

Taipuu vaan ei taitu

Länsimaalaiset ihmiset kasvavat psykologian läpitunke-
massa kulttuurissa, jossa uskotaan yleisesti, että ihmis-
ten psyykkiset ongelmat johtuvat pääsääntöisesti heidän
menneisyydestään, tarkemmin sanottuna heidän lapsuu-
destaan. Olemme oppineet uskomaan ongelmienne pe-
rimmäiseksi syyksi sen, että olemme lapsina joko jääneet
jotakin vaille tai joutuneet kokemaan jotakin traumaattis-
ta. Asiantuntijat ovat esittäneet, että ensimmäiset elinvuo-
temme ovat myöhemmän elämämme kannalta ratkaise-
via, ja vanhempia, varsinkin äitejä, on syyllistetty surutta
selittämällä mitä erilaisimpien ongelmien — vuoteenkas-
telusta väkivaltarikollisuuteen — juontuvan lapsuudesta.
Tämä psykologinen oppi tulee meitä vastaan kaikkialla:
ihmisten puheissa, sanomalehdissä, alan kirjallisuudessa,
lukion oppikirjoissa, asiantuntijoiden haastatteluissa, ai-
kakauslehtien palstoilla.

On tietenkin kiistatonta, että vaikeat lapsuudenkoke-
mukset jättävät meihin jälkensä ja kasvuympäristömme
vaikuttaa kehitykseemme. Mutta onko tämän päivän on-
gelmien selittäminen kielteisillä lapsuudenkokemuksilla
sittenkään niin itsestään selvää kuin olemme tottuneet
ajattelemaan? Ennustaako vaikea lapsuus väistämättä on-
gelmia aikuisena vai voiko ihminen selviytyä elämässään
hyvin siitä huolimatta? Monilla tasapainoisilla, terveil-
lä ihmisillä näyttää olleen vaikea lapsuus, kun toisaalta
useat ongelmista kärsivät aikuiset ovat olleet lapsina suh-

teellisen onnellisia. Toki myös vaikean lapsuuden eläneillä voi aikuisena olla ongelmia, mutta siinäkin tapauksessa ei aina ole varmaa, aiheutuvatko ne nimenomaan lapsuudenkokemuksista?

Tilastollisesti lapsilla, jotka joutuvat kasvamaan epäedullisissa olosuhteissa, esimerkiksi perheissä, joissa on vakavia päihdeongelmia, joissa vanhemmat kärsivät mielenterveysongelmista tai joissa esiintyy paljon väkivaltaa, on suurempi todennäköisyys kärsiä erilaisista ongelmista myöhemmin elämässään kuin niillä, jotka saavat elää kutakuinkin ”normaalin” lapsuuden. Mutta tilastot kertovat riskitekijöistä, ne eivät väitä, että lapsuuden kielteiset kokemukset aiheuttaisivat automaattisesti ihmisille myöhemmin elämässä ongelmia. Niinpä yksinkertaiset ja suoraviivaiset kaavat

Lapsella vaikeita kokemuksia →

Tulevaisuudessa varmasti ongelmia

Aikuisella vaikeuksia →

Menneisyydessä varmasti vaikea lapsuus

joudutaankin usein asettamaan kyseenalaisiksi, kun tutkitaan vaikean lapsuuden kokeneiden myöhempää selviytymistä.

Tunnetuin ihmisten selviytymistä tarkastelevista tutkimuksista lienee Emmy Wernerin ja Ruth Smithin tekemä monivuotinen seurantatutkimus Kauain saarella Havaijilla. Tutkijat seurasivat yli 30 vuoden ajan kaikkia vuonna 1955 syntyneitä saarelaisia. 1980-luvun alussa ilmestyneessä kirjassaan *Vulnerable but Invincible* (Havaittuvoimainen mutta voittamaton) he osoittivat, että peräti joka kolmannelta vaikean ns. riskilapsuuden kokeneista

lapsista oli 18 vuoden ikään mennessä kehittynyt itseensä luottava ja muista ihmisistä välittävä nuori aikuinen. Kahdella kolmasosalla — siis enemmistöllä kuitenkin — oli ongelmia ja heidät luokiteltiin ”riskinuoriksi”. Kun samaa aineistoa tarkasteltiin uudestaan 1990-luvun alussa, todettiin, että kahdesta kolmasosasta näitä riskinuria oli 32 ikävuoteen mennessä tullut hyvin selviytyviä aikuisia (Werner ja Smith 1992). Tämän tutkimuksen mukaan siis jopa kolme neljästä vaikean lapsuuden kokeneesta lapsesta selviää myöhemmin elämässään hyvin.

