

Maurizio Andolfi

Põlvkondadeülene pereteraapia

Maurizio Andolfi

Põlvkondadeülene pereteraapia

Tööriistad terapeutidele

Tõlgitud käsikirjast: Maurizio Andolfi „Multigenerational family therapy. Toolbox for therapists”.

Copyright © Maurizio Andolfi 2015

Tõlkijad: Heili Saia, Tiit Kõnnussaar

Toimetajad: Merle Hirvlaan, Tiit Kõnnussaar

Korrektor: Merle Hirvlaan

Kujundus: Anna Lauk

Tõlke autoriõigus: Heili Saia, Tiit Kõnnussaar ja Väike Vanker, 2016

Autoriõigus: OÜ Väike Vanker, 2016

Tõlke kõik õigused kaitstud. Ilma autoriõiguse omaniku eelneva kirjaliiku loata pole lubatud ühtki selle väljaande osa paljundada ei mehaanilisel, elektroonilisel ega muul viisil.

Kirjastus Väike Vanker teavitab Teid e-posti teel iga uue raamatu ilmumisest, kui registreerite: <http://www.print.ee/registreeri/>

ISBN 978-9949-9152-5-5

*Minu pojale Jonathanile,
tänu kellele olen suutnud nooreks jääda.*

Sisukord

<i>Sissejuhatus</i>	10
<i>Tänuõnad</i>	16
I Suhtepsühholoogia juured	17
Süsteemiteooria päritolu	17
Süsteemiteooria ja põlvkondadeülese teooria mudelite võrdlus	23
Süsteemipuristid ja juhid	27
Vaatluse intersubjektiivsus	28
II Perekonna elutsükkel ja põlvkondadeülene mõõde	33
Perekonna elutsükli teooria	34
Mitmepõlvkonnalise perekonna narratiiv	37
Nähtamatud lojaalsused	39
Isikliku autoriteedi saavutamine	40
Peremüüdid kui perekultuuri väljendus ja edasikandja	41
Kas müütilised väärtused on iseseisvumisprotsessile takistuseks või ressursiks?	44
„Mina” eristumine	46
Emotsionaalne äralõigatus (<i>cut-off</i>)	49
Põlvkondadevaheline heidutamine ja krooniline laps	51

III Sotsiaalne ümberkujunemine ja uued peremudelid	55
Lahutatud ja üksikvanemaga perede lapsed	56
Kasu- ja kärgpered	58
Üksikvanemaga pered	61
Vabaabielus olevad pered	62
Lapsendanud pered	63
Erikultuurilised ja migreerunud pered	66
Homoseksuaalsed paarid ja samasooliste vanemate lapsed	71
IV Perekonna vaatlemise meetodid	75
Triaad kui vaatluse põhiüksus	76
Genogramm: perekonna arengu graafiline esitus	82
Pereskulptuur: süsteemsete terapeutide võimas mitteverbaalne töövahend	91
Rollimängude ja peresimulatsioonide kasutamine teraapias ja koolitustel	99
V Perekonna toimimise hindamine	102
Kolmekorruseline maja	102
Paaride esinemisviisid	104
Harmoniline paar	105
Kõrge konfliktitasemega paar	107
Ebastabiilne paar	108
„Kahe tule vahel”: paar, kes on kahe põlvkonna vahel	109
Paari toimimise sotsiaalne hindamine	111
Lapse sünd: tohutu muutus paarisuhtes	113
Õdede-vendade vahelise suhte hindamine	116

VI	Terapeutilise loo koostamine	119
	Terapeutilise liidu loomine perekonnaga	119
	Laps kui kaasterapeut	122
	Terapeudi sisemine mina ja terapeutiline eneseavamine	125
	Pereterapeudi suhestusvõime	128
	Rituaalid ja lavastamine pereteraapias	138
VII	Terapeutilise kohtumise keel	143
	Terapeutiliste intervjuude alused	144
	Info kogumine ja valimine	148
	Übermääratlemine ja suhteavaldused	152
	Suhteküsimused	156
VIII	Kehakeel pereteraapias	167
	Sissejuhatuseks	167
	Pilkude keel ja näoilmed	169
	Žestid ja kehasignaalid	171
	Füüsiline distants ja suhete piirid	173
	Füüsiline kontakt	174
	Paralingvistiline süsteem ja vaikus	175
	Silmade kasutamine pereteraapias	176
	Liikumine terapeutilises ruumis	182
	Aktiivsed liigutused ja terapeutiline liit	185
IX	Vaikus ja füüsiline kontakt: võimsad viisid kontakti saavutada	191
	Pegeldavad pausid	191
	Perekonna ja terapeudi vaikus	193
	Puudutused: füüsiline kontakt pereteraapias	200
	Terapeudi füüsiline puudutus	203

Füüsiline kontakt kontakti taasloomiseks	206
Robi koorem	211
Kokkuvõte	219
Meditšiinilise mudeli piirangud vaimsete ja suhteprobleemide ravimisel	220
Psühhoteraapia inimliku mõõtme taasavastamine	221
Teadustöö pereteraapia tõhususe kohta	224
Teadustöö pikaajalise järelkontrolli kohta paari- ja pereteraapias	227
<i>Kirjandus</i>	230
<i>Indeks</i>	246
<i>Inglisekeelsete märksõnade indeks</i>	266

Sissejuhatus

See raamat on 45aastase terapeuditöö tulemus perede ja paaridega, keda kohtasin maailma eri paigus, olles sageli terapeudi rollis, ent ka konsultandi või superviisorina – enamasti Itaalias, kust ma pärit olen, ent hiljem ka USAs ja veelgi hiljem Austraalias. Nii olen eri riikides elades või neid külastades tundma õppinud nende sotsiaalset ja kultuurilist mitmekesisust, õppinud ja praktiseerinud näiteks inglise, prantsuse ja hispaania keeli ning lisaks järeltõlkijate teenust kasutades suhelnud paljude Euroopa, Aafrika, Aasia ja Ladina-Ameerika peredega. See rikkalik kultuuridevaheline kogemus on õpetanud mind hindama minu enda perekondlikele ja sotsiaalsetele juurtele võõraid väärtusi, traditsioone ning hoolimis- ja kiindumusavaldusi. Kõik see kokku moodustab teadmiste ja elu õppetundide tõelise pärandi.

