

Menetyksen psykodynamiikka: Kyky luopua — kyky elää

ANJA MATHUR

Yksilön kykyyn muuttua vaikuttaa merkittävästi hänen kykynsä luopua vanhasta: mitään uutta ei voi tulla tilalle, ellei vanhasta voi luopua. Luopumisen ja menetyksen käsittelemisen prosessi on eräs psyykkisen toiminnan keskeisiä tehtäviä. Jopa ilman nykyisenkaltaista yhteiskunnallista muutosturbulenssia yksilön elämä kehdestä haetaan on luopumista edellisestä kehitysvaiheesta ja siirtymistä seuraavaan. Vaikuttaa kuitenkin siltä, että selviytyminen on nykyään kytkeytynyt kykyyn muuttua ja siten kykyyn käsitellä menetyksiä ja luopua. Sellaiset illuusiot, joissa yksilö tuntee turvallisesti kuuluvansa tiettyyn yritykseen, kaupunkiin, maahan tai kansakuntaan, ovat romuttumassa, ja yksilö joutuu rakentamaan turvallisuudentunteensa yhä enemmän oman minänsä varaan.

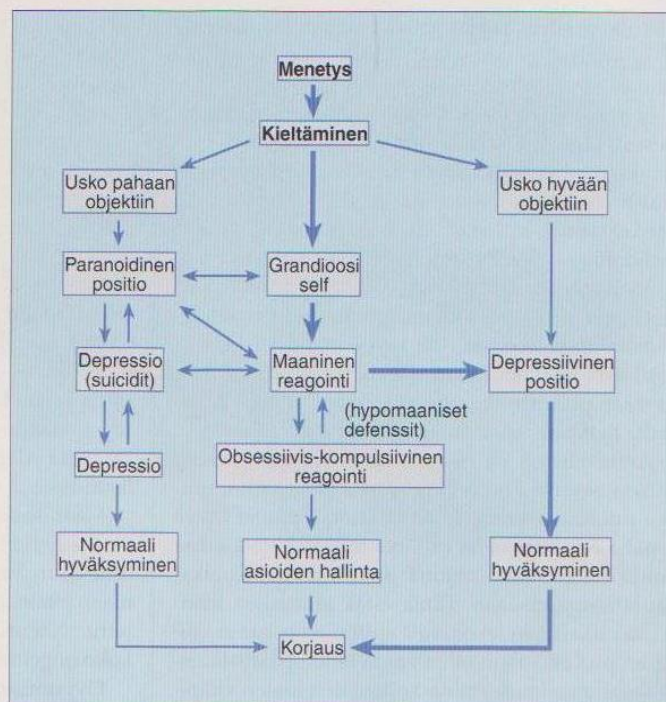
Artikkelissa esitetään Melanie Kleinin tutkimuksiin pohjautuva katsaus teoriasta menetyksen psykodynamiikasta yksilön näkökulmasta (1,2). Kirjoituksen lopussa yksilön menetyksiä verrataan kollektiivisiin menetyksiin sekä asetetaan muutamia kysymyksiä vailla vastauksia.

MENETYKSEN PSYKODYNAMIIKKA KLEININ MUKAAN

Kohdatessaan menetyksen yksilö joutuu käymään läpi psyykkisen prosessin, jolle on aluksi ominaista menetyksen kieltäminen (kuvio 1). Kieltäminen on tunnusomaista myös normaalille suremiselle, kun yksilö kohtaa riittävän suuren menetyksen. Kieltäminen ei kuitenkaan sen paremmin kuin mitätöintikään edistä menetyksen käsittelyä. Optimaalista on menetyksen todellinen kohtaaminen ja kollapsin kestäminen. Vaikeita menetyksiä ei tulisi korvata maanisilla puolustusmekanismeilla, vaan yksilön pitäisi pyrkiä suremaan ja sitä kautta hyvittämään, korvaamaan ja palauttamaan tapahtunut vahinko ennalleen. Prosessin aiheuttama kipu tuntuu olevan välttämätöntä realiteettien testaamiselle. Kleinin mielestä näin luodaan uudelleen siteet ulkoiseen maailmaan, vaikka menetyksen tunne jatkuu. Tässä psyykkisessä uudelleenrakentamisessa, joka tapahtuu sisäisen maailman tuskan avulla, tunnetaan että sisäinen maailma on vaarassa turtua ja romahtaa. Niin kuin lapsi, joka kehittyessään pyrkii asettamaan paikoilleen ja integroimaan sisäisen maailmansa, myös sureva käy läpi tuskan, jossa sisäinen maailma luodaan ja integroidaan uudelleen menetyksen jälkeen.

