

Kohtaamisia Keroputaan malliin

Jaakko Seikkula on dialogin uranuurtaja niin Suomessa kuin kansainvälisestikin. Hän on ollut kehittämässä avointen dialogien hoitomallia, jota sovelletaan vaikeissa psyykkisissä kriiseissä. Jaakko Seikkula toimii Jyväskylän yliopistossa psykoterapian professorina. Hänellä on myös pitkä kokemus perheterapiakouluttajana. Hän on kuvannut työtään ja dialogiajatteluaan muun muassa Tom Arnkilin kanssa kirjoittamassaan kirjassa Dialoginen verkostotyö (2005). Seikkula on ollut kehittämässä paljon mainetta niittänyttä Keroputaan mallia, jota pidetään vallankumouksellisena psykiatrisen hoidon alueella.

Voiko tätä mallia soveltaa myös työelämään laajemmin?

Olet pitkään tutkinut ja kehittänyt dialogista hoitotyötä. Miten alun perin löysit dialogin?

Olin aloittanut psykologina vuonna 1981 Keroputaan sairaalassa Torniossa. Olimme turhautuneita siihen, että perheet eivät osallistuneet hoitoon. Hoito oli hyvin yksilöpainotteista. Kuulimme Turussa kehitetystä hoitokokouksesta ja innostuimme. Hoitokokous oli tilaisuus, johon osallistuivat potilas, hoitava henkilökunta ja kutsutut potilaan läheiset. Päätimme, että näin ryhdytään tekemään meilläkin!

Aloitimme hoitokokoukset ja saimme paljon hyviä tuloksia, mutta vähitellen alkoi kertyä myös hämmentäviä kokemuksia. Hoitokokouksiin kutsuttiin perheet mukaan, he olivat aktiivisia ja kaikki oli avointa ja läpinäkyvää, mutta henkilökunnan ajattelutapa oli edelleen vanha: terapeutti muuttaa perhettä. Kun läheiset tulivat mukaan tilanteisiin, he alkoivatkin olla aktiivisia. He kertoivat ajatuksiaan ja ideoitaan ja esittivät kysymyksiä. He eivät suostuneetkaan ottamaan perinteistä perheterapian vastaanottajan roolia. Tämä ristiriitaisuus käytännön ja ajattelutavan välillä tuotti toisinaan tragikoomisiakin hoidollisia tilanteita, joissa me hoitohenkilökunta yritimme vain toistaa samaa kuin ennenkin.

Kerron esimerkin. Eräs nuori mies tuli aina uudelleen sairaalaan alkoholin liikkäytön aiheuttamien fyysisten ja psyykkisten ongelmien vuoksi. Hänen tullessaan sairaalaan teimme hoitosuunnitelman, jonka mukaan hän olisi osastolla ja kävisi yksilöterapia- ja perhekeskusteluja. Hän ei kuitenkaan seurannut meidän hoitosuunnitelmaamme, vaan lähti osastolta aina välittömästi fyysisen kuntosensa kohennuttua. Me pidimme kuitenkin sinnikkäästi kiinni omasta suunnitelmastamme. Tämä kierre toistui yhä uudelleen noin vuoden verran. Eräänä tiistaipäivänä potilas taas kirjattiin sairaalasta ulos, mutta saman viikon perjantaina hän istui oven takana tärisevänä krapulassa. Tämä oli liikaa koko hoitoporukalle. Kokoonnuimme hänen kanssaan kansliaan. Sen sijaan, että tilanne olisi muodostunut terapiakeskusteluksi se kääntyikin hoitohenkilökunnan oman turhautumisen purkamiseksi. Totesimme, ettemme enää keksi mitään, mitä voisi tehdä toisella tavalla emmekä tehneet mitään suunnitelmaa. Tilanteen seurauksena kaikki muuttui. Nuori mies olikin pitemmän aikaa hoidossa ja hän alkoi vähitellen keskustella myös vaimonsa kanssa. Meille tämä oli iso opetus siitä, että muutos alkaa tapahtua usein, kun työntekijät alkavat muuttua eikä välttämättä siitä, että potilaat seuraavat henkilökunnan tekemää hoitosuunnitelmaa.

