

**ELÄMÄN HALLINNAN ONGELMIEN MÄÄRITTELYT  
TERAPIAKESKUSTELUSSA**

Jyväskylän yliopisto  
Psykologian laitos  
Pro gradu -tutkielma  
Riikka Hirvonen  
Huhtikuu 2001

# TIIVISTELMÄ

## *Elämän hallinnan ongelmien määrittelyt terapiakeskustelussa*

Riikka Hirvonen

Ohjaaja: Jarl Wahlström

Psykologian pro gradu -tutkielma

Jyväskylän yliopisto, psykologian laitos

Huhtikuu 2001

56 sivua

Tutkimuksen aineisto koostui yhdentoista istunnon yksilöterapiasta, jonka asiakkaan ongelma oli määritelty ”asioiden hallinnan puutteeksi”. Tutkielman tarkoituksena oli tarkastella sitä, kuinka asiakas määrittelee tämän hallinnan puutteen ja toisaalta erottelee sen asioiden hallinnasta. Lisäksi huomion kohteena oli se, kuinka tarve oman elämän hallintaan rakentuu asiakkaan puheessa. Oman lisänsä tutkimukseen toi myös terapeutin reagointitapojen tarkastelu, vaikka pääpaino olikin asiakkaan puhekäytäntöjen tunnistamisessa. Asiakas oli 41-vuotias mies, jonka ongelmina olivat alkoholin käytöstä aiheutuneet vaikeudet, avioeron herättämät ajatukset sekä tunne-elämän hallinnan vaikeudet. Myös terapeutti oli miespuolinen. Terapiaistuntojen videonauhoitukset kopioitiin c-kaseteille ja edelleen transkriboitiin tekstimuotoon. Tutkimusmenetelmänä oli diskursianalyysi. Tutkimuksessa tarkasteltiin asiakkaan elämänhallinnan ongelmaa kolmesta näkökulmasta: kuinka asiakas perustelee hallinnan tarpeen, kuinka hän kertoo hallinnan puutteen vaikeuksistaan sekä kuinka hän toisaalta viestii kyvyistään elämänsä hallintaan. Hallinnan tarve rakentui neljän diskurssin avulla. Haitallisuuskurssissa asiakas kertoi hallitsemattoman käyttäytymisen aiheuttamista konkreettisista vaikeuksista, kuten rattijuopumuksesta liiallisen alkoholinkäytön seurauksena. Myös vahingollisuuskurssissa puhuttiin käytöksen seurauksista, mutta tällä kertaa ihmissuhteiden valossa: oman käyttäytymisen hallitsemattomuus oli johtanut ongelmiin lähimmäisten kanssa. Tuomittavuuskurssin mukainen puhe korosti hallitsemattoman käytöksen järjettömyyttä ja sen aiheuttamaa paheksuntaa. Epänormaaliuskurssissa oman käyttäytymisen hallitsemattomuus taas määrittyi henkilökohtaiseksi epäonnistumiseksi. Hallinnan puutteesta asiakas kertoi kolmen diskurssin avulla. Ajautumiskurssin mukaan asioiden hallitsemattomuus johtui ulkoisista tekijöistä, joiden vietäväksi asiakas oli joutunut. Riittämättömyyskurssissa asiakas koki omat selviytymiskeinonsa riittämättömiksi uudenlaisten ongelmien ratkaisemiseen. Kapinallisuuskurssissa hallitsematon käyttäytyminen määrittyi jännityksen hakemiseksi ja omien rajojen testaamiseksi. Elämän hallinnan onnistumisesta kertoi niin ikään kolme diskurssia. Rationaaliuskurssin mukaan asioiden hallinta onnistui rationaalisen ajattelun ja ongelmanratkaisun avulla. Uskaliisuuskurssin mukaisessa puheessa korostui asiakkaan rohkeus ja henkisen kapasiteetin voima ongelmien kohtaamisessa. Tukeutumiskurssissa asiakas antoi tunnustusta niille ulkopuolisille tekijöille, jotka olivat auttaneet hallinnan tunteen saavuttamisessa.

avainsanat: diskursianalyysi, elämänhallinta, kokonaishallinnan velvoite, minäpystyvyys, terapiakonteksti

## JOHDANTO

Keltikangas-Järvisen (1994) mukaan ihmisellä on tarve selittää ja ymmärtää ympäristönsä tapahtumia. Tällä pyritään turvallisuudentunteeseen ja kuvaan elämän hallinnasta. Kun ihminen pystyy selittämään, miksi jokin asia tapahtui, hän myös ”ymmärtää” sen paremmin ja mieltää asian olevan hallinnassaan. Vastaavasti yksilön epävarmuuden- tai turvattomuudentunteet lisääntyvät, jos hän havaitsee ympärillään asioita tai ihmisiä, joita hän ei pysty ennakoimaan tai ymmärtämään. Keltikangas-Järvisen mukaan nykyään kysytyimpiä luentoaiheita ovatkin esimerkiksi neuvot siitä, ”miten ihminen voisi paremmin hallita elämäänsä, saavuttaa menestystä ja vaikutusvaltaa, rakentaa jatkuvasti nousevan uran, olla ikuisesti onnellinen ja pysyä terveenä” (2000, 27).

Elämän hallintaan liittyvät kysymykset ovat herättäneet kiinnostusta monilla tieteenaloilla ja vastaukseksi on kehitetty jos jonkinlaisia teorioita ja oletuksia. Osa teorioista elää käsitteinä tai oletuksina myös arkikielessä. Näiden teorioiden ja niiden arkikäyttöön yleistymisen tarkasteluun diskurssianalyttinen tutkimus on oiva keino. Diskursiivisten käytäntöjen tutkimisella voidaan päästä jäljille siitä, millaisilla puhekäytännöillä elämänhallinnan tunnetta rakennetaan. Olen tässä tutkielmassa tarkastellut sitä, kuinka esimerkiksi yleisimmät psykologiset elämänhallinnan määritelmät ilmenevät asiakkaan terapiatilanteessa tuottamissa hallinnan määrittelyissä, ja kuinka yhteiskuntatieteiden esittämät teoriat kulttuurisista hallinnan velvoitteista näkyvät asiakkaan omissa hallinnan tarpeen perusteluissa.

Psykologiatieteen alalla hallintaan liittyvät teoriat ovat useimmiten keskittyneet selittämään yksilön subjektiivisen hallinnantunteen syntymistä ja rakentumista. Vähemmälle huomiolle jäävät hallinnan ulkoiset merkit. Varhaisimpia ja tunnetuimpia hallintaan liittyvistä psykologisista teorioista on kontrollin lokuksen määritelmä (Phares, 1976). Kontrollin lokuksen teorian mukaisesti yksilö muodostaa käsityksensä omista vaikutusmahdollisuuksistaan ja toimintansa seurauksista aiempien kokemustensa perusteella. Ulkoiseen hallintaan uskova henkilö kokee tekojensa seurausten johtuvan esimerkiksi tuurista, kohtalosta, toisten henkilöiden vaikutuksesta tai muista hänen itsensä ulottumattomissa olevista voimista. Sisäiseen hallintaan uskova henkilö sen sijaan näkee seuraukset oman toimintansa aiheuttamiksi tai omista ominaisuuksista johtuviksi.

Bernard Weiner (1986) on liittänyt edellä mainitun kontrollin lokuksen käsitteen osaksi kehittelemiänsä attribuutiokategorioita. Weinerin mukaan henkilö selittää tapahtumia kolmella eri dimensiolla: tapahtumien syyt liittyvät joko henkilöön itseensä tai hänen ulkopuolelleen, esiintyvät joko ajallisesti pysyvinä tai tilanneriippuvaisina sekä ovat joko henkilön itsensä kontrolloitavissa tai hänen vaikutusmahdollisuuksiensa ulottumattomissa. Minäpystyvyyden käsitettä on käyttänyt erityisesti Albert Bandura (1997). Minäpystyvyydellä tarkoitetaan yksilön uskomusta siihen, että hän voi omalla toiminnallaan aikaansaada haluttuja seurauksia. Merkitystä on ainoastaan sillä, että yksilö uskoo kykyynsä saavuttaa kyseiset seuraukset, ei niinkään sillä, toteutuvatko ne käytännössä. Yksilön pystyvyyduskomukset syntyvät hänen omille kokemuksilleen antamista merkityksistä, muilta saadusta palautteesta sekä vertailusta toisten onnistumisiin.

Liisa Keltikangas-Järvinen (1994) laskee hallinnan tunteen osaksi hyvää itsetuntoa. Hän määrittelee hallinnantunteen tarkoittavan sitä, että ihminen tuntee hallitsevansa elämäänsä ja voivansa päätöksillään ja toiminnallaan vaikuttaa elämäänsä ja ympäristöönsä. Keltikangas-Järvinen korostaa, että tunne hallinnasta vaihtelee niin hetkestä kuin tilanteesta toiseen. Joku voi tuntea hallitsevansa työhönsä liittyvät asiat, mutta ei ihmissuhteitaan. Joskus taas kaikki tuntuu onnistuvan suunnitelmien mukaisesti, toisinaan mikään ei suju toivotulla tavalla. Keltikangas-Järvisen (1994) mukaan itsetunnotaan vahvat ja heikot eroavat toisistaan tavoissaan selittää onnistumisia ja epäonnistumisia. Itsetunnotaan vahvat henkilöt selittävät onnistumiset omilla kyvyillään tai taidoillaan ja epäonnistumiset vastaavasti sattumalla tai ulkopuolisilla tekijöillä. Heikon itsetunnon omaavat puolestaan selittävät tapahtumia päinvastaisella tavalla: epäonnistuminen johtuu omasta huonoudesta, ja onnistuminen taas on vain hyvän tuurin tai sattuman ansiota.

Elämänhallintaan liittyvissä sosiologisissa ja yhteiskuntapoliittisissa kannanotoissa keskitytään yleensä siihen, kuinka yhteiskunnallinen tilanne vaikeuttaa tai edesauttaa yksilön hallinnan tunteen saavuttamista. Tiettyyn kulttuuriseen kontekstiin aina sidoksissa olevat teoriat ottavat kantaa siihen, kuinka yksilölle ylipäänsä saadaan synnytettyä hallinnan tarpeen velvoite.

