

Sami Kivikkokangas, Mikael Leiman, Aarno Laitila

Häpeän ilmentyminen ja muutos psykoterapiassa – tapaustutkimus

Häpeään ilmiönä liittyvä piiloutuminen tekee sen tieteellisesti uskottavasta näkyväksi tekemisestä ja kuvauksesta haastavaa. Tässä artikkelissa pyritään kuvaamaan Hannan tapaustutkimuksen kautta, miten häpeä ilmentyy ja muuttuu psykoterapiassa. Tämä tehdään käyttäen assimilaatioanalyysiä ja dialogista sekvenssianalyysiä menetelminä osoittamaan, miten häpeä näyttäytyy Hannan ilmaisussa terapian alussa jonain helposti ohitettavana ja vasta psykoterapeuttisen prosessin kautta tulee vaiheittain näkyväksi osa siitä, mikä alussa näyttäytyi näkyväksi tulon uhkana. Eri muutosvaiheiden kuvaus häpeän ilmentymisen ja muuntumisen osalta osoittaa, miten tärkeää on kyetä kuvaamaan ilmiö olennaisissa kehityksellisissä yhteyksissään. Häpeä on aina häpeää jostakin – kohteellista ja suhteessa johonkin. Hannan tarina osoittaa, kuinka suhde häpeää herättävään kohteeseen muuntuu käyntien aikana ja millaiseen merkitysverkostoon se hänen elämässään kietoutuu. Se mistä ihminen kokee häpeää, on yksilöllistä ja ymmärtääksemme tätä meidän on 'yksinkertaisesti kuunneltava potilasta'.

Avainsanat: häpeä, muutos psykoterapiassa, tapaustutkimus, assimilaatioanalyysi, dialoginen sekvenssianalyysi

Tässä tutkimuksessa näytämme yhteen kokonaiseen psykoterapiaprosessiin kohdistuvan tutkimuksen avulla, miten psykoterapiassa näyttäytynyt häpeä tulee ilmaistuksi sekä kuinka toimijan suhde siihen, mikä herättää häpeää, voi selventyä ja kehittyä psykoterapian aikana. Häpeää lähestytään assimilaatiomallin näkökulmasta (APES; Stiles ym. 1990) dialogista sekvenssianalyysiä (DSA; Leiman 2012; 2011; 2006; 2004; 1997) integroiden yhdessä onnistuneessa psykoterapiassa, jonka toimijaa kutsumme tässä Hannaksi. Muutos assimilaatiomallissa hahmotetaan yksilöllisenä vaiheittaisena kehitystapahtumana, missä

suhde alussa ongelmalliseen näyttäytyvään häpeäkokemukseen muuntuu ja kehittyi erilaisten muutosvaiheiden kautta. Erityisesti tässä tutkimuksessa on kuitenkin kyse Hannan häpeän tarinasta. Sen erilaisten muutosvaiheiden esittäminen tavalla, joka säilyisi lähellä kliinistä tilannetta ja sen välittömyyttä, johti valittuun rajaukseen *yksinkertaisesti* kuva- ta ja näyttää monipuolisesti riittävän useiden vinjettien avulla Hannan häpeän polveileva muutosprosessi. Analyysin kautta syntyy jäsentynyt kuva Hannan häpeän ilmentymisestä ja kehittymisestä vuoden mittaisen psykoterapiaprosessin aikana.

1. Johdanto

Häpeää ei ilmaisussa usein voi nähdä suoraan. Ilmaisua on aina osoitettua jollekulle. Se, millaisena tuo toinen mielessä näyttäytyy, vaikuttaa siihen, mistä ja miten voin puhua. Kun jokin herättää minussa häpeää, virittää tästä puhuminen helposti kokemuksen toisen torjuvasta, ei-hyväksyvistä tai häpäisevästä suhtautumisesta. Häpeä ei silloin näy suoraan, vaan se tulee näkyväksi siinä ilmaisussa, joka ottaa jo huomioon tuon toisen odotetun suhtautumisen tai ennakoitun vastauksen (Bahtin 1984; 1991; Ikonen & Reckhardt 1994).

Tunnistamaton häpeä voi psykoterapiassa estää sellaisten yksityisten asioiden tuomisen yhteisen havainnoinnin piiriin, missä suhdetta kohteeseen sävyttää liian pakottava arvottomuus, kelpaamattomuus tai potilas pelkää toisen torjuvaa tai häpäisevää suhtautumista omaan ilmaisuunsa. Tällöin häpeä asemoituu tärkeänä itsehavainnon esteenä: *"Kun häpeä koteloituu, se pysäyttää analyyttisen prosessin tai estää sen käynnistymisen."* (Ikonen & Reckhardt 1994, 149).

Häpeä voi asettua liian uhkaavana esteeksi kehityksellisen suhteen muodostumiseen psykoterapiassa (Tähkä, R. 2010; Tähkä, V. 1993; Lewis 1971; Black, Curran, Draper 2013; Watson, Goldberg, Greenberg 2007). Yhteyteen asettuminen uudessa tilanteessa voi tuntua liian uhkaavalta, jos on aiemmin joutunut pettymään vastavuoroisuuden odotuksissaan. Syyllisyyskin voi olla hyvin yksityistä, mutta silti potentiaalisesti jaettavaa. Häpeä on ja pysyy yksityisenä, se on kätkeytyvä ja siksi se on kaikkialla ja ei-missään. (Hästbacka 2013) Kehitykselliseen suhteeseen uskaltautuminen osuu vastavuoroisuuden kahtalaiseen ytimeen: miten uskaltautua vuorovaikutukseen sellaisella toiseen yhteyttä etsivällä tavalla, missä vastaus toiminnalleni ei ole minun halussani (vrt. transferentiaalinen suhteessa olo ja toistamispakko, Tähkä 2010; Manninen 2015) – vaan se riippuu toisen vastauksesta. Vastavuoroisuuden etsimisen sijasta on helpoa turvautua sadomasokistiseen suhteeseen oloon tai vetäytyä kokonaan kontakteista. Samanaikaisesti häpeä ongelmallisuudessaan

kin osoittaa ratkaisun ongelmaan: se mikä on vuorovaikutuksessa toiseen sisäistynyt kohtaa-mattomana, on palautettava takaisin vuorovaikutukselliseen yhteyteen tullakseen uudella tavalla kohdatuksi ja ymmärretyksi.

Häpeään liittyvä 'piiloutuminen' tekee sen näyttämisen ongelmallista. Tätä on kuvattu aiemmin (Lewis 1971; Wurmser 1983; Ikonen & Reckhardt 1994; Goffman 1967), missä piiloutuminen vastauksena kokemukseen häpäistynä olemisesta toisen/toisten edessä tekee häpeän ilmentymisen ja muutoksen tutkimisesta haastavaa. Kokonaisen psykoterapiaprosessin materiaali mahdollistaa tutkijalle kuitenkin tunnistaa myöhemmin terapiassa ilmaistuja häpeää herättäviä ongelmallisia kokemuksia ja siten seurata tuon vähittäistä kehittymistä ja sanallistumista terapian alusta lähtien. Tutkimuskysymyksenämme on, miten häpeä tavoitetuissa hetkissä näyttäytyy potilaan kokemuksessa ja miten se selventyy ja kehittyy, tai on selventymättä ja kehittymättä psykoterapian kuluessa. Tällä tavoin voimme nähdä, miten häpeä on ilmaistu epäsuorasti tai se on ohitettu alussa, missä emme vielä tiedä mihin piiloutuminen viittaa – mutta miten psykoterapeuttisen työn kautta voimme saada ymmärrystä 'mistä puhumme, kun puhumme häpeästä'.

2. Aineisto ja menetelmät

2.1 Aineisto

Tutkimusaineisto koostuu Jyväskylän yliopiston Psykoterapian opetus- ja tutkimuskeskuksen yhdestä kokonaisesta videoidusta psykoterapiasta (32 sessiota) sekä näistä tallenteista tehtyihin litteraatioihin. Tämä Hannaksi nimetty tapaus muodostaa intensiivisesti tutkitun tapauksen, jota aiemmin on analysoitu käyttäen useita menetelmiä mm. tunteiden käsittelyn (Keto 2010) ja terapeutin vuorovaikutuksen (Hartikainen 2013) näkökulmista, joissa molemmissa on kuvattu Hannan elämänhistoriaa ja terapian yleistä kulkua. Hanna on keski-ikäinen nainen, joka on hakeutunut psykoterapiaan ahmimisoireiden takia ja traumaattisiin elämäntapahtumiin

liittyvän oman voimien heikentymisen vuoksi. Terapiassa keskeisinä tunteisiin liittyvinä teemoina Keto (2010) on jäsentänyt emotionaalisen, turtumuksen ja häpeän. Kedon (2010) mukaan terapia eteni vaiheittain, missä vasta riittävästi käsiteltyä emotionaalista turtumusta ja syyllisyyttä tuli häpeän tunteiden käsittely mahdolliseksi. Toinen keskeinen (Keto 2010) löydös oli, että usein vaikean asian käsiteltyä seurasi tauko siitä puhumisesta terapiassa minkä jälkeen potilas ilmaisi suhteensa aiemmin käsitellyyn muuttuneen paremmaksi.

2.2 Assimilaatiomalli

Assimilaatiomallin (Assimilation of Problematic Experiences Scale, jatkossa APES) (Stiles ym. 1991; 2004; 2002; Stiles 2001; 2003; 2005) mukaan potilaan suhde ongelmalliseen kokemukseensa muuntuu ja kehittyi seuraten porrasteista kehityspolkua (taulukko 1, s. 14; vrt. Leiman & Stiles 2001). Asiakkaan suhde ongelmalliseen kokemukseen, minkä takia on hakeutunut hoitoon, voi vastata mitä tahansa APES:n tasoa. Kehityshistoriansa aikana APES-tasoja on muotoiltu erilaisilla tavoilla viisiportaaisesta kahdeksanportaiseen muutoksen hahmotukseen (Stiles ym. 1990; Leiman & Stiles 2001). Tässä tutkimuksessa käytetään Stilesin (1990) klassista viisiportaista muotoilua ongelmallisten kokemusten assimilaatiosta ja integraatiosta. (Taulukko 1.) Assimilaatiolla tarkoitetaan prosessia, jonka kautta potilaan

toistuva oman havainnoinnin tai kokemuksen ulottumattomissa oleva ongelmallinen kokemus tulee terapeuttiseen vuorovaikutukseen ja yhteishavaintoon tullakseen vähitellen integroiduksi potilaan toiminnaksi (Stiles ym. 1990; 1992). APES:n tasot kuvaavat eräänlaisia ankuripisteitä jatkumolla alkaen pois suljetusta ja päättyen ongelman ratkaisuun ja integraatioon. (Leiman & Stiles 2001) Mikä tahansa muutos APES-tasoilla katsotaan muutokseksi.

