

Työ- ja koulutuselämään liittyvät kehykset ja dialogiset positiot psykoterapiaprosessissa

Mielenterveysongelmista on tullut yleisin sairauspäivärahan peruste Suomessa, ohittaen tuki- ja liikuntaelinsairaudet. Vaikka Kelan tukeman kuntoutuspsykoterapian on todettu auttavan työelämässä pysymisessä, psykoterapiaprosessin yhteyttä asiakkaan työelämän kysymyksiin ei ole juurikaan tutkittu. Tässä artikkelissa tarkastellaan, kuinka psykoterapiaprosessi voi auttaa asiakasta muodostamaan työ- ja koulutuselämässä pysymistä tukevia näkökulmia omaan elämäänsä. Raportoitavassa tutkimuksessa integroidaan narratiivisen psykoterapian, elämäntutkimuksen ja dialogisuuden viitekehyksiä. Tutkimus osoittaa, että narratiivinen psykoterapiaprosessi voi lisätä asiakkaan valinnanmahdollisuuksia työ- ja koulutuselämän risteymäkohdissa, laajentaen hänen mahdollisuuksiinsa uudelleenmäärittää elämäntutkimuksen tapahtumia ja dialogisia positioita niiden suhteen. Tutkimus osoittaa myös, että työ- ja koulutuselämään liittyvien elämäntutkimuksellisten risteymäkohtien käsittely psykoterapiassa on tärkeää, sillä menneisyyden risteymäkohtien kehysten muutokset voivat tukea myös nykyhetken ja tulevaisuuden valintoja.

Johdanto

Mielenterveysongelmat ovat Suomessa ohittaneet jo tuki- ja liikuntaelinsairauksien osuuden sairauspäivärahapäivissä, siirtyen näin yleisimmäksi sairauspäivärahan perusteeksi (Blomgren 2019). Kansaneläkelaitos tukee rahallisesti kuntoutuspsykoterapiaa, joka tähtää asiakkaan työ- tai opiskelukyvyn tukemiseen tai parantamiseen (Kela nd.). Vaikka psykoterapian tiedetään tukevan työelämässä pysymisessä (Tuulio-Henriksson ym. 2019), psykoterapiaprosessin kytkeytymistä asiakkaan työelämään liittyviin kysymyksiin ei ole juuri tutkittu.

Tässä artikkelissa tarkastellaan sitä, millä tavalla psykoterapiaprosessi voi auttaa asiakasta muodostamaan työ- ja koulutuselämässä pysymistä tukevia näkökulmia omaan elämäntutkimukseensa. Tutkimuksessa hyödynnetään Zittounin ym. (2013) ajatuksia narratiivisen psykoterapian, kehityspsykologian, systeemiteiden, elämäntutkimuksen ja bakhtinilaisen dialogisen viitekehyksen integroimisesta.

Nyt raportoitavassa tutkimuksessa asiakkaan elämäntutkimuksen tapahtumia tarkastellaan psykoterapiaprosessin keskusteluissa muodostuvien elämäntutkimuksellisten trajektoreiden, kehysten

ja dialogisten positioiden kautta. Hypoteesina on, että elämänkulkuun kiinnittyvä narratiivinen psykoterapiaprosessi auttaa asiakasta jäsentämään ja uudelleentulkitsemaan omaa elämäänsä siten, että se lisää hänen valinnanmahdollisuuksiaan työ- ja koulutuselämän risteymäkohdissa.

Keskeisiä käsitteitä

Ihmisen *elämänkulku* voidaan nähdä tarinallisina kehitysvaiheina ja tapahtumaketjuina, joissa hän rakentaa identiteettiään suhteessa kokemushistoriaansa (McAdams 2001). Elämänkulku sisältää lukemattomia *tapahtumaketjuja*, trajektoreita, joita ihminen käy läpi sekä yhtä aikaa että vuorotellen. Tutkimuksessa käytetty *trajectory equifinality* -malli (TEM) kartoittaa, millaisia vaihtoehtoja asiakas luo mielikuvituksensa kautta menneisyyden, nykyhetken ja tulevaisuuden elämäntapahtumien risteymäkohtiin (Zittoun ym. 2013). Toteutuneet ja toteutumattomat risteymäkohtien mahdollisuudet muodostavat rakenteen, jonka avulla risteymäkohtien välisiä suhteita voidaan tarkastella. Kun nykyhetken tapahtumiin avautuu keskusteluissa uudenlaista ymmärrystä, myös menneisyyden trajektorit voivat muuttua ja päinvastoin.

Ihminen ei kuitenkaan voi muokata mielessään elämänkulun risteymäkohtia vapaasti. Yhteiskunnalliset ja henkilökohtaiset normatiiviset kehykset (Goffman 1981) rajoittavat käytettävissä olevia ymmärryksen ja tulkinnan mahdollisuuksia. Kehykset ovat käytännössä sisäistettyjä valtarakenteita ja normeja (Foucault 2005), jotka rajoittavat narratiiveja ja ihmisen dialogisia positioita niissä (Zittoun ym. 2013). Dialoginen positio tarkoittaa tietynlaiseen suhteeseen asettumista muita ihmisiä ja elämäntilanteita kohtaan. Se sisältää samanaikaisesti jatkuvuutta ja epäjatkuvuutta, mikä mahdollistaa myös muutoksia (Hermans 2001).

Psykoterapiaprosessi on tärkeä näyttämö näiden narratiivien tutkimiseen. Parhaimmillaan psykoterapiaprosessissa alkaa muodostumaan innovatiivisia hetkiä, jotka muuttavat elä-

mänkulullisten trajektorien risteymäkohtien ja kehysten merkityksiä. Uudelleenmäärittelyssä kehykset alkavat säröytyä, ja näistä säröistä voi kasvaa laajempia muutoksia, jotka sisältävät oppimisprosesseja, identiteetin muutoksia ja uuden ymmärryksen luomista (Zittoun ym. 2013). Kehykset ja dialogiset positiot voivat kokea suuriakin muutoksia asiakkaan ymmärtäessä uudella tavalla sen, mistä hänen kokemuksensa ovat syntyneet.

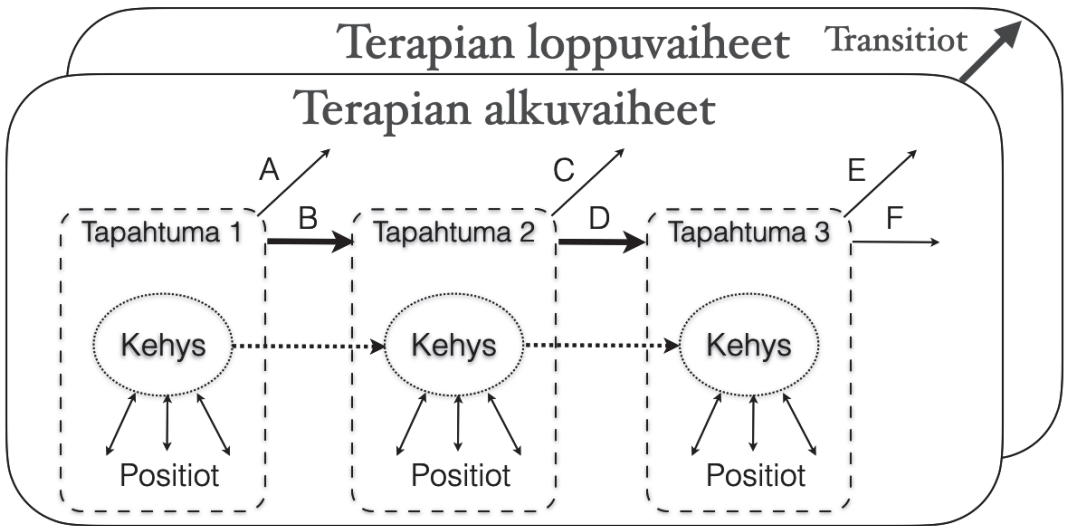
Psykoterapiaprosessissa asiakas tutkii omaa elämänkulkuaan paitsi ihmissuhteiden, myös erilaisten koulutuksellisten ja ammatillisten valintojen kautta, joiden suhteen hän asettuu erilaisiin dialogisiin positioihin. Joustavampien valinnan mahdollisuuksien avaaminen vaatii niin menneisyyden kuin nykyhetken ja tulevaisuudenkin trajektorien psykoterapeuttista käsittelemistä. Koherentin narratiivin muodostaminen oman työuran suhteen on merkittävää myös sen muokkaamisen kannalta (Del Corso & Rehuss 2011).