Eero Suoninen (1992, 1993) olettaa, että kulttuurissamme on vahva odotus asioiden kokonaishallinnasta. Tällaisen kokonaishallinnan vaatimuksen mukaan asioiden täytyy olla kaikista vaikeuksistaikin huolimatta hallinnassamme, joten ongelmista kertomisen

jälkeen puhujan on tarpeen korostaa ongelmien ratkeamista ja tilanteen hallintaan saattamista. Kokonaishallinnan vaikutelman luomiseen pyritään lähes keinolla millä hyvänsä. Jos tässä ei onnistuta, voidaan kokonaishallinnan velvoitetta lieventää asiaintiloja normaalistamalla, tai pyrkiä hallinnan velvoitteen kumoamiseen esimerkiksi asettumalla olosuhteiden vietäväksi joutuneen uhrin asemaan.

Juha Siltalan (1994) mielestä yhteiskuntamme on ajautunut pisteeseen, jossa yksilö on entistä enemmän oman onnensa seppä ja näin pakotettu luomaan itse oma identiteetinsä ja määrittelemään hyväksyttävyyden rajat. Tällaisen yksilöllisyyttä korostavan ajattelutavan mukaan ne, jotka pärjätäkseen joutuvat turvautumaan muihin, ovat epäonnistuneet. Toisten avusta riippuvaisuus on todiste kykenemättömyydestä elämän itsenäiseen hallintaan. Kun omat ponnistelut eivät johda tuloksiin, syntyy helposti tunne omasta riittämättömyydestä ja koko olemuksen kelpaamattomuudesta.

Matti Kortteinen (1997) väittää, että suomalaista (työ)kulttuuria ohjaa selviytymisen eetoksen periaate, jonka mukaan vastoinkäymisistä on pyrittävä selviämään keinolla millä hyvänsä. Kortteisen mukaan tässä kamppailussa on pelissä yksilön kunnia – häviäminen merkitsee kasvojen menettämistä ja menestys vastaavasti tuottaa oman arvonnun. Tavoitteena on muista riippumattomuus sekä oman elämän hallinnan ja päätösvalan säilyttäminen (Siltala, 1994).

Oman olemassaolon oikeuttaminen erilaisin suorituksin sekä vaatimus yhteiskunnallisesta menestymisestä liitetään erityisesti kulttuurin määrittelemään miehen normiin (Sipilä, 1994). Työn avulla pätemistä pidetäänkin miehen keinona hallita paitsi vihamielistä ulkomaailmaa myös omia käsittämättömiä ja vaikeasti käsiteltäviä tunteita (Siltala, 1994). Mies ei näytä tunteitaan avoimesti, vaan käsittelee niitä työhön paneutumisen kautta. Työssä menestymisellä saavutettavaa pärjäämisen tunnetta haetaan jopa oman terveyden uhalla. Kärsimyksen kestäminen on todellinen mieheyden merkki. Viime vuosikymmeninä perinteinen miehen malli on kuitenkin rapistunut ja joutunut väistymään perheestään välittävän ja kodinhoitoon osallistuvan miehenkuvan tieltä. Moderni mies ottaa entistä enemmän osaa perhe-elämään, mutta joutuu tosin yhä edelleen täyttämään myös vaatimukset työelämässä menestymisestä.

Tutkielmaani varten minulla on ollut käytössäni aineisto, joka koostui mieshenkilön yksilöterapiaistunnoista. Koska asiakkaan ongelma terapiaan tullessa oli määritelty ”hallinnan puutteeksi”, keskityin tutkimaan sitä, miten tämä ongelma määritellään terapiatilanteessa, eli mitä hallinnan puute asiakkaalle tarkoittaa. Lisäksi elämänhallinnasta

kertovaan kirjallisuuteen tutustuminen nosti mielenkiintoni kohteeksi sen, kuinka tarve hallinnasta syntyy. Tutkimuskysymyksiäni olivat siis seuraavat: *Kuinka asiakas puhuu hallinnasta ja sen puutteesta terapiassa? Miten asiakkaan määrittelemänä eroavat omassa hallinnassa olevat tilanteet niistä tilanteista, joissa hallinta on kadonnut? Mistä hallinnan velvoite saa alkunsa eli kuinka asiakas perustelee hallinnan tarpeen? Kuinka terapeutti toiminnallaan vaikuttaa hallinnasta puhumiseen terapiassa?*

## **MENETELMÄ**

### **Tutkimusaineisto**

Työssä käyttämäni aineisto on peräisin Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen psykoterapian opetus- ja tutkimuslinikalta. Kyseessä on kevättalvella 1999 käyty yksilöterapia, jonka asiakkaana oli tuolloin 41-vuotias mieshenkilö. Myös terapeutti oli miespuolinen. Aineistooni ovat sisältyneet kaikki terapian 11 istuntoa (ajallisesti mitattuna noin 10 tuntia). Asiakas oli suostunut terapiaistuntojen videonauhoitukseen ja materiaalin hyödyntämiseen tutkimuskäytössä. Minulla on ollut käytössäni terapiaistunnoista nauhoitetut videonauhat, joilta aineisto on kopioitu c-kaseteille ja näiltä edelleen purettu tekstitiedostoiksi. Tekstimuotoon muutettuna ja fonttikoolla 10 kirjoitettuna aineistoa oli 157 A4-sivun verran.

Asiakas oli äskettäin eronnut, mutta seurusteli terapiahetkellä uuden naisystävän kanssa. Avioliitostaan hänellä on neljä lasta. Asiakas oli hakeutunut terapiaan omaaloitteisesti tarkoituksenaan kartoittaa terapian tarvetta moninaisten mieltä painaneiden ongelmien vuoksi. Asiakirjoihin terapiaan hakeutumisen syy oli kirjattu ”asiat ei hallinnassa” -otsikolla. Avioeroon ja ex-vaimoon liittyvien ristiriitaisten tunteiden lisäksi asiakasta olivat huolestuttaneet huolettomaan alkoholinkäyttöön liittyvät kyseenalaiset seuraukset, kuten satunnaiset naissuhteet ja rattijuopumuksesta kiinnijääminen. Vaikeudet oman käyttäytymisen ja tunteiden hallinnassa olivat aiheuttaneet ongelmia myös

työn ja harrastusten osalta. Näin ollen ”hallinnan puute” asiakkaan itsensä määrittelemänä tarkentui kuta kuinkin kyvyttömyydeksi kontrolloida omaa alkoholinkäyttöä, käyttäytymistä sekä tunnemaailmaa.

Käytössäni olleista tapaamisista neljä ensimmäistä kuuluivat ennalta sovittuun tutkimusjaksoon, jonka kuluessa asiakkaalle tehtiin myös psykologisia testejä. Tutkimusjakson jälkeen tapaamisia päätettiin jatkaa, ja tätä seuranneet tapaamiset muodostivat siis aineistoni 7 jälkimmäistä istuntoa. Viimeisen istunnon jälkeen kysymys terapian jatkamisesta jäi avoimeksi alkavien kesälomien vuoksi, mutta asiaan luvattiin palata tarvittaessa.

## **Tutkimusmenetelmänä diskurssianalyysi**

Diskurssianalyysi pohjautuu sosiaalisen konstruktionismin piiristä peräisin olevaan oletukseen, jonka mukaan kieli ei ainoastaan toimi siltana ympäröivään todellisuuteen, vaan osallistuu myös tuon todellisuuden rakentamiseen (Jokinen, Juhila & Suoninen, 1993). Kieli ei siis ole vain heijastus todellisuudesta tai keino saada tietoa ympäröivästä maailmasta, vaan sen avulla samalla myös järjestetään, rakennetaan, uusinnetaan ja muunnetaan – eli konstruoidaan – todellisuutta. Berger ja Luckmann (1994) toteavat, että tässä mielessä kieli ’todentaa’ maailman kahdessa mielessä: sen avulla sekä todetaan jotakin maailmaan liittyvää että samalla toteutetaan tuo maailma. Diskurssianalyttisen tutkimuksen tavoitteena on näiden todellisuutta rakentavien konstruktioiden syntyminen, yleistymisen ja muuntumisen havainnollistaminen (esim. Fairclough, 1992).

Edelleen konstruktiivisuuden idean mukaisesti asioille ja esineille annetut merkitykset syntyvät suhteessa toisiinsa ja muodostavat näin merkityssysteemejä. Käsitteiden – kuten esimerkiksi värien ja niiden eri sävyjen – merkitykset määritellään niiden ja muiden käsitteiden välisiin eroihin ja keskinäisiin suhteisiin perustuen, ei suhteessa niihin kohteisiin, joihin niillä viitataan (Jokinen ym., 1993). Tällainen merkityssysteemien syntyminen ei tapahdu yksittäisen ihmisen toimesta, vaan osana sosiaalisia käytäntöjä

(Alasuutari, 1998). Merkityssysteemejä on eri yhteyksissä kutsuttu sekä diskursseiksi että tulkintarepertuaareiksi.

Oleellista on myös se, että samanaikaisesti on olemassa rinnakkaisia tai vaihtoehtoisia merkityssysteemejä, jotka merkityksellistävät maailmaa eri tavoin (Jokinen ym., 1993). Useamman rinnakkaisen merkityssysteemin olemassaolo estää mahdollisuuden kuvauksen ja kohteen suoraan heijastavuussuhteeseen, sillä kaikkia näkemyksiä voidaan pitää yhtä paikkansapitävinä. Huolimatta siitä, että tilanteessa saattaakin olla tarjolla useampia vaihtoehtoisia merkityssysteemejä, saattaa ymmärretyksi tuleminen joskus kuitenkin edellyttää pitäytymistä kulttuurisesti sovinnaisissa ja tutuissa puhetoissa. Tällaisia toimijoita ohjaavia ja jossain määrin myös rajoittavia kulttuurisia velvoitteita voidaan kutsua kulttuurisiksi konventioiksi (Suoninen, 1992).

Diskurssianalyttiseen tutkimukseen kuuluu myös vahvana osana toiminnan kontekstuaalisuuden huomioiminen. Kontekstin vaikutusta ei pyritä eliminoimaan, vaan se päinvastoin nähdään analyysiä rikastuttavana ominaisuutena (Jokinen ym., 1993). Tämä näkyy siten, että toimintaa tarkastellaan suhteutettuna tapahtumaympäristöön eli kyseiseen aikaan ja paikkaan. Kontekstin huomioon ottaminen tarkoittaa myös niinkin hienojakoisia yksityiskohtia kuin yksittäisen sanojen yhteys lauseisiin, joissa niitä käytetään, tai puheenvuorojen suhde toisiinsa. Esimerkiksi sanojen merkitys voi vaihdella käyttötarkoituksesta ja lauseyhteydestä riippuen, joten tilannekohtaisen kontekstin huomioiminen on välttämätöntä.

