

## Isänsä poika

### - hankalien kokemusten muuntumisesta

Risto Makkonen

*Miten psykoterapeuttinen muuntuminen tapahtuu? Tässä kuvataan yhden psykoterapian vaiheittaista kehitystä, potilaan hankalien kokemusten esilletuloa ja integroitumista terapeutin avustuksella. Isän ja pojan suhteen ongelmallisuutta ja potilaan kokemusten muuntumavaiheita terapiassa jäljitetään assimilaatioanalyysin ja keskusteluotteiden dialogisen sekvenssianalyysin keinoin (Leiman ja Stiles 2001). Kirjoitus perustuu psykologian lisensiaatin-tutkimukseen<sup>1</sup>, joka havainnollisti yhteisen reflektiivisen työskentelyn arvoa ja asiakkaan havaitsija-aseman muotoutumista lähikehityksen vyöhykkeellä (Vygotsky 1978) terapian taitekohdissa.*

Mies aloitti ensimmäisen psykoterapiakäyntinsä:

*Kaikista tärkeintä ois mulle se että mä saisin niinku - oman itsetuntoni ja yöneni takasin. Siinä on niinku se mitä vasten minä oon tänne tullu. Ja se etten minä niinku harhaile sillä lailla niissä tunnepuolen harhasissain - . Niistä lapsuuden aikasista jutuista, mitä oon niinku saanu kokke jotta pääsisi niinku irti. Jotta ne ei niinku koko ajan jylleisi päässä. Se on se ajatus mikä kuulostas tärkeeltä. Että pystyisin elämään tasapainosesti, tasapainoisemmin.*

Mies kuvasi hätäntymisen tilojaan, jotka olivat jatkuneet pitkään. Lauseet katkeilivat ja jäivät kesken. Äänensävy oli lähes kuiskaava, mutta puherytmi nopea. Hän määritteli jo ensimmäisessä puheenvuorossa psykoterapiansa tehtävän: hankalien elämäkokemusten järjestäminen sillä tavoin, että hädästä vapaa elämä olisi mahdollista. Toistaiseksi mies tunsu itsensä vastaanottavaksi osapuoleksi, jolla ei oikein ollut sanan ja teon sijaa jylläävien kokemusten paineissa. Terapeutille tarjoutui alusta pitäen ainakin järjestelijän ja huolenkantajan asema. Avunhakijahan pyysi irtipääsyä kokemastaan alistumisesta ja avuttomuudesta. Toki terapeutti voi ajautua myös kaltoinkohtelevaksi, vaativaksi, uhkaavaksi, arvostelevaksi tai poissaolevaksi. Jokin mainituista suhtautumistavoista saattaisi vastata puhujan aiempia kokemuksia kanssakäymisestä toisten kanssa. Toivomus tasapainoisemmasta elämästä viittasi kuitenkin luottavaan, vaikkakin vaativan sävyiseen odotukseen terapiasuhteesta. Ajoittain alistuvaan asemaan samastunut toivoi kokevansa toisen huolenpitoa, myös terapian kuluessa.

---

<sup>1</sup> Makkonen, R. (2003). Isänsä poika – hankalien kokemusten assimiloituminen kognitiivis-analyttisen psykoterapian kuluessa. Psykologian lisensiaatintutkimus (julkaisematon). Joensuun yliopisto.

Ote saman miehen hyvästelykirjeestä terapeutille:

*Nyt kun olen saanut käydä terapiassa ja tutkia eri olotilojen kehittymistä ja kanavoitumista taas uusiin olotiloihin, olen pikkuhiljaa oppinut hallitsemaan itseäni niin sanoakseni toisesta näkökulmasta tilanteissa, joissa tunnepuoli pitää minua hampaissaan. Nyt pystyn seisauttamaan tilanteen ennen kuin mitään on ehtinyt tapahtua, ettei tarvitsisi syyttää itseään.*

Lainaus antaa aavistella, että epäjatkuvuutta ilmentävillä, hätäännyttävän nopeilla tilavaihteluilla on ollut monitahoinen tausta. Yhteisen tutkimisen välityksellä menneitä saattoi nyt tunnistaa, jäsenellä ja käyttää hyväkseen nykyisyydestä käsin. Tyhjä, sirpaleinen tai tiivistynyt kuvaus oli täydentynyt. Vaikka tapahtuneet eivät olleet muuttuneet, miehen suhde omaan kokemisen tapaansa oli muuttunut. Tapahtumiin oli tullut välittyneempi suhde. Niitä oli mahdollista havainnoida järkytyksiä uudelleen kokevaa ja osallistuvaa minää kauempaa

Edellä lainattujen puheenvuorojen aikaväli oli kahdeksan kuukautta. Sinä aikana mies osallistui 24 käyntikerran kognitiivis-analyttiseen psykoterapiaan (KAT) (Leiman 2001; Ryle ja Kerr 2002). Terapia vastasi ajallisesti ja välineiltään persoonallisuushäiriön lyhytkestoista psykoterapiaa KAT:ssa (Ryle 1997). Kirjoituksessa kuvataan, ***miten asiakkaan itseyttä kehittyi ja psyykinen muuntuminen tapahtui psykoterapiassa.*** Millä tavoin asiakas ja terapeutti rakensivat ymmärtämisensä välineitä? Mitä sellaista tapahtui heidän välillään, joka auttoi saavuttamaan riittävän havainnoivan aseman, josta käsin asiakkaan hankalat kokemukset voisivat integroitua?

## Psykoterapia kehitystapahtumana

Psykoterapia on luontevaa käsittää vaiheittaisena kehitystapahtumana, jossa ongelmalliset kokemukset tulevat esille vähän kerrallaan tai hyppäyksittäin. Asiakas kertoo tapahtumista, joihin on ollut osallisena. Hän tarkastelee tapahtumittain toista suhteessa itseensä, omaa suhtautumistaan toiseen, toisen suhdetta toiseen. Hän tekee myös havaintoja ´pelkästä´ itsestään. Yksi terapeutin työskentelyn päätehtävistä on päästä käsiksi näihin monikerroksisiin ja osittain peitossa oleviin suhteisiin.

Terapiasuhteessa potilas ennakoi vastausta esittämäänsä. Hän odottaa aktiivista vastaantulevaa ymmärrystä. Terapeutti pyrkii sovittamaan ilmaisunsa potilaan tarpeiden ja asiayhteyden mukaisesti. (Stiles 1994; Heritage 1997). Kummankin ymmärrystä mutkistaa se, etteivät ilmaisut suuntaudu vain juuri sillä hetkellä paikalla oleville osallisille. Ilmaisuja osoitetaan myös toisaalla oleville, olosuhteille ja tapahtumille (Bakhtin 1986; Voloshinov 1990). Psykoterapian osalliset vastaanottavat muistakin vuorovaikutussuhteista kumpuavia ilmaisuja ja tarjoutuvia tehtäviä. Dialogin jatkuva kaksinaisuus rikastaa ja mutkistaa terapiasuhteen kehityksen tarkastelua. Terapia elää ja muuntuu vastavuoroisesti palaamatta lähtökohtiin. Ongelmalliset asiat asettuvat eri suhteisiin potilaan elämässä terapian alussa ja lopussa.

Psykoterapian prosessitutkimuksessa on vasta viime aikoina ryhdytty tarkastelemaan psykoterapiaa kehitystapahtumana. **Assimilaatioanalyysi** (Stiles ym. 1991; Stiles 1992; Honos-Webb ym. 1999) on lähestymistapa, jossa potilaan ongelmallisten kokemusten muuntuminen otetaan tutkimuksen lähtökohdaksi. Stilesin mukaan

onnistunutta psykoterapiaa luonnehtivat säännönmukaiset kehitysvaiheet. Vaihe vaiheelta potilas tunnistaa ongelmallisia kokemuksiaan. Hän muotoilee käsityksiään kokemuksista yhä uudelleen ja ymmärtäessään asiayhteyksiä saa vähennettyä hankalien kokemusten haittoja.

Assimilaatioanalyysin työkalu on 8 -portainen asteikko (**Assimilation of Problematic Experiences Scale**), jolla kuvataan kehityksen vaiheita (Stiles ym. 1992; Honos-Webb ym. 1999). Torjunnan kanssa työskennellään assimiloinnin vaiheissa 0-4 (torjuttu ongelma, ei-toivotut ajatukset, epämääräinen tietoisuus, ongelman selventävä esittäminen, oivaltava ymmärtäminen). Läpityöskentelyä kuvataan vaiheiden 5-7 avulla (soveltava työskentely, ongelman ratkaiseminen, uuden toimintamallin hallittu käyttäminen).

Leiman ja Stiles (2001) lavensivat alkuperäistä assimilatiomallia lähikehityksen vyöhykkeen käsitteellä. Se mahdollistaa assimiloinnin vaiheiden erittelyn yhteistoimintana. Vygotskyn (1978, 84-91) alkuperäisenä käsitteenä **lähikehityksen vyöhyke** korosti aikuisen ohjaavaa tai kaveriryhmän yhteistoiminnallista vaikutusta lapsen oppimiseen. Vygotsky määritteli kaksi kehityksellistä tasoa, joiden väliin lähikehityksen vyöhyke asettuu. Läpikäyty kehityksen vaiheet näyttävät lapsen itsenäisenä suoriutumisenä. Autettu tehtävistä selviytyminen kuvastaa tulevaa itsenäistä toimintaa. Lähikehityksen vyöhykkeellä esiintyvät ne nupullaan olevat henkiset toiminnot, jotka odottavat kypsymistään hedelmiksi.

Kun psykoterapian tutkimisen kohde on psyykkisen hädän säätelyminen, lähikehityksen vyöhykkeen voi ymmärtää Leimanin ja Stilesin (2001) tavoin assimiloinnin jatkumon toiminnalliseksi osaksi. Terapeutti avustaa potilastaan siirtymään lähikehityksen vyöhykkeellä askelmalta toiselle, vallitsevan kehittymisen tasolta mahdolliselle alueelle. Semioottiset välineet, kuten toimintatapojen puhuttu ja kirjalliset reformulaatiot sekä kuvalliset selventämiset, edistävät assimiloinnista niin kauan kuin ne liikkuvat potilaan lähikehityksen vyöhykkeellä. Havaintajien kehittyminen on aluksi terapeutin ja potilaan yhteistoiminnan varassa. Kun assimilatio etenee, yhteistoiminta muuttuu. Potilas ottaa subjektin aseman, josta käsin hän havainnoi itseään ja kokeilee uusia toimintatapoja.

**Dialoginen sekvenssianalyysi** on KAT:n piirissä kehittynyt menetelmä, jonka avulla asiakkaan ilmaisusta pyritään tunnistamaan vastavuoroisia asetelmia, toimintatapoja, ja minätiloja vaihteluineen. DSA perustuu siihen oletukseen, että *kaikki* henkiset toiminnot rakentuvat dialogisesti. Ihminen on vastavuoroisesti jäsenydessä suhteessa toimintansa kohteisiin, toisiin ja itsen. (Leiman 1997).

Dialoginen analyysi kiinnittää huomion ilmaisun kolmeen aspektiin. Kenelle ilmaisu osoitetaan? Mistä asemasta ilmaisu osoitetaan ja mikä on sen yksilöllinen vastaposition? Millaiset vastavuoroiset asemat näyttäytyvät ilmaisun sisällössä? *Vastavuoroinen asetelma* kuvaa psyykkisen toiminnan suuntaavaa luonnetta. Asetelmaan sisältyvässä positioparissa hahmottuu henkilön kokemistapa. Häätäänytneestä asemasta itseään toiselle ilmaisevan vastapositionen kirjo voi vaihdella esim. nöyryyttävän arvostelevasta huoltapitävään. Aktivoitua vasta-asema saattaa muotoilla koko asetelman sävyä joko uhkaavaksi tai suojaavaksi tai neutraaliksi.

DSA:n neljäs tehtävä on kuvata toimintatapoja eli tapahtumaketjuja. Ongelmallinen *toimintatapa* toistaa sellaista vastavuoroisten asetelmien ketjua, joka ei jousta riittävästi tilanteen vaatimusten ja muutosten mukaan. Ajatusten ”jyllääminen” saattaa laukaista ahdistavan tilan, joka vaatii välttelyä, myötäilyä, uhmaa tai muita kärsimykseltä suojaavia toistuvia tekoja.