Olen õppinud pereteraapiat meistrite tööd jälgides, nagu tehakse ametit õppides – me kogume teadmisi jälgimise teel, või nagu meie esivanemad ütlesid: me varastame silmadega. Kõike, mida olen õppinud, olen püüdnud teadlaskonnale tagasi anda omaenda meetodi kaudu, esitledes jonnakalt oma kliinilist tööd igal konverentsil, seminaril või töötoas, kus olen osalenud. Kaheksakümnendatel ja üheksakümnendatel juhtus mitmel puhul, et mul paluti Ameerika Abielu- ja Pereteraapia Ühingu (*American Association of Marital and Family Therapy*) meistriklasi seerias peredega läbi viia konsultatsioone 3000st inimesest koosnevate auditooriumite ees. Sellist kliinilise töö demonstreerimist peredega teen ka praegu iga kord, kui õpetan

kas suurtel konverentsidel või väikestel seminaridel. Seda tänase päevani, mil näib, et pea keegi süsteemse teraapia maailmas ei huvitu enam publiku ees konsultatsioonide tegemisest või perekoolituste videote näitamisest, või ei suuda seda teha.

Mulle näib, et sellega lõpeb ajajärk, mil pereteraapiat praktiseeriti, demonstreeriti ja õpiti gruppides. Tänapäeval seisavad konverentside ettekandjad ning ülikooliprofessorid slaidide „taga”, mis illustreerivad nende kliiniliste sekkumiste mudelid, lähenemisi ja definitsioone, nagu lahenduskeskne lühiteraapia, dialoogiline, integreeritud, holistiline, kognitiiv-käitumuslik, emotsioonidele keskenduv, mentaliseerimine, teadlikkus, narratiiv, postmodernne, feministlik, kontekstuaalne, multisüsteemne, multifokaalne, põlvkondadevaheline, strateegiline ja nii edasi.

Selles monogrammideks liigitatud siltide ülekülluses puudub praktiline tõendusmaterjal, nii-öelda sõnadele truuksjäämine järjepidevas ja tulemuslikus pereteraapias. Kas meie teooriate kehtivuse ja kliinilise reaalsusega ühilduvuse kõige käegakatsutavam kinnitus ei peaks tulenema meie sekkumiste tulemuslikkusest ja konkreetsetest muutustest neis peredes, kes raskusi kogevad ja abi saamiseks meie poole pöörduvad? Sel juhul on küsimus hoopis selles, kes peaks tõendama tulemuslikkust – kas kliinik, vaimse tervishoiu süsteem, ülikool või hoopis patsient ise ja tema pere?

Minuchin selgitab oma viimase raamatu „*The Craft of Family Therapy*” (2014) sissejuhatuses, et tänapäeva ülikooliprogrammid töötavad peamiselt deduktiivse meetodi abil ja tudengid õpivad esmalt erinevatele pereteraapia koolkondadele aluseks olevaid teooriaid ning alles siis rakendavad neid praktikas. Selle protsessi tulemusel õpivad nad olema klientide suhtes kaalutletud, kaitsvad ja lugupidavad, et vältida nendega konflikti sattumist ja leida antud probleemi lahendamiseks „kõige sobivam” tehnika. Peamiselt on nad programmeeritud edasi liikuma ettevaatlikult ja vältima perekonna probleemidele oma

isikliku taustsüsteemi pealesurumist. Seega ei julgustata tudengit teeraapia läbiviimisel ennast ressursina kasutama ega uurima induktiivsemat õppimisprotsessi, mis põhineb praktilal ja peredega töötades saadud kogemustel.

Meenutan suure rahuloluga 2000. aastal Roomas Pereteraapia Akadeemia (*Accademia di Psicoterapia della Famiglia*) korraldatud pereteraapia teerajajate teemalist konverentsi, kus oli rohkem kui 1300 osalejat. Selle sündmuse idee oli taaselustada pereteraapia valdkonna peamiselt juba surnud (erandiks Salvador Minuchin, kes osales konverentsil hiilgavas vormis) meistrite ideid ja kliinilist tööd. Selleks olid esinema kutsutud privilegeeritud tunnistajad: terapeutid, kes olid nende teerajajate käe all õppinud ja näitasid nende kliinilistest töödest videolõike ning arutasid nende teooriaid. Nende meistrite hulka kuulusid näiteks Nathan Ackerman, Virginia Satir, Jay Haley, James Framo, Murray Bowen, Mara Selvini Palazzoli ja Carl Whitaker.

Hoolimata selle konverentsi edust nii osalejate arvu, asjakohasuse kui ka aktuaalsuse poolest, ei usu ma, et tänini muudes riikides midagi sellist oleks korraldatud. Soovimatus midagi sellist algatada näib olevat seotud kartusega, et ei suudeta piisavalt huvi äratada või osalejaid leida, kuna „see on ajalugu”, mis ei eruta tänapäeval piisavalt inimesi. Pealegi on üldine arvamus, et „nende autorite raamatud ja isegi mõni video on internetis saadaval”.

Milles siis seisneb ajaloo väärtus teadmiste ja ideede arengule?

