

SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU

Miia-Marika Pisto

**KUVALLISUUS TYÖNOHJAUKSESSA**

Sosiaali- ja terveystieteen Porin yksikkö  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaalipedagogiikan suuntautumisvaihtoehto  
2009

# TIIVISTELMÄ

## KUVALLISUUS TYÖNOHJAUKSESSA

Pisto Miia-Marika  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaali- ja terveysala Pori  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
tammikuu 2009  
Työn ohjaaja: Hamilo Outi lehtori, THM, HTM  
Sivumäärä: 56

Avainsanat: työnohjaus, kuvallisuus, psykodynaaminen teoria, triangulaarinen vuorovaikutussuhde, mielikuva, unikuva, kuva

Tämän kirjallisen työn teoreettinen viitekehys painottuu psykodynaamiseen teoriaan. Työn tarkoituksena on tutkia kuvallisuutta työnohjauksessa. Sitä miten kuvallisuus voi tukea verbaalista vuorovaikutusta ja minkälaisia mahdollisuuksia kuvallinen työskentely voi työnohjauksessa avata.

Mielikuvien, unien ja kuvien tutkimisen ja työstämisen kautta niin työnohjaaja kuin ohjattavakin voivat tulla tietoisemmiksi itsestään ja sitä kautta löytää mahdollisuuksia ammatilliseen kasvuun ja kehitykseen sekä oman ammatti-identiteetin rakentumiseen.

Teoreettisen tiedon tutkimisen ja oman kokemuksen analysoinnin kautta keskeiseksi löydöksi tuli työnohjauksen triangulaarisen vuorovaikutussuhteen kaavio. Samanaikaisesti tämän työn tavoitteena on myös osaltaan purkaa mahdollisia ennakkoluuloja ja antaa rohkeutta mielikuvien, unien ja kuvien luovaan ja monipuoliseen käyttöön työnohjauksessa.

Työ kokonaisuudessaan kuvaa myös omaa kasvuani. Ilon ja onnistumisten, toisaalta epävarmuuden, avuttomuuden, puutteen, häpeän ja rajallisuuden kokemusten kautta on mahdollisuus antaa tilaa uudelle tiedolle ja ymmärrykselle sekä kasvulle ja muutokselle.

## SUMMARY

### FANTASY, DREAM AND IMAGE IN SUPERVISION

Pisto Miia-Marika  
Satakunta University of Applied Sciences  
Degree programme in Social Services Studies  
In the direction of social pedagogy  
January 2009  
Hamilo Outi senior lecturer, MNSc, MAAdm  
Number of pages: 56

Key words: Supervision, Psychodynamic theory, Triangular relationship, Fantasy, Dream, Image

The theoretical frame of this work emphasizes on psychodynamic theory. One of the meanings of this work is to study the relationship between supervision and image, dream and fantasy and in addition forming the psychodynamic theory and supervision.

The triangular relationship with supervisor, supervisee and work/image is underlined in this work. By studying and working with fantasies, dreams and images can the supervisor as well as the supervisee get more aware of themselves and with that find possibilities to a professional growth and development as well as building of their own professional identities.

The objective of this essay is also contribute to dissolve possible prejudices and give courage to use fantasies, dreams and images creatively and versatily in supervision.

The work on the whole describes my own growth. By the experiences of joy and succeeding, on the other hand the feelings of insecurity, helplessness, inadequacy, shame and being limited it is possible to give room for new knowledge and understanding as well as growth and change.

# SISÄLLYSLUETTELO

## TIIVISTELMÄ

## SUMMARY

1	JOHDANTO	6
2	TYÖNOHJAUS – MITÄ SE ON?	8
2.1	Psykodynaaminen teoria ja työnohjaus	9
2.2	Kuva kielen maailmassa	13
3	MIELIKUVAT-VAPAATA      LIIKKUMATILAA      LUOVUUDEN KENTÄLLÄ	14
3.1	Mielen kuvat – matka tietoisien ja tiedostamattoman poluilla	16
3.2	Silta tunteen ja sanallisen tiedostamisen välillä	18
3.3	Mielikuvien merkityksestä työnohjauksessa	19
4	UNIKUVAT - OVI SISÄISEEN MAAILMAAN	20
4.1	Eletty elämä unikuvisa	22
4.2	Unennäkijän matkassa – yksi menetelmä unen tutkimiseen työnohjauksessa	23
4.3	Uniryhmäprosessin kulku	24
4.4	Ajatuksia ja kokemuksia uniryhmätyöskentelystä	25

5	KUVA TYÖNOHJAUKSEN VÄLINEENÄ	27
5.1	Kuvan kannatteleva voima	28
5.2	Ajatuksia transferenssista ja vastatransferenssista	29
6	TUTKIMUSKYSYMYKSET JA -MENETELMÄT	31
6.1	Osallistuvasta havainnoinnista	32
6.2	Kuva ja tekstit aineistona	33
6.3	Rajaamisen merkityksestä	34
7	KASVAMISEN KUVIA – KUVA ERÄÄSSÄ TYÖNOHJAUSPROSESSISSA	34
7.1	Yhteistä rytmiä etsimässä	35
7.2	Ulkopuolisuuden tunteita	37
7.3	Kateus ja kilpailu	39
7.4	Kiukku, viha ja mitätöinti	41
7.5	Valtaa ja narsismia	43
7.6	Ero ja etäisyys	45
8	YHTEENVETO JA POHDINTA	46
8.1	Triangulaarinen vuorovaikutussuhde työnohjauksessa	48
8.2	Omasta oppimisprosessista	50
8.3	Lopuksi	51
	LÄHDELUETTELO	53
	LIITTEET	

# 1 JOHDANTO

Työnohjaustilan potentiaalisen eli symbolisen (D.W. Winnicott 1951) ulottuvuuden mukaan työnohjaus on ohjaajan ja ohjattavan yhteisesti tehty luomus. Vaikka molemmat osapuolet luovat omista tarpeistaan ja lähtökohdistaan työnohjausprosessin, keskeistä on ohjattavan työn tutkiminen. Molempien mielenmaailma alkaa elää tietoisella ja tiedostamattomalla tasolla ja sitä voidaan ilmaista sanoilla, mutta myös non-verbaalisin keinoin. Potentiaalista tilaa sävyttää luovuus. Siltalan (2003) mukaan se merkitsee uuden rakentumista ja uuteen suuntautumista. Se tuo työnohjaukseen vapauden kokemuksen ja kyvyn ajatella ja leikkiä mm. mielikuvilla. Luovuuden avulla mukaudutaan elämän realiteetteihin. Luovuus löytyykin parhaimmillaan yksinkertaisuudessa ja perinteiden varmistamassa viisaudessa.

Kuvalla on pitkään ollut oma merkityksensä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Se on myös eri muodoissaan ollut aina tärkeä minulle itselleni. Jo lapsuudessani muistan sen olleen tärkeä osa tunneilmaisuaani. Valmistuessani 1995 sosiaalikasvattajaksi olin saanut ensimmäisen kosketuksen kuvataideterapiaan koulutuksessamme olleen työpajan kautta. Muistan hyvin, miten jo silloin kuvia katsoessani näin kuvallisen työskentelyn mahdollisuuden ja voiman. Kokemus oli itselleni hyvin ”ravisteleva”. Useamman vuoden pohdinnan ja etsinnän jälkeen hain itse kuvataideterapiakoulutukseen (2002-2005). Sen aikana kuvallisuus kasvoi osaksi ajatusmaailmaani. Valmistuessani 2006 työnohjaajaksi pohdin koulutuksemme vastuuopettajan innoittamana kehittämistehtävässäni kuvaa työnohjauksen välineenä. Nyt opiskellessani sosionomiksi olen kokenut oman osaamisen,

ymmärryksen, kokemuksen ja teoreettisen tiedon tutkimisen ja miettimisen reflektion kautta olennaiseksi osaksi sitä uutta ammatillista identiteettiä, jonka kasvuprosessi on saanut alkunsa näiden sosionomiopintojen myötä. Kuvan ja oman kokemuksen rinnalle alkavat tulla myös sanat, joiden löytämisen vaikeuden kanssa olen kamppaillut usein.

Siksi olen päätenyt pohtimaan tässä työssä kuvallisuutta työnohjauksessa. Sitä, miten kuvallisuus, mieli-, uni- ja itse tehty kuva, voi tukea usein sanalliseen vuorovaikutukseen perustuvaa työnohjausta ja minkälaisia mahdollisuuksia kuvallinen työskentely voi työnohjausprosessissa avata. Aiempi koulutukseni on pitkälti pohjannut psykodynaamiseen/-analyttiseen teorianmuodostukseen ja sama teoreettinen viitekehys kulkee mukani nykyin. Tätä kautta tarkastelun alla ovat osittain myös kuvataideterapian ja työohjauksen rajapinnat.

Olen lähtenyt liikkeelle työnohjauksen määrittelystä, psykodynaamisen teorian perinteestä työnohjauksessa ja kielen ja kuvan vuoropuhelusta. Tätä seuraa työssäni mielikuvien, unikuvien ja itse tehtyjen kuvien osio. Näistä mielikuvia on työstetty lähinnä teoreettisen tiedon avulla, unikuvia Montague Ullmanin luoman uniryhmätyöskentelyn sekä oman kokemuksen kautta ja itse tehtyjä kuvia osana omaa henkilökohtaista ryhmätyönohjauskemusta. Yhteenvedossa havainnollistan ajatukseni kuvallisesta työskentelystä työnohjauksessa triangulaarisen vuorovaikutuskaavion avulla. Tavoitteenani on tämän työn kautta luoda uutta näkemystä työnohjauskentälle, selkeyttää ja jäsentää omia ajatuksiani sekä purkaa mahdollisia ennakkoluuloja ja antaa rohkeutta erilaiselle, luovalle kuvalliselle työskentelylle työnohjauksessa.

## 2 TYÖNOHJAUS – MITÄ SE ON?

Nykyaikaiselle työnohjaukselle voidaan löytää yhtymäkohtia mm. entisajan mestarikisälli-toiminnasta, jossa kokeneempi ammatintaitaja ohjasi ja opetti nuorempaansa antaen oman kokemuksensa ja taitonsa oppilaan käyttöön. Työnohjauksella ilmiönä on siis hyvinkin pitkät perinteet.

Työnohjauksen edistämiseksi ja ohjauksen käytännön selkiyttämiseksi työvoima-, sosiaali- ja terveys- sekä opetusministeriö ovat määritelleet oman alansa työnohjauskriteerejä. Vuodelta 1983 olevan sosiaali- ja terveysministeriön muistion mukaan työnohjauksella tarkoitetaan oman alan kokeneemman tai ihmissuhdealan asiantuntijan antamaa säännöllistä ja prosessiluontoista ohjausta ja tukea oman työn arvioinnissa, työongelmien erittelyssä sekä tarvittavien toimenpiteiden suunnittelussa. Muistion mukaan ohjausta tarvitaan erityisesti tehtävissä, joissa asiakas-/potilassuhteen käsittely on keskeisellä sijalla. (STM 1983)

Kuitenkin tämän päivän työnohjaus eroaa edellä mainitusta merkittävästi, sillä nykyään ohjaussuhteessa korostuvat dialogisuus ja tasa-arvo. Työnohjausta kuvataankin usein myös molemminpuoliseksi oppimiskokemukseksi, jonka lähtökohtana ovat toisen kunnioittaminen, kuunteleminen ja arvostaminen oman työnsä ja elämänsä asiantuntijana.

Työnohjauksen kuvaukset vaihtelevat paljon eri ammattialojen ja toisaalta myös saman alan eri toimijoiden kesken. Marita Paunonen-Ilmonen (2001) määrittelee työnohjauksen huolella valmistelluksi, hyvin suunnitelluksi, vapaaehtoiseksi ja työntekijästä itsestään lähteväksi oman työn ja oman itsen tarkasteluksi. (Paunonen-Ilmonen 2001, 48-49.)

Hänen mukaansa työnohjaus on toiminnan laadunhallintaan sisältyvä ja sitä varmistava ohjattavan oman työn ja ammattipersonan kehittymisprosessi, jossa tavoitteen saavuttaminen tapahtuu toimintaa analysoivassa, refleктоivassa ohjattavan ja ohjaajan vuorovaikutuksessa ennalta sovituin säännöllisesti määrääjain toistuvina, usein 1-3 vuotta kestäväinä prosessina, sisältyen ohjattavan työhön. (Paunonen-Ilmonen 2001, 43.)



Yleisesti ottaen kaikille työnohjauksen määrittelylle on yhteistä se, että ne painottavat ohjattavan työn kehittämistä hänen omilla ehdoillaan ja omista lähtökohdistaan käsin. Taavoitteena on useimmiten ohjattavan sekä hänen työnsä muuttaminen, ammatti-identiteetin kasvaminen sekä tietoisuuden ja oman persoonan kehittyminen. Kaikille ammattialoille soveltuva yksiselitteistä työnohjauksen määritelmää tuskin kuitenkaan voidaan tulevaisuudessakaan tehdä (Paunonen-Ilmonen 2001, 32).

## 2.1 Psykodynaaminen teoria ja työnohjaus

Psykodynaaminen teorianmuodostus on hallinnut työnohjausta varsin pitkään. Se kiinnittää huomiota tietoisuuden kasvattamiseen, psyykkisiin prosesseihin, emotioihin ja yksilön kehityshistoriaan. Psykodynaamisessa näkökulmassa tarkastellaan toisaalta ihmisen mielikuvien, tunteiden ja tarpeiden ja toisaalta persoonallisuuden rakenteen ja toiminnan kehitystä. Yksilön persoonallisuuden kehitys on erilaistumis- jäsentymis- ja muuntumisprosessi, joka tapahtuu vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Keskeistä on ajatus myös siitä, että ihmisen tietoisien puolen ohella mielen tiedostamaton osa vaikuttaa merkittäväällä tavalla kaikkeen käyttäytymiseen. (Ojanen 2004, 5-23 ja Salonen 2004, 18.)

Psykodynaamiset teoriat pyrkivätkin kuvaamaan ihmisen toimintaa hänen mielensä sisäisestä toiminnastaan käsin. Näin ollen mm. erilaiset sisäiset ristiriidat ja viettipaineet selittävät yksilön toimintaa ja sen motiiveja, vaikka hän itse ei niitä tiedostaisikaan. Psykodynaamisessa ihmiskuvassa korostetaan sitä, että ihminen on läpi elämänsä ja elämänkaarensa muuttuva. Myös varhaislapsuudella katsotaan olevan erittäin ratkaiseva merkitys persoonallisuuden perustan muovautumisen ja myös myöhemmän kehityksen kannalta. Varhaiskehityksen vaiheet ovat kaikille samat, mutta kehitystehtävien ratkaisu vaikuttaa persoonan kehittymiseen. (Salonen 2004, 17-19 ja Renfors 2002.)

Varsinaista yhtä kokonaisvaltaista psykodynaamista kehitysteoriaa ei kuitenkaan ole, vaan eri teoriat hahmottavat kehityksen eri puolia. Esim. Sigmund Freud, Donald Winnicott (varhainen äiti- lapsi- suhde), Daniel Stern (varhainen itsen kehitys), Melanie Klein, Rene

Spitz ( minän varhainen jäsentyminen ), Margaret Mahler (eritymis-yksilöitymiskehitys), Anna Freud sekä monet muut tutkijat ovat olleet luomassa ja kehittämässä psykodynaamista teoriaa.

Yksi psykodynaamisen lähestymistavan keskeisistä edustajista on edellä mainittu itävaltalainen Sigmund Freud. Freud määritteli psyyken rakenteen perustaksi kerroksellisen kolmijaon. *Id* ("se") on ihmisen halujen ja viettien varasto, joka toimii mielihyvä periaatteella – *Id* on psyyken tiedostamaton puoli. Se edustaa synnynnäisiä biologisia viettejä, kuten seksuaalisuutta ja aggressiivisuutta. Näitä tarpeitaan ihminen pyrkii luontaisesti tyydyttämään välittömästi. *Ego* (minä) tarkoittaa pääasiassa tietoisuuden tasolla toimivaa mielen osatekijää, joka pyrkii sovittamaan tiedostamattomasta tulevia erilaisia haluja todellisuuden vaatimuksiin. *Superego* (yliminä) on muodostunut kasvatuksen ja sosiaalistumisen perusteella, sen tehtävänä on kontrolloida egoa. *Superego* on osin tietoinen, osin tiedostamaton. (Paasikivi 2002 ja Pattersson & Watkins 1996, 11-33.) (Viettipohjassa ovat siis biologiset tarpeet, minässä taidot ja yliminässä vaatimukset.) Yksilön kasvuympäristö puolestaan muodostaa neljännen dynaamisen tekijän (Räsänen, Moilanen, Tamminen & Almqvist 1996, 43).

Psyyken eri osien pyrkimys on ylläpitää sisäistä mielekkyyttä. Koska idin viettilylykkeitä ei voi toteuttaa vapaasti, tietoinen minä, ego, voi torjua idin viettilylykkeitä tiedostamattomiksi *superegon* vaatimuksesta. Mikäli idin ja *superegon* ristipaine käy liian suureksi egossa, ihminen joutuu torjumaan yhä enemmän viettilylykkeitä. Nämä neljä dynaamista tekijää (*id*, ego, *superego* ja kasvuympäristö) ovat usein pyrkimyksiltään erisuuntaisia, mikä koetaan ristiriitoina ja ahdistuksen tunteena etenkin juuri silloin, kun persoonallisuuden sisäinen tasapaino järkkyy. (Räsänen ym.1996, 43.)

Psykodynaaminen teoria on työnohjaajalle hyödyllinen juuri ohjattavan elämänhistorian ja tunne-elämän merkityksien hahmottamisessa. Ohjaajan omien lapsuuden, nuoruuden ja nykyhetken kokemusten tiedostaminen ja aiempien kokemusten ymmärtäminen auttaa myös ohjattavan ymmärtämisessä. Tärkeiden ihmissuhteiden ja aiempien kokemusten merkitys ilmenee käytännössä monissa työnohjaustilanteissa. Myös aikaisemmat ongelmat

esim. lapsuudessa ja nuoruudessa voivat heijastua tämän päivän toimintaan ja ohjaajan on hyvä tiedostaa aikaisempien kokemusten merkitys nykyisiin valintoihin. (Salonen 2004, 11.)