Kleinin kuvaama depressiivinen positio tarkoittaa sellaista lapsen psyykkiseen kehitykseen liittyvää vaihetta, jolle on tunnusomaista integraatio. Osaobjektit, eli erilliset äidin osat, kuten esimerkiksi suu, kädet, rinta jne. käsitetään kuuluvaksi yhteen ja samaan kokonaisuuteen. Lisäksi hyvää ja pahaa ryhdytään integroimaan siten, että kahden erillisen objektin — hyvän äidin, joka tyydyttää, ja pahan äidin, joka ei tyydytä — sijasta ryhdytään mieltämään objekti toisaalta hyväksi ja toisaalta pahak-

Kuvio 1. Kaavio kuvaa menetyksen psykodynaamiikkaa. Vahvistettu viiva kuvaa sitä tietä, jonka kaikki ihmiset joutuvat kulkemaan vaikeiden menetysten kohdatessa. Kaikkia vakavia menetyksiä seuraa aluksi kieltäminen, sitten hypomaanisten defenssien ja depressiivisen position kautta siirtyminen normaaliin suremiseen. Vaihtoehtona on valita patologisia vaihtoehtoja: joko vainoharhaista reagointia tai obsessiivisia puolustusmekanismeja.



si. Tuolloin alkaa kehittyä syyllisyys tai häpeä siitä raivosta, jota on tunnettu tyydyttämättömänä, pahaa objektia kohtaan, sillä tämä paha objekti ymmärretään osaksi sekä hyvää että pahaa kokonaisobjektia ja pelätään, että vahingoittamalla pahaa, saatetaan myös vahingoittaa hyvää. Tuon kehitysvaiheen seurauksena lapsi alkaa tuntea myös sellaisia tunteita kuten empatia ja kaipaus. Lapselle kehittyy halu korjata ja hyvittää objektille se vahinko, joka sille uskotaan tuotetun destruktiivisten impulssien seurauksena. Kleinin ohella monet muutkin teoreetikot ovat havainnoineet tätä lapsen psyykkisen kehityksen vaihetta. Winnicott kuvaa samaa ilmiötä termillä "capacity for concern" (3).

MAANISET JA HYPOMAANISET PUOLUSTUSMEKANISMIT MENETYSTÄ KÄSITELTÄESSÄ

Klein korostaa hypomaanisten puolustusmekanismien keskeistä asemaa menetystä käsiteltäessä. Niihin turvautuminen on ennen muuta psyyken pakoa depressiivisestä kivusta ja surutyöstä. Hypomaaniset puolustusmekanismit ovat erityisen korostuneita sellaisilla henkilöillä, jotka eivät ole selviytyneet menetyksistä. Omnipotenssi, kieltäminen ja idealisaatio ovat maanisen puolustusjärjestelmän peruselementtejä. Ne suojaavat varhaista minuutta paitsi

vainoajilta myös avuttomuudelta ja tuskalliselta riippuvuudelta.

Omnipotenssi merkitsee illuusiota täydellisyydestä. Omnipotentti henkilö ei kykene kohtaamaan omaa huonomuuttaan ja avuttomuuttaan eikä kykene kestämään niidenkaltaisia tunteita. Avuttomuudentunteiden kanssa painiminen lienee olennaista kaikelle surutyölle ja keskeisellä sijalla omnipotenssista luovuttaessa. Myös objektia voidaan pitää omnipotenttina, ja sen menettäminen saattaa johtaa korviketyytytysten etsintään alkoholista tai huumeista.

Idealisaatio on illuusio erinomaisuudesta. Se suoja minää varhaisilta vainoajilta. Jos minä on täydellinen ja erinomainen, ei tuhoutuminen ja romahdus ole mahdollista. Myös objekti voidaan idealisoida, ja idealisoitu, menetetty objekti voidaan pyrkiä korvaamaan vaikkapa äkkirakastumella.

Puolustautumisen tärkeä elementti on kieltäminen: mitään menetystä ei koskaan tapahtunutkaan. Kieltämiseen kuuluvat myös hallinta ja kontrolli. Kontrollia voidaan pitää myös varoittavana äänenä, ja omnipotenssia sekä yliaktiivista kieltämistä pyritään käyttämään vainoavien elementtien kontrolloimiseen ja hallitsemiseen, niin että niitä voidaan estää satuttamasta itseä.

Kontrolli perustuu ajatukseen, että paha on mi-

nän ulkopuolella ja että pahaa voidaan hallitsemalla ja kontrolloimalla estää vahingoittamasta minuutta.

Split eli lohkominen tai halkominen liittyy olennaisesti kontrolliin. Avuttomuus, riippuvuus ja menetyksen tunne lohkaistaan itsestä pois, ne nähdään muissa minän ulkopuolella ja niitä halveksitaan. Rohkeat ja uhkarohkeat selviävät, epäonnistumisen mahdollisuus kielletään ja nähdään kelvottomien ominaisuutena. Avuttomuus lohkaistaan ensin itsestä pois, pyritään näkemään se muissa ja kontrolloidaan sitten toisissa. On myös mahdollista, että objektista tehdään hylätty. Menetyksen tunne lohkaistaan pois itsestä ja provosoidaan muihin jatkamalla hylkäämistä ja antamalla vahingon kiertää.