Assimilaatioanalyysi on kehityshistoriansa aikana tullut uudelleen tulkituksi eri näkökulmista. Stilesin alkuperäinen muotoilu (Stiles ym. 1990; 1991) hahmotti muutoksen ongelmallisten kokemusten assimilaationa rikastuneisiin ja integroituneempiin malleihin. Historiallisen taustan tälle perusti Jean Piaget'n työ ajattelun kehittymisen eri vaiheista. (Stiles ym. 1990.) Myöhemmin äänemallissa (Honos-Webb & Stiles 1998; Honos-Webb ym. 1999; Honos-Webb ym. 2003; Stiles 2011) korostettiin agenttisuuden osuutta ongelmallisissa kokemuksissa, missä torjutut tai dissosioituneet äänet etsivät tunnustamista ja pääsyä asiakkaan vallitsevan kokemuksen muodostavaan äänen yhteisöön ("community of voices"). Assimilaation ajateltiin tapahtuvan integroimalla nämä ongelmalliset äänet rakentamalla sisäisiä merkityssilloja niiden välillä. Stiles ja Leiman (2001) kiinnittävät huomiota, miten nämä kaikki pyrkivät lähestymään muutosta kehityksellisestä näkökulmasta missä ongelmallinen kokemus läpikäy useita muodonmuutoksia.

Taulukko 1. Ongelmallisten kokemusten assimilaation vaiheet

(Assimilation of Problematic Experiences Scale: APES; muotoiltu käyttäen Stiles ym., 1990; vrt. Leiman & Stiles, 2001)

0. Torjunta (warded.off): Sisältö on muotoutumaton, asiakas ei tiedosta ongelmallista kokemustaan.

1. Ei-toivotut ajatukset (unwanted thoughts): Asiakas ei mielellään puhu ongelmasta. Ongelmallinen kokemus tulee esiin terapeutin puhutellussa sitä tai ulkoisten olosuhteiden vuoksi. Asiakas yrittää vaientaa tai torjua kokemuksen. Tunnetila on negatiivinen, mutta tunteiden yhteys kokemuksen sisältöön on epäselvä. (Teoreettisesti, kun asiakkaan suhde aiemmin torjuttuun ongelmalliseen kokemukseen muuntuu epäselväksi tietoisuudeksi ja vältettäväksi ajatuksiksi, merkitsee tämä assimilaation ensimmäistä vaihetta. Asiakas saattaa kokea tämän ei-toivottavaksi vaiheeksi, koska aiemmin torjutun ongelmallisen kokemuksen tiedostaminen voi tuottaa korostunutta psykologista kipua.)

2. Alustava tietoisuus (awareness): Asiakkaan suhde ongelmalliseen kokemukseen alkaa alustavasti muotoutua selvemmäksi, aiemmasta ei-assimiloidusta ja ei-ilmaistusta kokemuksesta, kohti ongelmallisen kokemuksen kokemuksellista tavoittamista ja sanoittamista. (Teoreettisesti, alustava tietoisuus viittaa muutokseen, missä aiemmin ei-assimiloitu ja ei-ilmaistu kokemus tulee uudella tavalla kokemuksellisesti tavoitetuksi ja alustavasti sanoitetuksi.)

3. Ongelman muotoilu (problem clarification): Asiakas kykenee kuvaamaan ja muotoilemaan ongelmallisen kokemuksensa, mutta tähän ei liity vielä havainnoivaa ja refleктоivaa suhdetta ongelmalliseen kokemukseen. (Teoreettisesti, tämä kuvaa sisäistä muutosta ongelmalliseen kokemukseen, missä aikaisemmin hankalia tunteita herättänyt mutta muotoilematon kokemus on saatu jäsennettyä sellaiseen muotoon, missä tulee ymmärrettäväksi mistä on kyse ja mitä kautta muutosta voi saada aikaan.)

4. Refleктоiva suhde ongelmalliseen kokemukseen/Ymmärrys (personal insight/new perspective): Ongelmallinen kokemus on muotoiltu ja ymmärretty jollakin tavalla. Ongelmallista kokemusta ei vain nimetä, vaan sitä kyetään myös refleктоimaan. (Teoreettisesti, asiakkaan suhde muuntuu ei vain ongelman uudenlaiseen muotoiluun vaan tämä tuottaa uusia merkitysyhteyksiä ja oivalluksia, johtuen reflektion kautta uudenlaiseen suhteeseen suhteessa ongelmalliseen kokemukseen.)

5. Ongelmallisen kokemuksen läpityöskentely ja ratkaisu (problem solution): Uutta ymmärrystä suhteessa ongelmalliseen kokemukseen ja toimintatapoihin käytetään näiden työstämiseen ja vaihtoehtoisten toimintatapojen ja suhtautumistapojen luomiseen. (Teoreettisesti, asiakkaan suhde ongelmalliseen kokemukseen on muuntunut uudenlaisen havainnoivan ja refleктоivan suhteen kautta aktiivisemmaksi, joka hahmottaa erilaisia mahdollisia toimintavaihtoehtoja ja kykenee soveltamaan näitä käytännössä.)

Onnistuneissa psykoterapioissa muutos ongelmalliseen kokemukseen ei kuitenkaan rakennu lineaarisesti assimilaation portaita pitkin, vaan jokainen muutosprosessi on yksilöllinen muodostaen pikemminkin 'sahaavan' kuvion. Tämä on tuttu ilmiö kliinisestä työstä, missä perustellumpaa on puhua regressio-regression syklisestä prosessista kuin yksisuuntaisesti vain jommastakummasta. Epäonnistuneissa tai heikon tuloksen psykoterapioissa ongelmallista kokemusta ei kyetä integroimaan ja suhde siihen muuntuu torjuvaksi, ohitetuksi tai vääristyneeksi tai terapeutin auttavat interventiot eivät tapahdu potilaan lähikkehityksen vyöhykkeellä (Stiles, Gabalda, Riberiro 2016).

Assimilaatioanalyysi lähestymistapana pitää samanaikaisesti mielessään sekä potilaan subjektiivista kokemusta, että tutkijalähtöistä kysymyksenasettelua tutkimuksen tavoitteista. Ongelmallisten kokemusten identifiointi, luokittelu ja kuvaaminen on kuvattu aiemmin (Leiman & Stiles 2001; Stiles & Angus 1992). Potilaan ilmaisusta poimitaan vinjettejä sellaiselta

tasolta ongelmalliseen kokemukseen, mikä on selvästi artikuloitu 'ongelman muotoilu' tai 'ymmärrys' (APES-tasot 3 ja 4). Tämän jälkeä selvästi artikuloidun ongelmallisen kokemuksen avulla voidaan jälkikäätisesti selvittää, miten tuo ongelmallinen kokemus on alun perin ilmennyt ja tullut esille terapiakeskusteluissa vähemmän selvästi artikuloidussa muodossa, sekä mahdollisesti myöhemmistä käynneistä kuinka läpityöskentely ja integraatio onnistui. Ongelmallinen kokemus määritellään aina käyttäen asiakkaan ilmaisua, ja tämä määritelmä toimisi perustana havainnoitsijan näkökulmalle. Psykoterapeuttinen muutos kuvataan siten läpi terapian aina asiakkaan sisäisestä näkökulmasta, miten muutos suhteessa ongelmalliseen kokemukseen selventyi terapian kuluessa osana kehitystapahtumaa.

2.3 Dialoginen sekvenssianalyysi

DSA on laadullisen psykoterapiatutkimuksen mikroanalyttinen menetelmä ilmaisun analysointiin (Leiman 2004; 2012). Alun perin DSA kehitettiin auttamaan psykoterapeutteja sil-

loittamaan, miten potilaan sisäinen kokemus välittyy hänen ilmaisussaan. Voidaksemme rakentaa käsitteellistyksiä sisäistyneistä toimintatavoista ja kokemuksista, tarvitaan käsitteitä, jotka aukaisevat toimintaketjujen struktuurin ja ne intrapsyykkiset kuviot, jotka välittävät niitä (Leiman 2002). DSA:n historiasta, kehityksestä sekä käsitteellisistä välineistä on kirjoitettu kattavasti muualla (Kivikkokangas & Leiman, in press; Leiman 2002; 2004; 2012; Tikkanen 2015; Tikkanen, Stiles, Leiman 2011; 2013).

Dialogista sekvenssianalyysia on jo aiemmin käytetty yhdessä assimilaatioanalyysin rinnalla mikroanalyttisenä menetelmänä (Leiman & Stiles 2001; Tikkanen 2015; Tikkanen, Stiles, Leiman 2012). DSA:n käytön strategioita on (Leiman 2002; 2004; 2012; Leiman & Stiles 2001) kuvattu seuraavasti.

Alussa DSA lähtee liikkeelle ulkopuolisen havainnoitsijan näkökulmasta. Ongelmallisia kokemuksia jäljitetään ensimmäisestä kohtaamisesta, tapaamisesta potilaan ja psykoterapeutin välillä. Tästä pyritään luomaan teoriaperusteisia hypoteeseja siitä, millainen ongelmallinen kokemus on luonteeltaan ja millaisia sisältöjä siihen kuuluu. Näitä alussa muodostettuja hypoteeseja voidaan verrata ja seurata suhteessa potilaan aukeavaan ja kehittyvään ymmärrykseen terapiassa, ja siten arvioida niiden osuvuutta.

DSA:n analyysinyksikkö on semanttinen positio (Bahtin 1984). Psykkinen toiminta, kuten kaikki ihmisen toiminta, hahmotetaan DSA:ssa kohteellisena. Toimijan ja kohteen yhteys on vastavuoroista, ja se määrittää toimijan suhteen kohteeseen. Analyysin yksikkönä semanttinen positio voidaan tiivistää muotoiluksi viittauskohde ja suhde kohteeseen. Analyysin tavoitteena on tunnistaa ihmisen toiminnassa toistuvia positioita. Ilmaisua on myös toimintaa. Ilmaisun kohteita nimitetään analyysissa viittauskohteiksi. Ilmaisua on sikäli erityistä toimintaa, että sillä on samanaikaisesti kaksi kohdetta – viittauskohde ja ilmaisun vastaanottaja. Ilmaistessaan itseään ihminen suhtautuu viittauskohteeseen sen mukaan, kuinka hän ennakoivasti vastaanottajan suhtautumista – ja toisaalta vastaanottaja säätelee ennakoivasti myös viittauskohteen valintaa. Tämä vaikuttaa

semanttisen position vivahteisiin ja dynamiikkaan. Kenelle puhuu, on yhteydessä siihen, mistä voi puhua ja päinvastoin. (Leiman 2016.) Määrittämällä semanttisen position laadun artikuloimme, kuinka toimija suhtautuu puheensa viittauskohteeseen ja vastaanottajaan.

Tutkimuskäytössä DSA tapahtuu datasesioryhmässä (Tikkanen 2015, 18). Tutkimusryhmä koostuu klinikoista ja tutkijoista, jotka ovat perehtyneet DSA:n käsitteisiin. Tämä edellyttää toiminnan teorian (Vygotsky 1978), Bahtinin ilmaisuteorian (Bahtin 1984; 1991) ja semiotiikan kentän tuntemista.

DSA analyysin vaiheet voidaan kuvata seuraavasti: Ensimmäisessä vaiheessa tutkijan tulee tutustua ääninauhoihin ja niiden litteointeihin (vrt. immersion into data, McLeod 2010). Tutkimuskysymys määrittelee, mitkä temaattiset kokonaisuudet valitaan aineistosta näiden kokonaisuuksien tarkempaa mikroanalyttistä tarkastelua varten. Analyysi alkaa tunnistamalla ilmaisun *viittauskohteet*. Tätä seuraa vastavuoroisten asetelmien etsiminen ja löytäminen materiaalista. Kohteellisen toiminnan teorian mukaan toimijan ja kohteen välinen yhteys on vastavuoroinen. Siksi puhujan suhdetta puheen viittauskohteeseen tarkastellaan kahdesta näkökulmasta. Puhujan *positiolla* tarkoitetaan asemaa, josta käsin hän tarkastelee kohdetta. Kohde ilmenee toimijalle hänen positiostaan tietystä näkökulmasta. Tätä kutsutaan kohteen vastapositioksi toimijaan nähden. Yksittäisistä (toimijan ja kohteen välisistä) asetelmista analyysi etenee *dialogisten sekvenssien* tunnistamiseen. Toistuvissa toimintatavoissa asetelmat seuraavat toisiaan säännönmukaisesti. (Leiman 2012; Tikkanen 2015.)