Mikä sysäsi sinut eteenpäin ristiriidan pohdinnassa?

Tällaisia kokemuksia kerääntyi vähitellen. Kerran aloin taas puhua hoitokokouksista vaimolleni. Vaimo kuunteli ja sanoi: ”Se mitä kerrot kuulostaa kovin samalta, kuin mitä professori Peuranen kirjoitti Bahtinin sanovan Dostojevskista.” Hain saman tien kirjahyllystä Peurasen kirjan. Olin shokissa: Peuranen kirjoittaa Bahtinin Dostojevski-analyysistä kuin kirjoittaisi meidän

hoitokokouksistamme! Keskeisiä ajatuksia olivat, että Dostojevskin romaanihahmot tietävät toisistaan enemmän kuin kirjailija itse. Niiden elämä on vain dialogia eikä kukaan voi kiistää kunkin omaa totuutta. Tämän seurauksena kirjailija joutuu kummalliseen asemaan, missä hän ei voi määrätä hahmojensa toimintaa, vaan hänelle ainoa mahdollinen tapa on olla dialogissa hahmojensa kanssa. Näin juuri mekin koimme potilaidemme suhteen. Me emme voineet kontrolloida hoitoprosessia suunnitelmillamme ja päätöksillämme, meidän oli pyrittävä dialogiin. Tämä havainto oli tuskallinen, koska se merkitsi myös hoitajien kontrollin tunteen menettämistä. Me emme voineet enää tässä uudessa, potilaita ja heidän perheitään kuuntelevassa systeemissä kontrolloida hoidon tapahtumia interventioillamme tai hoitosuunnitelmillamme, vaan kaikki syntyikin yhdessä työskennellen. Tärkeää Bahtinin ja sitä kautta tulleiden oivallusten löytymisessä oli, että ne tulivat tyystin toisesta kuin hoitomaailmasta.

Mikä sinua nykyään kiinnostaa dialogissa?

Ruumiillisuus alkoi kiinnostaa minua 2000-luvun alussa. Kiinnostus nousi tietenkin myös omasta työstäni. Kun etsin lähdekirjallisuutta, palasin jälleen Bahtiniin. Olin vain hypännyt aiemmin lukiessani sitä teemaa käsittelevien kohtien yli.

Ajattelen, että dialogi perustuu ruumiillisuuteen. Se on kokonaisvaltaista kohtaamista. Meidän autonomiset hermostomme keskustelevat keskenään. Tämä on tällä hetkellä oletukseni todellisuudesta ja ihmisestä. Käsitykseni on vasta hahmottumassa. Yritän tutkia, kuinka pitkälle se johtaa. Minulle on syntynyt vahva oletus, että olemme monitoimijaisessa yhteydessä ja kosketuksessa ja vaikutamme toisiimme paljon enemmän ja syvemmin kuin tiedämme. Uusi ymmärrys antaa toivoa, että vihdoinkin voisimme päästä kokonaan vapaaksi dualistisesta ruumis-sielu-jaottelusta.

Kuulostaa kiinnostavalta näkökulmalta. Millä tavoin tutkit asiaa?

Olen tutkinut, miten autonomiset hermostomme synkronisoituvat toisiinsa. Rakennamme tällä hetkellä sellaisia tutkimusasetelmia, joissa käytämme erilaisia mittareita mittaamaan esimerkiksi sydämen sykettä ja hengitystä pariterapiakeskusteluissa. Lisäksi meillä on useita kameroita, joilla otamme tarkkoja kasvokuvia. Pyrimme saamaan tietoa siitä, miten vastaamme toinen toisiimme. Jotkut tutkivat tällä tavoin vain asiakkaita. Jos kuitenkin otamme tosissamme intersubjektiivisuuden, silloin mittauksen kohteeksi pitää ottaa kaikki osallistujat, siis myös terapeutit ja mahdollinen muu hoitohenkilökunta.