Monissa muissakin tutkimuksissa on saatu samankaltaisia havaintoja. Esimerkiksi 1960-luvulla julkaistiin Yhdysvalloissa raportti tutkimuksesta, jossa oli selvitetty sadan normaalin ja hyvin menestyneen amerikkalaisen miehen elämää ja lapsuutta. Tutkimuksessa kävi ilmi, että valtaosalla näistä miehistä oli menneisyydessään traumaattisia kokemuksia, jotka olivat vähintään yhtä vakavia kuin ne, joilla psykiatrian ja psykoterapian alalla on totuttu selittämään mielenterveyden häiriöitä. Tutkijat totesivat loppupäätelmässään, että ”nämä sata miestä, jotka ryhmänä olivat selviytyneet elämässään keskimääräistä paremmin ja joilla ei käytännöllisesti katsoen esiintynyt mielenterveysongelmia, kertoivat lapsuudesta, jossa oli ollut yhtä runsaasti ’traumaattisia kokemuksia’ ja muita ’riskitekijöitä’ kuin mitä yleensä tulee esille haastateltaessa invalidisoivista oireista kärsiviä psykiatrisia potilaita” (Renaud, H. & Estess, F. 1961).

Kokemus on osoittanut, että ihmiset selviävät tavallisesti hämmästyttävän hyvin niin sodan kauhuista kuin vaikeista perheolosuhteistakin. Vain osa alkoholistien lapsista alkaa varttuessaan itse juoda, eikä vakavista mie-

lenterveyshäiriöistä kärsivien vanhempien lapsista yleensä tule mielisairaita. Vain pienestä osasta väkivaltaisessa kodissa kasvaneita lapsia tulee myöhemmin väkivaltaisista, ja vain murto-osa niistä, joiden seksuaalista koskemattomuutta on lapsena loukattu, tekee aikuisena itse jotakin vastaavaa.

Ongelmat eivät siirry sukupolvelta toiselle Mendelin perinnöllisyyslakien mukaan. Lapsuudessa koetut vaikeudet ja koettelemukset voivat lisätä henkilön riskiä kärsiä elämässään samantapaisista tai muista ongelmista, mutta ne eivät aiheuta niitä.

Tutkijat Joan Kaufman ja Edward Zigler ovat selvittäneet lasten väkivaltaisen kohtelun ja seksuaalisen hyväksikäytön periytyvyyttä. He ovat kiistattomasti osoittaneet, että yleinen luulo, jonka mukaan nämä ongelmat siirtyvät sukupolvelta toiselle, on haitallinen myytti. He toteavat: ”Aikuiset, jotka ovat joutuneet lapsena pahoinpitelyn kohteiksi, joutuvat kuulemaan monta kertaa elämänsä aikana, että hekin todennäköisesti pahoinpitelevät omia lapsiaan. Niinpä hokemasta on joidenkin kohdalla tullut suoranainen itseään toteuttava ennuste. Samalla monista, jotka ovat katkaisseet väkivallan kierteen, on alkanut tuntua, että he ovat käveleviä aikapommeja.” Tutkijapari toteaa myös, että tämä laajalle levinnyt ja asioita yksinkertaistava myytti on vaikeuttanut pahoinpitelyn syiden ymmärtämistä ja johtanut harhaan niin lastensuojelijoita kuin sosiaalipolitiikan päätöksentekijöitä.

Psykologi Ingrid Claezon on tutkinut pitkään huumausaineiden käyttäjien lasten selviytymistä Ruotsissa. Hän toteaa tuoreen kirjansa *Mot alla odds* esipuheessa, että ”vastoin kaikkea todennäköisyyttä — vai pitäisi-

kö sanoa vastoin ennakkoluulojamme — osa päihteiden käyttäjien lapsista selviytyy hyvin lapsuudessaan ja myös aikuisina”.

Miksi sitten joku näyttää selviävän lapsuudenaikaisista koettelemuksistaan tai myönteisten kokemusten puutteestaan niin paljon paremmin kuin joku toinen? Kysymys on vähitellen alkanut kiinnostaa myös tutkijoita. Alan kirjallisuutta on viime vuosina julkaistu runsaasti, ja aihetta käsitteleviä kongresseja ja seminaareja järjestetään ympäri maailmaa.