Vaikka työnohjaajan ei olekaan syytä uppoutua liian syvälle tunnemaailmaan ja ihmissuhteiden tarkasteluun, vaaditaan häneltä kuitenkin herkkyyttä huomata, milloin ohjattavan ongelmat edellyttävät muiden asiantuntijoiden puoleen kääntymistä. Salosen (2004) mukaan ohjaajan on tärkeää kuunnella, mitä ohjattava sanoo (tietoiset ja tiedostamattomat odotukset) ja käyttää teoriaa tukenaan ohjatessaan ja arvioidessaan ohjattavansa tilannetta. Ohjaajan on myös kiinnitettävä huomiota rationaalisen ohjaussuhteen kehittymiseen, sillä ohjattava kohdistaa ohjaajaan transferenssiodotuksia, joiden vahvuus vaihtelee ohjattavan iän, elämäkokemusten ja psyykkisen koostuneisuuden mukaan. Ohjaajan on siis tärkeää ottaa nämä odotukset huomioon työskennellessään, sillä hänen toimintansa vaikuttaa siihen alkavatko epärealistiset odotukset realistisoitua. (Salonen 2004, 9-13.)

Psykodynaaminen teoria on ja vaikuttaa taustalla käytännön työnohjaustyötä tehdessä. Työnohjauksen lähtökohdat liittyvät usein ammatilliseen kasvuun ja kehitykseen sekä päätöksentekoon. Näistä etenkin ammatillisen identiteetin työstämistä pidetään yhtenä tärkeänä kehitystehtävänä. Ammatillinen kasvu on tietojen integroitumista persoonallisuuteen ja ammatillinen kasvu työnohjauksessa on koko ajan sidottu persoonallisen kasvun alueeseen. (Salonen 2004, 11.) Esim. avoimuuden ja roolisidonnaisuuden tarkastelu työssä on persoonallinen asia, joka vaikuttaa ammattitaitoon (Vuorinen 1985, 143).

Työssä, jossa työn kohteena ovat toiset ihmiset, työväline on oma persoonallisuus ja näin yksityisalue onkin työväline. Psykoanalyttinen teoria auttaa ohjaajaa jäsentämään ohjattavan kommunikaatiota, helpottaa ohjaussuhdetta ja päätelmien tekemistä (Salonen 2004, 11). Ohjattavan ammatillinen identiteetti kehittyy hitaasti vuosien saatossa. Omalta osaltaan myös työnohjaus voi olla tukemassa sen kasvua ja kehittymistä.

Työnohjauksella on tiedostava ja tietyiltä osin paljastava luonne. Työnohjauksen prosessi antaa ohjattavalle mahdollisuuden ymmärtää itseään työntekijänä ja ihmisenä. Hän oppii

tuntemaan itseään työnsä instrumenttina. Työnohjaustilanteiden toistuessa hänen on mahdollista nähdä se yhteys, mikä hänen konkreettisten työtilanteidensa ja oman persoonansa välillä on. Näin hänelle syntyy mahdollisuus ymmärtää itseään persoonallisesta taustastaan käsin. Työnohjauksessa ohjattava ei kohtaa ainoastaan vaatimustasoaan, vaan myös omat tarpeensa. Odotusten ja tarpeiden niveltyminen omiin kykyihin ja taitoihin sekä työpaikan suomiin mahdollisuuksiin on työnohjauksessa tapahtuva yksilöllistymisen, persoonallistumisen sekä realisoitumisen prosessi. (Kuusiniemi 1985, 120.)

Itseksi tuleminen, oman identiteetin selkiintyminen on hyvin persoonallinen prosessi, jolla on työnohjauksen kannalta ammatillinen ulottuvuus. Ammatillisesti se merkitsee oman persoonan asettamista omassa tehtävässään käyttöön. Työnohjauksessa painopiste on ohjattavan oman erityislaadun löytämisessä ja ohjattavan omien taitojen ja niihin integroituvan tiedon lisääntymisessä. (Kuusiniemi 1985, 120.)

Parhaimmillaan ohjattavan kokemus itsestään on yhä lisääntyvä autonomisuus ja itsesäätely. Työnohjauksessa onkin mahdollisuus etsiä sekä ohjattavan olemisen että tekemisen mieli aina kussakin konkreettisessa tilanteessa. Näin ohjattava voi elää uudelleen työtaphtumansa ja hän voi nähdä uudella tavalla tunteittensa ja käyttäytymisensä sekä työssään kohtaamiensa ihmisten reaktioiden välisiä yhteyksiä. Työtilanteen dynamiikka tulee hänelle ymmärrettävämmäksi. Ohjaustilanne liikkuu olennaisesti kokemusmaailmassa, koskettaa sitä, on osa sitä ja antaa onnistuessaan kaikille todellisen mukana olemisen tunteen. (Ruuskanen 1985, 215.)

On hyvä muistaa, että jokainen kehitysprosessi, niin myös työnohjausprosessi, on edistymisen ja taantumisen vuorottelua, kehityskriisejä, saavutuksia ja niiden vakiintumista. Askel eteenpäin, kaksi taakse, sotkeutumista askelissa, konttaamista vaikeissa paikoissa ja ojentumista täyteen mittaan, uusien näköalojen saavuttamista ja vakaan jalansijan löytämistä kehityksen tiellä. (Räsänen ym. 1996, 44 – 45.)

## 2.2 Kuva kielen maailmassa

*Kawai (1988) on todennut, että ihminen on vain kuva, joka muotoillaan tai sana, joka runoillaan. Siten ihminen kuuluu maailmaan (Wahlbeck 2007, 38).*

Työnohjaus tapahtuu paljolti kielen maailmassa ja kieli on usein pääasiallinen kommunikatioväline. Kielen, sopimukseen perustuvien sanojen sisällön avulla voimme eritellä kohdetta selvemmin. Me voimme kielen avulla hahmottaa ja tiedostaa itseämme ja ympäristöämme ja kommunikoida muiden kanssa. Suuntaudumme ulospäin puhumalla, mutta meillä on ulkoisen kielemme lisäksi myös oma sisäinen kielemme, ja nämä ovat vuorovaikutuksessa toisiinsa. Kieli mahdollistaa monia psyykkisiä toimintoja. Voimme ajatella tätä hetkeä, mennyttä ja myös tulevaa. Myös kuvallisesti nähtyä tai koettua voimme ajattelun avulla muuttaa käsitteiksi ja puheen avulla todellisuudeksi. (Wahlbeck 2007, 8.)

Wahlbeckin (2007, 9) mukaan kieli voi olla myös riittämätön. Asian nimeäminen paitsi selkiyttää myös rajoittaa, sulkee pois. Tai me jäämme sanattomiksi tai kohtaamme jotain sanoin kuvaamatonta tai vaikenemme erilaisista syistä. Aistimuksia, tunteita ja kokemuksia on vaikea sanoin kuvata, niille ei ole valmiiksi sanoja.

Kielen, tekstin ja kuvan jännite liittyykin eri tavoin moniin jännitteisiin esim taide ja tiede, järki ja intuitio, käsite ja konkretia, henkisyys ja materia, maskuliinisuus ja feminiinisyys, tietoinen ja tiedostamaton jne. Representaation, merkityksen ja kommunikaation maailmassa sanojen ja kuvien välinen suhde heijastaa niitä suhteita, jotka sijoitamme symbolien maailmaan, merkkien ja merkitysten välille. (Wahlbeck 2007, 33.)

Taide ei ole kieli, jolla on merkkien ja merkitysten hyväksyttyä koodia: se toimii tasolla, jolle hyvin usein ei löydy sanallista vastaavuutta. Joka tapauksessa se kommunikoi ja joskus tarjoaa suoraa pääsyä aikaisemmin torjuttuun tai tiedostamattomaan materiaaliin. Se paljastaa tunnetiloja, joille ei löydy mitään muuta ilmaisumuotoa. Tämä pätee erityisesti koskien tietoista/tiedostamatonta vaihtoa analyyttisessä suhteessa, ja tämä tarkoittaa että – kliinisessä käytännössä – taiteella on erityinen rooli. Olosuhteissa, missä symbolinen arti-

kulaatio on estetty tai mahdoton, kuva luo kanavan, tilan jonka kautta prosessi voi alkaa. Etenkin kun kokemus on sietämätön, taideteos transferenssin ruumiillistumana, voi toimia säiliönä, välittäen tekijän ja katsojan välillä. (Schaverien 2003, 206 ja Wahlbeck 2007, 35.) Se voi antaa hahmoa asioille, joille ei vielä ole sanoja.

Onkin todettu, että taiteen muodon moniulotteisuus on vanginnut tietyn mutkikkaan ”to-  
tuuden”, jota ei voida retusoida yksiulotteiseksi kuvaukseksi – mikäli aiomme ymmärtää  
– meidän on tutkittava ja tietoisemmin sidottava kahta jättiläistä, taidetta ja tiedettä, kuval-  
lisuutta ja kieltä, yhteen.

### 3 MIELIKUVAT - VAPAATA LIIKKUMATILAA LUOVUUDEN KENTÄLLÄ

Sana fantasia, mielikuva, tulee kreikan kielestä ja merkitsee näkyväksi tekemistä ja viittaa tajunnassamme ilmenevään kuvaan. Fantasia- kuvat ovat sekä psyyken raakamateriaalia että lopputuloksia, ja niillä on etuoikeutettu sisäänpääsy sielun tietoon. Jokainen mielen-  
liikkeemme, joka ikinen käsityksemme maailmasta ja tuntemuksemme meissä itsessämme menee psyykkisen järjestelmämme läpi tullakseen tapahtuvaksi. Jokainen tunne tai huomio tapahtuu psyykkisenä tapahtumana muotoutuen ensiksi fantasia- kuvana. (Miettinen 2005.)

Fantasia muodostaa kuvia spontaanisti tapahtumien mukana, se johtaa meidät visualisoi-  
maan näkyjämme ja keksimään kertomuksia niistä, nämä mielikuvitukselliset seuralaiset eivät ole asiaankuulumattomia tai ajanvietettä, vaan keskeisiä psyykkiselle elämälle (Miet-  
tinen 2005). Tästä mielikuvaperspektiivistä katsottuna fantasian merkitys ei löydykään analyysin tai paljastamisen kautta, vaan sen työstämisen kautta, antamalla sen johtaa. Toi-  
sin sanoen, fantasiaa, voitaisiin kohdella vähemmän epäluulon kohteena ja enemmän am-

mennettävänä resurssina. Fantasian voi nähdä antamassa oivallusta sekä intrapsyykkisissä että interpsyykkisissä tilanteissa. (MacLagan 1997.)

Mielikuvat, ovat usein visuaalisia, mutta eivät välttämättä; ne saattavat sisältää moniaistilista hahmottamista ja tulkintaa. Ulkomaailman hahmottaminen, aistielimien impulssien tulkitseminen aivojen avulla tapahtuu mielikuvien kautta. Aivotutkija ja neurobiologi Gerald Hütherin mukaan ulkomaailmassa nähty peittyy sisäisillä kuvilla uuden mielikuvan synnyn transformaatioissa. Näin syntyy ”näkömielikuva” ja vastaavasti ”kuulomielikuva”, ”hajumielikuva”, ”kosketusmielikuva”. Näiden ärsykekuvioiden voimakkuudesta riippuu, miten ne aivoissa leviävät. Mikäli niiden emotionaalinen lataus ja merkitys on tarpeeksi voimakas, ne tulevat tietoisiksi. Mielikuvat ovat siis keskeisiä tietoiseksi tulemisen prosessissa. (Wahlbeck 2007, 10.)

Mielikuvat tarjoavat omalta osaltaan eräänlaista vapaata liikkumatilaa ihmisen luovuuden kentällä. Mielikuvat ovat sekä mentaalisia että fyysisiä. Mielikuvakäsitteeseen voidaan myös sisällyttää kokemukset, tiedot, asenteet, tunteet ja uskomukset, joista toiset perustuvat tosiasioihin ja toiset ovat arvojen kautta värittyneitä. (Niemi 1996, 197-198.)

Kuvan aistimukseen liittyy myös somaattinen reaktio, mikä tekee mielikuvasta kehollisen kokemuksen. Reaktio voi olla esim. väsymys, ylivireys, jännitys, ilo tai suru. Seuraamus voi olla positiivinen, jolloin ongelma pystytään ratkaisemaan tai negatiivinen, jolloin mm. pelko ehkäisee puhumasta tai osallistumasta ryhmätilanteessa keskusteluun. Kun persoonallisuuden kiellettyjen, ei-hyväksyttävien osien pääsyä tietoisuuteen halutaan vastustaa, on puolustusmekanismien käyttö monipuolista ja runsasta. Itsetunnon suojelemiseksi ja ahdistuksen vähentämiseksi puolustusmekanismi voi myös tukea muodostunutta mielikuvaa. Mielikuvien avulla on siis mahdollista hahmottaa todellisuutta saadaksemme järjestystä asioihin, mutta myös suojautua tiedostamiselta. (Niemi 1996, 200-201.)

Psykoanalyttisesti ajatellen sisäisten mielikuvien alkutekijät voidaan jäljittää varhaiseen lapsuuteen. Lapsen psyykkiseen kokemukseen todellisuudesta vaikuttaa hänen tunteensa suhteessaan äitiinsä, ja niistä hän rakentaa sisäisen maailmansa vaistonvaraisine haluineen

ja toiveineen. Mielikuva on mielijohteen tai tuntemuksen sielullinen ilmentymä. Mielikuvat ovat kuvia mielihyvästä ja mielihyvähästä. Lapsi käyttää rikasta mielikuvitustaan, koska hänellä on vain vähän sanoja ja käsitteitä. Mielikuvitus täyttää todellisuuden, johon ei löydy sanallista hahmoa. Winnicott puhuu juuri hyvän hoivakokemuksen saamisen merkityksestä ja tärkeydestä, jotta ihminen voisi lapsesta asti luottaa elämän jatkuvuuteen ja jotta hänelle muodostuisi sisäinen tila mielikuville, tunteille ja kokemuksilla. Tämä tila rakentuu jo varhaisessa vuorovaikutussuhteessa äidin rytmistä ja kosketuksen vivahteista, puhelemisesta, ääntelyistä, lauluista yms. Tämän tuloksena on parhaimmillaan luova suhtautuminen itseen ja ympäristöön, rikas mielikuvien maailma, tunteiden tunteminen, käsitteiden muodostaminen ja erilaisten kokemusten työskentely ja tutkiminen. (Niemi 1996, 198-199.)

Pieni lapsi ei vielä erota toisistaan omaa minää aistimustensa lähteenä olevasta ulkomailmasta. Myös äiti on hänelle osa häntä ja vasta vähitellen lapsi oppii ymmärtämään ja huomaamaan eron itsensä ja ympäröivän todellisuuden välillä. Äidin ja lapsen symbioosin purkautuessa lapsen sisäinen maailma alkaa eriytyä ja itsenäistyä. Lapsi oppii kokemuksistaan, mutta samalla myös merkitsee ne ja täydentää niitä luovilla fantasioilla. Mielikuvat syntyvät, symbolit kypsyvät ja psyykkiset rakenteet kehittyvät ja muuttuvat juuri tällä esitietoisella alueella, sisäisen ja ulkoisen kokemuksen välimaastossa. (Paasioksa 2002 ja Renfors 2003)

### 3.1 Mielen kuvat – matka tietoisesta ja tiedostamattoman poluilla

Psykoanalyttisessä kirjallisuudessa puhutaan tietoisista (fantasy) ja tiedostamattomista (phantasy) mielikuvista. Ropen (1991) mukaan mielikuvat voidaan jakaa eri tasoihin:

- Rationaalinen/tiedostettu mielikuvataso on lähimpänä todellisuutta ja juuri se taso ilmaistaan usein sanoin



- Epärationalinen/tiedostettu mielikuvataso puolestaan sisältää tunneperäisiä tekijöitä eikä asioita voida sanoa suoraan, vaikka tiedostaakin ne esim. kun ihminen sanoo haluavansa tai tarvitsevänsä työnohjausta, mutta ei kuitenkaan mene sinne
- Rationaalinen/tiedostamaton mielikuva antaa puolestaan ohjattavalle mahdollisuuden ilmaista järkipäisen selityksen toiminta- ja työskentelytavalleen, kun hän heijastaa varhaisemman mielikuvansa esim. nykyiseen ahdistavaan ihmissuhteeseensa tai työtilanteeseensa todellisuuden ja mielikuvan sekoituksena
- Epärationalinen/tiedostamaton mielikuvataso sisältää viettipohjaiset, torjutut ainekset; tunteet, motiivit, ajatukset ja ristiriidat. Ne vaikuttavat hyvinkin voimakkaasti käyttäytymiseen ja mielialoihin. Tiedostamaton onkin psyykkisen energian lähde, toisaalta uusia voimia antaen ja toisaalta toimintaa hankaloittaen. (Niemi 1996, 199-200.)

Niin terapia- kuin työnohjaussuhteeseenkin liittyvät mielikuvat kertovat aina myös siitä todellisuudesta, mikä on potilaan/asiakkaan ja terapeutin/ohjaajan välisessä suhteessa. Mielikuva kertoo sekä siitä todellisuudesta, mikä on ohjattavan ja tämän työssään kohtaaman ihmisen että toisaalta ohjattavan ja työnohjaajan välisessä suhteessa. Asiakkaan kertomuksen sisältö voi olla myös mielikuvan lähde. (Pisto 2006, 20.)

Mielikuvien defensiivinen tarkoitus on usein sisäisen tyhjyyden välttäminen. Pyrkimyksenä on pako ristiriidasta rauhaan ja tyyneyteen sen eriytymisen välttämiseksi, jota symbioottinen liitto äidin kanssa aikanaan puolusti. Mielikuvassa on olennaista myös, että se mahdollistaa myös muiden defenssien (projektio, splittaaminen, kieltäminen, älyllistäminen ym.) käytön ja tätä kautta niiden esiin tulon sekä tutkimisen. Mielikuvien työstämisen kautta terapiassa potilas/asiakas ja työnohjauksessa ohjattava voi paremmin ymmärtää itseään ja tulla tietoisemmaksi itsestään. (Niemi 1996, 199-200.)

