

Kaj J. Davidkin

Kokemuksellinen oppiminen analyttisessä ryhmäpsyko- terapiassa

Tapausselostus nelivuotisesta analyttisestä psykoterapiaryhmästä

" – Ihminen on ryhmäeläin, joka on aina ristiriidassa ryhmäisyytensä kanssa."

– W. R. Bion, Kokemuksia ryhmistä: ryhmädynamiikka psykoanalyysin näkökulmasta

Psykoterapiaryhmän perustaminen

Ryhmäpsykoterapian tavoite on persoonallisuuden eheyttämisen ja kypsymisprosessin voimien kasvun ja kehittymisen vain vuorovaikutuksessa toiseen ja toisiin. Kehitysprosessi kulkee kahdenkeskisestä kolmenkeskiseen, kolmenkeskisestä ryhmäkeskiseen ja siitä yhteisökeskiseen vuorovaikutukseen (Davidkin 1991).

Kun ryhmäpsykoanalyttikko kokoaa ryhmää, hänen on kiinnitettävä huomiota siihen, mitä jokaisen jäsenen mukanaolo merkitsee ryhmän työskentelylle ja sen tulevalle kehittymiselle (Keski-Luopa 2003). Valitessaan ryhmään jäseniä ryhmäpsykoterapeutti joutuu kiinnittämään huomiota toisaalta siihen, soveltuuko ryhmäpsykoterapia hoitomuodoksi kyseiselle hakijalle, ja toisaalta siihen, syntyykö ryhmästä sellainen, joka mahdollisimman hyvin palvelisi jokaista jäsentä hänen henkilökohtaisissa ongelmissaan.

Ryhmän homogeenisuus ja heterogeenisuus

On tärkeitä, että ryhmään valitaan sisäiseltä rakenteeltaan erilaisia jäseniä. Näin pyritään välttämään tilanne, jossa ryhmäprosessi lukkiutuu. Kun ryhmän jäsen näkee toisessa ryhmän jäsenessä elävänä sen, mille hän ei ole uskaltanut itsessään antaa tilaa, hän saa tuon toisen jäsenen kautta mahdollisuuden tutustua tähän ominaisuuteensa. Erilaisuus tekee ryhmän luovaksi ja kehityskykyiseksi, mutta liiallinen erilaisuus voi olla myös uhka ja hajottava tekijä ryhmässä (Keski-Luopa 2003). On tärkeitä, että kaikilla ryhmän jäsenillä on jokin yhtymäkohta ryhmän toisiin jäseniin. Liian poikkeava jäsen jää usein yksin ja ryhmä tekee hänestä helposti syntipukin (Foulkes 1983). Ryhmän jäsenten tulee sitoutua ryhmäprosessiin, jotta ryhmän "me-henki" eli koheesio pääsee syntymään.

Puitteiden ja rajojen merkitys ryhmäpsykoterapiassa

Selkeät puitteet, rajat ja sopimukset luovat turvallisuutta analyttiseen psykoterapiaryhmään. Mikäli perusturvallisuuden ylläpitämiseen (sekundaarinen perustehtävä) menee liikaa energiaa, jää varsinaiselle perustehtävälle liian vähän tilaa ja voimavaroja. Puitteilla tarkoitetaan ajan, tilan ja paikan lisäksi ryhmän jäseniltä edellytettävää käyttäytymistä sekä ryhmäpsykoterapeutin suhtautumista ryhmän jäseniin, itse ryhmään sekä sisäistämäänsä teoriaan ja menetelmään. Ryhmäpsykoterapia koskettaa ryhmän jäsenten varhaisia kokemuksia ja tunteita. Tämän vuoksi sekä ulkoisilla että sisäisillä rakenteilla on ryhmäpsykoterapiassa erityisen tärkeä merkitys. Jokaisen ryhmän jäsenen kanssa tehdään erillinen kirjallinen sopimus. Rajojen rikkomisia ovat mm. myöhästymiset, ilmoittamatta jääneet poissaolot istunnoista ja maksamatta jättäminen määräaikana, jotka kertovat ryhmän vastarinnasta ja sen jäsenten tavoista suojautua alkukantaista ahdistusta vastaan. Ryhmän jäsenet tapaavat toisensa vain ryhmäistunnossa, ei muualla (Garland 2010).

Ryhmäpsykoterapeutin tehtävä

Ryhmäpsykoterapeutin tehtävänä on tulkita yllä mainittuja rajarikkomuksia transferenssissa, ja ymmärryksellä ja merkityksenannoilla korjata rikkoutuneet rajat ja puitteet sekä näin palauttaa ryhmään riittävä turvallisuuden tunne. Ryhmän jäsenet sisäistävät ja omaksuvat terapeutin sisällyttämiskyvyn vähitellen omaksi ominaisuudekseen, ja näin myös ulkoiset puitteet sisäistyvät ryhmäprosessin kuluessa ja siirtyvät ryhmän jäsenten omaksi yksilölliseksi ominaisuudeksi, kunkin omaksi ”lihaksi ja vereksi.” (Carpelan 1966; Garland 2010; Schulman 2012). Terapeutti kuuntelee ”kolmannella korvalla” sekä yksittäisen ryhmän jäsenen että koko ryhmän transferenssia suhteessa itseensä. Hän kuuntelee myös ryhmän jäsenten välisiä transferensseja sekä jäsenten ja ryhmän välistä transferenssia, jolloin ryhmä koetaan objektina.

Ryhmän jäsenet voivat esimerkiksi kokea ryhmän tai terapeutin pahansuopana, vainoavana ja saitana äitinä, jolta ei voi odottaa mitään hyvää, tai he voivat kokea ryhmän hyvänä ravitsevana rintana ja sylinä. Ryhmää voidaan kuunnella myös ryhmä-äitinä, jolloin ryhmäpsykoanalyttikko edustaa ryhmä-isää ryhmän jäsenille (Carpelan 1966; Klemelä 2003).

Ryhmäpsykoanalyttikko pyrkii kohdistamaan transferenssitulkintansa ”tässä ja nyt” -tilanteeseen aina silloin kun se on mahdollista. Tällainen tulkinta on elävä, sillä ryhmässä tunteet, ajatukset ja alitajuiset kuvitelmat elävät juuri sillä hetkellä, jolloin tulkinnalla on mahdollisuus vaikuttaa ryhmän jokaisen jäsenen sisäiseen kokemukseen. ”Siellä ja silloin” -tilanne on aikoja sitten ohitettu ja siten puiseva ja kuollut (Schulman 2012). Transferenssin kautta menneisyys toistaa itseään tässä hetkessä, ja psykoanalyyssissa siitä tulee osa ”todellista elämää”, mikä tarkoittaa, että tämä ”todellinen elämä” voi avautua tulkintojemme ulottuville (Freud 1914).

Melanie Kleinin mukaan transferenssi muodostuu kun lapsi ”tässä ja nyt” -tilanteessa projisoi eri puolia sisäistetyistä varhaisista objekteistaan/osaobjekteistaan psykoanalyttikkoon. Kun psykoanalyttikko tulkitsee potilaalle/ryhmälle jotakin tässä ja nyt tapahtuvasta hetkittäisestä muutoksesta, potilaan/ryhmän vastauksen luonteesta voimme nähdä ja ymmärtää jotakin siitä ahdistuksesta, joka on defenssien ja oireiden takana. Ryhmässä jokainen jäsen omaksuu ryhmäpsykoterapeutin tulkinnasta sen, mikä koskettaa itseä, ja loppu menee ohi (Strachey 1934; Schulman 2012).

Ryhmän jäsenet eivät näe ryhmän kokonais-tilannetta samalla tavalla kuin ryhmäpsykoterapeutti, joten terapeutin tulkinnat vaikuttavat eniten ryhmäprosessin kehitykseen (Pölonen 2013). Transferenssitulkintoja on vaikeampi tehdä silloin, kun ryhmä on perususkomustilan vallassa. Näissä mielentiloissa ryhmäpsykoanalyttikon on hyvä tehdä lyhyitä nk. analyttikkokeskeisiä tulkintoja, esimerkiksi: ”Olen nyt sellainen analyttikko, jolta ette voi odottaa mitään hyvää.” (Steiner 1993; Garland 2010.)

Ryhmäpsykoanalyttikko Ezrielin (1972) mukaan potilas/ryhmä pyrkii luomaan määrätyn-

laisen suhteen analyttikkoon (*required relationship*) välttääkseen toisenlaisen suhteen (*avoided relationship*), minkä hän kokee johtavan tuhoisaan, katastrofaaliseen suhteeseen (*calamitous relationship*). Ezriel kuvaa näiden suhteiden analysoimista hoidossa ”tässä ja nyt -menetelmäksi” ja toteaa, että työstämisen ja siten tulkintojen tulee käsittää kaikki kolme edellä mainittua tasoa (Hinshelwood 1988; Schulman 2012; kts. Kurkela tässä lehdessä).

Winnicott (1971) on kuvannut, kuinka leikkimistä voidaan kutsua huumorin äidiksi. Leikki voi syntyä vain riittävän luottamuksellisessa suhteessa tärkeään toiseen. Vapaa assosiaatio on parhaimmillaan kuin leikkiä, joka ilmaisee transferenssisuhdetta yksilön/ryhmän ja analyttikon välillä.

Tapausselostus

Kuvaan ryhmän prosessia, jossa on neljä naisjäsentä ja neljä miesjäsentä. Rva E lopetti hoitonsa kesken oltuaan n. vuoden ryhmässä. Hänen tilalleen tuli nti O, joka ehti olla ryhmässä n. kolme vuotta eli prosessin loppuun saakka. Ryhmä kokoontui neljän vuoden ajan kerran viikossa 90 minuutin ajaksi. Ryhmän tuntimääräksi kertyi 320 tuntia ja se kokoontui 160 istuntoon. Olen muuttanut ryhmän jäsenten nimet kirjaimiksi sekä prosessin kulun sellaiseksi, ettei siitä voi tunnistaa ryhmän jäsenten henkilöisyyttä. Haastattelin jokaista ryhmän jäsentä vähintään kaksi kertaa.

Ryhmäprosessissa olen käyttänyt sulkuja ja tummennettua tekstiä kuvatessani omia vastatunteitani. Ryhmän jäsenistä käytän tummennettuja isoja alkukirjaimia.

Esitän neljä istuntoa, joissa vuorovaikutus on tarkasti kuvattuna. Istuntojen välillä pohdin ja jäseniä istunnoissa tapahtunutta prosessia ja lopussa pohdin laajemmin tapausselostuksen kokonaisuutta ja prosessin vaikutusta ryhmän jäseniin.

Ryhmän aloittaminen

Kättelen aluksi kaikkia jäseniä ja odotan kunnes he ovat valinneet paikkansa. Suljen oven

eteiseen merkiksi, että ensimmäinen ryhmäistunto on alkanut.

Instruktio

Puitteiden ja pelisääntöjen kertaamisen jälkeen kerron ryhmälle sen perustehtävän: ”Tässä ryhmässä on tarkoitus puhua siitä mitä mieleen tulee itsestä, toisesta, toisista tai minusta, olkoon se mitä tahansa. Jokaisen jäsenen on tarkoitus kertoa mahdollisimman vapaasti mitä mielessä kulloinkin liikkuu: ajatuksista, tunteista, mielikuvista, kuvitelmista ja unista aina ruumiintuntemuksiin saakka. Tarkoitus on tietoisesti pantata mahdollisimman vähän sitä mitä mielessä liikkuu, koska meillä kaikilla on taipumus pantata tiedostamattomasti monenlaisia asioita. Te puhutte enemmän kuin minä. Minun tehtäväni on auttaa ryhmää ja puuttua ryhmän prosessiin silloin kun koen sen tarpeelliseksi. Olkaa hyvät ryhmä on alkanut.”

Ryhmän alkuvaihe

Ensimmäinen istunto

E, P ja **M** myöhästyvät n. 5 minuuttia. Ryhmä odottaa heitä tulevaksi. Naiset istuvat minun vasemmalla puolellani ja miehet oikealla.

Kertaan ryhmän pelisäännöt ja annan instruktioita.

P on pahoillaan myöhästymisestäään ja kertoo, että tuntuu mukavalta kun ryhmä on päässyt alkamaan. Hän kertoo myös yksilöterapiakokemuksestaan ja sanoo, että on hyvä, että hoito on pitkä, saa rauhassa työstää asioitaan. **M** katsoo alas lattiaan ja vaikenee ahdistuneen oloisena. **A** kertoo yksilöterapiakokemuksestaan ja sanoo, että nyt vasta tunnistaa itsessään joitakin tunteita, joille osaa antaa nimen. ”Olen liian älyllinen, kontrolloin liikaa mitä sanon.”

P kertoo, että hän kärsii paniikkihäiriöstä, joka aiheuttaa hänelle vaikeita tilanteita.

(Huomaan, että minua ahdistaa ja jännittää. Tarkkailen tilannetta kolmannella korvalla. Yksilöterapiasta haetaan nyt turvaa, tuntuu pelkästään mukavalta. Ahdistus lohkotaan nyt pois. Tarve tulla yksilöllisesti hoi-

detuksi on suuri. Minuun kohdistuu suuria odotuksia. En tiedä mitä tuohon kaikkeen sanoisin toistaiseksi, joten päätän jatkaa kuuntelemista.)

A sanoo, että on tottunut puhumaan vain jos on asiaa. "Minun on vaikeata maalata sanoilla ja puhua vain puhumisen vuoksi vapaasti. Minun on helpompi ilmaista itseäni tanssien ja soittamisen. Haluan saada tunneyhteyden ihmisiin."