Tapaustutkimus

Tapaustutkimuksen asiakas ”Johanna” on keski-ikäisen siirtymävaihetta elävä nainen, jolla on aviomies sekä kotona asuvia lapsia. Hän päätyi psykoterapiaprosessiin työterveyshuollon kautta, jossa oli asiakkaana työuupumuksen vuoksi.

Tapaustutkimuksen aineisto koostuu asiakkaan kolmen vuoden mittaisen psykoterapiaprosessin videotallenteista ja niihin liittyvistä litteroinneista, asiakkaan ylös kirjoittamista unista, psykoterapeutin tapaamisia koskevista muistiinpanoista sekä elämänkulullisesta haastattelusta.

Tutkimuksen tarkoituksena on tilastollisten yleistyksien sijaan löytää teoreettisia rakenteita, jotka ovat käyttökelpoisia myös muissa tapauksissa. Aineistoa analysoitiin narratiivisesti, tarkastellen erityisesti keskusteluissa muodostuvia elämänkulullisia trajektoreita, kehyksiä ja dialogisia positioita sekä niihin liittyviä uudelleenmäärittelyjä ja transiitioita.



Kuva 1. Elämäkulullisen trajektorin risteymäkohdat ja niihin liittyvät kehukset suhteessa toisiinsa terapiaprosessin eri vaiheissa.

Hypoteesina oli, että elämäkulkuun kiinnittyvä narratiivinen psykoterapiaprosessi auttaa asiakasta jäsentämään ja uudelleentulkitsemaan omaa elämäänsä siten, että se lisää hänen valinnanmahdollisuuksiaan työ- ja koulutuselämän risteymäkohdissa.

Kuvassa 1 on havainnollistettu sitä, millä tavoin elämäkulullisten trajektoreiden risteymäkohdissa ilmentyviä kehäksiä ja dialogisia positiota voidaan asettaa suhteeseen toisiinsa nähdessä.

Tutkimustulokset

Seuraavissa kappaleissa kuvataan sitä, millaisia kehäksiä ja niihin liittyviä dialogisia positiota psykoterapiaprosessin eri vaiheissa muodostuu ja miten ne kehittyvät prosessin edetessä.

Psykoterapiaprosessin alkuvaiheen keskustelut

Psykoterapian alkuvaiheen keskusteluissa korotetaan Johannan aiempaa työ- ja koulutus-

historiaa, joissa tehtyjä päätöksiä hän miettii hankalan nykytilanteensa kannalta. Nykyinen työ on painotukseltaan fyysistä hoitotyötä, ja Johannan omat fyysiset ongelmat alkavat asettaa sen tekemiselle rajoituksia. Myös taloudelliset tekijät mietityttävät. Toisenlaisella ammatinvalinnalla Johanna voisi olla nyt taloudellisesti paremmassa tilanteessa työssä, joka olisi myös fyysisesti kevyempää.

Alkuvaiheen keskusteluissa Johannan elämäkulku näyttäytyy melko kapeana ja muuttumattomana polkuna, jonka valintoihin ei voi enää vaikuttaa. Ensimmäinen keskusteluissa käsitteilyyn nouseva koulutuksellisen trajektorin risteymäkohta kohdistuu lukioon. Oman lapsen arvosanat eivät riitä ensisijaiseen koulutuspaikkaan pääsemiseen, ja tämä tuo mieleen omat valinnat samassa ikävaiheessa. Johanna katu, ettei panostanut lukiossa enemmän matemaattisiin aineisiin. Paremmiin valitut aineet olisivat tehneet helpommaksi hakeutua lääketieteen opintoihin, jotka olivat olleet hänellä yhtenä vaihtoehtona. Hän päätyi kuitenkin lopulta hakeutumaan toiseen terveydenhoidon ammattiin.

Johanna: Se, mitä omille lapsille oon yrittänyt tuoda esille, että täytyis tehdä asiat sillä tavalla, että voi valita, ettei oo kiinni siitä, että portit sulkeutuu, ku ei oo arvosanoja, joita tarvittais. Se mahdollisuus, että pystyy tekemään valintoja, mitä haluaa.

Terapeutti: Mitä se sun kohalla sitte tarkoitti?

Johanna: Mun kohdalla se käytännössä tarkoitti sitä, että siinä jossain vaiheessa yläasteella ja lukiossa ei välttämättä panostanut niihin aineisiin, jotka olis johtanut niihin uravalintoihin, joita olis loppupeleissä halunnut.

(27. tapaaminen)

Tähän trajektorin risteymäkohtaan muodostuu jäykkä ja pakottava ammatillisen menestymisen kehys. Johanna kertoo, että hänen perheessään ja suvussaan arvostetaan akateemista koulutusta ja työelämässä menestymistä. Johannan vanhemmat ovat akateemisesti koulutettuja, äiti on opettaja ja isä lääkäri. Vanhemmat sisaruksetkin ovat opiskelleet pitkälle ja menestyneet omilla aloillaan hyvin. Johanna ei koe pärjänneensä tässä asemellessä, vaan kokee olevansa vähemmän arvostetussa ammatissa. Samankaltainen kehys näyttäytyy myös työelämän piirissä, jossa oma ammatti on terveydenhuollon organisaatioiden hierarkiassa alisteinen. Kehyksen muodostuminen ei tässä vaiheessa ole kovinkaan jäsenelty.

Johanna: Tokihan hän [isä] on vanhimman sisaruksen ammatinvalinnasta hyvinkin ylpeä [liikuttuu]. Meidän keskimmäisen, en tiää, mitä hän siitä ajattelee... semmonen kokemus että, ei hänellä ja varsinkaan hänen nykyisellä vaimollaan oo, ole ollut, kovin suuri arvostus minun ammattia kohtaan. – – Varmaan se [vanhimman sisaruksen ammatti] on ollut vähän kaikkien sukulaisten silmissä sellainen arvostettu ammatti. – – Ja semmonen muisto jäänyt jossain vaiheessa mieleen, ku äidillä oli joku vaiva ja koitin sitä hoitaa, ja teinkin sen, ja neuvoin, että voisit itse sitä näin hoitaa, niin ei ottanut sitä kuuleviin korviinsa, ja sitten tuli jossain vaiheessa vastaan, niin tuumasi, että [vanhin sisarus] osaa aina antaa niin hyviä neuvoja. – – Niinku, ei niillä sun neuvoilla ole merkitystä, olet pikkusisko, joka ei tiää eikä osaa. Se on vaan se tietty asenne.