Mielikuvat ovat osa ihmisen sielullista elämää. Psykoterapia käyttää niitä kuvaamaan kokemuksen aikaansaamia tunteita. Kuvitelmia ja ajatuksia laajasti ja tuomaan esiin todellisuuden eri näkökohtia. Freudin mukaa mielen tietoinen osa kehittyy juuri tiedostamatto-

masta. Kuvataideterapiassa potilas/asiakas tuottaa vapaasti haluamaansa kuvaa. Kuva on spontaani ilmaisu, joka antaa mahdollisuuden päästä tekijän tiedostamattomaan maailmaan. (Niemi 1996, 199-200.)

### 3.2 Silta tunteen ja sanallisen tiedostamisen välillä

Psykoanalyttisessä ajattelussa ilmaistaan myös ruumiin ja mielen yhteys, kun puhutaan mielentoiminnoista sanonnoin, jotka sisältävät fyysisiä tapahtumia. Mielikuva on ja toimii siltana tunteen ja sanallisen tiedostamisen välillä. Tietoisuuteen tunkeutuminen tapahtuu mielikuvien kautta. (Niemi 1996, 201.)

Mielikuvat siitä, että voimme sisällyttää itseemme tunteita ja kokemuksia (introjektio) tai ajaa niitä ulos (projektio), ovat mielen mekanismeja, jotka ovat olennaisia myös työnohjauksen erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Jung (2003) on todennut, että fantasia pitää ymmärtää sekä kausaalisesti että merkityksen kautta. Kausaalisesti tulkittuna, se näyttää ruumiillisen tai persoonallisen tilan oireelta, sitä edeltävien tapahtumien tulokselta. Merkityksellisesti tulkittuna, se näyttää symbolilta joka koettaa kuvata tiettyä päämäärää käsillä olevan materiaalin avulla, tai jäljittää tulevaa psykologista kehitystä. (Jung 2003, 35-69.)

Uudet ihmissuhteet ovat aina jossain määrin toisintoja sekä työnohjaussuhteissa että työyhteisön ihmissuhteissa. Tämä vaikuttaa kaikkiin mielikuviimme. Fantasiamaailma omassa minässä on laaja-alaisempaa kuin realiteettimaailma. Työnohjauksen tehtävänä onkin realiteettien vahvistaminen. Se voidaan toteuttaa mielikuvamaailmaa hyväksikäyttäen eli varjosta valoon – tiedostamattomasta tietoisuuteen. (Pölönen 2005, 4.)

Kun varjo väistyy ja yhtyy objektiin määrättyssä kulmassa, niin silloin elämäkokemuksellinen kirjo aukenee sateenkaaren väreissä eli spektrinä synnyttäen uudenlaisen kokemuksellisen oivalluksen. Näin käy myös työnohjauksessa, kun ohjaajan ja ohjattavan tietoisuus yhdessä tiedostamattoman kanssa kohtaavat. Silloin muistot ja tunnekokemukset heräävät ja koostuvat. Syntyy mahdollisuus uudenlaiseen synteesiin jakaa elämässä olevuuden tunnetta. Mutta miten saada tiedostamaton materiaali työnohjauksessa avoimeen käsittelyyn,

on haaste työnohjattavalle ja ohjaajalle. Tiedollisten taitojen ohella tarvitaankin sydämen viisautta. (Pölönen 2005, 5-11.)

### 3.3 Mielikuvien merkityksestä työnohjauksessa

Työnohjaajan persoonallisen työtavan tietoinen harjaannuttaminen mielikuvia tutkimalla mahdollistaa osaltaan työnohjauksen tavoitteeseen pyrkimistä. Mielikuvien tutkiminen voi tuntua vaikealta ja haastavalta. Jokaisen ihmisen mielikuvalla on oma arvonsa, eikä voi olla yhtä ja oikeaa tulkintaa. Parhaimmillaankin ohjaajan tutkinta voi olla vain ehdotus. Mielikuvan merkityksen tutkiminen onkin sen ymmärtämistä, miksi mielikuva on muodostunut. Merkitys on se tulkinta, joka voidaan ilmaista kielen avulla tai joskus jättää ilmaisematta. Toisaalta merkitys voi joskus jäädä myös ymmärtämättä. (Niemi 1996, 197.)

Mielikuvat rikastuttavat osaltaan työtä ja työnohjausta ja voivat johtaa uusiin mielleyhtymiin. Samalla ne voivat luoda yhteisen kielen ohjattavien kanssa sellaisen asian ilmaise-miseksi, johon ei löydy muuta keinoa, ja lisäävät näin yhteistä kokemusta. (Pisto 2006, 23.)

Mielikuvien avulla on mahdollista hahmottaa todellisuutta esim. saadaksemme järjestystä asioihin, mutta myös suojautua tiedostamisesta. Tavoitteena mielikuvien käytölle on kuitenkin sekä ohjaajalla että ohjattavalla se, että hän pystyy muuttamaan havaitsemistapojaan, tulemaan tietoisemmaksi tietoisuudestaan. (Niemi 1996, 206.)

Mielikuvat ovat olennainen osa myös kokemuksellisessa oppimisessa. Työnohjauksessa työnohjaaja voikin etsiä merkitystä mielikuvalle niiden tarkan asiasisällön kautta tai abstrahoidulla jonkin ulottuvuuden esim. tuntemuksellisen tai kuvallisen piirteen. Ryhmän kanssa työskenneltäessä ryhmäläisten tuottamien mielikuvien havaitseminen, tutkiminen ja tiedostaminen voi antaa työnohjaajalle arvokasta tietoa ryhmän tietyistä kehitysvaiheista. Näin ohjaaja voi itse tulla tietoiseksi häneen kohdistuvista odotuksista ja vaatimuksista ja samalla välttyä esim. tukemasta ryhmän perusolettamustilaa ja joutumasta siihen itse. (Pisto 2006, 23.)

Työnohjaajan työskentely mielikuvien kanssa ja avulla merkitsee mahdollisuuksia tutkia työnohjauskysymyksiä erilaisilla syvyytasoilla (Pisto 2006, 23). Työnohjaaja voi käyttää mielikuvia tietoisesti hahmottamisen ja tiedostamisen välineenä yhdessä ohjattavien kanssa joissakin tilanteissa edistämään ryhmän työskentelyä (Niemi 1996, 215). Toisaalta omien fantasioiden käynnistäminen voi toimia eräänlaisena sisäisenä viitekehyksenä työnohjaajan etsiessä yhteyttä ohjattavien tiedostamattomaan ja pyrkiessä sitä kautta kohti yhteistä tietoisuutta (Pisto 2006, 23).

#### 4 UNIKUVAT - OVI SISÄISEEN MAAILMAAN

Unet ovat maaperä, josta useimmat symbolit kumpuavat. Niitä on vaikea ymmärtää, sillä ne ovat aivan erilaisia luomuksia kuin tietoisien mielen tarinat. Usein uni tulvii ristiriitaisilta ja huvittaviltakin vaikuttavia kuvia, unessa tavallinen ajantaju katoaa, ja arkiset esineet ja asiat voivat saada kiehtovia tai uhkaavia sävyjä. Unissa ei aina ole valvekokemuksemme mitoilla mitattuna mitään järkeä ja sen vuoksi ihmiset ovat taipuvaisia sivuuttamaan ne tai tunnustamaan, että ne saavat heidät ymmälleen. Unissa tuotetut kuvat ovat usein myös paljon vahvempia ja eloisampia kuin niitä valve-elämässä vastaavat käsitteet ja kokemukset. Yhtenä syynä tähän voi olla se, että unessa nämä käsitteet voivat ilmaista piilotajuisen merkityksensä. (Jung 2003, 39-49.)

Uni on sielun sisimpään ja intiimeimpään kätkeyty pieni ovi, joka avautuu siihen kosmiseen alkuyöhön, mikä sielu oli kauan ennen kuin minätietoisuutta oli olemassa ja mikä sielu tulee aina olemaan kauas yli sen mitä minätietoisuus voi koskaan tavoittaa. Sillä kaikki minätietoisuus on erillistä, se tunnistaa yksittäisiä asioita koska se erottaa ja tekee eroja, ja niin havaitaan vaan se mikä on yhteydessä tähän minään. Minätietoisuus koostuu selvästi rajoitetuista asioista silloinkin kun se hipoo etäisimpiä tähtisumuja. Kaikki tietoisuus erottaa, mutta unessa me tavoitamme sen syvemmän, todemman, ikuisemman ihmisen, joka

asuu yhä alkuyön hämärässä, missä hän on vielä kokonaisuus ja missä kokonaisuus oli hänessä, eriytymättömässä ja kaikkien minuutta vailla olevassa luonnossa. Tästä kaikki yhteen liittävästä syvyydestä kumpuaa uni. (Jung 2001, 445.)

Unet eivät ole tahallisia eivätkä tahdonalaisia keksintöjä vaan luonnollisia ilmiöitä, jotka eivät ole mitään muuta kuin juuri sitä mitä ne esittävät. Ne eivät petä, ne eivät valehtele, eivät vääristä eivätkä kaunistele vaan ilmaisevat naiivisti sen mitä ovat ja mitä tarkoittavat. Ne ovat ärsyttäviä ja harhaanjohtavia vain siksi että me emme ymmärrä niitä. Ne eivät käytä mitään temppuja kätkeäkseen jotakin vaan sanovat sen, mikä muodostaa niiden sisällön, omalla tavallaan niin selvästi kuin mahdollista. Me pystymme jopa ymmärtämään, miksi ne ovat niin omalaatuisia ja vaikeita: kokemus nimittäin osoittaa, että ne pyrkivät aina ilmaisemaan jotakin, jota minä ei tiedä eikä ymmärrä. Unen yhtenä tehtävänä onkin yrittää palauttaa meidän psykologinen tasapainomme tuottamalla unimateriaalia, joka hienovaraisella tavalla palauttaa psyykkisen kokonaistasapainon. Sitä nimitetään unien täydentäväksi tehtäväksi psyykkisessä rakenteessamme. (Jung 2001, 445-446.)

On tärkeää muistaa myös, että unien tulkinta tai analysointi ei ole niinkään tekniikka, jonka voi oppia ja jota voi soveltaa tiettyjen sääntöjen mukaan, vaan se on dialektista vuorovaikutusta kahden persoonallisuuden välillä. Yksilö on ainoa todellisuus. Mitä enemmän me etäännyimme yksilöstä kohti abstrakteja ideoita, sitä todennäköisemmin me erehdymme. Mutta jos haluamme nähdä asiat niiden oikeassa perspektiivissä, meidän on ymmärrettävä ihmisen menneisyyttä yhtä hyvin kuin hänen nykyisyyttään. (Jung 2003, 58.)

Unet omaksuvat sen muodon, joka on piilotajunnalle luontainen, koska aineisto, josta unet syntyvät, pysyy kynnyksenalaisena juuri siinä muodossa. Unet eivät vartioi meidän untamme estämällä sopimattoman toiveen esiin pääsyn, vaan ne vain esiintyvät vai siinä muodossa, jonka kaikki yllykkeet luonnostaan piilotajunnassa omaksuvat. Sen vuoksi uni ei voi tuottaa selvää ajatusta. jos alkaa tehdä niin, se lakkaa olemasta uni, koska se ylittää tietoisuuden kynnyksen. Niinpä uni näyttääkin jättävän väliin juuri ne kohdat, jotka tietoiselle mielelle ovat kaikkein tärkeimpiä, ja näyttää pikemmin tuovan esiin tietoisuuden

reuna-alueita, jotka hohtavat heikosti kuin tähdet täydellisen auringonpimennyksen aikana. (Jung 2003, 64.)

#### 4.1 Eletty elämä unikuvisa

Tuntemattomuudesta saamme suurimman voimamme. Vain silloin kun Minä Itse siirtyy syrjään luokitukseensa ja mielipiteineen, nousee tuntemattomasta mestariteos. Kuinka paljon uni kertoo objekteista, kuinka paljon itsestä? Tämä on unitulkintoissa jatkuva epävarmuuden aihe. Voidaan ajatella, että unen kaikki puolet edustavat unennäköä itseään, hänen persoonallisuutensa aukkoja, osoittavan suoraan unennäköjän elämättä jääneisiin persoonallisuuden puoliin. Toisaalta unennäköjän unitila voidaan olettaa valtavaksi ja loputtomaksi projektiokankaaksi, jossa projektiot välkkyvät. Voidaan myös ajatella, että uni kertoo ulkomaailmasta siten kuin sen itse havaitsemme. Uni on yhtä aikaa meitä sekä ulkomaailmaa. (Siivola 1998, 1-3 ja Jung 2003, 35-49.)

Me koemme vain itsemme, emme objektiivista todellisuutta. Emme näe maailmaa, vaan silmänpohjan kuvan, emmekä sitäkään, koska se muuttuu sähköimpulsseiksi, emmekä niitäkään, koska ne taas muuttuvat... ad infinitum. Missä on ulkomaailman ja itsen raja? Onko siis mieltä kahtiajaossa, ovatko unet oman itsen vai ulkomaailman heijastumia. Koska ulkomaailma on itse. Uni kuvaa meitä itseämme ja aina myös ulkomaailmaamme – joka on sama asia sanottuna kahdella eri tavalla. (Siivola 1998, 5.)

Päivätajunnan suhteellisuus sekä objektin ja subjektin samuus vaativat rinnalleen unen ja valvetilan tarkastelua. Unen olennaisimman sanoman kannalta tuolla rajalla ei kuitenkaan ole merkitystä. Sadut, myytit, taide, kaikkiin niihinkin kietoutuvat samat ihmistajunnan ulottuvuudet mitä uniinkin. Paljon vaikeampaa on huomata, kuinka nuo kuvat ovat läsnä joka hetki ja vaikuttavat voimakkaasti kokemiseemme ja käyttäytymiseemme. (Siivola 1998, 5-7.) Päivällä ratkaisuyrityksemme on usein painottunut syiden ja seurausten miettimiseen ja niiden sovitteluun muilta kuultuihin tai opittuihin luokitteluihin ja tietysti kaikkeen aikaisemmin oppimaamme ja kokemaamme. Mieleemme kulkee kuitenkin samanaikaisesti tunnealueella niissä kaikissa vastaavissa kokemuksissa, jotka muistuttavat

nykyistä ongelmaa. Mutta vasta kun päivätajumamme hellittää otettaan joka yö unessa tai päivän tarkkaamattomuuden hetkillä, piirtyvät nuo kuvat tietoisuuteemme sitä voimakkaampina, mitä täydellisimmin päivätajumamme on poistunut niitä häiritsemästä. Oivallusyhteys voi syntyä milloin tahansa näiden sisäisten kuvien kautta, päivällä tai yöllä, uniryhmässä tai niiden ulkopuolella, unessa tai valvetilassa. (Siivola 1998, 7.)

Unikuvat eivät analysoi, eivät selitä, eivät etsi syy- ja seuraussuhteita. Uni tiivistää vain kentän hakien vaivatta koko elämämme ajalta kaikki tilanteet, asiat, esineet, ihmiset, jotka ovat näyttelleet jotain osaa vastaavanlaisilla, samankaltaisilla hetkillä elämässämme, ja muovaa ne yhteen erittäin tiiviiksi kuviksi. Oikeastaan uni on tuo kenttä, johon on aina kuulunut koko menneisyytemme, ja joka alati, niin päivällä kuin yöllä on vain alati läsnä olevaa meitä itseämme, ja joka on päivällä melkein näkymättömissä koska ulkoinen maailma vaatimuksineen vie tarkkaavaisuutemme suurimman osan. Mitä enemmän voimme hiljentyä kuuntelemaan sisäisiä kuviamme, milloin tahansa ja missä tilanteessa tahansa ne näyttäytyvätään, sitä lähempänä olemme sitä aluetta josta puhuvat niin uskonnot kuin terapiatkin, ja josta taide luo suurimmat teoksensa. (Siivola 1998, 7)

#### 4.2 Unennäköjän matkassa – yksi menetelmä unen tutkimiseen työnohjauksessa

Kokemispohjaisen eli elämykselliseen kokemiseen perustuvan uniryhmätyöskentelyn kehittäjänä on toiminut professori, psykoanalyttikko Montague Ullman. Menetelmää on kuvattu mm. kirjassa Paljastavat unet sekä uniryhmänvetäjille tarkoitettu oppaassa *Appreciating Dreams – A Group Approach* sekä ruotsinkielisenä *Att förstå drömmens språk*. (Pisto 2006, 29.)

Unikuvat ovat äärimmäisen tiiviitä tunnepakkauksia, mielen taidemaalauksia, jotka ymmärretään parhaiten – kuten fyysisiäkin taidekuvia – eläytymällä eikä selittelemällä. Uniryhmä toimii eläytymisen kautta kuin unen kättilönä, unennäköjä sen ainoana mahdollisena synnyttäjänä. Ryhmä on kuin joukko sokeita salapoliiseja, jotka etsivät unen avainta, joka voi olla vain unennäköjän itsensä hallussa. (Siivola 2003, 559.)

Onnistunut unen käsittely ei johda selitykseen eikä tulkintaan, vaan entistä elävämpään viisioon, joka kokonaisvaltaisella voimallaan luo kaikkia ryhmän jäseniä koskettavan ja kuvakielen rikkautta opettavan aidon taideteoksen. Ainoa voimaanjäävä ”tulkinta” on unennäköijän oma näkemys unestaan. Ryhmässä ei ole vallitsevaa käsitejärjestelmää, jonka puitteissa uni tulkittaisiin, eikä ryhmänvetäjän näkemys ole viimeinen sana. Ryhmän johtaja on auktoriteetti vain ryhmäprosessin ulkoisen kulun hoitajana sekä unennäköijän ja ryhmän suojaajana, mutta ei unen merkityksen selittäjänä. Keskeistä on, että uniryhmäprosessi on kokemukseen pohjautuva. Ratkaisevaa osaa näyttelee jokaisen ryhmäläisen omakohtainen eläytyminen unen alkuperäisen tunnelman ja sitä kautta mahdollisen ratkaisun tavoittamisessa – joka ei tarkoita Freudin ja Jungin ja monien muiden unitutkimusten antien unohtamista, vaan sitä, että niistä on hyötyä vasta kun ne muiden symbolien ohessa ja niiden kanssa samanarvoisina heräävät eloon omakohtaisen elämyksen kautta. (Pisto 2006, 29)

#### 4.3 Uniryhmäprosessin kulku

Prosessi on suunniteltu unennäköijän turvallisuuden takaamiseksi ja unen sisällön avautumisen maksimoimiseksi. Turvallisuustekijään kuuluvat mm. seuraavat seikat: ei maanittelua ryhmään osallistumiseksi, ehdoton salassapitovelvollisuus, ei kiertäviä puheenvuoroja, ei pyyntöjä toisen saamiseksi dialogiin mukaan, ei motiiveiltaan hämää kysymyksiä, unennäköijän oman näkemyksen oman näkemyksen tarkka esiinseulonta ryhmän projektioiden seasta ja vain sen validointi, unennäköijän oikeus säädellä unen jakamisen taso ja mahdollisuus keskeyttää prosessi milloin tahansa. (Siivola 2001/2006, 4)

IA Unennäköijä kertoo unensa, ja vain sen – ei mitään sen ulkopuolelta.

