

Hiljaisten hetkien yhteys vaikeiden asioiden käsittelyyn pariterapiassa

Anne Karsikas-Järvinen & Mika Timonen
Jyväskylän yliopisto
Psykologian laitos
Relationaalinen mieli -hanke
18.3.2016

Tutkimuksen lähtökohtia

- Millaisia funktioita hiljaisille hetkille on löydettävissä hankalasta pariterapiaistunnosta?
- Millaisia autonomisen hermoston reaktioita hiljaisissa hetkissä on nähtävissä?
- Millaisia yhteyksiä pariterapiaistunnon luokiteltujen hiljaisten hetkien ja istunnossa mitattujen autonomisen hermoston reaktioiden väliltä on löydettävissä?

Miten aineistoa lähestyttiin?

- Istunnon #5 (kesto 90 minuuttia) videon ja litteraation perusteella keskustelun ja hiljaisten hetkien temaattinen analyysi
- Algoritmin avulla hiljaisten hetkien paikantaminen (katkaisurajana 40%)
- Algoritmin avulla ihon sähkönjohtavuuden nousupiikkien paikantaminen (≥ 2 keskihajontaa)
- Mittaustulosten perusteella hengitystaajuuden ja -syvyyden arviointi

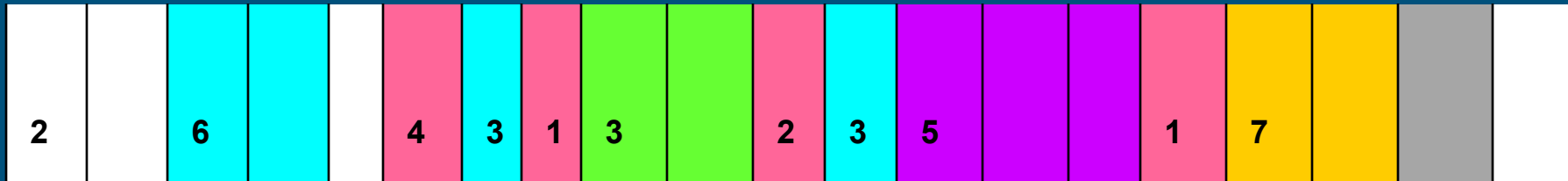
=> Yhteensä 37 kpl > 10s hiljaisia hetkiä, joissa puhumattomuutta 507s

Tapaustutkimus

- Noin 40-vuotiaat Rene ja Asla
- Yksi yhteinen lapsi
- Yhdessä noin viisi vuotta
- Tulosyy parisuhdeväkivalta ja sen käsittely yhdessä
- Tämän istuntohistorian aikana ei esiintynyt väkivaltaa
- Tutkimus käsittelee viimeistä istuntoa, johon tulevat riidoissa

Koko istunnon keskusteluteemat ja hiljaisten hetkien esiintyminen

- Renen paha olo (12 kpl, 165s)
- Parisuhteen jatko? (8 kpl, 110s)
- Lähitulevaisuus (7 kpl, 113s)
- Uskottomuusepäily (5 kpl, 78s)
- Lapsen tapaamiset (3 kpl, 35s)
- Muuta keskustelua (2 kpl, 7s)
- Terapeuttien reflektio