(28. tapaaminen)

Käytännön ratkaisuna tilanteeseensa Johanna kertoo siirtyneensä jo uransa alkuvaiheessa yksityisyrittäjäksi. Yksityisyrittäjyys oli keino välttää muiden hyväksynnän tarve sekä työhaussa että organisaatioiden ammatillisissa hierarkioissa. Yrittäjänä hän pystyi itse paremmin valitsemaan työnsä eikä hänen tarvinnut asettua myöskään työyhteisöjen hierarkkisiin asemiin. Yrittäjyys myös toi väljyyttä ammatillisen menestymisen kehukseen, sillä yrittäjänä menestyminen ei ole samalla tavalla kiinni koulutustasosta. Taloudellinen menestyminen ei Johannan ammatissa kuitenkaan yrittäjänäkään yllä samalle tasolle kuin sisaruksilla. Lisäksi yrittäjyys käy kuormittavaksi.

Aiempaan lukion ammatinvalintaan kietoutuu toinenkin risteymäkohta. Johanna mietti muutaman vuoden työelämän jälkeen uudelleen lääketieteen opintoja ja suoritti tämän vuoksi lukion preppauskurssesja. Tässä elämänvaiheessa preppauskursien tekeminen töiden ohella tuntui kuormittavalta, lisäksi vaakakupin toisella puolella oli perheen perustaminen. Tässäkin risteymäkohdassa lääketieteen opinnot jäivät toteutumatta, sillä Johanna valitsi perheen oman urakehityksen sijaan.

Johanna: Fysiikkaa, kemiaa, yritin käydä niitä jopa iltalukiossa jossain vaiheessa. Kun sen olisi tehnyt silloin, ku oli niinku se koulu aika, niin ei olis vaatinut sitä ekstraefforttia, joka ei sitten lopulta johtanut siihen, mitä olis toivonut.

Terapeutti: Eli mihin?

Johanna: Eli olisin varmaankin jossain vaiheessa hakenut sinne lääkkikseen. En tiää, olisinko koskaan sinne päässyt, mutta en tiedä, olisiko se ollut oikea paikka vai olisinko ahdistunut, mutta se tavallaan se mahdollisuus sulkeutu siinä, tai jossain vaiheessa piti tehdä valinta. Käytännössä se valinta oli siinä, meenkö kouluun vai saadaanko perhettä jollakin aikataululla.

(27. Tapaaminen)

Myös tästä risteymäkohdasta keskusteltaessa ammatillisen menestymisen kehys on vallitsevana, eikä siinä tunnu olevan juurikaan joustoa. Johannan dialoginen positio kehyn suhteen on alistuva, sillä kehyn kyseenalaistaminen ei tunnu mahdolliselta.

Asiasta keskustellessa syntyy kuitenkin konfrontaatiokatkos (Safran & Muran 2003, 154–155). Otan esille Johannan oman käsityksen siitä, että hän ei ole toteuttanut koko omaa potentiaaliaan ammatillisissa valinnoissaan, vaan on alisuoriutunut potentiaaliinsa nähden. Johanna kokee tarvetta puolustaa omaa ammattiaan ja valintaansa tätä käsitystä vastaan. Dialoginen positio muuttuu alistuvasta puolustautuvaksi, vaikka kehys itsessään pysyy edelleen samana. Johanna toivoo, että olisi tehnyt ammatillisen menestymisen kannalta parempia valintoja mutta samalla puolustaa tekemiään valintoja. Keskusteluissa syntyneessä katkoksesta voi nähdä pyrkimystä ammatillisen menestymisen kehysten kyseenalaistamiseen, vaikkei se tässä vaiheessa vielä onnistukaan.

Johanna: Viime kerrasta jäi pyörimään sana alisuoriutumisen. Jostakin syystä jäi elämään se ajatus, että onko se oikeasti alisuoriutumista, jos valitsee eri tavalla. Käsittäkseni se, mitä nyt oon tehnyt, niin en suinkaan oo alisuoriutunut, vaan tehnyt asiat kunnolla ja loppuun asti, että sitä jäin pohtimaan... En ihan täysin allekirjoita tuota että.

Terapeutti: Jos oikein muistan, niin minä kai käytin sitä sen sun kouluvalinnan suhteen? – Ajattelin, että siinä vois olla alisuoriutumista, ettei tavallaan tähtää siihen, mikä olis itellä se maksimipotentiaali

Johanna: – Jos miettii lukiota, niin oon kirjoittanut meidän perheestä parhaat paperit. Että ei se ollut sitä, että olisin jättänyt tekemättä jotakin, vaan se oli sitä todistelun aikaa, että olisin ainakin yhtä hyvä kun toisetkin. Toisaalta valitsinko ehkä sitten sellaisia aineita, ettei tarvitse edes ajatella menevänsä, että sitä vältteli. – Kävin silloin iltalukiassa jossakin kohtaa, olin jo valmistunut hoitoalalle. Se hoitoala tuli vähän vahingossa; en tiennyt, että sellaista ammattia on olemassakaan. Se [lääketieteen opintoihin pyrkiminen] kariutui siihen, ettei kaikkea voi saada yhtä aikaa, että olisko perheen perustaminen aiheellista, kolmekymppiä lähenei pikkujulijaa. (29. tapaaminen)

Johannan työhistoriaan liittyy myös useita lisäkoulutuksia ja pätevyityksiä, joiden kautta omaa ammattitaitoa on voinut kehittää. Siitä huolimatta terveydenhuollon organisaatioiden sisäinen hierarkia aiheuttaa kuitenkin alem-

muudentunnetta. Oma ammatti on edelleen alisteinen esimerkiksi lääkäreille, ja tämä näkyy työn käytännöissä.

Ammatillisen menestymisen kehys leimaa psykoterapiaprosessin alkuvaiheen keskusteluja. Johanna peilaa omia menneisyyden valintojaan tätä kehystä vasten, ja kehys määrittelee myös hänen elämäntilannettaan nykyisyydessä. Näissä keskusteluissa kehys ja Johannan suhteeseen ovat vielä suurelta osin tiedostamattomia ja ristiriitaisia. Kehys määrittelee sen, miten asioiden pitäisi olla suhteessa siihen, miten asiat todellisuudessa ovat. Tässä kehysessä Johanna kokee itsensä epäonnistuneeksi ja alempiarvoiseksi, vaikka hän on itseasiassa omalla alallaan hyvin pätevä ja osaava ammattilainen. Kuitenkin perheinstituutiosta perityssä kehysessä ammatillinen menestyminen on määritelty sellaisilla kriteereillä, joita Johanna ei ole kyennyt täyttämään.

Psykoterapiaprosessin keskivaiheen keskustelut

Psykoterapiaprosessin keskivaiheessa keskustelut siirtyvät koskettamaan sosioekonomiseen luokkastatukseen liittyviä asioita. Johannan ollessa alle kouluikäinen tapahtui avioero, jossa varallisuus jäi isän puolelle. Johanna muistaa, miten lapsuuden jouluihin äidin kanssa liittyi eräänlainen näytelmä, jossa esitettiin varakkaampaa kuin oltiinkaan.

