

# Psykoanalyysin tieteellisyydestä ja sen tulosten arvioinnista

■ Lauri Rauhala

Viime aikoina on tiedotusvälineissä – jälleen kerran – väännetty kättä psykoanalyysin tieteellisyydestä ja siinä saatujen tulosten todentamisen keinoista. Tieteellisysintoilijat (skientistit) ovat vaatineet, että myös psykoanalyysin tieteellisyys ja sen tulosten luotettavuus on mitattava yleisillä tieteellisillä eksaktiisuuskriteereillä. Toisaalta psykoanalyttikot ja muut psykoanalyysin järkevyyttä ymmärtävät tutkijatahot ovat puolustaneet sen arvoa omassa spesifissä tehtävässään. Keskusteluista on yleensä puuttunut tämän toimintakentän osatekijöiden ja itse tutkimustapahtuman perusteiden analyysi. Se voisi paljastaa millaisesta ”tieteestä” ja ”tulosten näytöstä” näissä yhteyksissä voidaan puhua. Ilman tällaista selvitystä ei psykoanalyysille voida esittää vaatimuksia, mitä sen pitää olla.

Empiirisessä tutkimuksessa kietoudutaan yleensä jo lähtöasetelmissä moniin ehtoihin, edellyttämisiin ja olettamiin, jotka jäävät tutkimusprosessissa kätkeytyneiksi ja ikään kuin ongelmattomiksi. Vaikka niiden olemassaolo tiedostettaisiin, ei kulloinenkin empiirinen tutkimus kykene omine menetelmineen paljastamaan näiden piilotekijöiden asemaa eikä funktiota tutkimuksessa ja sen tuloksissa. Esimerkiksi psykoanalyysi ei voi oman vapaan assosiaatiomenetelmänsä avulla vastata kysymykseen, mitä psykoanalyysi tutkimusalana on, eli millaiseksi olioksi tutkimuskohde siinä edellytetään, mitä siinä tavoitellaan, miten perustellaan, että valittu menetelmä on ongelmien kannalta relevantti (niiden perusluonnetta vastaava), miten tulokset ilmenevät ja miten osoitetaan luotettava näyttö niiden hyödyllisyydestä. Juuri ihmisen tutkimuksessa perusteiden analyysi on erittäin tärkeä, koska tutkimuskohde voidaan siinä rajata monella tavalla. Kun kohde vaihtuu, muuttuu yleensä problematiikkatyypikin, jota vastaavaksi myös tutkimusmenetelmä jou-

dutaan mukauttamaan. Muutettavat muuttaen samantapaisia kysymyksiä joudutaan tekemään myös kaikkien reaalitieteiden kohdalla niiden toimivuutta kehiteltäessä ja tulosten sovelluskelpoisuutta arvioitaessa.

Jotta esitetyn kaltaisiin kysymyksiin voitaisiin vastata, on astuttava ulos empiirisen tutkimuksen mukana olemisen kehästä ja tehtävä empiirinen tutkimus sen kaikissa vaiheissa uuden tutkimuksen kohteeksi. Juuri näin perusteiden analyysissa toimitaankin. Se on empiirisen tutkimuksen kannalta toisen tason tutkimusta (*metascience*).

Empiiriset tieteet ovat hyvin erilaisia. Niitä on perinteisesti jaoteltu monin tavoin. Filosofin Edmund Husserl teki empiiristen tieteiden kaksijaon saksankielen adjektiiveilla *eksakt* ja *strikt*. Edellinen viittaa tutkimukseen, jossa tutkijan osuus minimoidaan, sovelletaan kvantitatiiviseen tarkkuuteen tähtääviä menetelmiä ja tulokset pyritään esittämään matematiikan kielellä. Tämä tutkimusihanne sopii moniin luonnontieteisiin. Ihmistutkimuksessa sitä sovelletaan kehon orgaanisia prosesseja biologisoivasti tutkittaessa. Toinen adjektiivi viittaa tutkivaan toimintaan, joka tapahtuu ihmistajunnassa. Ihminen on siinä pääroolissa. Aluksi Husserl tavoitteli ”puhdasta tietoa” (*Eidos*), joka olisi mahdollista tajunnan asteittain etenevässä, historiallisissa, satunnaisissa ja yksilöllisissä tekijöitä ”puhdistavissa” akteissa. Myöhemmin hän itsekin alkoi epäröidä puhtaan tiedon mahdollisuutta, koska kaikki puhdistettukin tiedollinen sisältö on jo ”konstituutio” eli oivallettu joissakin ymmärtämysyhteyksissä (tajunnan aprioriset tapahtumisrakenteet, vanha muistuma, taustalla oleva ”sivistystieto”, kokemuksellinen yleisvire, tieteissä teoria ja menetelmä). Kuitenkin hänen