S kertoo myös pitkstä yksilöterapiakokemuksestaan, josta on kokenut hyötynensä. "Hyvä olo kun ei tarvitse ottaa vastuuta muista, voi vain puhua itsestä ja olla rauhassa tässä." **A** melkein keskeyttää **S:n** ja kertoo, että on aina hoitanut muita ja haluaa vihdoin nyt hoitaa myös itseään.

(M on kohottanut päänsä ja katsoo välillä niitä, jotka ovat äänessä. K kuuntelee tarkasti ja on ahdistuneen näköinen, R tarkkailee ja on mukana, E on hiljaa ja vaikuttaa kaikkein ahdistuneimmalta. P kuuntelee rauhallisen näköisenä, mutta on hikinen jännityksestä, puhuu kuitenkin. S katsoo usein minua vetoavan näköisenä ja A näyttää helpottuneelta puheenvuorojensa jälkeen. Ryhmän jäsenet yrittävät saada yhteyttä toisiinsa ja löytää jotakin yhteistä, joka toisi turvaa ja helpotusta tähän vainoavaan alkuahdistukseen ja tietämättömyyden sietämiseen. Minulla on tunne, että jäsenet vetoavat minuun kuin sanoakseen: "Äiti, tee jotakin!")

K kertoo, että hänellä on sama vika kuin **A:lla** ja **S:illä** eli taipumus vain hoitaa muita ja unohtaa omat tarpeensa. "Olen ujo ja arka ryhmässä ja tässä nyt harjoittelen ryhmässä olemisen taitoja."

K kertoo, että vuosi sitten uupui työssään ja hänellä todettiin astma sekä korkea verenpaine.

R katsoo **K:ta** ja **A:ta** ja kertoo, että hänellä on pitkä kokemus psykoanalyysistä takanaan. "Olen kova puhumaan, älyllinen ja minulla on vakaviakin psykosomaattisia vaivoja kuten joillakin teistä. Ryhmässä haluan oppia kuuntelemaan muita, mutta huomaan jo nyt, että se on minulle vaikeata."

E kertoo ujusti ja värisevällä äänellä, että hän jännittää ja pelkää olla ryhmässä. "Sain nytkin vaivoin avattua suuni. Tuo neljä vuotta

tätä ryhmäterapiaa tuntuu nyt juuri pitkältä ajalta."

(Koen, että ahdistus alkaa nousta ryhmässä, ja varsinkin E:n kohdalla se alkaa olla jo sietämisen rajoilla, joten mietin avaustulkintaa mielessäni.)

Tulkitsen ryhmälle: "Ryhmässä on nyt suuri tarve saada hoitoa, mutta samalla kysymys voiko asettua samaan hoitoon? Ryhmä miettii, että kerrankin on aikaa pysähtyä kuuntelemaan itseä ja toisia, ja toisaalta koette, että neljä vuotta tuntuu ikuisuudelta. Ryhmässä koetaan tällä hetkellä yhtäaikaan sekä luottamuksen että epäluottamuksen tunteita suhteessa minuun. Jokainen ryhmän jäsen etsii paikkaansa ja haluaa saada yhteyden toisiin kuka puhumalla ja kuka sanattomasti. Te kysytte, miten aidosti tässä ryhmässä voi tuntea ja ilmaista tunteitaan ja ajatuksiaan?"

(Tulkintani jälkeen tunnen, että ahdistus helpottaa "ryhmän mielessä". Kuuntelen tarkkaan miten ryhmä reagoi empaattiseen kuvaukseeni.)

Tulkinnan jälkeen seuraa lyhyt hiljaisuus, jonka katkaisee **P:n** ja **J:n** toteamus, että heidän on vaikeata luottaa ihmisiin. Tämän jälkeen **M** avaa ensimmäisen kerran sanallisen arkkunsa. "Toivon, että oppisin tässä ryhmässä sosiaalisia taitoja, jotta voisin saada yhteyksiä ihmisiin. Minun on vaikeata puhua seurassa, olen yksinäinen, ujo ja hiljainen. Pyörittelen vain tietokonetta, mikään muu ei kiinnosta, olen masentunut ja toivon saavani yksinäisyyteeni apua." Kaikki kuuntelevat intensiivisesti **M:n** puhetta.

A sanoo, että **M:n** puhe kuulosti rehelliseltä. **A** kertoo, että hänestäkin tuntuu välillä yksinäiseltä. **S** sanoo, että hän tuntee olonsa usein seurassa yksinäiseksi, johon **P** vastaa: "Sama minun kohdallani, mutta yksinäisyydessä voi olla jotakin hyvääkin." **E** tuhahtaa **P:lle**, että hänelle yksinäisyys on kuin myrkyä.

K katsoo **E:tä** ja puhuu pitkästi siitä, kuinka hän tarvitsee työssään myös yksinäisyyttä ja rauhaa selvittääkseen ajatuksiaan ja löytääkseen merkitystä omaan työhönsä. **K** kertoo, ettei voi kotona puhua paljon tunteistaan, sillä mies vain murisee eikä kuuntele häntä.

(Ajattelen ja koen, että ryhmässä on nyt

yksinäinen ja vainoavan ahdistava olo, mutta yhteyksiäkin jo löytyy. Tällä hetkellä ollaan kuitenkin lähempänä aitoja tunteita. Toisaalta huomaaan liikuttuvani ja mieleeni hiipii ajatus: "Tervetuloa ihmiskuntaan.")

Tulkitsen ryhmälle: "Yksinäisyys on tällä hetkellä koko ryhmän tunne. Ryhmässä herää nyt kysymys, kuka on kukin ja minkälainen analyttikko minä olen? Autanko, hyväksynkö vai tuomitsenko? Ryhmässä on samanaikaisesti sekä toive tulla kuulluksi että pelko jäädä yhteyden ulkopuolelle."

(Tulkintaani seuraavan hiljaisuuden aikana huomaaan miettiväni epävarmuuttani tulkintani osuvuudesta ryhmän tunnelmaan. Auttoi-ko tulkintani ryhmää, vai onnistuinko mykistämään heidät? Enkö luota vastatunteisiini? Mietin, että miksi nämä tunnelmat ja mietteet tulevat mieleeni juuri nyt? Jään kuuntelemaan ryhmän prosessia tulkintani jälkeen.)

Hiljaisuuden jälkeen **P** jatkaa, että hän pelkää puhuvansa liikaa ja asian vierestä, johon **A** tokaisee yllättäen, että **P** osaa puhua vapaasti puppua ja se on hyvä taito. Hämmentynyt hiljaisuus leviää ryhmään. Annan hiljaisuuden olla.

Hikipisarot helmeilevät **P:n** otsalla, **A** on ahdistuneen punoittava, **M** katsoo minua kysyvästi, **K** naputtelee sormiaan tuolin käsinojaan, **R** tarkkailee kaikkia ryhmän jäseniä ja minua levottomasti, **S** vaihtaa asentoa tiheään ja huokailee, **T** tuijottaa jäykästi eteensä, **E** katsoo minuun vetoavan ahdistuneesti.

(Huomaaan miettiväni mitä sietämätöntä tunnetta ryhmä panee A:n kantamaan? Mitä tulkintani pani liikkeelle? Ymmärsinkö tilanteen oikein? A:n ahdistus ilmeni siten, että hän alkoi puhumisen sijasta toimia ryhmätilanteen hänessä herättämien tunteiden mukaan. Siis projektiivinen identifikaatio. T pannaan kantamaan ryhmän "puppua" nyt. A:n ja P:n tunteet ovat nyt koko ryhmän tunteita. Ryhmä kysyy, mitä näillä sietämättömillä tunteilla eli "pupulla" nyt tehdään? Miten niistä päästäisiin eroon? Mihin pantaisiin nämä vihan ja ahdistuksen tunteet, kun ei ole vielä keinoja sisällyttää ja muokata niitä "ryhmämielessä?" Odottavat katseet kohdistuvat nyt minuun. Koetaanko tulkintani nyt

ryhmässä "pupun" eli paskan puhumiseksi? Mihin tämä "vihapaska" nyt työnnetään? Päätän jäädä kuuntelemaan tilannetta.)

A rikkoo ahdistuneen hiljaisuuden sanomalla, että ei tarkoittanut pahaa. "Oikeastaan tarkoitin sanoa, että 'pupun' puhuminen on minulle vaikeata." Siihen **S** valittaa syvää väsymystä ja toteaa, että ryhmässähän saa olla väsynyt. **P** saa sanotuksi, että hän loukkaantui **A:n** sanoista. Hän kokee, ettei **A** tykkää hänestä, koska hän on paha ihminen. **A** ahdistuu **P:n** repliikistä ja sanoo, ettei tarkoittanut loukatakata **P:tä**. "Nyt tajuan, että minulle tuli **P:n** puheesta äiti mieleen. Äiti puhuu nimenomaan 'puppua', siis sitä mitä sylki suuhun tuo ja loukkaa sillä puheella minua. Sitä äidin piirrettä en hyväksy itsessäni." Tähän **S** sanoo, että puhumisellakin voi vaieta tai vaieta.

(Tulkitsen ryhmälle: "A ja P ilmaisevat tunteita kaikkien puolesta. Kysymys on toisaalta pelosta, että omat vihan ja kiukun tunteet hajottavat ryhmän, ja samanaikaisesti halusta puhua ja ilmaista kaikkea mitä mieleen tulee ryhmässä. Ryhmässä pelätään loukkaantumista ja loukkaamista. Pelkäätte, että minun sanomiseni saattavat sekä auttaa, mutta myös loukata teitä. Ryhmä kysyy, että kuulenko, ymmärränkö ja kestänkö minä ryhmä-äidin kanssa ryhmävauvassa tällä hetkellä heräviä tunteita?"

Lyhyen hiljaisuuden jälkeen **S** sanoo, että **terapeutti** on tuonut tärkeitä näkökulmia esille, vaikka kommentit välillä ärsyttävätkin ja tämä ryhmässä oleminen ahdistaa. Omat asiat ottavat välillä päähän. Tähän **K** jatkaa: "Olen ollut naimisissa 20 vuotta enkä halua ärsyttää miestäni enää masennuksella ja sen takia on hyvä olla tässä ryhmässä." **R** kysyy päivämääriä, jolloin ryhmää ei ole, koska itsekin joutuu välillä olemaan pois ryhmästä työmatkojen takia.

Totean istunnon lopussa: "Nyt on tämänkertainen aikamme loppu. Tapaamme täällä samassa paikassa ja samaan aikaan viikon kuluttua."

M lähtee posket punottaen. **P:n** hiki on kiuvinut otsalta. **A** ja **T** hymyilevät lähtiessä. **E** lähtee ahdistuneena, **K** ja **R** lähtevät moikaten ja **S** lähtee viimeisenä.

Pohdintaa ensimmäisestä istunnosta

Halusin kuvata ryhmän ensimmäisen istunnon, koska ryhmän alku on tärkeä ryhmän tulevan prosessin ymmärtämiseksi.

Analyttikon tulisi kuunnella ryhmäprosessin ensimmäistä istuntoa samalla tavalla kuin hän kuuntelee jokaisen istunnon ensimmäisiä puheenvuoroja. Alkavan istunnon ensimmäiset repliikit kertovat ryhmäpsykoanalyttikolle tulevan istunnon ydinteemasta. Ensimmäinen istunto antaa ryhmälle ja sen jäsenille kokemuksen siitä, mitä ryhmäpsykoanalyysi on. Alku on ahdistavaa, sillä ryhmän jäsenet eivät tunne toisiaan, eivätkä he tunne ryhmän psykoanalyttikkoa. Jäsenillä ei ole ammatti-identiteettiä suojanaan ja he tuovat lapsuutensa ydinperheen sekä vuorovaikutusta edistävät että sitä estävät roolit sellaisenaan ryhmään mukanaan. Ryhmän alku on vainoahdistuksen vallassa olemista. Tärkeää alkamisessa on se, miten ryhmä kokee analyttikon tulkintojen auttavan heitä tässä alkuahdistuksessa. Tietämättömyyttä on alussa paljon, ja se herättää varhaisia psykoottistasoisia ja paranoidisia ahdistuksia, joita vastaan ryhmä suojautuu alkukantaisten suojautumiskeinojen, kuten primitiivisen idealisaation, kieltämisen, lohkomisen sekä projektiivisen identifikaation avulla. Alkuahdistus, tietämättömyys, varhaiset kuvitelmat ja suojautumiskeinot aikaansaavat ryhmän taantumisen helposti työryhmätasolta perususkomustasolle ja tavallisimmin riippuvuusryhmäkulttuurin tai taistelu-pakokulttuurin mielentilaan. Ryhmäpsykoanalyttikon tehtävänä on säädellä ahdistusta ja sisällyttää sanoittaen ymmärrystä ryhmälle tulkintojen kautta. Ne vähitellen auttavat ryhmää siirtymään perusolettamustason kulttuurista työryhmäkulttuuriin. Tämä liike skitsoparanoideisen ja depressiivisen mielentilan välillä on tärkeä ja parantava.

Transferenssi ja vastatransferenssi ryhmän jäsenten välillä sekä suhteessa ryhmän psykoanalyttikkoon ilmenevät sanattoman ja sanallisen kautta alusta lähtien. Ensimmäinen istunto antaa ryhmän jäsenille kokemuksen ryhmäpsykoanalyysista työskentelytapana ja menetelmänä. Kokemus alkuahdistuksen

vähenedisestä ryhmäpsykoterapeutin välittämän ymmärryksen ansiosta on tärkeä heti ensimmäisestä istunnosta lähtien. Ryhmän alussa tulee ryhmän ambivalenssi esille. Jäsenten halu ahnehtia huomiota itselleen ja samalla kokea syyllisyyden tunnetta ahneudesta ja pelätä kosta muiden taholta tulee esille vahvana kokemuksena, sillä ryhmässä on monta nälkäistä suuta. Ryhmän alku on samanlaisuuden löytämistä ja vahvistamista, sillä ryhmän jäsenet välttävät ryhmän hajotamisen pelkoon liittyvää hyvän objektin menetyksen aiheuttamaa kauhun tunnetta ja itsen häviämisen ahdistuksen kokemista.