Yksittäisten asetelmien tunnistaminen osoittaa usein samankaltaisuuksia. Puheen viittauskohteissa voi esiintyä vaihtelua, mutta puhujan suhtautuminen on samankaltaista. Toistuvat asetelmat antavat usein mahdollisuuden tunnistaa *dialogisia sekvenssejä*. Materiaalin analyysissa kiinnitetään huomiota siihen, mistä toimija puhuu (*viittauskohde*), sekä siihen, *miten* hän puhuu (*suhde kohteeseen*). Jälkimmäisessä ihminen ei voi välttyä intonaation, sävyjen ja rytmien kautta paljastamasta,

miltä jokin kohde hänestä tuntuu ja millä tavalla hän asennoituu tuohon kohteeseen. Nämä ilmaisun ekspressiiviset laadut auttavat osoittamaan asennoitumisen laatua ja sävyä, toistuvaa samastumista tiettyyn positioon tai vähitellen kehittyvää reflektiivistä suhdetta toistuvaan asetelmaan. Puheen vastaanottajan välittävä vaikutus ilmenee ennen muuta puheen prosodiassa. Merkkien kudelmina koetut kohteet ja suhteet kohteeseen eivät ole yksiselitteisiä. Bahtinia mukailleen ”Sana on loputon”.

Ilmaisun vivahteikkaus ja kerroksellisuus edellyttävät ryhmässä tapahtuvaa analyysia. Tehtävänä on siis tunnistaa kohteita ja ilmaisijan suhdetta kohteisiin (semanttisia positioita). Ryhmän jäsenet resonoivat jonkin verran eri tavoin näihin positioihin, sillä ne kätkeytyvät ilmaisun prosodiaan, sanavalintoihin ja viittauskohteita luonnehtivien lauseiden konstruktioon. Datasessior ryhmä rakentaa alustavan formuloinnin toistuvista asetelmista ja sekvensseistä konsensus-perusteisesti. Tutkimuskysymyksen määrittelemällä tavalla ryhmä valitsee materiaalista parhaiten analyysin perusteella kuvaavat vinjetit raportointia varten (Tikkanen 2015, 18).

2.4 Tutkimuksen kulku ja aineiston analyysi

Ensimmäiseksi katsoin ensimmäistä käyntiä, jonka perusteella muodostin alustavan tapausformuloinnin. Toiseksi, luin ja katsoin koko psykoterapian istunnot pyrkimyksenä muodostaa yleiskäsitys Hannan tarinasta. Kolmanneksi, käytin aineiston analyysin lähtökohtana aikaisempien tutkimusten (Hartikainen 2013; Keto 2010) esiin nostamia merkityksellisiä kohtia Hannan psykoterapiassa, joita aiemmin oltiin lähestytty tematisoivasta (Keto 2010) tai vuorovaikutuksen (Hartikainen 2013) näkökulmasta. Hartikainen (2013) osoitti, miten ensimmäisen kerran Hannan terapiassa terapeutin yhteistyösuhteen katkokset ilmentyivät ja tulivat käsittelyn piiriin käynneillä 7–9. Alustavan tapausformuloinnin valossa nämä käynnit 7–9 näyttäytyivät erityisen valaiseilta Hannan häpeäkokemuksen kannalta. Neljänneksi, aineiston analyysissa näiden käyntien 7–9 käsittely eteni kronologisesti, missä luin ensin

koko tunnin ja sen jälkeen poimin merkityksellisiä kohtia tarkempaa mikroanalyysia varten. Kaikkien käyntien 7–9 analyysin jälkeen tuli mahdolliseksi palata uudestaan materiaaliin ja pyrkiä pysähtymään tämän ymmärryksen (APES 4) auttamana jäljittämään aiemmilta käynneiltä Hannan ongelmallisen kokemuksen ilmaisua alemmilla APES-tasoilta ja sen kehitystä assimilaatiomallin ohjeistuksen mukaisesti (Leiman & Stiles 2001). Viidenneksi, DSA-datasessioihin tutkijana toin valitsemani aineiston (ensimmäinen käynti, käynnit 7–9) kokonaisuudessaan datasessior ryhmään yhdessä tutkittavaksi. Datasessioon pyrin valitsemaan käsitellyn aiheen perusteella merkityksellisiä kohtia tarkempaan analyysiin, mutta koko aineisto oli ryhmän käytettävissä. Keskustelu datasessior ryhmässä toi hienovaraisia puolia materiaalista esiin sekä mahdollisti muiden esiin nostamien kohtien ottamisen lähempään mikroanalyttiseen tarkasteluun. Aineistosta nostetut esimerkit perustuvat ryhmässä meidän muodostamaamme konsensukseen, mitkä kohdat parhaiten edustavat kohdallista tutkimuskysymystä tai tapausta. Kuudenneksi, assimilaatiovaiheiden nimeäminen toteutui assimilaatiomallin ohjeistuksen (esim. Stiles & Leiman 2001; Stiles ym. 1990) mukaisesti konsensusperusteisesti DSA-datasessior ryhmässä.

3. Tulokset

Seuraavaksi tulososiossa käsittelen ensin psykoterapian aloitusta, ensimmäistä käyntiä ja siitä muodostettua tapausformulointia. Toiseksi, Hannan häpeän tarinan kannalta keskeisen aineiston muodostavat terapiakäynnit 7–9. Aiemmissä tutkimuksissa nämä on nostettu esiin keskeisinä terapiatunteina tarkempaa mikroanalyysia varten, liittyen erityisesti ensimmäistä kertaa esiin tuleviin terapeutin yhteistyösuhteen katkoksiin (Hartikainen 2013). Tarkoitukseni on käyttää näitä terapiakäyntejä näyttämönä siitä, miten Hannan häpeä näyttäytyy ja kuinka niiden aikana käsiteltyyn häpeää herättävään kohteeseen tapahtuu muutosta ja selventymistä.

Aineiston esityksessä vasemmassa laidas-

sa olevat rivinumerot viittaavat tunnista tehdyin litteraation rivinumeroihin käynneittäin (eikä koko litteroituun aineistoon), minkä perusteella tutkija voi halutessaan paikantaa esitetyt kohdat aineistosta. ()-merkintä viittaa taukoon. // -merkintä viittaa poistettuun tekstiin kohtaan.

3.1 Ensimmäinen käynti – 'Kauhun paikka'

Ensimmäisen vihjeen Hannan ongelmallisesta kokemuksesta ja suhteesta siihen voidaan havaita heti ensimmäisen tapaamisen alkuhetkillä Hannan täyttäessä psykoterapiatutkimukseen kuuluvaa lomaketta.

Vinjetti 1 (käynti 1, rivit 31–41, APES 1–2)

31 H: *Mulle on aina ollu vähän kauhun paikka olla valokuvattavana tai videoitavana mut täällä sitä ei huomaa () et sen voi unohtaa () mut emmä ylipäättään jos mä () tai siis tai jäykistyin niin kuin*

32 T: *(mm) (mm)*

33 H: *pölkky vaikka jos () mutta mä voin olla ajattelematta sitä koska se ei näy tässä huoneessa*

34 T: *niin*

35 H: *et ko ne täs mun () päivämäärä on () (mä en muista kaheskymmeneskahes)*

36 T: *(tänään on kaheskymmenestoinen)*

37 T: *mut se on semmonen asia johon tässä nyt varmaan tottuu sitte että ei sitä sitte () muista että ()*

38 H: *niin kun itse ei tarvitse niitä nähdä*

39 T: *niin*

40 H: *sillä tavalla menee () joo*

41 T: *okei se on semmonen johon mä laitan kanssa ootappas nyt () yhdessä sitten niinku () suostumassa tähän*

Hanna ilmaisee psykoterapian ensiminuuteilla ennen 'varsinaisen terapian alkua' ongelmallisen kokemuksensa (vinjetti 1, rivi 31, "mulla on aina ollu vähän kauhun paikka olla valokuvattavana..."), miltä se tuntuu ja kuinka se näkyy hänen kokemuksessaan sekä kuinka hän aikoo toimia suhteesta siihen pärjätäkseen (vinjetti 1, rivi 31–32, "mut täällä sitä ei huomaa () et

sen voi unohtaa () mut emmä ylipäättään jos mä () tai siis tai jäykistyin niin kuin...". Tästä alun ilmaisusta ei kuitenkaan vielä voi päätellä, miten tällaisesta vuorovaikutuksellisesta suhteesta on hänelle kehittynyt 'kauhun paikka' tai tarkemmin siitä, millaisiin merkitysyhteyksiin tämä Hannalle sijoittuu. Ilmaus sisältää problemaattisen suhteen kohteeseen, ts. kauhun kuvatuksi tulemisesta ja tavan, jolla Hanna koee voivansa suojautua kauhultaan: 'Voin olla ajattelematta sitä koska se ei näy tässä huoneessa' (vinjetti 1, rivi 34). Assimilaatiomallin näkökulmasta tämän voidaan ajatella kuvaavan APES-tasoa 1, missä Hanna aktiivisesti eristää tai pyrkii torjumaan ongelmallisen kokemuksen tietoiseksi tulemista. Tässä Hanna ei onnistu täysin, sillä myös orastava tietoisuus on tässä mukana Hannan ankkuroidessa sen itselleen tuttuun kokemukseen.

Alkutilanteessa psykoterapeutti ei tartu näihin vihjeisiin, tai seuraa mihin Hannan ilmaisut olisivat vieneet. Sanat, joilla Hanna kuvaa kuvattavana olon kokemustaan, 'jäykistyn niin kuin pölkky', nimeävät osuvasti sellaista lamaantumisen tunnetta mistä puuttuu liike. Terapeutin hyvää tarkoittavat ja Hannan jännitystä helpottamaan suunnatut sanat 'mut se on semmonen asia johon tässä nyt varmaan tottuu sit että ei sitä sitte () muista että' saattavat tässä yhteydessä toimia toisen hankalan kokemuksen ohittavana toimintana. Vuorovaikutuksellisesti suhdetta määrittävänä ne nostavat terapeutin asemaa esille, esimerkiksi vaikean teeman käsittelyn kannalta sopivan ajankohdan määrittelijänä. Tähän terapeutin tynnyttelevään ilmaisuun Hanna tarttuu viittaamalla suojaavaan vastaustapaansa, käyttäen 'näkyminen kuvausta' ilmaisussaan 'niin kun ei niitä itse tarte nähdä', ja terapeutti vahvistaa myötäilemällä asian olevan 'niin'.