Johanna: Joulu on vaatinut jotakin sellaista illuusion ylläpitämistä... siitä että, edelleen ollaan ikään kuin olisi vauras perhe, joka pystyy ikäänku niinkö tekeen kaiken mitä haluaa... pitämään ikäänkuin sellaisen kuvan niinku.

Terapeutti: Kenelle?

Johanna: En oikein tiää, kenelle sitä kuvaa on pidetty yllä; onko se niinku itse itseä varten. Se niinkö häirittee itseä, että täytyy yhteen päivää panostaa ihan hirveästi. Ku miettii äidin tilannetta aikanaan, ettei oo ihan niin paljon laittaa kun haluaisi, että onko se tarpeellista. Ehkä se on halunnut meillekin jollain tavalla niinku pitää sitä entistä juhlamallia, en minä tiää mitä se on palvellut.

(39. tapaaminen)

Johanna kävi nuoruudessaan usein lomareisuilla varakkaampien ystäviensä mukana. Tämä asetelma toistuu nykytilanteessa, sillä Johannan talo on varakkaalla asuinalueella. On tunne, että muut ympärillä ovat selvästi varakkaampaa väkeä kuin oma perhe.

Johanna: En silloin ajatellut sitä sellaisena eriarvoisuutena, mutta oon käyttänyt hyödyksi näitä ystäviä ja tuttavuuksia, joitten perheillä on ollut varaa kaikenlaiseen. Oon niitten mukana päässyt tekemään asioita, jotka on ollut mukavia... että monenlaisia asioita päässyt kuitenkin tekemään (Terapeutti: Joo) – jostain syystä ne on ne omat ystävät on olleet ehkä sillä tavalla ehkä niiku parempiosaisia siinä mielessä, että heillä on ollut mahdollisuus, mutta oon ajatellut niin päin, että se on antanut itelle mahdollisuuden kokea asioita, joita ei olisi muuten päässyt tekemään.

Terapeutti: Periaatteessa sulla on ollut niiku näköalat siihen vähän parempaan elämään taloudellisesti, mutta sitte ei oo itellä ollut sitä varallisuutta kuitenkaan?

Johanna: Kyllähän se tosiasia on, että Suomessa on luokkayhteisö ihan samalla tavalla ku... esimerkiksi tällä hetkellä se, missä me asutaan niin, niin naapurien tulotaso on jotakin ihan muuta kuin meidän tulotaso on. Jotenki mä niinku aina ajaudun sellaseen tilanteeseen että, ja tuonnekin me muutettiin, kun silloin oli hyvä tilaisuus saada tontti, ja me saatiin tontti sen takia, kun perustin siihen yrityksen, mutta sitten se ympäristö on jotakin ihan muuta kun. Jossain vaiheessa ajattelin, että meidän pitää muuttaa sieltä pois, ettei meidän lapset kärsi siitä, kun ne on erilaisia ku muut. – Kyllähän se niinku helpotti, kun siinä on niitä, jotka tunsivat minun isän ja sisaren, että siinä tulee taas tämä, mutta eihän he hyväksyneet minua minuna, vaan osana perhettä, osana jotaki, joka ei oo osa minua.

(42. tapaaminen)

Johanna on ikään kuin kahden yhteiskuntaluokan välissä. Hänen vanhempansa ovat korkeakoulutettuja, ja isällä on myöskin varallisuutta. Toisaalta Johannan äiti on tehnyt uraansa matalapalkkaisessa työssä, eikä heillä tästä syystä ole ollut avioeron jälkeen taloudellista pääomaa.

Suomalaista keskiluokkaistumista koskevasa tutkimuksessa onkin todettu, että sosioe-

konominen status määräytyy voimakkaammin taloudellisten tulojen kuin koulutustason mukaan (Blom & Melin 2014). Tästä syystä esimerkiksi työpaikan menettäminen voi johtaa luokkaputoamiseen, vaikka koulutustaso säilyykin. Johannan lapsuudenperheessä voikin nähdä luokkaputoamisen, sillä avioeron myötä katosi myös varallisuus. Vaikuttaa siltä, että Johanna on kuitenkin sisäistänyt sosioekonomisesti korkeammat kriteerit oman ammatillisen menestymisen kehykselleen, eikä menestyminen omassa ammatissa siksi riitä.

Psykoterapiaprosessin keskivaiheen keskusteluissa ammatillisen menestymisen kehys tulee uudelleenmääritellyksi, ja siitä kehkeytyy sosiaalisen statuksen kehys. Tässä kehyksessä ihmisiä verrataan toisiinsa koulutustason lisäksi taloudellisen menestymisen ja varallisuuden perusteella. Koulutustaso on edelleen tärkeä, mutta sen täytyy johtaa myös taloudelliseen menestymiseen. Vaikka Johanna onnistuu jossain määrin muuttamaan suhdettaan ammatillisen menestymisen kehykseen alkamalla yrittäjäksi, yrittäjyys ei muuta hänen suhdettaan sosiaalisen statuksen kehykseen. Yrittäjänä hän saa tontin ja pääsee hyvälle asuinalueelle, mutta varallisuus ei vastaa asuinalueen normiin.

Johanna ottaa näissä keskusteluissa esiin koulutuksen, josta hän ei ole aiemmin puhunut. Muutama vuosi sitten Johannalle avautui mahdollisuus suorittaa ylempi ammattikorkeakoulututkinto. Tämä on minulle yllättävä tieto, sillä YAMK-tutkinnon esiin ottaminen olisi ollut luontevaa aiemman konfrontaatiokatkoksen yhteydessä, jossa otin esiin ajatuksen siitä, ettei Johanna ole hyödyntänyt akateemista potentiaaliaan opintojen suhteen.

Ylempi AMK-tutkinto tuntui Johannalle mahdollisuudelta nostaa omaa ammatillista ja koulutuksellista statustaan. Niinpä hän päätti tarttua tilaisuuteen, vaikka se vaati paljon panostusta perheen ja töiden ohella. Koulutus oli raskas, mutta hän sai tutkinnon kuitenkin suoritettua. Johanna haki jonkin verran töitä uudella tutkinnollaan, mutta ei kokenut noita työpaikkoja omakseen. Lopulta uusi tutkin-

to jäi käytännössä hyödyntämättä, eikä siitä tuntunut olevan ammatillisesti mitään hyötyä. Näin tutkimus ei tunnuta integroituvan Johannan omaan ammatilliseen identiteettiin, eikä hän todennäköisesti sen vuoksi ole ottanut koulutusta aiemmin keskusteluissa esille.