DSA:lla pyritään myös selventämään asiakkaan minätilojen (Ryle 1997) hahmoja ja vaihtoksia. Parhaiten näitä tilavaihtoksia ilmentävät kokemusten ja ilmaisujen epäjatkuvuudet, hyyt ja katkokset. *Minätila* on suhteellisen selvärajainen tila, jolle on olennaista kahden aseman vastavuoroinen asetelma, jonka toiseen position yksilö on samastunut. Minätila ja ensisijaisesti sen hallitseva asema määrittävät tapaa suhtautua itseen ja ryhtyä kanssakäymiseen toisten kanssa. Varsinkin persoonallisuushäiriöissä uhkan uudelleen käsittelyä ja hankalien toimintatapojen muuttumista ehkäisevät usein nopeat tilavaihtelut, jotka suojaavat pelottavilta muistoilta.

Assimiloitumista ja dialogisia sekvenssejä arvioidaan tässä kirjoituksessa isän ja pojan suhteen kautta. Jo ensimmäisessä keskustelussa näkyy, kuinka voimakkaasti ja monipuolisesti aihe tarjoutui alusta alkaen tarkasteltavaksi. Terapian keskusteluista kolmasosa käsitteli isää ja poikaa sekä suoriutumisen että läheisyyden kannalta.

## Avunhakija

Keski-ikää lähestyvä, toisessa avioliitossaan elävä kahden lapsen isä (P) tuli päivystykseen univaikeuksien ja avioparin keskinäisten riitojen takia. Tulotilanteen jälkeisinä viikkoina P:lla oli päivittäisiä kuolema-ajatuksia, mutta hän ei yrittänyt itsemurhaa. Molempien vanhempien suvuissa on ollut itsetuhoista käyttäytymistä ja vaikeita mielenterveyden häiriöitä, joihin on kuulunut huomattavia vihanpurkauksia. P:n isä oli kohdellut häntä väkivaltaisesti lapsuudessa. P. pohti kriisihoitoon tultuaan, olisiko hän sairastumassa ”suvun sairauksiin”.

Vaikeimman, psykoosia enteilevän kriisivaiheen aikana noudatettiin tarpeenmukaisen hoidon käytäntöä (Alanen 1997; Haarakangas ja Seikkula 1999). *Hyvän hoidon* mallin mukaisesti tutkittava osallistui aktiivisesti hoitonsa päätöksentekoon. P:n puoliso oli mukana keskusteluissa, jotka kohdentuivat sosiaalisen vuorovaikutuksen aiheisiin. Käynneillä puhuttiin P:n äkillisesti ilmenevistä toivottomista oloiloista, jopa skitsoidista kauhusta. Keskustelujen toisessa ääripäässä selviteltiin yhteisen vastuun jakamisen tapoja perheen tilanteen muuttuessa. Kriisiluonteisia neuvonpitoja ja puhelinsoittoja P:lla oli kahden kuukauden aikana parikymmentä. Niissä yhteyksissä työntekijäpari vastaanotti miehen ahdistusta ja toi esille mahdollisia lähiaikojen myönteisiä näköaloja. P:lla oli lupa tulla sairaalaan suoraan ilman eri arviota, mutta hän halusi ”pärrjätä omillaan”. Ahdistuksiin ja univaikeuksiin hän käytti pienin annoksin lyhytvaikutteista rauhoittavaa lääkitystä.

Kriisivaiheen seurantojen aikana P. palasi työhönsä, koska se oli hänen mielestään parasta lääkettä ahdistukseen. Kuitenkin hän kiinnostui samaan aikaan toimintatapojensa psykoterapeuttisesta tutkimisesta saadakseen helpotusta

toivottomiin ajatuksiinsa ja tarkastellakseen vihan kyllästämiä sosiaalisia suhteitaan.

## Keskusteluja

Tapausselostuksessa jokaisesta keskustelunäytteestä pyritään ensin tunnistamaan vastavuoroiset asetelmat ja mahdolliset minätilat. Sen jälkeen täsmennetään assimiloitumisen vaihe. Päähuomio kiinnitetään terapeutin ja potilaan yhteisiin reflektioihin. Keskustelut esitetään käydyssä järjestyksessä, jolloin tulevat näkyviksi dialogisten rakenteiden etsimiset, valmistelut, huojumiset ja aikaansaannokset.

### Perusasetelman esittely

Ensimmäisessä puheenvuorossa potilas toi esiin hätäisen, avuttoman ja alistuvan aseman, josta käsin hän esitti toiveensa terapian ja tulevaisuutensa suhteen. Hän jätti kuitenkin vielä avoimeksi mahdollisten vastapositioiden sävyn ja sen, mihin hänen kokemansa avuttomuus voisi olla vastaus. 20 minuutin keskustelun jälkeen raottui jo kouriintuntuva näkymä vastavuoroisten asetelmien ja toimintaketjujen todellisuuteen. Samalla hahmottui koko terapiajakson keskeisin puheenaihe: isän ja pojan suhde.

*P<sup>2</sup>: En pysty siellä (kotona) olemaan. Itekkiiin nyt jälestäpäin huomovvaa että oon ollu hirveenä tekemässä töitä. Ja kun en oo töissä ollu jottain muuta sitten touhuamassa. (6 s.)*

*T: Olet joitakin selityksiä etsinyt ja löytänytkin miksi oot ollu touhuamassa?*

*P: Kyllä minä oon sitä pitkälle niinku; - En minä sillon sitä huomannutkaan ees. Nyt jälestäpäin aatellu niinku; Minä oon omasta mielestäni ajanu itteni sillä lailla piip-*

<sup>2</sup> Tässä sovelletaan Mergenthalerin ja Stinsonin (1992) suositusta psykoterapiapuheen purkamiseksi ja lainataan keskusteluanalyysin merkintöjä (Jokinen ym. 1999, 265-6).

P = potilas, T = terapeutti, B = potilaan puoliso, E = tuttava, vanhempi mies.

(...)	poisjätetty teksti jatkuvan puheen välistä, tiivistys
[alku	päällekkäispuheen alkaminen
loppu]	päällekkäispuheen loppuminen
*hiljaa*	hiljaisesti sanottu
<u>äänekäs</u>	kovalla äänellä tai painokkaasti sanottu sana
>nopea<	muuta puhetta nopeammin sanottu
(huokaisten)	puheen paralingvistiikkaa koskeva huomautus sekä puheen purkajan huomautus tai täydennys
tavuviiva-	kesken jäänyt sana
ajatusviiva -	puheen tauko alle viisi sekuntia
(10 s.)	tauon pituus, jos yli viisi sekuntia
.	piste ilmoittaa ajatuksen loppumisen
;	puolipiste merkitsee keskeytyneen ajatuksen, jota seuraa toinen ajatus
,	piilku osoittaa saman ajatuksen keskellä olevan epäröinnin
?	kysyvän ilmaisun merkki sellaisessakin kohdassa, jossa kysymyslauseen kieliopillinen muoto ei täysin toteutunut
!	huutomerkki sellaisen lauseen jäljessä, jota puhuja korosti.

loppuun niinku. En minä voi mittään sille että \*minä oon aina töissä\*. Minä jos aattelen ja vertaan itteeni minun issään joka oli aina vaan niinku töissä töissä ja töissä. Ei meillä muilla ollu mittään, minkäänlaista muunlaista arvoa. \*Isä vähän niinkun väkisin otti töihin mukkaan aina\*. Välillä halusinkin. \*Mutta jos ei halunnu oli pakko lähtee\*. **Minä oon sitä mieltä, että kaikkiin näihin juttuihin - lähes kaikkiin näihin juttuihin minkä takia minä oon tämmönen niinku - löytyy vastaus minun ja isän välisestä suhteesta.**

T: Minkälainen suhde se on ollu? Onko se vieläkin samanlainen?

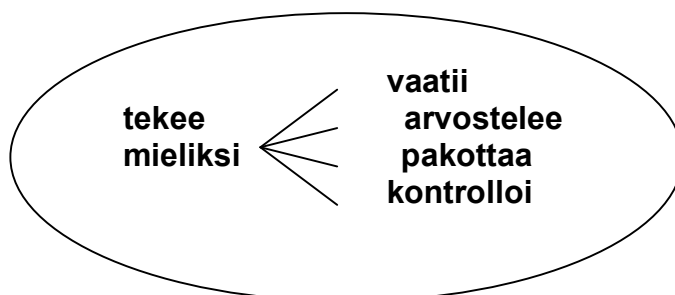
P: **Minä tein vain kaikkee niinku sillä tavalla issää miellyttääkseni. Että isä olis minut hyväksynyt. - Mutta ei se hyväksynyt sittenkään, teki mitä tahansa. Vaikka mä tein töitä hirveesti. Ja sitten minä soitin haitaria ja isä - touhus minut musiikkiopistoon. Oli pakko soittaa yhdessä vaiheessa. Se piti niinku koko ajan silleen niinku henkisesti hampaissaan.**

Työtä, työtä ja työtä, kuten P. myöhemmin totesi. Hän ei vain tuntunut saavan kaipaamaansa tunnustusta ja arvostusta suoriutumisesta ja tekemisestä.

Läheisyyskin vaikutti olleen hyvin raadollista, jatkuvassa henkisessä puremaotteessa pitävää. Hänen hankalat kokemuksensa olivat olleet joko nopeasti tapahtuneita sillä hetkellä ylivoimaisia järkytyksiä tai pitkäkestoista varhaisen kehityksen katkonaisuutta ja vajetiloja. Olipa niin tai näin, hänen lapsen kokemuksenaan mikään ei kuitenkaan riittänyt vaatimaan ja arvostelevaan asemaan asettuneelle aikuiselle.

Potilaan ensimmäisen puheenvuoron nostattamat kysymykset saivat tässä alustavan vastauksen, jossa käsiteltiin useita vastavuoroiseen toimintaan liittyviä sävyjä ja näkökulmia. Esille nousivat ainakin miellyttämisen, arvostamisen, hyväksymisen, ajan ja paikan kontrolloitavuuden sekä suoranaisten tukahduttamisen aspektit. Isän ankaruus ja kylmyys olivat sen vastavuoroisen asetelman (kuvio 1) koettua sisältöä, jossa miellyttäminen sai vastakäilykseen vaativia, arvostelevia, pakottavia tai kontrolloivia positioita.

**Kuvio 1:** kuvaus P:n ongelmallisen kokemuksen vastavuoroisesta perusasetelmasta



Terapeutti oli kysymyksissään suorasukaisen neutraali. Hän arveli P:lla olevan mielessään selityksiä touhuilevalle tilalle ja halusi kuulla niistä. P. kertoi avoimesti käsityksensä vaikeuksiensa "syystä". Terapeutti toivoi toisessa kysymyksessään isän ja pojan suhteen tarkempaa kuvausta. Kysymys myötäili potilaan omaa halukkuutta selvittää "tunnepuolen harhasia". Puheenvuorot kiteyttivät terapiatyöskentelyn kohdealueen. Itsenäinen ja autettu assimiloituminen ei vielä tässä johdattelussa erottunut. Psykoterapian ensimmäisen puheenvuoron ei –toivottujen ajatusten

epämääräisyys oli kuitenkin vaihtunut jo lähes ongelmaa selventäväksi puheeksi. P. liikkui pääosin epämääräisen tietoisuuden askelmilla. Mutta mainitessaan miellyttämisen, hän nimesi ongelmallisen kokemuksen pääpiirteet selkeästi. P:n itsereflektio toimi lähikehityksen vyöhykkeellä, mutta ei vielä kantanut häntä arkielämässä. Sanoissaan hän kuulosti eheämmältä kuin toimissaan olikaan.

## Rajan katoamisen kokemus ja havainnoivan aseman luonnostelu

Edellinen keskustelunäyte antoi lupauksen P:n reflektiivisyyden toimivuudesta jo terapian alussa. Muussa keskustelussa näyttäytyi itsehavainnoinnin huojuvuus ja hätäisen tilan paluu, jolloin toivottomuuden tuntemukset voimistuivat.

*P: Niin paljon niitä asioita että ne on yhtenä vyyhtenä. Minun mielessä niinku ratas pyörii. Sekunnissa saattaa käydä siellä ihan lapsuudessa ja palata pois päin. En niinku pysty mihinkään keskittymään. Koko ajan niinku minua asiat vie.*

Potilas kuvasi mielensä nopeita liikkeitä, kun joku (tässä terapeutti) otti kuvauksen vastaan. Vastaanottavan kuuntelijan poissaollessa hän joutui turvautumaan ”liikkeessä olemiseen” tai ”asioiden viemiseen”, touhuilevaan tilaan. P. kuvasi monin esimerkein traumakokemuksiaan ja tilavaihteluitaan kuolemaa pelkäävästä säntillisesti toimivaan. Toisella käynnillä P. otti esille kokemuksen itsen ja toisen välisen rajan katoamisesta (*antauvun ihmisen lähelle*), mihin hän palasi vivahteikkaasti useaan otteeseen terapian myöhemmissä vaiheissa.