See raamat on mõeldud väikese panusena paljude ideede aktuaalsuse taasavastamiseks – ideede, mis on testitud ajas ja nii minu enda kui ka paljude teiste selle valdkonna hiilgavate tegelaste kogemuses, kes on selle kõite lehekülgedel kergesti äratuntavad.

Olles jälginud laste ja noorukite psühhopatoloogias laialdaselt kasutatava farmakoloogilise ravi piiratust ja sageli ka sellest põhjustatud kahju, olen jõudnud järeldusele, et perekond on parim ravim. Ravi seisneb seega üheskoos perekonna arenguloo ülevaatamises, lahtiste

haavade kinni õmblemises ja katkenud emotsionaalsete sidemete parandamises. Esialgsest probleemist, millega teraapiasse pöördutakse, saab üks perekonna maailma, ja patsiendist privilegeeritud juht peresidemete uurimisel. Selle teraapiaplaani esimene konkreetne tulemus on sümptomite järkjärguline taandumine inimesel, kelle suhtes sekumine algatati, kuid veelgi tähtsam on jälgida pereliikmete vaheliste suhete ja emotsioonide ümberkujunemist, seda nii horisontaalses (paari mõõde) kui ka vertikaalses (põlvkondadevahelised suhted) plaanis.

Perekond võib osutada parimaks raviks paljudel paari suhtekriiside ja perekonna kokkuvarisemise juhtudel, samuti erinevate elusündmuste puhul, millel pole Ameerika Psühhiaatrite Ühingu (*American Psychiatric Association*) „Vaimsete häirete diagnostilise ja statistilise käsiraamatu“ 5. trüki („*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*“, DSM-V) esitatud psühhiaatrilise klassifikatsiooni ja diagnostiliste siltidega midagi pistmist. Käesolev raamat kirjeldab selgelt ja konkreetselt, kuidas sekkuda ootamatu kaotuse, kroonilise haiguse või sunnitud ümberasumise juhtudel ning kaasata ühtse ja toetava võrgustiku loomisse lapsi ja päritolupere liikmeid, püüdes leida toetust isegi sõprade hulgast ja kogukonnast.

Et see toimiks, peab terapeut juhinduma perekonna mitme põlvkonna kaardist ehk genogrammist, teatud elavast geneoloogilisest skeemist, mille kaudu ta pääseb ligi elavatele ressurssidele, saab avada teid paranemisele ning millele ta peab lähenema uurija uudishimulikkusega, kes sööstab entusiastlikult tundmatusse maailma, olles kindel, et leiab tagasitee.

Perekond võib võtta palju erinevaid vorme, nagu on kirjeldatud selle raamatu kolmandas peatükis. Need erinevad vormid peegeldavad tänapäeva ühiskonna sügavaid teisendusi, mis erinevad nii üksteisest kui ka niinimetatud traditsioonilisest perekonnast. Nendes orienteerumiseks võivad perekonna arengulugu ja selle põlvkondadeüleline lugemine saada üldiseks ja paljuski universaalseks juhiks.

See raamat toetub *suhtepsühholoogia (relational psychology)* (Andolfi 2003) juurtele. Suhtepsühholoogia on uus ja huviäratav distsipliin, mis kasutab inimestevaheliste suhete mõõtühikuna triadi (*triad*) ning annab tulevaste aastakümnete jooksul olulise panuse teistele, paremini tuntud distsipliinidele nagu dünaamiline ja kognitiivne psühholoogia, mis on tugevalt juurdunud individuaalteraapias. See panus innustab ümbermõtestamist ning stimuleerib uusi kliinilisi uuringuid *primaarse kolmnurga (primary triangle)* kohta, kus esineb ka isa (kes puudub täielikult tänapäeval valitsevas kiindumus-teoorias), ja üldisemalt lapse arengu kõigi vaatlusmodelite kohta. Suhtepsühholoogia alused on juba tugevalt juurdunud psühhoterapeudi koolituses, kus koolitatava enda pere arengu peegeldamine ja ümbertöötlemine moodustab tema kliinilise koolituse aluse ja rikastab ta erialaseid oskusi raskustes olevaid perekondi ja paare.

Nagu esimeses peatükis kirjeldatud, avasid süsteemsed teooriad inimsuhete vaatluses uue valdkonna, kuid perekonna omavaheliste suhete vaatlemine üksnes siin ja praegu, ilma selle evolutsioonilist dünaamikat läbi põlvkondade vaatlemata, võimaldab meil näha vaid ilma mineviku või tuleviku perspektiivideta grupipilti.

Selles mitut põlvkonda hõlmavas perekonnauuringus on oluline roll antud laste allsüsteemile, kes on teraapiasse kaasatud määravate suhtesildadena põlvkondadevahelistes dialoogides või kokkupõrgetes. Laste ja noorukite selline aktiivne roll, eriti kui nad on sümptomaatiliste käitumiste kandjad, on kahtlemata autori kliinilise kogemuse ja selles raamatus esitatud põlvkondadeülese ehk multigeneratsioonilise teraapiamudeli kõige originaalsem aspekt. Just nende sümptomitest alustades saame hakata otsima neid suhtetähendusi ja emotsionaalseid sidemeid (*relational meanings and affective connections*), millele tähelepanu pöörata tagasipöördumisel isade ja vanaisade põlvkondadeni, et naasta olevikku uue ja positiivse nägemusega perekonnast. Perekond liigub seega passiivsest eksperti delegeerivast

rollist (mis on tüüpiline meditsiinilise mudeli puhul) aktiivsesse oma saatust juhtivasse rolli teraapia sees, mis aitab perekonnal ebaõnnetumiste esiletoomise asemel pigem omaenda ressursse avastada.

