

Mikael Leiman

Semioottinen objektisuhdeteoria kognitiivis-analyyttisen terapian teoriana

Vuonna 2001 Anthony Ryle esitti ajatuksen semioottisesta objektisuhdeteoriasta (engl. semiotic object relations theory, SORT) Iso-Britannian kognitiivis-analyyttisen psykoterapeuttiyhdistyksen vuosikongressissa. Hän tarkoitti sillä sellaista käsitystä psyykkisestä kehityksestä, joka selittää psyykkisten toimintojen muodostumisen merkkien välittämän sosiaalisen vuorovaikutuksen avulla.

Rylen ehdotus avasi kiehtovan näköalan kognitiivis-analyyttisen terapian teoreettiselle kehittämiselle. Ajatus oli kuitenkin ennaikainen kahdessa mielessä. Ensinnäkin merkkipäälteen toiminnan idea edellyttää merkin käsitettä, joka sallii psyykkisten toimintojen kattavan analyysin. Tämä tarkoittaa sitä, että käsitteen pitää toimia sekä yksinkertaisten aistitoimintojen että kehittyneiden sisäisten toimintojen ja kommunikation analyysissä. Vuosituhannen taitteessa tällaista merkin käsitettä ei vielä ollut käytettävissä.

Lev Vygotski on merkkien välittämän toiminnan teorian kantaisä. Hän oletti merkin perusmuodoksi puhutun sanan. Se sai hänet erottamaan ”korkeammat psyykkiset toiminnot” yksinkertaisemmista toiminnoista kuten aistimisesta ja tahattomasta muistamisesta, joita hän tarkasteli ärsykkeen ja reaktion teorian valossa. Tämä johti kohtalokkasiin seurauksiin hänen kuolemansa jälkeen. Vygotskia syytettiin intel-

lektualismista, ja venäläisen psykologian perusparadigmaksi tuli vuosikymmenien ajaksi ärsyke–reaktiomalliin nojautuva tutkimus.

Vygotskin omaksumassa merkin käsitteessä oli toinenkin ongelma. Se soveltui vain kognitiivisten toimintojen erittelyyn. Elämänsä loppuvaiheessa hän tiedosti tämän rajoittuneisuuden ja omaksui *perešivanie*-käsitteen ihmisen emotionaalisesti värityneiden kokemusten analyysivälineeksi. Käsitettä on vaikea suomentaa, mutta lähimmät vastineet ovat ”elämys” tai ”kokemus”.

Toiseksi sitkeä ristiriita kognitiivisten sekvenssien ja vastavuoroisten asetelmien väliillä oli kognitiivis-analyyttisen teorian puitteissa edelleen ratkaisematta. Se oli alun perin seurausta Rylen tavasta olettaa, että psykoanalyttinen objektisuhdeteoria voitaisiin selittää kognitiivisen sekvenssimallin (engl. procedural sequence model) avulla (Ryle 1982).

Kognitiivinen sekvenssi ei sisällä kohteen käsitettä

Psykoanalyysi on historiansa kuluessa yrittänyt toistuvasti kolkutella akateemisen psykologian ovea. 1940-luvulla psykoanalyysin käsitteitä pyrittiin tulkitsemaan behaviorismin näkökulmasta. 1970-luvulla kognitiivisesta psykologiasta tuli akateemisen psykologian valtavirta, ja

silloin kokeiltiin psykoanalyysin kognitiivista lukutapaa. Rylen sekvenssimalli oli osa tätä teoreettista keskustelua. 2000-luvulla neuropsykoanalyysi edustaa samaa ikäikäistä pyrkimystä.

Kognitiivisen ja psykoanalyttisen teorian yhteensopimattomuus palautuu yhteen olennaiseen eroon: psyykkisten toimintojen kognitiivinen kuvaus ei sisällä kohteen käsitettä. Se taas on psykoanalyttisen teorian peruslähtökohta.

Sisäisten toimintojen kohteellisuus perustuu Franz Brentanon (1874/1995) ajatukseen, jonka mukaan jokaisella mielentoinnolla on kohde. Brentano väitti myös, että toimijan suhtautuminen mielensä kohteisiin on mukana psyykkisissä toiminnoissa. Haluamme, rakastamme, vihaamme, pelkäämme, idealisoimme, mitätöimme jne. kohteita, joiden yhteyteen olemme mielessämme asettuneet.

Kognitiivisen psykologian lähtökohtana on Aristoteleelta periytyvä informaation käsite: ulkoisten kappaleiden muoto siirtyy sieluun vailla aineellisuuttaan. Psyke saa alkunsa aistimuksista, jotka jäsentyvät psyykkisten perusfunktioiden välityksellä representaatioiksi. Kognitiiviset mielentointojen kuvaukset ovat formaaleja prosessikuvauksia, jotka alkavat ärsykkeiden synnyttämisestä aistimuksista ja päätyvät toimintaan, joka hahmottuu reaktioksi.

Kehitellessään kognitiivista sekvenssimalliaan Ryle väitti, että se on sovellettavissa sekä yksinkertaisiin että mutkikkaisiin toimintoihin (Ryle 1982, 12). Tavoitteellisten toimintojen toteuttaminen sisältää sarjan skriptejä tai skeemoja. Niiden avulla voidaan kuvata hampaiden harjaamista yhtä hyvin kuin minuuden määrityksiä, jotka säätelevät itsearvostusta ja elämänpäämääriä. Tämä on mahdollista, kun toiminnan kohde poistetaan analyysistä.

Yritys istuttaa objektiivinen kognitiiviseen sekvenssiin

Ryle oli omaksunut 1970-luvulla vastavuoroisen asetelman (engl. reciprocal role) käsitteen kuvaamaan ihmisen suhdetta itseensä ja toi-

siin. Käsitteen lähtökohta oli psykoanalyysin brittiläisessä objektiivisteoriassa, erityisesti Melanie Kleinin, Ronald Fairbairnin ja Harry Guntripin kirjoituksissa.

Ryle johti 1970-luvulla Sussexin yliopiston opiskelijaterveydenhuoltoa. Hänen työnohjaajanaan oli kleinilainen psykoanalyttikko Isca Salzberger-Wittemberg (1970), joka tapasi ohjauksen lomassa klinikan opiskelijaasiakkaita. Hän teki parin arviointikäynnin kuluessa psykodynaamisen formuloinnin, jota Ryle sovelsi asiakastyössään. Menettely periytyi seuraavan vuosikymmenen puolella kognitiivisanalyttisen terapian reformulointikäytäntöön.

Ryle alkoi seurata Sussexin opiskelijaterveydenhuollon tarjoamien lyhyiden terapioiden tuloksellisuutta George Kellyn Repertory grid-menetelmän avulla. Se soveltuvi tehtävään hyvin, sillä menetelmä kartoittaa henkilön yksilöllistä suhtautumista hänelle tärkeisiin mielen kohteisiin. Niitä kutsutaan menetelmässä elementeiksi. Yksilöllistä suhtautumista kohteeseen kutsutaan konstruktiksi. Konstruktio tuotetaan haastattelussa, jossa elementtejä vertaillaan keskenään ja etsitään niiden samankaltaisuutta tai vastakkaisuutta.

Ryle kehitti grid-menetelmästä dyadisen version (Ryle & Lunghi 1970), jossa elementit muodostuivat tutkittavan itselleen merkityksellisistä objektiivisista. ”Minun suhteeni äitiini”, ”äidin suhde minuun”, ”minun suhteeni kumppaniini”, ”kumppanin suhde minuun” ja ”minun suhteeni itseeni” ovat esimerkkejä elementeistä, jotka synnyttivät alkuperäisen vastavuoroisen asetelman käsitteen.

Vastavuoroisen asetelman sisälsi myös ajatuksen projektioista, joka saa henkilön näkemään toisten toiminnan omien suhtautumistapojensa värittämänä. Dissosiaation ja osaobjektien ideat sisältyivät alun perin Rylen vastavuoroisiin asetelmiin (Ryle 1975).

Vastavuoroista asetelmaa voi tarkastella psykoanalyttisen objektiivisen suhteen hahmottamisena Kellyn konstruktiteorian ja grid-menetelmän

välityksellä. Psykoanalyttisessä teoriassa olennainen kohteen käsite on säilynyt mutta kapautunut kattamaan vain henkilölle tärkeät ihmissuhteet ja konstruktioiden määrittämän suhtautumisen itseensä. Melanie Kleinin ajattelussa tärkeät tiedostamattomien fantasioiden kohteet jäivät tarkastelun ulkopuolelle.

Kun Ryle omaksui kognitiivisen sekvenssimallin vastavuoroisia asetelmia selittäväksi yleiseksi periaatteeksi, hän ei havainnut kohteen käsitteen katoamista psyykkisten toimintojen analyysissä. Kognitiivisesta psykologiasta puuttuva toiminnan kohteellisuuden idea kuitenkin estää sen prosessikuvausten integroimisen psykoanalyttiseen teoriaan.

Ryle havaitsi muutaman vuoden kuluessa, että vastavuoroisten asetelmien sijoittaminen sekvenssimalliin oli ongelmallista. Hän ratkaisi ongelman terminologisesti. Vastavuoroisen asetelman perään lisättiin sana ”proseduuri”. Näin syntyi ”reciprocal role procedure” (Ryle 1985). Ratkaisuyritys ei ollut aito teoreettinen synteesi. Termiä oli vaikea suomentaa järkevästi. Kokeilin ”vastavuoroista roolitoimintatapaa”, mutta sen tarkoitetta oli mahdotonta artikuloida selvasanaisesti. Suomenkieliseen KAT-teoriaan vakiintui *vastavuoroinen asetelma* sellaisenaan kuvaamaan henkilön suhdetta toisiin ja itseensä. ”Toimintatapa” puolestaan viittasi alkuperäiseen ”procedural sequence”-termiin. Tämä terminologinen ratkaisu johdi suomalaisen KAT-käytännön vähittäiseen, huomaamattomaan eriytymiseen brittiläisestä.