*P: Tuossa semmonen asia jota minä oon monia monia kertoja miettinyt. Minä niinku omalla tavallaan niinku joihinkin asioihin oon yliaktiivinen. Minulla niinku jysähtää joku asia päähän. Esimerkiks ihmissuhteissa joitakin oli semmosia. Joitakin kavereita oli ennen. Joitakin vanahempia miehiä. Tai kavereita kuin minä. Niinku hirveesti haluaisin niitten kanssa ryhtyä olemaan ja tekemään kaikenlaisia asioita. Semmosia niinku; (huokaus) - **Mä etin niinku isähahmoa.** >Tiijätkö mitä mä tarkoitan?<*

*T: Yhm. Saatan kuvitella.*

*P: (...) Omalla tavallaan piin sitä E:a niinku isänä. Mutta sitten mä kuitennii koen että minua käytetään hyväkseen. **Mä niinku antauvun ihmisen lähelle.** >Tiijätkö mitä mä tarkoitan?< Niinku sen E:nkin lähelle. Monen muunkin kaverin. Uskon, mitä ne sano ja puhu. Pijän vähän niinku jumalolentoina.*

*T: Onks se [sitä niinku;?]*

*P: >Minä en ossaa ajatella] niinku järellä ollenkaan.< - **Se on vähän niinku rakastumisen tuntu.** Minun päässä sillä tavalla niinku se E:kin oli. Minä otan niinku opiks koko ajan siitä. (8 s.)*

*T: Hyväksyt karvoineen päivineen kaiken, mitä toinen sanoo?*

*P: Niin. - Minä ajattelen siinäkin issää. >Minä yritin issääkin vähän miellyttää kaikella lailla. Isän sain innostummaan jostakin hommasta. **Se käytti kuitennii minnuu jollain lailla hyväksi.**< (...)*

*>Minut niinku herkästi sai innostummaan ja sillä tavalla että tuota ollaan niinku yhdessä ja porukassa. Tälleen näin. Mä kuitennii antauvun siihen hyväksikäytettäväksi.<*

*T: Yhm.*

*P: >Minä uskon mitä se toinen sanoo. Minä luotan. Minä en niinku ihteeni luota ollenkaan. Luotan mieluummin johonkin muuhun. Toimin sen toisen ajatusten mukaan. Koska itse en tiedä mitä pittää tehdä. Mielellään jos joku muu päättäs minun puolesta. En ossaa niinku järellä ajatella sitä.< **Hirmu huono mittään asioita päättämään. Montaakaan asiaa. Mieluummin tukeuvun johonkin muuhun joka tietää. Mielellään semmonen jota en oikeen niinku – \*ees tunne\*.***

T: *Arvelet että toinen voi olla juuri sen asian suhteen asiantuntija? Et oo ihan varma siitä mutta siitä huolimatta luostat häneen täysin?*

P: *Kyllä.*

P. kuvasi *idealisoivaa sulautumista*. Toinen näyttäytyi hänen kaipaavien fantasoidensa kaltaisena, hyvänä samastumiskohteena. Samastumista ja miellyttämistä sävyttivät täydellisen luottamisen ja rakastumisen tuntemukset. Erillisyys pyrki katoamaan, mikä tuotti ”hyväksikäytön” kokemuksen ja ”tunarin” tilan. Suoriutuminen ja läheisyys tuntuivat kietoutuvan samaan piiriin. P. tarvitsi toista tuekseen, mutta läheisyys pelotti vaarallisuudellaan, koska voi joutua hyväksikäytetyksi.

Keskusteluote viittasi siihen, että isän kaltaiset hahmot olivat läsnä pojan toiminta-alueella kaikenkattavasti, varsinkin jos sattuivat olemaan näköpiirissä. Myöhemmissä episodeissa kuvattiin lisää tätä sulautumisen taikapiriä. Tätä käyntiä edeltävässä keskustelussa P. mainitsi havainneensa ”höynäytettävän” ja touhuilevan tilan lisäksi myös kylmän ja torjuvan puolen itsessään (*samanlainen kuin isä*). Hän koki itsensä kylmäksi tilanteissa, joissa toinen tuntui asettavan tehtäviä tai aikarajoja, joita hän ei itse ollut vähääkään suunnitellut. Ahdistusta aiheutti myös joutuminen ”mitään tekemättömän olemisen” tilaan, varsinkin jos siihen liittyi fyysinen läheisyys toisen kanssa. Hän riuhtaisi silloin itsensä kylmästi irti tilanteesta ja lähti vaikka ”saranoita rasvailemaan”.

*Tiijätkö, mitä tarkoitan?* –repliikissään potilas varmisti, että terapeutti oli läsnä. Hän ei selvästikään odottanut terapeutilta sellaista ymmärrystä, millä olisi selitetty hänen kokemansa. Terapeutti asettui todistajaksi tai hankalaa kokemusta täydentäväksi kuvaajaksi. Varmalta vaikuttavassa reflektiossaan P. oli kuitenkin vielä epävarma ja tarvitsi toisen arvion siitä, oliko hänen ”järellä ajateltu” käsityksensä oikeassa suunnassa. Yhteisessä keskustelussa ongelmallinen kokemus nimettiin selvästi. Potilas kuvasi myös lyhyitä hetkiä terapiakeskustelun ulkopuolelta, jolloin hän joutui voimakkaan psykologisen hädän ja epämääräisen tietoisuuden valtaan. Niissä tilanteissa hän torjui emotionaalista häiritsevyyttä ja vältteli ei-toivottuja ajatuksia. Terapiatapaaminen vaikutti antaneen väylän ottaa esille hätäännyttävää ja ristiriitaista sulautumisen kokemusta. Havaintajapositio oli idullaan, välillä hyvinkin selkeästi.

## Reformulaation valmistelua

Neljällä seuraavalla käynnillä P. tuotti lukuisia tapahtumakuvauksia suoriutumiseen ja läheisyyteen liittyvistä suhteista. Henkilöinä ja vastavuoroisten asetelmien hahmoina oli esillä sekä suvun piiriin kuuluvia että töistä tuttuja. Suhdekuvausten muodollisena johdatteluna toimi KAT:n psykoterapiatiedosto (The Psychotherapy File, Ryle 1997, 164-171) ja depressiokysely (Beck ym. 1961). P. käytti molempia papereita joustavasti ja perusteellisesti. Hän pystyi irroittautumaan lomakkeiden tarkoista sanamuodoista ja muuntamaan niitä reflektioihinsa paremmin sopiviksi. Keskeisiksi aiheiksi nousivat vaativa suoriutuminen, luottamuksen pettäminen, vihaisuuden kokeminen, alistuminen ja mielentilojen vaihtelu. Depressiokyselyn vastaukset korostivat syyllisyyttä monista tekemisistä ja tekemättä jättämisistä. Neljännen ja viidennen kerran keskusteluissa P. moitti itseään epäonnistumisista ja virheistä. Hän koki ansainneensa kohtalonsa, jonka perusjuonteita olivat alakuloinen mieli ja hankalat olotilat. P. puuskahtikin: *”Minä en kestä arvostelua!”*

## Terapeutin reformulaatiokirjeestä ja –puheesta

Seitsemännennen käynnin aluksi puhuttiin lyhyesti itsetuhoisista ajatuksista, jotka saattoivat vallata P:n mielen heti unesta herätessä. Hän tuskaili: *”En uskalla ellää, kun voi tulla virheitä!”*. Sisäisesti syyttävä asema oli ottamaisillaan vallan. Touhuilu vaikkapa järjestyksessä olevien asiapapereiden parissa helpotti. Potilas kuvasi itsensä riuhtaisemista irti lamaantuvan, jopa kuolemanvaarassa olevan asemasta. Terapeutti luki reformulaatiokirjeen. Samalla käytiin täsmentävää keskustelua luetusta.

Hyvä P.

(...)

Kerroit avoimesti siitä ilottomuudesta ja peloista, jotka liittyivät vuorovaikutukseen isäsi kanssa. Vaikuttaa siltä, että samoja pelkoja ovat jakaneet myös äitisi ja siskosi. Tiedät isäsiikin kokeneen kovia lapsuuden perheessään. Olet kuvannut uhkaavaa ilmapiiriä monin esimerkein, joissa keskeistä näyttäisi olleen aikuisen ennakoimattomuus, myönteisen palautteen harvinaisuus ja jo annetun kiitoksen peruminen pakkokeinoin.

Väkivallalla uhkaamisen lisäksi olet ottanut vastaan oman osaamisesi arvostelua aina aikuisiälle saakka. Olet kertonutkin useista tilanteista, joissa hätäännyt ja tunnet itsesi osaamattomaksi, vaikka "tietäisitkin" osaavasi. Olet huomannut tarvitsevasi joskus aivan erityisiä keinoja, jotta pääsisit varsinaiseen tehtävääsi. Touhuilet välillä jotakin muuta, lähdet pois tilanteesta tai vakuuttelet ja pakotat itsesi tekemisen alkuun. Voimiahhan sellainen kuluttaa, ja ärsyttää. Toinen voimia kuluttava juonne toiminnassasi on toisten miellyttäminen. Ilmeisesti kysymys on saman kriittisyyden toisesta puolesta. Vaikka osaisitkin, näet toisen toimissa sellaista yliveritaisuutta, joka saattaa johtaa kohtuuttomaan ihailuun ja miellyttämiseen. Toisaalta sisäinen kriittikkosi arvostelee pärjäämistäsi suoraan ja toisaalta toisten taitojen ihailun sekä miellyttämisen kautta epäsuorasti.

*T: Sisäisellä kriitikolla tarkotan tässä yhteydessä sitä että mitä joku on sanonu, isä tai joku muu on sanonu sinuun kohdistuvia arvosteluja aikasemmin. Näyttää siltä, että se on jotenkin mennä sinuun sisälle. Vaikka ei sanoiskaan tällä hetkellä saatat ajatella että mitähän se isä tästä arvelis. Jos oot jotakin tekemässä. Tai joku toinen, jota arvostat vielä enemmän kuin isääs.*

*P: Kyllä.*

Pätemiseen ja väkivaltaisuuteen liittyvien aiheiden lisäksi tunnut miettivän sitä, kuinka saisit riittävän hyvän yhteyden läheisiisi. Olet havainnut itsessäsi ja toisissa vaikuttavan kylmän ja poistyöntävän suhtautumisen, jossa toimitaan tarkasti tapahtumia kontrolloiden. Myöntyessäsi läheisyyteen olet havainnut itsessäsi toista säälivän puolen. Läheisyydessä vaikuttaa olevan myös sinua pelottavia puolia. (...)

(...) Keskeisin tehtävä tuntuisi olevan sen pohtiminen, kuinka paljon olet kulloinkin sekä ulkoisten että sisäisten kriitikoiden (arvostelevien puheiden ja tunteiden) vallassa, ja miten saisit kritiikin ohjaukset paremmin käsiisi.

Kirjeessä painottui suoriutumisen kahdenlainen kriittisyys. Toisaalta kuvautui positiopari *arvostelee – kokee itsensä osaamattomaksi*. Toisaalta palautettiin mieleen jo ensimmäisellä käynnillä näyttäytynyt asetelma *tekee mieliksi → ihaillee – ihailtu*. Miellyttäminen ei useinkaan tuntunut riittävän, vaan ihailtu –positio voi nopeasti käännähtää kriittisyyden moniksi muunnelmiksi (*vaativa, arvosteleva, pakottava, kontrolloiva*). Suoriutumisen rasittavuus tuli artikuloitua useasta näkökulmasta. Hyvän

yhteyden toiveeseen ja lähes samanaikaiseen läheisyyden pelkoon, sulautumisen vaarallisuuteen, ei kirjeessä suuntauduttu yhtä selkeästi. Sulautumisen kokemus jäi viitteenomaiseksi havainnoksi.

P. kuunteli tarkoin kirjeen lukemista ja äännähteli hiljaisen myöntelevästi. Ei kuitenkaan kommentoinut oma-aloitteisesti lukemisen päätyttyä, vaan vasta kysyttäessä (*Semmosta se on ollu*). Vaikka P. ei puuttunut suoraan kirjeen sisältöön, hän alkoi puhua sukulaistensa arvostelevan tuntuista puheista, työstä henkireikästä ja arvostuksen mittana sekä lapsuudenkodin ahdistavasta tunnelmasta. Terapeutti otti esille nykyisen yhteydenpidon isään.

