska silloin paljastaa oman tärkeimmän ammatillisen työkalunsa, oman itsensä, mahdollisia puutteita. Sen uhka houkuttaa verhoutumaan ammatillisen kielenkäytön traditionaalisen termistön ja luokitusten taakse, kuten analyyttisten luonnekuvausten, diagnoosien ja erilaisten testistöjen pistemäärien suojaan. Näin syntyy potilaasta valheellisen varma näkemys, joka ei kuitenkaan toimi käytännössä, koska sen valokeila ei osu elävään ihmiseen vaan hänestä laadittujen selitysten varjokuvaan.

Ryhmäprosessin kulku

Aikaa täytyy olla käytettävissä vähintään puolitoista tuntia. Lyhyemmässä ajassa ei intuitiivisten elementtien ilmaantumiselle riittävän intensiivinen ilmapiiri ennätä kehittyä.

Alkuvaiheessa esitellään ulkoista tietoa, joka ei ole kenenkään työntekijän omakohtaisen elämyskokemuksen kautta syntynyt, kuten potilaan perhe-, työ- ja sairausanamneesia. Sitä leimaa eksaktisuus. Jo tämä vaihe luo hyvin esitettynä jo osalle henkilökuntaa potilasta luonnehtivia uusia tuoreita vertauskuvia.

Seuraavan vaiheen avainsana on runsaus. Nyt kuvataan sellaista, josta henkilökunnalla jo on omakohtaistakin kokemusta, eli potilaan statusta. Kohtaamisiin sisältyy vaikeasti täsmennettäviä tunne-elementtejä, joiden rikkaaseen ilmaisuun tarvitaan kuvia, jotka puolestaan tarvitsevat ilmentyäkseen kritiikistä vapaan, sallivan ilmapiirin, jossa ryhmän jäsenten tuntemukset välittyvät ei-sanallisen resonanssin kautta, ”rivien välissä”, josta ne pukeutuvat sanoiksi parhaiten silloin, kun ryhmän jäsenten ei tarvitse olla huolissaan ilmaisujensa ammatillisesta korrektiudesta.

Mitä hankalampi potilas, sitä helpommin kuvaukset pysyttelevät vain hänen ulkoisessa käytöksessään eikä sen motiiveissa, vielä vähemmän omissa tunteissa, sillä on aika pelottavaa kääntää silloin katse itseensä ja epäprofessionaalisti lausahtaa esimerkiksi, että ”oikeastaan minun tekisi mieleni vetäistä siltä perkeleen psykopaatilta hampaat kurkkuun.” Moinen lausahdus, niin totuudenmukainen tunnekuvaus kuin se saattaakin olla, voi johtaa kyseisen mielipiteen esittäjän leimaamiseen epäpäteväksi, mikäli riittävän luottamuksellista ilmapiiriä ei ole saavutettu. Jokaisella ryhmällä on oma sietorajansa, jonka yli ei enää sovi mennä nostamatta koko ryhmän ahdistustasoa. Toisaalta, mitä enemmän ryhmän jäsenillä on toisiltaan salattavaa, sitä köyhemmälle pohjalle rakentuvat jatkosuunnitelmat.

> Tiedollisen yksipuolistumisen äärimmäisenä tuloksena on kielellisesti köyhää ammattislangia viljelevä puhkikoulutettu ammattilainen, jonka tiuhan käsitesuotimen läpi pääsee toisesta ihmisestä vain opittuun muottiin soveltuva aines.

Juuri eläytymisen eikä vain ulkoisen tiedon kautta on suurin mahdollisuus löytää potilaan ihmisyys hänen potilasroolinsa alta. Eläydymme häneksi, katsomme hänen silmillään, tunnemme hänen vihansa, pelkonsa, toiveensa, rakkautensa – kaikkea sitä samaa, mitä me itsekin olemme omien sielujemme takapihoille enemmän tai vähemmän kuopanneet. Eläytymisen kokonaisvaltaisuuden tilassa saatamme kokea, kuinka teemme ikään kuin kvanttihypyn hänen psyykensä sisemmälle kuorelle. Näemme vaikkapa, että hänen sietämättömyytensä ärsyttävä kuori liukeneekin pois silmiämme hämärtämästä ja havaitsemme – tunnemme omissa luissamme – yhteyttä ja arvonantoa hakevan ihmisen pelon ja kaipuun, tunnistamme ne omankin elämäntiemme mutkilta, ehkäpä ennätämme havaita hänen, siis meidän silmiemme näkökentässä oman kyynisen, kyllästyneen ammattilaisen katseemme, jonka olemme tähän asti peitelleet itseltämme näkymättömiin professionaalien selitystemme pumpuliin.