Omat yksilölliset tarpeet ja halut ovat ristiriidassa ryhmän tarpeiden kanssa prosessin alusta sen loppuun saakka. Ryhmä suojautuu ahdistusta ja ristiriitaa vastaan turvautumalla kahdenkeskisiin mielikuviiin ja muistoihin omasta yksilöterapeutista (varhaisesta äiti-suhteesta), jonka huomiota ei tarvinnut jakaa kenenkään kanssa.

Ryhmässä on samalla toive saada kahdenkeskistä huomiota ja ymmärrystä terapeutilta. Elämä ja kuolema ovat ryhmän syntymässä läsnä. Ryhmän alkutilanteen tärkein kysymys näyttää olevan: ”Syntyykö vai kuoleeko ryhmä?” Ryhmällä on kuitenkin kyky puhua tunteistaan. Alussa hyvä ja paha ovat ryhmässä erillään. Yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden pelko on vahvasti läsnä. Miten säilyä hengissä tämän kauhun ja toivon keskellä?

Ryhmän ensimmäinen uni

Kuvaan ryhmän ensimmäisen unen, koska uni avaa uuden piilotajuuden ulottuvuuden alkamassa olevaan ryhmään. Uni on ryhmän ensimmäinen merkityksen anto, ikään kuin lahja psykoanalyttikolle ja ryhmälle itselleen. Pyrin osoittamaan, kuinka unityö lisää ymmärrystä tämän ryhmäprosessin alkuvaiheen sisällöstä.

S kertoo kolmannella ryhmäkerralla unen, jonka hän oli nähnyt toisen ryhmäkerran jälkeen. ”Olin safarilla joidenkin ystäväni kanssa. Lähdin ystäväni kanssa kävelemään safarilla olevan joen rantaan. Rannalla oli kaksi komeata hevosta. Katsoessani hevosia huomasin nuoren jäätyneen naisen lähimmän

rantakallion vieressä. Nainen oli harmaisiin pukeutunut ja jäänyt kumartuvaan, alistuneeseen asentoon.”

”Sitten uni jatkui niin, että oltiin tässä ryhmässä ja erotin **analyttikon** ja **K:n** muista ryhmän jäsenistä. **K** sanoi jotakin, joka helpotti ahdistustani ja minulle tuli hyvä olo. Yhtäkkiä huomasin, että **terapeutti** olikin ottanut 8 ihmisen sijasta 14 ihmistä ryhmään ja olin **terapeutille** siitä hyvin katkera ja kiukkuinen. Istunnon päättyessä **analyttikko** sanoi minulle, että saan olla rauhassa katkera ja pani oven kiinni ja siihen sitten heräsin.”

K reagoi uneen nopeasti sanoen, että uni oli koskettava. ”Liittykö katkeruutesi odotuksiisi **terapeutin** ja ryhmän suhteen?” Hiljaisuus laskeutuu ryhmään. Aluksi hiljaisuus tuntuu hyvältä, kypsymiseltä hiljaisuudelta.

Kun hiljaisuus alkaa ahdistaa, sanon ryhmälle: ”Tämä on S:n kertoma henkilökohtainen uni, mutta se on myös koko ryhmän yhteinen uni, koska se kerrotaan juuri nyt tässä ryhmässä. S kertoo sen myös ryhmän puolesta. Mitä ajatuksia, tunteita, mielikuvia tai ruumiintuntemuksia tämä uni teissä herättää?”

R sanoo, että hänellä on lähes sietokynnyksen ylittävä selkäsärky. ”Pidän silmiäni kiinni, en voi puhua juuri nyt.” **S** toteaa, että kokee **analyttikon** turvalliseksi samalla tavalla kuin lapsi kokee aikuisen turvanaan. ”En olisi muuten uskaltanut kertoa tätä unta. Toisaalta koen, että **terapeutti** edustaa unessa isääni, joka ei kyennyt kuuntelemaan turvattuun, jäin yksin...”

M mumisee ujosti, että jäätyneet tunteet..., johon **A** sanoo, että minulle ovat tuttuja nuoren naisen jäätyneet ja tukahdutetut tunteet. ”Isä joi, eikä äiti kyennyt kuuntelemaan meidän lasten tunteita, tuo turvattuun tuntuu tutulta.”

(Tulen kosketetuksi: Ristiriitaiset tunteet analyttikko-isää ja ryhmä-äitiä kohtaan. Jäänyt nainen, vauva, safari ja kuollut äiti, kaksi hevosta, Eros ja Thanatos läsnä? Mihin rooliin ryhmä yrittää minua saada? Päätän odottaa.)

P:lle herää ydinperheen vanhemmat mieleen. ”Isä aina vaati ja moitti minua huonoksi. Vanhemmat olivat välillä kuin pieniä kakaroita

ja minun piti olla kypsempi kuin olinkaan. Syytän niitä tästä tuskallisesta paniikkihäiriöstä ja ahdistuksesta, joka minulla on.”

Tähän **A** toteaa, että minulle on tuttua tuo katkeruus. ”Jos sen jatkuvasti nielee, se alkaa syödä ihmistä sisältä päin.”

K jatkaa, että katkeruus on kuin myrky, se on totta. Hän kertoo, että joutui kantamaan vanhempien ja etenkin isän tunteita eikä uskaltanut pitää puoliaan. ”Kätkin katkeruuden itseäni ja masennuin. Tänäkin olen ollut sairasta työkaveria tuuraamassa ja siitä hyvin kiukkuinen. Minulla on hyvin huono omatunto jos olen poissa töistä oman uupumuksen ja masennuksen takia.”

Tähän **R** kertoo, ettei halua enää syyttää vanhempiaan. **R** kertoo tapaavansa vanhaa äitiään, mutta isäänsä hän ei halua tavata, sillä isä sai aina pelottavia raivokohtauksia. Tähän **A** kysyy **R:ltä** eikö tämä pidä hyvänä sitä, että voisi kertoa tunteensa vanhemmilleen ja selvittää asiat suoraan heidän kanssaan. **R** vastaa, että on tarpeeksi rääkännyt vanhaa äitiään. ”Ongelmat ovat minun mieleni sisällä. Minun pitää työskennellä itseni kanssa, koska olen itse vastuussa omista tunteistani. Järkytyin suuresti kun äitini kertoi, että olin vahinko. Se oli myös äidin ongelma. Olen nyt selkäsärkyssä, jolloin alan puhua tällaisia.” **K** vastaa **R:lle**, että kyllä ne ovat omia tunteita, mutta eikö niitä voisi silti vanhempien kanssa puhua? **T** on samaa mieltä **R:n** kanssa, että kyllä tunteet pitää vaan itsessään työstää. **P** sanoo, että hän on kyllä yrittänyt puhua tunteistaan kotona, mutta isä ainakaan ei ymmärä mitään, äiti ehkä hiukan. **S** sanoo itkien, että olo on parhaillaan kuin olisi ilman isää ja äitiä niin turvaton... **S** itkee syvältä... muut ottavat itkun vastaan... **S** nyhkyttää...

(Minulla on avuton ja ahdistunut olo. Huomaan mieltäväni E:tä, joka on ollut kauan hiljaa. Havaitsen, että kaikki kuuntelevat J:tä hyvin intensiivisesti. Mitä koko ryhmä kertoo juuri nyt R:n kautta? Alistettu ja kuolemanahdistuksessa oleva ryhmävauva? Mieleeni muistuu, että K kertoi haastattelussa synnyttäneensä kuolleen sikiön, ja nyt R:n tarina vahingosta. Ryhmä-äiti ei halua luoda uutta eikä kykene hoitamaan ryhmävauvaa. Isät

huonoja, hylkääviä ja moittivia. Miten minä ryhmän analyttikko-isänä ja kättilönä tuen ryhmä-äitiä tässä vaikeassa synnytyksessä? Isä ja äiti toisiinsa sekoittuneina, ryhmätyttö ja -poika jäävät yksinäisyyteen ja ulkopuolelle. Ryhmälapsen hätä ja kuolemankauhu vallitsevat ryhmässä. 8-jäseninen muuttuu ryhmän fantasiaossa 14-jäseniseksi, ankara kilpailu ja kateus tilasta, ryhmä-äidin ja analyttikko-isän huomiosta.)

Tulkitsen ryhmälle: ”Tällä safarilla on nyt samanaikaisesti kuoliaaksi jäänyt nainen sekä kaksi elinvoimaista hevosta. Ryhmässä on parhaillaan sekä jäätävän kuolettavia että vahvoja elinvoimaisia tunteita. Ryhmän selkäsärky on niin kovaa tällä hetkellä, että se estää tunteiden ajattelemisen. Ryhmässä on kuvitelma, että minä ja ryhmä-äiti olemme pelottavasti sekoittuneet toisiimme tai vahingoittaneet toisiamme (primitiivinen triadi), jolloin ryhmävauva jää ulkopuolelle ja kuolettaa kauhuissaan tunteensa. Miten kukin ryhmän jäsen syntyy tähän ryhmään ja löytää oman paikkansa? Vai kuoleeko ryhmävauva? Ryhmä kysyy myös, minkälainen kättilö minä tässä synnytyksessä olen? Autanko vai jätänkö ryhmä-äidin yksin synnytystuskiinsa? Ryhmän unen mukaan teillä on kuvitelma, että ryhmä-äiti synnyttää niin paljon uusia vauvoja ryhmään, että kilpailu huomiosta vain kasvaa täällä. Olette vihaisia minulle ja koette, että minä vain suljen oven enkä kuule ryhmän tarpeita.”

Tulkinnan jälkeen seuraa pohtiva hiljaisuus. Helpottaa, hengitys kulkee, posket punertuvat ja ilmapiiri muuttuu selvästi rennommaksi. Istunnon lopussa **K** sanoo, että hänen vaikeata kestää kun hänen miehensä lähtee työkaveriensä kanssa iltaa viettämään. **M** kertoo turvattomuudesta ja yksinäisyydestä ja pohdii, mistä se mahtaisi johtua. **A** sanoo, että ennen hänelläkin oli vaikeata kun mies lähti, mutta ei enää.” **M**ökötin vaan ja nyt olen tajuunnut, että ellen puhu, ei se mies tajua miksi mökötän.” **T** kertoo, että hänellä on usein tunne, että kaikki hyvät asiat kääntyvät aina viimekädessä pahoiksi epäonnistumisiksi.

P sanoo tähän, että hänellä on sama pelko usein työpaikalla. **S** kysyy hienotunteises-

ti **E**:ltä, että mitä tämän ajatuksissa mahtaa liikkua kun on ollut niin kauan hiljaa? **E** alkaa kertoa ahdistuneella äänellä, että hänellä on paha olla. ”Olin sairaan lapseni kanssa poliklinikalla. Minulla on niin paha olla, että mietin taas sairaalaan menoa, mutta mieheni vastustaa sekä sairaalahoitoa että tätä hoitoa.” **S** jatkaa: ”Minulla on ollut usein tunne, että muut määräävät liikaa minun elämäni. Onko sinulla ollut sama tunne?” **E** vastaa **S**:lle, että siltä vähän tuntuu. **S** sanoo: ”On hyvä, että ryhmässä on sekä miehiä että naisia.” **R** pitää silmiään raollaan ja sanoo, että selkikipu on hellittämään päin.

Sanon ryhmälle: ”Ei ole sattuma, että eroamisen ja lähtemisen teema tuli esille juuri tässä lopussa kun mekin olemme eroamassa viikoksi eteenpäin. Minä vain määrään, että ryhmässä on tauko ja teillä on tunne, että ette voi siihen vaikuttaa ja siitä olette minulle vihaisia. Kysytte, että kuka minulle on tärkeämpi viikon aikana kuin te? Keitä muita tänne tulee saamaan huomiota viikon aikana kun te olette poissa? Ryhmässä on kuvitelma, että menen tekemään kuusi lasta lisää tähän ryhmään.”

Teoreettista tarkastelua

Ryhmäprosessin alussa ryhmän jäsenet etsivät turvaa ja pohtivat uskallusta luottaa ja sitoutua ryhmään ja minuun. Ryhmässä vallitsee taistelu-pakoperusolettamuskuulttuuri, mutta vastatunteeni kertovat, että myös riippuvuuskuulttuuri ”kyttää” siellä jossakin. Ryhmä on turhautunut, kiukkuinen ja hädissään. Mihin nämä sietämättömät tunteet pannaan? Analyttikkoon, toisiin ryhmän jäseniin, ryhmä-äitiin vai ryhmän ulkopuolelle?

Ryhmän jäsenet pyrkivät vastavuoroisen sijoittavan samastumisen avulla selviämään ryhmän alkuvaiheessa heissä heräävistä ahdistavista tunteista. Ryhmän jäsenet sijoittavat tiedostamattomissa mielikuvissaan minuun heille vielä sietämättömiä tunteitaan, joita pyrin parhaani mukaan sietämään ja silyttämään.

Mietin, miten ryhmä kykenee muuntamaan frustraatiota ja miten paljon ryhmä joutuu evakuoimaan ja toimimaan ylivoimaisesta turhau-

tumisesta aiheutuneiden tunteiden mukaan. Miten paljon ryhmä kykenee säilyttämään kykyään ajatella tunteitaan ja miten paljon ryhmän psykoottinen perusolettamuskulttuuri tuhoaa ajattelukytkentöjä ja rakentavia yhteydessä olon muotoja estääkseen kokemuksesta oppimisen ja todellisuuden kohtaamisen? Ryhmän hengissä säilyminen on pääasia tällä hetkellä, ei huolenpito (Attacks on linking ja -K).