### Raivon näyttämöllistyminen

- P: (...) Minä sen tunnen sen ukon niin tarkkaan että; Saattaa se sylissä (vauvaa –RM) pittää ja silleen mutta sillä on pirun ajatukset. -
- T: Niinku minkälaiset?
- P: No se on - **se on vähän niinku mulla. Se on semmonen kylmä ja;** - Kylmä se on se ukko. - *\*En ossoo muuta sannoo\**. - Noussoo vaan viha sitä kohtaan.
- T: Mietin vähän kirjettä kirjottaessani sitä että; Siinä on kerrottu sillä tavoin kuin me on keskenämme puhuttu tai mitä oot kertonu isästäs. Siinä tulee esiin tää väkivaltasuus ja sitten toisen arvostelu. Käykö siinä sitten niin että kun niistä puhutaan paljon sitten ei huomaakaan että hänessä on jotain muutakin?
- P: Ei siinä oo muuta! Siinä ei oo kyllä mittään muuta! Sillä tavalla ukkoo voi miellyttää kuhan hirveesti tehään töitä. Sen eteen ja sitä hierotaan ja sitä; Voi hyvänen aika! Sillon se on se; Ei siinä oo mittään muuta!
- T: Sinä oot ihan varma?
- P: Kyllä. En minä ainakaan muista mitä siinä olis muuta. Koko ajan vahtaa ja kyttää. Aattelepa nyttengin kun tuli käymään. Kuulu ku se oli siellä käytävässä. Eikö tuo perkele ruvennu kahtomaan meikäläisen vaatekaappii! (naurahdus) Kuulu ku se aukes se ovi. Se on kiskoilla. - (naurahtelee) Jääräpää se on. Mitähän sen päässä liikkuu kun tulee kyllään eikä oo vuoteen käyny ja ruppee toisen vaatekaapin ovia aukomaan.
- T: Vaikee sannoo tuohon sinun kysymykseen mitä sen päässä liikkuu. Sehän voi olla mitä vaan. Periaatteessa. Se voi olla sitä mitä sie arvelet hänen päässään liikkuvan että joku piruus mielessä. Tai kateutta.
- P: Niin [se;
- T: Onkohan] sillä paremmat vaatteet kuin hänellä itellään? Tai se voi olla semmosta että hän saattas huolehtia siitä että menehän sinulla riittävän hyvin? Että saat edes vaatetta päälles?
- P: Ei. Se ei semmosta mieltä. Ei. Se oottaa että huonommasti menis vaan.
- T: Sekö seleviäis vaatekaappia kattomalla?
- P: Ei seleviäisi. Mutta jos sinä ajattelet että se ajattelis että meneekö minulla niin hyvin että saan vaatetta päälle. Sillon lapsuuvessa ukko ei ostanu mulle vaatteita. Eikä ostanu äitikään. Isän veljen vanahoissa vaatteissa jouvuihin kulukeen. Niitä sitten pienenneltiin. Vanhoja kuolleitten kenkiä, takkija ja paitoja.

P. tunnisti kylmyyden ja kaltoinkohtelijan itsessään. Hän ei ”suostunut” näkemään isässä muita puolia kuin hyväksikäyttäjän, vaikka terapeutti ehdotti toisia näkökulmia. Hän lähes suuttui terapeutin ehdotuksista. Leiman ja Stiles (2001) totesivatkin, että interventio voi olla tehokas vain, jos se liikkuu potilaan assimiloitumisen jatkumolla lähikehityksen vyöhykettä myötäillen. Selvästikään terapiassa ei ollut vielä edetty läheisyyden ja rajojen ylittämisen kysymyksissä epämääräistä tietoisuutta pidemmälle.

Vaatekaappikohtaus selvensi konkreettisesti rajojen ylittämisen kokemusta. Terapian jatkuessa kuvauksesta muodostui osuva yhteisen työskentelyn semioottinen väline.

### Ote kahdeksannen käynnin alusta: myönteisen palautteen outous

T: *No mitäpä haluat aluks kertoa?*

P: *No en minä nyt. Töissä tässä ollu tuota ja; Jossakin mielessä; En tiijä mistä se johtuu; Siitä kirjeestä niin, jotenkin hirveesti pyörii se että kun sinä oot kirjottanu siihen aluks jotta Hyvä P.*

T: *Yhm. Kerro siitä.*

P: *Jotenki tuntuu että en tiijä; Mikähän siinä on että se pyörii päässä? Minä oon aatellu että johtuuko se siitä ku ukko on; Ukolle perkele ainnaa oli vaan jotta; Ukko aina negatiivista minulle puhu. Mikkään ei ollu koskaan niinku; En oo tottunu siihen että joku sitten sanoo että hyvä.*

T: *Hm.*

P: *\*En tiijä\*. (...)*

T: *Niin. Tuota. Vaihtelee ne ajatukset että mitä siihen hyvä sanaan tai siihen Hyvä P:an; Nehän on kokonaisuus. Eihän se oo vain se [hyvä sana. Mitä niihen;*

P: *Ei oo. Se on henkilökohtasesti P.]*

T: *Mitä kaikkee siihen sitten liittyy?*

P: *En minä ossaa sanoo mitä siihen; Se on vaan semmonen tunne että se niinku pyörii päässä. - >Tullee vaan semmonen tunne että minähin oon jossahin hyvä vaikka ei se sitä tarkota< (naurahtaa).*

T: *Niin sinä et oikein voi luottaa siihen että se vois tarkoittaa sitäkin?*

P: *Yhm - kyllä.*

Reformulaatiokirjeen Hyvä P:ksi –puhuttelu oli tahattomasti paikalleen osunut interventio. Se toi P:lle jotakin tärkeää ja arvostavaa ulkoisen ja sisäisen arvostelun vastapainoksi. Puheen epäröinti ja kuiskailu liittyivät myönteisen palautteen herättämiin tunteisiin, jotka eivät olleet arkipäivässä totuttuja, tai niiden esittäminen ei ollut luvallista. Arvostamiseen ja hyväksymiseen tuntui kuuluneen poikkeuksellinen ja etäinen juhlallisuus. Tässä terapeutti vahvisti kaksiosaisella kysymyksellään ensin sitä, että P. oli joutunut tekemään paljon työtä luottaakseen hyvän puolensa olemassaoloon. Kysymyksen loppuosassa terapeutti piti edelleen mahdollisena, että P. olisi ”jossahin hyvä” P:n epäröivästä käsityksestä huolimatta. Yhteinen työskentely tapahtui luottamuksen ja arvostamisen osoittamisen sekä saamisen alueella. Lyhyessä ajassa P. siirtyi terapeutin avustamana hämmentyneestä tunnetilasta lähelle oivaltavaa ymmärrystä.

### Kaltoinkohtelijan havaitseminen

Potilas palasi mieliksi tekemisen asetelmaan 9. käynnillä: ”Halusin issää miellyttää aina (...) että se ei ois ollu vihanen ja pahalla päällä”. Mutta emotionaalista vastakaikua hän ei kokenut saaneensa. P. oli nähnyt ”pitkästä aikaa” unen isästään. Kriisivaiheensa aikana hän näki isä –unia jatkuvasti. Tässä tuoreessa unessa hän oli Eräänlaisen sukutuomioistuimen kuultavana. Unessa isän tutut ja sukulaiset puolustivat isää ja vaativat P:a kunnioittamaan enemmän isäänsä. Uni päättyi P:n poistumiseen paikalta.

P: *Kun nyt ruppeen aattelemmaan minulla ei muuta pyöri kuin se isä vaan mielessä.*

- T: *Semmosta se näyttää olevan että sinä, tuota; Ei ehkä sillä tavalla voi sanoa että sinä kannat issääs mukanas. Mutta yrität karistaa häntä aina välillä kannoiltas. Että hän on sinun tuntemuksissa ja mielikuvissa liian lähellä.*
- P: *Yhm. (9 s.) Tuntuu että **se on niin monessa ollu mukana.** (12 s.)*
- T: *Tässä on tullu oikeestaan kaks näkökulmaa joista sitä teijjän asetelmaa voi arvioija. Sinä oot isäs poika. Ja toisaalta sinä oot aikasemminkin miettiny minkälainen sinä oot ite isänä. Sillon sinä vertuutat ittees siihen minkälainen sinun isä on sinulle ollu.*
- P: *Yhm. (7 s.) Minä huomaan että minä oon yhtä pöljä kun ukko.*

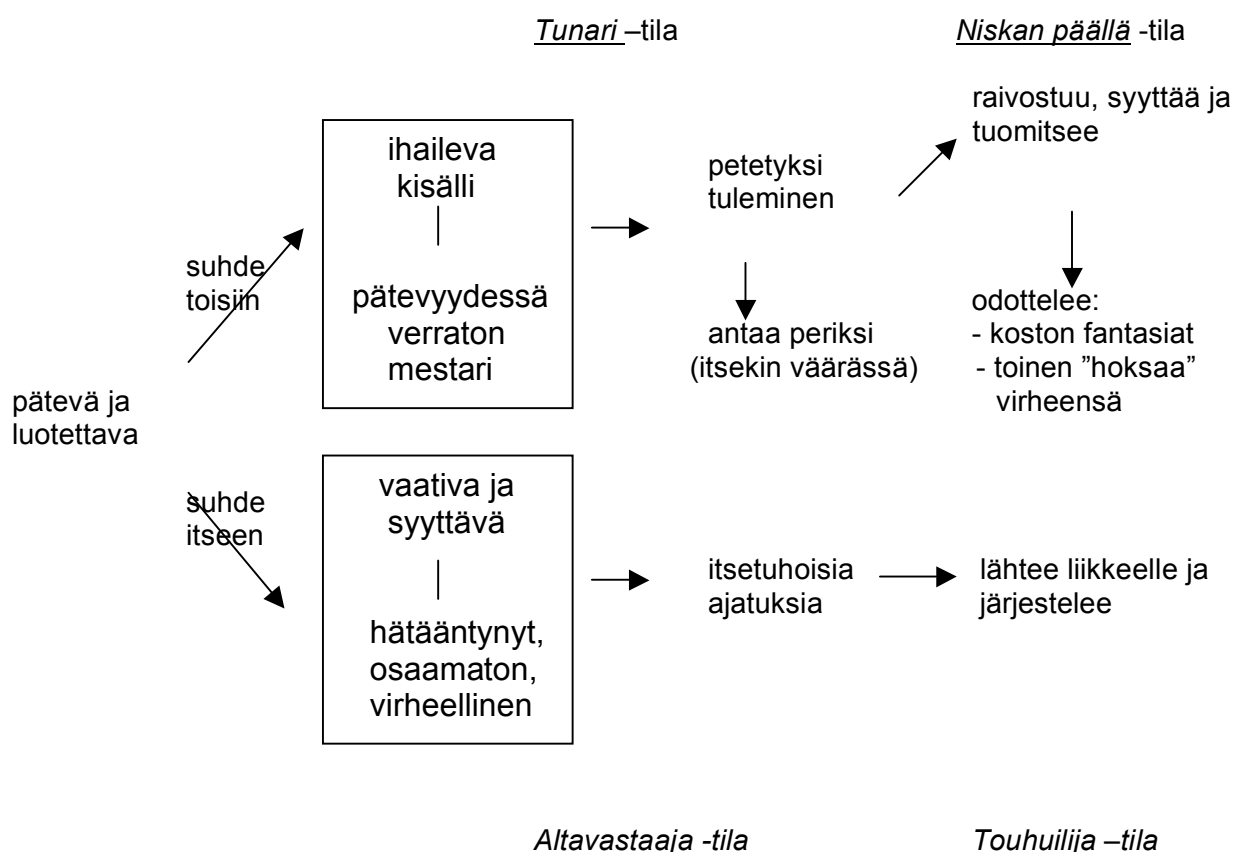
Esillä olivat arvostuksen ja luottamuksen peruskysymykset. Lyhyen otteen alussa terapeutin puheenvuoro siirsi isän 'ulkoisten' tapahtumien piiristä 'sisäiseksi' tarkasteluksi. Otteen toisessa osassa terapeutti toi tarkasteltavaksi sukupolvien ketjun, P. poikana ja isänä. Jo terapian alkuvaiheissa P. oli viitannut ukkiinsa, joka tapaturman jälkeen oli muuttunut luonteeltaan äkkipikaiseksi (pöljäksi -RM?). Monipolvisessa jatkokeskustelussa P. liitti suvun miesten ketjuun poikansa, jonka kasvatuksessa hän ei aikonut tehdä ukkinsa ja isänsä "virheitä". Näytteen viimeisessä lauseessa potilas viittasi parisuhteisiinsa, joissa hän oli huomannut ottaneensa sekä *lamaantuneesti alistuvan* että kylmän *kaltoinkohtelijan* asemia.