Diskurssianalyttisiä perusoletuksia on myös se, että kielellä ei ainoastaan kuvailla asioita, vaan myös tehdään jotakin. Analyysi kohdennetaan siihen, mitä kieltä käytettäessä tullaan tehneeksi tai tuottaneeksi, eli ”mitä tilannekohtaisia funktioita (kielellisellä) teolla kulloinkin on” (Jokinen ym., 1993, 42). Funktiolla ei tässä tarkoiteta ainoastaan sitä vaikutusta, jonka toimija itse on tarkoittanut, vaan ylipäänsä kaikkia niitä mahdollisia seurauksia mitä tilanteessa on läsnä ja todentuu. Kielen käytöllä voi olla yksittäistä tilannetta laajempiakin funktioita, kuten merkityssysteemien laajeneminen kulttuurisesti hyväksytyiksi ja yleistyviksi diskursseiksi. Tällöin puhutaan kielen käytön ideologisista seurauksista (Jokinen ym., 1993).

Diskurssianalyysissä tutkimuksen kohteena ei ole yksilö, vaan hänen käyttämänsä kieli ja sen systeemit (esim. Jaatinen, 1995). Analyysissä ei pyritä selvittämään yksilön sisäisiä prosesseja ja toiminnalleen antamia selityksiä, vaan kielen käyttöön yksittäisessä tilanteessa vaikuttavia tilanne- ja kulttuuritekijöitä. Kielessä havaittavia vaihteluita ei



yritytä selittää yksilön minän ominaisuuksilla, vaan päinvastoin kiinnostus kohdistetaan siihen, kuinka yksilön minä rakentuu tilanteessa (Jokinen ym., 1993). Muiden merkitysten tavoin myös yksilön minän merkitykset rakentuvat vuorovaikutustilanteissa aina uudelleen riippuen siitä, kuinka toimija ja muut läsnäolijat hänet tilanteessa määrittelevät. Ei-heijastavuusoletuksen mukaisesti myöskään mikään näistä minän määrittelyistä ei siis kuvaa yksilön ”todellista minää” paremmin kuin toiset, vaan kaikki ovat yhtä paikkansapitäviä tilanteesta ja kontekstista riippuen. Tutkijan tehtävä ei ole pohtia sitä, mikä tutkittavan käyttämisestä merkityssysteemeistä vastaa tämän aitoa näkemystä. Puhheen vaihtelevuutta ei pidetä merkinä yksilön epäjohdonmukaisuudesta, vaan hänen taidoistaan kielellisten resurssien hyödyntämisessä (Suoninen, 1992).

Diskurssit eivät aina ole toisiinsa nähden tasa-arvoisessa suhteessa. Toiset diskurssit saavat muita vahvemman, kyseenalaistamattoman totuuden aseman ja kutsuvat samalla kielen käyttäjiäkin tiettyihin subjektipositioihin, kuten vallankäyttäjä ja alistettu (Jokinen & Juhila, 1993). Nämä merkityssysteemit ovat muodostuneet ikään kuin luonnollisiksi, eikä niille vaihtoehtoisia diskursseja käytetä yhtä varauksetta ja vapaasti. Tällaisia valta-aseman saavuttaneita diskursseja voidaan kutsua hegemonisiksi diskursseiksi. Muiden diskurssien tavoin myöskään hegemoniset diskurssit eivät ole lopullisia totuuksia. Ne säilyvät vain niitä ylläpitävien käytäntöjen ansiosta, joten samojen käytäntöjen varassa niitä on mahdollista myös muokata ja kumota.

Diskurssianalyttisen tutkimuksen tekemiseen ei ole olemassa yhtenäistä ohjeistoa, vaan metodit syntyvät yleensä tutkimus- ja aineistokohtaisesti tutkijan itsensä kehittämisenä. Jokisen ym. (1993) mukaan diskurssianalyysiä olisikin luontevinta kutsua pikemminkin väljäksi teoreettiseksi viitekehyykseksi kuin yhtenäiseksi tutkimusmetodiksi. Potterin ja Wetherellin (1994) mukaan tämä johtaa keskeiseen eroon diskurssianalyysin ja perinteisten (kvantitatiivisten) tutkimusmenetelmien välille. Tällaisissa menetelmissähän yksi osa tutkimustulosten luotettavuutta on analyysimenetelmien oikea ja perusteellinen noudattaminen. Diskurssianalyysissä vastaava analyttisten johtopäätösten perustelevuus ja ”oikeuden” varmentaminen täytyy yrittää saavuttaa selostamalla tuloksiin johtaneet päättelypolut perusteellisesti sekä liittämällä tutkimusraporttiin näytteitä alkuperäisaineistosta. Tätä voidaan samalla pitää kvalitatiivisen analyysin etuna kvantitatiiviseen tutkimukseen verrattuna, sillä se tarjoaa lukijalle mahdollisuuden tehdä omia havaintojaan ja tulkintojaan (Wahlström, 1992). Viime kädessä lukijan it-

sensä valtaan jää vakuuttua tai olla vakuuttumatta analyysin luotettavuudesta ja pätevydestä.

## **Aineiston analyysi**

Diskurssianalyysiä voidaan luonnehtia 'uutta etsiväksi tutkimukseksi', sillä diskurssianalyttisessä tutkimuksessa ei lähdetä todentamaan tai hylkäämään ennalta asetettuja hypoteeseja, vaan löytämään sitä mitä aineistosta löydettävissä on (Wahlström, 1992). Tällainen aineistovetoinen tutkimusote vaatii aineiston avointa lukutapaa.

Omalla kohdallani kuvatonlainen aineistolähtöinen lähestymistapa näkyi jo aivan tutkimuksen alkuvaiheissa ja aineiston valinnassa. Tutkimusaineistoa etsiessäni minulla ei ollut ennakkosuunnitelmaa siitä, millaista aineistoa ja terapia-asetelmaa etsin. Voikin sanoa, että enemmän kuin minä löysin aineiston, aineisto löysi minut. Nimenomaiseen terapiatapaukseen huomioni kohdistui sen hieman ylimalkaiselta, mutta toisaalta hyvin kaikenkattavalta kuulostavan ongelmanmäärittelyn vuoksi. Asioiden hallinnasta karkaaminen herätti kiinnostukseni siinä suhteessa, kuinka hallinnasta tai sen menettämisestä sitten puhutaan ja kuinka hallinta määritellään terapiatilanteessa.

Aloitin aineiston käsittelyn purkamalla videokaseteilta c-kaseteille kopioidut terapiakeskustelut tekstitiedostoiksi. Myöhemmän aineistonkäsittelyn helpottamiseksi kirjoitin kunkin istunnon omaksi erilliseksi tiedostokseen juoksevalla rivinumeroinnilla. Seuraavaksi aloin lukea litteroitua aineistoa mahdollisimman avoimin silmin ja mielin. Useamman lukukerran jälkeen minulle alkoi muodostua kokonaiskuva aineistosta, ja se alkoi jäsentyä selkeäksi kokonaisuudeksi. Kokonaisuuden keskeltä hahmottui esimerkiksi keskeisiä teemoja, kuten selkeänä jako rationaaliseen ja tunnemaailmaan sekä hallitsemattoman käytöksen järjettömyys.

Matkan varrella pyörittelin ja pohdin useita hyvinkin erilaisia kysymyksenasetteluita, joiden kaikkien analyysiin aineisto mielestäni olisi tarjonnut hedelmällisen maaperän. Vähitellen lopulliseksi tutkimuskysymykseksi muodostui kuitenkin – alkuperäisen terapia-asetelman huomioiden ehkä itsestäänselvästikin – se, miten jako hallintaan ja ”ei-hallintaan” asiakkaan puheessa rakentuu. Tässä vaiheessa annoin myös tilaa omille

asenteilleni ja tulkinnalleni: ulkopuolisin silmin katsottuna asiakkaan elämäntilanne näytti suhteellisen hallitulta, joten tämä ristiriita johti toisen keskeisen tutkimuskysymyksen syntymiseen – mistä tarve hallintaan tulee ja kuinka se perustellaan.

Tämän jälkeen oleellista oli karsia aineistoa valikoimalla jatkoanalyysin kannalta vain olennaisimmat katkelmat mukaan analyysiin. Käytännössä tämä tarkoitti niiden katkelmien, joissa joillain lailla sivuttiin hallintaa tai sen välttämättömyyttä, siirtämistä omaksi uudeksi tiedostokseen. Tämä lyhensi käsiteltävän materiaalin noin kolmasosaan alkuperäisestä aineistosta. Tämän vaiheen kannalta olennaista oli selkiyttää itselle kuva siitä, mitä hallinta asiakkaalle on, eli mistä asiakas itse asiassa puhui silloin, kun hän puhui hallinnasta tai sen puutteesta. Näytti siltä, että hallinnan puute asiakkaalle tarkoitti sitä, että hän ei pysty kontrolloimaan tunteitaan, alkoholin käyttöön tai näistä johtuvaa käyttäytymistään.

Seuraavaksi luin näitä erilleen poimittuja aineistokatkelmia yhä uudelleen ja uudelleen. Samalla tein alustavan mutta yksityiskohtaisen kuvailun siitä, mitä kussakin katkelmassa tapahtuu. Merkitsin puheenvuorojen ohien lyhyesti, mitä kussakin lausumassa tehdään – tai tullaan tehneeksi – ja kuinka tämä edelleen on yhteydessä seuraavaan puheenvuoroon. Tässä vaiheessa aloin kiinnostua myös enemmän asiakkaan ja terapeutin välisestä vuorovaikutuksesta, jossa useaan otteeseen oli havaittavissa hienoista ristiriitaa tai näkökulmien törmäyksiä. Aloin pohtia sitä, kuinka terapeutti reagoi asiakkaan käyttämiin hallinnan selitystapoihin ja kuinka tämä vaikuttaa asiakkaan ongelmanmäärittelyyn. Minua kiinnosti erityisesti se, saako terapeutti kumottua tai vahvistettua joitakin selitystapoja, ja mitkä asiakkaan tuottamista selityksistä tämän johdosta jäävät lopulta elämään ja mitkä jäävät huomiotta.

Jatkoa ajatellen näin tässä vaiheessa parhaimmaksi vielä kerran rajata käsiteltävää aineistoa. Tämän tein jakamalla hallintaa käsittelevät aineistokatkelmat edelleen kolmeen uuteen tiedostoon perustuen siihen, oliko katkelmissa puhe hallinnan saavuttamisesta, menettämisestä vai sen tarpeesta. Tässä kohden jako ei ollut enää aivan yksinkertainen ja selkeärajanen. Monet katkelmista sijoittuivat useampaan tiedostoon, toisinaan jopa kaikkiin kolmeen.