Ihmisen selviytymiskyvystä on alettu englanninkielessä käyttää sanaa *resiliency*, joka tarkoittaa likipitäen samaa kuin sanat ”vastustuskyky” ja ”sisukkuus”. Sisukkuustutkimusta on tehty myös Suomessa. Esimerkiksi lastenpsykiatri ja lääketieteen tohtori Eila Räsänen on tutkinut Ruotsiin sodan jaloista siirrettyjen ja vanhemmistaan jopa vuosiksi eroon joutuneiden lasten myöhempää selviytymistä. Hän on havainnut, että valtaosa näistä ”sotalapsista” on vastoin yleistä ennakkoluuloa selvinnyt koettelemuksestaan hyvin. Monet kokevat, että heidän koettelemuksensa on ajan mittaan pikemminkin kasvatanut ja vahvistanut heitä kuin tehnyt heistä jollakin tapaa normaalia heikompia kansalaisia.

Asiantuntijat, tutkijat ja psykologian alan oppineet ovat perinteisesti yrittäneet ratkaista inhimillisen käytäytymisen ongelmaa etsimällä vastausta kysymykseen: ”Miksi meistä tulee sellaisia kuin tulee?” Kysymys on tuottanut loputtomasti tietoa riskitekijöistä eli seikoista ja olosuhteista, jotka lisäävät todennäköisyyttämme sairastua, tulla poikkeaviksi tai kärsiä ongelmista. Vaarat on kartoitettu niin tarkkaan, että elämän tiellä tarpominen on

alkanut tuntua yhtä uskaliaalta kuin miinakentällä kulkeminen ja lasten kasvattaminen yhtä riskialttiilta kuin heikoilla jäillä käveleminen. Samalla olemme oppineet näkemään ja vähitellen alkaneet myös hyväksyä sen, että useimpia lapsuuden riskitekijöitä emme parhaalla tahdollakaan — vaikka meillä olisi käytettävissä siihen paljon rahaa — voi kitkeä maailmasta pois.

Kärsimys kuuluu kasvamiseen ja vaikka tekisimme kaikkemme lasten kärsimyksen vähentämiseksi, on ilmeistä, että suuri osa lapsista joutuu varttuessaan kokemaan erilaisia enemmän tai vähemmän traumaattisia kokemuksia. Sekin on tosiasia, että aina tulee olemaan lapsia, joiden kohdalle osuu kohtuuttomasti kärsimystä ja epäonnea. Olemme kulkeneet tien päähän. Enää emme hyödy siitä, että listaamme ja nostamme esiin erilaisia lapsuuden riskitekijöitä, sillä vaikka voimme yrittää vähentää niitä, emme voi kuitenkaan hallita maailmaa emmekä poistaa niitä kaikkia. Niinpä viimeisen vuosikymmenen aikana ovat ammattiauttajat ja tutkijat alkaneet kiinnostua käänteisestä kysymyksestä: ”Miksi meistä ei tule sellaisia kuin voisi luulla?” On ryhdytty vakavasti pohtimaan sitä, mitkä ovat ne tekijät, jotka suojaavat meitä ja auttavat meitä selviämään kaikesta huolimatta.

Sananlasku sanoo, että se mikä ei tapa, vahvistaa, mutta mikä tekee mahdolliseksi sen, että ihmiset kokevat pikemminkin lujittuneensa kuin heikentyneensä vaikeiden kasvuolosuhteittensa johdosta? Howard Goldstein, arvostettu yhdysvaltalainen sosiaalityön emeritusprofessori, kertoo eräässä artikkelissaan ihmisten elämänkaareen liittyvästä tutkimustyöstä, jota hän parhaillaan tekee. Hän on tutkinut joukkoa vanhempia ihmisiä, joita yhdistää se,

että he ovat lapsena ennen toista maailmansotaa eläneet ja kasvaneet samassa lastenkodissa. Elämä laitoksessa oli kovaa ja täynnä kärsimyksiä. Henkilökunnalla ei ollut juurikaan koulutusta, kasvatusta oli ahdasmielisen uskonnollista ja ruumiilliset rangaistukset olivat arkipäivää. Olot olivat puutteelliset puhumattakaan siitä, että lapsilla olisi ollut oma nimikkohoitaja kuten nykyisin.