Näkyväksi tulemisen ongelmallisuus tulee uudelleen Hannan ilmaisuun (vinjetti 2, rivit 84–96) tunnin alusta:

Vinjetti 2 (käynti 1, rivit 84–97, APES 2–3)

84 H: *ja tota () etenkin mun on niinku hyvin hankala ilmasta mitään tunteita mitä mielessä liikkuu et niit ei vaan ()*

- 85 niitä ei näy vaikka ne on tietysti olemassa mä en suutu sillon jos olis aika korottaa
- 86 ääntään ja puuttua johonkin asiaan mm () no itkeskely mä en oo koskaan kovin paljon mutta just
- 87 sellanen () ja vaikka sellanen iloisuus se on hävinny mä en esimerkiksi osaa niinku enää
- 88 nauraa ollenkaan tai ei sitä haluakaan ole () mut en mä jotenkin niinku pysty (esimerkki poistettu, rivit 89–91)
- 92 T: mm-m
- 93 H: ja jos mua suututtaa totta kai joskus tulee sellanen olo et jostain pitäis sanoo niin mä tunnen vaan
- 94 niinku sellanen iso paine olis sisällä joka yrittää ponnistella ulos se on sellanen ahdistava olo mä en
- 95 tiedä onko se niinku pelkoa lähinnä tai () tai sellasta jännittyneisyyttä mut mä en sano mitään mä
- 96 vain hymyilen ja olen ja et joo kaikki on oikein hyvin
- 97 T: mm

Keskeisenä hankaluutena Hanna kuvasi näkyväksi tulemisen vaikeutta, mikä tässä ilmeni sosiaalisissa tilanteissa: *'mun on vaikea ilmaista mitään tunteita mitä mielessä liikkuu et niit ei vaan () nit ei näy vaikka ne tietysti on olemassa'* (vinjetti 2, rivi 84). Ilmaisussa käyttämämme intonaatiot, sävyt ja säestävät eleet kertovat, millainen tunnesuhde meillä on siihen, mistä puhumme ja asemoivat meidät vastavuoroisesti suhteessa puhuttuun. Ilmiasuisesti Hannan ilmaisun 'raportoivuus', runsaus ja äänensävyyn tietty monotonisuus pakenee huomiota, mihin myös Hartikainen (2013) on kiinnittänyt huomiota. Hanna kertoi ilmaisunsa vaikeudesta ja tukkoisuudesta, ja tapa, miten hän siitä kertoo pitää sisällään saman etäistävän suojan. Puhuessamme sävyt kertovat, miltä jokin asia meistä tuntuu: raportoivuus estää sävyjen syntymistä ja siten piilottaa puhujan suhtautumista puhumisensa kohteisiin. Hanna kuvasi osuvasti, miten hänen suhdettaan ongelmalliseen kokemukseen sävyttää näkymisen ja ei-näkymisen jännitteinen suhde: *'niit ei vaan*

() niit ei näy vaikka ne tietysti on olemassa' (vinjetti 2, rivit 84–85). Hanna kätkeytyi jättämällä oman suhtautumisensa ja tunteet ilmaisematta, ja se tuntui hänelle vain paineena.

Hanna problematisoi edellä hahmoteltua linkittämällä tunteiden ilmaisemisen vaikeuden aggression ilmaisemisen vaikeuteen. Tässä on esimerkki siitä, kuinka assimilaation taso on yhteydessä viittauskohteeseen. Puhuessaan tunteiden näkymättömyydestä Hanna on selvästi suhteessa toimintatapansa ongelmallisuuteen *'ja tota () etenkin mun on niinku hyvin hankala ilmasta mitään tunteita mitä mielessä liikkuu et niit ei vaan () niitä ei näy vaikka ne on tietysti olemassa'* (vinjetti 2, rivit 84–85), mitä voidaan pitää liikkumisena 2. ja 3. APES-tasojen välimaastossa, jopa lähellä 3-tasoa. Vaikka Hanna ei tuo esiin, mihin tunteiden kätkemistapa liittyy (APES 4), hän kuvaa reflektiivisesti toimintatapaansa (vinjetti 2, rivit 94–96), johon kuvaukseen hänellä sisältyy tunteiden ja toiminnan välisen suhteen itsehavainnointia: *'sellanen iso paine olis sisällä joka yrittää ponnistella ulos se on sellanen ahdistava olo mä en tiedä onko se niinku pelkoa lähinnä tai () tai sellasta jännittyneisyyttä mut mä en sano mitään mä vain hymyilen ja olen ja et joo kaikki on oikein hyvin'*.

Tarkasteltujen vinjettien valossa muodostin tiivistetysti ensimmäisen tapaamisen perusteella alustavaa ymmärrystä viitoittavan taupausformulaation:

Hannalle näkyväksi tuleminen toisen katseen edessä muodosti uhkaavan asetelman, johon linkittyi oman elävyyden menettäminen ja lamaantumisen kokemus, 'Pölkky'. Tätä uhkaavaa suhtautumistapaa Hanna pyrki välttämään kieltämällä tai unohtamalla, millaisena hän tulisi näkyväksi toisen katseen alaisena. Hannan oli vaikea luottaa toisen hyväksyvään vastavuoroisuuteen, mikä näkyi vaikeutena ilmaista omaa mielipidettään tai tuoda vuorovaikutukseen omasta asemoitumisestaan kertovia sävyjä. Hän itse kuvasi: 'Mun on vaikea ilmaista mitään tunteita, ne ei näy vaikka kyllä niitä tietenkkin on.' Oman ilmaisun estyminen linkittyi Hannalle itselleen aggression ilmaisun hankaluuteen, missä hän pyrki välttämään aiheuttamasta konfliktia vuorovaikutuksessa. Ilmaisun vastaanottaja

näyttäytyi pelottavana, ahdistavana suhteessa 'pitäis jostain sanoa' jännittyneeseen Hannaan, jonka pääasiallisena keinona näissä tilanteissa oli vaieta ja/tai pyrkiä miellyttämään toista, ja tätä kautta säilyttää yhteys toiseen ja välttää konfliktitilanne alistumalla.

3.2 Hannan häpeä ja sen selventyminen terapian aikana

Seuraavassa kuvaan psykoterapiakäyntien 7–9 avulla, miten Hannan häpeä näyttäytyi psykoterapiassa ja kuinka suhde siihen, mikä herättää häpeää, selventyi terapian aikana. Esitystavallisesti olen jakanut Hanna häpeän tarinan kolmeen jaksoon, ”Paljastumisen kauhu” (7. käynti), ”Oppikouluun meneminen” (8. käynti) ja ”Hannan häpeän näkyväksi tulo” (9. käynti).

Näkyväksi tulemisen kauhu (7. käynti)

Hanna aloittaa 7. käynnin kertomalla edellisyyksynä kylässä olleesta pariskunnasta, jonka mies oli ollut Hannan isän ’hovissa’ ryppyporukoissa. 7. käynnillä yleisenä teemana on paljastumisen kauhu, jonka viittauskohteena on isän käyttäytyminen. Hannan tavanomainen suojaava toimintatapa murtuu, ja hän tulee paljastaneeksi isänsä teot häntä kohtaan (vinjetti 3). Ulkopuolisen (isän ryppypokaveri) tekijän herättämänä Hannan ongelmallinen kokemus kuvautuu tässä APES 1.

Vinjetti 3 (käynti 7, rivit 102–112, APES 2)

- 102 H: *kähisin sille Jannelle jotakuinki et joo että on on tosi hienoa että () tiedäks sä mitä tää mainio*
- 103 *mies teki mulle ku mä olin tota () semmonen nuori likka () enkä mä oikeestaan niinku muuta*
- 104 *sanonu hän () hän tuli vaan () no meni kyllä hiljaseks () ei siinä mitään () tai silleen () ei tienny enää*
- 105 *oikeen että () mitä mitä sanoi sit se pysähtyi kyllä siihen koko () juttu ja () ja sitte tietysti ku mä olin ()*
- 106 *sanonu sen niin se oli ihan kauheeta et mä nyt oon sanonu sillä tavalla (ja sitte)*

107 T: *(...miten niin) kauheeta*

108 H: *no eihän sellasta pitäs mennä sanomaan ensinnäkin () täytyy olla hirveen tarkka () on on asioita*

109 *joista ois niinkun () parempi vaieta () öh () miettiä ainakin et kenelle sanoo ei () ei sellaselle ()*

110 *miehelle joka niinkun varsinainen () öö juorukello () tai (siis että) ja sit se oli niin kauhea asia*

111 *ylipäättään et mä sanoin ääneen tai otan puheeksi sen () sen pahan asian että () ei siitä niinkun pitäs ()*

112 *si siitä täytys vaieta () ja*

Hanna aloittaa kertomalla episodista minämuodossa. Terapeutin kysymyksen jälkeinen vastaus on yleistyneen toisen ääni, joka puhuu passiivirakenteiden avulla ja asettaa kiellon. Tämä johtaa välittömästi ahdistukseen, kylälaisten pahansuovasta reagoinnista salaisuuden paljastumiseen, mutta Hanna ei tavoita, mihin tämä on linkittyntä (APES 1).

Vinjetti 4 (käynti 7, rivit 136–151, APES 1–2)

136 H: *() se ajatus*

137 *myöhemmin vastaan et jos Jannelle menis ja puhuis jolleki jos se kertois () siellä tutuilla kylillä missä*

138 *se liikkuu missä kaikki on tuntenu isän () niin tota kertois () mitä mitä mä oon sanonut niin et sehän*

139 *kääntyis ainoastaan mua vastaan (et tota)*

140 T: *(niinku millä tavalla) sä ajattelet*

141 H: *öö sillä tavalla että () hmm () että minä siinä sit loppujen lopuks olen niinkun varsinainen lunttu*

142 *että () kehtaan mustata isäni mainetta isä on maannu jo viis vuotta haudassa () ja mä rupeen*

143 *puhumaan niinku tollasia asioita sitten () öh () yks kaks että () se menis () siit tulis niinkun () minun*

144 *paha teko () mm tiedän minkälaista (porukkaa siellä kyllä on)*

145 T: *(sitte sillä perusteella) että että kuolleesta ei sais puhuu*

- 146 *pahaa ja*
 147 H: *mm () sillä perusteella ja () ehkä sekini että () niin () pahan puhumista mustamaalasta () valetta*
 148 T: *mm ny eihän se ollu valhetta*
 149 H: *no eihän se ollu mut sillä tavalla ihmiset ajattelis () hyvin monet ajattelis just sillä tavalla että ()*
 150 *höö () tiedän ne pienet () pienet kylät missä () kaikki tuntee toisensa ja () jossa ei paljon muuta*
 151 *tehdäkään ku juurutaan ja vatkataan toisten asioita ja () äh ()*

Hanna kuvaa intensiivisesti, ilman vaihtoehtoisuutta ja omia uskomuksiaan kyseenalaistamatta, miten kyläläiset suhtautuvat häntä syyttäen ja isää puolustaen, juuruten ja paheksuen häntä. Terapeutin pyrkimykset avata vakuuttuneisuutta jäävät tuloksettomiksi (vinjetti 4, rivit 139, 144, 147), missä Hanna kuvaa ratkaisunsa selvität uhkaavalta ahdistukselta – pysyä erossa (vinjetti 5, rivi 199–200, APES 1).