Ambivalenssi eli ristiriitaisuus liittyy läheisesti halkomiseen ja kontrolliin turvautumiseen minuuden puolustuksessa. Hyvät ja huonot puolet (hyvä ja paha objekti) voivat esiintyä mielessä yhtä aikaa mutta integroitumattomina. Splitin eri puolet alkavat lähestyä toisiaan. Tämä estää kriittisissä tilanteissa ratkaisujen tekoa, sillä splitin eri osista ei voida luopua eikä näin ollen voida tehdä päätöstä. Sisäisessä maailmassa se tarkoittaa defenssien ylläpitämistä. Normaali suruprosessi alkaisi, jos avuttomuus ja epäonnistuminen kyettäisiin tuntemaan osaksi itseä.

Hypomaanisten puolustusmekanismien pettäminen tässä kohtaa johtaa minuuden kohtaamaan disintegraation eli hajoamisen pelon. Sen jälkeen minuus turvautuu obsessiivisiin puolustusmekanismeihin, vanhojen kuvioiden rutiininomaiseen toistamiseen. Se tarkoittaa voimakasta ambivalenssia, ristiriitaisuutta, joka estää tekemästä ratkaisuja ja estää luopumasta jo ilmeisen epäonnistuneesta tai tuhoontuomitusta.

Usein maaniset puolustusmekanismit toimivat niin läheisessä yhteydessä pakkoneuroottisten mekanismien kanssa, että korjaaminen ja uudelleenluominen ei onnistu.

Voitonriemun (triumf) tunne menetyksen kohdassa liittyy kaikkivoipaisuuteen. Oma viha kohdistetaan menetettyyn. Siihen liittyy sadismi ja sadismin pelko, menestyksen ja voiton tavoittelu. Mielikuvissa pyritään nöyryyttämään ja kiduttamaan muita, mikä häiritsee korjaamista ja uudelleenluomista.

Sadistinen ylemmyys liittyy raivokkaaseen kilpailamisen tunteeseen. On saavutettu eräänlainen voitto vaikkapa kuolleesta henkilöstä säilymällä itse hengissä. Taustalla ovat usein toiveet vanhempien tai sisarusten kuolemasta, jotka tavallaan "toeutuvat". Tunne surun ja ahdistuksen väliltä on luonteeltaan maanista. Kun viha menetettyyn herää, usko menetettyyn rikkoontuu, ja normaali su-

run prosessi häiriintyy. Ihminen alkaa epäillä, että menetys on tapahtunut vain siksi, että hän itse saisi rangaistuksen.

Halu hallita ja kontrolloida menetettyä voi tulla korjaamisen esteeksi niin vahvana, että korjaaminen keskeytyy. Tällöin alkavat toimia vainoharhaiset pelot, jotka aktivoivat paranoidiset ja hypomaaniset puolustusmekanismit. Korjaaminen keskeytyy, ja minuus siirtyy käyttämään pakkoneuroottisia ja hypomaanisia puolustusmekanismeja.

Maaninen reparaatio eli pako hyvään on keino välttää tuhoutumisen ja hajoamisen tunnetta depressiossa. Se on tapa välttää todellisuuden kohtamista ja sitä kautta surua ja korjaamista. Maanisessa reparaatiossa pyritään erilaisilla epämääräisillä keinoilla ylläpitämään illuusiota menetetyistä todellisuudesta.

Maanisessa reparaatiossa tapahtuu valekorjausta. Esimerkki siitä on vaikkapa alkoholistin kotiin tullessaan tuoma kukkakimppu: pyritään korjaamaan jotain, mutta ei sitä, mitä todella on vahingoitettu. Näennäisellä hyvityksellä yritetään korjata koko ongelma korjaamalla sen osa-alue.

Hypomaaniseen käyttäytymiseen liittyy erinomaisuuden tunne, joka koostuu täydellisyyden tunteesta (omnipotenssi), kieltämisestä ja ristiriitaisuudesta (ambivalenssi). Nurja puoli lohkaistaan mielikuvissa itsestä irti (splitataan), ja epävarmuus sijoitetaan (projisoidaan) muualle.

Todellisuudentaju poljetaan maahan ja turvaututaan ylemmyyteen. Esimerkki tällaisesta on "masculine acting out" -reaktio, missä miehiset arvot ja falliset symbolit nousevat arvostuksessa ja missä heikkoutta, rakkautta tai menetystä kuvaavat arvot siirtyvät taka-alalle. Realiteettien tullessa vastaan paetaan vainoharhaiseen reagointiin, pyritään löytämään syntipukki ja kielletään se vastuu, joka on kuulunut itselle.

PUOLUSTUSJÄRJESTELMÄN LOGIIKKA

Hypomaaniselle puolustusjärjestelmälle on ominaista pienten arkipäiväisyyksien sivuuttaminen ja piittaamattomuus yksityiskohdista. Pyritään ajattelemaan "suuria" asioita ja "suurissa" yksiköissä. Näin murskataan hyvyys, kohtuullisuus ja realismi. Kollapsin lopulta kohdatessa se on voimakkaan ylikorostunut keinotekoisien viiveen jälkeen. Tämä puolestaan voimistaa toivottomuutta ja tunnetta kuilun syvyydestä, hidastuttaa korjaamista ja vaikeuttaa uuden rakennustyön alkamista.