tajunnan analyysinsä osoitti vakuuttavasti, että mistään ihmisen tekemästä tutkimuksesta ei voida eliminoida tajunnan elämyksellistä kokemuksellisuutta, koska tieto syntyy ja on primäärisesti siinä.

Hyvin tunnettu ja paljon sovellettu (pitkälle Husserlin jakoa vastaava) on jaottelu luonnontieteet ja humanistiset tieteet. On ilmeistä, että kumpaakin tutkimustyyppiä varten tarvitaan myös niiden tutkimusnäkemystä ja problematiikkaa vastaavaa tieteenfilosofiaa. G. H. von Wright käytti jaottelua luonnontieteet ja humanistiset tieteet esittäessään niitä vastaavan tieteenfilosofisen jaon: positivistinen ja hermeneuttinen tieteenfilosofia. Hän myös ajatteli, että molemmat perusjaotukset (empiiriset ja tieteenfilosofiset) ovat ihmisen rationaalisuuden tutkimukselle valitsemia pysyviä perusasennoitumisia, jotka ovat toisiinsa palautumattomia. Tästä myös seuraa hänen ajattelunsa näkemys, että pyrkimykset kehittää tieteellistä monismia (yksitieteisyttä) eivät tule onnistumaan.

Myös minä olen (mm. Yliopistopainon ja Gaudeamuksen kustantamissa kirjoissani) soveltanut tätä tieteenfilosofioiden jakoa ja kehitellyt hermeneuttista tieteenfilosofiaa erityisesti mentaalisten ongelmien tutkimusta silmällä pitäen. Hermeneutiikka sopii tähän tehtävään hyvin, koska siinä (positivistisen tieteenfilosofian kausaalisuutta tähdentävän perusasennoitumisen sijasta) lähdetään elämyksellistä kokemusta säätelevistä tajunnan tapahtumisperiaatteista: intentionaalisuus (tarkoittaminen), tulkinta (konteksteissa oivaltaminen) ja ymmärtäminen (merkitsevyydessä eläminen ja toimiminen). Hermeneutiikka perustelee niiden olemassaolon järkipäisyyden ihmisessä ja osoittaa, miten reaaliset kokemukselliset prosessit kehkeytyvät niiden puitteissa (rakenteissa) ja niiden logiikkaa noudattaen.

Näkemykseni mukaan psykoanalyysi voidaan tehdä ymmärrettäväksi, perustella järkevästi ja oikeuttaa se aidoksi ihmistutkimuksen lajiksi juuri hermeneuttisen perusteiden analyysin avulla (käytän tätä nimitystä, jotta en nimeämällä analyysiani tieteenfilosofiaksi jo ennalta ”tieteellistäisi” psykoanalyysia). Hermeneuttinen