Vinjetti 5 (käynti 7, rivit 198–211, APES 1)

- 198 T: *(ooksä tekemisissä) niiden kanssa (poistettu 199–203)*
 204 H: *no en oikeestaan kovinkaan paljoa () sillä tavalla että () että mä en esimerkiksi niinku kyläile*
 205 *kenenkään luona sillä tavalla e tai että he eivät käy meillä mut ihmisiä joihin törmää joita () joita*
 206 *tapaa aina jossakin tällaset () vanhat kylän ihmiset ja () no sitte vielä (mm)*
 207 T: *(mut) sillon että tavallaan se*
 208 *on myös osittain niinkun jotain sellasta () hmh () josta sä et ihan varmaan tiedä että et ne olis nyt*
 209 *sanonu sulle tai näin vaan että sää vähän niinkun kuvittelet et ne ajattelee niin*
 210 H: *mm () jollakin tavalla tuntemalla semmosen pikkukylän maalaisluonteen () hettä () ja tota*

Keskikouluun meneminen ja terapeutin tuhaudus (8. käynti)

Kahdeksannella käynnillä Hannan näkyväk-

si tulemisen ahdistus sijoittuu terapeutin vuorovaikutukseen. Se etenee kolmivaiheisesti. Ensin Hanna kuvaa (vinjetti 6 ja vinjetti 7), miten serkun ymmärtävä kohtaaminen mahdollisti keskikouluun menemisen muuntamalla suhdetta häpeää herättävään kohteeseen (APES 2–3). Toiseksi, Hannan kertoessa serkusta hänen ruumiintilansa muuntui huomiota herättävästi, mihin terapeutti kiinnitti huomiota (vinjetti 8, APES 1–2). Näkyväksi tulemisen ahdistus virisi nyt välittömässä vuorovaikutuksessa, mikä johti kolmanteen vaiheeseen: Hanna ikään kuin sijoitti ”kyläläisten pilkan” terapeutin ”tuhahdukseen”. Edellisellä käynnillä Hanna suhtautui lähes paranoidisesti pahaa puhuviin kyläläisiin, mutta ei kyennyt tavoittamaan vielä mihin tuo liittyi (APES 2). Nyt tuo ongelmallinen kokemus selventyy tässä keskustelussa oppikouluun menosta serkun kanssa. Hannan muotoilu *’mää pelkäsin kauheesti sitä ett kun isä ryypää kirkonkylässä ett mä joudun törmäämään siihen et’* lähestyy APES 3-tason muotoilua, mutta jätti häpeän tunteen vielä artikuloimatta ilmaisussa. (APES 2,5.)

Vinjetti 6 (Käynti 8, rivit 244–253, APES 2–3)

- 244 H: *mähän tota ()*
 245 *mää kieltäydyin lähtemästä keskikouluun tai silleen mun neljänneltä luokalta ois pitäny hakea*
 246 *sinne ni mä olin ninkun ehdottomasti ett mää en sinne mene () ja tota kukaan ei ninku ymmärtäny*
 247 *vähääkään siitä ett no mitä ett pentu tempuillee taas ett mitähän se on nyt saanu päähänsä ja ()*
 248 *pitää olla jääräpäinen () ja tota eei kenelläkään ei ninku syttyny sellasta tajuntaa paitsi mun serkulla*
 249 *sitte joka ninku loppujen lopuks sai mut lähtemään sinne kouluun ihan vaan sillä tavalla ett se jutteli*
 250 *mun kanssa ja () koska se ymmärsi ninkun () kysyä sillä tavalla oikeen kysymyksen että öö ()*
 251 *johtuuko se jostain ihmisistä joita on siellä () kirkonkylällä () missä se koulu oli ja mä sanoin ett*

- 252 *joo () ja siitä se johtuu ja tota () ninku määh pelkäsin kauheesti sitä ett kun isä ryyppää*
- 253 *kirkonkylässä ett mä joudun törmäämään siihen ett mä () en lähde sinne kouluun ()*

Hanna kuvaa yrityksensä ratkaista isän käyttäytymisen paljastumisesta tulevaa häpeään uhkaa kieltäytymällä menemästä kouluun (vinjetti 6, APES 2–3). Hänellä ei kuitenkaan ole kertomaansa reflektiivistä suhdetta (APES 4). Edellisellä tunnilla Hanna suhtautui hyvin epäluuloisesti pahaa puhuviin kyläläisiin, mutta ei kyennyt tavoittamaan vielä, mihin tuo voimakas suhtautuminen liittyi (APES 2). Tässä (vinjetti 6, rivit 252–253) selventyy tuo ongelmallinen kokemus tässä keskustelussa oppikouluun menosta serkun kanssa. Hannan muotoilu *'määh pelkäsin kauheesti sitä ett kun isä ryyppää kirkonkylässä ett mä joudun törmäämään siihen et.'* lähestyy APES 3 -tason muotoilua, mutta jättää häpeän tunteen vielä artikuloimatta ilmaisussa (APES 2,5). Kuitenkin serkun rohkaisun kuvauksen jälkeen, hän on tunnistanut pelon takana olleen halunsa mennä kouluun (vinjetti 7, APES 2).

Vinjetti 7 (käynti 8, rivit 254–259, APES 2)

- 254 H: *tota mun serkku sano sitten vaan että () ei edes maininnu mun isää eikä mitään nimiä eikä sillä tavalla mutta*
- 255 *siinä vaan ninku synty sellanen yhteinen ymmärrys että () joo että ei sun () tartte ninkun välittää*
- 256 *siitä että sitä on () on kaikenlaisia tyhmiä ihmisiä voi olla ja voi sanoa inhotavia asioita ja () sillä*
- 257 *tavalla mut että että ei se oo ninku sinun vika että ei sun tartte yhtään välittää että ()*
- 258 *mene vaan sinne kouluun ja tota no sitte mä halusinki kouluun () eli se oli niin () tai silleen*
- 258 *yksinkertasta () tavallaan että jos () joku vaa ois puhunu näistä kaikenlaisista asioista että tää () no*
- 259 *serkku esimerkiks ymmä ymmärsi mua ja (se)*

Serkun rohkaisu problematisoi edellisessä (vinjetti 7) Hannan häpeään liittyvän välttämistoimintatavan osoittamalla ongelman ratkaisun *'jos joku vaa ois puhunu'* (vinjetti 7, rivi 258). Assimilaatioanalyysin näkökulmasta tämä sijoittuu vielä APES 2 -tasolle, mutta ilmaisee ikään kuin vielä tiedostumattomana häpeään liittyvän toimintatavan. Tämä ennakoii seuraavan yhdeksännen käynnin oivalluksia, ja siirtymää assimilaatiotasolle 5.

Hannan kertoessa tarinaa serkusta hänen ruumiintilansa muuntui, mihin terapeutti tarttuu *"liikuttumisena"*. Terapeutin kommentti liikutuksesta (vinjetti 8, rivit 277–278) johtaa välittömästi *"toisen äänen"* ilmaantumiseen, joka mitätöi kaiken (vinjetti 8, rivi 279). Hannan oman kokemuksen kuvaus estyy jostain syystä *'et se on liikuttavaa sen takia kun se oli niin () ööö ()'* ja ilmaisuksi tarjoutuu terapeutin edeltävästi toistuvasti käyttämä sana *"hyvä"* (vinjetti 8, rivi 279).

Vinjetti 8 (käynti 8, rivit 277–287, APES 2)

- 277 T: *musta tuntu vaan äsken ett se on jotenkin ninkun ett sä oisit ollu jotenkin liikuttunu kun sä*
- 278 *kerroit siitä mutta () olik sulla semmost tunnetta*
- 279 H: *no varmaan no mistähän se sitte johtuis on on serkku oli hyvin liikuttava tai ett se oli ninkun*
- 280 *mun lapsuudessa semmone () ett se on liikuttavaa sen takia kun se oli niin () öö () hyvä*
- 281 T: *mä aattelen ett seki ett miltä siit pienest työstö tuntu aina kun tuntu hyvältä kun joku puhu ja joku*
- 282 *välitti ja () että saat sä ninkun jonkinnäkösen () tai tuottaakse se sitte jonkinnäkösen yhteyden*
- 283 *niihin pienen tytön tunteisiin () nää kokemukset missä sä oot () ett sua sust välitettiin ja*
- 284 *joku ymmärs () joskus (4)*
- 285 H: *niin tuo on taas sillä tavalla () vaikeaa mä yritän miettiä mä en () mä en löydä sitä () ajatusta*
- 286 *sillä tavalla () niin yhteys*

287 T: *ett sul ei ollu semmosta tunnetta vaan mä tulkitsin pikkasen väärin ilmeisesti* (3)

Huomionarvoista edellisessä vinjetissä (vinjetti 8) on, miten Hanna samastuu arvotomuuskokemukseensa. Hän kuvaa 'vaikeaa mä yritän miettiä mä en () mä en löydä sitä ()' (vinjetti 9, rivit 285–286). Hän käyttää lauseissaan minä-muotoa ilman reflektiivistä suhdetta puhuttuun. Kuvaaminen ilman reflektiivistä suhdetta vastaa APES-tasoa 2. Tätä seuraa terapeutisessa suhteessa Hannan projektiivinen suhtautuminen terapeutin tuhahtukseen, missä hän sijoittaa arvostelevat sanat terapeutin ajatuksiksi (vinjetti 9).

Vinjetti 9 (käynti 8, rivit 374–380, APES 2)

374 H: *... oman lapsuuden takia () tota () mä pystyn eläytymään näihin pieniin () ja murrosikäsiinkin vielä*

375 *jotenkin () mutt ett sen jälkeen tavallaan mun kehitys on jotenkin ninkun () pysähtynyt tai mä en*

376 *tarkota sillä ninkun moittia itseäni*

377 T: *nyt sää huomasi itsekin*

378 H: *niin koska sää tuhahtit niin tota*

379 T: *sää näit sen mun ilmeestä niinkö että taas sää moitit itseäs*

380 H: *niin ett sen jälkeen ei oo tapahtunu ninkun kehitystä koska mä oon jotekin ninkun () litsattu*

381 *siinä vaiheessa jo () suurinpiirtein kun mä oon itse ollu aikuiseks tulemassa () eli ett se on ninkun*

382 *tukahtunu ja nitistyny sen että () mä oisin sen jälkeen juurikaan sitten kehityny () ett on on vaan*

383 *ninkun jääny kiinni siihen että () tai ninku syyttelemään () itseään ja kokemaan ninku ennakolta 384 kauhean varmana ett mä en osaa mitään ja () mä epäönnistun kuitenkin yritän mitä tahansa ()*

385 *että mä en oo minkään arvoinen*

Hanna kuvaa (vinjetti 9, rivit 375–380) oman projektiivisen suhtautumisensa sisällön, mikä ilman vaihtoehtoisuutta ja reflektiivistä suhdetta

ilmaisuu vastaa APES 2 -tasoa. Tässä voidaan nähdä ikään kuin toisinto Hannan suhtautumisesta "pahansuopiin kyläläisiin", missä ivan tai häpäisyn uhka herättää samankaltaisen toimintatavan koettuun ja projektiivisesti kuvattuun kokemukseen. Terapiakäynnillä Hanna seuraavaksi kontrolloi keskustelun kulkua, pysähtymättä "tuhahdukseen". Terapeutin fokusointi tähän yhteistyösuhteessa tapahtuneeseen katkokseen auttoi palaamaan äskeiseen ja kutsui refleктоimaan, mitä Hannan mielessä tapahtui ja mihin hän kiinnitti huomiota (vinjetti 10).

