

2 Itsen fikionalisointi

Celia Hunt: *Therapeutic Dimensions of Autobiography in Creative Writing*

ref. Outi Rantakylä

Kaikenlainen kirjoittaminen sisältää itsen paljastamista, sen lisäksi että tuomme itsemme sivulle tuomme itsemme myös riville. Etenkin omaelämäkerralliseen materiaaliin pohjaava luova kirjoittaminen on paljastavampaa kuin akateeminen kirjoittaminen. Luova kirjoittaminen on yhteydessä sisäiseen elämäämme, jolloin se saattaa paljastaa meistä sellaista alitajuista materiaalia, jota emme halua muiden näkevän. Usein opiskelijat ovat herkkiä kritiikille, sillä he kokevat ”makaavansa alasti sivulla”, jakavansa paperilla osan itsestään. Jotkut ihmiset pelkäävät tämänkaltaista paljastumista tai edes sen mahdollisuutta. (s.50)

Huntia kiinnostaa itsen kohtaaminen fiktionaalisen omaelämäkerrallisen kirjoittamisen prosessissa ja tämän kohtaamisen terapeuttiset vaikutukset. Oppilailleen tekemässään kyselyssä hän tiedustelee, millä tavalla itsen fikionalisointi muutti sitä tapaa, jolla he näkevät itsensä nykyhetkessä ja auttoi löytämään asioita itsestään, jota he eivät tienneet ennen. Jotkut sanoivat, että itsen muuttaminen fiktionaaliseksi hahmoksi avasi uusia dimensioita ja aktivoi vähemmän dominoivia ominaisuuksia. (s.51) Joillekuille itsen kohtaaminen paperilla tuottaa positiivisia vaikutuksia heidän tapaansa nähdä itsensä. Toisaalta toiset voivat hämmentyä siitä tiedosta, jota heistä nousee esiin. Eräskin nainen, jota jännitti lukea omaa tekstiään ryhmässä koska hän pelkäsi paljastavansa oikean itsensä, hämmästy huomatessaan että hänen luomillaan hahmoilla oli jatkuvasti tunnetason ongelmia itsensä ilmaisussa.(s.52)

Pelot siitä, miten muut meidät näkevät tai halu pitää tiettyjä aspekteja itsestä, joita ei hyväksy, piilossa, voivat tuoda ongelmia luovaan kirjoittamiseen. Tämä voi näkyä estoina tai kirjoitusprosessin blokkeina tai johtaa jopa koko työn hylkäämiseen. Jos kirjoittaja kestää vain positiivisia representaatioita itsestään, hänestä on vaikea antaa häneen itseensä perustuvien hahmojen elää omaa elämäänsä, sillä he saattavat käyttäytyä tavalla, joka on ristiriidassa hänen dominoivan minäkuvansa kanssa. Tällaiset fiktionaalisiin hahmoihin ja ensimmäisen persoonan kertojaan liittyvät ongelmat saattavat kuitenkin olla hyödyllisiä identiteetti-ongelmien työstämisen kannalta. (s.52)

Itsen käyttäminen kertojana ensimmäisessä persoonassa – Sarah'n tarina

Sarah osallistui kurssille tarkoituksenaan työstää kirjoittamaansa kertomusta ajastaan Kreikassa. Teoksen nimi oli ”Epitaph”. Hunt kritisoi työssä etenkin sitä, että vaikka se oli kirjoitettu ensimmäisessä persoonassa, se ei paljastanut paljoakaan kertojasta, mikä teki tekstistä huojuvan ja hämmentävän. Sarah halusi näyttää tuon ajan tunteita ja kokemuksia, mutta hän ei tunnetasolla ollut yhteydessä kertojaansa. Muiden kirjoitusharjoitusten kautta Sarah huomasi, että hänellä oli ongelmaa itsensä asettamisessa tekstiinsä. Pikkuhiljaa Sarah harjoitusten kautta antoi sallia vaikeiden menneisyyden kokemusten näyttäytyä hänen luovassa kirjoittamisessaan. Hunt kuvaa laajasti Sarah'n kirjoittamaa pätkää ”Sirkuksessa” ja luo tämän pohjalta tulkintoja Sarah'n sisäisestä maailmasta. Tämän tekstin kautta Sarah löysi persoonallisuudestaan aivan uusia puolia, jotka hän tiedosti, mutta joita hän paheksui. Näin Sarahin työ Epitaphin kanssa edistyi ja ensimmäisen persoonan kertojasta tuli selkeämpi ja dominoivampi. (s.54-64)