Britanniassa yritys sisällyttää objektisuhteen käsite kognitiivisen sekvenssin puitteisiin ilmenei 1980-luvun lopulta asti jatkuvana väittelynä kognitiivisten sekvenssien ensisijaisuutta korostavien terapeuttien ja objektisuhteita painottavien terapeuttien välillä. Käsitteellinen yhteen osumattomuus pakotti psyko terapeutit hahmottamaan asiakkaiden ongelmia joko kognitiivisinä toimintaketjuina tai kohteellisinä vastavuoroisinä asetelmina.

Käytännön psyko terapeuttisessa työssä on mahdollista vaihdella käsitteellisiä näkökul-

mia. Psyko terapeutit saattavat liikkua joko kognitiivisten sekvenssien tai objektisuhteeteoreettisen näkökulman välillä kokematta sen suurempaa ristiriitaa. Kokeneet terapeutit valitsevat näkökulmansa joustavasti asiakkaiden ongelmien ja terapeuttisen yhteistyön kulloistenkin haasteiden mukaan. Käsitteelliset epä johdonmukaisuudet eivät siksi ole suuremmin häirinneet terapeuttien käytännön työtä.

Kognitiivis-analyttisen terapian vahvuus on sen tavassa pyrkiä asiakkaan ongelmien yhteiseen formulointiin, joka antaa terapeuttiselle yhteistoiminnalle tavoitteen ja suuntaviivat. Osuva reformulaatio auttaa tunnistamaan, kuinka asiakkaan toistuvat toimintatavat ilmenevät terapeuttisessa vuorovaikutuksessa. Terapiasuuntauksen kehittymisen myötä on syntynyt monia uusia formuloinnin tapoja, mutta kaikkien tavoitteena on tuottaa terapian ensi hetkistä alkaen yhteinen näkemys asiakkaan oireita ylläpitävistä toimintatavoista.

Suomalaisessa terapiakäytännössä toimintatapaa ja vastavuoroista asetelmaa ei pakotettu kognitiivisen sekvenssimallin puitteisiin, koska ”vastavuoroinen roolitoimintatapa” ei ollut ymmärrettävä termi. Terapeuteille oli luonteavaa valita kuvaustapa sen mukaan, mikä asiakkaan problematiikassa näytti tematisoituvan ensisijaiseksi. Tästä tosin seurasi se, että sekvenssimallin ja vastavuoroisen asetelman teoreettinen yhteen osumattomuus jäi tunnistamatta 2010-luvun puoliväliin asti.

Vuosikymmenten kuluessa vastavuoroisen asetelman käsite on kokonaan irtautunut psykoanalyttisestä objektisuhteeteoriasta. KAT-terapeutit hahmottavat sen nykyisin vuorovaikutuksen sisäistyneenä mallina (engl. relationship template) varsin samaan tapaan kuin intersoonallisen terapian ja skeematerapian teorioissa.

Merkki-käsitteen implementointi teoriaan lisää sekaannusta

Sekvenssien ja asetelmien suhde KAT-teoriasa säilyi jännitteisenä Rylen (1985) termino-

logisesta integrointiehdotuksesta huolimatta koko 1980-luvun loppupuolen. Vuosikymmenen loppuvuosina yritin yhdessä Rylen kanssa ratkaista tätä jännitettä Vygotskin kulttuurihistoriallisen toiminnan teorian avulla.

Ymmärsimme synteesitehtävän kuitenkin eri lailla. Ryle ajatteli, että kognitiivinen sekvenssimalli voisi toimia Vygotskin merkkivälitteisten toimintojen teorian ja psykoanalyttisen objektisuhdeteorian integroivana lähtökohtana (Ryle 1991). Hän piti sekvenssimalliaan edelleen yleisenä psyykkisiä ilmiöitä selittävänä periaatteena.

Minä halusin korvata sekvenssimallin kulttuurihistoriallisen toiminnan teorialla. Tätä lähtökohtien eroa emme kuitenkaan tuolloin tunnistanee. Kätkeystä näkemuserosta syntyi teoreettinen dialogi, jonka sisällöt tiivistyivät 1990-luvun alkupuolen julkaisuissa (Leiman 1992; Ryle 1994; Leiman 1994). Selvyttä kognitiivisen ja psykoanalyttisen teorian yhteismitattomuuteen se ei kuitenkaan tuonut. Päinvastoin.

Olin aiemmassa tutkimustyössäni havainnut, että kulttuurihistoriallista toiminnan teoriaa ja psykoanalyysia yhdistää *kohteen* käsite. Aleksei Leontjevin kohteellisen toiminnan teorian (Leontiev 1977, 3) lähtökohtana on Karl Marxin käsitys toiminnasta, jonka avulla ihminen tydyttää tarpeitaan muokkaamalla elinympäristöään yhteistoiminnassa toisten kanssa. Toiminnalle on ominaista, että muokkaaminen tapahtuu kohteiden ominaispiirteitä huomioivien työvälineiden avulla.

Leontjev hahmotti toiminnan ihmisen ja ympäröivän maailman väliseksi yhteydeksi, jonka puitteissa psyykkiset toiminnat muotoutuvat. Toiminnasta tuli selitettävän reaktion asemesta elävien organismien, myös ihmisen, olemassaolon ja psyykkisen kehityksen selittävä periaate.

Leontjevin esittämä toiminnan käsite soveltuu erityisesti aineellisiin kohteisiin suuntautuihin, instrumentaalisten toimintojen analyysiin. Ihmisten välistä vuorovaikutusta ja heidän

psyykkisiä toimintojaan välittävät työkalujen asemesta *merkit*. Leontjev ei kuitenkaan kehittänyt merkin käsitettä, joka olisi ratkaissut Vygotskin merkkikäsitteeseen sisältyvät rajoitukset. Sen vuoksi hänen teesiänsä toiminnan kohteellisuudesta ja välittyneisyydestä oli mahdollonta soveltaa sellaisenaan ihmisen psyykkisten toimintojen analyysissä.

Tämä päätelmä oli lähtökohtana pyrkimykselleni löytää vaihtoehto Vygotskin merkkikäsitteelle (Leiman 1992), ja ehdotin vaihtoehtoksi Mihail Bahtinin dialogista merkkiä. Oletin, että se olisi Vygotskin käsitettä parempi psyykkisten toimintojen erittelyssä. Se näytti valottavan erityisen hyvin psykoterapeuttisen keskustelun dynamiikkaa ja sitä, kuinka ihmisen sisäiset kokemukset ilmenevät terapeuttisessa vuorovaikutuksessa.

Pyrkimykseni istuttaa merkkivälitteisyyden idea ratkaisemaan kognitiivisten sekvenssien ja vastavuoroisten asetelmien ristiriitaa oli virhe. Ensiksikin sen enempää kognitiivisissa sekvensseissä kuin vastavuoroisissa asetelmissä ei ollut mitään semioottisuutta. Toiseksi kohteellisen, välittyneen toiminnan käsite ei mahtunut vastavuoroisen asetelman sisälle, sillä asetelma hahmotettiin välittömäksi, vastavuoroiseksi interaktiomalliksi.

Ryle ei erityisemmin välittänyt Bahtinin merkkikäsitteestä, mutta Vygotskin kehityspsykologiset kirjoitukset inspiroivat häntä. Siten kognitiivis-analyttiseen teoriaan muotoutui 1990-luvun kuluessa vygotskilainen kerrostuma, joka perusteli yleisesti ihmisen yksilöllisen kehittymisen sosiaalista perustaa (Ryle & Kerr 2002). Käytännön terapeuttisen työn käsitteellisenä työvälineenä sillä ei ollut käyttöä.

Dialoginen sekvenssianalyysi

Bahtinin dialogisesta merkkikäsitteestä ei ollut ratkaisemaan kognitiivis-analyttisen teorian jännitettä sekvenssien ja vastavuoroisten asetelmien välillä. Se löysi kuitenkin sille sopivan paikan asiakkaiden ilmaisun sisällön hahmotamisessa.

Vuosina 1986–1988 toteutin yhteistyössä Rylen kanssa Kansaneläkelaitoksen rahoituksella kokeilukoulutuksen, johon osallistui 8 mielenterveystoimiston psykologia Uudenmaan alueelta. Ensimmäiset rekisteröidyn psykoterapeutin pätevyteen johtavat koulutukset käynnistyivät vuonna 1992. Toimin koulutusten pääopettajana mutta myös työhohjaajana. Ohjaus perustui ohjattavan vapaan selonteon ohella terapianauhoitusten ja niistä litteroitujen otosten tarkasteluun.

Kognitiivis-analyttiselle terapialle ominainen pyrkimys tuottaa ensimmäisten käyntien kuluessa yhdessä asiakkaan kanssa hänen ongelmiaan provosoivia ja ylläpitäviä toimintatapoja kuvaava formulointi aiheutti koulutettaville suuria vaikeuksia koulutuksen alkuvaiheessa. Kuunnellessamme nauhoitusta ohjattavat kysyivät tavan takaa, kuinka minä tunnistin asiakkaan puhevirrasta hänen toistuvia, ongelmallisia toimintatapojaan.

Kahdeksan vuoden kokemus oli sisäistänyt hahmotustavan käsitteelliset työvälineet niin, että minä ”kuulin ja näin” toimintatapojen ääriviivat asiakkaan vapaan ilmaisun sisällä. Kokemusta ei kuitenkaan voi siirtää toisen omaisuudeksi. Oli siis artikuloitava asiakkaiden ilmaisun ja heidän käyttäytymistään säätelevien, usein tiedostamattomien sisäisten toimintatapojen välinen yhteys. Bahtinin ilmaisuteoria, joka oli olennainen osa dialogisen merkkikäsitteen sisältöä, antoi tehtävään hyvän käsitteellisen työvälineistön.

Ilmaisuille on tunnusomaista se, että niillä on kaksi kohdetta – ilmaisun viittauskohde ja vastaanottaja. Tämä on ilmaisuteorian perusteesi, jonka Bahtin omaksui saksalaiselta psykologilta, Karl Bühleriltä ja kehitteli sitä dialogiseen suuntaan.