P. huomasi hieman yllättäen ajattelevansa yhä paljon isäänsä. Mielikuvat ja tapahtumat näyttäytyivät unessa ja valveilla. Sekä potilaan että terapeutin käyttäminä aikamuotoina vaihtelivat preesens ja perfekt. Ehkäpä he jakoivat toiveen, että hätäännyttävä altavastaajan tila olisi lievenemässä. Vastaavasti kaltoinkohtelevuus oman toiminnan osana astui näyttämölle ajankohtaisena ja verevämpänä hahmona kuin aikaisemmissa keskusteluissa. Itsenäinen assimilointuminen liikkui ongelman selventämisen ja oivaltavan ymmärtämisen välillä. Yhteinen työskentely tavoitteli oivaltavaa ymmärtämistä laajentamalla isä –suhdetta sekä sisäisen dialogin että muiden lähisuhteiden suuntaan.

### **Oivaltavaa ymmärtämistä**

Terapeutti käytti 8.-13. käynneillä keskustelujen apuna piirroksia, jotka havainnollistivat potilaan toiminnallisia ratkaisuja hänelle hankalissa tilanteissa. P. otti esimerkeiksi suhteellisen selvärajaisia tapahtumia, joiden eri vaiheet rakenteineen, siirtymineen ja tunnetiloineen hahmottuivat vähitellen paperille pantavaan muotoon. Terapian graafisen työskentelyn yhteenveto 13. käynniltä esitetään kuviossa 2 jo tässä vaiheessa, koska sen alustaviin versioihin viitataan seuraavissa keskusteluotteissa. Kuvio antaa samalla lukijalle yleisen kehyksen terapian keskivaiheen työskentelyn hahmottamiseksi.

**Kuvio 2:** P:n dialogisia asetelmia, sekvenssejä ja tilavaihteluita



Keskustelujen erittely mutkistuu terapian puolivälissä. Ilmaisujen sisällöt ja muodot näyttäytyvät jälkikäteen hyvin monitasoisina. Terapeutille suoriutumisen ja läheisyyden kysymykset näyttivät jakautuneen osittain erillisiksi, helpommin käsiteltäviksi kokonaisuuksiksi. Potilaan ongelmallinen suoriutumisketju sai muodon: luottaa, petetty, suuttuu. Hänen sisäisempää kritiikkiään tarkasteltiin syyttämisen ja hätääntymisen kytköksenä. Terapeutti toimi sellaisten merkitysvihjeiden varassa, jotka eivät perustuneet käsitykseen koko prosessista. Myöhemmin DSA:lla oli mahdollista nostaa esiin niitä puolia keskusteluista, jotka olivat terapian aikana vielä jäsentymättömiä. Samalla potilaan asetelmat ja sekvenssit asettuivat toiseen valoon kuin kuviossa 2.

### Luottaa, petetty, suuttuu

Katkelma kymmenennen tunnin alusta kuvaa auton ostamisen kautta osaa toimintaketjusta, joka alkaa molemminpuolisen luottamuksen tunteesta ja johtaa P:n pettymyksestä suutahtamisen, lähes raivon tilaan koston ajatusten ryödittämänä.

- P: Minä aattelin tässä kun minä oon aina puhunu siitä luottamuksesta. Johonnii niinku luotan ja sitten suutahan. Se jotennii männöö sillä tavalla että mää oon normaalisti osaava pätevä ja kontrolloiva. Se oikeestaan miellyttämisen kautta männöö siihen luottamukseen.
- (...)
- T: Hm. Joo. - Onko siinä ketjussa mitään tekemistä tällä hätäännyksellä? - Minä en kuule kun sinä kerrot sen noin. Siinä ketjussa ei välttämättä oo sitä hätäännyttä mukana. Siinä vaan heilahtelee se [luottamus ja vastustaminen, tai melekein raivon tila.
- P: Siinä on tuota;] (8 s.) Siinä vaiheessa tulee se. Siinä vaiheessa kun mä huomaan että se luottamus ruppee horjumaan. Että toinen vähän niinku valehteli.
- T: Hm.
- P: Siinä vaiheessa mulle tulee hätäntynyt ja osaamaton ja semmonen että; Mä en niinku; - Että miks mä taas menin tuohon.
- T: Yhym.
- P: Mä koen että oon niinku jumissa. Niinku autokaupassa oli jo nimi paperissa. Minä niinku hättäännyin että ei oo mittään tehtävissä. **Että taas en osannu tätä hommaa oikein hoitaa.** Se on monessa muussa asiassa sama asia. Huomaan että ei oo niinku pakotietä jos mä oon jotakin sanonu. Oon niinku kirjottanu nimen. Jos vaikka oon sanonu niin se on ihan sama asia. En pysty enää perumaan sitä. Asiaa.
- T: Yhm. - Niin että siinä kävis käänteisesti niin että jos oot sanonu jotakin niin se on tavallaan sinun luottamuksenosoitus sille toiselle ihmiselle. Ja [sinä et voi perua sitä mitä oot sanonu.
- P: Niin. Kyllä. En.] Se on ihan sama onko minulla nimi paperissa tai oonko minä sanonu.
- T: Joo. Jos sie huomaat että toinen pystyykin perumaan se raivostuttaa suunnattomasti?
- P: Niin. Kyllä.
- T: Se ois sen saman luottamuksen toinen puoli?
- P: Niin.
- (...)
- T: Se tunne mikä sulle tulee että menee raivon tilaan on varmaan tosi hankala paikka sulle itelles?
- P: On. Minä en jaksa ollenkaan käsittää sitä että se ei pijäkään paikkaansa. En tiijä että teenkö sitten ite niin mutta en sitä hoksaa.
- T: Hm.
- P: **Saattaa olla pitkästi niin että en kestä sitä arvostelua, että minulle sanottas että et oo pitäny puheitas.** Johtusko se sitten siitä? \*En tiijä\*.

Potilas kiteytti elävästi ilmaisuun ”nimi paperissa” koko toimintaketjunsä ja osaamattomuuden tunteensa. Samalla avautui pettymyksen kautta yksi näkymä raivon kokemukseen. Terapeutti piti kysymyksillään yllä tätä tuntumaa raivoon. P. tarttui siihen ja tarkasteli mahdollisuutta, että voisi itsekin olla osallisena suuttumuksen kehittymisessä. Tässä tutkittiin pettymyksen ja raivon tunteita isä –suhteen ulkopuolisessa tapahtumassa. Muun keskustelun yhteydessä terapeutti kysyi lyhyesti isän ja pojan välisestä raivosta. Potilas totesi, että autokaupan toimintaketjussa näyttäytyi samantyyppisiä ilmiöitä kuin isä –suhteen ongelmakohdissa. Hän tekee kaikkensa, jotta suhde säilyisi luottamuksellisena. Luottamus kuitenkin säröilee. Huomaa osaamattomuutensa sisäisen tai ulkoisen arvostelijan läsnäollessa ja siirtää pettymyksen raivoisasti toisen vastuulle.

DSA –tarkastelussa huomio kiinnittyy P:n ajatusketjun viimeiseen repliikkiin, jossa kuulostaa olevan mukana ’sisäisen isän’ arvostelua. Terapeutti oli jo aiemmin etsinyt toimintaketjusta hätäntynyttä asemaa. Vaikka terapeutin johdattelu ei ollutkaan kovin tietoista, se viritti työskentelyä lähikehityksen vyöhykkeellä. Vaikuttaa siltä, että siirtyminen sulautuvasta luottavaisuudesta raivoon ja kostofantasioihin välittyi

potilaassa viriävän *arvostelee – pöljä* → *hätääntyy* –asetelman kautta. Arvostelija ikään kuin osoitti hänen luottavaisuutensa lapsellisen katteettomaksi.

Terapian yhteinen työskentely vaikutti oivaltavan ymmärtävältä. Ajoittain näyttäytyi myös soveltavan työskentelyn merkkejä. Jatkossa potilas tarkasteli isä –asetelman kannalta ihannoivan luottavaisuuden särkymistä terapeutin avustamana. Ero toisen käynnin episodin varovaiseen tunnusteluun on selvä.

### Sisäisen kriitikon vallassa

Keskustelun alussa (kymmenes tapaaminen) P. puhui pääosin suhteestaan toisiin, kanssakäymisen nopeistakin käännteistä. Terapeutti täsmensi psyykkisen hädän ja raivon asemaa suoriutumisen ja pettymisen ketjussa. Keskustelun toisella jaksolla terapeutti vertaili potilaan suoriutumisen ahdistusta hänen itsetuhoajatuksiinsa (suhde itseen), jotka nousivat mieleen herätessä.

- P: Niin. Hätä tulee silloin kun ruppeen heräämään. Eli en vielä mitään tee. Ajattelen että mitähän sitä on taas tehny päin persettä. Ennen kuin nousen sängystä ylös. Silloin on tuo, \*se osaamaton tila ja\*; Jollakin tavalla se hätänen tila on semmonen paniikitila.*
- T: Hm. - Niinhän se on. Onks se itsetuhoisuusajatus tässä ketjussa millään tavalla mukana missä on tää pätevä ja osaava ja sitten on tätä miellyttämistä ja luottamista ja sitten kontrollointia aggressiivisuutta ja jonkinlaista raivoa ja sitten heilahtelua sen luottamuksen [ja;?*
- P: Ei oo siinä!] Silloin mä oon kansa vahvoilla. (naurahdus) Sitä kulukee vaikka seinistä läpi.*
- T: Joo.*
- P: Oikeestaan ihan hyvähi olla silloin. - Toisaalta. Vaikka minua hirveesti käypi vihaksi. Minua suututtaa. Oon niin perkeleen vihanen! (13 s.)*
- T: Mites sitten jos aattelee tätä yhteyden hakemisen kokemusta. Sitten täällä on tää kuuma ja sulautuva tila, mikä sulla joskus on. Liittyykö siihen hätäännyttä tai itsetuhoisuutta millään tavalla? Onko se ihan semmonen oma olotilansa jossa ei oo muuta kuin semmosta sulautumisen tunnetta? (14 s.) Minä tässä yritän jäljittää minkälaisia tunteita sulla näissä eri vaiheissa on mukana. (12 s.)*
- P: Yhm. - Ei sitä oikeestaan oo. Ei oo tuossa. (huokaus) Paitsi silloin on jos aatellaan niinku; - Sanotaan näin että minä en saa siinä ite olla suuna päänä perseenä touhuamassa. Niinku pääpäämäriä touhuamassa. Minä oon vähän niinku narussa jota veetään, vähän niinku ohjaillaan. Silloin minusta tuntuu että mää en niinku seleviä tästä. Sanotaan näin että vaikka B minun mielestä yrittää niinku; - Yrittää niinku; (11 s.) Sanotaan että mulla ei oookkaan mitään keinoja laittaa jarruja päälle. Että minä voisin olla kylmä ja poistyöntävä ja kaltoinkohteleva.*

Tässä keskustelussa tiivistyi useita positioiden ottamisia ja tilavaihteluita hyvän yhteyden hakemisen ja suoriutumisen toimintaketjuissa. P. kuvasi vaativan ja tuomitsevan ”sisäisen kriitikkonsa” toimintaa unesta herätessä. Suhteessa itseen ja kriitikkoonsa hän asettui tuolla hetkellä kuolemaa pelkääväksi altavastajaksi. Terapeutti siirsi nopeasti keskustelun suoriutumisketjuun, josta potilas kuvasi vahvoilla olevan tilansa (”kulukee vaikka seinistä läpi”). Kahden seuraavan tapaamisen aikana tuo tila sai nimen *niskan päällä*. Edelleen jäi jäsentymättömäksi se, mitä tuo vahvoilla oleva tila pitää sisällään. Voisiko se olla isän ylivaltaa uhmaavan pojan raivokas asema? Vai olisiko se positiosiiirtymänä vastaus osaamattoman hätäännykseen. Silloin samastuessaan arvostelevaan asemaan P. olisi siirtänyt itsetuhon tunteita loitommalle.

Keskustelunäyte oli pakattu täyteen monia tärkeitä tunnekokemuksia, jotka vain todettiin. Esimerkiksi sulautumisesta ja vaarallisesta yhteydestä puhuttiin yksityiskohtaisesti myöhemmin. Ongelmallisten kokemusten assimiloituminen ja yhteinen työskentely lähikehityksen vyöhykkeellä näytti vaihtelevan selventävän esittämisen ja oivaltavan ymmärtämisen välillä. Assimiloitumisen vaihtelu saattoi heijastella keskustelijoiden hämmennystä kokemusten monitasoisuudesta ja jäsentymättömyydestä. Terapeutti näytti tavoittelevan koko toimintaketjun positiota siirtymiseen. Potilasta puolestaan kiinnostivat yksittäisten asemien ja asetelmien tarttumakohdat.