Mitä ruumiillisuus merkitsee ihmisten kohtaamisissa?

Pidän kovasti psykoottisten kanssa työskentelystä. Näissä kohtaamisissa sanat muuttuvat usein toissijaisiksi. Tärkeää on mennä lähelle ja katsoa toista silmiin. Tämä on dialogin perusta. Kun minä reagoin kehollani, toinen ihminen ei voi olla vastaamatta. Kukaan ihminen ei jää sen ulkopuolelle. Se on niin pirullisen yksinkertaista ja siksi niin helppo ohittaa. Kun toinen ihminen tulee lähelle ja katsoo minua silmiin, minä tunnen sen koko ruumiissani.

Olet varmasti myös tehnyt havaintoja suomalaisesta työelämästä, organisaatioista ja työyhteisöistä. Mitä ajattelet dialogin toteutumisesta niissä?

Työpaikoilla analysoidaan aika harvoin, milloin työssä on dialogin paikka ja milloin ei. Työpaikoilla ei voi olla dialogia ellei ole tilanteita, joissa tehdään päätöksiä, ratkaistaan asioita, tehdään suunnitelmia ja annetaan työtehtäviä.

Dialogi voi avata myös vaihtoehtoja organisoida ja tehdä työ uudella tavalla. Erilaiset pinttyvät ovat vallankäytön tapoja. Tyypillisiä ovat esimerkiksi asenteet: ”näin on aina tehty” tai ”kyllä me tiedetään, miten pitää tehdä” tai ”ei tietenkään voi tehdä niin”. Näissä tilanteissa tarvitaan uskallusta kysyä, miten niin ei voi. Monet Torniossa sanoivat uutta systeemiä rakentaessamme, että eihän noin voi tehdä. Me vastasimme, että miksi ei voi. Joku oli sitä mieltä, että hoitajan pitää olla sisällä osastolla. Me kysyimme, miksi pitäisi. Jotkut väittivät, että ei potilaita voi osastolle yöksi yksin jättää. Me kysyimme, miksi ei voisi. Kyseenalaistimme monet uskomukset. Uskomukset ovat tiukassa ja tänä päivänä niitä tuntuu olevan joka puolella. Jokuhan rajat aina laittaa, eikä kaikille tietenkään voi mitään, mutta moniin rajoihin voi vaikuttaa. Suuri kontrollin tarve on yksi keskeinen dialogia ehkäisevä tekijä.

Mitä ajattelet nykyään konflikteista ja dialogin suhteesta niihin? Eikö dialogi myös tuo näkyviin konflikteja?

Konflikteista ei pääse eteenpäin, elleivät ne tule esille. Alussa esille tuleminen usein suurentaa konfliktia. Sitten on tultava dialoginen käänne, joka muuttaa tilanteen kulkua. Usein se tapahtuu silloin, kun joku uskaltautuu alkaa puhua aidosti omasta kokemuksestaan. Konflikteissa tarvitaan sellaisia tilanteita, joissa osapuolten tekemiin päättelyihin vaikuttavat tekijät tulevat kaikille avoimeksi.

Millaista sitten olisi dialoginen vallankäyttö?

Jospa valtamekanismi perustuisi siihen, että olisi dialogisia kohtaamisia, joissa ylin johto tapaa toteuttajia. Jos olisi keskusteluita, joissa tulisi tasaveroisesti kuulluksi ja huomioiduksi, se lisäisi turvallisuutta, sietokykyä ja kykyä käyttää omaa harkintaa. Keroputaalla myös valtarakenne oli hyvin dialoginen. Ryhdyimme pitämään kerran kuussa kaikille työntekijöille avoimia ”torikokouksia”. Alusta lähtien sovittiin, että jos kokouksessa syntyy jokin päätös, se on sitova. Oleellista oli, että ylilääkäri sitoutui toimimaan kunkin yhteisesti sovitun päätöksen mukaisesti. Ihmiset pitivät siitä. Pohjoisen hyvä henki syntyy siitä, että asiat sanotaan suoraan. Torikokoukset olivat usein kiihkeitä, ja niissä väiteltiinkin. Koettiin kuitenkin, että sitä kautta voitiin vaikuttaa yhteisiin asioihin.