Selline terapeutilise sekkumise tähenduse enda ümberkujundamine nõuab terapeudilt oskust ka kõige raskematele ja tõsisematele pereprobleemidele läheneda kire ja empaatiaga ning ilma hukkamõistva või sildistava hoiakuta.

Käesolev raamat loob sellise terapeudi jaoks teejuhi ning toob esile need kognitiivsed ja emotsionaalsed omadused, mis peaksid erinevate probleemidega perede ja paaride terapeudil olema. Terapeudi erialane tööriistakomplekt koosneb mitmest „instrumendist”, mis on kujundatud kõigis pereliikmetes usaldust ja koostöösoovi esile kutsuma. Selle saavutamiseks on esmatähtis ehitada avatud ja ehe terapeutiline suhe, tuginedes mahukale ja loomingulisele suhteküsimustikule, ning olla suuteline kuulama kõigi, nii täiskasvanute kui ka laste häält. Samal ajal on äärmiselt tähtis suuta mõista keha, silmade, žestide ja kehahoiakuga edastatavaid mitteverbaalseid signaale, mis on sageli kõnekamad kui sõnad, ning võtta arvesse äärmiselt tähendusrikkaid pause ja vaikust.

Meie kirjeldatav terapeut peaks olema vaba kultuurilistest stereotüüpidest ja institutsionaalsetest rutiinidest, ta peaks suutma aktiivselt kasutada iseend, oma emotsionaalset vastukaja ja terapeutilist ruumi ühe või teise pereliikmega kontakti saavutamiseks, et aidata kaasa uute suhete tekkimisele ja parandada minevikus toimunud emotsionaalset äralõigatust (*emotional disconnection*).

Lisaks professionaalsele esinduslikkusele on terapeudi kõige tõhusamad instrumendid tema füüsiline ja sisemine esinduslikkus. Need aitavad tal saavutada iga inimesega otsest ja ehedat kontakti, häälestuda nende valule ja meeleheitele, mida väljendavad paljud teraapias käivad pered, ning samuti varjatud elujõu ja lootuse aspektidele, kasutades neid tugevuse ja muutuse esiletoojatena.

Tänuõnad

Olles kirjutanud selle raamatu samaaegselt inglise ja itaalia keeles, tahan tänada kaht sõpra, kes mõlemad on pereterapeutid ja hiilgavad tõlkijad: Chiara Hunterit terve käsikirja ülevaatamise ja inglise keelde tõlkimise eest ning Alessia Rainierit kuue itaaliakeelse peatüki versiooni eest. Tänan Anna Mascellanit itaaliakeelse teksti kriitilise ülevaatuse ja väärtuslike tähelepanekute eest, Laura Brunot ja Francesca Treccanit bibliograafia koostamise eest ja Andrea Scavonet tema imeilusa graafika eest.

Viimaks tahan edastada erilised tänuõnad oma naisele Lorenale tema soovitude eest selle töö struktuurile ja sisule ning samuti arvu- tiabi eest. Eriti aga tema koduse toetuse eest rohkem kui seitsme kuu jooksul, mil ma seda raamatut kirjutasin, kui sain aega ametikohustuste ja pikkade inspireerivate jalutuskäikude kõrvalt Perthi rannal.

I

Suhtepsühholoogia juured

Süsteemiteooria päritolu

Suhtepsühholoogia juured võib leida 1950ndate ameerika kultuurist, mida inimprobleemidega tegelemisel iseloomustas püüd tervikliku mudeli kasutuselevõtmise abil üksikuurimuste ja -sekkumiste killustumist ületada. See uus interdistsiplinaarne lähenemine valmistas ette soodsa pinnase sotsiaalteaduste (nt antropoloogia ja sotsioloogia) arenguks. Need teadusvaldkonnad andsid olulise panuse üksikisiku elutsükli sotsiaal-kultuurilise tausta mõistmiseks, samuti isiksuse väljakujunemisele pere dünaamika mõju mõistmiseks.

Neofreudistlikud teooriad on iseäranis psühholoogiavaldkonnas põhjustanud põhimõttelise nihke peamiselt psüühikasiseste tegurite jälgimiselt interpersonaalsete fenomenide ja nende sotsiaalsete kontekstide uurimisele.

2000. aastal Roomas peetud silmapaistva rahvusvahelise pereteraapia pioneeride konverentsi avaistungil märkis Salvador Minuchin, et Harry Stack Sullivanist, Eric Frommist, Karen Horneyst ja Clara Thompsonist koosnev neofreudistlik grupp oli pereteraapia liikumise tõeline *eelkäija*.

Sellest teoreetilisest raamistikust tekkis süsteemiteooria. See kujutab endast „struktuuri, mis ühendab” (Bateson 1979) mõistmise erinevaid valdkondi (matemaatikast looduslooni ja sellest humanitaarteadusteni) ja mis põhineb mõistetel, nagu süsteemid, organisatsioon, eneseregulatsioon, holism, tsirkulaarne põhjuslikkus jne. Bioloog Ludwig von Bertalanffy tutvustatud üldine süsteemiteooria süstematiseeriti lõplikult 1968. aastal.

Vaatleja huvi ei keskendunud enam üksiknähtustele, vaid „korrasdatud tervikule”. Selline nägemus tegelikkusest võttis kasutusele uue keele ja uudse teadusliku sõnavara, mida oli võimalik rakendada mis tahes süsteemi uurimisele, sealhulgas elusorganismidele, ühiskondlikele organisatsioonidele, arvutitele ja inimsüsteemidele. Süsteemne perspektiiv oli justkui lainurkobjektiiv, mis nägi maailma kõigi vaadeldavate nähtuste vastastikuste sõltuvuste ja suhete seisukohalt. See kõikehaarav viiteskeem, mille omadusi ei saa taandada selle osade omadustele, sai nimetuse *süsteem* (Capra 1982). Nii võimaldas see mudel vaatlejal eraldada kõikidele süsteemidele omased tunnused, mida mõistetakse „terviklike, vastastikku toimivate mõistuslike üksustena” (Miller 1978).