Avainkäsitteeksi osoittautui *semanttinen positio*, puhujan suhde ilmaisunsa viittauskohteeseen.

Dialogisia suhteita ei voi pelkistää loogisiksi suhteiksi eikä kohteiden representaatioiksi, jotka sellai-

senaan eivät sisällä mitään dialogisuutta. Ne pitää luoda sanoiksi, niiden pitää tulla ilmaisuksi, eri toimijoiden positioita koskeviksi lausumiksi, jotta niiden välille voisi syntyä dialogisia suhteita. (Bakhtin 1984, 183.)

Itseään ilmaistessaan ihminen asemoituu aina tavalla tai toisella puheensa viittauskohteeseen nähden. Kätkeytyä polemiikka koskevassa toteamuksessa Bahtin täydentää tätä perusväittämäänsä. Elävässä dialogissa toisen ihmisen kanssa puhujan ilmaisu suuntautuu viittauskohteensa ohella aina hänen oletukseensa vastaanottajan semanttisesta positioista; siihen, kuinka tämä näyttää suhtautuvan yhteisen havainnoinnin käsillä olevaan kohteeseen. Se, kenelle puhuu, määrää sen, miten puhuja sanansa asettaa.

Semanttiset positiot näyttäytyvät ilmaisun muotoilutavoissa, kuten sanavalinnoissa, joiden avulla puhuja viittaa ilmaisunsa kohteeseen. Puheen prosodialla, johon sisältyvät intonaatio, rytmi ja äänenvoimakkuus, hän myös ilmentää suhtautumistaan niin kohteeseen kuin vastaanottajaankin.

Bahtinin ilmaisuteoria ja *semanttinen positio* sen ydinkäsitteenä tulevat hyvin lähelle psykoanalyttisen objektsuhdeteorian näkemystä transferenssin merkityksestä potilaan ilmaisussa. Terapiassa kävijä ottaa aina, tietoisesti tai tietämättään, huomioon sen, kenelle hän olettaa puhuvansa, ja ennakoii mielessään terapeutin suhtautumista. Semanttiset positiot ovat myös psykoanalyttikon havainnoinnin kohteita. He kuuntelevat aina analysoitavan suhtautumista puheensa viittauskohteisiin (Bollas 1987).

Bahtinin ilmaisuteorian ilmeinen yhteys objektsuhdeteoriaan herätti kysymyksen siitä, voisiko sekvenssien ja asetelmien yhteen osumattomuuden ylittää tarkastelemalla ihmisen toistuvia toimintatapoja sisäisten objektsuhteiden ulkoisina ratkaisurytyksinä, joilla on ulkoinen kohde. Mitä jos kognitiivinen sekvenssi hahmotettaisiin dialogisena, toimijan ja kohteen ajassa etenevänä sekvenssinä?

Tämä oli lähtökohtana dialogisen sekvenssin käsitteelle. Toistuvien toimintatapojen hahmottaminen ulkoisina objektisuhteiden muunnelmoina sai nimekseen dialoginen sekvenssianalyysi (Leiman 1997).

Ratkaisuehdotus ei koskaan juurtunut kognitiivis-analyttiseen teoriaan. Sekvenssianalyysi hahmotettiin käytännöllisen alkuperänsä mukaisesti työnohjauksen työvälineenä. Ennen pitkää sitä ryhdyttiin soveltamaan terapiatranskriptioiden analysississä, ja vuosien kuluessa siitä tuli tapaustutkimusten analyysimenetelmä (Savolainen 2020).

Semioottisen objektisuhdeteorian ääriviivat hahmottuvat

2000-luvun ensimmäisellä vuosikymmenellä dialoginen sekvenssianalyysi (DSA) osoitti hyödyllisyytensä asiakkaiden ilmaisun ja psykoterapiaprosessien tutkimuksessa. Kun työvälinettä sovelletaan sisällöltään vähitellen toisistaan eroavissa konteksteissa, sen rajoitukset alkavat tulla näkyviin. DSA oli hyvä puheilmalaisen mikroanalyttinen menetelmä, mutta Bahtinin dialoginen merkkikäsite ei soveltunut varhaisen vuorovaikutuksen tutkimiseen, sillä se ei perustu sanojen käyttöön.

Kun vauva ilmaisee tarpeitaan ja suhtautumiseensa, hoitavat aikuiset kyllä tulkitsevat merkkejä, mutta ne eivät noudata Bahtinin dialogisen merkin rakennetta. Aikuinen antaa vauvan ilmaisulle merkityksen, ja vähitellen siitä tulee varhaisen vuorovaikutuksen jaettu merkki.

Vuonna 2010 paneuduin tämän havahduttamana uudelleen merkin käsitteen anatomiaan. Palasin Donald Winnicottin transitoilmiöiden teoriaan (Winnicott 1971), jonka merkkikäsitettä olin tarkastellut 1990-luvun alussa. Tiivistin teoreettisen uudelleenarvioinnin artikkeliin (Leiman 2011), joka sisälsi ajatuksen ihmisen kahdesta merkkijärjestelmästä.

Ensimmäisen merkkijärjestelmän jaamme kaikkien elollisten olentojen kanssa, toinen on ominainen vain meille. Ensimmäiset mer-

kit syntyvät kohteellisessa toiminnassa. Toinen merkkijärjestelmä muotoutuu ihmisten välisessä kommunikaatiossa. Sekin on toimintaa, mutta kommunikaatiossa syntyvien ja merkitykseltään kehittyvien merkkien rakenne poikkeaa kohteellisten toimintojen kuluessa muodostuvista merkeistä ja niiden merkityksisällöistä.

Merkkiä ei ole ilman toimintaa, joka merkin synnyttää. Psykkiset merkit syntyvät toiminnassa, ja kerran synnyttyään ne alkavat välittää toimintaa.

Toiminta semioottisen objektisuhdeteorian peruskäsitteenä

Adriano Milani Comparetti, italialainen neurologi, on esittänyt ensimmäisen empiirisen havainnon tämän periaatteen varhaisesta ilmentymästä (Comparetti 1981). Hän tutki sikiön liikkeiden kehittymistä raskauden kahdeksannelta viikolta eteenpäin. Niiden havaitseminen tuli mahdolliseksi 1970-luvun loppupuolella kehitetyn dynaamisen ultraäänikuvantamisen myötä.

Comparetti havaitsi, että kahdeksannella viikolla, painonsa lisääntyessä sikiö koskettaa ajoittain kohdun seinämää. Nämä ensimmäiset kohtaamiset ”jonkin” kanssa muuttavat välittömästi sikiön liikkeiden luonnetta. Ne jäsentyvät vaihteleviksi liikehahmoiksi ja alkavat havainnoitsijan näkökulmasta muuntua tarkoituksellisiksi. Kahdennenkymmenennen raskausviikon aikoihin sikiön liikkeet ovat vakiintuneet yksilöllisesti vaihteleviksi, monipuolisiksi liikesarjoiksi. Comparetti totesi, että ne näyttivät samanlaisilta kuin aikuisten voimistelijoitten hyvin muodostuneet perusliikkeet.

Kohdun seinämän koskettaminen on kehittyvän sikiön ensimmäinen kohtaaminen ulkomaailman kanssa. Se synnyttää jäljen, jota tavallisesti kutsutaan aistimukseksi. Kohtaamisen jälkeen tuo aistimus viittaa kohteeseen, jonka yhteyteen sikiö on omien liikkeidensä voimasta asettunut. Toiminta on psykikkisen merkin kehto.

Teoreettisena käsitteenä toiminta sisältää viisi toisiinsa kietoutuvaa näkökohtaa:

- 1) Jokaisella toiminnalla on kohde. Instrumentaalisten toimintojen kohteet ovat ulkoisia, esineellisiä kohteita. Kommunikaatiossa ihmiset asettavat toisensa kohteekseen. Myös psyykkiset toiminnat ovat kohteellisia: aistin jotakin, ajattelen jotakin, tunnen jotakin tai muistan jotakin.
- 2) Toiminta on välittyntä. Instrumentaalisia toimintoja välittävät työkalut, kuten havaintovälineet ja kohdetta muokkaavat koneet. Kommunikaatiota ja psyykkisiä toimintoja välittävät merkit.
- 3) Toimijan ja kohteen välittynyt yhteys on molemminpuolinen voimasuhde.
- 4) Kohteellinen toiminta on ajassa etenevää liikettä.
- 5) Ei ole toimintaa ilman toimijaa.

Toiminnan käsitteen sanasto näyttää varsin erilaiselta kuin perinteisen KAT-teorian ”proseduraalinen sekvenssi” (Ryle 1982). Kohteellisen toiminnan teoriassa ei ole kognitiivisia sekvenssejä eikä psykologiassa tavanomaista jakoa aistimuksiin, havaintoihin, muistijälkiin, ajatuksiin ja tunteisiin. Nämä eivät ole sekvenssien osia, funktioita, vaan kohteellisia, toisiinsa tahdistuvia psyykkisiä perustoimintoja.

Vastavuoroiset asetelmat kätkeytyvät uudessa teoriassa toiminnan käsitteen kolmanteen näkökohtaan: toimijan ja kohteen välillä vallitsee molemminpuolinen voimasuhde. Se ei kuitenkaan rajoitu ihmisten väliseen vuorovaikutukseen kuten perinteisessä KAT-teoriassa on ajateltu. Pari esimerkkiä valaissee asiaa.

Puiden pilkkominen on kirveen välittämää, instrumentaalista toimintaa. Sen vastavuoroiset voimat voidaan kuvata Newtonin kolmannen liikelain avulla: kun kaksi kappaletta on vuorovaikutuksessa keskenään, ne kohdistavat toisiinsa yhtä suuret mutta suunniltaan vastakkaissuuntaiset voimat.

Voimasuhteen välittäjänä on kirves. Sen muoto kuvastaa toimijan ja kohteen, siis halonhakkaajan ja halon voimasuhdetta. Kirveen varsi laajentaa käsivarren liikerataa, mikä lisää pilkkojen liike-energiaa. Kirveen terä on muotoiltu niin, että se jakaa tämän voiman kahteen

vektoriin. Toinen suuntautuu alaspäin ja toinen sivulle. Voimavektorien yhteisvaikutuksesta puu halkeaa.