IB Ryhmä selventää itselleen unta lisäkysymyksin

IIA Ryhmä ottaa unen omaksi unekseen alkaen ensin eläytyä keskenään (ei unennäköijän kanssa) unen herättämiin tunteisiin.

IIB Ryhmä eläytyy tunteiden lisäksi myös unikuvien herättämiin symboleihin.

IIIA Unennäköijän reaktio.

IIIB Unennäköijän ja ryhmän dialogi

Tunnejäänteiden etsintä eritoten unta edeltävästä päivästä



Unen toisto: ryhmän jäsen lukee unen ääneen sopivan mittaisina paloina, ja sen unennäki-  
jässä herättämiä lisäideoita käsitellään

Yhdistävät projektiot; orkestrointi: unennäkiäjän tuottamasta materiaalista luodaan mahdol-  
lisimman kattavia kokonaisnäkemyksiä, joita tarjotaan (ei tulkita) unennäkiäjälle

IV Unennäkiäjän lisäkommentit unestaan seuraavalla kerralla

(Siivola 2001/2006, 4.) Katso Liitteet 1, 2, 3 ja 4

#### 4.4 Ajatuksia ja kokemuksia uniryhmätyöskentelystä

Keväällä 2005 olin perustamassa Satakuntaan ensimmäistä uniryhmää. Mukana oli kolme kuvataideterapeuttia minun lisäksi. Markku Siivolan innoittamina halusimme alueel-  
lemme oman ryhmän joka mahdollistaisi omien uniemme työstämisen. Valtakunnalliset  
uniryhmäfooromit, kun useimmiten kokoontuivat harvakseltaan ja lähempänä pääkaupun-  
kiseutua. Osallistuminen säännöllisesti aktiivisemmin toimiviin pienryhmiin tuntui myös  
kaatuvan välimatka- ja aikatauluongelmiin.

Neljän kuvataideterapeutin yhdistetyin voimin lähdimme siis kehittämään omaa toimin-  
taamme ja kokoamaan ryhmää. Jokainen pohti kohdallaan kenet voisi ryhmään kutsua.  
Osa kutsutuista onkin jäänyt pysyvästi ryhmäämme. Toisille se on ollut pieni tutkimus-  
matka unienmaailmaan ja on joku tainnut omalle suunnalleen laittaa omankin ryhmän ja  
jatkaneen työskentelyä näin. Nykyistä ryhmää ajatellessani huomaa meidän kaikkien  
koulutusten tai työn kautta askaroivan terapia-, työnohjaus- ja/tai kuvallisen työskentelyn  
parissa.

Kun itse pohdin unityöskentelyn merkitystä ja mahdollisuuksia työnohjausta ajatellen.  
Huomaan erottavani kaksi polkua, jolle mahdollista lähteä. Toinen on mahdollisuus työn-  
ohjaajan käyttää uniryhmää ja oman unen työstämistään oman tietoisuutensa avaamiseen  
ohjausprosessissa meneillään olevien asioiden tunnistamiseen ja tiedostamiseen ja samalla  
työnohjaajana kasvamiseen. Toinen puolestaan on mahdollisuus käyttää edellä kerrottua  
unityöskentelymenetelmää joko jatkuvasti tai satunnaisesti työnohjauksessa, jolloin käsit-

telyssä on ohjattavan uni ja sen tutkiminen ja tätä kautta niin ohjattavan työn kuin henkilo-kohtaisen elämän eri osa-alueet.

Omat kokemukseni liittyvät lähinnä ensin mainittuun eli omien unien avaamiseen uniryhmässä sekä satunnaiseen unityöskentelyyn työnohjauksessa. Koukuttajamme Markku Siivolan tiedän pitäneen työnohjauksia, joissa ainoana menetelmänä käytettiin unia. Hän totesi työskentelyn alun ennakkoluuloista huolimatta sujuneen erittäin hyvin. Satakunnan alueella toimivista työnohjaajista tiedän kolmen käyttävän menetelmää osana työnohjaustaan.

Olennaista uniryhmätyöskentelyn kannalta on antautuminen ja heittäytyminen unen avaamiseen. Etenkin ryhmämuotoinen työnohjaus mahdollistaa oman mielenmaailman laajentamisen ja omien esteiden ylittämisen ryhmän jäsenten tuodessa ja jakaessa itsessään heränneitä ajatuksia ja tunteita, joista unennäkijällä on mahdollisuus poimia ne, jotka löytävät kosketuspintaa omien tunteiden kanssa.

Oman kokemukseni mukaan unien parissa työskentely saattaa voi aluksi herättää voimakastakin vastarintaa ja epäilyä, mutta tähän mennessä kohtaamani ihmiset ovat jälkeensä todenneet ehkä hieman hämmästyneinäkin pitäneensä unen parissa askarointia ”hömppänä”, mutta huomanneensa ettei sen sisältö olekaan epätodellista kuvitelmaan vaan vahvasti kiinni arkielämän, työn ja oman mielen sisällöissä.

## 5 KUVA TYÖNOHJAUKSEN VÄLINEENÄ

Kuvat ja kuvien tekeminen voivat ilmaista sellaista kokemuksen tasoa ja voimakkuutta, mihin sanat eivät riitä. Kyseessä on eräällä tavalla myös todeksi tekemisen prosessi, jossa kuvia haetaan tai ne luodaan psyyken tiedostamattomassa kerroksessa (Williams 2005,

184). Tämän jälkeen niitä mahdollisesti muokataan ja muovailaan ja näin niistä tehdään ”todellisia”, käsinkosketeltavia. Ulkopuolisina kohteina niitä voi tarkastella, ja ne voidaan kokea tietoisemmalla tasolla kuin pelkät ajatukset. Kuvien luoja elää ja on vuorovaikutuksessa kuvien kanssa, mutta kyse ei ole samanlaisesta sokeasta identifikaatiosta kuin prosessin ollessa kokonaan sisäinen – ilmaisematon, muotoutumaton ja vaikeasti lähestyttävä. Tunnustamalla kuvien elävyyden ja antamalla niille muodon työnhajaaja ja ohjattava luovat vuorovaikutuksen ja dialogin edellytykset (Williams 2005 , 184).

Visuaalista työskentelyä käyttävä työnhajaaja sallii, että kuvat otetaan sellaisinaan, ja jos kuvia ryhdytään tulkitsemaan, ohjattava saa tehdä sen. Jos työnhajaaja puuttuu prosessiin ohjattavan vielä suunnitellessa ja työstäessä kuvaa tai muuttaa sen muotoja, kokonaisuus menettää aitoutensa. Anna Freud puhuikin ennenaikaisista tulkinnoista hiljalleen avautuvan tiedostamattoman prosessin giljotiinina. Samalla dialogi menetetään. (Pisto 2006, 31-32.)

Kuvan ja ohjattavan todellisuutta ei ehkä niinkään löydetä vaan sitä luodaan hienovaraisesti, eikä työnhajaaja tyrkytä omaa todellisuuttaan ohjattavan todellisuuden sijaan. Kuvallisessa työskentelyssä jokainen liike, väri, muoto tuottaa uusia mahdollisuuksia ”kuten taidemaalarin kankaalle maalaama viiva tuottaa uusien viivojen mahdollisuuksia” (Miettinen 2005). Ihminen luopuu eräällä tavalla tilapäisesti erillisyydestään, arvostelukyvystään ja kriitiktään. Kun ohjattava sulautuu yhteen luomisen tai mietiskelyn kohteen kanssa, on kyse niin esteettisestä kokemuksesta kuin syvällisestä itsetutkiskelun prosessista. (Pisto 2006, 32.)

Kuvan käyttö osana työnhajausta voi mahdollistaa ohjattavan työ- ja elämäntilanteen kokonaisvaltaisempaa jäsennyttä. Tällöin kuva toimii eräällä tavalla tartuntapintana, jonka kautta on mahdollista prosessoida, tutkia, keskustella juuri niistä olennaisista seikoista, joita ohjattava pitää tärkeänä omassa työnhajauksessaan, työssään ja elämässään. Ohjattavan voi olla ajoittain vaikea kertoa työstään, henkilöhistoriastaan tai tunnistaa omia tunteitaan. (Pisto 2006, 32.) Joskus kuva voi tarjota ulospääsyn tästä umpikujasta, sen kautta voi olla myös helpompi puhua omasta itsestään. Kuvan kautta on toisaalta mahdollisuus koh-

data asioita tässä ja nyt, mutta toisaalta se antaa mahdollisuuden asian, tilanteen, tunteen ym. tarkasteluun etäämmältä, turvallisen, riittävän välimatkan päästä. (Miettinen 2005.)

### 5.1 Kuvan kannatteleva voima

Luova prosessi on parhaimmillaan myös terapeutin tapahtuma. Tehdessämme kuvaa käymme läpi tiedostamattomia tunteita, asioita, joita emme ehkä uskaltaisi kohdata todellisuudessa. Myös kuvassa ja sen kautta voidaan käsitellä pahoiksi ja kielletyiksi koettuja asioita ilman, että kukaan vahingoittuisi. Samalla on mahdollisuus ”kokeilla ja harjoitella” erilaisia tunteita, tilanteita ja ajatuksia symbolisella tasolla, ikään kuin valmistautua, ennen kuin ollaan valmiita muutokseen todellisessa elämässä. (Case & Dalley 2000, 97-118.)

Työn, kuvan ja siihen sisältyvien mahdollisten ongelmien sanallistaminen voi olla tavoitteena, mutta ei aina ole pääasia. Kuvat sinällään ovat jo kommunikaatiota, kuin yhteinen kieli. Itse tekeminen ja sen prosessi ovat keskeisessä asemassa. Ongelmallisten asioiden ja tilanteiden sekä vaikeiden tunteiden esiintuominen kuvissa voi jo itsessään helpottaa, vaikka kasvaminen usein tekeekin kipeää. (Pisto 2006, 33.)

Kuvalle ja tekemiselle on annettava aikaa, jotta vähitellen tavoitetaan oma sisin, eri kerrostumat ja olennainen saadaan esiin. Se voi olla väri, symboli, tunnelma tai transferenssi, joka syntyy kuvan ja ohjattavan, työnhjaajan ja kuvan tai ohjattavan ja työnhjaajan välille (Pisto 2006, 33). Työnhjauksessa työnhjaaja on paikalla, läsnä ja voi ”auttaa” ohjattavaa löytämään myös uusia mahdollisuuksia. Kuvaa tehdessä on mahdollista nähdä, miten kuva lähtee syntymään, elämään ja tulee valmiiksi. Myös yhdessä aiemmin työstettyjen kuvien kanssa muodostuu jatkumo, jota on joskus vaikeakin nähdä. Miettisen (2005) mukaan kuvia on kuitenkin aina katsottava kokonaisuutena, vain silloin sisäiset mielikuvat, kokemukset ja tunteet saavat sen muodon, jonka ohjattava on luonut piirtäessään, muovatessaan tai maalatessaan. Tällöin kuva voi myös olla avain uusiin mahdollisuuksiin niin työntekijänä ja ihmisenä kasvamisessa kuin oman sisäisen olemuksen yhdistämisessä (Pisto 2006, 33).

Kuva voi toimia työnohjaajan ja ohjattavan vuorovaikutussuhteen ohella erilaisten tunteiden säiliönä, sisällyttäjänä. Kuvan sisältämät joskus voimakkaatkin tunnetilat voivat tulla lisääntyvästi ajateltaviksi taiteen muodossa ja vähitellen työnohjaajalle kommunikoitaviksi. Kuva voi myös luoda tilan impulssin ja teon välille. Erityisen tärkeää on silloin, että kuva pitää tunnetilan itsessään, erillään tekijästään, kunnes tunteet voidaan integroida työnohjauksessa. Tunne elää kuvassa ja kuva tuo sen tunteen työnohjaustilanteeseen. Voi kuitenkin mennä pitkiäkin aikoja ennen kuin kuvan merkitys aukenee työnohjaajalle. Tarvitaankin kuvan ja kaiken muun tapahtumisen yhdistelyä. (Miettinen 2005 ja Williams 2005, 183-194.)

## 5.2 Ajatuksia transferenssista ja vastatransferenssista

Transferenssilla tarkoitetaan sellaista reagoitua nykyhetken objekteihin ja tilanteisiin, ikään kuin nämä olisivat yksilön aikaisempaan elämään kuuluneita objekteja ja tilanteita. Nämä ovat erilaisia tunteita, asenteita, odotuksia ja pelkoja jne., jotka on aikanaan kohdistettu erityisesti lapsuuden tärkeisiin henkilöihin, ja joita nyt siirretään nykyhetken inhimillisiä tilanteita koskeviksi. (Tähkä 1982, 79.)

Winnicott tulkitsee transferenssin kahden henkilön väliseksi psyykkiseksi alueeksi, jossa oman itsensä toteuttaminen tapahtuu käyttämällä esim. terapeuttia sekä siirtymäobjektina että objektina kehityttäessä suhtautumisesta objektiin, objektin käyttämiseen (Case & Dalley 2000, 60). Työnohjauksessa siis sekä työnohjaaja että ohjattava ovat kumpikin osa laajemmasta kokonaisuudesta, jossa kumpikin luo ja löytää toinen toisensa. Molemmipuolinen dynaaminen dialogi määräytyy puitteissa on siis enemmän kuin ohjattavan suhtautuminen työnohjaajaan omien kuvitelmiensa pohjalta. (Pisto 2006, 35.)

Transferenssi tunteet juontuvat usein varhaisiin vuorovaikutussuhteisiin ja tunnekokemuksiin (Case & Dalley 2000, 60). Käytettäessä kuvaa työnohjauksessa voivat sekä kuva, että ohjaaja joutua voimakkaidenkin transferenssitunteiden kohteiksi ja vastaanottajiksi. Työnohjaajan tulisikin kyetä oman ymmärryksensä avulla muokkaamaan niitä sellaiseen muo-

toon, että ohjattava pystysi ottamaan ne omikseen paremmin integroituna. (Pisto 2006, 35.)

Kuvallisen työskentelyn kautta on mahdollisuus myös luoviin tapoihin ilmaista transferenssia työnohjaussuhteessa. Erilaisia tunteita voidaan käsitellä kuvassa ja näin käydä keskustelua ja vuoropuhelua myös kuvan sisällä. Kuvien etuna on niiden konkreettisuus (käsinkosketeltavuus) ja avoin visuaalinen ilmaisu. Toisaalta ne ovat samalla haavoittuvampia väärille ja liian nopeille tulkinnoille. Kuvat ovat usein myös hyvin monitasoisia ja voivat parhaimmillaankin avautua kokonaisuudessaan vain kuvan tekijälle itselleen (Case & Dalley 2000, 65 ja Miettinen 2005). Työnohjauksessa kuvasta voi kuitenkin tulla se linssi, jonka avulla transferenssi tulee näkyväksi ja sitä voidaan tutkiskella. (Pisto 2006, 35.)

Vastatransferenssilla tarkoitetaan erilaisia transferenssitunteita, asenteita ja mielikuvia, joita työnohjaajassa saattaa herätä ohjattavaa kohtaan meneillään olevassa työnohjaussuhteessa, useimmiten pohjautuen hänen omaan elämänhistoriaansa. Kuten ohjattava on työnohjaajakin sitä taipuvaisempi transferenssireaktioihin, mitä enemmän hänellä on ratkaisemattomia ja tiedostamattomia ristiriitoja, jotka etsivät objekteja sekä tyydytyksen saamiseksi että puolustuksen vahvistamiseksi. Vastatransferenssi ymmärretäänkin juuri kaksitahoisena vuorovaikutusilmiönä. Se on ohjaajan ja ohjattavan tiedostamatonta kohtaamista ja sen heijastumista työnohjaajan mielessä. (Case & Dalley 2000, 62-64 ja Pisto 2006, 35.) Vastatransferenssia on aina jonkin verran työnohjauksessa. Kyse on kuitenkin sen hallinnasta. Kokemuksen ja itsetuntemuksen lisääntyminen auttavat näkemään vastatransferenssin paremmin. Vastatransferenssi voi tulla esille myös työnohjaajan omassa työnohjauksessa tai näkyä ohjaajan itsensä tekemissä kuvissa. Sekä transferenssin, vastatransferenssin että näihin usein liittyvän projektiivisen identifikaation tutkiminen myös opettaa muodostamaan kuvaa itsestä työnohjaajana. (Pisto 2006, 36.)

Työnohjaajan kyky pysytellä sivussa työnohjausryhmän tunnepitoisista voimista tekee hänet kykeneväksi tarkkailemaan väliintulojaan ja niiden pohjautumista vastatransferenssiin. Vastatransferenssiin perustuvat väliintulot siirtävät ahdistuksen ohjattaviin. Työnohjaajan persoonalliset ominaisuudet, erityinen herkkyys kietoutua ryhmän ärsykkeisiin, vaikutta-

vat hänen pyrkimyksiinsä esim. vakiinnuttaa ryhmän olotila sellaiseksi, mikä on hänelle mahdollista toteuttaa. Vastatransferenssitunteiden tunnistamisen kautta työnohjaaja voi tulla tietoisemmaksi siitä suunnasta, mikä on ryhmää johtamassa ja oikaista se. Ohjattavien kertoma materiaali on luotettava ja hyödyllinen keino paljastaa omia transferensseja, jotka ovat tärkeä syy itse tutkiskeluun. Kaikki ohjattavilta tuleva viestintä pitääkin liittää työnohjaukselliseen vuorovaikutukseen ja tarkkailla sitä sekä todellisuutena että mielikuvana. (Niemi 1996, 210.)