Süsteemse-küberneetilise vaatepunkti võttis pereteraapias kasutusele Palo Alto (USA) Vaimse Tervise Uurimisinstituut (*Mental Research Institute*) eesotsas Paul Watzlawicki, Don Jacksoni, Jay Haley ja John Weaklandiga. Need teadlased olid Gregory Batesoni ideede otsesed järgijad ning võtsid üle loomade ja masinate kohta välja arendatud kommunikatsiooniteooriate mõisted ja keele (sisend, väljund, tagasiside jne). Nende nägemuses tagab ligipääsu perekonnale (mida nad nägid kui „iseend parandavat stabiilsete sidemetega süsteemi, mis kaldub homöostaasile”) üksikisiku psüühiline ebamugavustunne, mis väljendub moonutusena suhtluses. Need teadlased teoretiseerisid, et perekondade korraldus kaldub kindlate suhtlusreeglitega ja rohkem või vähem jäiga vastastikuse mõjuga

status quo säilitamisele (homöostaas). Grupi esitatud mudel keskendus käitumise/suhtluse vaadeldavatele aspektidele *siin ja praegu*, see tähendab interaktiivses dimensioonis. Nad püüdsid ühendada konkreetset suhtlustüüpi sellele iseloomuliku sümptomaatikaga, arendades selle tulemusel välja ka inimeste omavahelist suhtlust parandavad meetodid.

1950ndate keskel pakkus *topeltlõksu* (*double-bind*) teooria¹ (Bateson jt 1956) teoreetilise raamistiku kahe isiku vahelisele ehk diaadilisele suhtele omaste mittetoimivate suhtlusvormide mõistmiseks ja käsitlemiseks. See idee tulenes katsesest selgitada suuremaid psühhiaatrilisi väärtalitlusi – eeskätt skisofreeniat – tsirkulaarse põhjuslikkuse mõistetes ja seega seoses pereliikmetevaheliste konkreetsete suhtlustüüpidega.

Paljud autorid, nagu Telfener (2002), Telfener ja Todini (2002), Ugazio (1985), Minuchin (1974, 2002) ning Andolfi ja Mascellani (2013) on väitnud, et tegelikkuses jäi see lähenemine sümptomite lõplikke põhjuseid otsides siiski lineaarse põhjuslikkuse mehhanistliku käsitlusviisi lõksu. Kuigi selle lähenemise pooldajad on ära kasutanud Batesoni väärtusliku panuse ja jagasid tema auahnet suhtluse eri vormide uurimise projekti, ei mõistnud nad selle käsitlusviisi keerukust ning jäid kinni samasse mehhanistlikusse mudelisse, mida püüdsid ületada. Teisisõnu jätkas pereuuringute juhtimist etiopatogeneetiline vaatenurk, mis on omane meditsiinilisele mudelile. See tingis vaate, et kahe tähenduslikus emotsionaalses suhtes oleva indiviidi mittetoimiv suhtlus (võttes iseenesestmõistetavana eeldust, et üks osapooltest ei suuda teise vastuolulisi sõnumeid desifreerida) viib

¹ Emotsionaalselt häiriv dilemma suhtluses, milles indiviid võtab samaaegselt vastu kaks või enam vastuolulist sõnumit, kusjuures üks sõnum välistab teise. Topeltlõks ilmneb juhul, kui indiviid on mingil põhjusel võimetu dilemmaga silmitsi astuma, ei saa seda seetõttu lahendada ega ka olukorrast välja astuda. (Tõlkija märkus)

vältimatult ja igal juhul patoloogia ilminguni. Autorid tõid paradigmaatilise näite ema ja lapse vahelises mittetoimivas suhtluses esineva topeltlõksu kohta, kus ema ütleb lapsele: „Ma armastan sind!”, ent ta intonatsioon ja kehakeel näitavad vastupidist ning laps ei suuda vastuolu tõttu ema sõnumi tähendust mõista.

Topeltlõksu teooria oli küll peamiste psühhiaatriliste häirete seletusena huvitav uurimisidee, ent kliinilises praktikas rakendatuna põhjustas see täieliku läbikukkumise. 1980ndatel vastandus sellele teooriale tugevalt USA vaimuhaigete peresid ühendav organisatsioon (*Family Association of the Mentally Ill*), nimetades seda skisofreenikute vanemate suhtes süüdistavaks ja hukkamõistvaks. Selle teoreetilise mudeli langust tähistati 1978. aastal New Yorgis toimuva kuulsal konverentsil „Beyond the Double Bind Theory” ning aasta hiljem avaldatud samanimelise raamatuga (Berger 1978).

Sellel põhjal on hästituntud raamatu „*Pragmatics of Human Communication*” (Watzlawick jt 1967) esimesel 90 leheküljel kirjeldatud mitteverbaalse keele käsitlus, sisu ja konteksti eristus ning inimsuhtluse kõik aksioomid terapeutidele suurepäraselt suunised, aidates neid töös klientidega. Igal juhul võimaldas süsteemse-küberneetilise vaatenurga kasutuselevõtt suhtepsühholoogial end orienteerida inimeseks olemise uue kontseptsiooni järgi: see avas kriitilise debati vaate üle, et indiviidid on omaenda ebamugavustunde vang, kes on eranditult oma psüühikasisese loomuse muutuste meelevaldsel. Selle kitsa vaate asemel pakkus süsteemne-küberneetiline vaatenurk kuvandit sotsiaalsest olendist, kelle käitumist on võimalik mõista vaid suhtesüsteemi kontekstis, kus ta elab. Selline lähenemine toob esile iga sündmuse ja toiminguga kaasatud sümptomaatilise käitumise, suhtlusaspekti: sümptomid annavad märku ebamugavusest perekonna omavahelistes suhetes ning edastavad seega vastuolu järjepidevuse ja muutuse vahel, inimestevaheliste sidemete ja pereliikmete eristumisvajaduse vahel.