Eläytymisen kautta rutiinityö muuttuu monisäikeisemmäksi ja jännittävämmäksi yhteiseksi salapoliisityöksi ryhmän löytäessä toistensa kommentteja kuunnellen yhä uusia, laajemmalle ulottuvia ja tarkempia ilmaisuja potilaan herättämille tuntemuksille. Keskustelu rikastuu vertauskuvista ja allegorioista, jotka kuvaavat sekä potilasta että ryhmän jäseniä. Kehykset löytävät ympärilleen omat, suuremmat kehyksensä, ryhmä hahmottaa paikkaansa koko terveydenhoidon kehyksissä, se vuorostaan koko kansamme – siis meidän itsemme – kulttuurissa, sen historiassa, myyteissä, saduissa, koko siinä kuvastossa, jota rationaalinen kieli ei voi elävästi sisältää. Jokainen retki niin potilaan kuin omankin mielen maailmaan on silloin tuoreen ainutkertainen.

Edelleen on vältettävä päätelmiin ja selityksiin hyppäämistä. Koulutettu ajattelukoneistomme pyrkii näet vanhasta tottumuksesta vähän väliä selittämään ja luokittamaan kokemaamme, joka tarkoittaa tämän eläytymisvaiheen tunnelman rikkoutumista ja nonverbaalin aineksen esiintulon häiriytymistä.

Vasta prosessin viimeisessä vaiheessa on päätelmien aika. Tähän vaiheeseen siirrytään vasta kun elämyksellinen materiaali on saanut paisua – käytettävissä olevan ajan huomioon ottaen – täyteläisimpään mittaansa. Ei ole harvinaista, että tässä vaiheessa huomataan toiminnan suuntalinjojen hahmottuneen jo kuvanhakuvaiheessa itsestään näkyville.

UNET RYHMÄTYÖNOHJAUKSEN VÄLINEINÄ

Omakohtainen yli kaksikymmenvuotinen joko samasta tai eri työpisteistä koottujen uniryhmien ohjauskokemukseni terveydenhoidon eri alojen ammattilaisten kanssa on osoittanut niiden soveliaisuuden henkilökunnan ryhmätyönohjausmuodoksi niin psykiatrisissa kuin somaattisissakin yksiköissä.

Työryhmän omien unien käyttö kuvien lähteenä on intensiivisin ymmärryksellisen ryhmätyönohjauksen muoto. Sen rakenne muistuttaa edelläkuvattua, mutta on huomattavasti jäsennellympi sisältämiensä monien turvallisuusmekanismien sekä unen avautumiseen välttämättömien ymmärryksellisten prosessien maksimoinnin vuoksi.

Tämä professori, psykoanalyytikko Montague Ullmanin (8) omakohtaiseen eläytymiseen pohjaavan ryhmän (The Experiential Dream Group) prosessin olen kuvannut tarkemmin kahdessa muussa artikkelissani (9,10). Sen avulla on mahdollis-

ta havaita erityisen selvästi kuinka välittömän tilanteen ulkopuolelta tuotu tieto on voimatonta yrittäessämme ymmärtää toisen ihmisen aidointa olemusta, jota unet juuri ovat. Unien persoonalliset elämysteemat käsittelevät juuri niitä tekijöitä, jotka vaikeuttavat potilaan, työyhteisön ja oman itsen ymmärtämistä ihmisenä.

Niin kuin ryhmätyönohjaus ei ole ryhmäpsykoterapiaa, ei tämä uniryhmäprosessi ole ryhmäterapiaa (11), vaan kummassakin työyhteisön jäsenet pohtivat työongelmakenttää, eivät omaa ryhmädynamiikkaansa. Työongelmat esiintyvät unissa niin paljon että uniryhmä sopii mihin tahansa organisaatioon yhdeksi ryhmätyönohjaukselliseksi menetelmäksi.

Unikuvat ovat äärimmäisen tiiviitä tunnepakkauksia, mielen taidemaalauksia, joita ymmärretään parhaiten – kuten fyysisiäkin taidekuvia – eläytymällä eikä selittelemällä. Siksi rationaalisuuteen, aikaan ja paikkaan painottunut päivätajuinen mieli ei ilman erityisiä olosuhteita kykene juurikaan avaamaan niiden sisältämää rikkautta. Uniryhmä toimii eläytymisensä kautta kuin unen kätilönä, unennäkijä sen ainoana mahdollisena synnyttäjänä. Ryhmä on kuin joukko sokeita salapoliiseja, jotka etsivät unen avainta, joka voi olla vain unennäkijän itsensä hallussa.