Näiden kolmen erillistiedoston sisällä aloin viimein tehdä tarkempaa analyysityötä. Puheenvuorojen yksityiskohtaisen tarkastelun myötä niiden välillä alkoi näkyä selviä yhtäläisyyksiä eli yleisiä tapoja selittää omaa hallintaa tai hallitsemattomuutta. Näiden yhtäläisyyksien mukainen jaottelu muodosti karkean jaon eri diskursseihin. Ennen tässä

tutkielmassa esitettävää luokittelua diskurssien rajat kuitenkin muuntuivat ja liikkuivat useaan otteeseen. Osa alkuperäisistä diskursseista piti pintansa ja edelleen vain vankistui jatkokäsittelyssä, mutta toisia diskursseista oli tarpeen yhdistää tai määritellä uudelleen.

Diskurssien vähitellen saadessa tarkat rajansa ja sisältönsä hahmottuivat myös niiden väliset erot ja yhtäläisyydet. Lopullisen muotonsa saatuaan diskurssit saivat myös nimensä, jotka yritin muotoilla mahdollisimman hyvin puhekäytäntöjä kuvaaviksi. Yritin nimenomaan saada nimeen mukaan sen tunnetilan, joka kussakin diskurssissa on hallitseva, tai jonka varaan diskurssi rakentuu. Tässä vaiheessa tarkentui myös tutkielman lopullinen nimi, jossa elämän hallinta on tarkoituksellisesti kirjoitettu erilleen. Näin pyrin korostamaan sitä, että tutkimuksessa oli kyse vain ja ainoastaan *asiakkaan elämän* hallinnasta, ei jostakin laajemmasta ja universaalista elämänhallinnan käsitteestä. Asiakas ei puhunut terapiassa elämänhallinnasta yleensä, vaan nimenomaan hallinnasta omassa elämässään.

Terapeutin rooli ja kahdenkeskinen vuorovaikutus jäivät valitettavasti lopullisessa työssäni vähemmälle huomiolle kuin olin ajatellut. Olen tarkastelussani keskittynyt pääosin asiakkaan itsensä tuottamiin ja hänen puheestaan tunnistettaviin diskursseihin. Huomiotta jäävät näin ollen terapeutin esille nostamat ja ehkä kokonaan uudet näkökulmat. Toki koko terapian aikana käytävä keskustelu on aina vuorovaikutteista, eikä seuraavassa esiteltäviä diskursseja näin ollen voida luonnehtia yksin asiakkaan omiksi luomuksiksi. Olen yrittänyt huomioida myös terapeutin roolin näiden diskurssin rakentumisessa ja ennen kaikkea niiden saaman merkityksen muodostumisessa esittämällä tulosten yhteydessä esimerkkejä terapeutin erilaisista tavoista reagoida asiakkaan puheeseen. Reaktiotapojen vaihtelevuudella on merkitystä erityisesti sen suhteen, millaiseksi asiakkaan tuottaman puhettavan merkitys lopulta muodostuu terapeutin puheenvuoroa seuraavassa keskustelussa.

## TULOKSET

Tulosten selkeyden vuoksi ja analyysin seuraamisen helpottamiseksi esitän hallinnasta puhumisen tavat seuraavassa jaoteltuna kolmeen eri luokkaan: hallinnan velvoitetta ilmentävät diskurssit, hallinnan tunteen estävät diskurssit sekä hallinnan tunnetta tukevat diskurssit. Hallinnan velvoitteesta kertovia puhetapoja tunnistin aineistosta neljä, jotka nimesin haitallisuus-, vahingollisuus-, tuomittavuus- ja epäonnistumisdiskursseiksi. Kunkin diskurssin kohdalla yritin myös tavoittaa sen keskeisen tunteen, joka hallitsemattoman käyttäytymisen synnyttämänä velvoitti etsimään ratkaisua elämänhallinnan ongelmaan. Hallinnan tarpeesta kertovista diskursseista selvästi yleisin oli tuomittavuusdiskurssi, joka kuvasi hallitsemattoman käyttäytymisen paheksuttavuutta tai epänormaaliutta. Vähiten käytettyjä olivat käyttäytymisen aineellisista vahingoista kertonut haitallisuusdiskurssi sekä käytöksen aiempiin onnistumisen kokemuksiin suhteuttanut epäonnistumisdiskurssi.

Toisessa osiossa esittelen ne kolme asioiden hallintaan saattamista estänyttä diskurssia, jotka aineistosta tunnistin. Nämä olivat ajautumis-, riittämättömyys- ja kapinallisuusdiskurssi. Hallitsemattomuutta parhaiten kuvannut tunnetila sisältyy jo kunkin diskurssin nimeen. Näistä diskursseista yleisimpiä olivat ulkoisten tekijöiden vietäväksi joutumista kuvannut ajautumisdiskurssi sekä omien selviytymiskeinojen puutteellisuuden tunnustanut riittämättömyysdiskurssi. Vähiten käytetty oli näin ollen kapinallisuusdiskurssi, joka sisälsi seikkailunhalun ja pyrkimyksen rajojen rikkomiseen.

Viimeiseksi kuvaan ne puhetavat, joilla asiakas kertoi asioiden hallinnasta. Nämä kolme diskurssia olivat rationaalisuus-, uskaliaisuus- ja tukeutumisdiskurssi. Kunkin diskurssin nimi kuvaa sitä ominaisuutta tai tekijää, joka mahdollisti hallinnan tunteen. Yleisin hallintaa tukenut diskurssi oli rationaalisuusdiskurssi, joka korosti rationaalisen ajattelun voimaa asioiden hallinnassa. Lähes yhtä paljon käytetty oli myös uskaliaisuusdiskurssi, joka puolestaan kuvasi henkisten ominaisuuksien vahvuutta hallinnan tunteen tuottamisessa. Selvästi harvinaisin oli näin ollen tukeutumisdiskurssi, joka kertoi ulkopuolisten tekijöiden osuudesta tilanteiden hallinnassa.

Seuraavassa esiteltyjen tulosten yhteyteen olen pyrkinyt valikoimaan mahdollisimman kuvaavia ja diskurssin ideaa parhaiten edustavia esimerkkikatkelmia. Useimmiten

analysoitavat katkelmat eivät ole olleet lähimainkaan yhtä yksiselitteisiä ja mutkattomia kuin näissä esimerkeissä. Käytännön syistä olen esittänyt esimerkkejä vain rajallisen määrän, eikä diskurssien yhteydessä ole näytteitä kaikista terapeutin mahdollisista reagointitavoista. Yleensä olen valinnut joko erityisen yleisen reaktion, erityisen harvinaisen reaktion (poikkeustapauksen) tai molemmat. Esimerkit ja omat tulkintani olen erottanut toisistaan fonttikoolla (aineistokatkelmat fontti 10 ja tulkinnat fontti 12).

On syytä huomioida, että vaikka tulosten yhteydessä tarkempi analyysi on esitetty vain esimerkkeinä olevista katkelmista, on tulkintatyö kuitenkin tapahtunut suhteutettuna laajempaan kokonaisuuteen eli koko alkuperäiseen aineistoon. Tavoitteena on ollut mahdollisimman kuvaava lopputulos suhteessa kokonaisuuteen, ei näihin valikoituihin poimintoihin.

Aineiston litteroinnissa ja seuraavassa esitettävissä esimerkkikatkelmissa on käytetty seuraavia erikoismerkkejä:

(.)	alle sekunnin mittainen tauko, joka kuitenkin erottuu puheesta selvästi
(3)	tauco, jonka kesto sekunteina
[ ]	päällekkäispuheen alkamis- ja loppumiskohta
=	tauon puuttuminen puheenvuorojen tai sanojen väliltä
°hiljaa°	hiljaisella äänellä sanottu kohta
<u>painava</u>	sanon tai sanon osan painotus
.	laskeva sävelkulku
,	tasainen tai nouseva sävelkulku
e:n	(kaksoispiste) äänteen venytys
ta-	(tavuviiva) kesken jäänyt sana
.hhh	kuuluva sisäänhengitys
.joo	(piste sanon edessä) sana lausuttu samalla kuuluvasti sisäänhengittäen
hhh	kuuluva uloshengitys
#joo#	”narisevalla” äänellä sanottu kohta
(epäselvä)	(teksti suluissa) nauhalla epäselvästi kuuluva kohta
( )	(tyhjät sulut) sana/sanoja, joista ei ole saatu selvää
((nauraen))	(kaksoissulkeet) purkajan huomioita
A:	asiakkaan puheenvuoro
T:	terapeutin puheenvuoro

Otteiden edessä esiintyvässä numerosarjassa kaksoispistettä edeltävä luku viittaa kyseisen terapiaistunnon järjestysnumeroon ja kaksoispistettä seuraavat luvut otteen rivinumeroihin alkuperäisessä tekstitiedostossa.

Kaikki otteissa esiintyvät erisnimet sekä muut tunnistamiseen mahdollisesti vaikuttavat yksityiskohdat on muutettu tai jätetty mainitsematta.

## Hallinnan velvoitetta ilmentävät diskurssit

### Haitallisuuskurssi

Hallinnan tarpeen synnyttävässä haitallisuuskurssissa kyse on useimmiten hallitsemattoman käytöksen aiheuttamista aineellisista vahingoista. Nämä voivat ilmetä terveydellisinä tai taloudellisinä haittoina, tai vaikeuksina jatkaa työntekoa ja harrastuksia entiseen tapaan. Hallitsematon käytös – useimmiten liiallinen alkoholin käyttö ja humalatilassa ”sekoilu” – voi käydä ennen pitkää terveyden päälle tai johtaa käytännön ongelmiin työpaikalla. Hallinnan velvoitteen takana vaikuttava tunne on jonkinlainen *velvollisuudentunto* työnantajaa ja muita ulkopuolisia tahoja kohtaan. Tähän yhdistyy myös *terve järki*, joka sanoo, että hallitsemattoman käytöksen haitalliset seuraukset ovat hyötyjä mittavammat. Konkreettisimmillaan haitallisuus tuntuu esimerkiksi rattijuopumuksesta seuraavina sakkoina ja ajokieltona, joista asiakas puhuu seuraavissa otteissa.

#### 1:751–757

A: kyllä kai nää seuraukset alkaa olla niinku sillä lailla, (4) että emmä tiedä kuinka se avioero siihen sitte vaikutti mutt se rattijuopumus,

T: joo.

A: siis onhan se merkittävä seuraus että siinä asemassa oleva ihminen ei pysty autoonsa käyttään siis se oli jo taloudellisesti merkittävät vahingot jo yritykselle itelleen ja, (.) [hhh taloudelliset vahingot

T: [joo.

A: suuria mulle itelle myös [(.) (siis) se ei ollu pelkästään se kymppitonin sakko vaan siinä oli siis, (.)

