

MAAILMA VAILLA MAHDOLLISUUKSIA: DEPRESSION FENOMENOLOGIASTA

Matthew Ratcliffe: *Experiences of Depression: a Study in Phenomenology*. Oxford University Press, 2015.

Maaailman terveysjärjestön arvion mukaan depressiosta kärsi vuonna 2012 maailmanlaajuisesti noin 350 miljoonaa ihmistä (WHO 2012). Lukumäärä on kasvussa. Niinpä esimerkiksi Buyng-Chul Han (Han 2010,7) ja Alain Ehrenberg (Ehrenberg 2008, 13) ovat nostaneet masennuksen alkavan vuosituhannen itseyttämisestä määrittäväksi aikakausisairauksiksi. Tästä huolimatta psykiatriassa ei vallitse yksimielisyyttä siitä, mitä masennus todella ”on”. Näin esittää Matthew Ratcliffe tuoreessa depressiota fenomenologian näkökulmasta tarkastelevassa teoksessaan *Experiences of Depression: a Study in Phenomenology*.

Ratcliffen kritiikki kohdistuu ennen muuta masennuksen ja muiden mielenhäiriöiden kliinisen diagnostiikan järjestelmiin. Näissä, esimerkiksi angloamerikkalaisissa maissa laajalti käytetyssä *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*:ssa (DSM-IV ja DSM-V), depression diagnostiset kriteerit määritellään vetoamalla masennuksesta kärsivän kokemukseen. Kriteereissä viitataan muun muassa ”masentuneeseen mielialaan”, ”alentuneeseen kykyyn tuntea mielihyvää” ja ”arvottomuuden ja toivottomuuden tunteeeseen”. Näille kokemusaspekteille ei kuitenkaan Ratcliffen mukaan anneta riittävää perustelua. Epäselväksi jää esimerkiksi se, mistä masennuskokemus koostuu, millainen se tarkalleen ottaen on ja mikä on DSM-manuaalissa listattujen oireiden välinen suhde: ovatko ne toisistaan irrallisia kokemuksellisia kom-

ponentteja vai osa yhtä yhtenäistä kokemusta (s. 5)? Lisäksi masennuksen olemuksen tavoittamista vaikeuttaa masennuskokemusten heterogeenisuus. Tätä seikkaa ovat myös depressionista kärsineet itse korostaneet sairausnarratiiveissaan. Voidaanko siis lainkaan puhua yhdestä ja yhtenäisestä kokemuksesta? Ratcliffe kysyy (s. 3).

Edellä esiteltyjen kysymysten ratkaisuun ja erittelyyn Ratcliffe lainaa varsin vapaasti hedelmällisinä pitämiään aspekteja Martin Heideggerin, Edmund Husserlin, Maurice Merleau-Pontyn ja Jean-Paul Sartren ajattelusta, angloamerikkalaisesta nykyfenomenologiasta ja myös neurologisista tutkimuksista. Samalla hän haluaa paikata aukkoa fenomenologisessa mielenhäiriöitä koskevassa tutkimuksessa: nykyfenomenologiasa on hänen mukaansa keskitytty skitsofrenian, ei niinkään depression tarkasteluun (s. 176). Tutkimusaineistona hän käyttää paitsi masennuksesta kärsineiden omaelämäkerrallisia sairausnarratiiveja, myös depressiota käsitteleviä kliinisiä tutkimuksia. Lisäksi tärkeä lähde on Durhamin yliopistossa vuonna 2011 toteutettu kyselytutkimus. Aikaisempaa fenomenologista psykopatologiaa Ratcliffe soveltaa valikoiden. Viittaukset esimerkiksi Karl Jaspersin ja Ludwig Binswangerin tarkasteluihin jäävät muutaman maininnan varaan. Erityisen hämmästyttävää on, että Ratcliffe jättää vähälle huomiolle pitkän saksalais-ranskalaisen fenomenologisen psykopatologian perinteen: Viktor Emil von Gebsattel, Erwin Straussin ja Hubertus Tellenbachin laajan ”melankolista depressiota” käsittelevän tekstikorpuksen.