Molemminpuolinen voimasuhde kasvaa pisteeseen, jossa puun rakennetta ylläpitävä solukko alkaa antaa periksi. Kohteen vastavoiman vaikutukset ilmenevät aikaa myöten halonhakkaajan väsymisenä ja kirveen terän tylsistymisenä.

Välittäessään toimijan ja kohteen välistä voimasuhdetta instrumentaalisen toiminnan työkalut viittaavat aina kahteen suuntaan, toisaalta toimijan, toisaalta kohteen ominaisuuksiin.

Toinen esimerkki valottaa sitä semioottista energiaa, jonka merkit saavat kommunikaatiossa sen osapuolten vastavuoroisten voimien välittäjinä.

Autoilija oli vaihtanut äkillisesti kaistaa pyöräilijän eteen ja pakottanut tämän jarruttamaan. Pyöräilijä ärtyi ja ilmaisi sen näyttämällä autoilijalle keskisormea. Seuraavissa liikennevaloissa pyöräilijä odotti auton perässä, mutta valojen vaihtuessa hän ohitti hitaammin liikkeelle lähtevän auton. Autoilija kiihdytti ja koukkasi oikealle niin, että auton takakulma osui polkupyörän pyörään. Pyöräilijä kaatui törmäyksen voimasta ja kuoli myöhemmin vammoihinsa.

Keskisormen näyttäminen on vahva merkki, joka on saanut voimansa ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Se on toisen ihmisen häpäisyn ilmaisu. Voimakkaat merkit voivat saada niin ihmisen pois tolaltaan, että hän yrittää poistaa häiriön raivolla. Esimerkissä auto on raivon instrumenttina. Vastavuoroisia asetelmia välittävät siis sekä merkit että aineelliset välineet.

Kolmas esimerkki on psyykkisen itsesäätelyn piiristä: sanamerkit voivat muovata toimijan ja esineellisen kohteen välistä suhdetta.

Stephens ym. (2009) tutkivat kiroilun vaikutuksia kivun aistimiseen. Kokeessa epämiellyttävä aistimus tuotettiin upottamalla koehenkilön käsi jääkylmään veteen. Koeryhmän jäseniä pyydettiin kiroilemaan. Vertailuryhmän jäseniä pyydettiin toistamaan jotakin neutraalia sanaa. Koesarja osoitti, että kiroileminen paransi kivun-sietoa heikentämällä kipu-aistimuksen havaitsemista.

Semioottisen energian esimerkit näyttävät sen, kuinka tunteet välittävät tapahtumien kulkua sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja itsesäätelystä. Kognitiot ja emootiot eivät ole erillisiä mielen ilmiöitä. Ne sisältyvät merkin viiteverkon, sen merkityksen rakenteeseen. Voimasanoilla on todella voimia, joita ne ovat kiteyttäneet merkitykseensä ihmisten yhteistoiminnassa.

Merkit kohtaamisen jälkeen

Kun kaksi oliota kohtaa, kohtaaminen jättää jäljen molempiin. Näin tapahtuu luonnonilmiöissä, elävien olentojen kohtaamisissa ja ihmisissä, jotka kohtaavat heitä ympäröivän aineellisen maailman kohteita ja toisiaan sosiaalisina olentoina. Kohtaamisessa syntyvä jälki viittaa kohtaamisen voimiin ja osapuolien yksilöllisiin ominaisuuksiin. Monet luonnontieteet ovat kehittäneet tietoperustansa vain tutkimalla kohtaamisten jälkiä, merkkejä.

Geologia on tiede, joka tutkii luonnonilmiöiden synnyttämiä merkkejä kallioperässä ja maakerrostuksessa. Ne viittaavat toisiaan seuranneisiin poimuuntumisen ja eroosion voimiin luonnonhistoriassa. Pelkästään näitä merkkejä ja niiden välisiä yhteyksiä tutkimalla geologit ovat kyenneet rekonstruoimaan kiviplaneettamme neljän miljardin vuoden kehityshistorian.

Lääketiede on hippokraattisesta syntyjastaan lähtien ollut semioottinen tiede. Nykyaikaiset ruumiillisten muutosten havainnointimenetelmät ovat sairauksien tutkimisessa toki paljon hienostuneempia kuin antiikin Kreikassa. Käytössämme on monipuolisia laboratoriokokeita ja kuvantamismenetelmiä. Lääketieteellisen päättelyn logiikka on kuitenkin säilynyt samana: merkkien kudelmat, joita kutsutaan oireiksi, viittaavat taudin synnyttämiin kehon biologisiin tapahtumiin ja solumuutoksiin.

Lääketieteen historia on vaikuttava esimerkki merkkien tulkintakeinojen kehittymisestä. Jäämies Ötzin muumioitunut ruumis sisältää merkkiaarteiston, joka nykytutkijoille paljastaa, kuinka hän kuoli, mitä hän oli syönyt juuri ennen kuolemaansa, kuinka vanha hän oli

ja millaisia sairauksien merkkejä hänen ruumiissaan oli. Tiedämme myös, että hänellä oli geneettinen alttius valtimokovettumatautiin.

Nykyllä lääketieteessä puhutaan merkereistä. Ne ovat merkkejä, joiden viittauskohteet on kyetty paljastamaan kokeellisen tutkimuksen avulla. Perusverenkuvan veriarvot ovat tämän päivän arkisia merkkejä, joiden avulla ihmisen terveydentilan ja hyvinvoinnin kehitystä seurataan. Ne näyttävät selvästi, ettei merkin aineellisella muodolla tarvitse olla mitään välitöntä yhteyttä kohteeseensa. Viittausuhteet on rakennettu lääketieteellisessä tutkimuksessa.

Psykologia ei ole merkkitiede. Se on edelleen tiukasti sidoksissa aristoteeliseen sielunkäsitykseen, joka aloittaa psyykkisten ilmiöiden erittelyn aistimuksista. Sisäiset, sielulliset prosessit muovaavat aistihahmoista havaintoja, mielikuvia ja muistijälkiä, jotka toimivat ajattelun raaka-aineina ja toimintojen ohjaajina. Toiminta ymmärretään tässä ajattelukehyksessä reaktiona, jota sitä edeltävät prosessit selittävät.

Akateeminen psykologia, kognitiivinen neurotiede mukaan luettuna, lähestyy psyykkisiä toimintoja muodollisten prosessien näkökulmasta, jonka Wilhelm Wundt ja hänen aikansa kokeelliset psykologit omaksuivat Immanuel Kantin inspiroimina 1800-luvun lopulla. Psyykkisten toimintojen kohteellisuus ei edelleenkään sisälly yleisen psykologian teoriaan, eikä ärsykettä tunnisteta kohteeseen viittaavana merkinä, kohtaamisen jälkeenä.

Psykoanalyysi sen sijaan omaksui Brentanon ajatuksen mielen kohteista. Freud tutki vapaan assosiaation avulla psyykkisten häiriöiden merkkejä potilaiden sanallisissa ja nonverbaaleissa ilmaisuissa. Siinä hän nojautui lääketieteen metodologiseen paradigmaan. Vapaa assosiaatio osoittautui toimivaksi menetelmäksi sisäisten merkkien merkitysrakenteen havainnoinnissa. Sen terapeuttinen arvo oli siinä, että potilas itse oli havaintojen tekijänä.

Akateemisessa psykologiassa tätä pidettiin epätieteellisenä, sillä potilaan puheilmaisuus-

sa syntyvän merkkiaineiston vaihtelua ei voinut kontrolloida. Tämä esti kokeelliselle menetelmälle olennaisen toistettavuuden ja yksilöistä riippumattoman yleistämisen, joita pidettiin tieteellisyyden perusedellytyksenä. Niinpä psykoanalyysi jäi akateemisen valtavirran ulkopuolelle.

Kohtaamisen jälkeen merkki viittaa tapahtuman kumpaankin osapuoleen ja voimiin, joita kohtamisessa viriää. Merkin *kohdeviitteet* ilmaisevat kohteesta sen, millaisena se kohtaamistapahtumana näyttäytyy toimijalle. Kant oli terävänäköinen, kun hän väitti, ettemme koskaan tavoita havainnoissamme "kohdetta sinänsä". Kohde avautuu toimijalle sellaisena kuin hän sen toimintojaan muuntelemalla kohtaa.

Toimijan ja kohteen molemminpuolinen voimasuhde tekee kohtamisesta dynaamisen tapahtuman. Sen laadusta kertovat merkin *suhdeviitteet*. Tämä kaksinaisuus merkin merkitysrakenteessa on tunnusomaista kaikille merkeille, sekä luonnonilmiöiden yhteydessä syntyville jäljille että ihmisten välistä vuorovaikutusta välittävillä merkeillä. Merkki on kohde- ja suhdeviitteiden ykseyttä.

Luonnon ilmiöissä syntyvät kohtaamisten jäljet tallentuvat erilaisina kumpaankin kohtaamisen osapuoleen niiden ominaispiirteiden mukaisesti. Lumeen painuva kenkä jättää jäljen lumeen, joka on kenkää paljon pehmeämpää. Kenkien kuluminen on kuitenkin merkki toistuvien kohtaamisten voimasta erilaisten kulkualustojen kanssa. Ulkosyrjältään madaltunut kanta on suhdeviite, joka kertoo kävelijän askellustavasta. Saviset kengänpohjat puolestaan sisältävät kohdeviitteensä keväisen niityn, jonka kautta kävelijä oikaisi bussipysäkille. Kohde- ja suhdeviitteet painottuvat merkeissä eri tavoin, mutta molempia sisältyy aina niiden viiteverkostoon.

Myös psyykkiset merkit ovat kohde- ja suhdeviitteiden muodostumia. Psyykkiset merkit tallentuvat hermoverkkoihin. Elävien organismien hermosto on ehkä joustavinta ja mukautuvinta materiaa, jota maailmankaikkeus on kehityksensä kuluessa synnyttänyt.