T: [joo.

A: muitaki,

#### 6:237–246

A: onha ne seuraamuksiltaan isoja h-[hh, (1) °onhan ne siis jos°, (3) °sä kännissä ajat autolla tai kannissä

- T: [joo.  
 A: no siis°, (.) °kuitenki siis,° (.) °aamurapulassa ja°, (.) seuraamuksiltaan, [(.) .hhh sillä rahalla mä oisin  
 T: [mmm.  
 A: käyny jo Himalajalla minkä mä ((naurahtaen)) maksoin siitä, [(1) °ett mä°,]  
 T: [joo, (.) sulle tu]li iso sakko siitä,  
 A: kymppitonnin.  
 T: °joo°, (.) joo-o,  
 A: (2) ja neljä kuukautta sitten vielä kortti pois et[tä,  
 T: [°joo°.

Näissä otteissa asiakas puhuu oman toiminnan haitallisista seurauksista käytännön näkökulmasta. Rattijuoppoudesta seuranneet sakot ja ajokortin menettäminen ovat tuottaneet taloudellisia hankaluuksia sekä käytännön ongelmia niin asiakkaalle itselleen kuin myös työnantajalle. Hallitsematon käyttäytyminen on näin ollen kannattamatonta konkreettisesti mielessä.

Toiminnan haitallisuus liittyy usein erityisesti alkoholin hallitsemattomaan käyttöön ja esiintyy asiakkaan puheessa suhteellisen harvoin. Terapeutti suhtautuu haitallisuuskurssiin pääsääntöisesti neutraalisti ottamatta selvästi kantaa, mistä edellä esitetyt otteet ovat havainnollisia esimerkkejä. Hän ei lähde päivittelemään seurausten vakaavuutta tai kyseenalaistamaan niiden merkitystä, vaan pienillä kuuntelua osoittavilla äännähdyksillä ("mm" tai "joo") kannustaa asiakasta jatkamaan. Koska terapeutti ei tämän kummemmin puutu asiakkaan ongelmanmäärittelyyn, asiakkaan hallitsematon käyttäytyminen määrittänyt näin terapeutin myötävaikutuksella ongelmalliseksi ja toimenpiteitä vaativaksi. Poikkeuksen tällaiseen terapeutin reagoititapaan muodostaa seuraavassa otteessa esiintyvä katkelma.

### 1:315–332

- T: voin kuvitella ett se, (.) tilanne minkä kerroit, (1) kerroit niinku tän sun henkilökohtasen kriisin, (.) jotenki semmoseksi, (1) kärjistymispisteeksi se, (.) rattijuopumus, (.) kiinnijääminen ja, (.) sen ympärillä tapahtuneet asiat ett se on varmaan ollu aika, (1) aika traumaattista ja, (.) ja hankalaa. (.) [( ) mutt] oliko se, (.) oliko se välttämätöntä oisitko sä, (.) oisitko sä tässä jamassa jos sä [et ois  
 A: [(no) se oli joo.] [mä  
 T: jääny kiinni,]  
 A: niinku monesti mi]etin että ehkä oli hyvä että näin kävi,  
 T: joo,  
 A: että se pysäytti miettimään että tää jatkuva meneminen ja, (.) .hhh (1) ja jollaki tavalla niinku pitäs niinku miettiä et- (.) -tä, (1) että onko sittenkin sellasia asioita joita mä en oo riittävän hyvin käyny läpi, (.) .hhh [ja luottanu liikkaa niihin omiin voimavaroihin ja,  
 T: [joo-o, joo,  
 A: ja siihen että mä pystyn ratkasemaan niin fyysisesti ku henkisesti kaikki,  
 T: joo,  
 A: mä oon aina siihen luottanu ja,  
 T: joo,  
 A: .hhh että se ei ehkä ihan näin oookaan



Tässä otteessa terapeutti ensin kokoaa asiakkaan kertomuksen ja tukee asiakkaan elämää kohdanneiden vaikeuksien ongelmallisuutta tunnustamalla niiden vakavuuden ja seuraukset. Terapeutin käyttämät sanat ”kriisi” ja ”traumaattinen” ovat alun perin psykologisia termejä – vaikka ovatkin sittemmin levinneet arkikieleen – mikä lisää terapeutin asiantuntijana esittämän lausunnon painoarvoa. Asiakas kiirehtiikin päälle puhumalla myöntämään terapeutin ”tulkinnan” oikeellisuuden. Terapeutti kuitenkin jatkaa omaa puheenvuoroaan ja asettuu hienovaraisesti kyseenalaistamaan rattijuopumuksen haitallisuuden. Hän haastaa asiakkaan miettimään, kuinka asiat olisivat, jos rattijuopoudesta kiinnijäämistä ei olisikaan tapahtunut – olisiko asiakas siinä tapauksessa hahtanut elämäntilanteensa ongelmallisuuteen. Asiakas itse jatkaa terapeutin ajatusta alkamalla jälleen innokkaasti puhua päälle ennen kuin terapeutti on esittänyt kysymyksensä loppuun. Asiakas tunnustaa rattijuopumuksesta aiheutuneiden seurausten positiivisen voiman herättämisessä hänet huomaamaan, mihin suuntaan elämä on menossa. Tämä tapahtuma on ollut seurauksiltaan tarpeeksi vakava kyseenalaistamaan asiakkaan luottamuksen omiin voimavaroihinsa ja hallinnan kykyynsä. Asiakasta huolestuttaneet aineelliset seuraukset määritellään näin yhteistoimin toki olennaisiksi hallinnan tunteen tarpeen synnyttämisessä, mutta niihin liitetään myös positiivinen puoli, joka on johtanut asiakkaan hakemaan apua ongelmaansa.

## Vahingollisuusdiskurssi

Jos haitallisuusdiskurssissa hallitsemattoman käytöksen aiheuttamat seuraukset voidaan nähdä aineellisiksi, vahingollisuusdiskurssin mukaisesti vahinkoa koituu ennen kaikkea ihmissuhteille. Hallitsematon käyttäytyminen aiheuttaa turhaa mielipahaa ja harmia lähimmäisille, joten oma käytös herättää näin häpeän ja syyllisyyden tunteita. Läheisten ihmisten hyvinvoinnista kannettu *vastuu* saa omat toilailut tuntumaan asiaankuulumattomilta sekä haitallisilta, ja synnyttää näin itsensä hallitsemisen tarpeen.

### 2:340–349

A: toisaalta näitä asioita niinku minä oon ruvennu pohtimaan nykysessä #äh# suhteessani siis, (.) mun (ja) naisystävä(n) [( ) (on) paljo yrittäny kysellä ja tentata ja [.hhh ihmetelly mun käyttäytymistä

T: [joo. [joo.

A: tietyissä tilanteissa ihmetelly [kuinka fiksu sää muuten oot elämässä ja hoitanu ja sitt aina [ihmettelee

T: [joo. [joo.  
 A: (niitä) semmosia, (1) tilanteita joissa mä (oon niinku) kusipää, (.) todella siis kusipä[ä ja,  
 T: [°mm°

Asiakas kertoo naisystävänsä ihmetelleen hänen järjetöntä ja epäkohteliasta käyttäytymistään. Naisystävä asiakkaan kertoman mukaan vertaa tällaista käsittämätöntä käyttäytymistä erityisesti niihin hetkiin, jolloin asiakas on toiminut ”fiksusti” ja järkevästi. Tällaisen fiksun kuvan kanssa hallitsematon käytös nimenomaisesti ei sovi yhteen. Asiakas puhuu naisystävänsä suulla, mutta epäselväksi jää, kuinka suoraan naisystävä lopulta on mielipiteensä ilmaissut. Joka tapauksessa asiakas tuntee käytöksellään loukkaavansa naisystävänsä ja tuntee olevansa vastuussa tälle aiheuttamastaan mielipahasta. Muissa yhteyksissä asiakas lisää myös velvollisuutensa lastensa isänä olevan merkittävässä asemassa elämän hallintaan saattamisen tarpeelle. Näin lähimmäisten hyvinvoinnin huomioon ottaminen vaatii asiakasta ottamaan itseään niskasta kiinni ja kontrolloimaan käyttäytymistään.

Vahingollisuusdiskurssin sisällä terapeutin reaktio on – kuten haitallisuusdiskurssisakin – useimmiten neutraalia ja suoranaisesti kantaaottamatonta minimipalautetta (”mm” tai ”joo”). Haitallisuusdiskurssiin verrattuna terapeutti on kuitenkin jo selvästi aktiivisempi: yli puolessa tapauksista hän joko asettuu tukemaan asiakkaan vastuunottoa tai kyseenalaistaa sen tarpeen. Seuraavissa kahdessa otteessa terapeutti asettuu vastaan hankaan asiakkaan vastuuseen hakeutumiseksi. Oteissa puhutaan asiakkaan 7-vuotiaan pojan mahdollisista oppimisvaikeuksista.

#### 10:101–113

A: lukea vois sille enemmän, (.) siis ihan vaan kirjoja lukkee satuja [tai mitä tahansa niin se löytäs ehkä  
 T: [joo.  
 A: niitä sanoja sitten .h-[hh, (.) mutt se tuntuu aina (ku se on se se on se) nukkumaanmenoaijka jollon ois  
 T: [joo.  
 A: hyvä lukkee niin sitten tuntuu että (enää) välttämättä ei ja-, (.) isi jaksa ja,  
 T: joo,  
 A: °yrittää keksiä [(tekosyitä että)°.  
 T: [((niiskauttaa)) mutt tota jos lähtee siitä että, (.) vii minuuttia lukemista on tuota niin .hhh prosentuaalisesti äärettömästi enemmän kun nolla minuuttia,  
 A: se on ihan selvä ja kyllä mä sanon että siihen täytyy niinkun pyrkiäkin= [oon pyrkinytkin °( )°,  
 T: [joo. (1) ett ett jos] lähtee  
 hirveen pienellä tavoitteella niin voi olla että siiton .hhh, (.) h-he- helpompi pitää kiinni ku että .hhh pannaan puoli tuntia ja sitten hikoilee ( ),

#### 10:151–161

T: hu- huomaat sä miten tuota nin, (.) hyvä isä sä oot, (.) ja miten hy- hyvästi sä oot asiat järjestäny lap-  
 silles .hhh [ottaen huomioon ett miten karuja, (1) lähtökohtaoletuksia, (.) tai lähtökohtia sun omassa  
 A: [mm.

T: elämässä on.

A: .hhh niin, (.) niin varmaan näi on, (.) mutta on varmaan puutteittakin sitt että,

T: .hhh [(.) niin. (.) mutt ett tuota ni ihminen ei elä niien puutteiden varassa vaan nimeomaan sen varassa

A: [mm.