Yhden unen käsittely kestää noin 1,5–2 tuntia. Prosessi eroaa huomattavan paljon tavanomaisesta yrityksestä avata uni ulkoa opittujen vakiosymbolien avulla. Siinä on erityisen paljon kiinnitetty huomiota turvallisuuteen (safety factor) ja unen avautumisen maksimointiin (discovery factor). Unennäkijä ja koko ryhmä on äärimmäisen suojattu monin eri tavoin, sillä vasta turvallisessa ilmapiirissä alkaa kuulua unen oma ääni. Tulkintaa (johon sisältyy paremmin tietämisen vivahde) ei harrasteta. Äärimmäisen tarkasti pidetään huolta siitä, että kukaan ei aja mielipiteillään unennäkijän yli, vaan ryhmän tuotoksesta validoidaan vain unennäkijän itsensä valitsema osa. Tämä tarkoittaa, että unia ei ryhmässä tulkita mitään ulkoista viitekehystä vasten, ei edes ryhmän ohjaajan.

Uniryhmäprosessin kulku

Unen esittäjä kertoo vain unensa, ei vielä omia käsityksiään siitä, koska ne rajoittaisivat seuraavan vaiheen tuoton rikkautta. Unen varsinainen avain voi nimittäin olla jossain aivan muulla suunnalla kuin unennäkijän tässä vaiheessa arvelemalla. Ryhmä selventää kysymyksin itselleen epäselväksi jääneet kohdat.

Sen jälkeen ryhmä eläytyy uneen sijoittaen itsensä unennäkijän paikalle kertoen unesta heräävä tunnelmia ja vertauskuvia. Olennaista on tässä vaiheessa aineiston rikkaus eikä tarkkuus. Unennäkijä kyllä valitsee itse häneen vaikuttavat osat. Hän on rauhoitettu: ryhmä ei kommunikoi hänen kanssaan tässä vaiheessa lainkaan, jotta hän saa häiriintymättömästi syventyä uneensa ryhmän tuottamia ideoita kuunnellen.

> Pahoinvoinnin, leipääntymisen ja ikävystymisen kasvu herättää joskus vihdoin tarpeen tehdä asialle jotain: parhaimmassa tapauksessa alkaa professionaalisuuden irvikuvan purku, deprofessionalisaatio.

Seuraavaksi on vuorossa unen luovutus takaisin unennäkijälle, jonka puheenvuoron jälkeen syvennytään unta edeltäneeseen aikaan hakemalla sieltä unen aiheuttaneita tunnejännitteitä. Mitä unennäkijä teki, tunsi, ajatteli unta edeltävänä päivänä? Nämä kysymykset alkavat virittää unennäkijässä tuolloin vallinnutta unen aiheuttanutta tunnetilaa.

Uni käydään vielä läpi lukemalla se sopivan pituisin jaksoin ja mahdollisin lisäkysymyksin. Tässä vaiheessa ollaan vielä etsimässä lisäaineistoa unennäkijältä kiinnittämällä hänen huomionsa unen eri kohtiin varoen kuitenkaan tarjoamasta hänelle niihin mitään valmista ehdotusta, vaikka sellainen esittäjän mielessä jo olisikin, sillä ehdotus sitoisi unennäkijän ottamaan siihen kantaa, jolloin hän ei pääse vapaasti liikkumaan unen omaan, mahdollisesti aivan päinvastaiseenkin suuntaan.

Viimeisessä eli orkestraatiovaiheessa tapahtuu tässä suhteessa täyskäännös. Unennäkijältä saatu aineisto on käytettävissä olevan ajan puitteissa maksimoitu, ja nyt on vihdoinkin vuorossa omien näkemysten suora esittäminen. Löydetyistä unen nuoteista sommitellaan koko unen kattavia sävellyksiä ryhmän jäsenten esittämin orkestroivin projektioin. Ne ovat silti vain projektioita, kysymyksiä, jonka paikkansapitävyyden voi vain unennäkijä itse vahvistaa, poimia ja hylätä siitä mitä tahansa, olipa se muiden mielestä kuinka looginen ja vakuuttava tahansa.

Orkestroivat projektiot eivät synny tiedonpalasista liimaten, vaan asennemuutoksesta, oikeastaan asenteettomuudesta, unen luomaan emotionaaliseen kenttään niveltäytymisestä, joka onnistuu sitä paremmin, mitä vähemmän ennakkoasennoitumiset sitä häiritsevät. Montague Ullmanin (12) sanoin:

”Tuntemus joka minulla on aina silloin kun onnistun elävöittämään unen unennäkijälle, on että en tee mitään. Puhun toki unennäkijälle, mutta olen ikään kuin vain kanava itsestään muotoutuville ajatuksille. Tai toisin sanoen tiedän että ne ovat minun ajatuksiani, mutta ne näyttävät ilmestyvän jostain unennäkijän ja itseni väliltä. Ne tunteet, jotka ryhmä työmme kuluessa onnistui nostamaan esiin unennäkijässä, luovat ikään kuin emotionaalisen kentän johon kaikki enemmän tai vähemmän reagoimme. Vaatii erittäin tarkkaa kuuntelemista tulla osaksi tuota kenttää; niveltyä siihen.”