MASENTUNEEN MAAILMAN TUTKIMUS

Mikäli klinisen diagnostiikan määritelmät eivät tavoita masennuksen olemusta, mistä tässä 1900-luvun lopun ja 2000-luvun alun kansansairaudessa sitten on kyse? Vaikka depressiokuvaukset ja depression diagnostiikalle annetut kriteerit viittaavat verrattain heterogeenisiin kokemuksiin, on näillä silti Ratcliffen mukaan yksi yhteinen piirre. Miltei jokaisessa sairausnarratiivissa korostetaan radikaalia eroa masentuneen maailman ja sitä edeltävän tilan välillä (s. 15). Esimerkistä käy hollantilaisen psykoanalyytikon Piet C. Kuiperin taajaan fenomenologisessa tutkimuksessa siteerattu omaelämäkerrallinen kuvaus sairastumisesta psykoottiseen depressioon: ”En ollut koskaan aiemmin ymmärtänyt, että psykoosissa ihmiset eivät ainoastaan tunne toisenlaisia tunteita, vaan myös näkevät todellisuuden ja sen mikä on totta muuttuneella tavalla” (Kuiper 2010, 159)¹. Toisin sanoen jokin psyyken häiriöistä kärsivän tavassa kokea maailma ylipäänsä – ei tämä tai tuo maailmallinen asia – on perustavalla tavalla muuttunut. Niinpä psyyken häiriöitä tutkivan fenomenologin tehtävä on esimerkiksi Kuiperin omaelämäkerrassaan kuvaaman ”eksistentiaalisen muutoksen” analyysi (s. 14–15).

Termillä ”eksistentiaalinen” Ratcliffe viittaa yksinkertaisesti siihen seikkaan, että esimerkiksi depressiokokemuksen kohdalla kokemukselliset muutokset koskevat inhimillistä olemista ja sen kokemuksellista kehystä kokonaisuudessaan. Tämän eksistentiaalisen muutoksen tutkimuksen ensimmäinen askel puolestaan on sen tarkastelu, mitä ”maailma”, ”maailmassa-olo” tai ”kokemus maailmasta” yleisellä tasolla tarkoittaa. Maailman käsitteensä Ratcliffe esittää ennen muuta Husserliin fenomenologiaan vetoamalla: maailma ei ole erilaisten intentionaalisten asenteidemme ja suhtautumisiemme kohde, vaan jotakin mitä nämä edellyttävät niiden itsestään selvänä ja epätemaattisena horisonttina (esim. s. 21). Kokemustamme maailmasta luonnehtii

siis ”kokemuksellisesti konstituoitunut tuntu todellisuudesta ja kuulumisesta [maailmaan]” (mts.). Juuri tämä ”todellisuuden tuntu” järkkyy mielenhäiriöissä, Ratcliffe esittää. Husserlin terminologiaa seuraten voidaan puhua ”maailmavarmuuden” horjumisesta: sen jokapäiväistä elämäämme kannattelevan varmuuden ja itsestäänselvytyden järkkymisestä, jonka ansiosta ”kaikki esineet, toiset ihmiset ja oma ruumiimme ovat läsnä ja paikallaan maailmassa muiden asioiden keskellä” (Heinämaa 2007, 135). Maailmavarmuuden sijaan Ratcliffe tosin käyttää aikaisempiin tutkimuksiinsa vedoten teknistä termiä ”eksistentiaalinen tunne” (*existential feeling*) kuvaamaan mainittua ilmiötä (s. 33).

Paitsi fenomenologiseksi, Ratcliffen tarkastelutapaa voi nimittää myös ”hermeneuttiseksi”. Hän ei omien sanojensa mukaan pyri ”metafyysisen totuuteen” depression luonteesta, vaan termillä on tutkimukselle yksinomaan heuristinen merkitys (s. 252). Se tarjoaa siis alustavan lähtökohdan yksittäisten kokemusten analyysille, mikä puolestaan auttaa tarkentamaan ja täsmentämään yleiskäsitettä. Maailmavarmuuden horjumisen tai eksistentiaalisen tunteen muutosten fenomenologinen ja hermeneuttinen tutkimus ottaa siis erilaiset konkreettiset, yksittäiset kokemukset masennuksesta lähtökohdakseen edetäkseen näiden yleisiin edellytyksiin esimerkiksi ruumiillisuuden tai kehollisuuden, aikakokemuksen ja intersubjektiivisuuden tasolla (vrt. esim. s. 64).