Kognitiivisessa neurotieteessä kohde- ja suhdeviitteiden muodostamaa psyykkisen merkin viiteverkostoa kutsutaan hermoverkoksi. Jo varsin alkukantaisten elävien olentojen hermosto on muotoutunut erottelemaan kohteisiin viittaavat havainnot niiden mahdollisista vaikutuksista eläimen elintoimintoihin ja elossa pysymiseen. Tämä eriytyminen ilmenee myös ihmisaivojen rakenteessa. Aivokuoren alueet ovat erikoistuneet käsittelemään kohdeviitteitä ja syvemmät rakenteet, kuten limbinen järjestelmä, suhdeviitteitä.

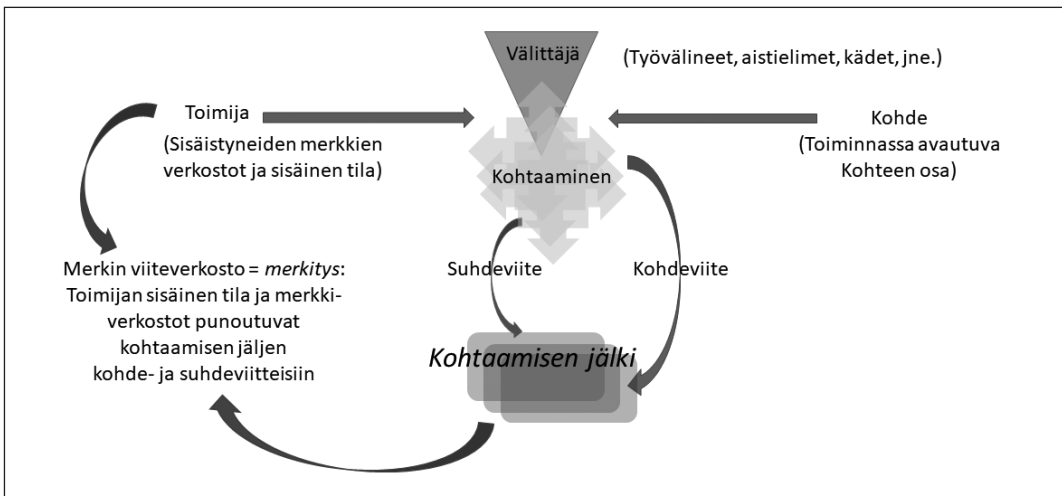
Itse merkissä, kohtaamisen jäljessä, ne muodostavat kuitenkin sen viiteverkoston sisällön. Neurotieteessä nykyään sovellettavat kuvantamistutkimukset osoittavat, että aivoalueet ovat erittäin verkostoituneita ja että verkostojen aktiivisuus vaihtelee kohteellisten toimintojen mukaisesti. Psyykkiset merkit ilmenevät hermoverkkojen aktivoitumisina, joihin säännön mukaisesti osallistuu useita aivoalueita.

Seuraavan sivun kaavio kuvaa psyykkisen merkin viiterakenteen muodostumista toiminnassa.

Toiminta on toimijan ja kohteen molemminpuolista, välittyntä yhteyttä. Sen kuvaus on sijoitettu kaavion yläosaan. Toimija on vasemmalla, kohde oikealla ja keskellä niiden kohtaamista säätelevä väline, kolmion muodossa kuvattuna. Instrumentaalisissa toiminnoissa se on työkalu, kommunikaatiossa se voi olla ilme, ele, sana tai lausuma.

Merkit ovat jälkiä, joita ajassa etenevä toiminta synnyttää. Instrumentaalisessa toiminnassa syntyvät merkit ovat aineellisia jälkiä, jotka viittaavat syntytapahtumaansa. Puiden pilkkomisessa syntyy lastuja, tikkuja ja kaaranpaloja. Kommunikaatiossa välineet ovat ulkoisia merkkejä, jotka sisältävät kohde- ja suhdeviitteiden verkoston. Ne ovat ihmisten välisen vuorovaikutushistorian kiteytyneitä, yhteisiä välineitä.

Merkin olennaisin ominaisuus on se, että se viittaa kohteeseen. Kohtaamisen jäljen aineel-



lisen muodon ei tarvitse lainkaan muistuttaa kohdetta, joka on ollut kohtaamisen osapuolena. Savu ei näytä tulelta, mutta se viittaa palamisen tapahtumaan. Merkit eivät ole representaatioita.

Kaavion ydinajatus on se, että kohtaamisen jälkeenä merkkiin aina sisälty viitteitä sekä kohteesta että kohtaamisen tapahtumasta. Merkin viittauskohteen tunnistaminen edellyttää sitä, että tiedämme jotakin kohtaamistapahtumaan sisältyvistä vuorovaikutusilmiöistä sen osapuolten välillä.

Kun kohtaamisen jälki on syntynyt, se ei aistinelimien ulottuville tullessaan kohtaa ”tyhjää taulua”. Comparettin havaintojen perusteella ensimmäiset psyykkiset merkit tallentuvat hermoverkoiksi heti, kun sikiön keskushermosto on anatomisesti muodostunut. Syntyessään vauvalla on hallussaan rikas merkkivarasto, jonka turvin hän kohtaa kohdun ulkopuolisen maailman.

Hoitavan yhteistoiminnan jäljet osuvat tähän merkkivarastoon, jonka sisäiset yhteydet ja merkkikudelmien kulloinenkin verkottuminen riippuvat vauvan senhetkisestä tilasta. Nälkäinen vauva havaitsee ja kokee rinnan tai tuttipullon sen mukaan, kuinka nälkäinen tai kylläinen hän on.

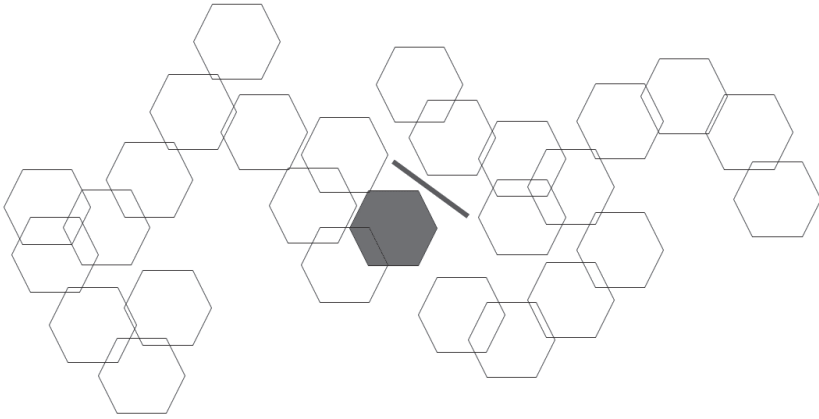
Kaaviossa merkitys tarkoittaa merkin viiteverkostoa, jonka kohtaamisen jälki saa osuessaan jo olemassa oleviin ja sisäistä tilaa ilmentäviin viiteverkostoihin. Bahtin havaitsi, että sanojen merkitysrakenne on dialoginen. Myös ensimmäisen järjestelmän merkit ovat ”dialogisia” siinä mielessä, että merkin viiteverkostossa ulkoisen kohtaamisen jälki osuu sisäisten merkien alati vaihtelevaan kudokseen. Tämä merkitysten kudos muodostaa tulkintakehyksen aistinelinten kautta välittyneille kohde- ja suhdeviitteille.

Sisäiset kohteet ovat merkien kudelmia

Psykologian semioottisen näkökulman tärkein teoreettinen anti koskee sisäisten kohteiden luonnetta. Ne eivät ole pitkäaikaiseen muistiin taltioituneita representaatioita, vaan sisäistyneiden merkien kudelmia. Kun jo yksittäinen merkki sisältää kohde- ja suhdeviitteiden muodostaman verkoston, sisäisten kohteiden merkitysverkostot ovat käytännössä päättymättömiä.

Psyykkisten merkien tulkitseminen asettaa erityisen haasteen, sillä niiden merkityssisältö elää ja kehittyy jatkuvasti ihmisen kokemusten myötä. Kun Mihail Bahtin väitti, että sana on loputon, hän viittasi tällä sisäisten merkkiverkostojen rajattomuuteen. Ulkopuolinen havain-

Sisäinen kohde merkkiverkostonä



noitsija ei voi päätellä, millaisia merkityksiä ihminen sisällyttää sanoihin, joita hän käyttää vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Merkitysten kulloisenkin tulkinnan rajan voi asettaa vain ihminen itse. Sen hän tekeekin, ja tuota rajaa kutsumme itsehavainnoinnin rajaksi.

Yllä olevassa yksinkertaisessa kuviossa sana "äiti" on merkitty tummennettuna viisikulmiona. Se on sanan kohde- ja suhdeviitteiden muodostama kokonaisuus. Kohdeviite on yksiselitteinen. Mor, mother, mama ja Mutter viittaavat samaan kohteeseen kuin suomenkielinen "äiti". Sanan suhdeviitteet ovat sen sijaan yksilöllisiä. Ne sisältävät kohtaamisten historian, joka ulottuu syntymää edeltävään aikaan.

Sisäisenä objektina "äiti" ei kuitenkaan rajoitu sanan viiteverkostoon. Kohtaamisenä äidin kanssa sisältää tapahtumia, toisia ihmisiä ja ympäristöjä, joita äiti tulkitsee ja joihin hän suhtautuu oman kokemushistoriansa perusteella. "Äiti" sisältää havaintojani äidin ja isän välisestä suhteesta ja kokemuksia äidin suhtautumisesta mitä erilaisimpiin asioihin.

Kuviossa oleva paksu viiva kertoo siitä, että "äitiin" kuuluu myös sellaisia kudelman osia, jotka ovat lohkoutuneet erilleen toisistaan. Ne kannattelevat merkkiverkostoja, joista en

ole tietoinen mutta joista on tullut minunkin omaisuuttani äidin välittämänä. Ylisukupolviset traumat ovat tällaisia vuorovaikutuksessa tapahtuvia merkkiverkostojen siirtymisiä.