Ryhmä hakee voimansa ja materiaalinsa perusolettamustasolta työstääkseen sitä työryhmätasolla. Minun tehtäväni on sisällyttää, kannatella, analysoida ja tulkita prosessia, auttaakseni ryhmää liikkumaan perusolettamuskulttuurista kohti työryhmäkulttuuria. Perusolettamuskulttuurin ja työryhmäkulttuurin välinen prosessuaalinen vaihtelu on alusta lähtien tärkeä, sillä sen kautta ryhmä kehittyy parhaimmillaan positiivisen spiraalin tavoin.

Ensin kehittyy ryhmä ja sen myötä ryhmän jäsenet. Peruskomuskulttuurin vallitessa huomaan tekeväni kokoryhmätulkintoja ja työryhmäkulttuurin vallitessa huomaan tulkinnoissa liittäväni eriytyneet ja yksilöityneet jäsenet ryhmän kokonaisuuteen.

Minulle tulee tunne, että miten ihmeessä kaikki kahdeksan mahtuvat syliini? Tuntuu kuin ryhmässä olisi 14 jäsentä. Kilpailu ja kauteus huomiostani ja ryhmätilasta on ankaraa.

Miten kuollut ryhmätyttö herätetään henkiin? Tunnistan useasti oman avuttomuuden ja epävarmuuden tunteeni. Niin paljon on tietämättömyyttä ja niin paljon menee ohi.

Wilfred Bionin mukaan ryhmä on oma kokonaisuutensa, ryhmä on eri kuin kokoelma yksilöitä. Bionin mukaan ryhmän yksilöt luovat ryhmän älyn, ilman yksilöitä ryhmä on tyhjä. Ryhmän tiedostamaton on eri kuin yksilöiden tiedostamattomien summa. Yksilö on aina kietoutunut ryhmäprosessiin ja ryhmä yksilön prosessiin (Bion 1979).

Yksilön tarpeet ja halut ovat siis ristiriidassa ryhmän tarpeiden kanssa. Tämän vuoksi yksilö on aina vaikeuksissa ”ryhmäisyytensä kanssa” (Bleandonu 1994). Bionin (1962) mukaan ihminen sekä tarvitsee että vastustaa kuulumista ryhmään ja hän on aina jonkin viiteryhmän jäsen, josta hänet voidaan tunnistaa. Ihmisellä on mielessään sisäis-

tetty ryhmä, jonka kanssa hän on jatkuvassa dialogissa, mikä tarkoittaa mm., että vaikka ihminen on yksin, hänen ei tarvitse tuntea itseään yksinäiseksi (Davidkin 2012). Ihminen on siis syntymästään saakka vuorovaikutushakuinen olento, halusipa hän sitä tai ei (Sitolahiti 2000). Ihmisen mahdollisuudet voivat toteutua ryhmässä, mutta eristyneenä hänen mahdollisuutensa kuihtuvat. Lohdutuksekseni mieleeni nousee Wilfred Bionin ajatus: ”Psykoanalytikon tulee pyrkiä säilyttämään kykynsä ajatella, vaikka häntä ammutaan.”

Unityöstä ryhmässä

Työstämätön uni on kuin avaamaton kirje, sanotaan Talmudissa. Kun yksilö kertoo unen, ryhmäprosessin tiettyssä tilanteessa ja vaiheessa, uni on samalla koko ryhmän uni. Uni on kuninkaallinen tie sekä yksilön että ryhmän tiedostamattomaan. Ryhmän uni rakentaa siltaa yksilön ja ryhmän väliseen kiiluun ja liittää näin yksilön ryhmän kokonaisuuteen.

Yksilön uni ryhmässä kuvaa juuri tätä prosessia. Uni lähtee varhaiselta protomentaalitasolta, jossa mieli ja ruumis eivät ole vielä eriytyneet toisistaan ja jossa varhaiset fantasiat ovat vasta eriytyneessä ruumiillisista kokemuksista. Yksilön uni ryhmässä kertoo siis sekä yksilön että ryhmän varhaisista tiedostamattomista kuvitelmista sen hetkessä tilanteessa. Kysyin mielessäni, miksi juuri tämä uni ja miksi juuri nyt.

Ryhmä oli tiedostamattaan delegoinut **S:lle** unen tuottamisen eli tiedostamattoman visualisoimisen, joka kertoi koko ryhmän senhetkisestä tilanteesta. **S:n** tiedostamaton otti tehtävän vastaan ja alkoi toteuttaa ryhmän hänelle delegoimaa tunnetta (Friedman 2011).

Uni toi ryhmän ensimmäisen tiedostamattoman merkityksenannon esille: ”Ryhmätytön depressiivinen jäätyminen ja psykkinen tunnekuolema eroottisuutta ja elämänvoimaa uhkuvien hevosten ilmapiirissä.” Kyse on ryhmän depressiosta. ”Onko samanaikaisesti kysymys myös kantänäkyfantasiasta? Fantasiasta jäädä sisäisten vanhempien ulkopuolelle liian varhain?” Varhainen ja uhkaava kolmiolisuhteen fantasia sisältää ajatuksen, että äiti

nielee isän, vanhemmat sulautuvat toisiinsa väkivaltaisella ja tuhoavalla tavalla tehden pahaa toinen toisilleen. Ilman vanhempia ryhmälapsi kokee häviävänsä, kuolevansa ja joutuvansa nimettömän kauhun valtaan. Kuolema ja ulkopuolelle jääminen muuttuu vainoavaksi viholliseksi, jota vastaan pitää taistella tai paeta. Yksilö uhrataan ryhmäperheen puolesta. Yksilöt häviävät ja ryhmä koetaan taantuneena ja vainoavan kauhufantasian vallassa olevana tiiviinä ”pilvenä”. Kyse on elämästä tai kuolemasta, ryhmän säilymisestä hengissä. Entä sitten elämänvoimaa uhkuvat hevoset? Edustavatko ne olemassa olevaa työryhmätasoa? Toivoa huolta pitävistä vanhemmista? Näkykö tässä Bionin ajatus, että perusolettamuskulttuurissa on aina väijymässä myös työryhmäkulttuuri mm. niin, että psykoanalyttikko edustaa yhteyttä realiteetteihin ja työryhmätasoon halkomisen kautta? Bionin mukaan umpipsykoottisillakin on olemassa neuroottinen puoli, joka on yhteydessä ulkomaailmaan ja todellisuuteen. Havaitsin, että unen työstäminen ryhmän vapaiden assosiaatioiden kautta varhaisten tiedostamattomien fantasioiden tasolta (protomentaalinen taso) eriytyneempään ja tiedostavampaan (symboli-funktio) työryhmätasoon alkoi tapahtua.

Bionin mukaan yksilö on osa ryhmän protomentaalista tasoa, jolloin yksilön uni ryhmässä resonoi myös ryhmän protomentaalista tasoa ja on siis samalla koko ryhmän uni (Bion 1979). **S:n** kokemus ”jäätynyt tyttö -uni” kertoo ryhmän tiedostamattomasta prosessista kuten edellisestä kuvauksesta käy ilmi. Yksilön uni ryhmässä kumpuaa siis ”ryhmämielen” tiedostamattomasta.

Ryhmä delegoi unen näkemisen tietyille jäsenelleen, joka ottaa delegaation tiedostamattomasti vastaan (avain sopii lukkoon) ja ilmaisee nähdyt unensa kautta niitä sietämättömiä teemoja, ajatuksia, tunteita ja kuvitelmia aina ruumiintuntemuksiin saakka, joita ryhmä ei vielä ole toistaiseksi voinut kohdata tai sietää itsessään. Uni avaa ja tuo uuden tason ryhmään ymmärrettäväksi ja eteenpäin työstettäväksi.

Projektiivinen identifikaatio saattaa ryhmän unityön alkuun. Uni tuo ryhmäprosessin pe-

rusliikkuvuuden esille. Uni kertoo varhaisten tiedostamattomien fantasioiden kautta ryhmäprosessista, jossa ryhmän ja yksilön välinen ”kuilu” on olematon. Yksilöt ovat sulautuneet ryhmään eivätkä erotu ryhmästä (perusolettamuskulttuuri). Kun tämä mielen-tila vakiintuu, alkaa ryhmäprosessi liikkua unityön tuloksena työryhmätasoon päin, jolloin yksilöt alkavat erottua ryhmässä. Tässä tilanteessa ryhmän ja yksilön välinen kuilu on optimaalinen.

Ryhmän keskivaihe

E jäi ryhmästä pois oltuaan vuoden mukana. **O** tuli kolmen viikon kuluttua **E:n** tilalle ryhmään. Ryhmä suri **E:n** lähtöä ja valmistautui vastaanottamaan **O:n** ryhmään. **E:n** lähtö ja **O:n** tulo ryhmään herättivät uudenlaisen prosessin. **E:n** lähtö herätti muistot varhaisista menetyksistä ja pelot ryhmän hajoamisesta. Jäsenissä heräsi epäily ryhmän parantavasta vaikutuksesta. Ryhmä oli myös pettynyt minuun, etten pystynyt pitämään ryhmää kokonaisuutena, minkä tulkitsin ryhmälle.

O:n tulo herätti myös jatkuvuuden tunteen ja toivon ryhmän kokonaistumisesta. Samalla **O:n** tulo herätti muistot nuorempien vauvojen syntymisestä perheeseen ja vanhempien sisarusten ulkopuolelle jäämisen kokemukset.

O tuli tauon jälkeen ryhmään. Minä olin siis ryhmän fantasioissa lähtenyt tauolle tekemään lisää lapsia. Ryhmässä eli varhainen fantasia, että mitä tahansa voi tapahtua tauon aikana. **O:n** tulo sai ryhmän jäsenet etsimään uudelleen omia paikkojaan ryhmässä. **E:n** mukana lähtivät ryhmän häneen sijoittamat projektiot ryhmän ulkopuolelle, joita ryhmä keräsi jäseniensä kautta takaisin itselleen ennen ja jälkeen **O:n** tuloa ryhmään. Ryhmä teki surutyötä **E:n** menetyksen seurauksena. Pyrin sisällyttämään tulkintoihini yllä mainitsemieni ilmiöiden ja tunteiden ymmärrystä ja merkitystä parhaani mukaan.

Ryhmä herätti minussa syllisyden tuntoja, ahdistusta, avuttomuutta ja iloa. Ryhmä syllisti minua **E:n** lähdöstä, etten ollut voinut pitää ryhmää kokonaisuutena, vaikka olin itse valinnut heidät tähän ryhmään. Vastatunteiden

kautta ymmärsin, että ryhmä oli alkanut sie-
tää mielessään erilaisia tunteita pidempään
kuin aikaisemmin.

Sietämättömän ulostyöntäminen oli vähen-
tynyt ja ryhmän kyky muuntaa frustraatiota
ajattelun suuntaan oli lisääntynyt.

Huomasin pitäväni ryhmästä ja sen jäsenis-
tä ja ajoittain myös nauttivani (sekavan pelon,
tietämättömyyden ja ahdistuksen keskellä)
ryhmäprosessin edistymisestä ja ryhmän jä-
senten erottumisesta myös yksilöinä etenkin
silloin, kun työryhmäsuuntautunut työskente-
ly oli vallitsevana ryhmässä. Ryhmän ollessa
koostuneemmassa eli depressiivisessä mie-
lenteilässä, voidaan sanoa, että ryhmän vapau-
tunut vuorovaikutus ”soi” kuin helisevä vas-
ki. Noin puolitoista vuotta **E:n** lähdön ja **O:n**
tulon jälkeen alkoi **R** puhua halustaan lähteä
ryhmästä. Asiaa käsiteltiin moneen kertaan.
Ryhmä vastusti **J:n** lähtöä ja **R** jatkaili lähtön-
sä kanssa pitkään. Ryhmä liikkui jälleen kohti
perususkomuskulttuuria.

Istunto ennen kesätaukoa

Kuvaan seuraavassa ryhmäprosessin keski-
vaiheilla pidettyä istuntoa ennen 7 viikon ke-
sätaukoa.

R ja **O** ovat olleet poissa edellisestä ryhmäis-
tunnosta, jonka (siis vain tämän istunnon) olin
kaksi kuukautta sitten ryhmän suostumuksel-
la muuttanut keskiviikosta maanantai-illaksi.

R ja **O** ilmoittivat viikkoa ennen, etteivät pää-
se osallistumaan tuohon muutettuun maanan-
tai-illan istuntoon.

Kaikki ovat paikalla. On kuukauden viimei-
nen istunto, maksukerta, ja kaikki alkavat
maksaa. **R** sanoo, ettei maksa edellisestä
istunnosta, koska se oli siirretty istunto. Sei-
somme ryhmän keskellä ja minulla on maksu-
kuitti kädessä.