Experiences of Depression on eräänlainen tilinpäätös Ratcliffen depressiotutkimuksille. Se on koottu vuosina 2009–2014 eri yhteyksissä julkaistuista artikkeleista, joihin teoksen luvut pohjautuvat. Luvuissa käsitellään kussakin yhtä inhimillistä kokemusta yleisellä tasolla määrittävää aspektia, joka depressiossa horjuu tai muuttuu: edellä mainittujen ruumiillisuuden, aikakokemuksen ja intersubjektiivisuuden lisäksi oman käsittelyn saavat ”toivo”, ”toimijuus” ja ”empatia”. Tämä tekee teoksen lukemisesta haasteellista: argumentti alkaa uuden luvun kohdalla ikään kuin uudelleen alusta.

EKSISTENTIAALINEN TUNNE JA MAHDOLLISUUDET

Tutkittavan ilmiön luonteeseen liittyvä käsitteellinen epäselvyys on klassinen lähtökohta filosofisen analyysin tarpeen perustelulle. Vastaavasti filosofisen ja fenomenologisen tutkimuksen onnistumista voidaan arvioida sen perusteella, auttavatko ehdotetut ja sovelletut käsitteet ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä ja tekevätkö ne sille oikeutta. Tässä kohdin Ratcliffen teos osoittautuu osin puutteelliseksi. Mikä merkittävintä, tämä puutteellisuus koskee hänen keskeisintä teoreettista käsitettään. Ratcliffe ei nimittäin onnistu vakuuttamaan lukijaa siitä, että edellä maailmavarmuudeksi nimitetty ilmiö tulisi ymmärtää juuri ”eksistentiaalisiksi tunteeksi”.

Terminsä valintaa hän perustelee seuraavalla tavalla. Kliinisisissä tarkasteluissa depressionia tavataan kutsua termillä ”mielialahäiriö” (*mood disorder*) ja esimerkiksi DSM-manuaalissa vedotaan masentuneeseen ”mielialaan”. Olemassa oleva filosofinen tunteita koskeva kirjallisuus ei kuitenkaan hänen mukaansa auta sen selvittämisessä, minkälainen ”tunne” tai ”mieliala” depression on. Tämä johtuu ennen muuta siitä seikasta, että tunteet ja emootiot käsitetään mainitussa kirjallisuudessa intentionaaliseksi, eli kohteisiin suuntautuneiksi kokemuksiin (s. 34–35). Ratcliffen mukaan ”eksistentiaaliset tunteet” sen sijaan viittaavat ”esi-intentionaaliseen”, eli inhimillistä maailmassa-olemista kokonaisvaltaisella tavalla jäsentävään ja erilaisten spesifien intentionaalisten suuntautumisten edellyttämään kokemusaspektiin (esim. s. 35–37).

Esimerkiksi depressioniin liitetystä toivotomuuden kokemuksessa ei näin ollen ole kyse siitä, että masentunut menettäisi tietyn määrän yksittäisiä toiveita ja toivomuksia tai että jokin intentionaalinen kokemus korvautuisi jollakin toisella. Pikemminkin depressionista kärsivän maailmasta puuttuu *toivomisen mahdollisuus ylipäätään* (s. 35; vrt. s. 103). Tämä

argumentaatiotapa toistuu läpi teoksen. Eksistentiaalisten tunteiden kehollista ja ruumiillista luonnetta korostaessaan Ratcliffe erottelee koetut keholliset ”toimintavalmiudet” (*dispositions*), joita erilaiset ”lokalisoidummat” tunteet ja tuntemukset edellyttävät (s. 85–86). Niin ikään analysoidessaan masennukseen liittyvää syyllisyydentuntoa Ratcliffe perustelee samaisiin argumenteihin välttämättömyyttä erotella ”intentionaalinen” ja ”eksistentiaalinen” syyllisyys (s. 135). Juuri näille masennuskokemusten eroille diagnostisissa järjestelmissä annetut kriteerit eivät ole kyllin sensitiivisiä, hän esittää (esim. s. 74).