Johanna: Vaikka on hakenut (YAMK-tutkinnolla) toisenlaisia hommia, ei ole avautunut mahdollisuuksia. Luulen, että siellä on myös sitä, että jollain tavalla ei ole uskonut itseensä ja omiin kykyihinsä. Ei ole ollut ihan satavarma itsestä, se on sitte varmaan näkynyt hakemuksissa. Urapolkuja olisi avautunut johonkin, mutta ne vaihtoehdot ei oo olleet sellain taloudellisesti kannattavia, että puolikkaita hommia. Sitä itse selittää, mikä on järkivaihtoehto, mutta sitten ne paikat, jota on hakenut, ja jotka olis olleet mahdollisia, ei oo tuntunut, että ne olis ollut ihan oma juttu. Kävin joskus kymmenen vuotta sitten TE-keskuksessa ammatinvalintatesteissä, niin se mikä sieltä tuli, niin susta tulis hyvä terapeutti.
(70. tapaaminen)

Johannan dialoginen positio sosiaalisen statuksen kehystä kohtaan on myöskin alistuva, eikä tähän kehykseen tunnuta löytyvän puolustautuvaa tai kapinallista positiota. Johanna on pyrkinyt parantamaan asemaansa ylemmän ammattikorkeakoulututkinnonkin kautta, mutta nämä toimet eivät ole kyenneet muuttamaan suhdetta kehykseen. Kehys itsessään on säilynyt kyseenalaistamattomana. Ehkäpä tästä syystä menneisyyden trajektoreissa korostuvat lääketieteen opintoihin liittyvät risteymäkohdat. Johannan ajatuksissa se vaikuttaa ainoalta reitiltä, jonka kautta hän olisi voinut onnistua sosiaalisen statuksen kehiksessä.

Näissä keskusteluissa alkaa orastaa myös toinen koulutuspolku, joka tuntuisi parantavan Johannan asemaa kehyksen suhteen. Johannalla on perhetuttu, joka on ammatiltaan psykoterapeutti. Johannan näkökulmasta psykoterapeutti asettuu terveydenhuollon hierarkioissa samalle tasolle lääkäreiden kanssa, ja lisäksi ammatin palkkaus on parempi kuin nykytyössä. Tässä tulevaisuuteen liittyvässä trajektorin risteymäkohdassa huolenaiheena ovat kuitenkin perheen vaatimukset ja taloudellinen pärjää-

minen. Tästä syystä risteymäkohdan toiseksi vaihtoehdoksi asettuu lyhyempi psykofyysinen lisäkoulutus.

Johanna: Se [lisäkoulutus] on yks vaihtoehto, joka on mielessä. Mutta sitten mietin, onko se sekään sitte kuitenkaan se, mikä itseä loppujen lopuksi tyydyttää. Onko se sitten kuitenkin taas se toiseksi paras vaihtoehto.

Terapeutti: Mikä se ois se ensimmäiseksi paras?

Johanna: Jostain syystä se psykoterapia on jollain tavalla niiku noussut kuitenkin sellaiseksi mahdollisuudeksi, se mulla oli alun perin mielessä, mut sit jos näytti siltä, ettei ne rahoituskuviot ratkea kovin järkevällä tavalla, niin mä vähän siitä luovuin jossain vaiheessa. Se on tausta-ajatuksena ollut siellä ehkä viimeiset viisi vuotta. – – Vaihtoehtoja tietenkin on, mutta jotenkin tässä vaiheessa ei, enää ikään kuin haluais tyytyä siihen toiseksi parhaaseen vaihtoehtoon.
(71. tapaaminen)

Psykoterapiaprosessin keskivaiheissa kehyksessä tapahtuu transitio. Käy selväksi, ettei perheessä mitata onnistumista pelkästään koulutustason kautta vaan myös taloudellisen menestymisen kautta. Tämä sosiaalisen statuksen kehys sisältää onnistumisen kriteereinä korkeakoulutuksen lisäksi myös riittävän varallisuuden. Vanhempien avioero aiheuttaa Johannalle sisäisen ristiriidan. Johannan toinen jalka on ylemmässä keskiluokassa ja toinen työväenluokassa. Hänen äitinsä on pitänyt kiinni keskiluokkaisesta identiteetistä, ja hänen vanhemmat sisaruksensakin ovat onnistuneet säilyttämään ylemmän keskiluokan elintason. Johanna ei kykene tulkitsemaan ammatillista menestymistään oman ammattikuntansa kriteerien mukaisesti, eikä edes ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon suorittaminen auta nostamaan Johannan koulutuksellista omanarvontuntoa. Tämä tuntuu vastaavan Thompsonin & Subichin (2006) tutkimustuloksiin, joissa sosiaalinen status on yhteydessä luottamukseen oman työelämän hallinnassa.

Johannan dialogiset positiot suhteessa sosiaalisen statuksen kehykseen ovat pääosin alistuvia. Psykoterapiaprosessin keskusteluissakaan ei löydy näkökulmia, jotka pystyisivät murta-

koulutuksellista trajektoria, jossa hänellä on mahdollisuus rakentaa uraansa eteenpäin. Tämä ei ole kuitenkaan helppoa, sillä oman perheen tarpeet asettuvat tätä valintaa vastaan. Tässä risteymäkohdassa onkin havaittavissa uuden kehyksen esiintulo, jota voisi kutsua muiden tarpeista huolehtijan kehykseksi. Johanna ymmärtää, ettei hänen ole edes annettu luoda omaa uraansa, sillä hänet on valittu jo lapsena (äidistä) huolehtijan rooliin. Sama vuorovaikutuskuvio on siirtynyt myös omaan ydinperheeseen, jossa hänen miehensä asettuu vastarintaan opiskeluihin käytetyn ajan vuoksi. Johanna kokee, ettei edelleenkään saa tukea omille tarpeilleen, vaan hänen tehtävänä on olla muita varten.

Johanna: Se oli vähän lamaanuttava ajatus, ku siinä oli se tammikuun tenttitilanne, ku se edellinen tentti ei ollutkaan mennyt läpi, ja ajattelin, että teen sen uudestaan saman tien pois alta, niin siinä sen 20 minuutin aikana, kun pähkin, lähdenkö vai enkö... että hänellä [miehellä] on se kokemus, että jos minä en pysty rauhoittumaan, ku koko ajan surras päässä, eli jos minun tunnetila on tällainen, niin hänkään ei pysty rauhoittumaan... että jos se on aina minusta kiinni, miten hän pystyy olemaan. Se tarkoittaa sitä, että se sellainen symbioosi on hänellä niin vahva, ettenhän mä koskaan pääse hänestä irti ja rauhassa tekemään niitä omia asioita. – – Miten paljon siinä on sellaista riippuvuutta? Että jos ite jaksais ja pystyis niin toinen siinä vaatii ja odottaa niinku pikkuisen liian ylisuuren siivun itsellensä?

(89. tapaaminen)

Nykytilanteen akuutti tarve tehdä ratkaisuja esiintyy useissa psykoterapiatapaamisissa. Johanna avaa keskusteluissa erilaisina vaihtoehtoina nykytyössä sinnittelyn lisäksi psykoterapiaopinnot sekä jonkinlaisena kompromissina psykofyysiset lisäopinnot. Tässä elämäntilanteessa jälkimmäiset opinnot tuntuvat helpommin toteutettavilta. Samaan aikaa Johanna kuitenkin tiedostaa, että sisäinen kuva itsestä jää täyttämättä, mikäli hän hylkää psykoterapiaopinnot.

Terapeutti: Mistä sää luovut, jos jätät sen [psykoterapiaopinnot] jonnekin hamaan tulevaisuuteen?

Johanna: Luulen, että siinä tulee monta pientäkin juttua. Ihan ensinnä tulee mieleen se, että antaako itellensä periksi, että on itellä joku ajatus siitä, mitä haluaisi olla. Et se on varmaan joku semmonen, miksi on itellä semmonen olo, että haluaa olla sellainen, se on ihan joku toinen juttu. Onko se ikäänku ihan vaan omaksi iloksi vai että haluan näyttää muille, että pystyn tähän; mä luulen, että se on vähän molempia.