Kokkuvõtteks: süsteemiteooria põhines seega pererealsuse uuel vaatenurgal, millele on kehtestatud järgmised võtmeideed:

- a) Perekonda käsitletakse süsteemina.
- b) Iga käitumist ja seega iga muutust nähakse suhte toimimisena, laiendades uuringut, et kaasata ka mõjud ja reaktsioonid, mida see käitumine võib esile kutsuda teistes, ning konteksti, milles kõik aset leiab. Huvi kese nihkub „kunstlikult isoleeritud üksuselt palju suurema süsteemi osade vahelistele suhetele (...)” (Watzlawick jt 1967).
- c) *Konteksti* idee kasutuselevõtt peresuhete uurimises on tegelikult Paul Watzlawicki, Janet H. Beavini ja Don D. Jacksoni esitatud mudeli olulisim aspekt: „Kui vaatenurk pole piisavalt lai kaasmaks konteksti, kus sündmus aset leiab, jääb nähtus seletamatuks”. Konteksti saab mõista raamistikuna, mis visandab selle sees toimiva sündmuse ja lisab sellele tähtsuse. Ka Batesoni (1979) jaoks on „kontekst seotud teise defineerimatu mõistega, mida nimetame tähenduseks. Ilma kontekstita pole sõnadel ja tegudel tähendust (...)”. Eelneva selge näide on naisele silma pilgutav mees, ehk täpsemalt selline situatsioonitüüp, mis määratletakse selle konkreetse konteksti kaudu. Kui see toimub restoranis, võib see tähendada võrgutuskatset, kui aga töökohal, võib see väljendada mõistmis- või nõusolekumärguannet. Kontekst ei ole määratletud ainuüksi suhet ümbritseva füüsilise ruumina – kuigi see sisaldab endas ka normatiivset aspekti – see on antud ka suhteaspektina, mis iseloomustab mitteverbaalset suhtlust ja määratleb sisu tasandi (Watzlawick jt 1967).
- d) Cronen ja tema kolleegid (1982) demonstreerisid hiljem, kuidas erinevad suhtluse tasandid pidevalt üksteist mõjutavad, mistõttu ei ole vaid suhtluse tasand see, mis määratleb konteksti (mille kaudu saab omakorda tõlgendada sisu), vaid sisu ise omandab suhtluse positsiooni ja saab olla ise selle indikaator (Andolfi jt

1989). Ka ajalised ja ajaloolised parameetrid lubavad neil autoritel näha konteksti „pidevalt areneva tunnusoone, mida ei saa kunagi täielikult määratleda, vaid mida pidevalt üha uuesti määratletakse” (Andolfi 1977). Selles mõttes on kontekst midagi sellist, mis kujundab meie kogemuse. See on õppimise koht, kus on võimalik meie suhetest koosnevas elus ära tunda seda, mis on meie enda loodavate või meis endis leitavate erinevate kontekstide juures asjakohane.

- e) Sümptom omandab uue tähtsuse: see ei ole enam vaid individuaalse ebamugavustunde või haiguse ilming, vaid väljendab süsteemi korralduslikku väärtalitlust selle terviklikkuses. Sümptomaatiline indiviid on nüüd sellise sümptomi kandja, mis väljendab (sh ka süsteemi teiste liikmete) kasvamis- ja arenguraskusi.

Palo Alto gruppi silmas pidades on oluline rõhutada, et just Jay Haley (1976) oli esimene, kes pidas suhtlusnähtuste uurimise põhiüksuseks *triaadi (triad)*. See kaemus võimaldas terapeutil vaadata peresuhteid täiesti uuest vaatenurgast ja võtta kasutusele erinevaid infokogumisviise, mida hiljem hakati nimetama „sirkulaarseks küsitlemiseks”. Haley kirjeldus triaadilistest paigutustest, nagu näiteks *loomuvastased ja jäigad kolmnurgad (perverse and rigid triangles)* koosmõjus tõsiste individuaalsete sümptomitega, mõjutasid teda 1960ndatel Palo Alto mudelist distantseeruma ning end uutele mõjutustele avama. Kõigepealt oli selleks Milton Ericksoni (Haley 1985) taktikaline lähenemine hüpnoosile ja hiljem Salvador Minuchini struktuuralse pereteraapia teooria. Sellele vaatamata jäi Haley kindlalt truuks süsteemsele lähenemisele, mis keskendus jätkuvalt indiviidi *teraapiasse sisenemisel esitletavatele probleemidele (presenting problems)*, pööramata eriti tähelepanu perekonna arengu põlvkondadeülelele mõõtmele.