## Antautuu hyväksikäytettäväksi, raja katoaa

P. täydentää ja toistaa 11. käynnillä hänelle itselleen merkittäviä aiheita: miellyttäminen, liiallinen luottaminen (sulautuminen), hyväksikäytetyksi joutuminen, raivo. Keskustelussa viitataan kuvioon 2.

- P: *Se lähtee karkaamaan käsistä kun on miellyttävä ja ihaileva. Minä en tiijä minkä takia se joku sitten on; Pellaako se ihminen automaattisesti sitten sillä tavalla? Jos joku niinku omalla tavallaan niinku näkkee; - (huokaus) Että on mahdollisuus niinku; Ite en koe että tekisin sillä tavalla. Toinen käyttää niinku omalla tavallaan hyväksi.*
- T: *Hm. Joo. - Kyllä se saattaa sinussaki olla jollain tavalla tää ylipätevä mestari [mutta;*
- P: *Tarkotan sillä tavalla] että käyttäs hyväkseen.*
- T: *Niin joo.*
- P: *Että onko se sitten kaikissa ihmisissä? Mä jokkaiseen luotan. En sillä tavalla sitä hallihe että miten paljon minä sitten oikein luotan. Ilmeisesti tulee sitten että mä luotin niinku liian paljon ja toinen käytti hyväkseen. **Mä niinku antaun käyttäytymään hyväksi. Mä niinku oon että hei käyttäkää mua hyväksi.***
- T: *Joo. Oon tässä paperille pannu mieleen tulevan lauseen että joko pärjäävä ja turvassa tai avuton ja alttiina. Onks se just sitä kun on alttiina niin antautuu sitten hyväks käytettäväks?*
- P: *Niin sillon jos on että ei oo niinku; - Jos pärjäävä ja turvassa; Niin justiisa.*
- T: *Kun on tää tasavertanen luottamuksellinen tilanne sillon on vahva olo. Sillon on se pärjäävä ja turvassa.*
- P: *Niin kyllä. Pystyn; - Sillon mulla on omassa mielessä vielä kaikki hallinnassa.*
- T: *Joo.*
- P: *Pystyn vielä hallihtemmaan sen tilanteen. Pystyn vielä niinku; En oo vielä nimme laittanu siinä vaiheessa paperiin.*
- T: *Joo.*
- P: *Tiijätkö mitä tarkotin? **En oo vielä nimme laittanu paperiin.***
- T: *(...) Ei vielä nimme paperissa. Ei oo mittään [menetetty.*
- P: *Niin.) Pystyn vielä lähtee kävelemään siitä. Ei oo ommaa niinku; Periaatteessa pystyn lähtemään jos en oo ihteeni oikein hyvin luppailu siinä vielä.*
- T: *Joo. Mut sillon kun se luottamus mennee jo yli tänne ihailun puolelle alkaa jo nimi olla paperissa.*
- P: *Kyllä.*
- T: *Joo. Tommonen kuvio [siinä;*
- P: *Sitten kun se] on tuo tilanne tuolla tuo. Tuo viimeinen tilanne. Sitten nimi on paperissa kokonaan ja oon niinku ihan motissa. Oon tosi raivossaan itelleni ja sille toiselle. Että miks se piti tehdä niin? Vasta sitten niinku hoksaan - että mä oon ihan kusessa. (15 s.) **>Se on jännä että mä vasta sitten hoksaan<. En pysty järellä ajattelemaan omiakaan asemia tässä vaiheessa. En pysty funtsimaan sillä tavalla nuita asioita.***

- *Yhm. Mä en pysty niinku ajattelemaan. Sitähän sanotaan että kun rakastuu sitä ei pysty järellä ajattelemaan, moniakaan asioita. Mennee vaan. Vähän samanlainen tilanne.*

Potilas ohjasi keskustelua hyvin voimakkaasti. Hän halusi terapeutin ymmärtävän, ettei kysymys ollut pelkästään suoriutumisketjun kisällin ja mestarin rooleista. Kysymys oli rakastumisen kaltaisesta sulautumisen tunteesta, joka P:lla kuitenkin jatkui tuskallisena hyväksikäytön kokemuksena ja luottamuksen pettämisen tuntuna. Potilaan oma ja yhteinen työskentely läheni soveltavaa vaihetta. Merkillepantavaa oli, että terapeutti näytti mieluummin seurailleen selkeää suoriutumisen sekvenssiä. Lisäksi terapeutin dilemmanomainen määrittely (*joko pärjäävä ja turvassa tai avuton ja alttiina*) saattoi peittää asetelman vastavuoroisuutta.

Potilas toi uudestaan esille sumeamman samastumisen, sulautumisen ja raivon problematiikan, joka vaikuttaisi piilleen myös suoriutumisen taustalla. P. kuvasi ongelman jo toisessa keskusteluotteessa, mutta tässä hänen suhteensa siihen oli reflektiivisempi. Potilas havaitsi, että sulautumisessa ajattelukyky katoaa. Tuo oivaltava havainto toimi varmasti jatkossa itsehavainnoinnin välineenä. Jo tässä metaforinen ilmaisu ”ei vielä nimmee paperissa” havainnollisti oivallisesti sulautumisrajan itsereflektiota. Itsehavainnointi ei häiriintynyt, vaikka terapeutti askaroikin enemmän suoriutumisen parissa.

## Dialogisten asetelmien ja sekvenssien välitarkastelu

Terapian puoliväliin sijoittui jo käytyjen keskustelujen yhteenveto ja käännekohta. Terapeutti esitti kuvauksen P:n dialogisista asetelmista, sekvensseistä ja tilavaihteluista (kuvio 2). Kuvauksen sisältönä terapeutti käytti P:n kertomia tapahtumia. Yhteenvedossa painoutuivat yhä suoriutumisketjun hankaluudet. Jatkokeskustelu avasi kuitenkin mahdollisuuksia suuntautua sulautumisen ongelmiin. Seuraava ote on terapeutin pitkän puheen lopusta.

*T: (...) Sitten on vielä yks kysymys joka on avoin kysymys. Se on just se mitä sie sanoit sulautumiskokemukseks. Että mitä se on? Ja saattaa olla että siihen ei vielä voikaan ottaa; Siitä ei saa vielä niskalenkkiä ett mitä se on. Se tulee joskus myöhemmin esiin että miten sitä pääsee ymmärtämään. Mut se vois olla yhteydessä tään kanssa kun tässä suoriutumiskaaviossa puhutaan itsen ja toisen välisestä erosta ja rajasta joka on nähtävissä. Sulautuminen oliskin sitten sentyyppinen juttu että itsen ja toisen välistä eroa ei oo nähtävissä. Ja se tuntuu sinusta kummalta. Tuntuu että ne tunteet ois samanaikaisesti olemassa molemmissa eikä niistä saa selvää mikä on kenenkin tunnetta. – Ja se hämmentää ja pelottaakin sinua. Ett tuntuu niinku häviäis vähäks aikaa kokonaan toisen ihmisen nahkoihin.*

*P: Niin niin. Kyllä.*

*T: Tää on oikeestaan se kolmas kysymys. Suoriutuminen moraaliset kannanotot ja sitten tää sulautuminen ja; - Näihin voi saaha jo vähän järjestystä näihin suoriutumisiin ja moraalisiin kannanottoihin. Mutta tämä sulautuminen ei vielä oikein asetu. Että mitä se on. Mut jos sitä vähän yrittäs miettiä että mihin se aina sijottuu. Osaatko sanoa mihin kehityskulkuun tää vois oikein liittyä?*

*P: Ite mielessän oon aatellu sulautumisella sitä että mää niinku antauvun toisen ihmisen vietäväksi. Sillon se tulee tuo, (pitkä huokaus) miellyttävä ja ihaileva asenne.*

*(...)*

- P: *Minä niinku ite mielestäni; Miten minä tämän asian ymmärrän. Minä niinku muutun ihan eri ihmiseksi. Hirmu tarkkaan seuraan toista ihmistä. Ja uskon siihen kuin puujumalaan.*
- T: *Hm joo.*
- P: *Mä en ite niinku; - Meen sen toisen mukana.*

Terapeutti suuntasi keskustelua suoriutumisen sulautumisen kehityskulkuihin, vaikka puhuikin sulautumisesta osittain ikään kuin paikkakäsittteenä. Potilaalla oli virtaviivaisempi näkemys (*Meen sen toisen mukana*). Hän viittasi kokemuksensa dissosiativiseen luonteeseen (*Minä niinku muutun ihan eri ihmiseksi*). Itseensä luottavan ja pätevän antautuminen ilmeni tilamuutoksena, jota seurasi täydellinen luottamus toiseen ja alistuva positio. Täysin ihailussa vastapositionissa oleva voi viedä oppipojan mukanaan. Potilas muotoili ja tarkasteli sulautumisilmiötä niin kehittyneesti, että hän tavoitteli hetkittäin soveltavan työskentelyn vaihetta.

### **Kun hyvä yhteys muuttui raivoisaksi pakokauhuksi**

16. käynnillä terapeutti palasi P:n kahdessa edellisessä keskustelussa esille ottamaan kokemukseen lapsuudesta. Sitä luonnehditaan tässä *peruskokemukseksi*, jossa havainnollistui hyvän yhteyden muuttuminen raivoisaksi pakokauhuksi.

- T: *Minä voisin palata yhteen osaan sitä viimekertaista keskustelua. Sie kerroit siitä lapsuuden aikaisesta tilanteesta jossa tunsit että isäs pittää sinnuu kiinni. Kerroit sen esimerkin kun menit vanhempies vuoteelle. Ja siinä oli leikkisä alku mutta sitten se muuttui sinua kovasti ahdistavaksi. Sitten oot myöhemmin kertonu esimerkiks niistä työkaluista ja siitä miten isäs on tavallaan ottanu ne omaan käyttöön mitkä on sinun omia. Niin, tuota, minä ajattelen sen olevan kolmas ketju mitä tässä ei oo vielä oikeen piirrettykään. Sekin päättyy tietyllä tavalla raivotilanteeseen.*
- P: *Yhm. Kyllä.*
- T: *Siinä ei oo suoraan kysymys mistään suoriutumisesta eikä pärjäämisestä. Se menee suurin piirtein samoja vaiheita kuin tää pärjäämisketju. Mut se on sen takana oleva juttu. Se ei oo aina niin selvästi näkyvissä. Se saattaa liittyä siihen sulautumisjuttuunkin mistä sie oot puhunu, tietyllä tavalla.*
- P: *Yhm.*
- T: *Mie jotenkin mielessäni kuvittelen siun kertomuksen perusteella että siinä ketjussa on nyt ainakin kolme vaihetta näkyvillä.*
- (...)
- T: *Kaikilla teillä ilmeisesti oli se tunnelma että jokainen oli siinä omana ihtenään. Eikä siinä mittään sen kummempia. Teijjän keskinäiset rajanne olivat selviä. Siinä oli vanhemmat ja poika läsnä. Ja sillä hyvä.*
- P: *Yyhm.*
- T: *Menikös se seuraava vaihe heti sitten siihen että sulle tuli se ahistava tai kahlittu tunne?*
- P: *Minä en oikein tarkkaan muista. Muistan vain sen kun isä oli siinä päällä. Eikä päästänyt minua pois. Minä huusin päästä päästä minut pois minun on paha olla. Se ei päästänyt. Tuli ihan paniikki. Eikä se päästänyt silti. (...) Siitä jäi semmonen peleko.*
- T: *Joo. (...) Että isäs tuli tavallaan sen yhteisesti hyväksyttävän rajan yli. Tuli niinku sinun puolelle tietyllä tavalla. Sillä tavalla liiallisesti. Että se rupes sinua ahistamaan ja siitä tuli se pakokauhu.*
- (...)
- T: *Se tilanne josta sanoit että huusit kuin petoelukka. Toisella puolella on se pakokauhu ja toisella puolella alkaa olla se raivo tai viha. Että miks se nyt noin tekkee? Se on eri raivo kuin näissä suoriutumiseen ja pärjäämiseen liittyvissä jutuissa. [Näissähän on tää; Niin on.] Minä tunnenkin, että se on ihan eri. Nytkin tuntuu minkä tuntunen se olo oli sillon. Minä nimittäin nään ihteni siinä. Tilanteessa.*

- T: Yhm. Voitko vielä kuvata sitä miltä se tuntuu?
- P: Se tuntuu että niinku; Se on semmonen; Minä meen vaikka seinästä läpi että minä pääsisin tästä.
- T: Yhm. - Nyt kun muistelet sitä. Onko sinulla nyt epämukava olo?
- P: Pikkusen on.
- T: Joo.
- P: Pikkusen on tämmönen niinku; \*Vähän on\*.
- T: Että pittää vähän asentoo vaihtaa?
- P: Niin on. Se on tosiaan eri raivo mikä näissä on. **Sanotaan että tässä raivossa minä meen vasten sitä toista ihmistä. Siinä toisessa raivossa minä meen niinku karkuun.**
- T: Joo just. Tätä minäkin mielessäni hain. Sinä sanoit nyt sen ihan selvästi. Se on varmaan just tuota mitä mie hain. Että mikä niitä erottaa.
- P: Siinä mie juoksen karkuun että pääsisin pois siitä. Sillä tavalla tässä toisessa raivossa minä käännyn niinku vasten sitä. Sitä toista ihmistä.
- (...)
- T: Miten sie kuvaat sitä tilannetta kun hän kävi siun kaapilla kattomassa mitäs siellä on? Sehän oli tietyllä tavalla vähän samantyyppinen tilanne. Että hän tuli sinun alueelle. Sinulla itelläs oli siinä raivostunut olo että mitä se siellä tekkee. Olikos se raivo vasten menevää vai karkuun menevää?
- P: Pelott-. Semmosta pelottavaa raivoo.
- T: Eli se liitty siihen läheisyyteen. Että miks se tuli niin lähelle.