Karen Horneyn teoria sisäisistä konflikteista

Yrittäessään ymmärtää Sarahin ongelmaa omien tunteiden asettamisesta tekstiin Hunt kokee Karen Horneyn psykodynaamisen teorian hyödylliseksi. Horney ymmärtää persoonan kehityksen ”oikean itsen” käsitteen kautta. ”Oikea itse” (real self) ei ole vain pysyvä substanssi, joka kehittyy kohti luonnollista päämääräänsä, vaan joukko sisäänrakennettuja mahdollisuuksia, voima joka johtaa

kohti henkilökohtaista kasvua ja täyttymystä, ”mahdollinen minä”, joka on enemmän tunnettu kuin nähty. (s.65) Vaikka nämä sisäänrakennetut mahdollisuudet ovat osa geneettistä perimäämme, ne toteutuvat suhteessa ulkomaailmaan. Se, miten henkilön potentiaali kehittyy, riippuu niistä vuorovaikutuksen tavoista, jolla henkilö kohtaa sosiaalisen ja kulttuurisen ympäristönsä. Horneyn pääfokus on siinä, miten ihminen hukkaa kosketuksen tähän ”oikeaan itseen” ja vieraantuu itsestään. (s.65) Neuroosit syntyvät lapsuuden vaikeissa interpersoonallisissa suhteissa ja lapsuuden defenssit kehittyvät aikuisuudessa Horneyn mukaan ”elämänratkaisuiksi”. Jos käytössä on vain yksi ratkaisu, se voi tuoda vapautta itsestä vieraantumisen johtuvista sisäisistä konflikteista, ja näin luoda turvallisuutta ja tunteen identiteetitä. Tämä pysyvyyden vaikutelma on kuitenkin illusio, joka tulee ilmi, kun ratkaisuja pyrkii pintaan useampia. (s.66)

Henkilö ei pysty luomaan itseluottamusta, jos hän on vieraantunut itsestään, hänen sisäinen voimansa ja koherenssinsa ovat puutteelliset. Tämän vuoksi hän tuntee itsensä muita huonommaksi ja kokee tarvetta nostaa itseään heitä korkeammalle idealisoidun omakuvan kautta. Tämän idealisoidun kuvan (joka muodostuu jokaisen omien henkilökohtaisten kokemusten kautta) avulla ihminen voi nousta huonommuudentunteista jotka johtuvat itsestä vieraantumisesta, hän muodostaa idealisoidun itsen ja sen vastakappaleen inhotun itsen. (s.67) Terapian tehtävä on saada ihminen takaisin kontaktiin ”oikean itsen” kanssa ja näinollen tukea terveellistä kehitystä. (s.68)

Horney esittelee kolme elämänratkaisua, mutta Hunt kokee, että tosielämässä rajat eivät ole niin jäykät. Hunt tulkitsee Sarahin elämää Horneylaisen teorian kautta hyvin tarkalla tavalla etenkin Sarahin sirkustarinan ja siinä esiintyvien hahmojen kautta. Hunt myös tulkitsee Sarahin elämää ja sen yksityiskohtia Horneyn teoriaa hyödyntäen laajemmaltikin. Hän löytää Sarahin elämästä, lapsuudesta ja elämänratkaisuista myös muita todisteita muiden Horneyn käyttämien käsitteiden toimivuudelle. (s.68-75)

Itsen käyttäminen fiktionaalisenä hahmona – Janen tarina

Jane on kirjoittanut paljon ja kauan. Hän kokee, että hänen luomansa hahmot ovat pinnallisia ja lopetusten kanssa on ongelmaa. Hän tuntee, että luodakseen monimutkaisempia ja psykologisesti vetoavia hahmoja hänen tarvitsisi voimakkaammin hakea omasta kokemuksestaan. Omaelämäkerrallinen kirjoittaminen oli kuitenkin hänelle ongelma, sillä hän koki tulevaisuutta esille hyvin ”epäsympaattisena”. (s.75) Hunt katsookin, että vaikka Jane tuotti mielenkiintoisia novelleja, hänen ongelmansa oli itseluottamuksen puute ja itsekritiikki. (s.76) Hunt tekee tarkkaa luentaa Janen teksteistä ja tulkitsee niiden pohjalta Janen sisäistä maailmaa. (s.76-82) Janen omaelämäkerrallisissa teksteissä esiintyy ristiriitaisia kuvia hänestä itsestään, mikä selittää hänen vaikeuksiaan itsen käyttämisestä luovassa kirjoittamisessa. (s.82) Tähän liittyy myös kysymys siitä, millainen nainen saa olla kulttuurissamme. (s.83) Kirjoitusharjoitusten kautta Jane joutui käsittelemään todella paljon ja todella vaikeita asioita itsestään, mutta tämä johti siihen, että vähentynyt kontrolli näkyi myös Janen tekstien kehityksessä. Hän salli kaaosta. (s.85)