Mikään edellä esitellyssä ei kuitenkaan vielä sinällään riitä perustelevaan valittua termiä ”eksistentiaalinen tunne”. Siitä, että psykiatriassa ja diagnostisissa järjestelmissä depressionia kuvataan ”mielialaan” viittaavin termein, ei vielä voida johtaa sitä, että masennus filosofisen analyysin kohteena olisi välttämätöntä käsittää juuri tällä tavoin. Termillään Ratcliffe näyttää viittaavan yksinomaan kyseisen kokemuksen epätemaattisuuteen ja välittömyyteen, sen mainittuun esi-intentionaalisuuteen. Puhuminen eksistentiaalisesta *tunteesta* antaisi kuitenkin luvan odottaa, että ”maailmavarmuuden” kokemuksen erityistä affektiivista luonnetta korostetaan ja eritellään tarkemmin. Kuvaavaa on, että vaikka Ratcliffe vetoaa eksistentiaalisen tunteen analyysissaan Husserlin, Merleau-Pontyn ja Heideggerin ajatteluun, hän ei reflektoi näiden kenties periaatteellisiakin eroja. Esimerkiksi sillä, käsitetäänkö ”maailmavarmuus” husserlilaisittain tiedollisena sitoumuksena tai merleau-pontylaisittain kokonaisvaltaisena affektiivisena luottamuksena, saattaa olla ratkaiseva merkitys psykkinen häiriön ominaispiirteiden käsittämiseksi (vrt. Heinämaa 2007, 139–141). Ratcliffen eksistentiaalisen tunteen luonnehdinnat viittaavat selkeästi jälkimmäisen vaihtoehdon suuntaan².

Seikkaperäistä kokemuksen affektiivisen ulottuvuuden analyysia *Experiences of Depression* ei siis tarjoa. Sen sijaan eksistentiaalisten tunteiden muutokset on ymmärrettävä sellais-

ten kokemuksellisten mahdollisuuksien ka-
toamisena, joille normaalisti olemme avoimia
(s. 53). Masentuneelle on tyypillistä, ettei hän
havaitse oman tilansa kontingenttiutta, vaan
käsittää sen muuttumattomana ja ikuisena (s.
66–67; vrt. esim. s. 218). Depressioon liittyvät
kokemukselliset muutokset on siis käsiteltävä
muutoksina kokemusta jäsentävien mahdol-
lisuuksien *tyypeissä*, Ratcliffe esittää (esim. s.
55). Fenomenologinen maailman käsite on
toisin sanoin Ratcliffen analyysien pohjalta
käsiteltävä mahdollisuustilaksi (s. 257), jossa
esimerkiksi masentuneen vähentynyt kyky ja
motivaatio toimia, toivottomuus ja syyllisyys-
dentunto ilmenevät konkreettisella tavalla
koetun maailman transformaationa (vrt. esim.
s. 155).

Mahdollisuustyyppien analyysissään Rat-
cliffe vetoaa Husserliin. Tämän passiivista syn-
teesiä koskevia analyyseja soveltaen hän esit-
tää kuvauksen siitä, kuinka koemme erilaiset
maailmalliset kohteet, oliot ja asiat ”houkutte-
levina” (*enticing*). Suuntaudumme maailmaan
erilaisia mahdollisuuksia toteuttaen, koska
maailma kirjaimellisesti ”vetää meitä puoleen-
sa” (vrt. s. 45). Näihin pohdintoihin hän liittää
heideggerilaisen ymmärryksen maailmallista
kohteista ja olioista erilaisten käytännöllisten
merkitysten ja toimintavalmiuksien kautta jä-
sentyneinä (s. 46). Hänen keskeinen erottelun-
sa koskee siten sitä, koetaanko masennuksessa
käytännöllisen merkitysvyyden, maailman
puoleensa vetävyyden vai kenties joidenkin
elämälle keskeisten projektien suhteen jäsen-
tyneiden mahdollisuuksien privaatiota (esim.
s. 170; s. 196).

