

Kirja-arvio

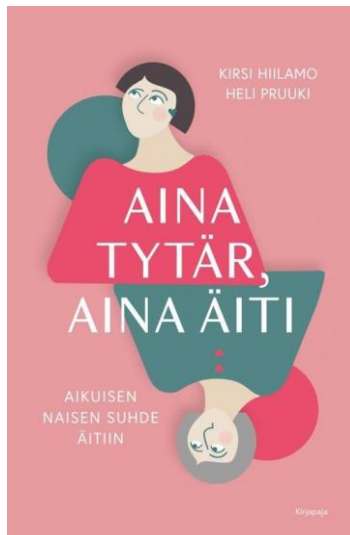
Aina tytär, aina äiti. Aikuisen naisen suhde äitiin

Hiilamo, Kirsi ja Pruuki, Heli; Kirjapaja (2020)

Äitihaava. Tyttären raskas perintö

Syvärinen, Katri; Bazar-Kustannus (2023)

Terhi Kotilainen, YTM, perhe- ja pariterapian kouluttajapsykoterapeutti, työnohjaaja



Nämä kaksi äitien ja tyttärien välisistä suhteista kertovaa teosta osuivat luettavakseni suunnilleen samaan aikaan. Tässä arvioissa tuon esiin näkökulmia molemmista teoksista ja vertailenkin niitä, vaikka olen lukenut molemmat erikseen itsenäisinä teoksinaan, mitä ne ovatkin. Molemmat kirjat haastavat pohtimaan omaa äiti-tytär-suhdetta erilaisin tehtävänannoin ja niihin on koottu myös muiden kuin kirjoittajien pohdintoja lukijan näkökulmien laajentamiseksi. Jostain syystä Syvärisen kirjan nimeen olisi helppo sijoittaa myös sana lapsi tyttären tilalle vaikken tiedäkään, mitä poika tai ei-binäärisen sukupuolen edustaja teoksesta ajattelisi – pystyisikö hän sen kautta asemoimaan itseään suhteessa äitiinsä.

Teosten kirjoittajista Hiilamo on teologian maisteri, pappi, psykoterapeutti ja perheneuvoja, Pruuki puolestaan teologian tohtori sekä perhe- ja paripsykoterapeutti.

Heidän teokseensa sisältyy psykoanalyttikko Jorma Myllärniemen artikkeli narsistisesta äidistä sekä kahdeksan tunnetun naisen kirjeet omalle äidilleen. Kirjan lähestymistapa on perhepsykoterapeuttinen ja psykodynaaminen, sävy ymmärtäväinen ja lempeä.

Syvärinen on filosofian maisteri, kirjailija, henkisen hyvinvoinnin valmentaja ja joogaohjaaja. Hänen kirjoittamansa teos perustuu omiin kokemuksiin, eri lähteisiin ja hänen koulutuksissaan olleiden kurssilaisten sekä Näin hoidan äitihaavaa -työpajoihin osallistuneiden kokemuksiin. Kirjassa puhutaan paljon toisessa persoonassa, jolloin teksti tulee kohti ja henkilökohtaiseksi, kun taas Hiilamon ja Pruukin teoksessa kolmannen persoonan käyttö luo välimatkaa ja toisenlaisia tutkimusmahdollisuuksia. Itselleni tunnistin jälkimmäisen helpoksi luettavaksi, Syvärisen tekstin kanssa oli hyvä pitää taukoa välillä ja sulatella lukemaansa - ehkä tekstin suoruudesta ja konkreettisuudesta johtuen. Onhan sen otsikossa haava, eli selkeä viesti tekstin painottumisesta raskaampaan äitisuhteen puoleen, kun taas Hiilamon ja Pruukin lähestymistapa valottaa suhteen eri puolia. Molemmat ovat ansiokkaita ja tarpeellisia, mutta voivat vaatia lukijoiltaan erilaisia lähestymistapoja. On hienoa, että saamme tietokirjoja perheenjäsenten välisistä vuorovaikutussuhteista suomen kielellä - se mahdollistaa laajemman lukijakunnan ja tarjoaa välineitä ajatteluun ja monenlaiseen työskentelyyn.

Molemmissa teoksissa puhutaan varhaisten hoiva- ja vuorovaikutussuhteiden merkityksestä lapsen myöhemmälle kehitykselle. Hiilamo ja Pruuki tuovat esiin varhaisen vuorovaikutuksen lisäksi kiintymyssuhdemallit, sukupolvien ketjut ja taakkasiirtymät sekä tunneilmaisun vaikeudet taustatekijöinä äiti-tytär-suhteen haastavuudelle. Tällöin suhdetta tarkastellaan tyttären näkökulmasta, mutta myös äidin näkökulmalle on annettu tilaa.