Horneylaista ymmärrystä

Horneyn teoria auttaa Huntin mielestä ymmärtämään Janen ja Sarahin kirjoittamisen vaikeuksia. Yksi luovan prosessin vaatimuksia on psyyken joustavuus, joka sallii kriittisen ja luovan puolen tehdä yhteistyötä. Tarve liikaan kontrolliin tuo epätasapainoa luovan prosessin toimintaan ja voi aiheuttaa blokkeja. (s.87) Kun ihminen on vieraantunut oikeasta itsestään, häneltä puuttuu itseluottamusta, mikä estää ryhtymästä luoviin yrityksiin. (s.89) Jotta pystyy kirjoittamaan, ei tarvitse ratkoa kaikkia psyykkisiä ongelmiaan, mutta ongelmat voivat häiritä kirjoittamista eri vaiheissa monin eri tavoin. (s.90)

Itsen fiktionaalisoinnin terapeuttiset dimensiot

Fiktionaalisen omaelämäkerran kirjoittaminen tarjoaa uuden kulman itsen ongelmien käsittelyyn. Sen sijaan, että tarttuisi ongelmiin suorilta käsin ja saisi aikaan ahdistusta ja defenssien aktivoitumista, voi tutkia psykologisia ongelmia sellaisena, kuin ne näyttäytyvät paperilla. Useiden kirjoitusharjoitusten avulla voidaan päästä kosketuksiin niihin puoliin, jotka defenssimekanismien kontrolli pitää pois tietoisuudesta niiden ollessa ristiriidassa dominoivien ratkaisujen kanssa. (s.91) Suora omaelämäkerrallinen kirjoittaminen kuvailee ja kertoo ulkopuolelta. Saman tilanteen fiktionaalisointi ennemminkin näyttää kuin kuvailee, kirjoittaja astuu kokemukseen, kertoo sen tunteella sisältäpäin. Sen sijaan, että kertoisimme vain faktoja elämästämme, joudumme astumaan omiin tunteisiimme ja tämä laittaa meidät kosketuksiin sellaisten itsemme puolien kanssa, jotka ovat piilossa tai eivät helposti saatavilla. (s.92) Metaforat saavat kirjoittajan suoraan syväkosketukseen itsensä kanssa ennen pintatasoa. (s.92) Metafora liittää kaksi asiaa yhteen, on yhtäaikaan itsensä ja toinen. (s.93)

Bakhtinin mukaan tunteaksemme itsemme meidän täytyy astua itsemme ulkopuolelle, vaikkakaan tämä ei koskaan ole täysin mahdollista. Kaksiäänisyys ja polyfonisuus ovat Bakhtinin käyttämiä käsitteitä. (s.93-94) Hahmojen tulee saada elää omaa elämäänsä. Kirjoittaja käy dialogia, jossa hän on yhtä aikaa itsensä ja toinen, yksikön sijaan hän on monikko. (s.95) Polyfonisuuteen voi oppia, kun tulee kosketuksiin sisäisen maailmansa kanssa ja löytää vahvan tunteen omasta identiteetistä. Kriittisyys voi estää tämän prosessin. Usein kirjoittaja voi olla sidottu vain yhteen ääneen. (s.96) Lisääntynyt psyykinen joustavuus helpottaa luovaa prosessia sallien spontaanin pääsyn alitajuntaan ja helpottaen kriittisen äänen suitsimista. Fiktionalisoidessamme itseämme joudumme konfliktiin itsemme kanssa. Kun päästämme irti niistä kontrolleista, jotka vaikuttavat siihen, miten esitämme itsemme, sallimme uusien versioiden esiintulon. Kun sitoudumme dialogiin näiden puolien kanssa ja alamme sietää niitä paremmin, itserepresentaatioiden kontrollin tarve vähenee tuoden enemmän joustavuutta luovaan prosessiin. (s.96)