**(Huomaan miettiväni, kuinka kiehun si-
säisesti. Olen vihainen, avuton, pelokas ja
raivostunut. Ajatukseni sumenee hetkeksi.
Pyrin säilyttämään kykyäni ajatella, etten
päästäisi tunteitani purkautumaan ryhmälle
holtittomana puheena tai toimintana, mutta
läheltä liippaa. Aistin, että R on myös vähäl-
lä lyödä minua. Mitä teen? Olen muutenkin**

**tehnyt töitä olan takaa R:n ryhmästä lähdön
ymmärtämiseksi hänen ja ryhmäprosessin
kannalta ja nyt tämä vielä. Mitä sietämättö-
miä tunteita ryhmä panee R:n ja minut nyt
kantamaan?)**

Tulkitsen ryhmälle: ”Kaikkia ryhmän jäse-
niä koskevat samat pelisäännöt, jotka kaikki
jäsenet hyväksyivät ryhmän alkaessa. Ryhmä
kokee olevansa tällä hetkellä turvaton ja tur-
hautunut. Ryhmä hakee nyt turvaa kahdenkes-
kisytydestä. Ryhmä on R:n kautta vihainen mi-
nulle ja mitätöi työtäni ryhmän analyttikkona.
Minun ei kuulu saada hyvää, minut koetaan
nyt riistäjänä, uhkaavana ja pahana hahmona,
joka ei ole ansainnut palkkaansa ja jolta ei voi
odottaa mitään hyvää tällä hetkellä.”

R raivostuu entisestään. ”No sitten minun
täytyy poistua ryhmästä ja lopettaa ryhmä tä-
hän. **R** menee maksamatta ovelle ja toivottaa
ryhmälle hyvää jatkoa.”

Sanon **R:lle** vähän hädissäni, ettei hoitoa
voi näin lopettaa. Se on sekä **R:lle** itselleen
että ryhmälle tuhoavaa.

A huomauttaa, että **R** on jättänyt avaimensa
tuolille. **R:n** mennessä tuolille minä panen hä-
nen avaamansa oven kiinni eteiseen.

Sanon päättäväisesti, että panen oven kiin-
ni ja nyt tutkitaan asiaa eikä vain sokeasti toi-
mita ajattelemaatta ja impulsiivisesti tunteiden
mukaan. Tärkeätä on miettiä, mikä tässä juuri
nyt toistuu?

R istuutuu takaisin tuolilleen.

Sanon ryhmälle, että kaikille sopi kolme
kuukautta sitten, kun puhuttiin istunnon siir-
ttämisestä maanantai-iltaan. **M** ja **R** ilmoittivat
vasta myöhemmin, että ovat estyneitä tule-
maan ryhmään. Kysymys on nyt jostakin aivan
muusta, jota tulee tutkia ja ymmärtää tässä
paremmin.

K sanoo, että tilanne tuntui aivan kestä-
mättömältä. ”Minä pelästyin aivan kauheasti,
sydän rupesi pompottamaan, koska **R** oli niin
vihainen.” **A** sanoo: ”En halunnut sotkeutua,
minulla oli kylmä tunne, tuttu tunne. Olisi ikä-
vää jos **R** lähtisi tällä tavalla ryhmästä.” **O**
toteaa, että tuli turvaton olo. ”Ajattelin, että
R lyö terapeuttia ja miten ryhmän terapeut-
ti pystyy hallitsemaan tilanteen. Onneksi kävi
näin. Minustakin on ikävää jos lähdet näin

ryhmästä **R**.” **A** sanoo siihen, että hänessä heräsi samanlainen tunne kuin lapsena kun äiti ja isä riitelivät ihan käsiryssä. ”Minua pelotti, en voinut muuta kuin katsella sivusta sitä tappelamista.” **P**: ”Säikähdin **R:n** raivoa. Tuli isän raivokohtaukset mieleen.” **T**: ”Sä olet **R** jo pitkään uhannut lähteä tästä ryhmästä. Pidät ryhmää epävarmuudessa. Meinaatko lähteä vai etkö meinaa?”

Tulkitsen ryhmälle: ”Tämä perhetilanne muistuttaa teitä vastaavanlaisista lapsuuden perheenne ahdistavista tilanteista. **R** kohtelee ryhmää ja minua kuten isä on kohdellut häntä. Ryhmä panee **R:n** kantamaan ja ilmaisemaan näitä ryhmälle sietämättömiä vihan, raivon ja tuhoavuuden tunteita. Minä edustan nyt sitä ryhmäperheen isää ja äitiä, johon ei voi luottaa. Minä olen nyt se vanhempi, joka ei kestä teidän tunteitanne ja siksi muutan sopimuksia ja puitteita. Olen se vanhempi, joka tekee teidät vihaisiksi ja epävarmoiksi. **R** haluaa saada ryhmä-äidin ja minun ymmärtämään, miltä ryhmälapsesta tuntuu kun se joutuu mielivaltaisen raivon- ja vihantunteiden kohteeksi ja petetyksi. Nämä eivät ole pelkästään **R:n**, vaan koko ryhmän tunteita.”

(Tulkintaani seuraa hiljaisuus. Tilanne rauhoittuu selvästi. Ahdistus helpottaa ja tulkin-taa kypsytellään. Koen olevani helpottunut, minulla on väsyneen valpas olo. Mietin, että ryhmän vihaisuus on oikeutettua, koska se johtuu minun aloitteestani tehtyyn puitemuu-tokseen.)

Hiljaisuuden rikkoo **R:n** aloitus: ”Tässä juuri tulee patologiani esille. Loukkaannuin **tera-peutin** kommentista ja koin, että hän nöyryyttää minua ryhmän edessä kun sanoo, että kaikkia ryhmän jäseniä on kohdeltava tasaveroisesti, blaa, blaa...”

(Mietin, että R käyttää usein tätä termiä – ”blaa, blaa” – kun on raivoissaan ja työntää ulos pahaa oloaan. Blaa, blaa tarkoittaa paskapuhetta ja vihaa, puhetta vailla mieltä ja merkitystä. R sanoo, että hän on kokenut, että sisko on saanut perheessä enemmän huomiota. Hän kertoo vihaavansa isäänsä, koska isä on nöyryyttänyt häntä toistuvasti muun perheen edessä. Huomaan miettiväni, miten yksilön sisäistä maailmaa voisi yksi-

tyiskohtaisemmin ymmärtää ja ottaa huomioon ryhmäprosessissa?)

S kysyy **R:ltä**, että mitä hän tarkoittaa tuolla blaa, blaalla ja jatkaa: ”Kyllä raha-asioissa taksa ja pelisäännöt ovat tässä ryhmässä samoja kaikille.” **R** sanoo, että minäkin voin muistaa väärin, mutta huomaatteko, että näin helposti minä raivostun ja loukkaannun. ”Sama tilanne kuin oli isäni kanssa. Se on totta mitä **psykoterapeutti** sanoi.”

Samassa **S** purskahtaa itkuun. **R**: ”Loukkaannuin myös ryhmälle, että menette auktoriteetin puolelle kuin lamput ja toiset ovat hiljaa eivätkä sano mitään. Se on ärsyttävää. Olette lammassporukkaa ja minun on enää vaikeata luottaa teihin!”

R:n raivoisan huudon jälkeen seuraa lyhyt ahdistava hiljaisuus, jonka **P** rikkoo: ”Jumalauta, olen vihainen sinulle **R!** Ei tässä saata lampaita olla! On saatu ihan tarpeeksi olla lampaita lapsena kun fajia hakkasi ja mutsi katsoi vierestä! Tuollaista en aio enää sietää sinulta! Minulla oli tunne, että ensin lyöt **terapeuttia** ja seuraavaksi olen minä vuorossa. Minä vaistoan helposti vihan ihmisessä ja silloin alan olla varuillani!” **K** sanoo ajattelevansa **R:ää** luuserina. ”On raukkamaista lähteä ja katkoa siteet noin vain vastuuttomasti, samaa olet kertonut tehneesi aikaisemminkin läheillesi. Minun miehessäni on tuota samaa äkkipikaisuutta ja se on inhottavaa.” **O** sanoo **R:lle**, että oli hyvä, ettei tämä lähtenyt.

Totean ryhmälle: ”Ryhmässä on nyt pelko, että tunneyhteydet katkeavat väkivaltaisesti. Pitää joko taistella tai paeta omia tunteitaan ja pahaa oloaan. Paha olo pitää nyt panna johonkin, kuten minuun, ryhmä-äitiin tai ryhmän jäseniin. Tuleva kesätauko herättää teissä ahdistusta. Olette pettyneitä ja vihaisia minulle, koska minä vain käännän selkäni, lähden ja hylkään teidät ilman, että voitte siihen vaikuttaa. En edes kerro, minne olen lähdössä. Ryhmässä on pelko, että keskinäiset yhteydet sekä yhteydet ryhmän ja minun välilläni katkeavat. Ryhmä panee nyt **R:n** hylkäämään minut ja ryhmän ennen kuin kokee itse tulevaisuutta hylätyksi. Tämä ei siis ole vain **R:n** tunne, vaan koko ryhmän tunne. Mietitte myös, että kuka on minulle ja ryhmä-äidille tauon aikana tärkeämpi kuin te?”

(Ajattelen, että somaattisen kivun peitossa olleet R:n tunteet ovat alkaneet tulla esille. Psykoottistasoinen ahdistus, psykoottinen viha ja tuhoavuus, ja sen takia halu lopettaa hoito, koska R:stä on niin pelottavaa kohdata näitä tunteita, kipua ja todellisuutta itsessään (Schulman 2000). Minulle tulee mieleen, että R:n isä jätti R:n melko pienenä takertuvan, tarvitsevan ja masentuneen äidin hoiviin. Tämän takia ei ole sattumaa, että ryhmä panee juuri R:n ilmaisemaan vihaa ja pettymystä suhteessa minuun.)

R jatkaa: "Olen ajatellut, että alan meditoida ja lakkaan puhumasta ja ajattelemasta vaivojani. Pitää saada niskalenkki omasta elämästä."

(Attacks on linking ja -K eli suojautuminen omnipotenttiin fantasiaan. R on aikaisemmin sanonut, ettei kestä viikon taukoa ja sen herättämiä tunteita itsessään. R ilmaisee koko ryhmän eroahdistusta ja riittävän hyvän sisäistetyn objektin vajavuutta. Kerron ryhmälle, että voisivatko he ajoittain päästää minut ja ryhmä-äidin mukaan mieleensä tauolle ja vaikeana hetkenä kysyä esimerkiksi, että mitä ryhmä-äiti ja minä ajattelisimme nyt tästä tilanteesta?)

A sanoo, että niskalenkki elämästä kuulostaa pahalta. "Pitääkö sinun **R** pakottaa tai puristaa elämä johonkin niskalenkkiin nyt?" **O** alkaa kertoa, kuinka isä lähti kotoa pois, vaikka äiti pyysi, ettei se lähtisi. Siitä **A** muistaa, että hän tuli lapsena aivan kylmäksi, kun isä kävi äidin kimppuun. **S** alkaa puhua rakkaasta yksinjätetystä pikkupojasta **R:ssä**. **M** eläytyy **R:n** tunteisiin sanomalla, että yksinäisyyden tunne on hänelle tuttu seuralainen.

Istunnon lopussa sanon ryhmälle: "Olen pahoillani siitä, että muutin sopimiamme puitteita keskiviikosta maanantaiksi ja etenkin näin lähellä kesätaukoa. Se aiheutti ryhmälle turvattomuuden tunteita. Ryhmä on vihainen poissaolijoille ja kokee, että poissaolijat mitätöivät ryhmää, koska eivät tule ryhmään. Olette myös vihaisia minulle, koska en pystynyt pitämään ryhmää kokonaisena."

Siihen **R** sanoo, että se on inhimillistä.

Jatkan tulkintaani vielä lopussa: "Ryhmä puhuu **R:n** kautta vaikeudesta asettua riippuvuuteen ja tarvita minua ja ryhmä-äitiä, koska

ne tuovat riskin loukkaantumisesta sekä ulkopuolelle jäämisen mahdollisuudesta kuten nyt tauon kynnyksellä."

S ja **K** huudahtavat vielä: "Pidetään toinen toisemme mielessä!"

Pohdintaa ryhmän keskivaiheen prosessista

Istunnon alussa ryhmässä oli raivostunut ja kauhuissaan oleva ryhmävauva. Tässä tilanteessa ryhmässä ilmeni projektiivinen identifiointi selkeimmillään: **R** projisoi pienen pojan/ryhmävauvan raivonsa ja kauhunsuun minun kannettavakseni. Oliko **R:n** selkäsärky nimettömän kauhun ja raivon kantamista ryhmän puolesta ja samojen tunteiden herättämistä minussa, jotta ymmärtäisin, miltä **R:stä** ja ryhmästä tällä hetkellä tuntuu? Ryhmäruumis tuli ryhmämielen avuksi kantamaan sietämätöntä ja liian suurta tunnetaakkaa (Siltala 1990). Minä kannattelin ja sisällytin pienen ryhmälapsen kauhua ja avuttomuutta, jota ryhmän ankara ja egoa tuhoava superego mitätöi ja halveksi **R:n** kautta. Mitä sietämättömiä tunteita ryhmä pani **R:n** kantamaan? Jälkeenpäin ymmärsin, että tämä tilanne sumensi kykyäni ajatella, mutta tavoitin siitä kuitenkin jotakin, joka laukaisi tilanteen myönteiseen suuntaan (Pines 1994).

Riittävä puitteista ja rajoista huolehtiminen luo mielikuvan siitä, että analyytikolla on tilaa mielessään ryhmälle. Kun muutin ryhmäistunnon päivää ja aikaa (vaikka se tapahtuikin hyvissä ajoin), horjutti puitteiden muutos ryhmän turvallisuuden tunnetta, kiinteyttä ja luottamusta minuun, minkä **R** ja monet ryhmän muut jäsenet toivat esille ennen ja jälkeen kesätauon. Samoihin aikoihin ilmoitin ryhmälle, että muutan vastaanottoni uuteen paikkaan. Tässä tuli toinen pommi ryhmän turvallisuuden ja luottamuksen tunteeseen. Ryhmän aika, paikka ja tila olivat muuttumassa, joka muutos herätti ryhmässä syvän ahdistuksen ja kauhun, jonka ryhmä sijoitti tiedostamattomissa mielikuvissaan **R:n** kautta myös minun kannettavakseni.