Hypomaaniseen korjaamiseen liittyy yli-ihanointia ja mitätointiä: se on omnipotenssin suurenmoisuuksia menetyksen pelkoa vastaan. Pienten asioiden ja yksityiskohtien merkittävyys kielletään,

ja samalla kielletään mahdollisuus korjata: menetys on niin täydellinen, ettei siitä voi mitenkään selvitä.

Maanisessa välittämisessä huolehtimisen tarkoitus on huolehtia itsestä, depressiivisessä positiossa välitetään toisesta. Kun menetyksen käsittelyssä siirrytään normaaliin hyväksyntään, tapahtuu objektiuhdetasapainossa muutos.

Menetyksen jälkeen täytyy koko minuus luoda uudelleen. Kun toivo palaa, alkaa muutos tapahtua kahdenlaisissa tunteissa: tuhoutumisen ahdistus vähenee, ja menetetyn kaipaus koetaan täydellä voimalla. Viha vähenee ja rakkaus lisääntyy. Tuhoutumisen ahdistusta ruokitaan vihalla, ja se ruokkii vihaa.

Maanisten ja hypomaanisten puolustusmekanismien avulla suojaudutaan tuhoutumisen ahdistusta vastaan. Kun ahdistus ja viha vähenee, riippuvuus vähenee ja sadistinen suojautuminen hälvenee.

Menetyksen läpityöskentelyn avulla voidaan saavuttaa viisautta, rohkeutta, kykyä rakkauteen, tunteisiin, toivoon ja iloon; integraatiosta lähtöisin oleviin elämänarvoihin. Se on itsetietoisempaa ja hyväksyy minän puutteet sekä tuhoavat impulssit. Se tarjoaa suuremmat mahdollisuudet sublimaatioon, mikä tapahtuu todellisen irrottautumisen ja luopumisen jälkeen.

SURU ON KAIPAUSTA HYVÄÄN

Kaipaus menetettyä kohtaan kuvaa riippuvuutta, joka johtaa korjaamiseen. Se on luovaa, koska se on rakkauden ohjaamaa. Sellainen ahdistus, jossa pyritään kontrolloimaan objektin vapautta, on destruktiivista. Huoli siitä, kuinka itsen käy menetyksen hetkellä, on destruktiivista. Kun murhe ja epätoivo tunnetaan täydellisinä, rakkaus herää, ja sureva tuntee elämän minän sisä- ja ulkopuolella sittenkin jatkuvan. Suru saattaa kääntyä tuottavaksi, lisätä luovuutta ja elämän syvällistä kokemista. Se saattaa lisätä ihmisiä, asioita, aatteita tai vaikkapa esineitä kohtaan tunnettua arvostusta. Se saattaa yksinkertaisesti vain tehdä ihmisen viisaammaksi, kuten Jacques kuvaa (4). Kaikki suremiseen liittyvät onnettomat kokemukset aktivoivat uudelleen kaikkien menetysten läpityöskentelyn ja johtavat suurempaan sielunsisäiseen integraatioon.

Kun masennuksen tuskallisuutta vastaan suojaudutaan maanisilla keinoilla, rakkauden tunteet vähenevät ja viha lisääntyy. Sisäiset pahat objektit nähdään minän ulkopuolella. Veikko Tähkä on hahmottanut primitiivisen ambivalenssin muotoja menetyksen puolustusmekanismina (5).

Sureminen on hyvien objektien asettamista uudelleen sisäiseen maailmaan eikä onnistu, jos ihminen ei ole lapsena kyennyt sisäistämään hyviä ob-

jekteja eikä kokemaan turvaa. Luomalla uudelleen sisäisen maailman, jota uhkasi disintegraatio ja joka oli vaarassa tuhoutua, ihminen kokee olonsa turvallisemmaksi ja saavuttaa harmoniaa ja rauhaa.

KOLLEKTIIVINEN MENETYS

Ihmistä muodostuneet ryhmät, suuryhmät, kollektiivit ja yhteiskunnat ovat menetysten käsittelyssä vaikeammin analysoitavissa ja ennustettavissa kuin yksilö. Ne näyttävät kuitenkin käyvän läpi samanlaisia defensiivisiä prosesseja kuin yksilöt. Kleinin ajattelun sovelluksia ryhmiin ja organisaatioihin ovat toteuttaneet mm. Bion ja Menzies-Lyth (6,7). Ryhmä ei ymmärtääkseni voi reagoida psyykkisesti muilla kuin niillä tavoilla, jotka ovat sen jäsenten psyykeistä löydettävissä. Vanha totuus, jonka mukaan ryhmä on enemmän kuin jäsentensä summa, pitää varmasti paikkansa.