Vinjetti 10 (käynti 8, rivit 423–453, APES 2)

423 H: *sä nauroit tai ilmeestäkin tai päästit sellasen äänen joka lähinnä kuulosti naurulta*

424 *eli et mä en sanonut tätä asiaa oikein... // ajattelin //*

429 *pitää muuttaa tätä sanajärjestystä tai tehdä jotain tälle lauseelle //*

441 *ajattelin et*

442 *siinä tilanteessa olisit ajatellut jotain sellaista et voi ei taas toi Hanna kääntää tän*

443 *asian itseänsä vastaan //*

446 *koska sä olit juuri ennen sanonut et nyt sä kuulet taas et mä niinkun*

447 *moitin itseäni ja tuohan kuulostaa ihan siltä //*

451 *et eikö toi ihminen osaa ollenkaan //*

453 *lopettaa tuota syitten hakemista itses-tään*

Hanna kuvaa (vinjetti 10, rivi 423–424) ensin vaihtoehtoitta totuutena ('sä nauroit'), sitten ikään kuin hieman omaa tiedonmuodostustaan korjaten ('tai ilmeestäkin') ja lopulta melkein kuvaten kyseessä olleen hänen oma tulkintansa toisen eleestä ('tai päästit sellasen äänen joka lähinnä kuulosti naurulta'). Hanna ei kuitenkaan kykene muodostamaan tässä reflektiivistä suhdetta siihen, mitä kuvaa. Hannalle häpäistyksi tulemisen uhka terapeutin taholta herättää Hannassa ensin yrittystä korjata tai muuttaa ilmaisuaan koetun toisen odotusten mukaiseksi ("ajattelin // pitää muuttaa tätä sanajärjestystä tai tehdä jotain tälle lauseelle")

(vinjetti 10, rivi 429). Ja sitten, päätyen lopulta sisäisessä dialogissa voimakkaan projektiiviseen suhtautumiseen (vinjetti 10, rivit 447–453), *’mitä toinen hänestä ajattelee’*. Terapeutti yrittää kuvata, että on hyvä kiinnittää huomiota tilanteisiin, missä Hanna saattaisi sanoa tai olla sanomatta, ettei ymmärrä vain ollakseen mieliksi terapeutille. Tähän Hanna vastaa kuitenkin assimilaatiotasoaan (APES 2) vastaten saamatta reflektiossa kiinni terapeutin kommenttia asiasta (vinjetti 11).

Vinjetti 11 (käynti 8, rivit, 531–536, APES 2)

- 531 H: *tää on nyt on taas sillä tavalla vaikeeta et mitenkähän tästä pitäis niinku jatkaa ()*
 532 *tai siis että pitää tietysti varoa ja () sanoa () jos alkaa huomata et rupee olemaan*
 533 T: *(meniks nyt vaikeeks)*
 534 *mieliksi tai () just kertoo et mä en ymmärrä sua () tai et tälleen mut että nyt mä aion niinku*
 535 *yrittää olla sulle mieliks tästä hetkestä eteenpäin mutta mä kerron sen nyt että mulla on sellainen aie () ja*
 536 *sit sen voi lopettaa siihen*

Hetkellisestä terapeutin vuorovaikutuksen häiriöstä, siihen fokuoimisesta yhteisessä keskustelussa ja käsittelystä seuraa Hannan mieleen tuleva ikävä muistuma edellisestä terapiasta. Siinä Hanna kuvaa edellisen terapeutin naurua, minkä oli kokenut häpäisevänä (vinjetti 11). Aineisto ei kerro, mitä ”oikeasti tapahtui”. Huomionarvoista kuitenkin on, että edellisessä terapiassa tämä Hannan suhtautuminen ja tulkinta toisen naurusta ei ollut tullut ilmaistuksi tai käsittelyn piiriin vaan oli jäänyt piiloon. Nauru oli herättänyt häpeän kokemuksen, mikä oli jotain sellaista, minkä toistumista Hanna pyrki estämään tapahtumasta uudestaan tässä terapiassa. Näissä (vinjetit 10, 11, 12) Hanna ei kuitenkaan pysty muodostamaan reflektioivaa suhdetta tässä ja nyt -vuorovaikutuksessa virittyneeseen häpeän uhkaan, vaan pyrkii joko toiminnallaan välttämään häpeää herättävästä tai ajautuu samastuessaan arvottomuuden kokemukseensa helposti projek-

tiiviseen kokemisen tapaan suhteessa toiseen (APES 2).

Vinjetti 12 (käynti 8, rivit 544–552, APES 2)

- 544 A: *Hän ninkun nauru sellasessa paikkassa ett ei*
 545 *nyt herran tähden olis nauranu () ja tota ett sitä () jotenkin ninkun rupee sillä tavalla vähän sitte*
 546 *varomaan ett seoli () ikävä kokemus ... mä aattelin ett mä en missään*
 547 *tapauksessa haluais ett sä suuttusit täällä () // tai ett*
 548 *sanoisin jotain sellasta ett terapeutti ei ninkun voi sietää sitä () //*
 549 *tai suuttuu se oli kauheen ()*
 550 *järkyttävää en odottanu että siinä ois käynny silleen ett siitä tuli ehkä vähän ()*
 551 *pelokkaaksi tai että yrittää niinku vielä enemmän nyt taas kun on käymässä terapiassa ettei syntyis*
 552 *ainakaan sellasta () tilannetta ja*

Hannan häpeän näkyväksi tulo (9. käynti)

Yhdeksännellä käynnillä Hanna kykenee muodostamaan uudenlaisen suhteen häpeää herättävään kohteeseen, missä Hanna kykenee liittämään sen uutta ymmärrystä kuvaavalla tavalla omaan elämänhistoriaansa. Assimilaatiotason muutokset häpeää herättävään kohteeseen etenevät käynnillä kolmivaiheisesti: 1) uuden ymmärryksen tuominen ongelmalliseen kokemukseen (vinjetit 13–14) 2) läpityöskentely tämän selventymisen mahdollistamana (vinjetit 15–16), mikä lopulta johtaa 3) ongelmallisen häpeäkokemuksen osittaiseen ratkaisuun (vinjetit 17–18).

Yhdeksännen käynnin alussa Hanna palaa edellistunnin serkun kohtaamiseen kuvaamalla, miltä tuo hänestä oli tuntunut. Hän puhuu minämuodossa, mutta ei ole samastuneena arvottomuuden tunteeseen eikä ”toisen ääni” ollut vaiennut osallisuutta tästä itsekokemuksesta (vinjetti 13, rivit 15–16). Terapiakäyntien välissä hankala olo, jota Hanna ei ymmärtänyt, ei ollut jättänyt häntä rauhaan (vinjetti 13, rivit 15–16). Tässä näkyy, miten siirtymä torjutus-

ta ongelmallisesta kokemuksesta (vinjetti 13, rivi 11, APES 0) tulee hankalan tunteen kautta tietoisuuteen. Suhde kohteeseen toimii johtolankana itse kohteeseen, joka ei vielä ole selvästi artikuloitavissa. (vinjetti 13, rivi 12–13, APES 1–2).

Vinjetti 13 (käynti 9, rivit 11–16, APES 2–3)

- 11 H: *Sillon ku oli puhetta siitä et mun serkku sai mut lähtemään keskikouluun () niin tota ja siitä*
- 12 *puhuminen äkkiä (siinä käynnillä) jotenkin () se ei ollukaan enää yhtään miellyttävää vaan se olikin oikeestaan aivan*
- 13 *kauheeta () se oli hyvin hyvin epämiellyttävää sinänsä että niinku joku ruma musta peikko*
- 14 T: *Niinkö*
- 15 *jossakin siellä reunalla mä en tienny niinkun mikä se on ja () sitäkin mä mä mietin*
- 16 *varmaan niinku kaksi päivää et minä takia mulle niinku tuli sellanen olo (ja tota)*

Hannan on vaikea saada kiinni, mihin ”kauheita olo” serkusta puhuttaessa liittyi. Ensimmäinen hän liittyy sen pettymykseen, kun serkku ei kysynyt aiemmasta kiusaamisesta koulussa vaan rohkaisi vain menemään kouluun. Toiseksi, Hanna vastauksena terapeutin tarkentamaan kysymykseen serkkuun liittyneestä tunteesta kuvaa liikuttuneensa ’mutta sen takana oli niinkun sellanen () niinku sellanen hätäannus tai () tai sellainen pik pikku kauhu’. Hanna saa nyt kiinni jostain sellaisesta (APES 3–4), mihin hän ei ollut vielä kosketuksissa edelliskäynnillä, mutta mihin epämääräinen paha olo serkusta puhuttaessa oli häntä ohjannut.

Vinjetti 14 (käynti 9, rivit 73–75, 91–92, 96–97, APES 3–4)

- 73 *keskustelu ei ollu mikään kiva ja mä muistan et mä niinku jurotin kovasti ja olin hyvin*
- 74 *yksitavuinen mutta sitten jälkepäin hyvin helpottunut... ja sitten mä pääsin*
- 75 *kouluun //*

- 91 *oisin varmaan pitänykkin pääni kun moneen kertaan sanonut et en lähde, mutta //*
- 92 *hän niinku oivalsi mun salaisuuteni tämä serkku... //*
- 96 *jotenkin niinku kiukutti 11-vuotiaana se että mä olin niinku paljastunut ja että hän niinkun lukee minua kuin*
- 97 *avointa kirjaa emmä muista () mut jokin laitto mut kuitenkin olemaan hyvin juro siinä vaiheessa kun me juteltiin*

Hanna kuvaa mieleensä tulevien esimerkkitalteiden kautta, millaiseen viittaussuhteiden verkostoon häpeää herättävät muistot kietoutuvat ja miten hän on yrittänyt selvittää niiden kanssa. Isän tullessa juovuksissa koulubussiin tai kun ’opettajat teki mun isästä silmä silmätikun sillee et koko luokka ryntäs () ikkunaan tuijottamaa’. Tässä tilanteessa Hanna kuvaa omia tuntojaan:

Vinjetti 15 (käynti 9, rivit 163–172, 220–238, APES 4–5)

- 163 H: *mä olin niinku tuotunu siitä ja //*
- 164 *mä jotenki ajattelin et mä en ainakaa mene tonne () //*
- 165 *mä jäin vaan () istumaan siihe ja sitten opettaja () jutteli siinä*
- 166 *lisää et missä hän on nähny sen miehen aikasemmin ja kaikkee () sillan mulla alko syntyä*
- 167 *sellanen () kauheeta () varmuus et sehän on mun isä () mä kävin niinkun kauhian pieneks ja*
- 168 *surkeeks se oli niinkun itsestäänselvää asia et mä en niinku voi hievahtakaan paikaltani et mä niinku*
- 169 *et nyt () mä häviän niinku olemattomiin toivottavasti () ja tota () kukaan ei sanonu mitään*
- 170 *tuntevansa sitä miestä eikä sellasta mut sitte yks poika joka oli niinku meiltä päin () tuli*
- 171 *mun luokse ja //*
- 172 *nauro kovasti ja sano et se on sun isäs //*
- 220 *pakko mennä jotenkin pakko olla ajattelemta //*
- 223 *kohottaa ryhtiä asetella kasvoillensa*

- sellasta ilmettä jonka arvelee et se olis sopiva*
- 224 *mitäänsanomaton rauhallinen mielellään vaikka ihan ilmeetön ja se on sitä ettei katso mihinkään suuntaan //*
- 226 *sen kun vaan asettuu istumaan ja alkaa tuijottaa penkkiä //*
- 228 *en tiedä mitä muut ajatteli, mutta se oli minulle hirveän*
- 229 *häpeällistä... täyty kehittää kuori... jotenki säilyttää kasvonsa (220–238)*

Hannan tapa yrittää selvittää häpeänsä kanssa oli samankaltainen kuin oppikoulun kanssa: vaikeneminen ja häpeää herättävän kohteen välttäminen *'en mene'*. Läpityöskentelyn (APES 5) – mitä Hanna kuvasi käyneensä läpi paljon itsenäisesti psykoterapiakäyntien välissä – kautta Hannalle tuli mahdolliseksi uudenlainen ymmärrys omaan häpeänsä kehityshistoriaan sekä siihen pääasiallisiksi muodostuneisiin ratkaisukeinoihin. Hannan suhteen isän käyttäytymiseen ei olisi välttämättä tarvinnut kehittyä häpeäksi *'olis voinu niinku kasvattaa muullakin tavalla suhtautumaan asiaan'* (vinjetti 16, rivi 292). Hanna kuvaa, miten vaikeneminen, piiloutuminen ja välttäminen olivat kehittyneet hänelle toimintatavoiksi ratkaista ongelmalliseksi muodostunut häpeäkokemus (vinjetti 16, rivit 300–302). Paljastumisen tai näkyväksi tulemisen uhka oli tämän sietämättömän ja siten vältettävän itsekokemuksen ydin (vinjetti 16, rivi 302). Tässä kohtaa Hanna alkaa saavuttaa toimijuutta itsehavainnossaan ongelmalliseen kokemukseensa, mikä näkyy vinjeteissa hänen aktiivisessa ja hankalia kokemuksia työstävässä otteessaan (vinjetit 16–19).

