

Seksuaalisuuden käsitteleminen terapiasuhteessa

Seksuaalisuus on valtavan laaja kokonaisuus ja siihen sisältyy oikeastaan koko elämä.

Usein, tai jopa melkein aina vaikeudet seksuaalisuuden kohtaamisessa liittyvät johonkin muuhun elämän kokonaisuuteen, jota ei ole käyty läpi tai kyetty kohtaamaan.

Terapiassa seksuaalialueen asioiden käsittely lähtee potilaan ilmentämästä tarpeesta ja / tai viestinnästä jollakin verbaalisella tai non-verbaalisella tavalla. Seksuaalisuus on ihmisen kaikkein intiimeintä, herkintä ja hyvin henkilökohtaista tunne-elämän aluetta. Seksuaalisuus on herkkä haavoittumaan. Siksi seksuaalisen alueen ongelmien saaminen terapeutin käsittelyyn vaatii terapeutilta syvän luottamuksen rakentamista potilaaseen. Luottamusta ei voi saada aikaan hetkessä ja siksi seksuaalisuuden alueen ongelmat eivät ole yleensä nopeasti ratkaistavissa.

Kaikkein vaikeimpia ja pitkäkestoisempia hoidettavia ovat ns. kriminalisoidun seksuaalisuuden kohteiksi joutuneet ihmiset. Kriminalisoitu seksuaalisuus sisältää seksuaalisen hyväksikäytön kuten inestin ja pedofilian, raiskaukset ja muun seksuaalisen väkivallan, joka rikkoo ihmisen seksuaalisia oikeuksia.

Seksuaalisesti hyväksikäytetyt ovat varsin usein hoidettava potilasryhmä psykiatriassa, jotka eivät saa apua. Heitä saatetaan hoitaa skitsofreenikkona, vaikka diagnoosi ei ole oikea. Seksuaalisuutta käsiteltäessä on otettava huomioon sekä potilaan ikä että kehitystaso.

Posttraumaattinen stressihäiriöoireyhtymä PTSD voi johtua mm. seksuaalisesta väkivallasta. Ihmiset, joille PTSD kehittyy, eroavat niistä ihmisistä, jotka traumaattinen kokemus saa valtaansa vain väliaikaisesti. PTSD:hen sairastuvat ihmiset "juuttuvat" traumaan; he elävät sen yhä uudestaan ajatuksissaan, tunteissaan tai mielikuvissaan. Ydinongelma posttraumaattisessa stressihäiriössä on se, että järkyttäviä tapahtumia ei onnistuta integroimaan elämäkerralliseen muistiin. Tällöin hoidon päämääränä on löytää keino, jolla ihmiset voivat tunnustaa tapahtuneen ilman, että heidän tarvitsee kokea traumaa yhä uudelleen. Tämän onnistumiseksi ei pelkkä muistojen esiintuominen riitä; muistoja tulee muokata ja muuttaa, eli ne täytyy asettaa oikeaan yhteyteensä ja koota uudestaan neutraaleiksi tai merkityksellisiksi kertomuksiksi.

Musiikin merkitys seksuaalisuuden ongelmien käsittelemisessä on monella tapaa toimiva ja hyvä etenemiskeino. Musiikilla voidaan luoda turvallisuutta ja jatkuvuutta terapiavuorovaikutukseen sekä rakentaa uutta vahvempaa, todellisempaa ja kestävämpää egokapasiteettia esimerkiksi traumatisoituneelle potilaalle. Musiikin arvokas kyky nostaa esille mieluisia ja epämieluisia muistoja unohduksen varjosta antaa nopeasti arvokasta materiaalia terapeutin vuorovaikutukseen. Terapiaprosessissa musiikin avulla transferenssia rakentavaan, ylläpitävään ja tarvittaessa lieventävään ilmapiiriin voidaan taitavasti käytettynä vaikuttaa. Esimerkiksi potilaan kohdatessa tunnekokemuksiinsa liittyen vahvasti koskettavan musiikkikappaleen. niin silloin ”kipeä asia tulee liian lujaa kohti,” kuten eräs potilaani ahdistuessaan asian ilmaisi.

Musiikin ankkuroituessa myönteisiin muistoihin seksuaalisessa kokemusmaailmassa tulee vuorovaikutukseen helpommin mukaan myös leikki ja musiikillinen leikki, mikä terapiaprosessissa on hyvinkin arvokas vuorovaikutuslisä. Musiikki viettelee ja yksilön tunnemaailman asioita tapahtuu soiton tai musiikin kuuntelun aikana jo paljon ennen kuin tietoisuus tulee mukaan. Potilaan projektioita heijastuu musiikkiterapiassa usein ensin itse musiikkiin, sitten terapeuttiin ja viimeiseksi dialogissa terapeutin kanssa asianosaiseen itseensä ja tämän muistojen maailmaan.

Nuorten kohdalla musiikkiterapeutti on terapiaprosessissa usein tukemassa seksuaalisen identiteetin löytymistä. Terapeutti toimii paljolti samaistumiskohteena esimerkiksi hyvän isän tai äidin mallina. Monilla tunneköyhillä ja masentuneilla ihmisillä on valtava kosketuksen nälkä ja kaipuu äidin tai isän syliin. Terapeutti, joka on vastakkaista sukupuolta, voi tarjota nuorelle tai aikuiselle vain

henkisen kosketuksen syyä. Fyysiseen kosketukseen sekoittuu liian helposti eroottinen viestintä lähtien potilaan tai terapeutin omista tarpeista. Silloin ollaankin helposti tekemässä aivan jotakin muuta kuin musiikkiterapiaa.

Matti Viita-aho
musiikkiterapeutti
psykoterapeutti