Samalla tavalla Syvärisen teoksessa tarkastellaan suhdetta tyttären näkökulmasta ja samalla tavoin pyritään ymmärtämään myös äidin kantamia taakkoja sekä sivutaan kiintymystyylejä. Ajattelun aineksia Syvärinen laajentaa puhumalla myös feministisestä näkökulmasta patriarkalisessa kulttuurissa, jossa naisen asema on tarkoittanut nöyrän hoivaajan ja tunnollisen puurtajan rooliin asettumista. Kaikki ei ole ollut naiselle sopivaa eikä ole edelleenkaan kaikissa maissa ja kulttuureissa. Aiemmin on ollut hyväksyttävää ja normitettua että nainen laittaa sivuun omat tarpeensa palvellessaan muita. Alistuva, itseä ja omia tarpeita vähättelevä naisrooli on siirtynyt äideiltä tyttärille selviytymiskeinona, kun elämässä on ollut riippuvainen miespuolisesta elättäjästä.

Nykyaikana on enemmän mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja omien tarpeiden tunnistamiseen ja itsenäisempään elämään taloudellisestikin sekä hyvin monenlaisissa suhteissa. Syvärinen pohtii, voiko tämä aiheuttaa katkeruutta ja kateutta äidissä, jolla itsellään on ollut vähemmän mahdollisuuksia ja toisaalta niukemmin tilaa omaan

tunneilmaisuun. Jos oman elämänhistorian kipukohdat ovat jääneet käsittelemättä, äidin voi olla vaikeaa kannustaa tyttärtään aidosti tai iloita hänen puolestaan. Jos tytär puolestaan pystyy tuntemaan myötätuntoa äitiään kohtaan ymmärtäen hänen elämänhistoriansa vaikutukset äiti-tytär-suhteessa, hänen on helpompi suhtautua äitiin vaikkei kaikkea äidissä ja äitisuhteessa hyväksyisikään.

Ratkaisuna haasteisiin Syvärinen puhuu oman sisäisen lapsen hoitamisesta itselle sopivilla tavoilla, mutta myös oman sisäisen aikuisen vahvistamisesta. Tärkeää on terveiden rajojen asettaminen – tavoitteena samanaikaisesti aito yhteys mutta myös erillisyyden välikäsi äidin ja tyttären välisessä suhteessa. Anteksiannon mahdollisuuksia niin itsen kuin toisenkin suhteen nostetaan pohdintaan. Pidän kirjassa lomittuvasta omakohtaisesta äänestä, tietoon pohjautuvasta tekstistä, naisten kokemusten esiin tuomisesta ja hyvistä pohdintakysymyksistä lukijalle lukujen lomassa. Teksti on selkeää, omaa prosessointia tukevaa sekä oivalluksia herättävää.

Hiilamon ja Pruukin lähestymistapa tuo esiin läsnäoloa ja vuorovaikutuksen sävyjä äidin katseessa tyttären: sitoutuuko äiti suhteeseen? Saako tytär empatiaa, hyväksyntää ja rakkautta? Jääkö hän selviytymään liian yksin? Teos syväluotaa erilaisia katsomisen, kokemisen ja tunneilmaisun tapoja ja niiden vaikutuksia ymmärrettävästi ja koskettavalla tavalla. Äiti voi väistää ja vaieta, tytär jäädä keskenkasvuun asemaan hakemaan äidin hyväksyntää aikuisenkin elämänsä vaiheissa. Äiti voi olla intrusiivinen ja kontrolloida tyttären elämää ja estää tämän tekemästä omia valintoja.

Yksilöitymiskehityksen haasteita kuvataan ja luokitellaan varhaisessa/ varhaisissa hoivasuhteissaan/-suhteissaan tapahtuneesta haavoittuneisuudesta. Tytär kärsii voimakkaasta sisäisestä kriitikosta, pärjääjä ja ylisuorittaja -minästä tai itsetuhoisuudesta. Huomioiduksi tulee myös kateuteen liittyvät teemat, aggressiivisuus, keuhollisuus ja seksuaalisuus sekä rajat – yhteneväisiä teemoja molemmissa teoksissa. Tässä pohditaan tarkemmin äitisuhteen vaikutuksia muihin ihmissuhteisiin ja pohditaan myös vanhenevan äidin hoivavastuuseen liittyviä kysymyksiä. Oman prosessoinnin avuksi ja sitä kautta ratkaisuksi tarjotaan perheterapiasta tuttuja menetelmiä, sukupuoli- ja valokuvatyöskentelyä sekä elämäntarinan ja kirjeen kirjoittamista. Lyhyesti pohditaan myös psykoterapian mahdollisuuksia apuna oman äitisuhteen työstämisessä. Kirjan lopussa tunnetut naiset kirjoittavat avoimet kirjeet äideilleen pohtien suhteidensa ei puolia kunnioittavalla tavalla. Lähteiden lisäksi kirjan lopusta löytyy joitain yhteystietoja paikoista, joista voi hakea tietoa, tukea tai apua erilaisissa lähisuhdeasioissa.

Hyvillä mielin suosittelen molempia kirjoja kaikille äiti-tytär-suhteista kiinnostuneille. Ne sopivat jokaisen omaan, henkilökohtaiseen prosessointiin samoin kuin työvälineeksi vuorovaikutussuhteita hoitaville. Ne myös täydentävät toisiaan ja monipuolistavat toistensa antia – molempien ääniä ja viisautta tarvitaan.