## 6 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA –MENETELMÄT

Tämän työn tavoitteena on tutkia kuvallisuutta työnohjauksessa. Kuten jo johdannossa totesin, olen pohtinut teemaa aiemminkin tosin hieman eri näkökulmasta. Silloin ajatuksena oli pohdiskella kuvaa enemmänkin työnohjauksen välineenä. Tämän työn sisältöä miettiessäni rajasin aiheen kahden uuden sosionomiopintojen aikana syntyneen kysymyksen tutkimiseen.

1) Miten kuvallisuus, mieli-, uni- ja itse tehty kuva, voi tukea usein sanalliseen vuorovaikutukseen perustuvaa työnohjausta?

2) Minkälaisia mahdollisuuksia kuvallinen työskentely voi työnohjausprosessissa avata?

Kyseessä on laadullinen tutkimus, jossa tutkimusmenetelmänä käytin osallistuvaa havainnointia ja sen myötä päiväkirjamerkintöjen ja kuvallisen prosessin tutkimista. Oma subjektiivinen kokemukseni on ensisijaisesti ollut tutkimukseni kohteena.

Laadullisen tutkimuksen pyrkimyksenä on yleensä avata uusia näkökulmia tarkastelun kohteeseen, tuottaa uusia jäsennyksiä ja tulkintoja, joilla tutkittavaa ilmiötä voisi lähestyä tuoreesti ja käytännönläheisesti. (Vilkkä 2005, 97-100.) Tämän työn tarkoituksena onkin ollut löytää uutta ymmärrystä juuri kuvan käytölle työnohjausprosessissa.

## 6.1 Osallistuvasta havainnoinnista

Osallistuva havainnointi on tutkimusaineiston keräämisen metodina varsin työläs ja aikaa vievä. Tärkeää onkin miettiä, kuinka tarkoituksenmukainen osallistuva havainnointi tutkimusaineiston keräämisen metodina tutkimuksessa on. Tarkoituksenmukaisuutta voidaan arvioida uuden tiedon, siihen käytetyn energian ja kustannusten välillä. (Vilkkä 2005, 121-122.) Olennaista tämän tutkimuksen kannalta on se, että olin itse osa kyseistä työyhteisöä työntekijänä. Tämä tuo mukanaan myös vuorovaikutuksellisen elementin, jossa keskeistä on keskinäinen kokemusten ja ajatusten jakaminen, työstä nousevien ajatusten pohdinta sekä kokemuksen ainutkertaisuus.

Toisaalta ilman kyseistä työryhmässä oloa ei myöskään juuri tämä kuvallinen matka olisi mahdollistunut. Oman rajansa tutkimukselle asettaa osallisuuden lisäksi se, että minulle oli jo ennen työnohjausta muodostunut tietty rooli työyhteisössä. Olennaisena näkisin kuitenkin sen, että osallistuva havainnointi mahdollisti sekä sanallisen että kuvallisen kokemuksen tutkimisen, koska ainoastaan sitä kautta on ollut mahdollista tulla tietoiseksi ja ymmärtää prosessin kulkua ja samalla näiden kahden, sanan ja kuvan, toisiaan tukevaa vuorovaikutusta.

On tärkeä muistaa, että havainnointi on aina subjektiivista ja hyvin valikoivaa toimintaa. Havainnointi myös sisältää aina tulkintaa. Havaintoja teemme ei ainoastaan verbaalisen vaan myös eleiden, ilmeiden, liikkeiden ja kosketuksen avulla tapahtuvasta kommunikoinnista. On myös hyvä huomata, että havainnoitsijan aikaisemmat kokemukset, mieliala ja aktiiviataso vaikuttavat havaintojen tekemiseen. (Anttila 1998, 218-224.)



## 6.2 Kuva ja tekstit aineistona

Vilkan (2005, 122) mukaan kaikki ihmisen tuottama teksti- ja kuvamateriaali sopii aineistoksi, koska ne sisältävät jo itsessään merkityksiä eli ihmisten käsityksiä, kokemuksia, uskomuksia, haluja, ihanteita ja arvoja. Tulkinta puolestaan edellyttää materiaalin peilaimista asiayhteyteen, aikaan ja paikkaan, missä tuo materiaali on tuotettu ja missä sitä havainnoidaan ja tulkitaan. (Vilka2005, 122.123.)

Vilkan (2005, 123) mukaan tekstit ja kirjallinen materiaali ovat kuitenkin aina jonkinlaista fiktiota, koska kirjoittajalla on oma motiivi kirjoittaa asiasta. Niin kuvat kuin kirjoitettu tekstikin paljastavat kuitenkin tekijälleen yhdenlaisen merkityksellisen todellisuuden. Päiväkirja merkinnät paljastavat todellisuuden juuri sellaisena kuin se on tekijälleen: kokemuksellisesti ainutkertainen, koettu, muistettu kaikkine havaintoineen, uskomuksineen, kuvitelmineen, arvoineen ja ihanteineen. Fiktiivisyyttä ei kuitenkaan voida pitää laadullisessa tutkimusmenetelmässä erityisongelmana, koska yhtä hyvin myös kyselylomakkeeseen vastaaja saattaa sepittää omiaan. (Vilka 2005, 124.)

## 6.3 Rajaamisen merkityksestä

Vilka (2005, 129) toteaa myös, että tutkimusaineisto voidaan rajata mahdollisimman tarkasti tutkimuksen teoreettista kattavuutta ajatellen. Tutkijan on tällöin tunnettava hyvin tutkimusaineistonsa, jotta lopullinen tulkinta ei nojaisi rajatun aineiston satunnaisuuksiin. Koen, että aiheeni mahdollisti tutkimuskohteen rajaamisen tarkasti ja täsmällisesti. Siihen, onko oma kuvallinen matkani tai kokemukseni työnohjauksessa poikkeuksellinen tai erityisen paljastava on minun vaikea ottaa kantaa, ainutkertainen se on joka tapauksessa.

Ongelmalliseksi tässä työssäni koin vertailukohtien vähyyden. En onnistunut löytämään vastaavia tutkimuksia, joita olisin voinut verrata saadakseni tietää, olisiko aineistoa syytä kerätä vielä lisää. Vaikea on myös arvioida myös, millaista arvoa lisämateriaali toisi ja antaisiko se tutkimuskysymysten kannalta olennaista ja merkityksellistä tietoa. Kyllänty-

mispisteen määrittäminen onkin erityisen hankalaa tutkittaessa ihmisten omakohtaisia kokemuksia (Vilkkä 2005,128). Jokainen työnohjaustilanne, työnohjausryhmä ja kuvallinen matka on aina erilainen ja yksilöllinen. Tästä näkökulmasta katsottuna jokainen lisähävainto tai kokemus antaisi uutta tietoa, koska ihmisen merkityksenanto ja kokemusmaailma ovat alati muuttuvia (Vilkkä 2005, 128).

## 7 KASVAMISEN KUVIA – KUVA ERÄÄSSÄ TYÖNOHJAUSPROSESSISSA

Seuraava kuvallinen matka kertoo henkilökohtaisesta prosessistani ja kokemuksistani ryhmätyönohjauksessa, jossa olin mukana ohjattavana. Samalla se omalta osaltaan myös kuvaa kasvua ja tietoisuuden kehittymistä tämän ryhmätyönohjaus-kokemuksen myötä.

Osio koostuu työnohjaustapaamisten jälkeen tehdyistä päiväkirjamerkinnöistä ja varsinaisen ryhmän ulkopuolella tehdyistä kuvista, jotka kuitenkin liitän kiinteäksi osaksi työnohjausta, tapaamisten välillä tapahtuvaa asioiden työstämistä.

Olennaista on sanojen ja kuvien vuoropuhelu. Voiko siis olla kuvaa ilman sanoja ja päinvastoin ja jos näin on, jääkö silloin joitain ehkä löytämättä, ymmärtämättä tai tiedostamatta. Mahdollisuus oman kokemuksen avaamiseen sekä sanoin että kuvin voi parhaimmillaan antaa tilaa hitaalle kypsymiselle ja hyväksymiselle ja tarjoaa tilaisuuden palata kokemuksen äärelle yhä uudestaan löytämään jälleen jotain uutta.

## 7.1 Yhteistä rytmiä etsimässä



Kuva 1a.

*Työnohjausryhmämme kokoontui ensimmäisen kerran tammikuussa 2006. Ryhmämme muodostui neljästä työntekijästä, lähiesimiehestä ja työnohjaajasta. Ryhmäläisistä viisi oli naisia, työnohjaajamme oli mies. Kiinteää tapaamispaikkaa työnohjausistunnoille ei oltu sovittu, tapasimme työpaikkamme neuvottelutilassa.*

*Ensimmäinen tapaaminen oli itselleni varsin hämmentävä ja ristiriitainenkin kokemus. Huomasin pohtivani tilannetta yhtä aikaa ohjattavan ja ohjaajan näkökulmasta. Työnohjaajamme tullessa tilaan olimme me muut jo paikalla. Tilanne tuntui itsestäni jotenkin nurinkuriselta. Me olimme valmiit häntä varten, mutta oliko hän meitä..? Kuulin ohjaajamme kertovan, että paikka oli hänelle vieras, eikä hän ollut ennen käynyt siellä. Olisikohan pitänyt tutustua hieman aiemmin! huomasin ajattelevani kiukustuneena. Miksi edes tapasimme työpaikallamme? pohdin mielessäni. Eikö ohjaajamme olisi voinut järjestää joi-takin tiloja, joihin me olisimme voineet tulla ja hän olisi ottanut meidät vastaan...*

*Aluksi jokainen sai kertoa itsestään. Oman vuoron lähestyminen jännitti. Mitä minä kertoisin... Huomasin miettiväni, pitäisikö kertoa omasta työnohjaajakoulutuksesta, entä mitkä olivat omat syyni sen esille tuomiseen. Halu liittyä ja toisaalta haastaa työnohjaa-*

*jaamme, toisaalta tarve olla rehellinen myös sen suhteen, että ohjaajamme oli monella tapaa tarkastelun ja arvioinninkin alla ...*

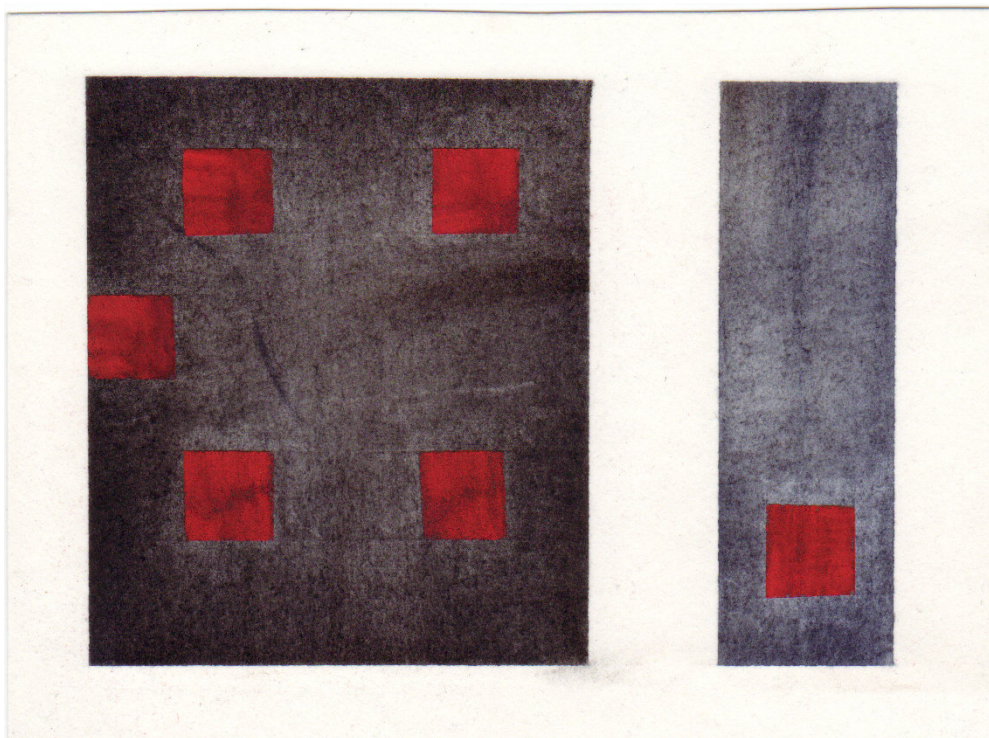
*Ajatukset ja tunteet myllersivät ja jostain tuli tunne, että etenimme liian nopeasti, kaasupohjassa. Yhtäkkiä kuulin ohjaajamme sanovan, että nyt jokainen voikin miettiä omia tavoitteitaan tälle työnohjaukselle. Apua, mitä keksisin, jotain fiksumaa pitäisi varmaan sanoa, kun tuli kerrottua omasta koulutuksesta... Kuulinkin puhuvani ammatillisesta kasvusta ja kehitymisestä...toisten sanat puolestaan tuntuivat menevän aivan ohitse oman tunnemyllerryksen takia. Onneksi lopuksi sain sanottua ääneen toiveeni, että saisimme tavoitteet kirjallisena (kopiona), jotta niihin voisi aina tarvittaessa ja halutessaan palata. Ohjaajamme vaikutti hämmentyneeltä ... halusinko kopion hänen papereistaan. Ei, vain tavoitteista, ryhmän tavoitteista.. selvensin jälleen ärtyneenä.*

*Papereitaan edelleen tutkien työnohjaajamme aloitti ”kahdenkeskisen” keskustelun lähiesimiehemme kanssa käytännön asioiden sopimisesta; työnohjaussopimuksesta, maksusta ym. käytännöistä, joita talon sisällä yleensä työnohjauksien suhteen oli ollut. Tunsin ulkopuolisuutta. Miksi näistä puhutaan täällä, eikö näitä olisi pitänyt miettiä jo etukäteen... Työnohjaaja näytti jotenkin tutulta, ruskeat silmät ja jotenkin mukava hymy. Huomasin muistelevani yläasteaikaista ihastustani Jaria... Mitäköhän hänelle kuuluu, onkohan hänellä monta lasta, missäköhän hän asuu...*

*Ensimmäisen työnohjauskerran ollessa lopuillaan katselin ryhmäläisiä. Huomasin, että olin vain hetkittäin kohdannut heidät, ikään kuin olisimme kaikki soittaneet samaa kappaletta eri aikaan, ehkä eri kohdistakin. Löytäisimmekö yhteistä rytmiä?*

*Kuten kuvassani eri värit ja ”palikat” kohtaavat liikkeessä toisiaan vain satunnaisesti, hallitsemattomasti eri aikaan, miten me voimme nähdä ja kuulla toisiamme... onnistuisiko se? Seuraavan kerran tapaisimme kuukauden kuluttua, vasta helmikuussa. Siihen tuntui olevan todella pitkä aika ...*

## 7.2 Ulkopuolisuuden tunteita



Kuva 2a.

*Jouduin olemaan poissa toisesta työnohjauksestamme lapsen sairastumisen takia. Syyllisyyden ja ulkopuolisuuden tunteet vaivasivat mieltä. Eikä asiaa yhtään auttanut, kun työparini sanoi minulle töihin palattuani, että olisi ollut tosi hyvä ja tärkeää, että olisit ollut työnohjauksessa. Käsitelimme sinunkin tilannettasi ja työaikaasi ja miten se vaikuttaa työyhteisöön...*

*Huomasin, että oma mielikuvitus lähti laukkaamaan... minunko rooliani ja työtäni siellä vain käsiteltiin juuri poissa ollessani, miten minä teen työtäni, millaiseen työaikaan olen sitoutunut, millainen rooli minulla on työyhteisössä... Uskomatonta, että työnohjaaja oli voinut sallia sen, eikä ollut suojellut minua, eikä ryhmää...(Vaikka mistä olisin sen voinut tietää...)*

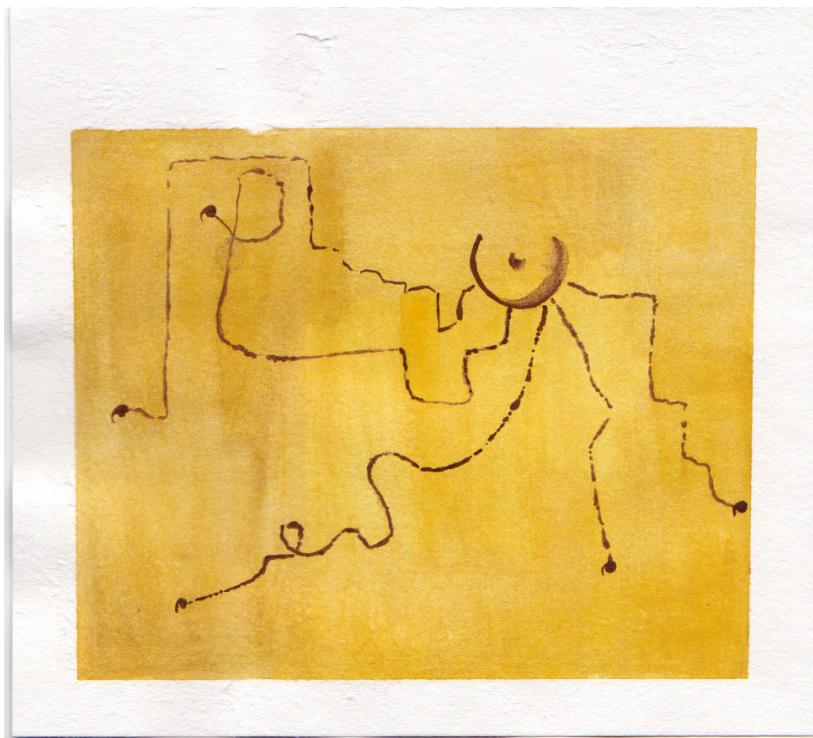
*Olimmeko edes ryhmä? Tämähän oli vasta toinen tapaamisemme. Eikö nyt pitäisi auttaa ja tukea ryhmää löytämään toisiaan, eikä erottaa heitä toisistaan...Toisaalta ajattelin, että oliko minun aikani ryhmässä tullut juuri poissa ollessani.*

*Kuvaa tehdessäni huomasin, miten loin muulle ryhmälle oman ja itselleni oman todellisuuden, jossa kaikki oli tapahtunut. Kuinka paljon yhtenevyyksiä niissä oli. Sitä en saisi koskaan tietää. Olikohan minulle edes paikkaa ryhmässä, huomasin epäileväni. Luottamus työtovereihin, lähiesimieheen ja työnohjaajaan horjui pahoin. Miltä tuntuisi mennä seuraavaan työnohjaukseen?*

*Voisinko löytää kokemuksestani jotain positiivista, hyvää, kasvun elementtejä? Ainakin oma kokemus sai pohtimaan yhä uudelleen ja uudelleen, jokaisen ryhmässä olijan merkitystä ja ryhmän merkitystä ryhmäläisille. Miten itse voisin kohdata ja käsitellä aihetta tulevaisissa työnohjauksissani, miten tukea ja kuulla omia ohjattaviani... ja mistä kaikesta vielä itselleni tiedostamattomasta kumpusivat omat tunteeni ja fantasiani joutuessani olemaan poissa työnohjauksesta...*



### 7.3 Kateus ja kilpailu



Kuva 3a.