Voidaanko sanoa, että ryhmä on erilainen kuin jäsentensä siihen tuoma psyykinen aines? Entä mistä tuo ryhmälle ominainen mutta yksilön reagoinnista poikkeava reagointi ryhmään ilmaantuisi? Jos ryhmän jäsenet ovat ohittaneet kieltämisen vaiheen psyykkisessä reagoinnissa suhteessa yhteiseen menetettyyn, voiko ryhmä silti kollektiivisesti reagoida menetykseen kieltämisellä?

Yksilön kyvyttömyys luopumisen ja menetetyn prosessoimiseen on varsin tuhoavaa yksilölle itselleen. Kollektiivien ja organisaatioiden kyvyttömyys käsitellä menetyksiään on luonnollisesti yhteisölle ja sen jäsenille ainakin yhtä tuhoavaa kuin yksilön kyvyttömyys käsitellä menetyksiään on yksilölle, ellei vielä tuhoavampaa.

KOLLEKTIIVINEN VASTE KOLLEKTIIVISIIN MENETYKSIIN

Suomalaisen talouselämän 90-luvun alkupuolella kokeman kollapsin psyykinen käsittely noudatteli mielestäni hämmästyttävän tarkasti Kleinin kuvaamaa hypomaanista reagointia: kieltämisen vaihe kesti huomattavan pitkään ja sitä seurasi split: tämä tapahtuu naapurille — ei minulle. Erityisen selvästi paranoidinen reagointi tuli esille ammattiyhdistysliikkeen reaktioissa, tuntuihan ay-liike kovin pitkälle olevan sitä mieltä, että lama on työnantajien keksimä hämäys palkkojen kurissapitämiseksi.

Kieltämisen vaiheeseen liittyi runsaasti omnipotenssia suomalaisen markan arvon pesunkestävyydestä maailmanmarkkinoilla. Maanisen reparaation ja masculine acting out -asenteen avulla pidettiin yllä illuusiota hyvinvointiyhteiskunnasta ällistytävän pitkään siitäkin huolimatta, että talouselämän realiteetit olivat selvästi jokaisen nähtävillä.

ja samalla kielletään mahdollisuus korjata: menetys on niin täydellinen, ettei siitä voi mitenkään selvitä.

Maanisessa välittämässä huolehtimisen tarkoitus on huolehtia itsestä, depressiivisessä positiossa välitetään toisesta. Kun menetyksen käsittelyssä siirrytään normaaliin hyväksyntään, tapahtuu objektiuhdetasapainossa muutos.

Menetyksen jälkeen täytyy koko minuus luoda uudelleen. Kun toivo palaa, alkaa muutos tapahtua kahdenlaisissa tunteissa: tuhoutumisen ahdistus vähenee, ja menetetyt kaipaus koetaan täydellä voimalla. Viha vähenee ja rakkaus lisääntyy. Tuhoutumisen ahdistusta ruokitaan vihalla, ja se ruokkii vihaa.

Maanisten ja hypomaanisten puolustusmekanismien avulla suojaudutaan tuhoutumisen ahdistusta vastaan. Kun ahdistus ja viha vähenee, riippuvuus vähenee ja sadistinen suojautuminen häviää.

Menetyksen läpityöskentelyn avulla voidaan saavuttaa viisautta, rohkeutta, kykyä rakkauteen, tunteisiin, toivoon ja iloon; integraatiosta lähtöisin oleviin elämänarvoihin. Se on itsetietoisempaa ja hyväksyy minän puutteet sekä tuhoavat impulssit. Se tarjoaa suuremmat mahdollisuudet sublimaatioon, mikä tapahtuu todellisen irrottautumisen ja luopumisen jälkeen.

SURU ON KAIPAUSTA HYVÄÄN

Kaipaus menetettyä kohtaan kuvaa riippuvuutta, joka johtaa korjaamiseen. Se on luovaa, koska se on rakkauden ohjaamaa. Sellainen ahdistus, jossa pyritään kontrolloimaan objektin vapautta, on destruktiivista. Huoli siitä, kuinka itsen käy menetyksen hetkellä, on destruktiivista. Kun murhe ja epätoivo tunnetaan täydellisinä, rakkaus herää, ja sureva tuntee elämän minän sisä- ja ulkopuolella sittenkin jatkuvan. Suru saattaa kääntyä tuottavaksi, lisätä luovuutta ja elämän syvällistä kokemista. Se saattaa lisätä ihmisiä, asioita, aatteita tai vaikkapa esineitä kohtaan tunnettua arvostusta. Se saattaa yksinkertaisesti vain tehdä ihmisen viisaammaksi, kuten Jacques kuvaa (4). Kaikki suremiseen liittyvät onnettomat kokemukset aktivoivat uudelleen kaikkien menetysten läpityöskentelyn ja johtavat suurempaan sielunsisäiseen integraatioon.

Kun masennuksen tuskallisuutta vastaan suojaudutaan maanisilla keinoilla, rakkauden tunteet vähenevät ja viha lisääntyy. Sisäiset pahat objektit nähdään minän ulkopuolella. Veikko Tähkä on hahmottanut primitiivisen ambivalenssin muotoja menetyksen puolustusmekanismina (5).