Pitkähkö keskustelunäyte oli intensiivinen rajojen ylittymisen traumakuvaus. P:n toimintaketju kuvautui seuraavin vaihein:

1. hyvän yhteyden kokemus
2. rajan ylitys ja tukahduttava kiinnipitäminen
3. paniikinomainen kauhunsekainen raivo ja ”tilan” vaihtaminen
4. erillisyyden ja yksinäisyyden, paratiisista karkottuminen.

Terapeuttinen työskentely eteni lähikehityksen vyöhykkeellä aimo harppauksen. Terapeutti painotti aikaisempaa selkeämmin läheisyyden ja sulautumisen näkökulmia P:n kokemuksissa. Samalla eroteltiin yhteisesti työskennellen kaksi erilaista raivoa: *karkuun ja vasten menevä raivo*. Läheisyyden tukahduttavuus muuttui nopealla tilavaihdoksella hätäntyneeksi raivoksi. Suorutumisketjun pettymystä seurasi vastenkäyvä eli syyttävän position sävyttämä uhmakas raivo. Terapeutti käsitteellisti tapahtumakulkua *rajan ylittämiseksi* ja oman alueen luvattomaksi loukkaamiseksi. Assimiloitumisen askelmana kysymys oli oivaltavasta ymmärtämisestä.

## Isä itsessä ja toisessa

Keskusteluissa siirryttiin P:n aloitteista puhumaan työstä, vapaa-ajan hankkeista ja erityisesti aviosuhteen asetelmista. P. totesi 17. käynnillä: *Monesti oon aatellu, että B on niinku minä ja minä oon niinku mejän isä*. Hän kuvasi hieman ristiriitaisesti samassa yhteydessä etäisyyden ottamista aviosuhteessaan ja rajojen ylittymisen ahdistavuutta. Refektiivisyys huojui. 18. käynnin puheissa viitataan edelliseen keskusteluun, jota P. ei palautta mieleen ilman terapeutin juohautusta.

- T: *Sillon puhuttiin tavallaan siitä kolmannesta ketjusta joka tuli suorutumisen ja omien mielikuvien ja suhteen itseen lisäksi. Siinä kolmannessa tuli mukaan läheisyys yhteisyys ja yhdessäoleminen. Niistä asioistahan me puhuttiin.*

- P: Niinhän sitä puhuttiin. Jostakin syystä nyttien kun B:n kanssa oon ollu oon pystynyt olemaan sen lähellä. Mutta heti jos se yrittää jollakin tavalla niinku; Jos se jollakin tavalla käskee tai jotahin semmosta pyytääkin tekemään. Heti ruppee ahistamaan. Heti halluun pois siitä. Täähän se oli kun puhuttiin siitä että isä ahisti sillon. Ja sitä että oli sitä kahenlaista raivoo. Siitähän sitä oli puhetta.*
- T: Niin. Sinä arvelit että se saattas olla jonkin sortin avain.*
- P: Hm. Ihan selevästi sitä huomaa että sitä kahenlaista raivoo on. Se mitä on B:n kanssa on sitä ahistavvaa raivoo. Välillä tuntuu että se; Välillä niinku tuntuu; Tottapa se ei se ota niin murheita näistä kaikista maaliman asioista niinku meikäläinen ottaa. Se vähän ärsyttää ja tunnustaa että se ei ota vastuuta ollenkaan. Vaikka ei se varmaan niin oo.*

P. vahvistui käsityksessään kahdenlaisesta raivosta. Vaikutti siltä, että hän oli saamaisillaan otetta omasta syyttävästä positioistaan suhteessa toisen ”vastuuttomaan” vastaposition. Samalla näyttäytyi myös assimiloidumisen soveltavan työskentelyn vaihe. Aiheeseen johdattelun jälkeen terapeutti pysytteli neutraalin myötäilevänä.

### **Haikea etäisyyden ottaminen**

P. toi vielä esille itseään järkyttäneen ajankohtaisen väkivallanteon: nuori poika oli ampunut isänsä. P. oli kuullut isänsä sanoneen, että poika olisi voinut tappaa itsensä. P:n mieliala vaihteli nopeasti hänen kertoessaan tapahtumasta ja isänsä puheista. Ensin kohosi raivo isän sanomisesta. Sitten P. muisteli omaa nuoruuttaan ja veti suoran yhteyden hengenriiston sekä isän sanomisen välille: ”Minä vähän aattelin, että oisko minun ennemmin pitäny ampua ihteni. Ilmeisesti. Mitä ite vähän arvioin. Ukon mielestä.” P. palasi terapian alkuvaiheen itsetuhoisiin ajatuksiin useiden vuosien perspektiivistä.

- T: Sie sanoit sen aika hiljasella äänellä silloin viime kerralla että näinköhän se taitaa olla että isäs ei muutu.*
- P: Ei se näy muuttuvan.*
- T: Siitä sen sanomisen tavasta minä päättelin että siinä oli sitä surua ja haikeutta. Ei niinkään sitä raivoo vaan nimenomaan sitä surua. (...)*
- P: Niin. Tuo on minusta hyvä että se jonnehin päin on mennä. Mitä sinä äsken sanoit että minä niinku; (huokaus) - isän suhteen oisin ainahi muuttunu. Kun minä ruppeen aattelemaan minä oon ennen aatellu että isä se muuttuu. Mutta ei se muutu. Ei se pysty muuttumaan. - Sitten minä oon huomannu; Niinku nyttienkin oon huomannu että omalla tavallaan; - **Minä koin että sinä niinkuin kehuit minua äsken.** Tulee heti paljon ilosempi olo. Tekee mieli sanoa että minäpä kävin eilen hiihtämässä. Kun minä äsken tulini tänne minä en puhunu mittään. Minulla oli negatiivinen olo rikkinäinen tunne.*
- T: Yhm. (...)*
- P: Semmosen oikeestaan positiivisen asian oon itekkiin huomannu. Oon käyny yksin hiihtämässä. **Minusta ei oo oikeestaan mihinkään yksin ollu.** Pittää aina joku kaveri olla siinä. En tiijä mistä se oikein johtuu. On kyllä mielessä käyny että pitäs joku kaveri pyytää. Oikeestaan se on vähän positiivista. Tuntuu että nämä asiat silleen menee että niitä ei oikeestaan ite huomaakaan. Eikö?*

Keskusteluote havainnollisti P:n pitkäkestoista läheisen samastumisen ja kaveruuden toivetta. Puheen haikea ja surumielinen sävy, johon sekä terapeutti että potilas viittasivat, kertoi toiveen toteutumiseen olevan vielä matkaa (ainakin isän ja pojan välisessä suhteessa). Myönteisen palautteen vastaanottaminen hälvensi rikkinäisyyden tunnetta ja johti tarkastelemaan kaveruuden eri puolia. Mahdollisuus kaveruuteen ilman rajojen rikkoutumisen pelkoa avasi P:lle ”vähän positiivista”

näkymää. Samalla hän tuli todenneeksi jotakin oleellista muuntumisesta lähikehityksen vyöhykkeellä (... *niitä ei oikeestaan ite huomaakaan*). Autettuna voi suuntautua kehittymisen seuraavalle askelmalle, jopa laadullisesti uudensuuntaisiin tunteisiin. P. kuvasi hiihtämisen kautta minä-toinen –erottelun kehitystä. Kyky olla rauhallisesti yksin oli vahvistunut.

### **Ukko ei rassaakaan enää, mutta ...**

Terapian loppuvaiheen keskusteluissa vaihtelivat tunnustellen erilaiset näkökulmat isän ja pojan suhteeseen. Esillä olivat etäisyys isästä, ahdistuksen samankaltaisuus muissa suhteissa ja häivähdyksenomainen läheisyyden tuntu isän luona vieraillessa.

T: *\*Joo\*. Jotenkin minusta on vaikuttanut että tään vuojen puolella ja sieltä viime vuojen loppupuolelta semmoset kysymykset mitä me syksyllä puhuttiin on jääny vähän taka-alalle.*

*Ja nyt on jotenkin tiivistynyt se mitkä on sinun ja B:n väliset suhteet. Ne asiat on ollut nyt enemmän esillä.*

P: *>Minä en oo ite oikein; Nyt kun sanot niin me ei oo oikeestaan minun isästä puhuttu mittään<. Minnuu ei oikeestaan se ukko rassaakaan enää. No, on se aina välillä käyny mielessä. Mutta tuota, ei se rassaa. Jostakin syystä en minä oo äitillekään vihanen. Välillä mulla oli älytön raivo sitähin kohtaan että perkele kun ei mejän puolta pitäny. \*Minun puolta kun oli ennen hankalaa\*. Ei minua se rassaa ollenkaan. - Nyt oo rassannu. En muistakkaan.*

T: *Hm. Ne on jotenkin asettunu paikalleen.*

P: *Joo. Jonnekin lokeroon se on lokshtanu. (9 s.) Niin on tehny. Tottapa se on vähän muodostunu tärkeemmäksi asiaksi; Jääny taka-alalle; Tullu tärkeemmäksi tämä tämänhetkinen tilanne minun elämään. Vähän tärkeemmäksi. Silleen että B:n kanssa ollaan. Enkä setvi niitä mitä ennen on ollu.*

”Vähän tärkeemmäksi” oli tullut arkipäiväinen elämä puolison kanssa. P. ei voi vielä täysin luottaa siihen, että hankalien kokemusten muistot, mielikuvat ja altavastaajan tai petetyn tunarin tiloihin joutumiset olisivat kauempana. Jatkokeskustelussa P. kertoi tuoreen tapahtuman, jonka aikana vastaantulevan liikenteen mukana ajanut isä sai aikaan vainomielikuvia. P:stä tuntui kuin ”isä voisi tulla vielä omalle kaistalle” tai kääntyä poikansa perään vaativalla tai tuomitsevalla tavalla. Rajojen ylittämisen vaarallisuus oli läsnä hyvin konkreettisesti.

Jatkossa terapeutti toppuutteli, ettei kaikkea ahdistusta ehkä ole syytä sijoittaa isään. P. sanoi ymmärtävänsä, ettei ahdistus ole ihmisen sisältä jaeltava ominaisuus. Seuraava P:n kuvaus vierailusta isän luona vahvasti ja havainnollisesti muutosta tasapainoisemman ahdistuksen (*ei oikeestaan ahistanu*) suuntaan.