analyysi osoittaa, että psykoanalyysissa tutkimus tapahtuu ihmistajunnan elämyksellisellä kokemistasolla. Kokemuksessa ilmenee tavallisesti jokin mielellinen sisältö jostakin kohteesta (tapahtuma, ilmiö, asiantila). Jos se ei ilmene, vaan on tiedostamaton, se pyritään psykoanalyysissa paljastamaan. Sisältöjä kutsutaan perusteiden analyysissa merkityksiksi, koska ymmärrämme maailmaa, itseämme ja toista ihmistä juuri niiden merkitsevyyden avulla. Merkitykset voivat olla laadullisesti erilaisia (tietoa, luonnetta, uskoa). Niissä todetaan myös erilaisia selkeysasteita. Kaikkien erilaisten merkitysten kokonaisuus on kullakin kokevalla yksilöllä hänen subjektiivinen maailmankuvansa. Arki-kokemuksessa erilaiset merkitykset suhteutuvat yleensä toisiinsa kohtuullisen hyvin ja sijoittuvat maailmankuvaan oman perusluonteensa edellyttämälle paikalle kulttuurinormeihin mukautuen ja kokonaisuutta täydentäen. Subjektiivisen maailmankuvan suotuisan muodostuksen ja kehityksen ansiosta ihminen täyttää keskimääräiselle kansalaiselle asetettavat sosiaalisuuden ja toimintakyvyn vaatimukset.

Psykoanalyysiin hakeudutaan yleensä silloin, kun ihmisen kohdalla ei näin onnellisesti ole, vaan subjektiivisessa maailmankuvassa merkitykset ovat ristiriitaisia, väärin sijoittuneita (tunne järjen tai järki tunteen paikalla), intentionaalisuus ei toimi mielekkäästi jne. Kokonaisvire voi tällöin olla kärsivä, vallitsee tyytymättömyys itseän, toiset ihmiset tuntuvat etäisiltä, torjuvilta, ehkä pahansuopaisilta. Maailma ei vaikuta elämiskelpoiselta. Siinä vain ajelehditaan ilman persoonallista ohjaavaa otetta omaan elämään. Tässä on psykoanalyysin paikka. Kokemustapa ja sen säätelemä toiminnallisuus tarvitsevat muutosta. Näistä lähtökohdista analyysiin hakeutujalla on useimmiten hyvä motivaatio muutoksen etsintään.

Prosessi etenee dialogina analyytikon ja analysoitavan välillä merkityksillä ja niihin sitoutuneella dynamiikalla operoiden. Vähitellen epärealistiset merkitykset realisoituvat, tyytymättömyys itseän ja vihamielisyys toisia ihmisiä kohtaan lientyvät ja itseohjauksellisuus oman elämän kulkuun vahvistuu. Kokemuksen

muutos ei onnistuneimmillaan jää vain omaan maailmankuvaan, vaan se välittyy siihen vastine-suhteessa olevan aivotapahtuman ja hermoston avulla myös organiseen tapahtumiseen sen kulloistakin olemusta vastaavalla tavalla. Silloin voidaan puhua ihmisen kokonaiskehityksestä. Aina ei psykoanalyysi kuitenkaan edisty kuvatulla positiivisella tavalla, vaan se voi loppua monista tekijöistä johtuen, esimerkiksi analysoitavan motivaatio katoaa, elämäntilanteissa tapahtuu jatkoa estäviä muutoksia. Myös aivotapahtumissa voi ilmetä kokemuksen muutoksia ehkäiseviä toimintahäiriöitä.

Edelliset analyysit osoittavat, että psykoanalyysi ja psykoanalyysin periaatteiden mukaan toimivat psykoterapeuttiset järjestelmät ovat ammatillisesti pätevissä käsissä omanlaisia järjkeitä ihmistutkimuksen muotoja. Jos sanalla tiede (englannin *science*) tarkoitetaan, kuten englanninkielisissä teksteissä usein tehdään, vain luonnontieteitä, psykoanalyysin eri muodot eivät ole tieteitä. Joidenkin korrelaatioiden löytäminen tietyn psykoanalyttisen kokemuksen ja jonkin neuraalisen tapahtumisen välillä ei tee psykoanalyysistä eksaktia tiedettä. Todennäköisesti on turhaa yrittää tätä kautta tehdä psykoanalyysistä luonnontiedettä. Psykoanalyysin arvo on nähtävä toisin. Ne ovat arvokkaita ja relevantteja ihmistutkimuksen muotoja, joita ei voida eksakteilla aivotutkimuksilla korvata. Ne käsittelevät ja pyrkivät asiallistamaan autettavan yksilön epärealistisia merkityksiä niiden olemassaolon omalla tasolla. On paljon tieteellisiä tutkimuksia, jotka osoittavat, että subjektiivisen maailmankuvan muutosponnisteluissa myös onnistutaan.