Koko istunnon aikajana ja hiljaisten hetkien lukumäärä

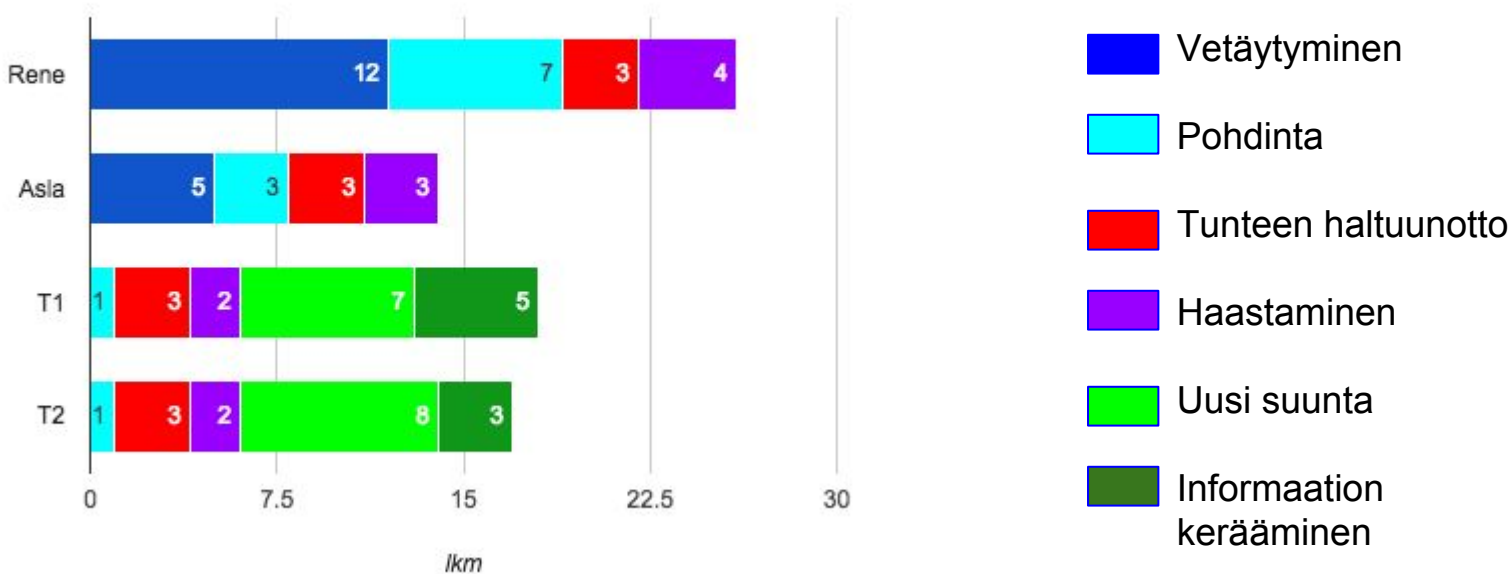
Hiljaisten hetkien luokat

- Vetäytyminen (14 kpl)
- Pohdinta (8 kpl)
- Voimakkaan tunneilmaisun haltuunotto (3 kpl)
- Haastaminen tai paineen luominen toiselle (7 kpl)
- Uuden suunnan tai lähestymistavan hakeminen (15 kpl)
- Informaation kerääminen ja syy-seuraussuhteiden selventäminen (6 kpl)

Hiljaisten hetkien luokat

- Osa hiljaisista hetkistä liittyy pelkästään asiakkaaseen tai terapeuttiin
- Noin puoleen hiljaisista hetkistä sisältyy kaksi luokkaa
 - esimerkiksi hiljaisuus, joka alkaa asiakkaan vetäytymisellä ja loppuu terapeutin uuden suunnan tai lähestymistavan hakemisella
- Voimakkaan tunteen haltuunotto -luokka liittyy kaikkiin osallistujiin

Hiljaisten hetkien luokat henkilöittäin



Autonomisen hermoston reaktiot hiljaisissa hetkissä

- Hiljaisten hetkien aikana ei esiinny ihon sähkönjohtavuudessa nähtäviä nopeita viriämissiä muutamaa poikkeusta lukuunottamatta
 - esim. Renen pohdinta ja T2:n uuden suunnan tai lähestymistavan hakeminen.
- Hiljaisten hetkien luokissa esiintyviä havaintoja hengityksestä
 - Allianssin ylläpito
 - Aslan etäisyys Renen vetäytymiseen
 - Keskustelun “ulkopuolisten” reaktiot

Keskustelun esimerkkipätkä

Asla: .hhhhh >↑sä ↑voit (↑sit- (.) meiän on se) (.) perhetyöntekijä on mun (1) .hhh niiku (.) se o (.) se tuntee mut hyvin ja se o (--)) läheinen ni ↑se voi vaikka järjestää ne tapaamiset? (1) ↑ei ↑mun ↑tarvi ↑siinä ↑olla ↑ollenkaa. mukana<

Rene: (1) #nii et sais jotaki ↑valvottuja ↑tapaamisia vai (käy-) (.) hhh# ((katsoo Aslaa leukaa kohottaen))

Asla: ((kääntää pään pois päin Renestä))

(2)

T1: °mhm.°

Rene: ((pyörittelee päätään))

(11)

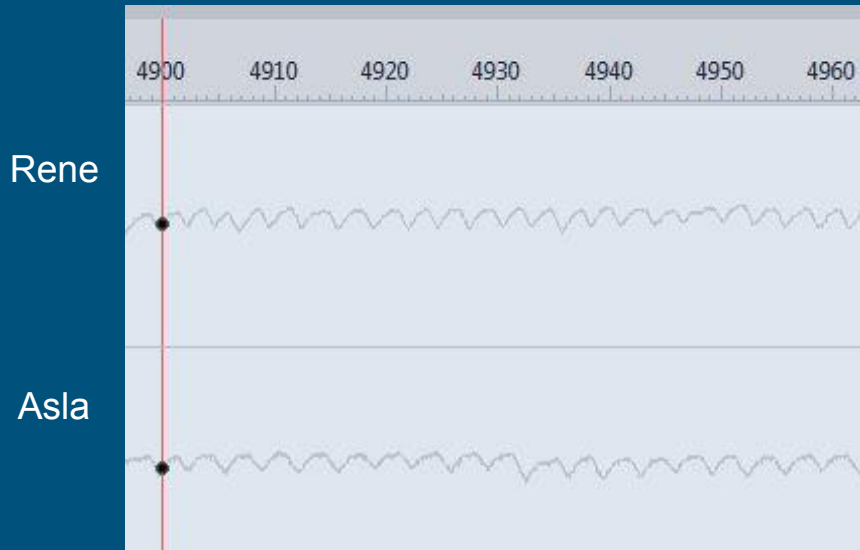
Rene: ((haroo käsillä kasvojaan)) °tää o jotenkin niin turhaa:°