Ryhmän dynaamiset ja **R:n** yksilöllisen problematiikan tekijät vaikuttivat yhdessä siihen, että **R** lopetti hoitonsa kesken.

Eräs tekijä oli kyvyttömyyteni nähdä ja tulki-

ta ajoissa ryhmän problematiikkaa **R:lle** ymmärrettävällä tavalla. Mietin, että **R:n** sietämätön selkäsärky oli hyvin varhaista ja sanatonta puhetta ja liittyi ryhmävauvan protomontaaliseen tasoon, jossa mieli ei ole vielä eriytynyt ruumiista (McDougall 1989; Siltala 1990). **R** ilmensi (vaikka toisaalta hänessä oli verbaalinen ja oivaltava puoli) **T:n** kanssa pientä ryhmävauvaa, jolla ei ollut vielä riittävästi sanoja, käsitteitä, merkityksiä eikä kykyä ajatella tunteitaan ja sisäistä maailmaansa. Ryhmä delegoi tiedostamattomasti tämän puolen heidän kannettavakseen ja **R** ja **T** ottivat sen tiedostamattomasti vastaan. Itse ryhmästä tuli 'paha äitipuoli', joka hylkää osan lapsistaan huolenpidon ulkopuolelle.

Kun vaihdoin päivää ja ajankohtaa sekä kerroin ryhmätilan vaihdosta, ryhmä koki toimintani hyökkäyksenä (attacks on linking) minun ja ryhmän välistä yhteyttä vastaan. Toimintani herätti syvää ahdistusta ja turvattomuutta ryhmässä. Varhaiset ja myöhemmät kolmiosuhteiden ristiriidat heräsivät samanaikaisesti henkiin. Minä vain ilmoitin muutoksesta eivätkä he voineet siihen vaikuttaa. Tämä herätti kuvitelmia varhaisesta tuhoutumisen uhasta ryhmässä. Kuka oli analyytikolle tärkeämpi kuin ryhmä? Mitkä fantasiat lähtivät ryhmässä liikkeelle? Ryhmä ja sen jäsenet kokivat jäävänsä minun ja ryhmä-äidin ulkopuolelle. Mistä hyvästä ryhmä kuvitteli jäävänsä ulkopuolelle? Ryhmä delegoi tämän kateuden, pelon, kaipuun ja vihan **R:n** ilmaistavaksi suhteessa minuun. **R** ja **O** ottivat ryhmän delegaation vastaan, koska se sopi kuin avain lukkoon heidän ydinperheessään toteuttamaansa rooliin. Sen roolin kautta he olivat tulleet hyväksytyiksi ja ansainneet paikkansa lapsuutensa ydinperheessä. Bionin (1962) mukaan hyvän poissaolo merkitsee pahan läsnäoloa.

En ymmärtänyt riittävän ajoissa **R:n** hädän luonnetta enkä osannut liittää näitä merkityksiä ryhmäprosessin tilanteeseen. Myös ryhmä delegoi **R:lle** sekä vihaansa että nimetöntä kauhuaan. Ryhmä toivoi **R:n** pelastavan heidät tuntemasta näitä samoja tunteita. **R** lähti ryhmästä vuotta ennen ryhmän päättymistä ja ehti olla ryhmässä n. kolmen vuoden ajan. Minusta tuntui, ettei **R** ollut vielä valmis koh-

taamaan varhaisia psykoottisia ahdistuksiin. Voidaan myös kysyä, mitä tunteita ryhmä halusi poistaa itsensä ulkopuolelle **R:n** lähtemisen myötä. **R:n** lähtöä käsiteltiin ryhmässä pitkään ja perusteellisesti. Sekä ryhmä että **R** hyötyivät selvästi tästä irtaantumisprosessista. Ryhmä ymmärsi, että **R** kulki yhteistä matkaa ryhmän kanssa siihen saakka kuin se oli hänelle mahdollista. Näin tapahtuu jokaisen jäsenen kohdalla. **R** hylkäsi ryhmän samalla tavalla kuin oli tullut itse hylätyksi psykoottisen puolensa taholta. **R** pani ryhmän ja minut kokemaan, miltä tuntui pienestä ryhmälapsesesta, jonka tyrannimainen sisäinen isä hylkää ja johon äiti takertuu epätoivoisesti; kyseessä oli varhainen kolmiosuhteiden ristiriita.

Välillä **R** taas koki ryhmän ja minut vainoavana tyrannina, joka jättää pienen lapsen oman onnensa nojaan ja tekee lapselle pahaa. Toisaalta **R** koki ryhmän takertuvaksi äidiksi varsinkin silloin kun minä yritin tulkinnoillani sanojen kautta antaa tunteille merkityksiä ja saada **R:n** jäämään ryhmään. Minä edustin ryhmälle ja **R:lle** todellisuuden agenttia, joka oli uhkaava ja jota vastaan piti taistella tai paeta. Tulkitsin ryhmälle ja **R:lle**, että lähestyvä ryhmän päätyminen herätti ryhmässä ja sen jäsenissä varhaisia hylätyksi ja ulkopuolelle jäämisen kokemuksia. Ryhmä delegoi nämä varhaiset kauhut **R:n** kannettaviksi. Oli selvää, että se oli **R**, joka otti tämän roolin ja nämä eron kauhuihin liittyvät tunteet vastaan. **R** toisti tuttua kasvua estävää rooliaan, jota hänelle oli tarjottu hänen lapsuutensa ydinperheessä. **R** ei vielä kyennyt sisällyttämään ryhmän hänessä herättämiä tunteita, vaan alkoi tunteiden kohtaamisen, ajattelemisen ja työstämisen sijasta toimia eli poistua ryhmästä (Schulman 2000). Tätä prosessia ei onnistuttu **R:n**, ryhmäpsykoanalyttikon ja ryhmän välillä riittävästi työstämään. **R:stä** tuli ryhmän syntipukki, josta ryhmä halusi päästä eroon. **R:n** kautta ryhmä halusi päästä tulevan separaation herättämistä psykoottisista ahdistuksistaan eroon. En kyennyt riittävästi sisällyttämään ryhmän sietämättömiä tunteita, mistä seurasi, että ryhmä "oksensi" lopettamisprosessin herättämän vihan ja kauhun (beta-elementit) **R:n** kautta ryhmän ulkopuo-

lelle. Tämä ei tietenkään auttanut ryhmää.

Ryhmä työsti kauan **R:n** lähtöä ja veti vähitellen takaisin itseensä **R:ään** sijoittamansa projektiot työstääkseen ja muokatakseen niitä päättymisprosessin aikana. **R:n** kautta monet ryhmän jäsenet alkoivat tunnistaa omia kiellettyjä ja pelättyjä ahdistuksiaan ja vihan tunteitaan rohkeammin.

Pohdin Bionin ajatusta siitä, että poissaolijat ovat pakojohtajia, jotka deprivoivat ryhmää. Läsnäolijat kokevat poissaolijoiden mitätöivän ryhmää, koska heillä on parempaa tekemistä kuin olla ryhmässä (kateus). Läsnäolijat olivat siis vihaisia ja pettyneitä poissaolijoihin, vaikkakin silloin ryhmässä oli vähemmän suita läsnä. Läsnäolijat kokivat syyllisyyttä ahneudestaan, kun toiset olivat poissa. Ahneus herätti syyllisyyttä ja pelkoa kostosta. Poissaolijat olivat siis hyvin vahvasti läsnä läsnäolijoiden mielisissä. Pakojohtajat veivät ryhmästä pois sellaisia tunteita, ajatuksia ja mielikuvia, joita ryhmän oli toistaiseksi vaikea kohdata. Ryhmä oli myös minulle vihainen, etten pystynyt pitämään ryhmää koossa, koska ryhmän jäsenet pelkäsivät ryhmän hajoavan.

Ryhmäpsykoanalytikko edusti todellisuuden puolestapuhujaa ryhmässä. Analytikon tehtävänä oli mahdollistaa todellisuuden kohtaaminen, jota ryhmässä sekä toivottiin että vastustettiin samanaikaisesti.

Ryhmän keskivaiheessa sen jäsenet alkavat tiedostaa, että kuolema on olemassa, tämäkin ryhmä loppuu joskus. Tässä vaiheessa ryhmän jäsenten toivekuvitelma oli, että tämä ryhmä olisi analytikon viimeinen ryhmä. Heidän toiveensa oli, ettei heidän jälkeensä syntyisi enää lapsia, jotka saisivat terapeutin huomion.

Ryhmäprosessin loppua kohden mentäessä ryhmä alkoi toimia enemmän sisällyttäjänä ja sen jäsenet sisäistivät vähitellen analytikon ja ryhmä-äidin tapaa sietää, kuvailla ja sanallistaa tunteita, jotka olivat aikaisemmin olleet heille vielä sietämättömiä kestä.

Kutsun tätä ryhmäprosessin vaihetta kannattelu- ja sisällyttämävaiheeksi, jossa putoaminen varhaisiin tunnetiloihin voi olla nopeaa (kuten lopettamisvaiheessakin), mutta niistä päästään aiempaa nopeammin ylös työryhmätason mielentilaan.

Ryhmän päättämisprosessi

Ryhmän päättämisen lähestyessä ryhmän jäsenet kykenivät enenevässä määrin ottamaan takaisin ryhmämielen sisälle toisiinsa, analytikkoon ja ryhmä-äitiin projisoituja itsensä ja objektiensa osia. Varhainen vierottaminen ja myöhemmät oidipaaliset ristiriidat näyttäytyivät selkeämmin ryhmän edetessä kohti lopettamisprosessia. Käynnissä oli surutyö, jossa se mikä on sijoitettu ulkopuolelle (ja joka ei ole ulkopuolella ratkaistavissa) voitiin vähitellen ottaa takaisin mielen sisälle ja symboloida ajattelun, tulkintojen ja ymmärryksen kautta uusiksi merkityksiksi (Kajamaa 1966).

M lähti ryhmästä seuraavaksi n. puoli vuotta ennen ryhmän päättymistä. **M** oli melko hiljainen ryhmän jäsen, mutta oppi puhumaan ja tutkimaan tilannettaan ryhmän kärsivällisen kiinnostuksen avustuksella. **M** hankki ryhmäprosessin aikana uuden työpaikan ja rohkaistui tekemään työmatkoja ulkomaille. Nämä matkat kohottivat **M:n** itsetuntoa. Eräällä matkallaan **M** tutustui sitten naiseen, jonka kanssa meni Suomessa naimisiin ja muutti naisen kotimaahan saatuaan hyvän työpaikan sieltä. Ryhmä työsti myös **M:n** pois lähtöä. **M** löysi oman naisensa ja oman elämänsä kun oli voinut jättää ryhmä-äidin ryhmän isälle ja eriytyä sisäisestä ylisuojelevasta äidistään. **M** oli ryhmässä 3,5 vuotta ja hyötyi ryhmästä paljon siitä huolimatta, että hän oli ryhmän hiljainen jäsen. Muut kuusi jäsentä jatkoivat ryhmän loppuun saakka.

M:n lähdön yhteydessä ryhmä käsitteli intensiivisesti seksuaalisuutta sekä naisena ja miehenä olemisen problematiikkaa. Oidipaaliset ristiriidat ja teemat olivat vahvasti esillä ryhmässä.

Neljänneksi viimeinen istunto

Kuvaan seuraavassa neljänneksi viimeistä ja viimeistä istuntoa voidakseni tarkastella ryhmän päättämisprosessin herättämää sisältöä ja merkitystä koko ryhmäprosessin kannalta. Ryhmä kokoontui joulutauon jälkeen vielä neljä kertaa. Kaikki ovat ajoissa paikalla.

Sanon ryhmälle: ”Meillä on vielä neljä istun-

toa jäljellä ennen lopettamista.”

P aloittaa istunnon kertomalla, että hän on ollut hyvin ahdistunut koko joulutauon ajan.

(Mietin, että ryhmän ensimmäisen repliikin mukaan tämän istunnon teema tulee olemaan lopettamiseen liittyvä eroahdistus.)

O jatkaa: ”Silloin pienenä lapsena olisin tarvinnut apua ja vanhempien läsnäoloa. Kaikki samat tunteet ovat nyt tässä, (itkee) juuri tässä. Tajuan nyt kuinka vaikeata minun on erota ryhmästä ja ylipäätään erota ihmisistä. En pysty olemaan pojastani erossa edes tuntia, vaikka tiedän, että mieheni hoitaa häntä. Näin unen, jossa joku aggressiivinen tyyppi oli vetänyt kurkun auki kahdelta nuorelta. Se oli kauheata. Näin vielä veren tippuvan ennen kuin heräsin (itkee syvää itkua). Olen niin yksin.”

P: ”Sulla **O** taitaa olla sama tapa kuin minulla. Panet kaikki taas alkoholisti-isän syyksi.”
S kiinnostuu muista ja jättää omat tarpeensa huomiotta ja ottaa taas aputerapeutin roolin (kuten tavallista).

A kertoo, että suhde isään on parantunut kun hän uskalsi puhua tämän kanssa suoraan ensimmäisen kerran elämässään. ”On helpottava tunne, että voi puhua. Sisarustenkin kanssa puhuin isästä ja ne olivat kokeneet samaa. Puhuminen on kumman helpottava asia.” **T** on hiljaa, mutta kuuntelee muita intensiivisesti. **P** nauraa ja sanoo oivaltaneensa, että syyttää kaikkea vaimoaan tai työpaikkaansa (muutkin nauravat). ”Mua ahdistaa tämä lopettaminen. Missä sitten puhun kun tätä ryhmäistuntoa ei enää ole? Pitäisikö jatkaa terapiaa vielä? Samat oireet kuin aloittaessa nostavat päätään, mutta kyllä niiden kanssa jo paremmin pärjää. Olen huomannut, että pidän vaimostani nyt enemmän. Olen vieläkin vihainen isälleni, mutta myös surullinen. Ryhmässä on tapahtunut paljon. Elämä maistuu paremmalta kuin neljä vuotta sitten.”