Sureminen on hyvien objektien asettamista uudelleen sisäiseen maailmaan eikä onnistu, jos ihminen ei ole lapsena kyennyt sisäistämään hyviä ob-

jekteja eikä kokemaan turvaa. Luomalla uudelleen sisäisen maailman, jota uhkasi disintegraatio ja joka oli vaarassa tuhoutua, ihminen kokee olonsa turvallisemmaksi ja saavuttaa harmoniaa ja rauhaa.

KOLLEKTIIVINEN MENETYS

Ihmistä muodostuneet ryhmät, suurryhmät, kollektiivit ja yhteiskunnat ovat menetysten käsittelyssä vaikeammin analysoitavissa ja ennustettavissa kuin yksilö. Ne näyttävät kuitenkin käyvän läpi samanlaisia defensiivisiä prosesseja kuin yksilöt. Kleinin ajattelun sovelluksia ryhmiin ja organisaatioihin ovat toteuttaneet mm. Bion ja Menzies-Lyth (6,7). Ryhmä ei ymmärtääkseni voi reagoida psyykkisesti muilla kuin niillä tavoilla, jotka ovat sen jäsenten psyykeistä löydettävissä. Vanha totuus, jonka mukaan ryhmä on enemmän kuin jäsentensä summa, pitää varmasti paikkansa.

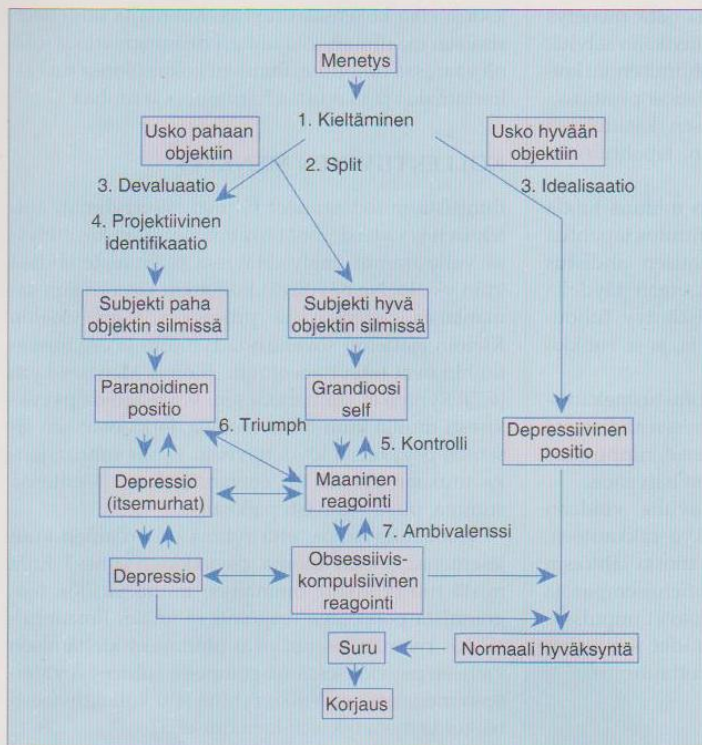
Voidaanko sanoa, että ryhmä on erilainen kuin jäsentensä siihen tuoma psyykinen aines? Entä mistä tuo ryhmälle ominainen mutta yksilön reagoinnista poikkeava reagointi ryhmään ilmaantuisi? Jos ryhmän jäsenet ovat ohittaneet kieltämisen vaiheen psyykkisessä reagoinnissa suhteessa yhteiseen menetettyyn, voiko ryhmä silti kollektiivisesti reagoida menetykseen kieltämisellä?

Yksilön kyvyttömyys luopumisen ja menetetyt prosessoimiseen on varsin tuhoavaa yksilölle itselleen. Kollektiivien ja organisaatioiden kyvyttömyys käsitellä menetyksiään on luonnollisesti yhteisölle ja sen jäsenille ainakin yhtä tuhoavaa kuin yksilön kyvyttömyys käsitellä menetyksiään on yksilölle, ellei vielä tuhoavampaa.

KOLLEKTIIVINEN VASTE KOLLEKTIIVISIIN MENETYKSIIN

Suomalaisen talouselämän 90-luvun alkupuolella kokeman kollapsin psyykinen käsittely noudatteli mielestäni hämmästyttävän tarkasti Kleinin kuvamaa hypomaanista reagointia: kieltämisen vaihe kesti huomattavan pitkään ja sitä seurasi split: tämä tapahtuu naapurille — ei minulle. Erityisen selvästi paranooidinen reagointi tuli esille ammattiyhdistysliikkeen reaktioissa, tuntuihan ay-liike kovin pitkälle olevan sitä mieltä, että lama on työnantajien keksimä hämäys palkkojen kurissapitämiseksi.

Kieltämisen vaiheeseen liittyi runsaasti omnipotentssia suomalaisen markan arvon pesunkestävyydestä maailmanmarkkinoilla. Maanisen reparaation ja masculine acting out -asenteen avulla pidettiin yllä illuusiota hyvinvointiyhteiskunnasta ällistytävän pitkään siitäkin huolimatta, että talouselämän realiteetit olivat selvästi jokaisen nähtävillä.