SANOJEN JA KUVIEN LIITTO

Tieto ilman ymmärrystä on sokea, ymmärrys ilman tietoa on rampa. Ymmärrystä ei opita tietoa lisäämällä vaan antautumalla ymmärrystä edistäviin prosesseihin. Tieto on aikaan ja logiikkaan sidottua, ymmärrys ajatonta, elämyksellistä myötäelämistä, jota voivat kuvat ilmentää paljon voimakkaammin kuin sanat. Kuvia on kaikenlaisia, fyysisiä, mielikuvia, symboleja, vertauskuvia, satuja, myyttejä, sananlaskuja, ja kaikkien kuvien pohjalla ihmisen tuottamista kuvista rehellisimmät ja väkevimmät eli unikuvat.

Kulttuurimme painottaa enemmän tietoa ymmärryksen kustannuksella. Psykiatriakin on aikansa lapsi, kulttuurinsa osa, joka painottaa tietoa enemmän kuin ymmärrystä. Ihmisen itsensä löytäminen potilaan roolin takaa on koko terveydenhoidon, ei ainoastaan psykiatrian päämäärä tiedollisten päämäärien ohella. Se löytyy vain ymmärryksellä,

myötäelämisen kyvyllä.

Tiedollisen työnohjauksen lisäksi tarvitaan erityisesti ymmärryksellistä työnohjausta, joka opastaa ihmisiä kuvien pariin, löytämään omien tuntemustensa kautta portteja niille välittömän elämyksen alueille, joiden kautta ihminen tulee ihmiselle ymmärretyksi, jotka ovat elävän elämän keitaita tiedon kuivassa erämaassa, jotka elävöittävät arkipäivän rutiinityön väsyttämiä työntekijöitä. Työntekijän ammatillinen tieto alkaa hänen urallaan olla melko pian toistuvaa, saman kertausta, pidemmällä tähtäimellä uuvuttavan yksitoikkoista. Ymmärrys on sitä vastoin aina elävä prosessi, voimia antava näkemys ihmisen sisäiseen, liikuttavaan aitouteen.

KIRJALLISUUTTA

1 Hiltunen P. Yleissairaalapsykiatrinen konsultaatio Suomessa. Väitöskirja. Oulu: Oulun yliopisto, 1999.

2 Mäenpää M. Noviisista ekspertiksi. Finnanest vol 34 nro 3, 2001. Myös netissä http://www.fimnet.fi/finnanest/lehdet/2001/no_3/p_maenpaa.pdf

3 Kirjonen J, Remes P, Eteläpelto A. Muuttuva asiantuntijuus. Jyväskylä: Koulutuksen tutkimuslaitos, Jyväskylän yliopisto, 1997.

4 Hadamar J. The Psychology of Invention in the Mathematical Field, Education in Vision Series. Princeton, 1943.

5 De Bono E. The Use of Lateral Thinking. Intl Ctr for Creative Thinking, 1967.

6 Polanyi M. Personal Knowledge: Towards a Post Critical Philosophy, 1958.

7 Balint M. Research in Psychotherapy, suom. Hoitosuhteen tutkiminen kirjassa Lääkärin työnohjaus - Balint-ryhmät. Helsinki: VAPK-kustannus, 1991.

8 Ullman M. Appreciating Dreams - A Group Approach. California: Sage Publications, 1996.

9 Siivola M. Huomattavasti muokattu Internet-versio (1998) (http://www.saunalahti.fi/msiivola/uni/uni-tutt.html) alkuperäisestä tutkielmasta Uni - tuttu tuntematon. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja, 263/1984.

10 Siivola M. Uniryhmä ihmisyyttä etsimässä. Psykoterapia 2/2001. Therapeia-säätiö ja Therapeia-yhdistys, 2001.

11 Ullman M. The Experiential Dream Group. Handbook of Dreams - Research, Theories and Applications. New York: Van Nostrand Reinhold, 1979.

12 Ullman M. The Orchestration - Letting The Dream Speak. www.pp.htv.fi/msiivola/monte/Dream_Appreciation_Newsletter

Kirjoittaja

MARKKU SIIVOLA
psykiatrian erikoislääkäri