*Olimme jälleen eri tilassa. Kummallista, ettei tilan ja pysyvyyden merkitystä ymmärretä tai asiaa käsitellä yhdessä. Pitääkö asian nousta ryhmästä? Sitäkö työnohjaajamme on odottanut? Lähiesimiehemme oli poissa, pitkällä sairauslomalla. Huomasin ajatukseni kääntyvän useaan otteeseen häneen. Olin kateellinen työparilleni, joka on hyvinkin läheinen esimiehemme kanssa. Heillä tuntui olevan paljon yhteistä...Pohdin kahta muuta työ-kaveriani, mutta en kokenut heitä niin suureksi uhaksi. He kilpailivat mielestäni eri ”kastissa”. Entä työnohjaajamme? Hän oli minulle vielä arvoitus, mutta mukana kilpajuoksussa. Olihan hän jo ensimmäisellä kerralla nostanut esimiehemme erityisen roolin esille, keskustelemalla vain hänen kanssaan.*

*Käsittelimme perheväkivaltatilannetta. Perhe ja perhe, kaikkihan tässä olemme yhtä suurta perhettä; isä, äiti ja lapset. Kuka saa, kuka ei... Kenellä on valta, miten sitä käyte-*

*tään... ajatukset vilisivät mielessäni. Kuinka paljon työnohjaajamme käytti valtaa ryhmäs-  
sämme, entä minä itse. Miten minä toimin tai olin toimimatta? Huomasin ärsyyntyväni,  
kun työnohjaaja jatkoi yksinpuheluaan ja luennointiaan perheväkivaltatutkimuksista ja  
omista kokemuksistaan, entä meidän kokemuksemme, eikö olisi tärkeämpi tutkia niitä.  
Huomasin myös ajoittain heittäytyväni kilpailemaan hänen kanssaan. Olihan täällä muil-  
lakin tietoa asiasta. Koskakohan hän huomaisi?*

*Miksi viimekertainen poissaoloni sivuutettiin vain toteamalla se. Pitäisikö minun itse ottaa  
tilaa ja kertoa ajatuksistani. Se tuntui yksin liian vaikealta, aikaakin oli kulunut jo yli kuu-  
kausi, huomasin selitteleväni itselleni... En ehkä luottanut tarpeeksi muihin ryhmäläisiin-  
kään... Onneksi saimme sovittua tila-asiasta. Olin helpottunut. Ensi kerrasta eteenpäin  
ainakin tiesin, missä tapaisimme...*

*Myöhemmin kuvaa maalatessa monet asiat avautuivat ja palaset alkoivat loksahdella pai-  
koilleen, mutta edelleen olin ärsyyntynyt työnohjaajallemme, jonka koin vihjaillen tai fak-  
toja kertoen yrittävän pakottaa meidät ymmärtämään ja näkemään asioita, joita emme  
ryhmänä vielä olleet valmiit kohtaamaan.*



#### 7.4 Kiukku, viha ja mitätöinti



Kuva 4a.

*Voi paskan paska. Lähiesimiehemme ilmoitti alkuvuikosta, ettei tule työnohjaukseen, vaan menee koulutukseen (ja shoppailemaan) Turkuun. Koko työnohjausryhmämme tuntui kiehuvan. Miten hän voi lähteä muualle, vaikka tiesi, että meillä on työnohjaus. Toinen koulutus ei mielestämme ollut mitenkään pakollinen tai välttämätön. Talosta oli jo lähdössä sinne muita aivan riittävästi tiedonsaannin takaamiseksi. Miksi emme kelvanneet? Mille olimme hävinneet? Toisille työntekijöille, shoppailulle? Vai oliko ryhmään liian vaikea palata viimekerran poissaolon jälkeen...*

*Kummallista, miten hänen toimintansa mitätöi koko ryhmäämme, sen tavoitteita ja olemassa oloa, ravisteli meitä työnohjaukseen tulleet...*

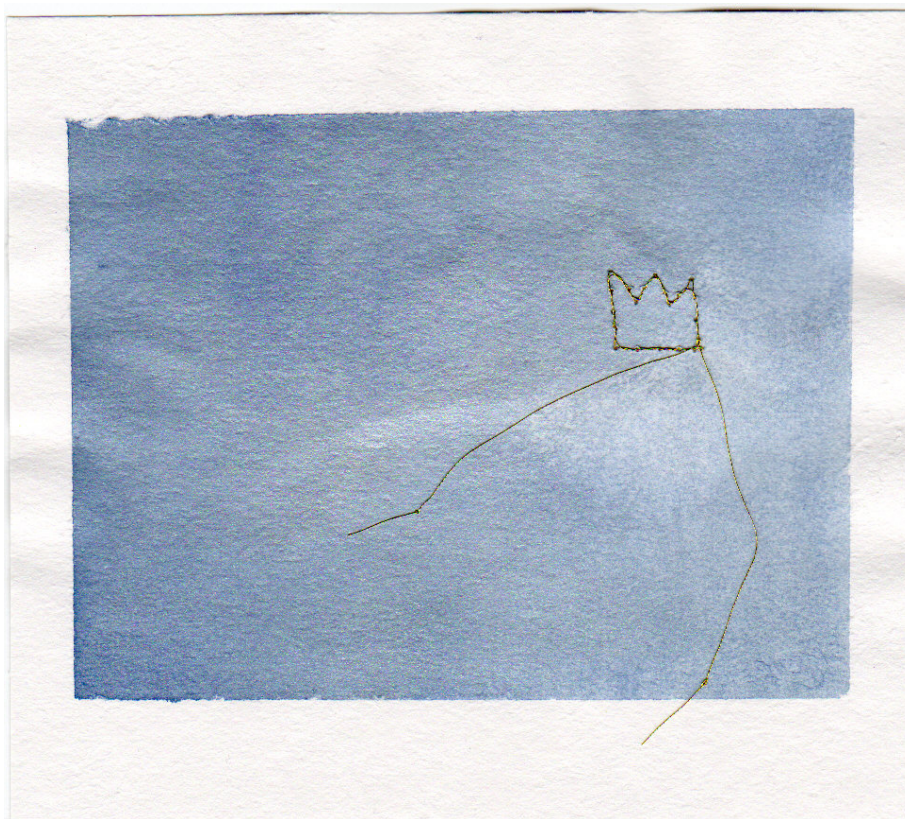
*Oli ollut minun vuoroni valmistella käsiteltävää aihetta. Olin valinnut kaksi; esimies työnohjausryhmässä ja sijaiset työyhteisön jäseninä. Molemmat aiheet olivat nousseet edellis-kertojen tapaamisista ja omista tarpeistani käsitellä juuri näitä teemoja. Henkilökohtaisesti oli harmissani ja pahoillani, että esimiehemme oli poissa juuri nyt. Toisaalta me muut ryhmäläiset työstimme nyt etenkin ensimmäistä aihetta ehkä avoimemmin ja roh-*

*keammin. Kiukku ja viha muuttuivat eräällä tavalla dynaamiseksi käyttövoimaksi ryhmän sisällä.*

*Huomasin ihailevani työnohjaajaamme. Hänen rauhallisuuttaan, läsnäoloaan, kykyään vastaanottaa kiukkuamme kuitenkin menemättä siihen mukaan ja empatiakykyä, ymmärrystä, jota hän osoitti meidän jakaessamme hylätyksi ja mitätöidyksi tulemisen tunteitamme. Ihailin myös tapaa, jolla hän sai mieleni heräämään ajattelemaan asiaa vielä laajemmin, näkemään uusia ja avarampia näkökulmia myös lähiesimiehemme suunnasta katsoen.*

*Pikku hiljaa huomasin, että luottamus ryhmään ja työnohjaajaan alkoi kasvaa. Epäluottamus väistyi ja tilalla alkoi orastaa uskoa ja toivoa. Hämmästelin sitä, kuinka sokea niin monelle asialle olin ollut ja kuinka kovaa oma vastarintani oli ollut. Huvittuneena löysin itseni myös ajattelemasta, miten yllättävää, sillä olenhan sen itsekin työnohjaajakoulutuksessa... Niinpä niin, vastarintani taisi olla vielä suurempaa kuin muiden ryhmäläisten...*

## 7.5 Valtaa ja narsismia



Kuva 5a.

*Viides tapaaminen. Aika tuntuu kuluneen nopeasti...Onkohan tämä viimeinen kertani tässä työnohjausryhmässä vai sovimmeko vielä kesäkuulle aikaa? Lähiesimiehemmekin on päässyt jälleen tulemaan ja näyttää touhuavan kovasti jotakin keittiön puolella. Tarjoilua? Kahvia, teetä ja herkkuja... Niin, äiti ruokkii perhettään vai yrittääkö hyvittää pois-saoloaan tai valmistella meitä johonkin... Mitenköhän työnohjaajamme suhtautuu tähän? Näyttää nauttivan tarjoilusta meidän muiden mukana. Kummallista. Onkohan tämä ihan ammatillista? No, kai näinkin voi toimia, jokainen omalla tavallaan...ajatukseni virittäytyivät seuraavaan 1,5 tuntiseen.*

*Jokainen kertoi jälleen omia ajatuksiaan ja palasimme viime kerran aiheeseen. Kaikki eräällä tavalla hiljenivät, kun tuli esimiehemme vuoro kertoa omista ajatuksistaan. Hän*

*oli pohtinut paljon omaa rooliaan ryhmässämme, omia toiveitaan, odotuksiaan, tarpeitaan ja niiden muuttumista työnohjauksen suhteen. Hän puhui myös ristiriitaisista ajatuksistaan, joita nämä herättivät sekä omasta sitoutumisestaan ryhmään ja toisaalta mahdollisesta poisjäännistään...*

*Itselläni oli tunne, että pystyin kuuntelemaan ja ymmärtämään hänen tilannettaan aivan eri tavalla, kuin jos hän olisi ollut mukana viime kerralla. Toisaalta mietin, kuinka suurta valtaa esimiehemme käytti ja miten se vaikutti koko ryhmäämme. Eräällä tavalla hän paistatteli nyt päivää ryhmämme loisteessa...*

*Toisaalta huomasin myös meidän muidenkin itseni mukaan lukien tekevän aivan samoin... Niin suuri oli tarpeemme tulla nähdyksi ja kuulluksi koko ryhmän edessä ja voi , miten ihanasti se ”aurinko” lämmittikään, kun vuoro osui omalle kohdalle. Minäkin sain pitää kruunua hetken päässäni ja heiluttaa valtikkaa puhuessani lähestyvistä poisjäännistäni ja ryhmä antoi siihen mahdollisuuden... Samalla näin myös, miten rikkaana ja eri muodoissa näyttäytyivät vallanhalu ja narsismi...*

*Ne olivatkin oikeat kuninkaallisten juhlat...*

## 7.6 Ero ja etäisyys



Kuva 6a.

*Aika tuntui kuluneen todella nopeasti... Oli tullut viimeisen yhteisen työnohjauskerran aika. Katselin ryhmäläisiä, jokaista erikseen ja sitten meitä kaikkia ryhmänä. Niin, sellainen meistä oli tullut, ryhmä. Tuntui kuin lähestyvä ero ja etäisyys olisivat jälleen antaneet tilaa uusille ajatuksille ja tunteille.*

*Tunnistin, kuinka kipein ja vaikein hetki itselleni ollut hetki ennen päätöstä; jäädä vai irtautua... Toisaalta huomaan, että näen ryhmäläiset, työtoverini, lähiesimiehemme, työnohjaajamme ja itseni enemmän aitoina, todellisina ihmisinä, inhimillisinä, rajallisina, erehtyväisinä, ainutlaatuisina...*

*Toisaalta niin ilo uudesta, tuntemattomasta tulevasta kuin suru ja haikeus lähestyvästä erosta vaihtelivat mielessäni. Myös tunnelma ryhmän sisällä vaihteli yrityksistä ja toiveista saada minut jatkamaan, kunnioitukseen päätöstäni kohtaan. Esille ja pintaan nousivat myös erilaiset hylätyksi tulemisen ja kelpaamattomuuden tunteet, vaatimukset riittäville perusteluille päätökseni suhteen...*

*Aikaa ja tilaa asian käsittelylle tuntui kuitenkin olevan ja tunsinkin jonkinlaista kiitollisuutta työnohjaajaamme kohtaan, ettei hän kiirehtinyt eikä jättänyt meitä yksin vellomaan vaan pienin kysymyksin hienovaraisesti ohjasi meitä työskentelemään ja viemään prosessia eteenpäin. Lopulta tilaa jäi myös huumorille, joka myös osaltaan vapautti tilannetta.*

*Saatoin siis turvallisesti jäädä pois ryhmästä ja se teki kateuden, epävarmuuden ja surunkin tunteista siedettävämpiä...*

*Huomaan nyt näin jälkikäteen, miten yhteen nivoutuivat niin oma henkilökohtainen historia, tunnelmat työnohjaajakoulutuksessa, omat kokemukset työnohjausryhmän kanssa kuin juuri tämän työyhteisön ja ryhmän dynamiikkakin...*

*Jotakin lähti liikkeelle, jotakin merkityksellistä.. Jotain uutta alkoi orastaa, jotain jolle sanat löytyvät vasta myöhemmin, mutta jonka kanssa on hyvä olla näin juuri tässä ja nyt...*

## 8 YHTEENVETO JA POHDINTA

Työni tarkoituksena on ollut selvittää, miten kuvallisuus, voi tukea usein sanalliseen vuorovaikutukseen perustuvaa työnohjausta ja minkälaisia mahdollisuuksia kuvallinen työskentely voi työnohjausprosessissa avata.

Kuvallisella työskentelyllä oli huomattava merkitys työnohjausprosessille sekä henkilökohtaisella tasolla, että osana ryhmän toimintaa osallistumiseni kautta. Ilman kuvallista matkaani en ehkä olisi tullut tietoiseksi omista ”imuistani” ja sisäisistä prosesseistani. Työnohjauskertojen välillä se myös ylläpiti ja vahvisti työstöä ja tuki jatkuvan ja kriittisen reflektion kehittymistä sekä sitä kautta oman ammatillisen identiteetin vahvistumista ja henkilökohtaista kasvua.

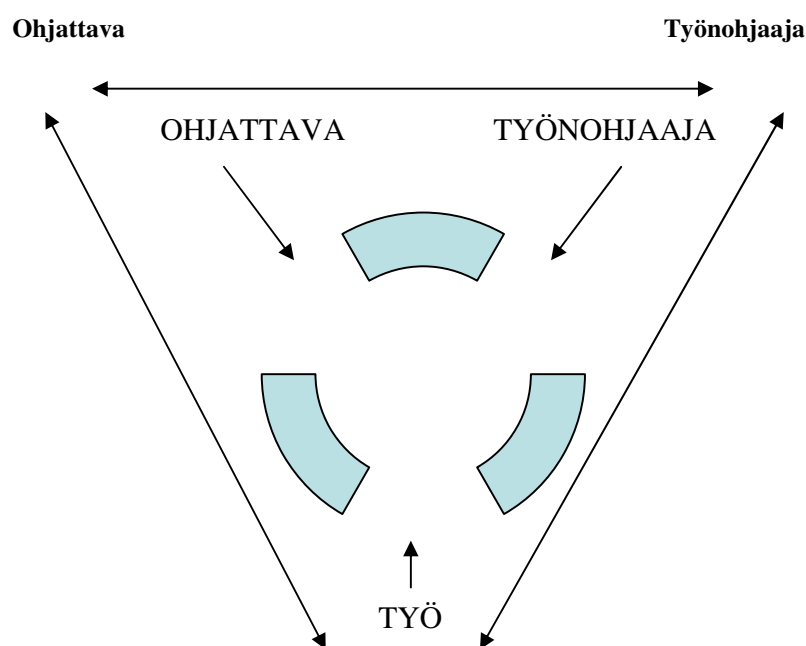
Miten kuvien ja sanojen vuoropuhelu sitten toteutui työnohjauksen aikana? Ensimmäisen tapaamiskerran jälkeen syntyi ensin kuva. Se oli mielessäni ajaessani kotiin työpäivän jälkeen. Konkreettisesti paperille se kuitenkin pääsi vasta sanojen jälkeen. Toisen tapaamiskerran kuvan tein ensin ollessani kotona, poissa työnohjauksesta. Sanat tunteille ja ajatuksille tulivat vasta myöhemmin. Pohdinkin vaikuttiko tässä ensisijaisuuteen erityisesti henkilökohtainen tapani työstää kokemuksia usein kuvalliseen muotoon ilman verbaliikkaa, eräänlaisena nopeana purku keinona. Kolmas kuva syntyi vasta viikko varsinaisen istunnon jälkeen luettuani päiväkirjamerkintöjäni kyseisestä työnohjauksekerrasta. Istuin alas työhuoneessani ja aloin maalata. Sivellin lähti kävelylle muotoa etsien ja löytäen. Tunne on varsin hykerryttävä kuvan valmistumisen jälkeen. Myös neljäs kuva löytyi vasta päiväkirjankirjoittamisen jälkeen kuvaamaan sisäistä kiehua ja tunne myllerrystä. Viidennen tapaamisen jälkeen mielessäni oli jälleen kuva. Kuva itsessään vaati enemmän työstämistä; tausta on maalattu huokoiselle paperille, kruunu on ommeltu käsin kultalangalla. Myös työnohjauksen lähestyvä päättymisen omalta kohdaltani vaati työstämistä. Kuudennen tapaamisen kuva oli pitkään mielessäni jonkinlaisen aavistuksena siitä, mitä etsin - uutta erilaista näkökulmaa läsnä olevaan ja tuttuunkin asiaan. Löytämisen riemu oli suuri, kun vihdoinkin löysin etsimäni – miltä pilvet näyttävätkään yläpuolelta katsottuna...Tutuilta, mutta kuitenkin näkökulman vaihtaminen avartaa. Aivan kuin työnohjauksessakin on usein tavoitteena oman näkökulman avaaminen uusille urille.