Kuvio 2. Voidaanko väittää, että primitiiviset puolustusmekanismit kulkisivat järjestyksessä:

- 1) kieltäminen, 2) split,
- 3) idealisaatio ja devaluaatio,
- 4) projektiivinen identifikaatio,
- 5) kontrolli, 6) triumf ja
- 7) ambivalenssi.

Kun tietoisuus kollapsin todellisuudesta lopulta läpäisi yhteisen ymmärryksen, oli toivottomuus voimakkaan ylikorostunutta: tästä ei voida mitenkään selvittää.

Kollektiivinen surun käsittely Estonia-aluksen upottua on noudatellut samankaltaisia tunnereaktioita. Splitillä syyn siirtäminen ja sitä kautta tällaisten onnettomuuksien tapahtumisen mahdollisuuden siirtäminen muiden kuin suomalaisten harteille turvaa vastaisuudessa ainakin suomalaiset tällaisen katastrofin uhalta. Silloin tällöin esiinpulahtaneet ajatukset Itämeren jääneistä pommeista turman aiheuttajina edustivat paranoidista reagoitua. Nyt tilanne tuntuu juuttuneen kontrollin defensiin, mikä oikeuttaa sellaisen turvatarkastus- ja kontrollijärjestelmän pystyttämisen että laivayhtiöiden toiminta vääjäämättä kääntynee kannattamattomaksi.

Omnipotenssia ja triumfia oli nähtävissä elonjääneistä laadituissa satutarinoissa ja omnipotenssin täydellisyyttä edustaa mielestäni ihmisen luoma teknologia. Vaikka se onkin juuri upottanut meren pohjaan yli 800 ihmistä, se kykenee kuitenkin liikkumaan syvissä vesissä erilaisine videoineen ja todistamaan inhimillisen kaikkivoipaisuuden kuole-

manpelkoa ja uhkaa vastaan. Näin se kykenee suojelemaan meitä kaikkia tuskalliselta avuttomuuden, surun, menetyksen ja oman kuolevaisuutemme tunnustamiselta.

KYSYMYKSIÄ VAILLA VASTAUKSIA

Kleinin mukaan menetyksestä selviytyminen on kaiken psyykkisen toiminnan perusta. Psykce on suojautumista niitä tuhoutumisen tunteita vastaan, jotka nousevat, kun rintaa ei ole saatavilla. Fantisoiminen ja mielikuvan ylläpitäminen on välitön tapa reagoida (8). Mikäli puuttuvaa rintaa ja tyydytystä ei edelleenkään saavu, alkaa psyykkinen puolustautuminen tuhoutumisen uhkaa vastaan. Voidaan sanoa, että koko psyyken synty on suojautumista tuhoutumisen ahdistusta vastaan silloin, kun rinta-aitia ei ole saatavilla, ja että tämä on kaiken psyykkisen toiminnan syntymekanismi (kuvio 2).

Voidaanko kaaviokuvan avulla perustellusti väittää, että primitiiviset puolustusmekanismit syvyysluokituksessa kulkisivat järjestyksessä: 1) kieltäminen, 2) split, 3) idealisaatio (hyvä objekti idealisoidaan ylihyväksi) ja devaluaatio (paha objekti devaluoidaan ylipahaksi) ja 4) projektiivinen identifi-

kaatio, jossa subjekti ei enää määrittelekään sitä, millainen objekti on — hyvä vai paha — vaan ryhtyy määrittelemään itseään objektin kautta kysymällä, olenko minä objektin silmissä hyvä vai paha.

Tästä seuraa paranoidis-depressiivinen reagointi, missä subjekti määrittelee itsensä pahaksi objektin silmissä, tai maaninen reagointi, missä subjekti määrittelee itsensä hyväksi objektin silmissä. Se sijoittaa pahan itsensä ulkopuolelle ja pyrkii maaniselle ja obsessiiviselle reagoititavalle ominaisesti 5) kontrolloimaan pahaa minän ulkopuolella.

Mielenkiintoista kuvaamassani mallissa on eri reagoititapojen kääntyminen polaaraisesti toisikseen, ikään kuin pyörien akselinsa ympäri. Tämän akselilla tapahtuvan liikkeen tuntuu synnyttävän split-defenssin seurauksena syntyvän yksipuolisen käsityksen kääntyminen peilikuvakseen. Esimerkiksi voidaan ottaa liike, jossa grandioosi reagointi kääntyy paranoidiseksi reagoinniksi. Voimme ajatella sen syntyvän kahden päällekkäin käytetyn puolustusmekanismin seurauksena siten, että subjekti määrittelee itsensä projektiivisen identifiointin avulla objektin kautta, "objektin silmissä", ja samalla split-defenssin avulla mieltää itsensä paranoidisessa reitissä pahaksi ja grandioosissa reitissä hyväksi objektin silmissä. Näin ollen tilojen vaihteluiden välille voidaan mieltää akseli, joka kääntyy polaaraisesti itsensä ympäri — tai oikeammin — valitsevan ominaisuuden peilikuvaksi. Split-defenssin takia käsitys itsestä "hyvänä" kääntyy käsitykseksi itsestä "pahana" ja päinvastoin.