A kertoo, että oma mies on mennyt terapiaan. ”Se on nähnyt, että olen muuttunut hyvään suuntaan. Olen nyt vasta ymmärtänyt, että minun on vaikea ottaa hyvää vastaan. Pelkään, että se muuttuu pahaksi. Pelkään hyvän menettämistä ja pettymystä, joka siitä tulee. Näin on ollut aina kohdallani. Ehkä se on totta, että itse pilaan hyvän jo etukäteen. Olen

huomannut, että monet haluavat ihan oikeasti mulle hyvää. Olen nähnyt paljon isääni tuossa terapeutissa ja tajuan sen nyt.”

K kertoo, että häntä harmittaa se akka, joka on hänen esimiehensä. ”Hyvä kun pidin puoleni ja meinaan pitää vatedeskin. Miehen kanssa menee paremmin. En ole sille enää niin vihainen ja se on mulle avoimempi. Voidaan keskustella enemmän eikä se ryyppää enää niin paljon. Ryhmästä on ollut paljon apua minulle. Uupumus ja depressio on hellittänyt. Työstä poissaoloja ei juuri ole ollut ja verenpaineeni on laskenut normaaliin. Voin ilmaista omia tunteitani paremmin ja vetäydyn vähemmän seurassa. Osaan myös paremmin pitää puoliani. Olen myös tajunnut sen, että minulla on sellaiset vanhemmat kuin minulla on ja sillä siisti.”

T kertoo, että vatsakipu on tullut takaisin ja on taas vaikeata lähteä kotoa ulos. ”Olen ehkä toivoton tapaus. Terapia ei taida purra minuun. Olin vanhempien luona joulun ja siellä oli mykkä hiljaisuus kuten ennenkin ja odotin vain, että pääsen sieltä kotiin.”

K: ”Sinä **P** kontrolloit tunteitasi vielä niin kauheasti. Sinun pitäisi saada ilmaista tunteitasi ulos.” Kaikki kiinnostuvat **T:sta**, jolloin hänen olonsa helpottuu (huolenpito).

Sanon ryhmälle: ”Kuulen, että ryhmälapsi vetoaa minuun ja ryhmä-äitiin. Älkää lopettako ryhmää, ettekö näe kuinka tarvitsevia ja keskeneräisiä olemme vielä. Ryhmä kokee minut nyt kurkunleikkaajana, kaikkien elävien yhteyksien katkojana. Te koette eroamisen sekä kuolemana että uusien mahdollisuuksien avaajana. Ryhmässä on tällä hetkellä hädän, kiitollisuuden, masennuksen, surun, pettymyksen, ilon, kiukun ja huolenpidon tunteita rinnakkain sekä minua että ryhmä-äitiä kohtaan ja ne saavat tuntua eikä niitä vastaan tarvitse enää suojautua.”

Seuraa hyväntuntuinen hiljaisuus, jonka **S** rikkoo alkamalla puhua joulunajasta, jonka vietti sairaalassa äidin kanssa jalkansa telonutta isää hoivaten. **S** puhuu miesystävästään ja suhteen toivottomuudesta. ”Ei päästä yhteen eikä eroon, kummallista ja kyllästyttävää.” **O** ja **K** kysyvät **S:ltä** mihin tämä tarvitsee miesystävänsä, koska **S** jatkuvasti kertoo

pettyvänsä tähän. **S** sanoo, etteivät hellät ja hyvät miehet ole näköjään häntä varten. **O** vastaa, että miksi eivät olisi ja **K** osoittaa **S**:lle kuinka tämä vähättelee itseään. Lopussa **P**, **T** ja **A** kuuntelevat rauhallisen tuntuisina ja **O** jatkaa puhumista eroahdistuksestaan ja seksuaalisista vaikeuksistaan miehensä kanssa.

Tulkitsen ryhmälle: ”Ryhmänuori kokee olevansa huono ja loukattu kun joutuu jäämään ryhmä-äidin ja minun ulkopuolelle, jotta voisi myöhemmin löytää oman kumppanin ja elämäntiensä. Edustan nyt sellaista julmaa ja hylkäävää vanhempaa, joka vetää kylmästi ryhmänuorelta kaulat auki.”

Ryhmäprosessin viimeinen istunto ja viimeinen uni

Viimeisessä istunnossa **K** kertoo unensa: ”Olin jossakin pellolla ja sitten pellolle tuli paljon vettä. Tein koiranputkesta hengityspotken, jonka avulla kykenin hengittämään veden alla kunnes vesi väistyi. Ryhmäläisiä oli siinä ympärillä ja yhtäkkiä näin kaksi isoa krokotiilia, jotka lähestyivät minua. Krokotiileilla oli iso pää ja niiden valtavat kidat olivat ammollaan. Ensin jähmetyin kauhusta, mutta sitten huomasin lapion vieressäni. Otin päättäväisesti lapion käteeni ja katkaisin sillä molempien krokotiilien päät muusta ruumiista. Heräsin tyytyväisenä ja iloisena.”

Pohtivan hiljaisuuden jälkeen ryhmä alkaa assosoida unta (ryhmä on oppinut assosioimaan). **S** pitää unta karmeana ja sen loppua taas helpottavana. **O** assosioi krokotiilit seksuaalisiksi symboleiksi. **P** miettii **K**:n kexseliäisyyttä ottaa koiranputki hengityspotkeksi veden alle. **K** miettii, että kyllä tässä on monen vaikeuden läpi yhdessä valettuakin. **T** sanoo, että tuntuu haikealta kun tämä puhumisen paikka päättyy. **S** sanoo olevansa surullinen kun ryhmä hajoaa. ”Olen saanut paljon hyvää ryhmästä. Huomasin hiljattain, etten ole ollut sairauden takia juuri poissa töistä pariin vuoteen.” **A** kertoo olevansa sekä surullinen että helpottunut kun ryhmä loppuu. ”Elämäni, arvoni ja itsetuntemukseni ovat muuttuneet ryhmän ansiosta, mutta olen minä tähän pannonnutkin ajallisesti ja rahallisesti. On se

kannattanut.” **O** kertoo, että hänen on helpompi olla porukassa ja työssä ja suhde mieheen ja poikaan on selkiytynyt. ”Luulin, ettei ero ja ryhmä hetkauta minua, mutta viimeiset kaksi kuukautta olen vullottanut täällä jatkuvasti. Huomaan kuinka tärkeitä ihmiset ovat minulle. Toisaalta olen kokenut itseni myös iloiseksi ja helpottuneeksi.”

(Tunnen itseni surulliseksi. Huomaan kuinka kiintynyt olen tähän ryhmään. Mietin yhdessä kulkemaamme matkaa. Ryhmä on muuttunut ja sen myötä sen jäsenet. Huomaan mieltäväni kiitollisuudella sitä, että olen saanut olla tässä kaikessa mukana ja kuinka ryhmä on kasvattanut minua ryhmäpsykoanalyttikkona eteenpäin. Menetän nyt tämän maailman ja nämä ihmiset. Mieleeni tulee vanhempi poikani, joka on muuttamassa pois kotoa. Huomaan myös olevani helpottunut ja iloinen siitä mitä muutoksia tämä prosessi ja menetelmä on näissä ihmisissä ja itsessäni aikaansaanut. Mietin **K:n unta ja sen merkitystä ryhmän viimeisenä unena. Edustavatko krokotiilit lapsenomaista seksuaalisuutta, kateutta ja ahneutta, narsistista myrkyä? (Klein 1975; Chiesa 2002.)**

Ryhmässä on jo keinoja työstää varhaisia pelkoja ja pitää huolta ryhmävauvan ja ryhmälapsen tarpeista ja sisällyttää sen pettymyksen tunteita. Ryhmä on tehnyt analyttikon tarpeettomaksi ja sisäistänyt riittävän reflektiivisen ja huoltapitävän objektin mieleensä. Erilaiset tunteet voivat olla ryhmän mielessä yhtäaikaa ja rinnakkain ilman, että niitä tarvitsee kieltää, lohkoa tai projisoida sietämättömänä pois. Mieleeni nousee ryhmän ensimmäinen uni jäätyneestä tytöstä ja hevosista.)

Sanon ryhmälle: ”**K**:n uni kuvaa ryhmän erotilanteen tunteita. Eron herättämät tunteet vyöryvät vesimassana ryhmän koettavaksi. Krokotiilit edustavat uhkaavaa ja nielevää ryhmä-äitiä, joka ei enää saa valtaa mielessänne. Krokotiilit edustavat myös lapsenomaisia intohimoja, ahneutta, kateutta ja varhaislapsuuden vanhempia, minua ja ryhmä-äitiä, joista te joudutte luopumaan ja joiden ulkopuolelle te joudutte nyt jäämään. Jätätte nyt ryhmä-äidin ryhmän isälle, jotta voitte löytää oman elämäntienne ja omat kumppaninne uudella

tavalla (Oidipus). Ryhmän uni osoittaa, että teillä on jo keinoja selvittää paremmin näistä tunnevyöryistä ja pettymyksistä oman ajattelun ja ryhmästä saatujen hyvien kokemusten ja välineiden avulla. Ryhmän aikuisella on jo kykyä pitää huolta ryhmävauvan tarpeista ja tunteista.”

Seuraa elävä hiljaisuus, jonka jälkeen ryhmä alkaa muistella poislähteneitä ryhmätovereitaan. **E**, **R** ja **M** tulevat ryhmän mieleen. Heitä muistellaan yksityiskohtaisesti ja hyvällä.

Sanon ryhmälle, että ryhmä-äiti hajoaa, mutta kaikki ne kokemukset, joita kukin ryhmän jäsen on tästä prosessista saanut, säilyvät jokaisen mielen repussa eväinä koko elämän ajan samalla tavalla kuin te juuri muistelite ryhmätovereitanne, jotka jättivät ryhmän aikaisemmin. Niitä kokemuksia ja muistoja ei voi kukaan ottaa teiltä pois.

Seuraa haikea ja surullinen hiljaisuus, jonka aikana useat ryhmän jäsenistä kynneltävät. Minäkin kynnellyn liikuttuksesta. **K** nousee ylös ja pitää minulle liikuttavan puheen ryhmän puolesta ja antaa kortin, jossa on komea ja monivärinen kukkakimppu. **K** puhuu elämän väreistä, jotka ovat tulleet näkyviin ryhmässä. ”Jokainen kukka näkyy väreineen erikseen, mutta vain kimpusta käsin.” **K** ojentaa minulle kukan, joka kukkii hitaasti, jotta muistaisin heidät mahdollisimman pitkään.

(Huomaan, että minulla on liikuttunut ja elävä olo.)

Kiitän ja kerron ryhmälle haikeasta olostani menettäessäni näin rikkaan ryhmän, ja samalla kerron olevani iloinen, että kukin voi jatkaa oman tiensä kulkemista omaan suuntaansa yhtä kokemusta rikkaampana.

Jään vielä hetkeksi ryhmätilaan nauttimaan elävästä mielentilastani.

Loppupohdinta

Ryhmä koki joulutauon ”kuoleman eteisenä”. Joulutauon aikana ryhmän jäsenet työstivät tulevaa ryhmän päättymistä mielessään. Koin tärkeäksi todeta tässä vaiheessa, kuinka monta ryhmäistuntoa on vielä jäljellä ennen ryhmän päättymistä. Ryhmäpsykoanalyttikon tehtävä on tavoittaa ja ymmärtää ryhmän ja

sen jäsenten psyykkistä todellisuutta tässä ja nyt. Ryhmäpsykoanalyttikko pyrkii pitämään mielessään myös ulkoisen realiteetin sekä ryhmän ja sen jäsenten historiaa. Ryhmä halusi ohittaa lopettamisprosessissa heräävän varhaisen eroahdistuksen, jotta sen ei tarvitsisi kohdata aikaisempia suremattomia suruja, varhaisia hylätyksi tulemisen kokemuksia ja kauhuja sekä niihin liittyvää kohtaamatonta ulkopuolisuuden tunnetta. Luulen, että **R** toimi ryhmän äänitorvena ja vastarinnan ilmaisijana lopetusprosessin ja erotyön kohtaamisessa.

R:n omat varhaiset ja traumaattiset kokemukset (synnytyksestä lähtien) aktivoituivat ryhmän lähestyessä päättymistään. Tämän takia **R** otti ryhmän hänelle delegoiman tehtävän vastaan. **R:n** omat tunteet sopivat siinä vaiheessa kuin avain lukkoon ryhmässä heränneiden tunteiden kanssa, eikä ollut sattumaa, että hän juuri ”sinä hetkenä” alkoi puhua hoidon lopettamisesta. **R** oli useaan otteeseen ilmaissut vaikeutensa kestää ryhmäistuntojen välillä olevaa viikon taukoa. Hän koki jäävänsä liian yksin ryhmässä heränneiden tunteidensa kanssa. Tätä en ryhmän psykoanalyttikkona huomioinut riittävän ajoissa, mikä omalta osaltaan johti **R:n** hoidon keskeyttämiseen. **R** hyötyi keskeyttämisestä huolimatta hoidostaan paljon. **R:n** lähdön jälkeen ryhmän jäsenet kertoivatkin kuinka he **R:n** kautta olivat voineet tunnistaa paremmin omia vihan, raivon ja kauhun tunteitaan (Pines 1994). **R:n** valenssi oli herkistynyt taistelu-pakoperuskomuskulttuuriin.