Monet tilanteet saattavat herättää pelkoa osaamattomuudesta. Pelätään että ei osata ohjata dialogia. Varsinkin, jos tilanne ja tunteet käyvät tukaliksi. Saatetaan olettaa, että dialogissa kaikilla pitäisi olla vain kivaa.

Dialogissa oleminen on usein hämmentävää, ennakoimatonta ja epävarmaa. Ihmisille pitäisi järjestää dialogikursseja. Pitäisi saada jotakin teoreettista ymmärrystä, mihin nojautua ja paljon kokeilua ja osallistumista.

Minä yleensä alan dialogeissa puhua siitä näennäisen tuntuudesta helppoudesta. Sanon, että tämäpä on mukavaa keskustelua, mutta minua alkaa kiinnostaa, onko jollakin vastaväitteitä. Ohjaaja voi alkaa tehdä tilaa toisenlaisille näkemyksille, ja jos sen tekee hyvällä tavalla, vastaväitteet tulevat rakentaviksi eivätkä kapinana. Toki on olemassa myös hankalia ihmisiä ja organisaatioita.

Miksi tarvitsemme dialogisia kohtaamisia?

Emme me kysy, mikä on hengittämisen tarkoitus. Jos dialogi on yhtä tärkeää kuin hengittäminen, silloin me pyrimme siihen. On usein jo valtava muutos, että pääsemme dialogisiin kohtaamisiin. Monissa jumiutuneissa ja kangistuneissa vuorovaikutustilanteissa se on todella askel eteenpäin.

Dialogissa tulee käyttöön paljon sellaisia voimavaroja, joita aiemmin ei ole löydetty: luovia, inspiroivia ja reflektiivisiä voimavaroja. Mitä enemmän ollaan päämääräsuuntautuneita, sitä kapeampaa on tarkkaavaisuus, fokus ja kuuntelu. Dialogisissa kohtaamisissa löytyy luovia mahdollisuuksia.

Mitä nämä luovat mahdollisuudet ovat?

Dialogisissa kohtaamisissa voin kokea itseni ja toiset kokonaisina. Tämän seurauksena löydän vaikkapa työtovereistani sellaisia ulottuvuuksia, joita en ennen tiennyt heissä olevan. Organisaatiot rakentuvat aina jonkin tehtävän ympärille. Tämän lisäksi voidaan saada kokemus laajemmasta olemisesta ja itsensä toteuttamisesta. Suhteet tulevat silloin moniulotteisemmiksi.

Dialogin myötä voi lisääntyä kunnioitus erilaisia elämässä olemisen tapoja kohtaan. Olen miettinyt paljon sitä, että omana ammatillisena kohtalonani on ollut kohdata psykoottisia ihmisiä. On kiehtovaa, että näissä kohtaamisissa ollaan aina ehdottomasti elämän peruskysymysten äärellä. Henkisyiden kokemus, elämä ja kuolema, viha ja rakkaus ovat aina läsnä ennakoimattomasti. En koskaan voi nojautua pelkästään siihen mitä jo aiemmin tiedän, koska tilanteet ovat niin yllättäviä ja uusia. Pidän siitä: elämän peruskysymysten äärellä olemisesta.

Teksti
Anne Kansanaho
Aretai Oy

Haastattelu on ilmestynyt Suomen työnohjaajat ry:n julkaisemassa Osviitta-lehden numerossa 1/14.