Vinjetti 16 (käynti 9, rivit 291–302, APES 5)

- 291 H: että äitihän mulle tartutti kauheasti sen
- 292 oikeestaan et mistä muualta se ois tullukkaan miten kovasti pitää isän takia hävetä () olis voinu
- 293 niinku kasvattaa muullakin tavalla suhtautumaan asiaan //
- 296 niin tää on meille niin hirveä häpeä että sinun isäsi on tuollainen ja () ja () kaikki () mitä isä nyt

- 297 sitte oliskaa voinu tehdä äiti maalaili kaikenlaisia kuvia että () jos isä tekee niin ja näin jos tapahtuu
- 298 sellasta ja tällasta nii () kyllä me sitten joudumme häpeämään häntä... pelottaa niin kovasti se () tai ()
- 299 niin kyllähän se niinku äkkiä () tarttuu... et mä olin varmaan no vaikka sillon kun mä alotin
- 300 koulunkäyntiä niin mä olin sellaisen () häpeän ja pelon kyllästämä että oli sellanen kau kauhee juttu
- 301 päällä miten tätä pitää () salata ja väistellä ja () valehdella ja tehdä mitä tahansa että tää kauhee
- 302 häpeä ei paljastuisi

Ongelmallisen häpeäkokemuksen eri puolien läpityöskentely jatkui, kun terapeutti palasi edellistunnin ”terapeutin tuhahtukseen” ja häpeän uhan sijoittumiseen vuorovaikutuksessa. Jälkikäteen Hannalla mahdollistui tilanteen kuvaaminen ja tutkiminen vähemmän projektiivisella tavalla, mikä edelliskäynnillä ei ollut mahdollista (vinjetit 9, 10, 11). Hanna kuvaa, ettei kokenut terapeutin tuhahtusta siinä tilanteessa epäystävällisenä ja pilkallisenä nauruna, kuten oli kokenut edellisen terapeutin naurun. Hanna puhuu eri asemasta käsin kokemuksestaan kuin edelliskäynnillä, missä hankalan tunteen kohdalla hänen suhtautumisensa terapeuttiin oli enemmän projektiivista (vinjetti 9), mistä puuttui refleктоiva ja vaihtoehtoja hahmottava suhde puhuttuun. Tässä kohden Hanna sijoittaa toisen ymmärtämättömyyden ja pilkan entiseen terapeuttiin, mutta tavassaan jäsentää kokemustaan ikään kuin suojelee nykyisen terapeutin kuvaa ja suhdetta tähän tässä kohtaa – vaikka edelliskäynnillä (vinjetit 9, 10, 11) Hanna eksplikoisi selvästi, miten oli selventänyt itselleen terapeutin tuhahtusta. Se, kenelle Hanna kokee puhuvansa transferentiaalisessa tilanteessa, vaikuttaa ilmaistessa siihen, mitä hän voi sanoa ja kuinka kannattelevaksi tuon yhteyden voi kokea.

Vinjetti 17 (käynti 9, rivit 338–362, APES 5)

338 H: häpeä sehän sieltä tuli () mä oon typerä

- 339 *tai siis se oli niinku et mä oon niin typerä rasittava ja ja sietämätön hanhi että toi terapeutinkin se ei niinku jaksa kestää mua et nyt se jo*
- 340 *suuttu //*
- 358 *eihän hänhän ei tietenkään ajatellu varmaan sillä tavalla mutta //*
- 360 *minä minähän otan koska mä olen //*
- 362 *semmonen niinku olen ja totta kai mä niin kuin sain siitä sen häpeän*

Hanna tuo esiin uudenlaisia puolia äidistään, mistä aiemmin ei ole voitu puhua. Hanna epäsuorasti problematisoi tässä edellä hahmotellun häpeätarinansa, missä isän käyttäytymisen häpeä piilottaa taaksensa vielä jotain. Äidille ei voinut puhua pelätessä toisen suuttumusta ja ivaa (vinjetti 18, rivit 484–485). Hanna kuvaa pelkoaan tulemisesta samanlaiseksi kuin äiti, ja miten yksittäiset omat teot saavat mittasuhteen pelkoa vasten:

Vinjetti 18 (käynti 9, rivit 482–490, APES 5)

- 482 H: *ylipäättään sanotaan et tyttäret alkaa muistuttaa äitiänsä tai huomaa itsessään*
- 483 *jotain sellasta mut mä en niinku huomaa mitään semmost hyvää () vaan et ettei minusta olis*
- 484 *tulossa just sellanen joka () räsähtää raivokkaasti äkkiä suuttuu jostakin () tai et on niinku sille tosi*
- 485 *kylmä niinku äiti osas olla sellanen jääkellari () mistä se heitteli jotain ivapiikkejä () //*
- 486 *entä jos mä en huomaakaan ja mä muutun //*
- 487 *en tiedä minkä takia äiti oli katkera ihmisen se oli () väsynyt ja*
- 488 *sairas ja katkera () ajattele () jos minulle käy niinku aivan samalla tavalla () tässä täytyy 489 niinku jotenkin laittaa hanttiin jos se vaan jotenki on estettävissä enkä mä tiedä ()*

Hannan itsetutkiskelu 8. käynnin tapahtumista on mahdollistanut ulos tulon ”tummanharmaasta, ankeasta ja tukossa olost” kohti

vapautuneempaa, eläväisempää ja ihmisten kanssa juttelevaa olemista ja toimintaa (vinjetti 19).

Vinjetti 19 (käynti 9, rivit 512–520, APES 5)

- 512 H: *Pystyn tekemään sellasia hyvin pieniä asioita jotka on ollu minulle kuitenkin niinku 513 mahdottomia koska on pelänny niin paljon () mitä siitä seuraa jos jotakin*
- 514 *menee tekeen //*
- 515 *tunnen itteni ainaki vähän rohkeamaksi () että uskallan sanoa niistä asioista joista ei ois joskus aikasemmin millään voinu () suutansa avata ja*
- 516 *kokeil kokeilla sitä et miltä se () tuntuu niinku uskaltautua () tosiaan () puhumaan missä puhuuki ja*
- 517 *sitten on huomannu tai et eihän se nyt ollukkaa niin*
- 518 *kauheeta et mähän pystyin tekemään sen ja () mä onnistuin sittekin () ei tullukka mitään häpeää*
- 519 *eikä eikä tota () nolausta () kukaan (ei) sanonu että tyhmä ni ku mä oon huomannu et sellasta ei () ole*
- 520 *niin mä aion niinkun () jatkaa sitä ja yrittää enemmän*

Loppuyhteenvetona voidaan kuvata, miten yhdeksännellä käynnillä Hanna ensin kuvasi uudella tavalla selventynttä ymmärrystään edellistunnin hankalaan oloon puhuttaessa serkun kohtaamisesta (vinjetti 13). Tässä Hannan suhde häpeää herättävään kohteeseen muuntui assimilaatiotasoilta 2–3 (vinjetti 13), terapeutin käsittelyvaiheen kautta kohti APES 4 -tason kuvaamaa oivallusta (vinjetti 14). Toiseksi, tämän mahdollistamana Hanna kuvasi selventynttä ymmärrystään, millaisten tapahtumien kautta suhde isän käyttäytymiseen oli hänelle muotoutunut häpeäksi (vinjetti 15). Työskentelyn tuloksena Hanna kuvasi uutta ajatusta äitinsä roolista Hannan häpeän muodostajana (vinjetti 16–18), vastaten APES-tasoja 4–5. Lopuksi Hanna kuvaa omaa muutostaan ongelmalliseen kokemukseensa (vinjetti 19), missä ongelmallinen häpeäkokemus on – ai-

nakin osittain – tullut integroituneeksi osaksi omaa kokemusta uudella tavalla (APES 5).

4. Pohdinta

Tutkimuksen tavoitteena oli yksinkertaisesti näyttää, miten häpeä tavoitetuissa hetkissä näyttäyty potilaan kokemuksessa ja miten se selventyy ja kehittyy – tai on selventymättä ja kehittymättä – psykoterapian kuluessa. Psykoterapian alussa ilmaisun mikroanalyttisen selventämisen kautta tuli näkyväksi, miten Hanna suhtautui kuvattavana olemiseen sekä miten hän kuvasi pääasiallisen tapansa toimia selvittääkseen siitä. Paljastumisen tai näkyväksi tulemisen ongelmallisuus tuli eri yhteyksissä esiin jo ensiminuuteilla – osittain sellaisesta materiaalista, mikä aiemmissa tutkimuksissa oli jätetty litteroimatta. Tämä viittaa ilmaisun helpoon ohitettavuuteen sekä psykoterapian alun ilmaisujen merkityksellisyyteen. Hanna puhui kuin ohimennen täyttäessään lomaketta, eikä terapeuttikaan siinä kohtaa tarttunut Hannan tarjoamaan *'kauhun paikka'*-ilmaisuun. Terapian alun helposti ohitettavien ilmaisujen merkitykset eivät kuitenkaan millään voineet avautua terapeutille siinä hetkessä, toisin kuin tutkijalle, jolla on käytettävissään jälkikäteisesti koko terapiatapahtuman kattava kliininen aineisto.

Hannan häpeän tarinan kautta tuli vaihtelevain näkyväksi osa siitä, mikä terapian alussa ilmeni näkyväksi tulon uhkana. Käyntien 7–9 aikana Hannan suhde häpeää herättävään kohteeseen muuntui ja selventyi niin, että hänen arvioitiin saavuttaneen assimilaatiotason viisi. Seitsemännen käynnin alussa salaisuuden paljastaminen muodosti Hannalle uhan ja aikaan-sai paranoidista suhtautumista ilman yhteyttä kokemusta välittäneeseen syyhyn (APES 2). Kahdeksannella käynnillä serkun kohtaamisen kautta selventyi, että isän käyttäytyminen oli Hannan häpeän varsinainen kohde (APES 3). Hapaisyn ja ivan kohteeksi tulemisen pelko tuli vuorovaikutukseen Hannan liikituksen ”paljastumisen” kautta. Sen käsittelyn jälkeen yhdeksännellä käynnillä mahdollistui uudenlaisen kokemisen assimiloiminen serkun kohtaamisen tarinaan (APES 4). Käynnin läpityöskentelyvaiheessa Hannan onnistui integroida ongelmal-

linen häpeäkokemuksensa. Hän tunsu itsensä vapaammaksi ilmaisemaan itseään. Läpityöskentelyvaihe tuotti myös kokonaan uuden näkökulman isän häpeämiseen. Hanna havaitsi samastuneensa äitinsä häpeään, jolloin se sai ikään kuin kaksinkertaisen voiman (APES 5).