Psykkisten merkien kerrostuneisuus

Psykkisten merkien viiteverkostot ovat äärimmäisen monimutkaisia historiallisuutensa vuoksi. Merkit varastoivat kohde- ja suhdeviitteitä toistuvissa, vaihtelevissa kohtaamisissaan ulkoisten kohteiden kanssa. Kerran synnyttyään nämä merkit välittävät myöhempiä kohtaamisia, mikä muovaa niiden viiteverkostoja edelleen.

Melanie Klein havaitsi pieniä lapsia tutkiesaan, että sisäiset kohteet ovat voimaperäisiä. Ne sävyttävät lapsen vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa monin tavoin. Vuorovaikutus myös muokkaa sisäisiä kohteita. Tähän perustuvat niin kasvatusta kuin psykkinen valmennus ja psykoterapia.

Sisäiset objektit, merkien kudelmat, voivat muuntua myös, kun niiden viiteverkostot osuvat toisten, ulkoisten kohteiden verkostoon. Kokemukseni isän kanssa vaikuttavat siihen, kuinka suhtaudun äitiin ja kuinka havaitsen heidän vuorovaikutustaan. Myös tietoisuu-

den piiriin tulevat muut sisäiset kohteet voivat muokata sisäisen kohteen viiteverkostoa. Käynti lapsuuden kotikaupungissa voi herättää muiston, joka keikauttaa tietoisien käsityksen äidistä kokonaan uuteen asentoon.

Sisäinen ja ulkoinen kohdemaailma ovat alituisessa yhteydessä toisiinsa. Ulkoinen kohde voi jättää pahan sisäisen jäljen, jos kohtaaminen uhkaa henkeä tai on psyykkiselle itsesäätelylle vahingollinen. Ulkoisen kohteen määrittymisen pahaksi voi myös johtua sisäisestä tilasta. Kleinin esimerkit hyvästä ja pahasta rinnasta kuvaavat tätä mahdollisuutta.

Sisäisten pahojen objektien voimat pakottavat suojautumaan. Anthony Ryle (1975) omaksui Kleinilta projektiivisen identifikaation ja lohkomisen käsitteet ihmisen psyykkisinä suojautumistapoina. Kumpikin kuvaa ihmisen yrittystä tulla toimeen sisäisten kohteiden ja niiden voimien kanssa. Lohkominen on psyykinen suojautumiskeino, jolla hyvä ja paha pyritään pitämään sisäisessä maailmassa erillään toisistaan. Projektiivinen identifikaatio puolestaan ilmentää ihmisen pyrkimystä sijoittaa hankala sisäinen kohde toiseen ihmiseen vuorovaikutuksen avulla ja kontrolloida sitä. Sisäisen kohteen ymmärtäminen kognitiivisena representaationa johti siihen, että nämä sisäiset suojautumistoiminnot menettivät yhteyden kognitiivis-analyttisen terapian teoriaperustaan. Ne jäivät riippumaan ilmaan, mutta kliinisen hyödyllisyytensä vuoksi ne ovat säilyneet terapeuttien käsitteellisinä työvälineinä.

Tärkeät elämäntapahtumat, niin onnelliset kuin ahdistavat, sisäistyvät alati laajeneviin merkkien kudelmiin ja niiden viiteverkostoihin, merkityssisältöihin, joista olemme vain osittain perillä. Traumaattiset kokemukset voivat kokonaan lohkoutua erilleen tietoisista muistoista, mutta ne sisältävät voimaperäisiä viiteverkkoja, jotka tulevat näkyviin oireina. Merkkien viittaussuhteet ovat muuntuneet. Ne tulevat ilmi ulkoisissa kohteellisissa toiminnoissa, joilla ei aluksi näytä olevan mitään tekemistä traumaattisen kokemuksen kanssa.

Seuraava lainaus Freudin luennoista (1916) valottaa, kuinka mutkikkaita traumaattisen tapahtuman ja sen merkin väliset viittaussuhteet voivat olla.

Lähes kolmekymmentävuotias nainen, joka kärsi mitä vakavimmista pakko-oireista – toteutti erityisen pakkotoiminnon useita kertoja päivässä.

Hän riensi huoneestaan viereiseen huoneeseen, asettui seisomaan pöydän viereen, joka oli keskellä huonetta, kutsui kotiapulaista, antoi tälle jonkin yhden-tekevän tehtävän tai antoi tämän mennä antamatta mitään, ja riensi sen jälkeen takaisin omaan huoneeseensa. Oire ei ollut mitenkään ahdistava, mutta se herätti erikoisuudessaan huomiota –.

Kun kysyin potilaalta ”Miksi teette noin? Mitä mieltä siinä on?”, hän vastasi: ”En tiedä.” Mutta eräänä päivänä, kun olin onnistunut hälventämään erään merkittävän epäilyn, hän pääsi äkillisesti perille vastauksesta ja kertoi minulle, mitä pakkotoimintoon liittyi.

Nainen oli yli kymmenen vuotta aiemmin mennyt naimisiin häntä paljon vanhemman miehen kanssa. Häyönä mies oli ollut impotentti. Mies oli yön kuluessa uudelleen ja uudelleen juossut omasta huoneestaan hänen huoneeseensa yrittääkseen yhdyntää, mutta tuloksetta. Aamulla mies sanoi vihaisesti: ”Joudun häpeämään sisäkön edessä, kun hän tulee laittamaan sängyn.” Mies otti pullon punaista mustetta, joka sattui olemaan huoneessa, ja kaatoi sen sisällön lakanaan mutta ei ihan siihen paikkaan, jossa sen olisi pitänyt olla.

En aluksi ymmärtänyt, mikä yhteys tällä muistolla oli pakkotoimintoon. Ainoa yhteys, joka tuli mieleeni, oli se, että se muistutti toistuvaa ryntäämistä huoneesta toiseen ja kenties kotiapulaisen saapumista. Potilaani vei minut silloin toisen huoneen pöydän luo ja näytti ison tahransäkin peittävässä pöytäliinassa. Hän kertoi myös, että hän asettui pöydän viereen sillä tavalla, että hänen kutsumansa kotiapulainen ei voinut olla sitä näkemättä.

Luennessaan Freud huomauttaa, ettei hän olisi ikinä voinut arvata, kuinka oire liittyi naisen historiaan, ellei tämä olisi sitä itse paljastanut. Freudin tiivistelmä oireen eri merkitysyhteyksistä on kuvaava:

On ilmeistä, että pakkotoiminnolla oli mieli; se näytti viittaavan merkitsevään kohtaukseen, jota se toisti. Mutta meidän ei ole syytä pysähtyä tähän. Jos tutkimme toiminnon ja muiston yhteyksiä lähemmin, saamme ehkä tietää jotakin, joka vie pidemmälle – jotakin pakkotoiminnon intentiosta. Sen ydin oli ilmeisesti kutsua apulainen, jonka katsottavaksi potilas näytti tahraa, vastoin hänen puolisonsa huomautusta, että hän joutuisi häpeämään apulaisen silmien edessä. Nainen esitti miehensä osaa, jonka ei nyt tarvinnut hävetä apulaisen katsetta; tahra oli oikealla paikallaan. Havaitsemme siis, ettei hän vain toistanut tapahtumaa. Hän kertasi toimintoa samalla korjaten sitä. Hän pani asiaa kohdalleen. Mutta hän oikoi myös toista, häntä tuona yönä niin suuresti ahdistavaa asiaa, joka oli tehnyt punaisen musteen tarpeelliseksi – miehen impotenssin.

Emme ehkä yhdy kaikkiin Freudin päätelmiin, joita hän teki analysoidessaan tahran viiteverkostoa. Eikä hänen kuvauksensa sisällä kaikkia viittaussuhteita, joita tilanteessa saattoi olla. Esimerkiksi ehkä mustepullo ei ollut vaimon makuuhuoneessa sattumalta. Mies oli melko todennäköisesti perillä ongelmastaan. Hänen häpeäänsä saattoi myös sekoittua ajatus siitä, että sisäkö alkaisi epäillä vaimon neitsyyttä. 1900-luvun alun Wienissä naisen koskemattomuus oli kyseenalaistamaton normi. Punaisen musteen synnyttämä merkki suo-jeli vasta vihittyä vaimoa.

Spekulatiivisuudestaan huolimatta Freudin kuvaus valottaa varsin hyvin merkin viittaussuhteiden monimutkaisuutta ja historiallista kerrostuneisuutta. Näkyvä merkki oli tälle potilaille ”työkalu”. Sen avulla hän saattoi asettua yhteyteen häyön tuskallisen tapahtuman kanssa, jota ei saanut tekemättömäksi. Naisen pakkotoiminto muistuttaa traumatisoituneiden potilaiden toistuvia unia, jotka myös saattavat olla pyrkimystä korjata traumaattisen kokemuksen vaurioittamia viiteverkostoja.

Psykoterapia on yhteistoimintaa itsehavainnoinnin työkalujen kehittämiseksi

Merkit ovat psyykkisten toimintojen ja kommunikoinnin välineitä. Sisäiset kohteet ovat merk-

kikudelmia, joiden viiteverkostot ovat käytännössä rajattomia. Kommunikoinnin välineillä, sanamerkeillä taas on sosiaalisesti jaettu, varsin rajattu merkitys.

Tämä synnyttää psykoterapiassa kävijälle haasteen: hänen on muunnettava sisäisten toimintojensa kohteellinen sisältö puhuttujen sanojen tavanmukaisiksi merkityksiksi. Unen kuvaaminen valottaa tehtävän haasteellisuutta. Jotkut unet sisältävät vuoropuhelua. Sen kertominen psykoterapeutille on suoraviivaista. Unissa on kuitenkin usein tapahtumia, joiden ajallinen kulku on polveileva, jopa käänteinen, ja avaruudelliset puitteet ovat vääristyneitä. Unen ihmiset, tilat ja esineistö on koostettu eri paikoista ja eri ajoilta. Realistisen muotonsa ohella ne sisältävät yksityiskohtia, jotka laajentavat niiden ilmeisen sisällön viittaussuhteita toisiin tapahtumiin ja tiloihin.