Vastoin yleistä ennakkoluuloa nämä henkilöt ovat lähes poikkeuksetta selvinneet elämässään hyvin, jopa paremmin kuin ihmiset keskimäärin. Haastatteluissa he selittivät onnistumistaan eri tavoin. Jotkut kertoivat, että vaikeat olot opettivat heitä hoitamaan itse omat asiansa. Jotkut viittasivat uskonnolliseen kasvatukseen, jonka he uskoivat antaneen heille oikeat elämänarvot. Jotkut taas puhuivat siitä, miten kovat kokemukset nostivat heidän sisuaan ja heille tuli tarve näyttää, että he pystyvät siihen mihin joku muukin.

Professori Goldstein kirjoittaa, että haastateltujen joukossa oli vain yksi ihminen, yli 60 vuotias Betty, joka puhui lapsuudestaan katkeraan sävyyn. Myös hän oli onnistunut elämässään, hän oli tehnyt pitkän päivätyön kehitysvammaisten lasten opettajana, hänen miehensä arvosti häntä suuresti ja pariskunta oli ylpeä hienosti menestyneistä lapsistaan. Betty kuitenkin kuvasi vuosien takaista elämäänsä laitoksessa ja siihen liittyviä menetyksen kokemuksia katkerana ja kiukkuisena. Professori Goldstein ihmetteli hänen reaktiotaan ja kysyi: ”Miten sitten selitätte sen, että noin vaikeasta lapsuudesta huolimatta olette elänyt elämän, jossa on niin paljon sellaista, josta voitte hyvällä syyllä olla ylpeä?”

”Betty alkoi vastata,” kertoo Goldstein, ”mutta hän

jätti vastauksensa kesken ilmeisestikin miettien sitä, mitä hän oli minulle sanonut. Sitten hän yllättäen alkoi kertoa, että hän oli viime aikoina käynyt terapiassa. Hänen isänsä, joka oli ollut hänelle hyvin rakas, oli kuollut pari vuotta aikaisemmin. Isän kuolema oli ollut hänelle kova isku, eikä hän ollut onnistunut toipumaan sen tuottamasta masennuksesta. Betty tuli vakavamietteiseksi ja sanoi sitten: 'Tiedättekö, en ollut juuri ajatellut lapsuuttani lastenkodissa ennen kuin menin terapiaan. En ajatellut, että sillä olisi niin suuri merkitys ennen kuin terapeutini kysyi minulta lapsuudestani. Kun kerroin hänelle elämästäni laitoksessa, terapeutini järkyttyi kovasti ja sanoi minulle, että minulla on ollut patologisin lapsuus mitä hän on koskaan kuullut.' Betty vaipui hetkeksi ajatuksiinsa ja sanoi sitten mieteliäänä itsekseen: 'Olikohan se?'"

Myös Bettyn tapaus osoittaa, että vaikka lapsuudenkokemuksemme vaikuttavat meihin eittämättä suuresti, emme kuitenkaan ole menneisyytemme vankeja. Professori Martin Seligman, tunnettu optimismin tutkija ja "opittu avuttomuus"-käsitteen luoja, on todennut, että "muutos on saavutettavissa ja se kuuluu lähtemättömästi elämään, myös aikuisuuteen. Se miksi olemme mitä olemme on mysteeri, mutta se miten voimme muuttaa itseämme ei ole. Samojen virheiden toistaminen on kutsumme oman elämän muuttamiseen. Keskeneräisen käsityön seuraavia kuvioita ei määrää se, mitä kuvioita siihen on ennestään kirjailtu. Kutoja ei ehkä voi vapaasti valita, mitä materiaalia hän kutomiseen käyttää, mutta hän voi tietojaan ja vapauttaan käyttäen määrätä, minkälaisen kuvion hän seuraavaksi kirjailee."

Jotkut ihmiset löytävät jo varhain keinoja ja suhtau-

tumistapoja, joiden avulla he selviytyvät lapsuusajan koettelemuksistaan odotettua paremmin. Mutta mikä estää aikuisena tekemästä sen, minkä toiset ovat tehneet jo lapsena? Sitä ei välttämättä ole helppo toteuttaa, mutta ei varmasti myöskään mahdotonta. On vain opittava ymmärtämään, että useimmat koettelemukset on mahdollista kääntää voitoksi.