Häpeän tavoittaminen psykoterapiatutkimuksen laadullisten menetelmien avulla näyttää mahdolliselta. Hannan häpeän tarina kuitenkin näyttää myös, miten helposti ohitettavasta, monikerroksisesta, moneen suuntaan linkittyneestä ja muuntuvasta kokemuksesta on kyse. Tämä asettaa haasteen niille käsitteellisille työkaluille, joiden avulla jäsenämme psykoterapeuttisen prosessin moniulotteista kehitystapahtumaa. DSA:n lähestymistapa ja teoreettiset välineet yhdistettynä assimilaatiomallin vaihemalliin viittauskohteen assimilaatiotasosta tavoittavat häpeän kehityksellistä ja muuntuvaa luonnetta tavalla, mitä aiemmin ei ole tehty. DSA:n analyysin yksikkönä semanttinen positio muodostaa psykologisen erittelyn alkuabstraktion, joka rajaa havaittavien asioiden sisällön ja jäsentää ilmiöitä tutkimuksen kohteeksi (Kivikkokangas & Leiman, 2019). Esimerkki semanttisen position tunnistamisesta Hannan ilmaisussa oli ensimmäisen käynnin alkuhetkiin kohdistunut analyysi. Hanna ei puhu mitään häpeästä, mutta hänen kommenttinsa istunnon videokuvaukseen sisältää ”nähdyksi tulemisen kauhun”. Tämä semanttinen positio ilmenee eri viittauskohteiden yhteydessä (vastaten eritasoisia assimilaation tasoja viittauskohteeseen), kuten tulososassa ilmenee käynneillä 7–9 esimerkiksi Hannan paljastaessa ”mitä isä teki” ”isän hovilaiselle”, Hannan viitatessa oppikouluun menemisen mahdottomuuteen, serkun ymmärtäessä Hannan salaisuuden häpeän varsinaisesta kohteesta tai myöhemmin suoremmin viitaten kertomuksessa koulubussiin juovuksissa tulevasta isästä. Tämä semanttinen positio oli näkyvissä jo alussa, mutta vasta viittaussuhteiden verkoston selventymisen kautta terapeutissa työssä mahdollistui näiden asettuminen oikeaan yhteyteen Hannan häpeän tarinassa.

Hannan häpeän tarina asettuu siten osaksi laajempaa kysymystä siitä, kuinka lähestyä psyykkistä kokemusta, sen ymmärrystä sekä

muuntumista. Hannan häpeän tarina näyttää, siten kuin se on tässä tutkimuksessa kuvattu, miten häpeä on aina häpeää jostakin, ja se, mistä koemme häpeää, on yksilöllistä. Häpeä tunnenimenä asettuu kuvaamaan toimijan ja kohteen välistä suhdetta, missä kohdetta ei tule ymmärtää liian yksinkertaistaen vaan alati rikastuvana ja uusia puolia itsestään avaavana. Hannan häpeän tarinaa ei tule siis lukea muutoksena suhteessa isän alkoholin käyttöön sinänsä, vaan huomata, miten psykoterapeuttisen työn kautta Hannan vastavuoroinen suhde häpeää herättävään kohteeseen muuntui ja kehittyi avaten ja assimiloiden aiemmin tietoisuuden piiristä karanneita puolia takaisin tietoisuuteen. Ehkä Hannan muuntunut suhde toimintansa muihin kohteisiin (esim. aiempi kokemus, ettei ole ketään luotettavaa toista kenelle puhua siitä, mistä ei ole koskaan voinut puhua) terapian aikana vaikutti myös siihen, millaiseen uuteen suhteeseen häpeäkokemus nivoutui.

Joka tapauksessa kyseessä on kehitystapahtuma, jossa se häpeää herättävä kokemus, mikä Hannalla oli ennen terapiaa, oli muuntunut terapian aikana tavoitteiden suuntaisesti. Eri muutosvaiheiden kuvaus osoittaa, miten tärkeää on kuvata ilmiö olennaisissa kehityksellisissä yhteyksissään – toisin sanoen, miten siitä, mikä Hannalle herätti häpeää, oli muotoutunut ja suhde siihen kehittynyt sellaiseksi monikerrokselliseksi ja moniyhteydelliseksi ilmiöksi yhdessä suojaavine toimintatapoineen kuin se terapian alussa oli. Hannan oman ilmaisun, miten ja mitä kuvaa häpeäkseen, ottaminen metodologisena valintana analyysin lähtökohdaksi palautti myös tutkimuksen tasolla hänet oman muuttuneen ongelmallisen kokemuksensa subjektiksi.

Artikkeli hyväksytty 5.4.2019.

Kirjallisuus

- Bahtin, M.** (1984). *Speech genres and other late essays*. Austin: University of Texas Press.
- Bahtin, M.** (1991). Dostojevskin poetiikan ongelmia. Suom. Paula Nieminen & Tapani Laine. Helsinki: Orient Express: Helsinki.
- Goffman, E.** (1967). *Interaction ritual*. New York: Anchor Books.
- Hartikainen, K.** (2013). Vuorovaikutuksen muutokset yksilöpsykoteraprosessissa. Psykologian lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos.
- Honos-Webb, L. & Stiles, W. B.** (1998). A reformulation of assimilation analysis in terms of voices. *Psychotherapy*, 35, 23–33.
- Honos-Webb, L., Stiles, W. B., Greenberg, L. S.** (2003). A method of rating assimilation in psychotherapy based on markers of change. *Journal of Counseling Psychology*, 50(2), 189–198.
- Honos-Webb, L., Stiles, W. B., Greenberg, L. S., Goldman, R.** (1998). An assimilation analysis of process-experiential psychotherapy: a comparison of two cases. *Psychotherapy Research*, 8(3), 264–286.
- 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(4), 448–460.
- Hästbacka, J.** (2013). Henkilökohtainen tiedonanto.
- Ikonen, P. & Reckhardt, E.** (1994). Thanatos, häpeä ja muita tutkielmia. Helsinki: Nuorisopsykoterapia-säätiö.
- Keto, R.** (2010). Tunteiden käsittely traumatisoituneen naisen psykoterapiassa. Psykologian lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos.
- Kivikkokangas, S.** (2017). Häpeän ilmentyminen ja muutos psykoterapiassa. Lisensiaatintyö. Jyväskylän yliopisto.
- Kivikkokangas, S. & Leiman, M.** (2019). Amalia X - Dialogical Sequence analysis as a method in theory-based single case studies in psychoanalysis. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, <https://doi.org/10.1080/1062301.2019.1597447>
- Leiman, M.** (1997). Procedures as dialogical sequences. *British Journal of Medical Psychology*, 70, 193–207.
- Leiman, M.** (2002). Toward semiotic dialogism. *Theory and Psychology*, 12, 221–235.
- Leiman, M.** (2004). *Dialogical Sequence Analysis*. Teoksessa Hermans H. J. M. & Dimaggio, G. (toim.), *The dialogical self in psychotherapy*. London: Brunner & Routledge.
- Leiman, M.** (2006). What does the first exchange tell? Dialogical sequence analysis and assimilation in very brief therapy. *Psychotherapy Research*, 16(4), 408–421.
- Leiman, M.** (2011). Mikhail Bakhtin's contribution to psychotherapy research. *Culture and Psychology*, 17(4), 441–461.

- Leiman, M.** (2012). Dialogical Sequence Analysis as a method to study psychotherapeutic discourse. *International Journal of Dialogical Science*, 6(1), 123–147
- Leiman, M.** (2016). Henkilökohtainen tiedonanto.
- 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, 311–330.
- Lewis, H.** (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- Manninen, V.** (2015). Halun ja moraalin maisemia. Helsinki: Helsingin Psykoterapiayhdistys.
- McLeod, J.** (2010). *Case study research in counseling and psychotherapy*. London: Sage.
- Stiles, W. B.** (2001). Assimilation of problematic experiences. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 462–465.
- Stiles, W. B.** (2002). Assimilation of problematic experiences. Teoksessa Norcross, J. C. (toim.), *Psychotherapy relationships that work: Therapist contributions and responsiveness to patients*, 357–365. New York: Oxford University Press.
- Stiles, W. B.** (2003). Qualitative research: evaluating the process and the product. Teoksessa Llewelyn, S. & Kennedy, P. (toim.), *Handbook of clinical health psychology*, 477–495. Sussex: Wiley.
- Stiles, W. B.** (2005). Extending the assimilation of problematic experiences scale: commentary on the special issue. *Counselling Psychology Quarterly*, 18(2), 85–93.
- Stiles, W. B.** (2011). Coming to terms. *Psychotherapy Research*, 21(4), 367–384.
- Stiles, W. B., Caro Gabalda, I., Ribeiro, E.** (2016) Exceeding the therapeutic zone of proximal development as a clinical error. *Psychotherapy*, 53, 268–272.
- Stiles, W. B., Osatuke, K., Glick, M. J., Mackay, H. C.** (2004). Encounters between internal voices generate emotion. Teoksessa Hermans H. J. M. & Dimaggio, G. (toim.), *The dialogical self in psychotherapy*, 91–107. London: Brunner & Routledge.
- Stiles, W. B., Morrison, L. A., Haw, S. K., Harper, H., Shapiro, D. A., Firth-Cozens, J. A.** (1991). Longitudinal study of assimilation in exploratory psychotherapy. *Psychotherapy*, 28(2), 195–206.
- Stiles, W. B., Elliott, R., Llewelyn, S. P., Firth-Cozens, J. A., Margison, F. R., Shapiro, D. A., Hardy, G.** (1990). Assimilation of problematic experiences by clients in psychotherapy. *Psychotherapy*, 27, 411–420.
- Tikkanen, S.** (2015). Development of an empathic stance: Dialogical Sequence Analysis (DSA) of a single case during clinical neurological assessment procedure. Publications of the University of Eastern Finland, Dissertations in Education, Humanities, and Theology No 68.
- Tikkanen, S., Stiles, W. B., Leiman M.** (2011). Parent development in clinical child neurological assessment process: encounters with the assimilation model. *Psychotherapy Research*, 21(5), 593–607.
- Tikkanen, S., Stiles, W. B., Leiman, M.** (2013). Achieving an empathic stance: Dialogical Sequence Analysis of a change episode. *Psychotherapy Research*, 23, 178–189.
- Tähkä, R.** (2010). Illusion and reality in the psychoanalytic relationship. *Scandinavian Psychoanalytic Review*, 23(1), 65–88.
- Tähkä, V.** (1993). *Mind and its treatment*. Madison, CT: International Universities Press.
- Vygotsky, L. S.** (1978). *Mind in society: The development of higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Wurmser, L.** (1983). *The mask of shame*. New York: Johns Hopkins.