T: mikä toimii.

A: niin näinhän, (.) näinhän se on joo. (.) kyllä. (.) °kyllä°, (.) °kyllä°. (3) kyllä mä oon niinkun sen sen tiedostanu mutta tuota, (2) °emmä oo sitä niin herkästi halunnu esille nostaa° ((naurahtaen)) .hhh pääasia että lapsilla on hyvä olla. (.) [(tukee) turvallisuutta.

T: [mm. mm-m.

Otteista ensimmäisessä asiakas ilmaisee huolensa siitä, ettei osaa tai pysty riittävän hyvin vastaamaan lastensa tarpeisiin, tässä tapauksessa auttamaan nuorinta lasta tämän oppimisvaikeuden kanssa. Terapeutti lohduttaa huolestunutta isää toteamalla, että pienikin apu on joka tapauksessa apu, eikä asiakkaan tarvitsekaan heti pyrkiä täydellisyyteen.

Toisessa otteessa (vain hieman myöhemmin edellisen otteen jälkeen) terapeutti koostaa yhteen asiakkaan kertoman toteamalla kannustavasti, että asiakas on olosuhteisiin nähden pystynyt luomaan lapsilleen hyvän kasvu ympäristön ja olemaan näille hyvä isä. Asiakas ei heti ota kehua vastaan, vaan pitää kiinni täydellisyyden tavoittelusta huomauttamalla vielä uudelleen halustaan olla entistä parempi isä. Terapeutti vastaavasti toistaa, ettei täydellisyyteen tarvitsekaan tähdätä, sillä pienilläkin asioilla voi luoda vähintäänkin riittävän hyvät edellytykset lasten kehitykselle. Näin hän kyseenalaistaa asiakkaan syyllisyyden tunteen tarpeellisuuden. Nyt asiakaskin yhtyy terapeutin ajatukseen, ja viimeisessä puheenvuorossaan hän antaa ymmärtää tienneensäkin olevansa hyvä isä, mutta ei vain ole halunnut nostaa asiasta suurempaa numeroa.

Edellisissä otteissa terapeutti saa karistettua asiakkaan ylenpalttista syyllisyyden tunnetta ja vastuuntuntoa korostamalla, ettei kukaan voi loputtomasti ottaa pois itseltään toisten hyväksi. Yhdessä luodaan vastuuntuntoisen, mutta omat rajansa tuntevan ja tunnustavan isän kuva.

## **Tuomittavuusdiskurssi**

Tuomittavuusdiskurssissa hallinnan velvoite rakentuu oman käyttäytymisen järjettömyyden tai – diskurssin nimen mukaisesti – tuomittavuuden varaan. Hallitsematon käyttäytyminen on epänormaalia eikä missään olosuhteissa hyväksyttävää. Tämä tulee ilmi joko omana tai ympäristön paheksuntana. Käytös määrittyy näin negatiiviseksi pe-

rustuen joko omaan arvomaailmaan tai oletukseen toisten paheksunnasta. Hallinnan velvoitteen synnyttää tarve käyttäytyä *järjellä käsitettävästi* tai *kunnollisesti*, normien mukaisesti. Tämä diskurssi on myös läheisessä yhteydessä vahingollisuusdiskurssiin, sillä molemmissa hallintaa ei tavoitella ainoastaan oman itsen tähden, vaan mitä suuremmassa määrin myös kanssaihmissen tunteet huomioiden.

Tuomittavuusdiskurssin kohdalla erityisen huomionarvoista on sen yleisyys: hallinnan velvoite rakentuu tuomittavuudesta käsin lähes yhtä usein kuin muista hallinnan tarpeen synnyttävistä diskursseista yhteensä. Toinen merkittävä seikka, joka erottaa tuomittavuusdiskurssin muista hallinnan velvoitteen synnyttävistä diskursseista – sekä myös kaikista muista jäljempänä esiteltävistä diskursseista – on terapeutin reagoititavat. Kun kaikissa muissa diskursseissa terapeutin yleisin reaktio on neutraali ja kantaaottamaton ”mm” tai ”joo”, on tällainen vastaus tuomittavuusdiskurssissa vasta toiseksi yleisin. Sitäkin useammin terapeutti asettuu tavalla tai toisella tukemaan asiakkaan sanomaa. Myös kyseenalaistava kommentti on kuitenkin sen verran yleinen ja ennen kaikkea merkityksellinen keskusteluiden jatkon kannalta, että esitän seuraavassa esimerkin kaikista terapeutin reagoititavoista (ei-kommentoiva, tukeva ja kyseenalaistava). Ensimmäisenä esimerkki terapeutin ”en ota kantaa” -tyylistä.

### 8:350–373

A: mä oon aina vaan miettiny mistä helvetistä se semmonen tarve tulee sitten että, (.) .hhh

T: °mm-m°,

A: miksi yhtäkkiä tuli se ajatus että, (.) näin näin näin, (1)[vois tänä, (.) iltana taas, (.) kokeilla. (2) (mutt)

T: [°mm°,

A: oisko se viisaampaa että mä en menis ollenkaan, (2) ei ottas, (.) alkoholia ollenkaan, (.) ei, (.) tipan tippaa ja .hhh,

T: ne on kyllä sun omia päätöksiä,

A: nii on mutt että oisko se viisaampaa sitten=°emmä tiedä°,

T: mm.

A: miksi sitä ei voisi hallita alakoholin kanssa sitte itteesä=miksei se voisi olla alkoholinkin kans ( ),

T: mm.

A: (2) mutta onko ne sytyt sitte sieltä kaukasuusta tai jostain muusta niin voimakkaita että, (2) en hallitse, (.) mi-miksi mä en vois olla fiksu myös, (.) pienessä humalassa,

T: °niin°,

A: (3) hä,

T: (2) pitäskö mun, (.) vastata (si [ihen),

A: [e:n mä aattelin vaan,

T: (1) °mm-m°,

A: (5) enhän mä nyt ketään tapa enkä hakaa, (.) hakaa enkä, (1) oo fyysisesti paha, (.) enkä mä haluu olla niitäkään kohtaan ilkee mutt että, (1) tavallaan mä oon, (.) .hhh (.) aika vittumainen jätkä loppujen lopuksi, [(.) siis:, (.) jos kattoo (puhasti) tuota näkökulmaa,

T: [°mm°, mm,

A: (1) aika mulkku suoraan sanoen että ((naurahten)),

T: joo,

Otteessa asiakas miettii, onko hänen käytökselleen löydettävissä mitään järkevää selitystä. Hän myös pohtii, olisiko käyttäytymisen hallinta helpompaa kokonaan ilman alkoholia. Asiakas puhuu nimenomaisesti ”viisaammasta” käytöksestä, mikä antaa ymmärtää, että tällaisenaan nykyinen käytös on typerää tai järjetöntä. Terapeutti ei suostu ottamaan kantaa asiakkaan pohdintaan, vaikka tämän puheenvuorot ovat kysymysmuotoisia ja siksi mahdollisia ymmärtää terapeutille kohdistetuiksi. Terapeutti kiinnittää lopulta itse huomiota asiaan ja varmistaa, halusiko asiakas kuulla hänen vastauksensa. Asiakas kiirehtii kieltämään tämän. Pitkähkön tauon (5 sekuntia) jälkeen asiakas siirtyy korostamaan hyvää tarkoitustaan silloinkin, kun tulee loukanneeksi toisia. Lopulta hän kuitenkin jälleen joutuu voimakkain sanoin toteamaan itsensä ilkeäksi ja epämiellyttäväksi. Koska terapeutti ei ole ottanut selvää kantaa suuntaan tai toiseen, jää asiakkaan oma pohdinta otteessa elämään. Näin asiakas oman käyttäytymisensä ja sitä kuvailevan puheensa kautta määrittyy typeräksi, epämiellyttäväksi ja ilkeämieliseksi.

Seuraavassa terapeutti tukee asiakkaan esille nostamia ajatuksia. Otteen alkuosa on tuttu jo vastuullisuusdiskurssia koskevasta osiosta.

## 2:340–365

- A: toisaalta näitä asioita niinku minä oon ruvennu pohtimaan nykysessä #äh# suhteessani siis, (.) mun (ja) naisystävä(n) [( ) (on) paljo yrittäny kysellä ja tentata ja [.hhh ihmetelly mun käyttäytymistä
- T: [joo. [joo.
- A: tietyissä tilanteissa ihmetelly [kuinka fiksu sää muuten oot elämässä ja hoitanu ja sitt aina [ihmettelee
- T: [joo. [joo.
- A: (niitä) semmosia, (1) tilanteita joissa mä (oon niinku) kusipää, (.) todella siis kusipä [ä ja,
- T: [°mm° .hhh sullon niinku tämmönen tuhannen dollarin paikka vahvistaa kaikkia miehiin liittyviä stereotyyppisiä,
- A: niin.
- T: kuvioita kun sä, (.) osotat mi- millanen mäntti sä voit olla ((naurahtaa))
- A: niin, (.) niin.
- T: joo. (2) °mm-m°.
- A: (1) ja toisaalta ni, (.) en en niinku sillä lailla kho-, (1) .hh niinku, (1) hhh koe että olisin millään tavalla niinku (“kuiskaten”) erityi=mää luulen että mää edustan, (.) kuitenkin, (.) ikäluokassani, (1) mies-tyyppiä ja Suomessa tää ei oo mikään niinku, (.) t-harvinainen, (.) mää luulen ett tämmöstä samallailla ett ahdistusta, (.) pelkoja, (2) tilanteen hallitsemattomuutta=(ne) on aika yleistä mitä mää niinku tuolla työelämässäni suomalaisia miehiä tapaan su-, (.) suurimmaks osaks, (.) miehiä niin tää on aika, (.) aika yleistä että [.hhh tämmönen, (.) että ne ei niinku ota haltuunsa sitä elämää oikeella tavalla ja,
- T: [°mmm°. °mm°.
- (.) .hh onks sulla ollu vielä siihen kuvioon kuuluva tämmönen miehisen menestymisen pakko,
- A: .hh k-sitä on ollu kyllä mutt mulla (oli) se, (.) kun mä väittelin niin se laukas kyllä sen,
- T: se laukas,
- A: kyllä.