Süsteemiteooria ja põlvkondadeülese teooria mudelite võrdlus

Süsteemiteooria areng ei viinud aga pere toimimise ja individuaalse psühhopaatoloogia ühise mõistelise ja tegutsemist juhtiva mudeli määratlemiseni. Seda seetõttu, et 1960ndatel hakkasid välja kujunema kaks üksteisele vastanduvat perekonnauuringute koolkonda: kui USA läänerrannikul uuriti esimesi inimsuhtluse aksioome (mis kulmineerusid topeltlõksu teooriaga), siis idarannikul oli teoreetikuid ja terapeute, kes töötasid Palo Alto rühmitusega võrreldes väga erinevatel eeldustel. Viimaseid esindasid peamiselt Murray Bowen Washingtonis, Ivan Boszormenyi-Nagy ja James Framo Philadelphias, Carl Whitaker Wisconsinis osariigis Madisonis ja kuigi palju ka Salvador Minuchin ning tema struktuuriline koolkond Philadelphias. Nad kõik olid pärit psühhodünaamilisest traditsioonist ja just nemad hakkasid tähelepanu pöörama arenguperspektiivile, võttes arvesse indiviidi kasvamist ja arengut perekonna elutsükliks.

Seda arutelu edasi laiendades näeme, et süsteemse liikumise teoreetilistes sõnastustes (Watzlawick, Beavin & Jackson 1967; Haley & Hoffman 1981; Palazzoli jt 1978) oli huvi keskendunud peamiselt „siin ja praegu” aset leidvale vaadeldavale peresisesele suhtlusele ja koosmõjule, ilma et seda ühendataks arenguprotsessiga, millest see vaid osa moodustab. Vaadeldav reaalsus oli staatiliselt kapseldatud: „Süsteemi loomulik muutumine, selle areng ajas oli taandatud vaid ühele mõõtmele – olevikule” (Andolfi jt 1989; Telfener 2002). Sellise nägemuse paratamatu tagajärg oli uurida inimese subjektiivsust kui mõistetamatut üksust, „musta kasti”, kus on lõksus tema mõtted, emotsioonid, motivatsioonid, ootused, kujutlusvõime ja tähendus. See tähendas, et vaatlus taandati vaid pragmaatilistele seisukohtadele, ignoreerides minevikku, olevikku ja tulevikku ning tohutut hulka tähendusi. Selles mõttes esindab *topeltlõksu teooria* paradigmaatilisel

viisil indiviidi võimatust ligi pääseda oma emotsionaalsele ja kognitiivsele pagasile, et lahendada vastuolulisele suhtlusele omast dilemmat.

Sellegipoolest peame arvesse võtma, et esialgse pere ajalooliste ja subjektiivsete aspektide vaatluse alt välja jätmine koosmõjus teiste, ka mitteverbaalsete strateegiate kasutuselevõtmisega tähendas vastse süsteemse suhteteraapia liikumise jaoks võimalust vastanduda sel ajaloolisel perioodil valitsevatele ideedele. Eeskätt sooviti saavutada sõltumatus tugeva psühhoanalüütilise teooria suhtes, mis oli ülemäära keskendunud minevikukogemuste uurimisele ja isoleeritud indiviidi psüühikasisesele dünaamikale ning mis põhines vaid suhtluse verbaalsel sisul.

Praktilisel tasandil peaksime tunnistama, et Paul Watzlawickist, Janet Beavinist, Richard Fischist ja John Weaklandist koosnev grupp, mis töötas pea kolmkümmend aastat Palo Alto Vaimse Tervise Uurimisinstituudis, ei tegelenud kunagi päriselt peredega, vaid oli peamiselt huvitatud lühikestest strateegilise suunitlusega individuaalsekkumistest. Sellest hoolimata sai trükisest „Pragmatics of Human Communication” (Watzlawick jt 1967) pea kaheks aastakümneks pereterapeutide piibel. Seda eelkõige Euroopas – võimalik, et selle tugeva vastandumise tõttu valitsevale, kindlalt juurdunud psühhoanalüütilisele traditsioonile. USA-s sellel nii suurt mõju ei olnud, kuna seal teati, et Palo Alto uurimisinstituudis pereteraapiat ei praktiseeritud.

1970ndatel inspireeris Watzlawicki töö Selvini Palazzoli juhitud uurimisgrupp ja nn *süsteemipuriste*, kes nõudsid, et terapeut peab säilitama neutraalse hoiaku ja vältima igasugust emotsionaalset reaktsiooni kliendi probleemidele. Selle mõju all kirjutas Palazzoli koos Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchini ja Giuliana Prataga ajaloolise artikli sellest, kuidas peaks seansi läbi viima. Artikkel liigendus kolmeks suuniseks: *terapeudi neutraalsus, suhtehüpoteeside sõnastamine*

ja *pereliikmete tsirkulaarne küsitlemine*, mis kõik välistasid terapeudi igasuguse isikliku sekkumise (Palazzoli jt 1980).

Nagu eespool juba mainitud, näeme, kuidas peresuhete uurimise süsteemse lähenemise levikuga püüdsid ka teised suhteteoreetikud (Boszormenyi-Nagy & Framo 1965; Ackerman 1958; Whitaker 1989; Minuchin 1974; Andolfi jt 1983, 1989) olla järjepidevad psühhoanalüütilise traditsiooniga, rõhutades indiviidi ja tema isiklikku arenguprotsessi. Selle asemel aga, et Palo Alto grupi jälgedes sammuda ning end psühhodünaamilistest teooriatest täielikult lahti murda ja distantseerida, laiendasid nad oma uurimisala ka pere subjektiivsetele ja ajaloolistele aspektidele.