6) Maanisten ja paranoidisten tilojen vaihteluiden välille voidaan ajatella sellainen yhteys, jossa triumf-puolustusmekanismi toimii tuhoutumattomuuden akselina. Tuhoutumattomuuden illuusio tuottaa split-defenssin käytön vuoksi paranoidisissa tiloissa käsityksen itsestä täydellisen tuhoutumaltiltina ja maanisissa tiloissa tämän käsityksen peilikuvan — tuhoutumattomuuden.

7) Ambivalenssin luonne defenssinä on mielenkiintoinen ja ongelmallinen. Sen tunnusomaisuus obsessiivis-kompulsiivisissa tiloissa on ilmeinen. Neurobiologisesta lähtökohdasta käsin voimme ajatella kaiken aistimisen syntyvän alun alkaen on off-diskriminaation seurauksena. Lehtonen puhuu kirjassaan aivokuoren toiminnan vaihteluista vastaavanlaisesti (9). Näin ollen ambivalenssi olisi hyvin keskeinen ilmiö koko ajatus- ja tunnemaailman syntymisessä. Winnicott ajattelee ambivalenssin olevan split-defenssiä primitiivisemmän ja splitin syntyneen suojaamaan subjektiä ambivalenssin tuottamalta tuskalta (3). Näin ollen split helpottaisi havaitsemista ja jäsentämistä ankkuroidessaan käsityksen jompaankumpaan ambivalenssin polarieteeteista. Näin myös tavallaan Klein ajattelee sano-

essaan omnipotenssin olevan suojautumista ambivalenssin mukanaan tuomaa avuttomuuden tunnetta vastaan.

Obsessiivis-kompulsiivisten tilojen kääntyminen maaniseksi ja päinvastoin liittyy ambivalenssin liisääntymiseen. Kuvaamani polaarisen akselin avulla voidaan ajatella, että maanisissa tiloissa subjekti on kaikkivoipa, obsessiivis-kompulsiivisissa tiloissa sen sijaan ajoittain täydellisen avuton. Avuttomuus ja sen peilikuvana kaikkivoipuus olisi tällöin näiden tilojen vaihteluiden avain.

Thomas Ogden kuvaa ambivalenssia integroivana voimana, jonka avulla split ikään kuin kurotaan umpeen, ja mielikuva objektista alkaa muodostua toisaalta hyväksi, toisaalta pahaksi (10). Näin ajateltuna ambivalenssi on kehittyneessä käytössä ja jättää kysymyksen ambivalenssin paikasta primitiivisten defenssien joukossa ratkaisemattomaksi.

Defenssejä on nimensä mukaisesti totuttu ajattelemaan egon suoja mekanismeina. Niiden toimiessa kuvaamallani tavalla ne voidaan myös mieltää mielen funktioiksi, jotka toimivat mahdollisesti jäljiteltävissä olevien lainalaisuuksien perusteella. Mikäli toiminnat todellakin tapahtuvat toinen toistaan seuraavien loogisten ketjujen avulla, kuten tässä on yritetty hahmotella, voidaan näitä kaavoja noudattavia mielen funktioita syystä mielestäni nimittää mielen struktuuriksi.

KIRJALLISUUTTA

- 1 Klein M. A contribution to the psychogenesis of manic-depressive states. Int J of Psycho-analysis 1935, vol 16.
- 2 Klein M. Mourning and its relation to manic-depressive states. Int J of Psycho-analysis 1940, vol 21.
- 3 Winnicott DW. The Maturation process and the Facilitating Environment. Lontoo: Karnac Books, 1990:74—75,98.
- 4 Jacques E. Death and the middle-life crisis. Kirjassa: Melanie Klein, toim. New Directions in Psycho-analysis. Lontoo: Tavistock, 1955.
- 5 Tähkä V. Dealing with object loss. Kirjassa: Mind and its Treatment. Madison: International Universities Press, 1933:135—152.
- 6 Bion WR. Kokemuksia ryhmistä. Weiling-Göös, 1961.
- 7 Menzies-Lyth I. The Functioning of Social Systems. Kirjassa: Containing Anxiety in Institutions. Free Associations Press, 1988.
- 8 Segal H. Melanie Klein ihmismielen ymmärtäjänä. Helsinki: Yliopistopaino, 1994:11—24.
- 9 Lehtonen J. Mielen kellareissa. Helsinki: Yliopistopaino 1994.
- 10 Ogden T. The Matrix of the Mind. Lontoo: Maresfield Library, 1992:88.

Kirjoittaja

Anja Mathur
LL, psykiatrian erikoislääkäri, vastaava johtaja
Lääkäri- ja psykologikeskus Egofunktio Oy