Terapeutti: Kenelle haluaisit sitten näyttää?

Johanna: Niin en tiä oikeestaan. Musta tuntuu, että se on hyvin sisäsyntyinen asia, että haluaa näyttää vain itselle.

Terapeutti: Itselle näyttää, että pystyn tähän?

Johanna: Niin, en mä usko oikeestaan, että kukaan muu sitä oottaa. Jollain tavalla se ehkä, ehkä sitä pystyisi itsensä asettamaan samalle tasolle ikään kuin sisarusten kesken ja... ja ehkä jollain tavalla niinku täyttämään semmosen oman sisäisen kuvan itsestäni. Et se on varmaan se kaikista suurin; se ajatus, että mitä itse pystyisi olemaan.

(106. tapaaminen)

Näiden keskustelujen kautta Johanna löytää uudenlaisen näkökulman myös trajektorin aiempiin risteymäkohtiin. Hän tiedostaa haudanneensa omat haaveensa, sillä niille ei ole ollut tilaa. Elämänvalinnoissa on ollut paljon ulko-ohjautuvuutta, pyrkimystä täyttää muiden odotuksia. Samalla Johanna ymmärtää, että ylempi ammattikorkeakoulututkinto on ollut kompensoitavien yritysten oman häpeäntunteen suhteen, ei niinkään itsestä lähtenyt todellinen tavoite.

Psykoterapiaprosessin loppuvaiheen keskustelut jäsentävät aiempia elämäntilanteiden tapahtumia laajemmasta näkökulmasta, jossa trajektorien risteymäkohtiin tulee enemmän tulkinnan mahdollisuuksia. Johannan isä on aina pistänyt oman työnsä perheen edelle, mutta Johanna on toiminut päinvastoin, laittaen perheen ensimmäiseksi. Tässä narratiivissa Johannan dialoginen positio sosiaalisen statuksen kehystä kohtaan uudelleenmääritetty kapinoivaksi. Kyseessä ei olekaan epäonnistuminen, vaan arvovalinta.

Tulevaisuuden trajektorin mahdollisuudet ovat nyt laajemmat, sillä Johanna on kyennyt muuttamaan suhdettaan kehyksiin nähden. Psykote-

rapeutiksi opiskeleminen ei ole vielääkään realisoitunut, mutta Johanna on ottanut askeliasen mahdollistamiseksi. Myös psykofyysinen lisäkoulutus rakentaa pohjaa uudelle ammattilliselle identiteetille, jossa Johanna siirtyy muiden kannattelusta kohti ohjaavaa roolia. Ohjaavassa positiossa Johanna ei tee työtä asiakkaan puolesta, vaan asiakas tekee työn itse.

Johanna: Jos sitte [opintojen jälkeen] olisi peruste sanoa niille muutamille asiakkaille, että sori en tee enää käsitöitä, että ettikää joku muu. Mulla on sen jälkeen lupa olla sitä, mitä jo kokee olevansa.

Terapeutti: Lupa olla mitä?

Johanna: Lupa olla enemmän ohjaaja kuin hoivaaja, lupa kulkea enempi siinä vieressä, vielä enempi, vielä enempi lupa antaa vastuu sille toiselle.

Terapeutti: Minkälaisia esimerkkejä sulla on ohjaajista, jotka on enemmän siinä vieressä?

Johanna: Esimerkiksi tämä tilanne, itehän tässä tekee töitä [nauraa].

(116. tapaaminen)

Johanna tulee myös tietoisemmaksi siitä, miten hänen oma perhetaustansa on vaikuttanut niihin kriteereihin, joilla hän itseään mittaa. Jo teini-iässä hän koki olevansa ulkopuolinen varakkaista perheistä tulevien nuorten joukossa, sillä omat varat eivät riittäneet muotivaatteisiin, vaikka oma perhetausta olikin ylemmässä keskiluokassa. Hänen oma sisäinen kuvansa siitä, mikä on riittävää, on toistuvasti kyseenalaistettu perheessä ja teini-iän kaveripiireissä. Johanna kertoo, että on kokenut olonsa parhaaksi lapsuuden lähiöyhteisössä, jossa ihmiset olivat enimmäkseen työväenluokkaisia duunareita.

Johanna: Jos miettii, missä itellä on ollu semmonen hyvä olla, niin se on varmaan ollu kuitenkin se, työväenluokkainen [lähiön nimi].

Terapeutti: Niin koet, että se on ollu työväenluokkainen?

Johanna: Niin, isän velihän on duunari, ihan rehellinen duunari, mutta on aina ollu semmonen niinku, oman arvontunteva duunari, tiennyt osaavansa ja osannut tehdä luovia ratkaisuja ja, ikään kuin se että, ottanut ihmiset ihmisinä, että penskat oli, ihan sama kuka mistäki tuli, niin kaikki oli samanarvoisia. – – Kuitenkin itessä on edelleen niinku se henki – en tiä onko

se sieltä tarttunu, ku siellä vietin paljon aikaa – mut ikäänku siihen jollain tavalla samastaa itsensä. Ja sitten kuitenkin on annettu ymmärtää, ettei tää oo sulle sopivaa, tää ei oo hyvää, tää ei riitä. Jos sua koko ajan tuupitaan pois siltä sun omalta alueelta; annetaan ymmärtää, ettei tuo oo sulle oikia, niin kyllähän sillä varmasti on jotakin vaikutusta.

(121. tapaaminen)

Johanna ymmärtää myös, että hänen valintoihinsa vaikutti itseluottamuksen puute, sillä hän ei uskonut selviytyvänsä lääkärin ammatissa. Ammatinvalinnan ja itsetunnon tuki oli pitkälti äidin varassa, joka ei tuntunut uskovan Johannan pärjäämiseen. Isä puolestaan etäänäntyi eron jälkeen niin, ettei hänestä ollut tueksi. Vanhemmilla sisaruksilla oli selkeästi suurempi molempien vanhempien tuki ja luottamus omille valinnoilleen.

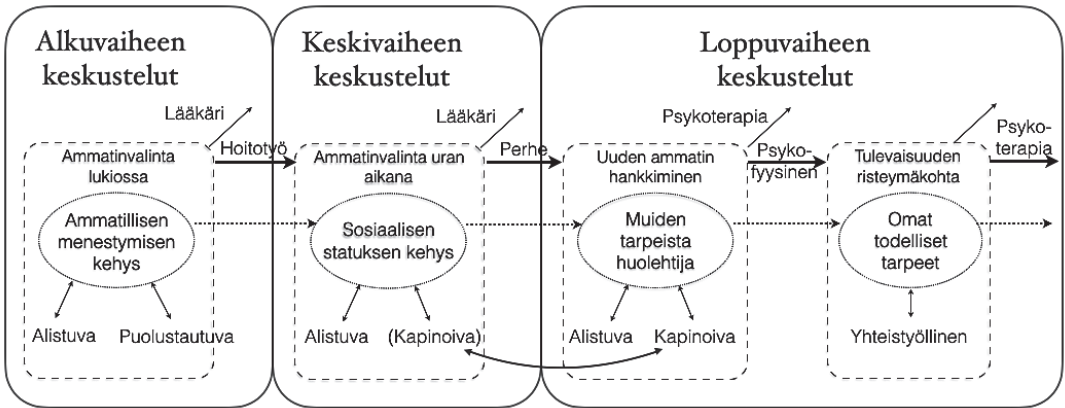
Johanna: Etenkin siinä vaiheessa, kun niitä ammatillisia päätöksiä teki niin... En muista, että olisin meidän äitin kans koskaan miettiny vaihtoehtoja. Jotenkin se suhde vanhempiin on ollu, tai heidän ajatus on ollut tästä vanhimmasta, että hän osaa kaiken ja pystyy kaikkeen... semmonen vankkumaton luottamus että osaa ja pystyy.