Kuten vastuullisuusdiskurssia koskevassa osiossa jo todettiin, asiakas puhuu otteen alussa naisystävänsä suulla. Naisystävä on osoittanut paheksuvansa asiakkaan järjetöntä ja typerää käytöstä, mistä asiakas itse kertoo voimakkain sanakääntein. Terapeutti tukee

asiakkaan kertomusta jatkamalla ajatusta eteenpäin. Humoristisella sanavalinnalla ("mäntti") ja naurahduksella kevennettynä terapeutin puheenvuoro ei vaikuta tuomitsevalta, vaan ainoastaan ymmärrystä osoittavalta. Terapeutti ei siis varsinaisesti osoita jakavansa naisystävän mielipiteen, mutta hän tukee asiakkaan kertomusta kommentillaan. Keskustelun jatkon kannalta terapeutin puheenvuorolla on enemmänkin merkitystä, sillä asiakkaan seuraava puheenvuoro eroaa huomattavasti otteen avanneesta puheenvuorosta. Terapeutin sanavalinnat ja asiakkaan käytöksen yhdistäminen "miehiin liittyviin stereotypioihin" saa asiakkaan kääntämään kelkkansa ja alkamaan normalisoida omaa käytöstään. Hän kertoo omakohtaiseen kokemukseen perustuen, että hänen ongelmallisiksi kokemansa käyttäytymispiirteet ovatkin itse asiassa varsin tavallisia. Terapeutti asettuu edelleen tukemaan asiakkaan kertomaa yleistämällä kuvatuolaisen käyttäytymisen jonkinlaiseksi yleiseksi käyttäytymismalliksi. Lisäkysymyksen jälkeen päädytään toteamaan, että väitöskirjan myötä asiakas on tämän haitallisen käyttäytymismallin pystynyt murtamaan, ja on itse asiassa siis pärjännyt paremmin kuin useimmat muut. Oteessa tuomittavasti (tosin ikäryhmälleen ja sukupuolelleen "normaalisti") käyttäytyvä asiakas siis lopulta määrittellään menestyväksi selviytyjäksi (vaikkakin tässä suhteessa ikätovereihin verrattuna poikkeukselliseksi).

Viimeisessä katkelmassa terapeutin reaktiot ovat kyseenalaistavia.

### 3:254–271

A: mutt kyllä se semmonen on ett se muita ihmisiä ärsyttää,

T: (1) joo.

A: (1) °(ja) ulkopuolisia ehkä enemmänkin°,

T: (1) .hhh öö onks sulla kuvaa ett mitä sinä näytät sillon kun sä annat mennä sillä tavalla, (1) näytätkö sä ärsyttäväl [tä,

A: [no varmasti [(kyllä),

T: [millä tavalla,

A: °öö minkälainen ( )° voin mä olla siististi pukeutuneena ja muuta mutt sitt ku se menee sen jonkun rajan yli niin, (1) kyll mä varmaan aika sääliittävän ((naurahtaen)) näkönen uskosin olevani että,

T: niin mutt nyt sä arvioit, (.) arvioit, [(.) arvioitko sä niinku tuota niin,]

A: [(joo), omasta mielestäni mä oon tietenkin maailman huippu,

T: (1) sillä hetkel-[lä,

A: [niin niin terävä-älynen ja, (.) ja tuota,

T: joo.

A: komee vielä, ( ) naistenmies vielä oi [kein,

T: [joo.

Otteen aluksi asiakas jälleen kuvaa käyttäytymistään tuomittavaksi ja arvioi ulkopuolisten ärsyyntyvän hänen käytöksestään. Terapeutti lähtee hakemaan asiakkaalta tar-

kempaa kuvausta ärsyttävyydelle ikään kuin varmistaakseen, onko tuomittavuus myös ulkopuolisen katsojan silmässä vai pelkästään asiakkaan omassa mielessä. Asiakas arvelee olevansa ”säälittävän” näköinen. Naurahdus lausuman yhteydessä korostaa säälittävyyden tuntua. Terapeutti edelleen kyseenalaistaa asiakkaan sanavalintoja – tuomitseeko tämä käyttäytymisensä omasta vai sivustakatsojien näkökulmasta. Asiakas innostuu korostamaan, että itse hän ei kyseisellä hetkellä huomaa tuomita käytöstään, vaan päinvastoin tuntee itsensä älykkääksi ja naisiin vetoavaksi. Näin terapeutin hienovaraisista kumousyrityksistä huolimatta katkelmassa jää voimaan oletus, että nimenomaan kanssaihmiset eivät hyväksy asiakkaan käytöstä, vaan tuomitsevat sen.

### Epäonnistumisdiskurssi

Epäonnistumisdiskurssissa keskeinen tunne on epäonnistuminen: tunne siitä, ettei ole onnistunut elämässä toivomallaan tavalla. Onnistumisen määritelmät ja vertailukohtat voivat perustua joko omiin aiempiin kokemuksiin tai vertailuun kanssaihmiin. Hallinnan tarve suhteutuu tarpeeseen pärjätä yhtä hyvin kuin ennenkin tai yhtä hyvin kuin ”kaikki” muutkin. Ilmassa roikkuu oletus, että asioiden vain nyt pitäisi olla hallinnassa ilman sen erityisempää syytäkin. Epäonnistuminen tässä johtaa eräänlaiseen mitättömyyden tunteeseen, jonka poistustyöstämiseksi tarvitaan *sisukkuutta* ja *taistelijan luonnetta*.

Epäonnistumisdiskurssi poikkeaa muista hallinnan velvoitteesta kertovista diskursseista yleisyytensä – tai tässä tapauksessa harvinaisuutensa – suhteen: hallinnan tarve rakentuu epäonnistumisen tunteelle huomattavasti harvemmin kuin tuomittavuudelle tai vahingollisuudelle, ja myös hieman harvemmin kuin haitallisuuden tunteelle.

#### 1:763–772

- A: mullahan mä juutuin sairaalaan tuonne XXs-, (.) työreissussa niin mulla meni silleen mä pidin esitelmää niin, (1) täysin hallinta pois mä (olen) (.) #mä oon# aina ollu hyvä esiintymään ja, (1) täysin mulla niinku päässä rupes särkee kaikki meni si-, [(.) .hhh siinä tuli jottain stressin purkautumista mitä
- T: [mm-m.]
- A: lienee ja s::itten tällä lailla että mä en oo saanu sitä omaa kontrollia enää niinku näyttämölläkään mutt nyt pikkui hiljaa ruvennu saamaan ett mä taas nautin siitä ja,[(1) ja,]
- T: [joo. (.) (sä oo)t tykäny semmosesta  
[(esiin-), (.) joo.]
- A: [oon oon, (.)]ja esiinnyn ja, (.) yleisö tykkää kuunnella mutt tämmönen välivaihe=mä olin huono,[(.)

T:

[joo,

A: jännitti ja pelotti se esiintyminen

Asiakas kertoo olleensa aina hyvä esiintymään ja nauttineensa esillä olosta, mutta nyt esiintyminen ei olekaan enää sujunut yhtä luonnollisesti ja kontrolloidusti. Entiset nautinnot kuten näyttelēmisharrastus eivät ole enää tuottaneet iloa, sillä asiakas ei tunne kontrolloivansa itseään ja tilannetta. Oma käytös olisi siis syytä saada omaan hallintaan, jotta elämä voisi jatkua normaalisti niin työn kuin harrastustenkin suhteen. Tässä lyhyessä otteessa terapeutti antaa jälleen vain minimipalautetta, mikä on erityisen leimallinen tunnusmerkki epäonnistumiskurssille. Muunlaiset suhtautumistavat ovat tässä diskurssissa poikkeuksellisia, mutta seuraavassa kaksi esimerkkiä myös tästä.

**1:830–848**

A: niinku koska mä nyt oon niinku huomannu s:-, (.) omasta mielestäni sen että, (2) että on kait olemassa asioita joita minä en hallitse,

T: joo.

A: ja ne sitt onko ne sitt jossain patoutuneena tai jotain, (.) m:uuta mutta että, (1) .hh (ehkä) että, (1) että mä löytäsin semmosen elämän-, (.) en mä nyt sano että mun elämänilo, (.) puuttus mutt sellanen todellinen elämänilo ja [.hhh se siis sillä lailla,

T: [joo. (.) °joo°.

A: (2) että mun ei tarttis enää, (2) koskaan, (.) tai koskaan ja koskaan jonkun ajan kuluttua ei tarttis enää mennä sanomaan että semmosen asian takia minä otin ylimääräisiä, (.) viinapaukkuja että mä unohtasin tai .hhh,

T: joo.

A: pystyin selittämään itelle mitä joskus aikasemmin jotakin on tapahtu-[nu.

T: [joo. (1) se on tietysti kova ta-  
vote ett ett, (.) ett t- niin, (.) täysin totaalisesti pääsis eroon mutt ett tuota niin,

A: no ainakin hyväksymään ja oppis ymmärtämään niitä syitä,

T: joo.

A: ja seurauksia

Asiakas kertoo tämän otteen aluksi epäilleensä, että on kuin onkin olemassa asioita, joita hän ei hallitse. Tällä hän viittaa menneisyyteen kuuluviin asioihin (joista on ollut puhe aiemmin istunnossa), jotka taannoin selvittämättä jääneinä ovat ”patoutuneet” ja nousseet nyt vaivaamaan. Asiakkaan mielestä hänen ”elämänilonsakin” on tässä tilanteessa vallan kadonnut, kun hallinnan tunne ei olekaan täydellinen eikä kata kaikkia elämänalueita. Hän kertoo, että tähänastiset ratkaisuyritykset ovat olleet epäonnistuneita, sillä viina ja unohtaminen eivät ole olleet oikea ratkaisu menneisyyden käsittelyyn. Tässä vaiheessa terapeutti kyseenalaistaa kokonaisvaltaisen hallinnan ja täydellisen unohtamisen mahdollisuuden. Tämä saakin asiakkaan tinkimään vaatimustasostaan hieman, ja hän asettaa tavoitteekseen oppia edes elämään ongelmien kanssa ja ymmärtämään niiden taustoja.