MASENNUSKOKEMUKSEN YHTENÄISYYS

Sosiologi Alain Ehrenberg on kutsunut dep-
ressiota ”yleiseksi kyvyttömyydeksi elää” (Eh-
renberg 2008, 20). Ehrenbergin mukaan ma-
sennuksesta kärsivät elävät ajassa ”ilman tule-
vaisuutta”: heille ”mikään ei ole mahdollista”
(mts.). Jotakin tästä masennukselle ominai-

sesta kokemuksesta Ratcliffen luonnehdinnat
tavoittavat. Hänen analyysiensä perusteella on
mahdollista paremmin ymmärtää esimerkik-
si masennukseen liittyviä toivottomuuden ja
syyllisyyden kokemuksia. Lisäksi teoksen an-
sioksi on laskettava, että se onnistuu vakuutta-
maan lukijan fenomenologisen filosofian hyö-
dyllisyydestä psyykkisille häiriöille ominaisen
kokemusrakenteen tutkimuksessa.

Eräs Husserlin fenomenologian keskei-
sin metodologinen periaate on pyrkimys
”sulkeistaa” erilaiset tutkittavaa ilmiötä kos-
kevat ennalta-asetetut olemassaoloasetukset.
Psyykkisen häiriön tutkimukseen sovellettuna
Husserlin ”sulkeistamisen” voi ymmärtää vaa-
timukseksi minimoida erilaisia kokemukselle
ulkokohtaisia normatiivisia kriteerejä, esi-
merkiksi neurologisia ja biologisia käsityksiä
psyykkisen sairauden luonteesta ja toisaalta
ennalta-asetettuja käsityksiä psyykkisestä ter-
veydestä. Juuri tällaista menetelmää Ratcliffe
soveltaa itse teossa. Hänelle esimerkiksi kysy-
mys masennuskokemuksen patologiisuudesta
on ennen muuta *pragmaattinen*: siihen voidaan
vastata ainoastaan suhteessa niihin konkreet-
tisiin vaikutuksiin, joita sillä on tästä kärsivän
elämään (s. 267–268). Tällainen lähestymista-
pa on viime kädessä myös eettisesti perusteltu:
se tekee oikeutta kulloisenkin kokijan yksilöl-
liselle kokemukselle.

Ratcliffen tapa korostaa depressiokoke-
musten heterogeenisuutta on kuitenkin
vaarassa johtaa otteen menettämiseen dep-
ressiokokemuksen yhtenäisyydestä. Loppu-
tulema vaikuttaa paradoksaaliselta varsinkin
siitä syystä, että juuri ”eksistentiaalisen tun-
teen” analyysin oli määrä tarjota yhtenäinen
tulkinallinen kehys depressiokokemuksen
variaatioiden käsittelemiseksi (esim. s. 33). Ku-
ten todettua, ”eksistentiaalinen tunne” on tek-
nisenä terminä epäinformatiivinen. Ratcliffe
jättää myös teoksessaan erittelemänsä koke-
muksen mahdollisuusaspektit osin peruste-
lematta. Hänen tapansa viitata Husserliin on
varsin kursorinen. Lisäksi hän nojaa vahvasti
käännöksiin, eikä teoksen lähdeluettelosta

löydy ainuttakaan saksan tai ranskankielistä alkuperäislähdettä.

Ratcliffen menettelytavalle on ominaista, että hän esittää teoksensa eri luvuissa lähestymänsä depressiokokemuksen aspektit keskenään samanarvoisina fenomenologisen kuvauksen tasoina. Tällainen lähestymistapa voidaan kyseenalaistaa. Esimerkiksi saksalaisfilosofi Michael Theunissen on esittänyt, että masennukselle ominainen kokemus tulee analysoida ja eksplikoida *nimenomaan* siihen sisältyvään aikakokemukseen vetoamalla (ks. Theunissen 1991, erit. 218–281). Theunissen on myös pyrkinyt perustelemaan kantaa, jonka avulla masennuskokemuksen affektiiviset elementit, kuten siihen liittyvä ahdistus, voidaan ymmärtää aikakokemusta tarkastelemalla (ks.