Terapeutti: Kyllähän sillä aika iso merkitys on ollu.

Johanna: Mietin, että kun olin opinnoissa toista tai viimeistä vuotta ja... niinku ensimmäisen kerran muistan, että äiti olis sanonut, että sinähän pystyt mihin vaan [liikuttuu]. En tiedä, uskoinko. Oma vastakaiku ei ollut siihen positiivinen, se oli niinku, tosi kiva nytkö huomasit vasta. – – Ku sillon penskana, se oli semmonen mielikuva, että se [äidin] suhtautuminen oli sillain erilaista, että, et ehkä, toinen ei voi ymmärtää, että silleenki voi tehdä. Kun mietin sitä koulunkäyntiä, se oli aika helppoa kuitenkin. Ei tarvinnut kauhean paljon pöntätä, mutta hommat hoitu kuitenkin. Oliko se ajatus, ettei tuosta ikinä tuu mittään, ku se ei paneudu mihinkään?

(120. tapaaminen)

Johannan dialoginen positio muuttuu, kun hän alkaa uudelleenmäärittelemään niitä syitä, jotka ovat johtaneet ammatillisiin valintoihin. Valinnat eivät ole olleet vain Johannan omia epäonnistumisia, sillä sosiaalisen tilanteen vaikutus on ollut merkittävä. Valintoihin on liittynyt paljon ulkoahjautuvuutta. Johanna



Kuva 2. Kehysten ja dialogisten positioiden kehittyminen TEM:n mukaisesti suhteessa toisiinsa.

tunnistaakin, että aikoinaan suunnitteilla ollut ulkopaikkakunnalla opiskelu olisi saattanut muuttaa hänen tilannettaan merkittävästi.

Johanna: Kävin silloin Tampereella pääsykokeissa. En määhä tiiä, se olis voinut olla lottovoitto, että ois päässyt sinne [nauraa], että ois ikäänku siinä kohti irtautunut ja päässyt jollain tavalla niinku kokeileen, että mitä kaikkea pystyy tekemään.

Terapeutti: Irtautuun mistä?

Johanna: Varmaan nimenomaan siitä äidin "älä nyt vaan hyvä ihminen tee mitään ylimäärästä ja". (120. tapaaminen)

Johanna tulee tietoisemmaksi siitä, millä tavalla ulkoapäin asetetut vaatimukset ovat häneen sisäistyneet. Samalla alkaa muodostua omien todellisten tarpeiden kehys. Tämä kehys mahdollistaa vaatimusten tarkastelun etäämmältä, jolloin niiden syy-seuraussuhteita voi paremmin tutkia. Aiemmat kehukset eivät ole enää yhtä pakottavia ja jäykkiä. Uuden kehysten myötä niihin tulee särötyymiä, ja oma dialoginen positio saa enemmän joustavuutta. Kehysten validiteettia voi kyseenalaistaa, sillä ne ovat suhteellisia ja liittyvät tiettyihin sosiaalisiin piireihin. Johanna pääsee paremmin kosketuksiin sen kanssa, mitkä asiat ovat hänen omia tarpeitaan ja mitkä juontuvat enemmänkin ympäristön vaatimuksista. Useat valinnat ovat

kin olleet lähtöisin muiden ihmisten tarpeista tai mielipiteistä, eikä niiden toteuttaminen ole palvellut Johanna itseään. Tämä kehys ei ole vielä täysin jäsentynyt, mutta Johanna oma dialoginen positio kehysten suhteen on yhteistyöllinen. Tulevaisuuden trajektorin risteymäkohdissa on ehkä mahdollisuuksia tehdä valintoja enemmän omista todellisista tarpeista käsin.

Kehysten ja dialogisten positioiden kehittyminen ja suhde toisiinsa

Kun psykoterapiaprosessin eri vaiheissa käytyjä keskusteluja suhteutetaan toisiinsa trajectory equifinality -mallin avulla, voidaan nähdä kehysten ja niihin liittyvien dialogisten positioiden kehittymistä ja transitoita suhteessa toisiinsa. Tätä on havainnollistettu Kuvassa 2.

Psykoterapiaprosessin alkuvaiheen keskusteluissa esiintyy selkeänä teemana ammatillisen menestymisen kehys. Dialogiset positiot ovat tämän kehysten suhteen alistuvia tai puolustautuvia. Omat valinnat trajektorin risteymäkohdassa ovat johtaneet tilanteeseen, jossa Johanna tuntee itsensä kehysten suhteen epäonnistuneeksi.

Keskivaiheen keskusteluissa kehys muuttuu ja laajenee sosiaalisen statuksen kehukseksi, joka koskee ammatin lisäksi myös taloudellista

menestymistä. Omat valinnat risteymäkohdissa johtavat edelleen tilanteeseen, jossa Johanna kokee itsenä epäonnistuneeksi. Dialoginen positio säilyy pääosin alistuvana, mutta kehystä kohtaan nousee myös kapinoivia keskusteluja.

Loppuvaiheen keskusteluissa kehyksissä tapahtuu suurempi transitio, kun Johanna huomaa sisäistäneensä vahvasti ulkoa asetettuja vaatimuksia. Muodostuu muiden tarpeista huolehtijan kehys, jossa hänen dialoginen positio on edelleen usein alistuva mutta nyt myös avoimemmin kapinallinen. Johanna tietää, ettei tämä kehys ole oikeudenmukainen, vaan sen tulisi muuttua.

Johannan nykyhetken risteymäkohtien valinnoissa on edelleen kompromisseja, mutta suunta menee kohti omia todellisia tarpeita. Näin keskusteluissa syntyy uusi omien todellisten tarpeiden kehys, jonka suhteen Johanna on yhteistyöllisessä dialogisessa positiossa. Tulevaisuuden trajektorin risteymäkohdassa on mahdollisuus tehdä sellaisia valintoja, jotka lähtevät omista tarpeista käsin.

Pohdinta

Tapaustutkimuksessa analysoitiin Johannan kolmen vuoden mittaisen psykoterapiaprosessin eri vaiheissa käytyjä työ- ja koulutuselämään liittyviä keskusteluja. Tutkimuskysymysten mukaisesti tarkasteltiin, millaisia trajektorien risteymäkohtia keskusteluissa muodostui, millaisia kehysiä ja dialogisia positioita niihin liittyi sekä millaisia uudelleenmäärittymiä ja transitioita niihin psykoterapiaprosessin aikana kohdistui.