Amalia X (Kivikkokangas ym. 2020) on paljon tutkittu potilastapaus, jonka psykoanalyysistunnot nauhoitettiin 1970-luvulla. Aineistoa kertyi yli 500 tunnin verran. Seuraavassa on esimerkki Amalian unesta tunnin 152 alussa.

Amalia: hhhhhh (7) viime yönä näin unta tänä aamuna (2) (1) kello oli juuri soinut (1,4) minut oli murhattu tikarilla

Analyttikko: hm

Amalia: mutta se oli tosin (0,7) kuin filmissä (2,2) minun piti maata aika pitkään (1) mahallani ja tikari oli selässä ja (2,2) sitten tuli aika paljon ihmisiä (5) ja (2) en enää tiedä mitä varten (-) pitää käsiä aloillaan jotenkin niin kuin kuollut

Analyttikko: hm

Amalia: minulle oli hyvin noloa että hame oli luiskah-
tanut niin ylös (1) takaa

Analyttikko: hm

Amalia: ja sitten tuli (1) kollega hyvin selvästi nähtävissä XY:stä se oli kaikkein ensimmäinen työpaikkani (1) hän veti tikarin selästani ja otti sen mukaansa en tiedä se oli ikään kuin matkamuisto (2) ja sitten tuli nuori pari tiedän vain, että mies oli neekeri ja sitten he leikkasivat pois tukkani ja aikoivat tosiaan tehdä siitä peruukin, luullakseni (2) ja se oli minusta todella kauheaa (2) ja he alkoivat sitten leikkaamaan (3) ja (2) sitten nousin ylös (2) ja menin (kevyt naurahdus)

kampaajalle (3) (nielaisee) tarkoitan että herätyskello soi juuri silloin (1) (nielaisee) soinut (3) ja heräsin

Uni valottaa merkkien välittämän toiminnan teorian viittä näkökohtaa ihmisen sisäisissä toiminnoissa. Unella on toimija, minä, joka on yhteydessä monenlaisiin kohteisiin. Niistä ensimmäinen on tikari, joka välittää Amalian outoa tunnetta olla murhattu ja elävä, kuin katsoisi itseään elokuvassa. Unen tapahtumat etenevät ajassa, joskin sen neljä kohtausta eri ihmisten kanssa vaihtelevat.

Analyysitunnilla Amalia ei juuri pystynyt pohtimaan unta. Hänen suhteensa siihen oli miltei dissosiativinen, samaan tapaan kuin unen päättänyt herätyskellon pärahdyks. Amalia ei halunnut miettiä, mitä merkitysyhteyksiä tikarilla, tai kollegalla ja nuorellaparilla, joka ryhtyi leikkaamaan hänen hiuksiaan, mahtoi olla.

Unen kohteiden merkityssuhteet jäivät salaisuudeksi. Sen tapahtumat olivat niin sietämättömiä, ettei Amalia pystynyt lähestymään niitä. Vasta kolmen käynnin jälkeen hän saattoi yhdistellä niiden sisältöä nykyisyytensä ja menneisyytensä tapahtumiin, ja myös psykoanalyttikon osuuteen unihahmojen joukossa.

Vaikka Amalian unen sisäisten kohteiden merkikudelmia ei tavoiteta, hänen molemminpuolinen voimasuhteensa unen muiden toimijoiden kanssa ilmentää toistuvuutta, joka mahdollistaa KAT-teorian termein vastavuoroisen asetelman tunnistamisen. Jokaisessa unen kohtauksessa Amalia näyttää lamaantuneelta uhrilta. Muut unen hahmot suhtautuvat hänen avuttomuuteensa välinpitämättömästi. Ihmiset kulkevat ohi, kun hän makaa takapuoli paljaana kadulla. Kollega on kiinnostuneempi tikarista kuin Amaliasta, ja nuoripari kiirehtii leikkaamaan hänen hiuksiaan tehdäkseen niistä peruukin.

Kognitiivis-analyttisen teorian klassinen reformulointi (Ryle 1979) nimittäisi Amalian toistuvaa asetelmaa *jumiksi* (engl. snag). Hän ei pysty toimimaan aloitteellisesti. Estyneet vaihtoehdot olisivat joko paeta tilanteesta tai puolustaa itseään.

Tällaiset yksinkertaiset formuloinnit kognitiivis-analyttisen terapian alkuaikoina olivat asiakkaan ja terapeutin yhteisesti tiivistämiä semanttisia työkaluja, jotka tavoittivat asiakkaan oireilua ylläpitäviä toistuvia toimintatapoja. Ryle kirjoitti varhaisessa artikkelissaan, että psykoterapeutti kuvaa vähän toisin sanoin sen, mitä asiakas on hänelle tunnilla ilmaissut. Terapeutin teoreettiset käsitteet ovat hänen havainnointinsa ja ajattelunsa työvälineitä, joiden avulla hän tunnistaa asiakkaan ilmaisussa läsnä olevat toimintatavat. Reformuloinnit olivat havaintojen yksinkertaisia, usein metaforisia sanoituksia.

Kaikkien psykoterapiasuuntausten terapeutit soveltavat tätä yksinkertaista menettelyä. Erot syntyvät käsitteistä, teoriasta, joiden varassa he havainnoivat ja jäsentävät asiakkaansa ilmaisua. Sen mukaisesti psykoterapeutit kiinnittävät huomionsa ilmaisun viittaussuhteiden erilaisiin puoliin. Kognitiivisen käänteen jälkeinen KAT-reformulointi todennäköisesti nimeäisi toistuvan vastavuoroisen asetelman sanaparilla ”kohtelee kaltoin – lamaantunut”.

Terapiasuuntausten teoriat eroavat siinä, kuinka ne hahmottavat asiakkaan haasteellisen tehtävän ilmaista sisäisen maailmansa ja sen kohteiden viiteverkostoja sanoin, joita terapeutti voi ymmärtää. Kognitiivisille suuntauksille on ominaista varsin suorasukainen käsitys ajattelun ja puheen välisestä yhteydestä. Psykoanalyttikko taas olettaa, että jokaisen puhutun sanan sisällä on laaja assosiativisten merkitysyhteyksien verkosto.

Asiakkaan subjektiiviset, havaintojen välittämät kohteet ovat merkkikudelmia. Tämä pätee niin ulkoisiin kuin sisäisiin kohteisiin. Jokainen havainto sisältää kohtaamisen jälkeen merkin, joka tallentuu muistijäljeksi. Sen viiteverkostot kerrostuvat ja punoutuvat merkkien kudelmiksi, joita psykoanalyttisessä objektiiviteoriassa kutsutaan sisäisiksi objekteiksi.

Psykoterapiassa asiakas pyrkii ilmaisemaan sisäistä kohdemaailmaansa. Puhutut sanat ovat päävälineitä, mutta kun sanat eivät riitä, kuvat,

musiikki, ele- ja liikeilmaisut voivat olla apuna. Ilmaisun merkkivälineistö vaihtelee, mutta asiakas sijoittaa niiden viiteverkostoihin sisäisten merkkiensä viiteverkoston.

Niinpä psykoterapeutti voi aina havainnoida ilmaisun viittaushoitoja ja samanaikaisesti asiakkaan suhtautumista kohteeseen. Kohde- ja suhdeviitteet muodostavat ykseyden myös ilmaisun merkkivälineistössä.

Viittaushoito ovat sitä, mistä asiakas kertoo. Merkkien viitesisällössä ne edustavat kohdeviitteitä. Vaikka sanojen ”äiti”, ”juna” tai ”sairaala” henkilökohtainen merkitys vaihtelee yksilöstä toiseen, sanojen kohdeviitteet auttavat keskustelun osapuolia ymmärtämään sen, mistä puhutaan.

Suhde kohteeseen ilmentää yksilön subjektiivista kokemusta kohteesta. Siihen sisältyvät kohdeviitteisiin kietoutuvat, kohtaamisen jäljen sisältämät suhdeviitteet. Ihmisillä suhdeviitteet ilmenevät kohteen tunnesävyinä. Näitä yksilöllisiä suhdeviitteitä kielen sanat eivät voi sisältää. Siksi puhujan on etsittävä ilmaisuja, joilla hän valottaa, mitä ”äiti”, ”juna” tai ”sairaala” hänelle merkitsevät, miltä ne tuntuvat.

Vaikka puhuja ei yksityiskohtaisesti ilmaisi suhdettaan johonkin mielessään olevaan kohteeseen, suhtautuminen ilmenee hänen tavoissaan ilmaista itseään. Se ilmenee puheen prosodiassa, toisin sanoen intonaatioissa, puheen voimakkuuden vaihtelussa ja yksittäisten sanojen painotuksissa. Se voi myös ilmetä sanavalinnoissa ja kohteiden erikoisissa kuvailutavoissa sekä puheilmaisua tahdistavissa ilmeissä ja eleissä. Niinpä vain kuuntelemalla ja havainnoimalla asiakkaan ilmaisua pääsemme vähitellen perille hänen sisäisestä kohdemaailmastaan ja hänen suhteestaan sen kohteisiin.

Voiko semioottisesta objektiuhdeteoriasta tulla kognitiivis-analyttisen terapian teoria?

Irtautuminen KAT-teorian käsitteistä tapahtui 2010-luvulla kahdessa vaiheessa. Ensimmäinen

vaihe oli uuden merkkikäsitteen artikuloiminen: merkki oli kohde- ja suhdeviitteiden ykseyttä. Se vapautti näkemään Bahtinin dialogisen merkin olevan kommunikatiivisten merkkien rakennetta kuvaava erityistapaus, toki tärkeä, mutta se ei soveltunut yleisesti psykologiseen analyysiin.