Pohtiessani aiemmin työnohjaajakoulutuksessa kuvaa työnohjauksen välineenä tulin siihen tulokseen, ettei kuvaa kannata välineellistää, vaan ennemminkin ottaa se yhdeksi kokonaisvaltaiseksi elementiksi, osaksi ohjausta. Se kaikki mikä elää verbaalisessakin vuorovaikutuksessa, on läsnä myös kuvassa ja kuvallisessa työskentelyssä niin tunteet, kokemukset, transferenssit kuin vastatransferenssitkin. Niiden tutkiminen ja lähestymistapa ovat vain erilaiset. Kuva siis luo kolmannen ”täysivaltaisen” elementin työnohjaukseen, jos sille vain annetaan sellainen mahdollisuus.



## 8.1 Triangulaarinen vuorovaikutussuhde työnohjauksessa

Sekä teoreettisen tiedon että aineiston sisällön perusteella päädyin kehittämään kuvallisen työnohjauksen vuorovaikutusmallia. Paumonen-Ilmonen (2001) puhuu kirjassaan työnohjauksen kolmiosta ohjaajan, ohjattavan välisestä vuorovaikutuksesta sekä kolmantena elementtinä työstä, joka on yhteisen tutkimisen kohteena. Tämä ja Joy Schaverianin (2000) analyyttisen kuvataideterapian kolmiomalli, jossa keskiössä on kuvan, asiakkaan ja terapeutin välinen dynaaminen vuorovaikutus ovat tämän tutkimuksen kautta yhdistyneet työnohjauksen triangulaariseksi vuorovaikutuskaavioksi. Työnohjaus onkin parhaimmillaan vuorovaikutuksellinen, vastavuoroinen ja muutokseen vievä prosessi. Muutos ei kuitenkaan ole itsestään selvää ja vaatii paljon yhteistä ponnistelua ja uusien kysymysten miettimistä ja nostamista esiin työnohjauksen aikana. Työnohjaus sisältää jakamista ja keskinäistä vaihtoa. Yhdessä onkin mahdollisuus oppia uutta. Etenkin silloin, kun molemmat osapuolet pyrkivät tekemään sisäistä luovaa työtä ammattimunuuden rakentamiseksi, ylläpitämiseksi ja ilmentämiseksi. (Siltala 2003, 502.)



**Kuva**  
**unikuva**  
**mielikuva**

Kaavio 1. Triangulaarinen vuorovaikutussuhde sovellettuna työnohjaukseen.



Edellä kuvatussa kaaviossa kaksisuuntaiset nuolet kuvaavat eri elementtien välistä vuorovaikutusta ja näistä muodostuvan kolmion keskiosassa oleva kehä puolestaan kuvaa jatkuvaa dynaamista liikettä näiden välillä. Olennaista analyttisesti orientoituneessa kuvaa eri muodoissa hyödyntävässä työnohjauksessa onkin näkemykseni mukaan juuri näiden kaikkien eri osa-alueiden aktivoituminen ja tutkiminen. Toisin sanoen, mitä on meneillään/ tapahtumassa ohjaajan ja ohjattavan välillä, ohjaajan ja ohjattavan kuvan välillä sekä ohjattavan ja hänen kuvansa välillä.

Psykoanalyttiset teoriat työnohjauksessa korostavat reflektion ja itsetuntemuksen sekä tiedostamisen merkitystä. Kuvallisuus voidaan tässäkin suhteessa nähdä ohjaukselle hyödyllisenä, koska sen käyttö voi osaltaan tehdä myös työyhteisön vuorovaikutuskäyttäytymistä ymmärrettäväksi. Kokonaisuudessaan psykoanalyttiset teoriat antavat välineitä ymmärtää ennen kaikkea tiedostamattomia motiiveja, jotka ovat aina läsnä vuorovaikutussuhteissa. Kuvien kautta ja avulla voidaan käsitellä juuri sitä, mitä tapahtuu mielen sisällä tai miten ihminen antaa merkityksiä kokemuksilleen, ja tällöin tarjoutuu mahdollisuus ymmärtää sitä, minkälaista oppimista ohjattavassa tapahtuu vuorovaikutuksen kautta.

Toisaalta suhde kuvaan ja kuvallisuuteen on ollut psykoanalyttisen ajattelun kehittymisen ajan ristiriitainen. Myös Freud ja Jung olivat eri linjoilla kuvallisuuden merkityksen suhteen. Freud ei nähnyt mielikuvien ja unien ohella itse tehtyjä kuvia merkityksellisinä, Jungin mielestä ne taas olivat olennainen osa myös sisäistä mielenmaailmaa.

Työtäni ajatellen itselläni herää kysymys, prosessia edistävän voimansa ohella, voiko kuvallinen työskentely estää kehitystä. Koska tässä työssä on kosketuspintoja sekä terapia-että ohjausmaailmaan, voisi esiin nostaa näkökulman kuvallisen työskentelyn terapeuttisista elementeistä ja siitä, että työnohjaajan on työnsä ja koulutuksensa puolesta oltava hereillä ohjattavan hoidollisista tarpeista. Kuvalliseen työskentelyyn liittyy myös riskejä ja yksi niistä on juuri tässä. Se voi viedä liian syvälle, liian nopeasti, jolloin sairaan ihmisen psyykkiset rakenteet voivat pahimmillaan romahtaa ja hän voi vajota psykoosiin asti. On-

kin tärkeää, että työnohjaaja työskennellessään kuvallisen materiaalin kanssa on tietoinen tästä mahdollisuudesta ja huomio sen omassa toiminnassaan kaikin mahdollisin tavoin.

## 8.2 Omasta oppimisprosessista

Ajatus tästä lopputyöstä alkoi elää jo sosionomiopintojeni alku-metreillä. Taustalla oli kuvataideterapia- ja työnohjausopintojen aikana itänyt siemen, kiinnostus kuvallisuuteen ja sen tutkimiseen eri yhteyksissä. 1,5 vuoden opintojen aikana olen työskennellyt niin lastensuojelussa, terapia- kuin työnohjaustyönkin äärellä. Työnohjaus on läsnä jokaisella osa-alueella, joten aiheen rajaaminen siihen tuntui mielekkäältä.

Omana vahvuutenani näkisinkin monialaisuuden ja reflektointi-kyvyn, vaikka sanojen löytämisen vaikeuden kanssa olenkin kamppaillut usein. Haasteelliseksi koin työtä suunnitlessani ja tehdessäni oman kokemuksen avaamisen. Miten siis olla sisällä ja kuitenkin riittävän etäällä yhtä aikaa omassa prosessissa? Onko se ylipäätään mahdollista? Ja eettisenäkin pohdintana millainen arvo oma kokemus ja sen analysointi tutkimuksellisesti voi olla?

Koin myös omat taidot tutkimuksen tekoa ajatellen hyvin puutteellisiksi. Toisaalta ymmärsin, että laadulliseen tutkimukseen kuuluu kysymysten ja aiheen ”eläminen” matkan varrella...eksaktin totuuden etsimisestä luopuminen tuntui myös helpottavalta. Lisäksi ajan löytäminen pysähtymiselle ja pohdinnalle sekä kirjoittamiselle ei aina ollut kovin helppoa kahden pienen lapsen, remontoitavan talon, kolmen työn ja kahden opiskelun (sosionomi- ja lasten ja varhaisnuorten psykoterapiakoulutuksen) pyörytyksessä.

Oman itsen kannalta kuitenkin prosessin jäsentyminen ja avautuminen on varmasti ollut suurin anti. Myös ohjaavan opettajan kanssa käydyt keskustelut avasivat jälleen silmiäni uusille löydöille. Omalle työlleen sokeutuminen ja sen merkityksen hämärtyminen, kun olivat vaarana työtä tehdessäni.

Ajatukset kuvallisuudesta työnohjauksessa saivat nyt uudenlaisen muodon. Toisaalta aihe edelleen vetää minua puoleensa ja tulevaisuudessa ehkä askartelen asian ja uusien herän-

neiden kysymysten parissa ja jatkan mallini ja ajatusteni kehittämistä edelleen. Millaiseen suuntaan ajatuksiani veisivät esim. kuvallisen ryhmätyönohjauksen tutkiminen ryhmädynaamisista lähtökohdista käsin tai mitä mahdollisuuksia kuvallisuus voisi antaa reflektion välineenä. Uudet kysymykset alkavat jo orastaa mielessäni.

### 8.3 Lopuksi

Hyvässä vuorovaikutuksessa työnohjaajan kannattelussa ja huolenpidossa ohjattavan oma kuvallinen maailma, tunteet, näkemykset, oivallukset ja ajattelu liittyvät ohjaajan elävään ja ymmärtävään kannatteluun. Ohjattavalla on silloin usein tunne, että hän voi ilmaista työstään erilaisia asioita, siinä syntyneitä ehkä outoja ja pelottaviakin tunteita, omia kokemuksia ja näkemyksiään. Työnohjaaja on ja toimii eräällä tavalla vastaanottaja, muokkaaja sekä välittäjä sille, mitä ohjattava ei ehkä vielä itse kykene tunnistamaan, liittämään työhönsä tai jäsentämään itsekokemuksensa osaksi. Näin työnohjaaja sisällyttää ohjattavansa tunnetodellisuuden itseensä, muokkaa sitä ja pukee sen tarvittaessa sanoiksi, ajatteluksi, kysymyksiä ja teoreettisiksi päätelmiksi, joskus vain hymyksi, katseeksi, nyökkäykseksi, äänensävyksi tai muuksi eleeksi (Siltala 2003, 508-509).

Oman kokemukseni mukaan on tärkeää, että kuvallisessakin työskentelyssä ohjattavalla on mahdollisuus ottaa omassa rytmissään vastaan ohjaajan reaktiot ja liittää ne omaan mielenmaailmaansa. Tätä kautta syntyy mahdollisuus myös muutokseen. Prosessin avulla ohjattava voi alkaa rakentaa oman mielensä maailmaa niin sanojen mielikuvien, unien kuin itse tekemiensä kuvien kautta. Hän alkaa oivaltaa itse ja keskustelea myös kuvan välityksellä itsensä kanssa samaan tapaan kuin ohjaaja edellisessä tilanteessa hänen kanssaan. Tätä kautta syntyy ja muovautuu ohjattavan itsekokemus.

Vuorovaikutuksellisessa työnohjaussuhteessa on työnohjaajan mahdollista tavoittaa container-funktion avulla itseensä sitä, mitä ohjattava ei vielä eri syistä tavoita itsestään tai työstään (Siltala 2003, 510). Kun työnohjauksen emotionaalinen vastaanottavuus on kyllin hyvä ja tarkoituksenmukainen, työnohjaus auttaa ohjattavaa käyttämään persoonallisuuttaan ja ymmärtämään itseään vuorovaikutuksessa sekä kehittymään emotionaalisesti. Con-

tainment (myös kuvan avulla tapahtuva) eli kannattelu tukeekin osaltaan työnohjauksen oppimisprosessia ja vahvistaa symbolisen tason työstämistä.

Kyllin monipuolinen vuorovaikutus ohjaajan ja ohjattavan välillä ja ohjaajan ymmärtämispyrkimys tekee mahdolliseksi työntekijän itseymmärryksen ja luo olosuhteet vanhasta luopumiselle ja uuden oppimiselle sekä sille, että kykenee kestämaan sietämätöntä ja jäsentämään sitä itsessään. Ohjaajan pyrkimys tukea ohjattavassaan tämän itsekokemusta, auttaa ohjattavaa löytämään omia näkemyksiään ja omaa ajatteluaan. Tällöin ohjattavan kehitystä suojaa ja inspiroi täydentävä ja vastavuoroinen toinen, työnohjaaja on self-objektina ohjattavalleen. (Siltala 2003, 510)

Oman epävarmuuden, jäykkyyden ja vastaanottamattomuuden kohtaaminen ei aina ole helppoa. Toisaalta tuntuu myös vapauttavalta sallia myös ne itselleen. Aina työssänikään en jaksa, osaa enkä kykene vastaamaan kaikkeen siihen, mitä vuorovaikutus toisen ihmisen tuo eteen. Mutta aina voin tutkia, etsiä ja löytää. Myös oman epätäydellisyytensä tietämisessä voi olla avain uuden löytämiseen ja kasvuun.

Siltala (2003) sanookin, että kyllin syvä ja laaja persoonallinen kasvu ja kehitys erityisesti itsehavainnoinnissa on elintärkeää kaiken teoreettisen oppimisen ja löytöjen ohessa. Siis missä määrin olen valmis tutkimaan omaa persoonaani ja kehittämään sitä? Missä määrin olen valmis tutkimaan omia puutteitani ja edellytyksiäni toimia ohjaajana? Entä tutkinko riittävän herkästi ja avoimesti sitä, mitä nyt teen ja miten teen, mitä tunnen, mitä mielikuvia ja ajatuksia minulla on ja herää juuri tässä ja nyt tai yleensä toimiessani?

Kuvallinen työskentely voisi tulla avuksi tässäkin tilanteessa. Irtautuminen omista osaa-mattomuuden kokemuksista ja ehkä koulussa syntyneistä huonommuuden tunteista saattavat aiheuttavat jo itsessään helpottaa ja vapauttaa. Voidaankin todeta, että omien mielikuvien, unien ja kuvien tutkiminen ja työstäminen yhdessä ammattitaitoisen ja kiinnostuneen työnohjaajan kanssa on erittäin hedelmällistä oman henkilökohtaisen kasvun ja ammatti-identiteetin kehittymisen kannalta. Kasvun avaimet voimme löytää ainoastaan itsestämme, miksemme siis kokeilisi jotain uutta...

## LÄHDELUETTELO

### PAINETUT

Anttila, P. (1998) Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Helsinki: Akatiimi Oy.

Case, C. & Dalley, T. (2000) The Handbook of Art therapy. Lontoo: Brunner-Routledge.

Jung, C.G. (2001) Unia, ajatuksia, muistikuvia. Helsinki: WSOY.

Jung, C.G. (2003) Symbolit -Piilotajunnan kieli. Helsinki: Otava.

Keskinen, S.(toim.) (1996) Ryhmäilmiöt ja työnohjaus. Turku: Painosalama Oy.

Kuusiniemi, A. (1985) Työnohjauksen kulku. Teoksessa K. Aalto (toim.) Työnohjaus – ammatillisen kasvun avain. Hämeenlinna. Kirjapaja, 97 – 125.

MacLagan, D. (1997) Fantasy, Play and Image in Supervision. Teoksessa Shipton, G. Supervision of Psychotherapy and Counselling: Making a Place to Think. Buckingham and Philadelphia: Open University Press.

Ojanen, S. (2001): Ohjauksesta oivallukseen. Helsinki: Palmenia-kustannus.

Patterson, C. & Watkins, C. (1996) Theories of Psychotherapy.

Paunonen-Ilmonen, M. (2001): Työnohjaus -Toiminnan laadunhallinnan varmistajana. Helsinki: WSOY

Pisto, M-M. (2006) Kuva työnohjauksen välineenä. Työnohjaajakoulutuksen kehittämis-tehtävä. Pori:Samk.

Pölönen, R. (2005) Sydän näkee parhaiten – Varjosta valoon – tiedostamattomasta tietoisuuteen. Osviitta 3, 4-11.

Ruuskanen, A. (1985): Vastustus. Teoksessa K. Aalto (toim.) Työnohjaus – ammatillisen kasvun avain. Hämeenlinna. Kirjapaja, 207 – 218.

Räsänen - Moilanen - Tamminen - Almqvist (1996): Lasten- ja nuorisopsykiatria. Duodecim.

Schaverien, J. (2000) The triangular relationship and the aesthetic countertransference in analytical art psychotherapy. Teoksessa: Gilroy, A. & McNeilly, G. The changing shape of art therapy, 55 – 83. London: Jessica Kingsley Publishers.

Schaverien, J. (2003) The embodiment on desire: Art, gender and analysis. Teoksessa: Adams, T. & Duncan, A. toim. The Feminine Case. Jung, Aesthetics and Creative Process, 205-230. London & New York: Karnac Books

Salonen, J. (2004). Systeemiälykkyyttä työnohjauksella. Teoksessa R.P. Hämäläinen ja E. Saarinen (toim.) Systeemiäly – näkökulmia vuorovaikutukseen ja kokonaisuuksien hallintaan. Helsinki. Helsingin yliopistopaino 2004

Siivola, M.(1998/2004): Uni -tuttu tuntematon. Jyväskylä: Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisu.

Siivola, M. (2003): Tiedon sanat, ymmärryksen kuvat –ymmär-ryksellisen ryhmätyönohjausten erityispiirteitä. Suomen lääkirilehti 58 (5), 555-560

Siltala, P. (2003): Työnohjaus. Teoksessa Niemelä P., Siltala P. ja Tamminen T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuoro-vaikutus. Helsinki: WSOY.

Tähkä, V. (1972): Psykoterapian perusteet. Porvoo: WSOY.

K. Aalto (toim.) Työnohjaus – ammatillisen kasvun avain. Hämeenlinna. Kirjapaja, 141 – 152.

Vilkkä, H. (2005) Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Wahlbeck, L. (2007): Psykoanalyysi ja kuvallisuus. Helsinki: Therapeia-säätiö; Tutkielmasarja nro 2

Williams, A. (2005): Visuaalinen ja toiminnallinen työn-ohjaus. Tampere: Resurssi.

## PAINAMATTOMAT

Miettinen, S. (2005). Fantasia, leikki ja kuva työnohjauksessa. (käännös D. MacLagan artikkelista) Tampereen yliopiston työnohjaajakoulutus 2003-2005.

Miettinen, S. (2005) Kuvataideterapian teorialuennot kuvataide-terapiakoulutuksessa. Kankaanpää: Samk.