Valenssi on W. Bionin luoma käsite, jolla hän tarkoittaa yksilön alitajuista taipumusta liittyä itselleen ominaisella tavalla peruskomuskulttuuriin (Bion 1961). Ryhmäpsykoanalyttikon on tärkeää oppia tunnistamaan sekä omaa että ryhmän jäsenten valenssiherkkyyttä.

Se, etten ryhmän psykoanalyttikkona huomioinut riittävän ajoissa ryhmän viestiä **R:n** kautta, liittyy varmasti omaan valenssiini. Ryhmä pani minut miettimään myös tätä puolta itsessäni. Jokainen ryhmä vie myös analyttikoan vähän matkaa kehityksessä eteenpäin. Olen kiitollinen työnhajaajalleni, joka auttoi minua sietämään ja ymmärtämään ryhmää sen

vaikeissa tilanteissa ja vaiheissa. Työnohjaus vanhemman kollegan kanssa on erittäin tärkeä ja suositeltava asia jokaiselle, joka toimii käytännön ryhmäpsykoterapeuttina ja ryhmäpsykoanalytikkona.

Mielestäni neljän vuoden suljettu ryhmä on erityisen hyödyllinen myös siinä mielessä, että ryhmän jäsenet voivat kerrankin erota pitkän ajan kuluessa sekä ryhmän analyttikosta että toinen toisistaan ryhmän jäseninä. Surematomat surut ja liian vaikeat työstämättömät traumaattiset erokokemukset voivat pitkäkestöisen päättymisvaiheen aikana tulla paremmin läpityöstetyiksi. Kokemukseni mukaan suljetun, neljän vuoden ryhmän kannattelu- ja sisällyttämisvaihe on myös pidempi, kuin lyhytkestoisemmassa ryhmässä, jolloin sen jäsenten mahdollisuudet sisäiseen integraatioon ja hyvän objektin sisäistämiseen lisääntyvät merkittävästi (Davidkin 2012).

Suljettu ryhmä alkaa ja loppuu lähes samojen ryhmän jäsenten kanssa. Taipaleen yhteinen alku- ja päätösprosessi ovat syvä ja mieleenpainuva kokemus ryhmälle ja sen jäsenille. Yhteinen toinen toisiaan tukeva surutyö ja sen läpityöstäminen antavat arvokkaan kasvua ja sisäistä maailmaa kehittävän ryhmäkokemuksen. Ryhmän jäsenet sisäistävät surutyön kautta takaisin, ryhmänjäseniin ja analyttikkoon sijoittamiaan osia itsestään ja objekteistaan. Erotyö tapahtuu myös ryhmän ja analyttikon välillä.

Suljetun ryhmän lopettamisprosessin ominaispiirteenä on se, että ulkoinen ryhmä-äiti todella hajoaa, kuolee, mutta jokainen ryhmän jäsen kantaa sisällään kaikkia niitä kokemuksia, joita on ryhmässä sisäistänyt. Niitä ei kukaan voi häneltä ottaa pois.

Kukaan ei voi enää palata takaisin samaan ryhmään, koska sitä ei enää ole olemassa muuten kuin ryhmän entisten jäsenten mielessä. Yksilöterapiassa sen sijaan ihminen voi useimmiten palata takaisin entisen analyttikon hoitoon, mikäli haluaa.

Ryhmän matka sen ensimmäisestä unesta – jäätyneestä tytöstä safarilla – ryhmän viimeiseen uneen, vesimassasta ja kahdesta kidat ammollaan lähestyvästä krokotiilista (varhaisesta nielevästä ryhmä-äidistä), kertoo

neljän vuoden prosessin sisällöstä ja sen merkityksestä. On kuljettu matkaa depression ja kantanäkyfantasian kuolettamasta ryhmävauvasta/tytöstä/pojasta ryhmämielen elävöitymiseen, kykyyn ajatella, sisällyttää ja muuntaa pettymyksen ja turhautumisen tunteita siedettäviksi kokemuksiksi sekä kykyyn pitää ryhmävauvan/lapsen tarpeista riittävää huolta.

Ryhmällä oli nyt keinoja sisällyttää ja sietää varhaista ahneutta, nielevää ryhmä-äitiä ja tuhoavaa kateutta (katkaista päät), jolloin kyky symboloida ja kyky ajatella tunteita avasi tien mielen elävöitymiselle ja integraatiolle (hevoset).

Tämä ryhmä pani minut miettimään, miten vaikeata ja pitkäaikaista työtä vaatii julman, egodestruktiivisen superegon kesyttäminen ja egon vapautuminen tuon julmuuden vallasta (Britton 2003). Etenkin **P**, **T** ja **R** toivat tätä puolta ryhmässä esille. Ryhmäprosessissa näkyi selkeästi Bionin ajatus, että peruskomusryhmät voivat vaihdella helpostikin samankin istunnon aikana, mutta peruskomustila muuttuu hitaammin aikuiseksi työryhmätason mielentilaksi.

Ryhmäprosessin tuloksellisuuden arviointia

Tapasin **R:n** hiljattain kadulla. Hän kertoi voivansa paremmin. Hän kertoi olevansa taas työssä. Hänen ihmissuhteensa ovat parantuneet ja hän kertoi sietävänsä enemmän niitä tunteita itsessään, jotka aiheuttivat ennen jatkuvia välirikkoja ja väärinkäsityksiä hänen elämässään. Saatoin havaita, että kaikki ryhmän jäsenet hyötyivät ryhmästä. Naisellinen identiteetti naisjäsenillä ja miehinen identiteetti miesjäsenillä vahvistui kaikissa ryhmän- jäsenissä. Jokaisen ryhmän jäsenen omien tunteiden sisällyttämiskyky kasvoi ja sitä myöden tuhoavuus väheni. Sukupuolierot sekä sukupolvien väliset erot alkoivat hahmottua ryhmän jäsenille selkeämmin. Ihmissuhteet paranivat ystäviin, sisaruksiin ja vanhempiin itsenäisyysprosessin etenemisen myötä. Ryhmän jäsenten sosiaalinen itsetunto ja sitä myöden sosiaaliset vuorovaikutustaidot lisääntyivät ja sosiaaliset pelot vähenivät. Kaikkien jäsenten eriytymis- ja yksilöitymis-

prosessi eteni myönteiseen suuntaan psyykkisen läpityöskentelyn tuloksena ja jokaisen reflektointikyky suhteessa itseensä ja muihin parani. Ryhmän jäsenten tavoitteet toteutuivat riittävän hyvin tämän ryhmäprosessin aikana. Keskeyttäneiden jäsenten tavoitteet olisivat voineet toteutua paremmin, mikäli he olisivat jatkaneet prosessia loppuun saakka.

Lopuksi

Meissä kaikissa on ominaisuus, joka vastustaa muutosta, eroa ja päättymisen kokemusta. Jokin puoli meissä uskoo, että lopettaminen antaa tilaa uuden syntymiselle mielessämme ja jokin toinen puoli meissä taas on epäuskoinen ja pelkää, että muutoksen, eron psyykkisen todellisuuden kohtaaminen merkitsee kaiken tuhoutumista, nimetöntä kauhua ja ikuista itsen häviämisen ahdistusta. Nämä ristiriitaiset tunteet olivat myös läsnä tämän ryhmän päättymisprosessissa.

*Artikkeli saapunut toimitukseen 3.9.2013,
hyväksytty 14.9.2013.*

Kirjallisuus

- Bion, W. R.** (1957). Differentiation of the psychotic from the non-psychotic personalities. *Int. J. of Psychoanalysis*, 38, 266–275.
- Bion, W. R.** (1961). *Experiences in groups and other papers*. Brunner-Routledge.
- Bion, W. R.** (1962). *Learning from experience*. London: Karnack Books.
- Bion, W. R.** (1979). Kokemuksia ryhmistä: ryhmädynamikka psykoanalyysin näkökulmasta.
- Bleandonu, G.** (1994). *Wilfred Bion. His life and works 1897–1979*. New York: The Guilford Press.
- Britton, R.** (2003). The ego-destructive superego. 117–128. *Sex, death and the superego*, 117–128.
- Carpelan, H.** (1966). Ryhmäpsykoterapiasta – yleiskatsaus. Teoksessa Arppo, M., Pölonen, R., Sitalahti, T. (toim.), *Ryhmäpsykoterapian perusteet*, 9–22. Helsinki: Yliopistopaino.
- Chiesa, M.** (2002). Envy and gratitude. Teoksessa Bronstein, C. *Kleinian theory. A contemporary perspective*, 93–107. London and Philadelphia: Whurr Publishers.
- Davidkin, K. J.** (1991). Kateus ja kilpailu työyhteisössä. Teoksessa Lindfors, O. ym. (toim.), *Yhteisödynamiikka*, 6–85. Jyväskylä: Atena Kustannus.
- Davidkin, K. J.** (2003). Huumorin merkitys psykoterapiassa. Teoksessa Pölonen, R. & Sitalahti, T. (toim.), *Ryhmä hoitaa. Teoriaa ja käytäntöä*, 269–292. Helsinki: Yliopistopaino.
- Davidkin, K. J.** (2012). Analyttinen ryhmäpsykoterapia sosiaalisen itsetunnon lujittajana. Esitelmä pidetty Psyko-Team Oy:n seminaarissa 25.10.2012: Itsetunto ihmisen elämäntapa-alueella. Mitentuetaanterveeseenkehitykseen?
- Ezriel, H.** (1972). Experimentation within the psychoanalytic session. *Contemp. Psychoanal.*, 8, 229–245.
- Foulkes, S. H.** (1983). *Introduction to group-analytic psychotherapy*. London: Maresfield Reprints
- Freud, S.** (1914). Remembering, repeating, and working through. Further recommendations on the technique of psycho-analysis, II. *S.E.*, 12, 147–156.
- Friedman, R.** (2011). Dreams and dreamtelling: A group approach. Teoksessa Kleinberg, J. L. (toim.), *The Wiley-Blackwell handbook of group psychotherapy*, 479–499. John Wiley & Sons, Ltd.
- Garland, C.** (2010). *The groups book*. London: Karnac.
- Hinshelwood, R. D.** (1988). *A dictionary of Kleinian thought*. London: Free Association Books.
- Joseph, B.** (1985). Transference: the total situation. *Int. Journal of Psycho-Analysis*, 66, 447–54.
- Joseph, B.** (2013). Here and now: My perspective. *Int. Journal of Psycho-Analysis*, 94, 1–5
- Kajamaa, R.** (1966). Projekttiivinen identifikaatio ihmissuhteissa ja psykoterapiassa. Teoksessa Arppo, M. ym. (toim.), *Ryhmäpsykoterapian perusteet*, 9–22. Helsinki: Yliopistopaino.
- Keski-Luopa, L.** (2003). Psykoterapiaryhmän perustaminen. Teoksessa Pölonen, R. & Sitalahti, T. (toim.), *Ryhmä hoitaa. Teoriaa ja käytäntöä*, 113–134. Helsinki: Yliopistopaino.
- Klein, M.** (1975). *Envy and gratitude and other works 1946–1963*. London: Karnac Books.
- Klemelä, E.** (2003). Äidin pelosta isänmurhaan. Transferenssikuvien vaihtuvuudesta ryhmätalanteissa. Teoksessa Pölonen, R. & Sitalahti, T. (toim.), *Ryhmä hoitaa. Teoriaa ja käytäntöä*, 172–204. Helsinki: Yliopistopaino.
- Leinonen, M.** (2003). Puitteiden merkitys ryhmäpsykoterapiassa. Teoksessa Pölonen, R. & Sitalahti, T. (toim.), *Ryhmä hoitaa. Teoriaa ja käytäntöä*, 152–162. Helsinki: Yliopistopaino.
- McDougall, J.** (1989). *Theatres of the body. A psychoanalytic approach to psychosomatic illness*. Free Association Books.
- O'Shaughnessy, E.** (2013). Where is here? When is now? *Int. Journal of Psycho-Analysis*, 94, 7–16
- Pines, M.** (1994). Borderline phenomena in analytic groups. Teoksessa Schermer, V. L. & Pines, M. (toim.), *Ring of fire: Primitive affects and object relations in group psychotherapy*, 128–148. London: Routledge.
- Pölonen, R.** (2013). Pyydetty puheenvuoro Suomen Ryhmäpsykoterapia ry:n seminaarissa Helsingissä 6.4.2013.

- Schulman, G.** (2000). Psykoottisen potilaan tuhoavuus ja sen integrointi hoidossa. *Psykoterapia*, 19(1).
- Schulman, G.** (2012). Muuttava tulkinta: Ajatuksia tekniikasta, tässä ja nyt vai siellä ja silloin? Esitelmä Psyko-Analysis Oy:n seminaarissa Helsingissä 26.10.2012.
- Siltala, P.** (1990). Ruumiillisten sairauksien hoitoyhteisöjen työnohjaus. *Psykoterapia*, 2.
- Sitolahti, T.** (2000).Psykoanalyysi kehityksen risti-aallokossa – viettiteoriasta objektisuhdeteoriaan. *Psykoterapia*, 19(2).
- Steiner, J.** (1993). Psychic retreats: Pathological organizations in psychotic, neurotic and borderline patients. *The New Library of Psychoanalysis*, Vol. 19.
- Strachey, J.** (1934). The nature of the therapeutic action of psycho-analysis. *Int. J. Psycho-Anal.*, 15, 127–159.
- Tähkä, V.** (1993). Objektin menetyksen käsittely. Teoksessa *Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen*, 185–207. Porvoo: WSOY.
- Winnicott, D. W.** (1971). *Playing and reality*. London and New York: Routledge, 1991.