Hypoteesina oli, että psykoterapiaprosessissa käydyissä keskusteluissa asiakkaan mahdollisuudet erilaisiin dialogisiin positioihin laajentuvat, mikä puolestaan tukee työ- ja koulutuselämässä pysymistä ja pärjäämistä. Tämä hypoteesi vaikuttaa täyttyvän, sillä kehukset ja niihin liittyvät dialogiset positiot kehittyivät psykoterapiaprosessin aikana. Asiakkaan ajattelun ja toiminnan mahdollisuudet laajenivat, mikä näkyi lisääntyvinä mahdollisuuksina hyö-

dyntää lisä- ja jatkokoulutuksia oman työuran rakentamisessa. Tämä on erittäin tärkeää nopeasti muuttuvassa työelämässä, ja tässä mielessä psykoterapiaprosessi vastaa konkreettisesti kuntoutuspsykoterapian kannalta olennaiseen opiskelu- ja työkyvyn ylläpitämiseen.

Elämäkulullisten trajektorien tarkastelu dialogisen lähestymistavan kautta tuo monia hyödyllisiä välineitä psykoterapiaprosessiin. Elämäkulun haastattelu auttaa jäsentämään asiakkaan elämänvaiheita ja niihin liittyviä trajektorin risteymäkohtia. Tämä antaa psykoterapiaprosessille narratiivisen kartan, jonka kautta keskusteluissa suunnistaminen muuttuu jäsentyneemmäksi (White 2007). Nykyhetken kannalta akuutteja aiheita käsiteltäessä voidaan suunnistaa tarkastelemaan niitä trajektorien risteymäkohtia, jotka ovat merkittäviä nykytilanteen suhteen.

Kehysten ja niihin liittyvien dialogisten positoiden analysoiminen auttaa myös ymmärtämään, millaisessa vaiheessa asiakas on oman tilanteensa jäsentämisessä. Alkuvaiheen keskusteluissa asiakkaan kehukset näyttäytyivät vaihtoehtottomina tosiseikkoina, joita ei voinut muuttaa. Psykoterapeuttina tein prosessin tässä vaiheessa kehysiä näkyvämmiksi ja tiedostetummiksi auttamalla asiakasta jäsentämään niitä. Tämän kautta hänelle tuli mahdolliseksi kokeilla myös vaihtoehtoisia positioita kehysten kohtaamiseen. Konfrontaatiokatkos ja siihen liittyvä katkostoyskentely olivat asiakkaan prosessin kannalta merkittäviä, sillä niiden kautta ammatillisen menestymisen kehys uudelleenmäärittyi sosiaalisen statuksen kehukseksi. Samanlainen kehysten jäsentäminen jatkui psykoterapiaprosessissa loppuun saakka. Aiemmin käsiteltyjä risteymäkohtia ei unohdettu, vaan niistä tuli materiaalia, johon palattiin yhä uudelleen myöhemmissä keskusteluissa.

Psykoterapiaprosessin myöhemmissä vaiheissa asiakkaan elämäkulullisen trajektorin risteymäkohdat olivat jo jäsentyneempiä niin minulle psykoterapeuttina kuin hänelle itselleenkin. Tässä vaiheessa siirsin työsken-

telyn painopistettä kehysten jäsentämisestä aktiivisemmin niiden uudelleenmäärittelyyn. Työvälineenä tässä olivat erityisesti risteymäkohtien toteutuneiden ja toteutumattomien mahdollisuuksien tutkiminen ja niiden suhde nykyhetkeen. Dialogisten positioiden kehittyminen avasi uutta ymmärrystä myös siihen, millaisia valintoja asiakas oli tekemässä nykyhetkessä. Kapinalliset positiot toivat kehyksiin säröytymiä, jotka johtivat lopulta suurempiin transiitioihin.

Kuvaamani dialogisesti orientoituneen integroivaisen työskentelyprosessin vahvuutena on sen monikäyttöisyys. Vastaavanlaista työskentelyä voi hyvin soveltaa esimerkiksi työnantajan kustantamissa lyhytpsykoterapioissa, joissa on tärkeää päästä jäsentämään asiakkaan tilannetta nopeasti ja löytää työkyvyn ylläpitämisen kannalta olennaisia interventioita. Vaikka tapaustutkimus kohdistui asiakkaan työ- ja koulutuselämään, dialoginen lähestymistapa sopii hyvin muidenkin elämänalueiden parissa työskentelyyn. Myös mielenterveydellisissä ongelmassa on oleellista ymmärtää niihin liittyviä sosiaalisia kehyksiä ja niiden suhteita toisiinsa asiakkaan eri elämänvaiheissa sekä pyrkiä löytämään sellaisia dialogisia positioita, jotka mahdollistavat laajempaa toimijuutta oman elämän suhteen (Bergström ym. 2018). Kuvaamaani dialogista lähestymistapaa voi näin ollen soveltaa hyvin myös erilaisten mielenterveyden ongelmien psykoterapeuttisessa hoidossa.

Kirjallisuus

Bergström, Tomi; Seikkula, Jaakko; Alakare, Birgitta; Mäki, Pirjo; Königäs-Saviaro, Päivi; Taskila, Jyri J.; Tolvanen, Asko & Aaltonen, Jukka (2018). The family-oriented Open Dialogue approach in the treatment of first-episode psychosis: nineteen-year outcomes. *Psychiatry Research*, 270, 168–175.

Blom, Raimo & Melin, Harri (2014). Keskiluokkaistuuko Suomi? Teoksessa Lempiäinen, Kirsti & Silvasti, Tiina (toim.), *Eriarvoisuuden rakenteet: haurastuvat työmarkkinat Suomessa*. Tampere: Vastapaino.

Blomgren, Jenni (2019). Mielenterveyden häiriöt ohittivat tuki- ja liikuntaelinten sairaudet sairauspoissaolopäivien määrässä. Kelan tutkimusblogi. Luettavissa osoitteessa <https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/724405/mielenterveyden-hairiot-ohittivat-tuki-ja-liikuntaelinten-sairaudet-sairauspoissaolopäivien-maarassa>

Del Corso, Jennifer & Rehfuß, Mark C. (2011). The role of narrative in career construction theory. *Journal of Vocational Behavior*, 79, 334–339.

Ehnberg, Lars (2013). *Unia, satuja ja myyttejä. Johdatus C.G. Jungin analyttiseen psykologiaan*. Tampere: Nox-books.

Foucault, Michel (2005). *Tarkkailla ja rangaista*. 4. painos. Suom. Eevi Nivanka. Helsinki: Otava

Goffman, Erving (1981). *Forms of talk*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.

Hermans, Hubert J. M. (2001). The dialogical self: Toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & Psychology*, 7(3) 243–281.

Kela (nd.). Kuntoutuspsykoterapia. Luettavissa osoitteessa <https://www.kela.fi/kuntoutuspsykoterapia>

McAdams, Dan P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122.

Safran, Jeremy D. & Muran, J. Christopher (2003). *Negotiating the therapeutic alliance*. New York: Guilford.

Thompson, Mindi N. & Subich, Linda M. (2006). The relation of social status to the career decision-making process. *Journal of Vocational Behavior*, 69, 289–301.

Tuulio-Henriksson, Anna-Mari; Toikka, Tuula; Heino, Pekka & Laukkala, Tanja (2019). Kuntoutuspsykoterapia tukee työssä pysymistä. *Suomen lääkärilehti*, 74(13), 816–824.

White, Michael (2007). *Karttoja narratiiviseen työskentelyyn*. Jyväskylä: Gummerus.

Zittoun, Tania; Valsiner, Jaan; Vedeler, Dankert; Salgado, João; Goncalves, Miguel M. & Ferring, Dieter (2013). *Human development in the life course. Melodies of living*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.