Nendele autoritele võlgneme teooriad ja mõisted, mis võimaldasid ette võtta teedrajavad uurimistööd perekonnast ajaloolises ja põlvkondadeüleses raamistikus: täpsemalt Bowen'i idee „*mina*” eristumise (*differentiation of Self*) kohta perekonnast; Philadelphia osariigi Pennsylvania ülikooli uurijate Ivan Boszormenyi-Nagy ja Geraldine M. Sparki (1973) käsitlused *nähtamatust lojaalsusest (invisible loyalties)* ning *põlvkondadevahelistest võlgadest ja nende maksmisest (intergenerational debits and credits temporal jumps)*; Framo (1992) põlvkondadevaheline (*intergenerational*) lähenemine paariteraapias; Carl Whitakeri (1989) uurimus müütidest ja *ajahüpetest* (temast sai kõige järjepidevam ja loominguilisem laiendatud suhtesekkkumiste tõlgendaja, kes kaasas vähemalt kolm põlvkonda); Minuchini (1974) inspireerivad määratlused *ummikusse sattunud ja võõrandunud peredest (enmeshed and disengaged families)*, mis sai ajaloo ja põlvkondadevaheliste piiride seisukohalt lapse arengu uurimises alustrajavaks. Erilist äramärkimist väärib aga Nathan Ackerman (1958), kelle teedrajav töö 1950ndatel New Yorgis andis meile kõige originaalsema *suhtetõlgenduse* lapsepõlvesümptomitest ja kes nimetas esimesena last perekonfliktides patuoinaks, võttes vaatlus- ja sekkumismudelite aluseks primaarse triaadi (*primary triad*), kuhu kuuluvad ema, isa ja laps.

Ükski neist kliinilistest teerajajatest ei defineerinud end süsteemse teoreetikuna, kuigi kõik tundsid Von Bertalanffy (1968) süsteemiteooriat, Batesoni interdistsiplinaarset lähenemist ning Watzlawicki, Beavini ja Jacksoni (1967) inimsuhtluse aksioome. Salvador Minuchin kritiseeris ühes oma artiklis (mis avaldati teoses „*I pionieri della terapia familiare*” (Andolfi 2002) ja mis käsitles inimestele ja nende kultuurilisele taustale tähelepanu pööramise tähtsust) süsteemset-küberneetilist vaatenurka järgmiselt: „Nii Palo Alto Vaimse Tervise Uurimise Instituuti kui ka hilisemaid süsteemiteoreetikuid inspireerinud Gregory Batesoni uurimuse keel suunab terapeudi pigem kirjelduse kui ettekirjutuse juurde, kuid ka pigem ideede juurde ning eemale inimestest ja nende emotsioonidest. See loob terapeudi ja perekonna kui inimgrupi vahele distantse ning eelistab [uurida] pigem süsteemide omadusi ja nende korduvaid mustreid”.

Tegelikult jäi paljude põlvkondadeüleste pereterapeutide kultuuriline raamistik (Boszormenyi-Nagy & Framo 1965; Ackerman 1958; Zuk & Boszormenyi-Nagy 1969; Bowen 1978; Stierlin 1975; Cigoli 1983; Whitaker 1989; Minuchin 1974; Andolfi & Mascellani 2013) truuks psühhodünaamilisele lähenemisele ja arenguteooriatele. Nendel eeldustel põhinedes koostasid Boszormenyi-Nagy ja Framo (1965) teedrajava teose „*Intensive Family Psychotherapy*”, millest sai põlvkondadeülese pereteraapia manifest. See teos müüdi aga peatselt läbi ja see muutus mitmeks aastaks kättesaamatuks kuni selle hiljutise uustrükini. Kuigi nad eristusid üksteisest nii teooriate kui ka psühhiaatrilise sekkumise meetodite poolest, olid need pioneerid ja nende järgijad teadlikud sellest, et peredega töötamine tähendab kokkupuudet erinevate peresüsteemidega, ent nende keskne tähelepanu indiviidi uurimisel oli alati tema peresisesele arenguprotsessil.

Murray Bowen (1978) kasutusele võetud genogramm sai „kolme põlvkonna kaardiks”, mida kasutasid terapeudid üle maailma. Selle abil hinnati peresuhteid üle kolme põlvkonna, pöörates tähele-

panu nende kõige olulisematele sündmustele, nagu sünnid, surmad, abiellumised, lahutused jne, ning seejärel sai selle põhjal suunistada raviplaane.

Nende autorite jaoks ei asetatud indiviidi subjektiivsust kunagi „sulgudesse” (nagu paljud süsteemiteoreetikud seda algselt väljendasid), vaid indiviidi julgustati vanu emotsionaalseid katkestusi parandama, neid uuesti ühendama ja end põlvkondadevahelisest liigest sõltuvusest selgemalt eristama. See aitab indiviididel elada täielikult olevikus ja olevikusuhetes, seega elada ehedamal viisil, ilma põlvkondadevaheliste kohustuste ja ettekirjutuste koormata. Ennekõike aga edastasid need autorid järeltulevatele põlvkondadele soovi ja uudishimu asetada käitumismustrid ajaloolisse konteksti, selle asemel, et keskenduda vaid teraapiasse sisenemisel esitletavate probleemide lahendamisele. Nii loodeti paremini mõista individuaalsete sümptomite väärtust suhetele ning otsida koos perega teid paranemisele.

Süsteemipuristid ja juhid

Selliste eesmärkide visandamine muutis võimalikuks pereuringutes tegeleda teraapiasse sisenemisel esitletava probleemi küsimusega, nagu ka terapeudi rolli ja funktsiooniga üldisemalt. Nii koorus välja keskne küsimus, mis puudutas teraapia põhieesmärki: kas vaadelda suhteid siin ja praegu ning aidata kliendil moondunud suhteid muuta või keskenduda käitumisele ja suhetele, et mõista emotsioone ja ootusi ning leida muutusteks vajalikku motivatsiooni?

Jay Haley osutas sellele lahknemisele oma lahkumispeördumises ajakirja *Family Process*² toimetaja kohalt septembris 1969. Ühel pool olid nn *süsteemipuristid* Watzlawick, Weakland, Haley, Hoffman ja

² Family Process on USAs tegutsev pereteraapia instituut, mis annab välja samanimelist mittetulunduslikku ajakirja. (Tõlkija märkus)