Paasioksa, A. (2002) Psykoterapialuennot kuvataideterapiakoulutuksessa. Kankaanpää: Samk

Pisto, M-M (2008) Kuva työnohjauksen välineenä. Koulutus-materiaali Satakunnan alueen työnohjaajille.

Renfors, J. (2003) Psykoterapialuennot kuvataideterapiakoulutuksessa. Kankaanpää: Samk

Sosiaali- ja terveysministeriö (1983) Työnohjaajakoulutuksen luentomuistiinpanot 2005-2006. Pori: Samk

## LIITTEET

Liite 1: Uniryhmän johtajan opas

Liite 2: Uniryhmäprosessin vaiheet

Liite 3: Uniryhmäprosessin kulku yksityiskohtaisemmin

Liite4:Uniryhmänturvallisuusmekanismeja



## UNIRYHMÄN JOHTAJAN OPAS

## Johtajan vastuulla olevia tehtäviä

-Säilytä unennäkiän turvallisuus (turvallisuustekijä)

Unennäkiä hallitsee prosessia

Unennäkiän intymiteettiä ei uhata

Johdattelevia kysymyksiä vältetään

Unennäkiä itse päättää itselleen soveliaan unen jakamisen tason

Unennäkiä voi lopettaa prosessin missä vaiheessa tahansa

-Johtaa ryhmä läpi strategioiden, jotka on suunniteltu auttamaan unennäkiä tekemään löytöjä, jotka olisivat vaikeita tehdä yksin (löytötekijä)

-Säädellä ajankulua siten että unennäkiän reagoinnille ja sitä seuraavalle vuoropuhelulle jää riittävästi aikaa.

45 min, jos 1,5 h istunto

60 min, jos 2 h istunto

## VAIHE 1

Ensimmäisellä kerralla; Kenellä on uni, mieluiten äsken nähty ja lyhyt, jonka hän tahtoi jakaa ryhmän kanssa?

Seuraavilla kerroilla; Mikä tahansa uni on hyväksyttävissä.

## Vaihe Kenelle

- 1A Unennäkiä Kerro unesi hitaasti, jotta meillä olisi aikaa kirjoittaa se muistiin. Rajoita kertomuksesi vain unen ilmiasuun ja liitä mukaan kaikki unen aikana kokemasi tunteet
- 1B Ryhmä (unen jälkeen) Haluaako ryhmä selventää unta kysymyksin? Ovatko henkilöt todellisia ihmisiä? Jos ovat, mikä on heidän suhteensa unennäkiään (ei yksityiskohtia) Sisältyikö uneen mitään muita tunteita? Oliko unessa värejä? Unennäkiän ikä unessa?

## VAIHE 2

- 2A Unennäkiä Kun nyt otamme unen omaksemme voit rauhassa sen aikana huomioida niitä ryhmän reaktioita, joilla on juuri sinulle merkitystä.
- Ryhmä Puhumme unesta kuin se olisi omamme jakaen keskenämme ne tunteemme ja mielialamme joita unikuvat meissä herättävät. Ne ovat omia projektioitamme ja tuottaessamme niitä välttää katsekosketusta unennäkiän kanssa.
- 2B Ryhmä Pohdimme nyt unen jokaisen osan mahdollista vertauskuvalista merkitystä, jossain elämämme joko todellisessa tai kuvitellussa tilanteessa. Voimme kuitenkin edelleen ilmaista myös tunteita mikäli niitä vielä nousee mieleen. Muistakaa, että mitä tahansa sanomme, on omia projektioitamme!

## VAIHE 3

- 3A Unennäkiä Annamme nyt unen sinulle takaisin ja pyydämme sinua reagoimaan siihen miten haluat. Sinua ei tulla keskeyttämään. Käytä siihen aikaa niin paljon kuin haluat ja anna meidän tietää milloin olet lopettanut.
- 3B Unennäkiä Ota sinulle tarkoitetut kysymykset oman psyykesi tutkimisen väleinä. Kysymykset eivät vaadi vastauksia. Olet vapaa vastaamaan tai olemaan vastaamatta niihin, aivan kuten katsot parhaaksi.
- 3B1 Ryhmä Alustavat kysymyksemme ovat tarkoitetut auttamaan unennäkiä tutkimaan unen muovanneita äskeisiä emotionaalisia yhteyksiä. Kuten esim. unennäköyksi unennäkiään jääneitä äskeisten tapahtumien tuntejääneteitä.

- 3B2 Unennäkijä Kertaitko nyt unesi kohta kohdalta nähdäksesi, jos voit löytää joitakin uusia yhteyksiä?
- Ryhmä Kuka haluaisi toistaa unen ensimmäisen kohdan? Kohta toistetaan aluksi kokonaisuudessaan, jolloin unennäkijä saa tilaisuuden reagoida. Jos siinä on vielä elementtejä, joihin unennäkijä ei ole puutunut, unennäkijää autetaan kiinnittämään huomionsa niihin ja siihen, miksi ne ilmaantuivat uneen juuri tänä aikana unennäkijän elämässä. Tätä prosessia jatketaan kunnes koko uni on toistamiseen käyty läpi.
- 3B3 Unennäkijä Haluaisitko kuulla, onko ryhmällä tarjota mitään yhdistäviä projektioita pyrkimyksessään auttaa sinua löytämään lisää yhteyksiä unen sisällön ja kaiken ryhmälle jakamasi välillä?

Unennäkijää kehoitetaan esittämään lopuksi omat ajatuksensa.

#### VAIHE 4

Unennäkijä (Ryhmän seuraavassa tapaamisessa.) Jos sinulla on joitakin lisäideoita tai oivalluksia unestasi tai ryhmän työstä sen kanssa, olet vapaa jakamaan ne nyt meidän kanssamme.  
Montague Ullman 1993

# UNIRYHMÄPROSESSIN VAIHEET

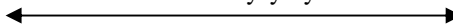
UNENNÄKIJÄ

RYHMÄ

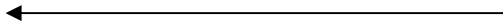
Vaihe 1A Unen esittäminen



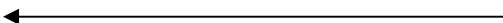
Vaihe 1B Selventävät kysymykset



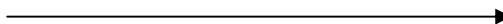
Vaihe 2A Tunteet



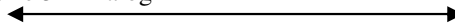
Vaihe 2B Unikuvat vertauskuvina



Vaihe 3A Unennäkijän reaktio



Vaihe 3B Dialogi



1. Tunnejäänteiden etsintä
2. Unen toisto (sinä muoto)
3. Yhdistävät projektiot; orkestrointi

Vaihe 4 Unennäkijän lisäkommentit unestaan ryhmän seuraavalla kokontumiskerralla.

## TAULUKON ESITTÄMÄT VAIHEET YKSITYISKOHTAISEMMIN

## 1A ja 1B: Unen kertominen ja sen selventäminen

Unen esittämisvaiheessa ei unennäkiä kerro mitään unensa ulkopuolelta (omia käsityksiään unesta, mikä uneen johti tms.) koska se lukitsisi vaiheen 2 rikkautta, jos ryhmä lähtee tässä vaiheessa unennäkiän viitoittamalle tielle menettäen muut, mahdollisesti paljonkin hedelmällisemmät suunnat. Ryhmä selventää muutamin kysymyksin epäselväksi jääneitä kohtia.

## 2A ja 2B: Ryhmä ottaa unen omakseen –avainsanana rikkaus

Ryhmä ottaa nyt unen omakseen, sukeltaa eläytyen siihen sijoittaen itsensä unennäkiäksi. Ensin syvennyttään unessa oleviin tunnelmiin. Toisessa vaiheessa (2B) otetaan mukaan myös symbolit varoen sellaisia, jotka eivät ole elämispohjaisesti heränneet eloon itse unesta. Unennäkiä on rauhoitettu: Ryhmä ei kommunikoi hänen kanssaan tässä vaiheessa lainkaan, jotta hän saa häiriintymättömästi syvenytyä uneen ryhmän tuottamia ideoita kuunnellen.

Avainsana on tässä vaiheessa unimateriaalin rikkaus; kuin seisova pöytä, josta unennäkiä itse valitsee häntä kiinnostavat herkut. Ei ole vielä tarkkuuden aika. Pyrkimys sanoa vain unennäkiän elämään sopia asioita, jotka eivät unennäkiälle kolahda – ja niitä on yleensä paljon –auttavat hän huomaamaan, millä suunnalla hänen unensa avain ei ole haudattuna, joka puolestaan johtaa hänen pohtimaan untaan paljon useammista näkökulmista kuin mihin hän yksinään olisi pystynyt.

Vallankin uuri ryhmä pyrkii soveltamaan traditionaalista tapaa lähestyä unta vain ulkoisena tarkkailijana. Tämä tuo ikään kuin uhkaavan unikriitikkojoukon, jona keskellä olevalta uhrilta odotetaan avoimuutta. Sitä parempi, mitä enemmän itse kukin voi astua pois tarkkailijan asemastaan ja ottaa uni omakseen elämällä itse hetken sen keskellä, sukeltamalla siihen kaikin aistein, antamalla oman osansa kertomalla unitunnelmiensa kautta omasta elämästään.

## 3A: Unennäkiän reaktio

Uni luovutetaan nyt takaisin unennäkiälle, jolla ei enää ole alkuvaiheen rajoituksia, sillä materiaalin rikkaus on turvattu, ja nyt alkaa tarkkuuden vuoro. Tässä vaiheessa ei unennäkiän monologia keskeytetä, kun hän soveltelee uutta aineistoa kokonaisuuteen. Hän tuottaa tässä vaiheessa usein huomattavasti lisäaineistoa, jonka pienimmätkin, vielä merkityksettömiltä tuntuvat yksityiskohdat on syytä panna mieleen, niin usein ne sisältävät ratkaisun kannalta merkityksellistä tietoa, vaikka punainen lanka olisikin tässä vaiheessa vielä hukuksissa.

## 3B: Dialogi –avainsana tarkkuus

## 3B1: Tunnejäänteiden etsintä

Nyt syvennyttään unta edeltäneeseen aikaan hakien sieltä sellaisia tunnejäänteitä, joita unennäkiä ei enää näyttänyt riittävästi purkaa päivän aikana, vaan jotka siirtyivät tunnejäänteinä uneen.

Nyt kysytään, milloin uni on nähty, mitä liikkui mielessä varsinkin ennen nukahtamista, mitä sinä päivänä tai lähipäivinä? Mitä hän luki, näki tv:ssä, puhui puhelimesta tai vieraisilla toisten kanssa? Onko muuta unennäkiän tunteita äskettäin koskettanut tapahtunut, jota hän ei olisi vielä huomannut mainita?

Mitä paremmin tämä menneen päivän palautustehtävä onnistuu, sitä enemmän kyseisenä päivänä vallinnut tunnetila alkaa virittyä unennäkiässä uudelleen nostaen sitä lähemmäs pintaa myös aiheuttamiensa unikuvien merkitysyhteydet.

## 3B2: Unentoisto

Nyt käännetään katse pois päiväjänteistä ja annetaan unelle itselleen puheenvuoro lukemalla se ääneen unennäkiäjälle sopivin pituisin jaksoin välttämällä johdattelevaa alleviivaavuutta. Esim. Onkohan tuo uni-hahmo isäsi? on sekä johdatteleva että sen motiivi hämärä nostamalla unennäkiäjän ahdistustasoa: mistähän se tuon nyt tähän keksi? Se pakottaa unennäkiäjän kukuttamaan aikaa pohdintaan onko se hänen isänsä vai ei, kun taas kysymys, tuleeko tuosta hahmosta vielä jotain mieleesi? kiinnittää unennäkiäjän huomion haluttuun symboliin rajaamatta sitä mitenkään.

Haittaavaa voi olla niinkin viattoman tuntuinen sana kuin Miksi... Kun kysymme vaikkapa Miksi unessasi esiintyy tuo vanha tuttavasi, luo se vastausta vaativalla tavalla tunkeilevuudellaan unennäkiäjälle vastauksen tietämisen paineen hänen ollessaan jo muutenkin hämmentyneenä unensa arvoituksen edessä. Tuleeko tuosta tuttavasta vielä jotain mieleesi, on jo vähemmän tunkeileva kysymysmuoto.

Ryhmä on täysin unennäkiäjän palveluksessa, ei omia mieltymyksiään tyydyttämässä. Kun mielessä polttaa jokin teoria, joka ei liity unennäkiäjän juuri senhetkisen pohdinnan suuntaan, kysyy itsehillintää niellä tuota suuntaa häiritsevät kysymyksensä ja lähteä kiltisti seuraamaan unennäkiäjää. omien näkemysten esittämisen mahdollisuus on vasta seuraavassa vaiheessa, silloin kun kaikki mahdollinen aineisto on ensin saatu unennäkiäjältä itseltään ja näin maksimoitu unennäkiäjän mahdollisuus löytää itse kaikki yhteydet.

Sävellyksen synty: Orkestroivat projektiot

Nyt uuden on loppunut ja on tullut orkestraation aika, tähän mennessä kerättyjen informaatiopalasten erillisten nuottien ja sointujen yhdistäminen orkestroivin projektioin kokonaisiksi harmonisiksi sävellyksiksi.

Nyt on ryhmällä vihdoinkin tilaisuus tarjota omat näkemyksensä unesta. edelliset vaiheet ovat tähdänneet unennäkiäjän oman assosiaatioverkoston rikastuttamiseen eli antaneet unennäkiäjälle mahdollisuuden löytää itse omat vastauksensa. Vaikka orkestraation esittäjä kapellimestarina tekee nyt oman sävellyksensä, hän käyttää siihen edelleenkin vain unennäkiäjältä saamiaan nuotteja.—Tässä on terapia-ammattilaisille taas tiukka paikka

pysyä vain unen tarjoamassa materiaalissa, kun mieli tekisi omasta viitekehyksestä noudettujen lisäoletusten valossa laajentua luonnehtimaan unennäkiäjän koko elämää. Kyseessä on kuitenkin edelleen esittäjän projektiot, edelleen kysymys, jonka paikkansapitävyyden voivain unennäkiäjä tarkistaa, poimia ja hylätä siitä mitä tahansa, vaikka sen kokonaan, olipa se muiden mielestä kuinka looginen ja vakuuttava tahansa.

Orkestroivat projektiot eivät synny tiedonpalasista liimaten, vaan asennemuutoksesta, oikeataan asenteettomuudesta, unen luomaan emotionaaliseen kenttään niveltymisestä, joka onnistuu tietysti sitä paremmin, mitä vähemmän ennakoasenoitumiset sitä häiritsevät. Ullmanin (1998) sanoi. Tuntemus joka minulla on aina silloin kun onnistun elävöittämään unen unennäkiäjälle on, että en tee mitään. Puhun toki unennäkiäjälle, mutta olen ikään kuin vain kanava itsestään muotoutuville ajatuksille. tai toisin sanoen tiedän että ne ovat minun ajatuksiani, mutta ne näyttävät ilmestyvän jostain unennäkiäjän ja itseni väliltä. Ne tunteet, jotka ryhmä työmme kuluessa onnistui nostamaan esiin unennäkiäjässä, luovat ikään kuin emotionaalisen kentän johon kaikki enemmän tai vähemmän reagoimme. Vaatii. erittäin tarkkaa kuuntelemista tulla osaksi tuota kenttää; niveltä siihen.

## UNIRYHMÄN TURVALLISUUSMEKANISMEJA

Unien sisältämien äärimmäisen henkilökohtaisuuden vuoksi on pidettävä hyvää huolta uniryhmän turvallisuudesta.

Tämä ei tarkoita ylivarovaiseksi juhluvaa pelkoa unia kohtaan. Sitä tunnetaan muutenkin aivan liikaa aivan liian monen asiantuntijan tuota pelkoa vielä vahvistaessa. Uniryhmässä toisia ahdisteleva ihminen on sellainen muissakin ihmissuhteissaan ja mm. juuri tällaisen ihmisten vuoksi uniryhmä on niin monien turvallisuusmekanismien alainen. Uni itse ei vahingoita, vaikka sen avautuminen olisi tuskallistakin. Se on aina eheyttävä prosessi.

Seuraavat ulkoiset rajat tarvitaan unien sisäisen rajattomuuden turvaksi.

Toisten maanittelemista mukaan uniryhmään vältetään. Vapaus alkaa jo tästä. Vastahakoisesti mukaan tullut jarruttaa luottamuksen syntyä.

Osallistujat lupautuvat pitämään ryhmässä käsitelty toisten unet, viattomankin tuntuiset ehdottomasti salassa ulkopuolisilta.

Kukaan ei saa ryhmässä kehottaa toisia kertomaan uniaan, vaikka tietäisivätkin jonkun olleen vielä aamulla siihen halukas. Ehkäpä hänen mielensä onkin ennättänyt päivän mittaan muuttua. Unen esittämisen on synnyttävä omasta halusta.

Ketään ei saa millään tavoin kehottaa ylipäättään puhumaan. Kiertäviä puheenvuoroja ei ole. Kuka tahansa saa istua täysin hiljaa vaikka kaikki kerrat, jos haluaa.

Avoimuus- ja rehellisyysnormeja ei ole.

Unennäkiä rauhoitetaan täysi ryhmältä vaiheessa ”, jolloin muut ovat ottaneet unennäkiä unen omakseen.

Unennäkiällä on täysi oikeus olla vastaamatta esitettyihin kysymyksiin ja lopettaa prosessi milloin tahansa.

Jos unennäkiälle esitetty kysymys on motiiveiltaan hämää, selvennetään se heti avoimeksi.

Unesta ei irtauduta muihin aiheisiin. Tutkitaan vain unen ja unennäkiä suhdetta, ei unen ulkopuolelle johtavia jatkoaiheita. Kukaan ei ala toisen terapeutiksi.

Jokainen yritys väittää tietävänsä unesta enemmän kuin minkä unennäkiä itse vahvistaa, keskeytetään heti – tämä ei tietysti estä avoimia kysymyksiä ja hypoteeseja.

Ryhmällä ei ole vakioviitekehystä, ei edes ryhmän vetäjän. Vallitsevin viitekehys on kunkin unennäkiä oma. Vain se voi vahvistaa unen merkityksen.

Tulkinta-sanaa vältetään, koska siihen sisältyy vivahde paremmintietävyydestä, jolle ei unen käsitteilyn mahdollisimman hedelmällisen ja samalla turvallisen käsittelyn kannalta ole katetta.