Muutokset näkyvät kuitenkin huonosti eksakteissa mittareissa. Vaikka muutokset syntyvät tajunnassa, ne eivät koteloidu vain sinne. Ne heijastuvat asianomaisen elämään ja sitä kautta lähiympäristöön. Muutoksen täytyy ilmetä elämäntaidon jossakin muodossa toimivana, jotta se olisi todellinen. Inhimillisen kasvun näkyvyyttä psykoanalyysin tuloksena voidaan valaista vertaamalla sitä sivistyksen ilmenemiseen. Emme

tarvitse tietoa, montako kertaa ihminen on lue-  
nut Shakespearen tai Dostojevskin teokset, kuin-  
ka usein hän käy teatterissa ja konserteissa jne.  
Ihminen näyttäytyy meille sivistyneenä tai sitten  
ei. Yritys mitata sitä mainituilla eksakteilla ulkoi-  
silla käyttäytymisen tai ajanvieton muodoilla  
vain banalisoisi koko sivistyksen käsitteen.

Psykoanalyysissäkin merkitysten muu-  
tos maailmankuvassa voi tapahtua vain uute-  
na ymmärtämisenä (kuten kasvatus- ja sivistä-  
mistoiminnoissa yleensä). Psykoanalyysi onkin  
parhaiten käsitettävissä yhtenä erityiskasvatuk-  
sen muotona, jossa tutkimus ja vaikuttaminen  
kietoutuvat vastavuoroisesti toisiinsa jatkuvas-  
ti etenevänä prosessina. Psykoanalyysin ylei-  
sen hyväksynnän tavoittamiseksi ja sen kehittä-  
misedellytysten parantamiseksi olisi hyödyksi,  
jos päästäisiin eroon alkuperäisestä lääkäri Sig-  
mund Freudin näkemystä psykoanalyysistä  
”sairauksien hoitona”. Merkityslähtöisessä men-  
taalisten ongelmien tutkimuksessa ja auttavissa  
toiminnoissa omaksutaan ilmiöiden luonnetta  
paremmin vastaava perusorientaatio ja kehitel-  
lään sen edellyttämää kieltä. Siten aito edistys  
ilman eksaktin tieteen leimaakin kävisi psyko-  
analyysissä mahdolliseksi.

## Lisää aiheesta

- Rauhala, L. (1961, 2. p. 1964) *Mitä psykoterapia on ja kuka sitä tekee?* Gummerus, Jyväskylä.
- Rauhala, L. (1972) *The Hermeneutic Metascience of Psychoanalysis.* *Man and World* 5/1972.
- Rauhala, L. (1981) *The Problem of Meaning in Psychology and Psychiatry.* In *Studies of the Theory of Values V.* Toim. Irma Korte-Karapuu & Arto Siitonen.
- Rauhala, L. (1987) *Psykkisesti häiriintyneen maailmankuvan konstituution analyysi.* *Ajatus* 44.
- Rauhala, L. (1990) *Maailmankuvan muutos psykkisissä häiriöissä.* Kirjassa *Muutos.* Toim. Ilpo Halonen & Heta Häyry. Suomen filosofinen yhdistys, Helsinki.
- Rauhala, L. (2007) *Ihmistajunta tutkivana ja tutkittavana.* *Tieteessä tapahtuu* 8/2007.
- Rauhala, L. (2009) *Kokemuksen häiriöt ja sairauden käsite.* *Tieteessä tapahtuu* 6/2009.
- Rauhala, L. (2009) *Henkinen ihminen* (uusintap.). Gaudeamus.

**Kirjoittaja on professori (emeritus), filosofi ja psy-  
kologi.**