P: *Kyllä se ukkohon aina ossaa kun muutaman vuojen pittää taukoo että ei käy. Sehän on kuin ihmiset. - Kyllä se jollakin tavalla; Minä oon niinku ite mielessäni aatellu; Vaikka se isähin on niin pimppumainen ollu ja; Se isä oli ajanu meleko pahan kolarin. Kolarin oli ajanu niin kyllä se silleen vähän niinku; Oli hengenlähtö meleko lähellä ollu. Ei ollu särkeny ihteessä pahemmin van tuota; (...) Sillä tavalla vähän niinku; - Mitähän mä oikein sanosin. Kuitenkin se oli jottain semmosta mitä ei ollu ennen. Ennen minä ajattelin sillä tavalla että kannattaa isän kanssa olla silti väleissä ku se - sen ajan minkä se ellää. Niinku myötäillä sitä. Yrittää olla muka koh-. Nyt ei tullu oikeestaan semmosta ajatusta. - Vaikka vähän oli semmonen haikee että oishan siinä voinu käyvvä huonostikkin mutta. Ei mittään semmosta tunnekuohua tullu että minun pitäs olla isän kaveri. Kun ennen ajattelin; Sillonkin, kun sisko kuoli esimerkiks tuntu että niinku; Semmonen tunne tuli että mejjän pittää olla yhtä pattaa. \*Ukon kanssa\*. (...)*

- T: *Olikos sitä toisenlaista tunnetta että ei millään ois halunnu lähtee sinne? Käymään kyllään?*
- P: *Ei ollu oikeestaan. (...) Kyllä se yhtä utelias on kuin ennennii. (naurahtaan) Kyllä se mielellään pakkautu asioihin.*
- T: *Että neuvoja tuli?*
- P: *Ei suoranaisesti mutta kyseli oikeennii tarkkaan että miten sitä oikein menee. Ei minua oikeestaan ahistanu. Minä vastailin vähän niinku minua huvitti.*

Potilas keskusteli itsensä kanssa monivivahteisesti hakiessaan suhtautumistapojensa ja tunteidensa muuntumisen kuvausta. Ajatusten esittäminen viipyili tavalla, jota voisi luonnehtia kainoksi. P. tunnusteli huolehtivaa positiotaan, johon ei kuulunut kohtelias alistuminen tai liiallinen samastuminen (*yhtä pattaa*), vaan tunnekuohuton myötätunto (*oishan siinä voinu käyvvä huonostikkiin*). Katkelman alkuosa havainnollisti itsellisen aikuisen asemaa. Viimeisimmässä lauseessa pilkahti uhmakas (*niinku minua huvitti*) asennoituminen omien rajojen (*pakkautuu asioihin*) puolustamiseksi ja etäisyyden pitämiseksi. Tunteiden erottelu otteen alussa heijasteli soveltavaa työskentelyä täyteläisimmillään. Samaa viittasi myöhemmin ote miehen hyvästelykirjeestä terapeutille:

*Myöskin suhteessa isääni koen päässeeni hänestä irti, vaikka olemmekin joutuneet tapaamaan ja olemaan yhteisissä tekemisissä työparina sahaustalkoissa ja sen jälkeen isän mökillä saunassa. Kyllähän se isä ei näytä paljon "viisastuneen". Se on kuitenkin yhtä viisas ja tilaa antamaton toisten ajatuksille kuin ennenkin, mutta se isän viisaus ei saa minusta sellaista otetta kuin ennen ja näyttää siltä, että olemme sopivan etäällä toisistamme, ettei isä pakkaannu ainakaan toistaiseksi elämäni.*

Kolmen kuukauden päästä seurantakäynnillä P. vaikutti hyvin varmaotteiselta. Mieliä oli toiveikas, hieman ylioptimistinenkin. Hän arvioi suoriutumisen sisäistä vaativuutta: "Ylimestari on väistynyt, hellittänyt otettaan". Parisuhteessa "ei esitetä jatkuvasti vaatimuksia toiselle". Vaikka harvat toimeettomat hetket tuntuivat yhä ahdistavilta, P. pohti vaihtoehtoja levollisemmin: "Hätä on pois".

## Mitä tapahtui

Kirjoitus kuvaa yhden psykoterapian vaiheittaista kehitystä, potilaan ongelmallisten kokemusten esilletuloa ja integroitumista terapeutin avustuksella. Potilas ja terapeutti tunnistivat toimintatapoja suoriutumisen sekä hyvän yhteyden hakemisen näkökulmista ja hahmottelivat vaihtoehtoisia dialogisia asemia. Asiakas kokeili uusia toiminnan muotoja sosiaalisissa suhteissaan, mutta ei järjestelmällisesti ohjaten. Kelvollisen havaitsija-aseman kehittyessä potilas ja terapeutti suuntautuivat 'sulautumiskokemukseen', mikä viritti merkittävästi subjektiposition kehittymistä.

Transferenssien ilmenemistä ja potilaan elämänhistoriaa tarkasteltiin toimintatapojen ja vastavuoroisiin asetelmiin sisältyvien positioiden ottamisten, siirtymien sekä tilavaihteluiden kautta. Kun jokin dialoginen positio tuli tapaamisessa vahvasti läsnäolevaksi, se saattoi herättää muistoja aiemmista kokemuksista, joissa P. oli joutunut tuon asennoitumisen valtaan. Koko elämänkulkua ei puhuttu tai kirjoitettu järjestäytyneen tarinan muotoon. Menneitä vaiheita tarkasteltiin vain niiltä osin kuin ne tulivat koskettaviksi.

Terapian edetessä P:n järkyttävistä kokemuksista muistuttavat nopeat tilavaihtelut vähenivät. Keskeisiin vastavuoroiisiin asetelmiin tuli vähemmän jyrkkyyttä. Potilaan toivoma tasapainoisuus lisääntyi. Tuhoavan sävyiset tilavaihtelut eivät yllättäneet ja hätäänyttäneet. Muutokset vastasivat persoonallisuushäiriöiden kognitiivis-analyttisen terapian tavoitteita (Ryle 1997, Wildgoose ym. 2001).

Keskeisin transformoituminen tapahtui kuitenkin minä-toinen -erottelun kehityksessä. Erillisyyden kokemukset lisääntyivät hoidon kuluessa (*ukko ei pakkaannu elämään*). Rajat tulivat näkyvämmiksi. Toinen puoli tuloksellista assimiloitumista oli kehityksen artikulointi itselle ja toiselle. Sisäisen ja ulkoisen väliltä voi havaita ja toimia molempiin suuntiin.

Mutta kuinka kahdenvälinen refleктоisuus muuntui potilaan itsenäiseksi havainnoivaksi toiminnaksi? Keskusteluotteet havainnollistivat sen, että psykoterapeuttinen työskentely ei kohdentunut ensisijaisesti torjunnan käsittelyyn, vaan suoraan traumaperäisten ongelmien esille ottamiseen. Kysymys oli sekä potilaan valmiudesta tuottaa keskeistä psyykkistä aineistoa että terapeutin tavasta käyttää transferenttisiä ilmiöitä reflektiivisen yhteistoiminnan aineksina. Tässä ongelmakokemusten tunnistaminen ja asiayhteyksien etsintä eivät muodostuneet sellaiseksi vähitellen tiedostuvaksi ongelmaksi, johon olisi välttämättä tarvittu assimilaatiomallia.

Samankin keskustelun aikana arvioinnit saattoivat vaihdella useiden askelmien verran molempiin suuntiin. Tuo huojunta vastasi osaltaan potilaan ongelmallisten kokemusten dissosioitunutta perustaa. Assimilaatiomallilla ei pystytty täysin tavoittamaan neuroottista vaikeamman psyykkisen häiriön monikerroksisia ja katkelmallisia ulottuvuuksia. Terapian toisella puoliskolla potilaan itsereflektion kehitys näytti oleellisesti muuttavan terapian kohteen muotoilemista.

DSA palveli vastavuoroisten asetelmien kannatteleminen dialogisten toimintaketjujen tarkempaa tunnistamista. Dialoginen hahmotustapa oli ihailevan samastumisen ja rajat ylittävän sulautumisen jäljillä ensikäynneistä lähtien. Itse terapian kulku noudatteli puoliväliin saakka kognitiivisempaa KAT:n tapaa käsitellä toimintatapoja. Siihen suoriutumisketjujen erittely soveltuikin hyvin.

Reformulaatiokäynnillä ei vielä eritellyt dialogisesti läheisyyteen liittyviä ilmiöitä. Alustava ymmärtäminen näytti muuntuvan, vastaantulevaksi ymmärrykseksi (Bakhtin 1986; Stiles ym. 1998) seitsemännen käynnin jälkeisissä keskusteluissa. 16. tunnin keskusteluote kuvasi myös terapeutin täydentyvää ymmärrystä. Sulautumisen ongelmaan liittyi kahden raivon yhteinen julkilausuminen. DSA:lla voitiin jäsentää samastumistoiveiden ja sulautumisuhan sekä pakenevan ja hyökkäävän raivon vastavuoroisuuksia.

Terapeuttinen ymmärtäminen on pulmallista, jopa paradoksaalista. Entisen käsitteistön vakiintuneisuus voi kapeuttaa uuden ymmärtämistä. Toisaalta ainutkertaisesti uusi saattaa hylkiä vanhaa tietoperustaa. Tässä tapauksessa (isän ja pojan suhteessa, asiakkaan ja terapeutin työskentelyssä) assimilaatioanalyysi havainnollisti terapian jaksoittaisuuden ja reflektioiden huojumisen. Dialoginen sekvenssianalyysi tähdensi vastavuoroisuuksien näyttäytymistä ja käyttöönottoa lähikehityksen vyöhykkeellä terapian ensimmäisistä puheenvuoroista alkaen. Valitut tarkastelutavat säilyttivät asiakkaan ja terapeutin ainutkertaisen keskustelujen

vivahteikkisuuden. Ne kiinnittivät huomion sellaisiin terapeuttisen työskentelyn taitekohtiin, joilla voi olla merkitystä transformoitumisen tarkastelemiseksi muissakin terapiasuhteissa.

## Lähteet

- Alanen, Y. (1997). Vulnerability to schizophrenia and psychotherapeutic treatment of schizophrenic patients: towards an integrated view. *Psychiatry*, vol. 60, summer 1997, 142-157.
- Bakhtin, M.M. (1986). *Speech genres and other late essays*. Austin: University of Texas Press.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J., Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Haarakangas, K. & Seikkula, J. (toim.) (1999). *Psykoosi – uuteen hoitokäytäntöön*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Heritage, J. (1997). Conversational analysis and institution of talk: analysing data. Teoksessa Silverman, D. (ed.) *Qualitative research*. London: Sage. Ss. 161-182.
- Honos-Webb, L. & Stiles, W.B. (1998). Reformulation of assimilation analysis in terms of voices. *Psychotherapy*, 35, 23-33.
- Honos-Webb, L., Surko, M., Stiles, W.B., Greenberg, L.S. (1999). Assimilation of voices in psychotherapy: The case of Jan. *Journal of Counseling Psychology*, 46, 448-460.
- Jokinen, A. (1999). Diskurssianalyysin suhde sukulaistraditioihin. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K., Suoninen, E. *Diskurssianalyysi liikkeessä*. Tampere: Vastapaino. Ss. 37-53.
- Leiman, M. (1997). Procedures as dialogical sequences. A revised version of the fundamental concept in Cognitive Analytic Therapy. *British Journal of Medical Psychology*, 70, 193-207.
- Leiman, M. (2001). Kognitiivis-analyttinen näkökulma. Teoksessa Kähkönen, S., Karila, I., Holmberg, N. *Kognitiivinen psykoterapia*. Jyväskylä: Gummerus/Duodecim. Ss. 374-387.
- Leiman, M. & Stiles, W.B. (2001). Dialogical sequence analysis and the zone of proximal development as conceptual enhancements to the assimilation model: The case of Jan revisited. *Psychotherapy Research*, 11(3), 311-330.
- Mergenthaler, E. & Stinson, C. H. (1992). Psychotherapy transcription standards. *Psychotherapy Research*, 2(2), 125-142

- Ryle, A. (1997). *Cognitive analytic therapy and borderline personality disorder*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Ryle, A. & Kerr, I.B. (2002). *Introducing cognitive analytic therapy*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Stiles, W.B. (1994). Drugs, recipes, babies, bathwater and psychotherapy process-outcome relations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 955-959.
- Stiles, W.B., Morrison, L.A., Haw, S.K., Harper, H., Shapiro, D.A., Firth-Cozens, J. (1991). Longitudinal study of assimilation in exploratory psychotherapy. *Psychotherapy*, 28, 195-206.
- Stiles, W.B., Meshot, C.M., Anderson, T.M., Sloan, W.W., Jr. (1992). Assimilation of problematic experiences: The case of John Jones. *Psychotherapy Research*, 2, 81-101.
- Stiles, W.B., Honos-Webb, L., Surko, M. (1998). Responsiveness in psychotherapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(4), 439-458.
- Wildgoose, A., Clarke, S., Waller, G. (2001). Treating personality fragmentation and dissociation in borderline personality disorder: a pilot study of the impact of cognitive analytic therapy. *British Journal of Medical Psychology*, 74, 47-55.
- Voloshinov, V. (1990). *Kielen dialogisuus*. Tampere: Vastapaino.
- Vygotsky, L. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge: Harvard University Press.