Asla: (1) °↑nii ↑on°

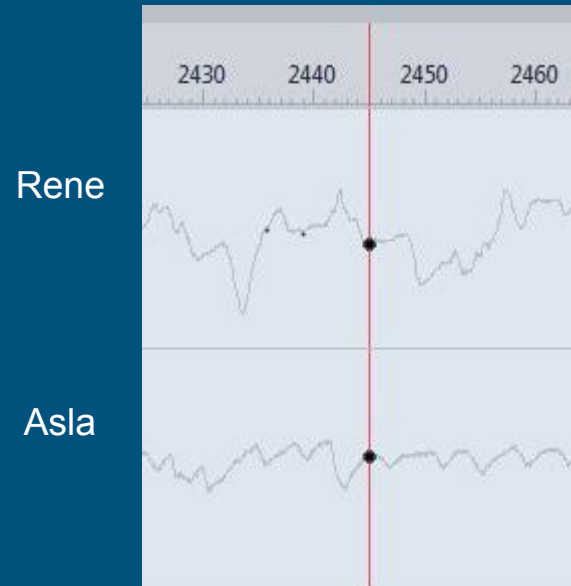
Rene: (2) °hh°

Hengityksen kuvaus

Renen ja Aslan tyypillinen hengitys

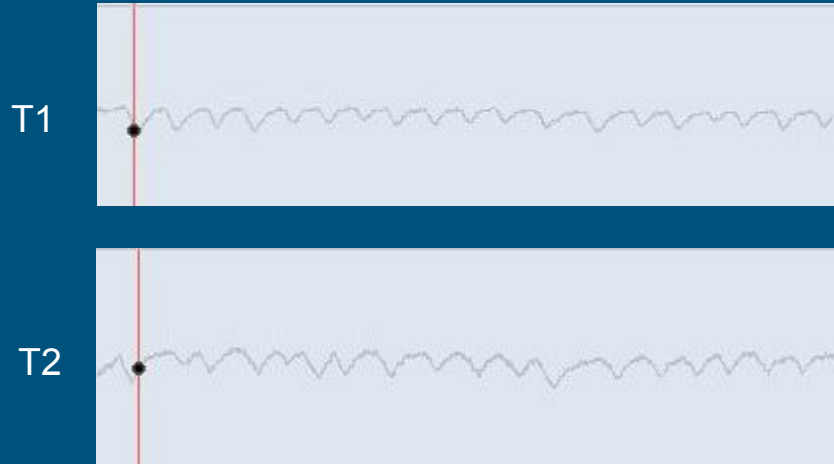


Renen ja Aslan hengitys luokassa voimakkaan tunteen haltuunotto

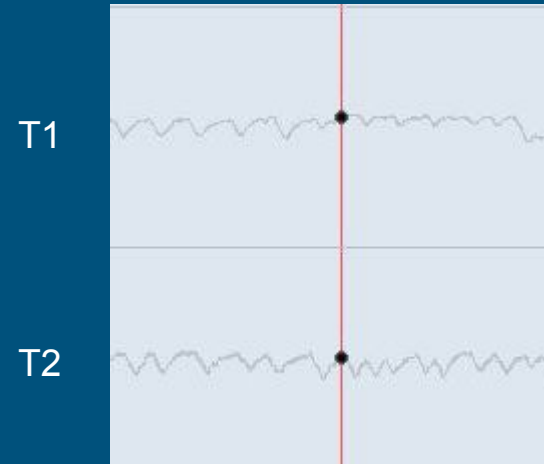


Hengityksen kuvaus

Terapeuttien tyypillinen hengitys



Terapeuttien hengitys luokassa voimakkaan tunteen haltuunotto



Yhteenvedo

- Löydetyt hiljaisten hetkien luokat ovat tilannesidonnaisia
- Hengityksessä on nähtävissä selkeämpiä muutoksia hiljaisuuden aikana
- Ihon sähkönjohtavuuden nousupiikkejä näkyy enemmän aktiivisissa keskustelukohdissa
- Hiljaisten hetkien luokkien ja autonomisen hermoston reaktioiden välillä oli yhteyksiä hengityksen osalta
- Terapeuttisen allianssin ylläpitäminen tässä istunnossa vaati terapeuteilta paljon ponnisteluja

Kiitos!