Uusi merkkikäsite auttoi muutaman vuoden kuluessa huomaamaan, ettei kognitiivisessa sekvenssimallissa eikä vastavuoroisen asetelman käsitteessä ollut paikkaa merkkien välittämille toiminnoille. Vuoteen 2015 tultaessa oli myös selvinnyt, ettei KAT-teoriassa ole toiminnan kohteen ideaa. Teorian rajoittuneisuutta oli mahdotonta korjata yrittämällä työntää kohteellisuuden ja merkkivälitteisyyden näkökulmia sen osaksi. Sen yrittäminen oli tuottanut vain lisää käsitteellistä sekaannusta.

Oli siis tehtävä käsitteellinen suursiivous ja otettava kohteellinen toiminta uuden teorian peruskäsitteeksi. Sen sisällä vanhan teorian kognitiiviset sekvenssit kuvaavat toiminnan yleistä, ajassa etenevää ominaisuutta, ja vastavuoroiset asetelmat toimijan ja kohteen molemminpuolista voimasuhdetta. Vanha teoria on mukana, mutta sen käsitteet ovat siirtyneet uusiin asemiin.

Merkkien välittämisen toiminnan käsite on oikeastaan varsin yksinkertainen. Sen vaikeus ajattelun työvälineenä syntyy siitä, että sen viittä näkökohtaa on vaikeaa pitää samanaikaisesti mielessä. Toinen vaikeus on siinä, että olemme tottuneet hahmottamaan toiminnan reaktion. Se näyttäytyy päivittäin sanomalehdissä ja mediassa julkaistavissa, arjen erilaisia ilmiöitä tarkastelevissa asiantuntijoiden puheenvuoroissa.

”Miksi joku ahdistuu ja miksi toinen ryhtyy leipomaan juurileipää koronapandemian oloissa?”; ”Mikä altistaa nuoret peliriippuvuudelle?”; ”Mikä saa puolison muuttamaan väkivaltaiseksi, kun pappi on sanonut aamenen?” Vastauksina esitetään erilaisten tekijöiden luetteloita, joista perinnöllisyys, aivojen välit-

täjäaineiden pitoisuudet ja varhaislapsuuden kiintymyssuhteet ovat erityisen suosittuja.

On myös haasteellista tavoittaa käsitteellisillä työvälineillä liikkuvaa ilmiötä, jossa toimijan ja kohteen välittynyt yhteys jatkuvasti muuntuu välittäjästä ja molemminpuolisesta voimasuhteesta riippuen. Kulttuurimme on vielä monilta osiltaan aristoteelisen ajattelutavan kahleessa. Sille on tunnusomaista olioiden nimeäminen ja kuvaaminen ominaisuuksien avulla. Suhteellisuusteorian suuri oivallus tuoda aika mukaan avaruudellisten suhteiden ja liikkeiden analyysiin on fyysikoille arkipäivää. Psykologia ja psykiatria lepäävät edelleen tyypittelyjen (kuten kiintymystyyli), piirteiden (esimerkiksi Big Five -persoonallisuuden teoria) ja luokkia erottelevien kriteerien (ICD-10 diagnostiset kuvaukset) varassa.

Olemme oppineet pysäyttämään tutkittavan kohteen liikkeen tyypittelemällä tai formalisoidulla se toistuvaksi, kuten nimetessämme vastavuoroisia asetelmia. Toiminnan teorian keskenään jatkuvasti liikkuvien näkökulmien omaksuminen edellyttää vanhasta ajattelutavasta pois oppimista. Se vaatii paljon työtä, ja estää koulutettua kognitiivis-analyttistä terapeuttia omaksumasta uutta teoriaa.

Toinen este sisältyy psykoterapeuttien taipumukseen rakentaa terapeuttinen identiteettinsä suuntauksensa käsitteiden ja menettelytapojen varaan. Samastuminen oman suuntauksen teoriaan ja menetelmiin on ominaista kaikille terapiasuuntauksille. Tämä ruokkii dogmaattisuutta ja suuntausten välisiä koulukuntakiistoja. Olemmeko vielä KAT-terapeutteja, ellei meillä ole toimintatavan ja vastavuoroisen asetelman käsitteitä? Tai reformulaatiokirjeitä ja ”mäppäystä” – visuaalisten diagrammien piirtelyä yhdessä terapiassa kävijän kanssa?

Entä kuinka uusi teoria voidaan integroida kognitiivis-analyttisen terapian koulutukseen? Käytännössä ainoa mahdollisuus on aloittaa koulutus semioottisen objektiuhdeteorian opiskelulla. Vasta sen omaksumisen jälkeen voitaisiin nykyistä KAT-teoriaa tarkastella teo-

riahistoriallisen kehityksen näkökulmasta. Tämä pitää sisällään psykoanalyttisen objektiuhdeteorian ja Kellyn konstruktioiteorian integroinnin 1970-luvulla, kognitiivisen käänteeseen ja siitä seuranneiden teoreettisten jännitteiden tarkastelun, ja dissosiativisten ilmiöiden tulemisen KAT-teorian osaksi 1990-luvulla.

Psykoterapeuttiseen käytäntöön uusi teoria tuo dialogisen sekvenssianalyysin formuloinnin työkaluksi entisten rinnalle. Niistä ei tarvitse hylätä mitään. Työvälineiden joustava käyttö on ollut kognitiivis-analyttiselle terapialle tunnusomaista alusta alkaen. Kaikki, mikä tukee asiakkaan itsehavainnoinnin kehittymistä ja ajoittuu hänen lähikehityksensä vyöhykkeelle, on sallittua.

Onko semioottinen objektiuhdeteoria nyt valmis? Ei. Kohteellisen toiminnan ja merkin käsitteet auttavat ratkaisemaan kognitiivis-analyttisen teorian käsitteellisen ristiriidan psyykkisten sekvenssien ja vastavuoroisten asetelmien välillä. Ne avaavat myös mahdollisuuden hyödyntää täysimääräisesti psykoanalyysin klassikoiden kliinisiä havaintoja ihmisen sisäisten objektien dynamiikasta.

Molemminpuolisen voimasuhteen idea pakottaa kuitenkin asettamaan seuraavan kysymyksen: miten syntyy ja kehittyy toimijan voima, joka ilmenee hänen kohteeseensa suuntautuvassa toiminnassaan?

Mikään käsitteellinen tapa ottaa jokin ilmiökenttä haltuun ei ole tyhjentävä, saati sitten lopullinen. Käsitteet kehittyvät murtuessaan joko sisäisen ristiriitaisuutensa jännitteissä tai käytännössä, joka alati tuo niiden sisälle uusia merkityskerrostumia. Myös teoreettiset käsitteet ovat merkkejä, ja sellaisina ne noudattavat merkkien kehittymisen säännönmukaisuutta.

Viitteet

¹Aineistonkeruun aikoihin 1970-luvulla tätä termiä käytettiin tummaihoisista.

Kirjallisuus

Bakhtin, Mikhail (1984). *Problem of Dostoevsky's poetics*. Manchester, UK: Manchester University Press.

Bollas, Christopher (1987). *The shadow of the object*. Lontoo: Free Association Books.

Brentano, Franz (1874/1995). *Psychology from an empirical standpoint*. Lontoo & New York: Routledge.

Comparetti, A. Milani (1981). The neurophysiologic and clinical implications of studies on fetal motor behaviour. *Seminars in Perinatology*, 5, 183–189.

Freud, Sigmund (1916). *Introductory lectures*. Luettavissa osoitteessa https://freudianassociation.org/en/wp-content/uploads/Sigmund_Freud_1920_Introductory.pdf, 3342.

Kivikkokangas, Sami; Leiman, Mikael & Enckell, Henrik (2020). Itsehavainnoinnin kehittyminen edellytyksenä itseanalyttiselle funktiolle. *Psykoterapia*, 39(3), 196–216.

Leiman, Mikael (1992). The concept of sign in the work of Vygotsky, Winnicott and Bakhtin: Further integration of object relations theory and activity theory. *British Journal of Medical Psychology*, 65, 209–221.

Leiman, Mikael (1994). Projective identification as early joint action sequences: A Vygotskian addendum to the procedural sequence object relations model. *British Journal of Medical Psychology*, 67, 97–106.

Leiman, Mikael (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, Mikael (2011). Mikhail Bakhtin's contribution to psychotherapy research. *Culture & Psychology*, 17, 441–461.

Leontiev, Alexei Nikolaevich (1977). *Toiminta, tietoisuus, persoonallisuus*. Suom. Pentti Hakkarainen. Helsinki: Kansankulttuuri.

Ryle, Anthony (1975). *Frames and cages. The repertory grid approach to human understanding*. Lontoo: Sussex University Press.

Ryle, Anthony (1979). The focus in brief interpretive psychotherapy: Dilemmas, traps and snags as target problems. *The British Journal of Psychiatry*, 134, 46–54.

Ryle, Anthony (1982). *Psychotherapy. A cognitive integration of theory and practice*. Lontoo: Academic Press.

Ryle, Anthony (1985). Cognitive theory, object relations, and the self. *British Journal of Medical Psychology*, 58, 1–7.

Ryle, Anthony (1991). Object relations theory and activity theory: A proposed link by way of the procedural sequence model. *British Journal of Medical Psychology*, 64, 307–316.

Ryle, Anthony & Kerr, Ian B. (2002). *Introducing cognitive analytic therapy: Principles and practice*. Chichester, UK: Wiley.

Ryle, Anthony & Lunghi, Martin (1970). The dyad grid: A modification of repertory grid technique. *The British Journal of Psychiatry*, 117, 323–327.

Salzberger-Witteberg, Isca (1970). *Psychoanalytic insight and relationships: A Kleinian approach*. Lontoo & New York: Routledge.

Savolainen, Juha (2020). Dialoginen sekvenssianalyysi. Teoksessa Haanpää, Pirkka & Tikkanen, Soile (toim.), *Katseita*, 42–70. Helsinki: Kognitiivis-analyttinen psykoterapiayhdistys ry.

Stephens, Richard; Atkins, John & Kingston, Andrew (2009). Swearing as a response to pain. *Neuroreport*, 20, 1056–1060.

Winnicott, Donald Woods (1971). *Playing and reality*. Lontoo: Tavistock.