Theunissen 1993). Monet Ratcliffen muotoilut viittaavat samanlaiseen tulkintaan. Hänen mukaansa eksistentiaalisen tunteen yhtenäisyys tulisi käsittää *temporaalisena struktuurina* (s. 63). Viime kädessä myös maailman määrittäminen olemukseltaan mahdollisuustilaksi vaatisi aikakokemuksen seikkaperäisempää tarkastelua³. ”Mahdollisuustilasta” puhuminen kun viittaa ilmiselvästi inhimillisen kokemuksen tulevaisuuteen suuntautuvaan aspektiin. Se, ettei Ratcliffe esitä depressioanalyysiään ennen muuta ajallisuuteen viitaten johtuu kenties siitä, että se entisestään kyseenalaistaisi hänen tutkimustensa keskeisen teoreettisen termin, eli ”eksistentiaalisen tunteen” osuvuutta.

— JAAKKO VUORI

VIITTEET

1. Käännös kirjoittajan. Ratcliffe ei siteeraa Kuiperin omaelämäkertaa tutkimuksessaan.
2. Ratcliffe kuvailee ”eksistentiaalista tunnetta” esimerkiksi seuraavanlaisesti: ”[a] way of finding oneself in the world and with other people’ [that is in some way] felt” (s. 40). Tämä määritelmä on korostetun heideggerilainen ja viittaa ilmiselvästi Heideggerin *Sein und Zeit*issa esittämään ”virittyneisyyden” (*Befindlichkeit*) analyysiin. Vaikuttaakin siltä, että Ratcliffe yksinomaan

lukee oman heideggerilaisen lähestymistapansa sisään Husserlin ajattelusta lainaamiinsa seikkoihin. Esimerkiksi Ursula Wolf on kritisoinut heideggerilaista lähestymistapaa itseään siitä, ettei tämä tosiasiaa sovellu ”tunteiden” ja ”affektiivisuuden” ilmiöiden analyysiin (ks. Wolf 1993, 122–124).

3. Vaikka Ratcliffe omistaakin aikakokemuksen tarkastelulle kokonaisen luvun teoksessaan, hän ei esitä väitteitä tämän kokemustason ensisijaisuudesta muihin erittelemiinsä tasoihin nähden.

KIRJALLISUUS

- Ehrenberg, Alain [1998] (2008) *Das erschöpfte Selbst – Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*. Frankfurt am Main: Suhrkamp. Kääntäneet Manuela Lenzen & Martin Klaus.
- Han, Buyng-Chul (2010) *Müdigkeitsgesellschaft*. Berlin: Matthes & Seitz Verlag.
- Heinämaa, Sara (2007) Uskominen ja luottamus: kaksi tulkintaa maailmavarmuuden luonteesta. *Tiede & edistys* 32: 2, 135–146.
- Kuiper, Piet C. [1988] (2010) *Seelenfinsternis – Die Depression eines Psychiaters*. Frankfurt am Main: Fischer. Kääntänyt Marlis Menges.
- Theunissen, Michael (1991) *Negative Theologie der Zeit*.

Frankfurt am Main: Suhrkamp.

- Theunissen, Michael (1993) *Melancholische Zeiterfahrung und psychotische Angst*. Teoksessa Hinrich Fink-Eitel & Georg Lohmann (toim.) *Zur Philosophie der Gefühle*. Frankfurt am Main: Suhrkamp, s. 334–344.
- WHO (2012) Depression: A Global Public Health Concern. Www-osoitteessa: http://www.who.int/mental_health/management/depression/who_paper_depression_wfmh_2012.pdf?ua=1. Tarkistettu 17.8.2015.
- Wolf, Ursula (1993) *Gefühle im Leben und in der Philosophie*. Teoksessa Hinrich Fink-Eitel & Georg Lohmann (toim.) *Zur Philosophie der Gefühle*. Frankfurt am Main: Suhrkamp, s. 112–135.