## 10:201–222

- A: sitähän välillä tulee semmonen jumalallinen asenne °että sä oot paras maailmassa ja osaat kaikki hyvin ja°, (.) kyllä siellä vaan sitten, (.) .hhh joku sen huomaa ja, (.) palauttaa maan pinnalle koska, (.) [°ei tässä kukaan toista oo parempi°, (.) .hh [h pitää vaan käyttää tietojaan ja °auttaa muita ymmärtään
- T: [mm, [mm.
- A: ja (viemään) asioita eteenpäin°, [(.) jos se ylimielisyys heijastuu läpi niin ky:llä se, (1) sieltä tulee heti
- T: [mm,
- A: niin voimakkaasti palautetta että,
- T: mmm,
- A: mutt jos ei sitä o- osaa kestää nin, (.) se on jo sitten huonompi asia että .hh, (1) mutt jossain asioissa en oo nähtävästi minäkään osannu ((naurahtaan)) kestää ett .hh [h,
- T: [mm. (1) mitä tarkoitat,
- A: no avioero esimerkiksi eiks se ois ihan=en mä oo vielä (ohi), (1) vieläkin niitä siis ( ) tommosta ( [ ) aina, (.) jo-, (.) e- lähes päivittäin tulee mieleen semmosia .hhh, (.) sitä miestä kohtaan
- T: [mmm.
- A: semmosia kostoajatuksia ja tämmösiä, (.) [vaikken mä oo mitään tehny mutta: aina ne vaan pulpahtaa
- T: [mm,
- A: essiin,
- T: #mutt# se on hyvä ett se tulee ajatuksena,
- A: niin. (1) niin. (.) mutt eikö vois olla jo aika niinku, (1) hyväksyä tosiasiat ja niinkun,
- T: no sulla on sun rytmi,
- A: mm.
- T: käsitellä se.
- A: °.niin°,

Otteen alussa olevassa ”johdannossa” asiakas puhuu nöyryydestä ja vaatimattomuudesta, joita edellytetään ympäristöstä saatavan palautteen sietämiseksi. Ylimielisyys ei kannata pitkälle, sillä kanssaihmiset pitävät ennen pitkää huolen ”maan pinnalle palauttamisesta”. Tämän johdattelun jälkeen asiakas siirtyy epäilemään, ettei hänkään ole täysin nöyrästi pystynyt nielemään ympäristöstä tullutta palautetta, vaan on jäänyt vatvomaan entisen vaimon uutta miesystävää kohtaan tunnettuja tunteita. Asiakkaan mielestä avioeroon liittyvät tunteet kuuluisi olla jo käsitelty, joten tunteiden puutteellinen hallinta tuntuu epäonnistumiselta. Terapeutti asettuu hienovaraisesti kyseenalaistamaan tämän epäonnistumisen tunteen lohduttamalla, etteivät negatiiviset tunteet ole millään lailla epänormaaleja asiakkaan tilanteessa. Terapeutti korostaa, että asiakkaan ei tarvitse kiihkeä mihinkään, vaan hän voi rauhassa edetä omaan tahtiinsa. Otteen jatkossa keskustelu kääntyy hetkeksi muihin asioihin, mutta palaa lopulta takaisin, kun asiakas tunnistaa tarvitsevansa vain aikaa asioiden käsittelyyn. Terapiassa on useita tämän otteen kaltaisia keskustelujaksoja, joissa asiakas tuo julki huolensa ”epänormaalin” hitaasta tai puutteellisesta kyvystään hoitaa asioitaan, ja terapeutti puolestaan keskittyy kumoamaan tämän puutteellisuuden.

## Hallinnan tunteen estävät diskurssit

### Ajautumisdiskurssi

Ajautumisdiskurssissa hallinnan tunne katoaa jostakin ulkopuolisesta seikasta johtuen. Alkoholi, muut ihmiset tai esimerkiksi ”liikaa innostuminen” vaikuttavat tilanteessa niin, että asiat vain ajautuvat tiettyyn pisteeseen. Ajautumisdiskurssille tyypillisiä ovat ”käy vain niin” -tyyppiset lausumat. Tilannetta voi yrittää parhaansa mukaan hallita, mutta ulkoisille tekijöille ei kerta kaikkiaan mahda mitään. Virran vietäväksi joutuminen aiheuttaa *ajelehtimisen* tunteen.

#### 1:394–409

T: .hh (no) sä oot ker- kerton(na) nyt niistä öö, (.) niistä asioista jotka sua niinkun, (.) ittees häirittee että sä, (.) ett #a-a-# asiat jotenkin karkaa sun hallinnasta että,

A: silloin varsinkin ku (jos) ottaa alkoholia,

T: joo-o. (.) sä puhelimessa silloin pohdit että ett o- onko yks, (1) yks ratkasu ett ett jättää viinan pois,

A: niin.

T: m- miten tärkeä asia alkoholi sulle on, [(.) onkos=onko se semmonen [että sitä on mukava nauttia ja

A: [.hhh [hhh

T: .hhh ja miten monella #o-um# jos aattelet kymmenen alkoholin ottokertaa ett kuin monella kerralla niistä sä, (.) sitten petyt ittees,

A: aina ku mä lähen yksin.

T: aina kun sä (lähet) yksin,

A: kyllä.

T: joo-o,

A: (1) tai sitt, (.) poikaporukalla,

T: joo,

A: se menee aina yli, (.) [aina tapahtuu jotakin.

T: [joo,

Tässä otteessa asiakas kertoo, että alkoholi yhdessä tietynlaisen seuran kanssa aiheuttaa tilanteen hallinnan karkaamisen käsistä. Tämä tarkoittaa humaltumista ja humalapäissä sekoilua. Myöhemmin asiakas tarkentaa, että alkoholilaadullakin on merkitystä: viinin tai muutaman oluen vielä hallitsee, mutta väkevämmät alkoholijuomat ovat yleensä liikaa.

Hallinnan tunteen menettämisen voi nähdä myös ennalta määräytyksi, jolloin hallitsemattomuus ei tunnu enää niin suurelta henkilökohtaiselta epäonnistumiselta.

## 6:74–87

A: .hhh toinen tapa mitä mä oon, (.) monesti miettiny että tää nyt on jostakin ulkopuolelta tullu, (.) -mmä tiedä, (.) mä en nyt nii hirveen uskovainenkaan oo mutt jos on joku sellanen joka sanoo että s-, (.) mitsä, (.) tämä mies pantiin tällä tavalla ajattelemaan nyt nämä asiat, (.) pysäyttämään,

T: mm-m.

A: (3) °pysäyttämään niinku° ((kuiskaten)), (.) totaalisesti niinku,

T: joo-o,

A: niinku tietylle rajalle ja miettimään nyt että mitä nytten tehdään näitten asioiden suhteen eteenpäin. (.) .hhh, (2) etten mä niinku silleen (ku se) miettii se rattijuopumuksenki niin .hhh, (2) en mä sitä niinkun silleen niin hirveen tjetosesti lähteny lakia siinä silloin rikkomaan että tuota, [(.) .hhh voisni sanoa että

T: [mm-m.

A: vahinko kun vahinko mutt kyllähän mä [(nyt) tiesin jo lähtiessä että saattaa tässä olla, (.) [.hhh mutta

T: [joo),

[joo.

A: en mitenkään niinku sillä lailla niinku (että), (.) mä en itteeni rattijuoppona pidä ((naurahtaen)) kuitenkaan että .hhh,

Vastoinkäymiset, kuten rattijuopumus, määrittyvät tässä otteessa enemmän sattuman tai kohtalon oikuiksi kuin henkilökohtaisiksi virheiksi tai epäonnistumisiksi. Asiakas ei kertomansa mukaan ”lähtenyt tietoisesti” rikkomaan lakia ja jäämään kiinni poliisiratsiassa – näin vain sattui käymään ”vahingossa”. Samalla kun vastuu omista teoista ja niiden seurauksista siirtyy jonnekin itsen ulkopuolelle, myös syy hallinnan tunteen menettämislle kiinnittyy johonkin itsen ulkopuoliseen voimaan. Koska vastoinkäymiset ovat ennalta tarkoitettu tapahtuviksi, eivät ne määrittelekään asiakasta epäonnistuneeksi tai aiheuta kuprua hänen oman elämän hallinnan kuvaansa.

Ajautumisdiskurssin sisällä erityisen mielenkiintoinen on se seikka, että terapeutti ei kertaakaan lähde tukemaan kuvatonlaista ”niin vain käy” -ajautumista. Selvästi yleisin reagoititapa on jälleen minimipalautte. Lisäksi terapeutti käyttää myös kyseenalaistusta sekä uutena reaktiona aiheen vaihtamista. Seuraavassa otteessa esimerkki molemmista.

## 8:111–136

A: se on jännä se tuli sitt se semmonen, (.) .hhh (1) ku oli taas, (.) kaks kolme kaljaa juonu siinä katottu peliä,

T: mmm.

A: tuli taas (tämmönen) ts- ts- ts- ((naksautteele kieltään)) .hhh se oli (aika) jännä, (.) sitt se pakotti niinkun tulemaan=tai se oli jännä=siinä yritti niinkun hallita mutt ei sille niinku,

T: joo,

A: mutt ei kum- johti, (.) ei mihkään silleen niinku johtanu mutta niinkun huvitti vaan että mä ( ) (no) voisni tuosta kuitata tuon tuon tuon ja ett kokeilla .hhh,

T: joo,

A: miltä se tuntu(u) näin ja, (.) sitten tämmöstä toimintaa tuli siinä, (.) (sinänsä mikä ei) johtanu mihinkään (ni) ihan selvästi kuitenkin ( [ ) ),

T: [mitä mitä sä teit,

A: mää, (.) mää kävin, (.) (niinku) sannonni sille kaverille että katoppa niin pannaanko vaikka viis naista tuosta että katotaan että, (.) suostuuvas- suostusivatko lähtee ni, (.) ihan tämmöstä näin .hh[h, (.) sitt

T: [mm.

A: (menee) jutustelee ja, (.) kaiken näköstä jotain, (.) runoja lausuu niille ((naurahtaen)) tai ihan mitä tahansa mitä nyt mieleen tulee ja [.hhh, (1) ((nielaisee)) puhetaitoselta ihmiseltä ni, (.) se oli kyllä

T: [mmm,

- A: jännä=ett sen yritti jotenkin hallita että lopeta ei tässoo mitään järkee, (.) .hh mutt ei niinkun pystyny sitte taas vaan toimimaan, [(.) mutt sitten taas ku se,  
 T: [mmm. kävit sä kaikki ne viis naista, (.) läpi,  
 A: e:n mä ehtiny viittä=ei viittä ollu, (.) kaks vai kolome,  
 T: joo, [(.) sie kävit kaikki(en kans),]  
 A: [°mä olin°, (.) (ni] ni ni), (.) ni .hhh,  
 T: joo.

Asiakas kertoo edellisen terapiatapaamisen jälkeen käyneensä istumassa iltaa ravintolassa, jolloin hän on myös pitkästä aikaa tullut testanneeksi taitojaan naisten naurattajana. Otteen alussa asiakas kertoo yrittäneensä hallita käyttäytymistään ja estää itseään, mutta ”jokin” ulkopuolinen ja hallitsematon lopulta ”pakotti” tapahtumaan sen, mitä tapahtui. Tässä vaiheessa terapeutti keskeyttää asiakkaan puheen kysymällä, mitä tämä sitten oikein teki. Käyttämällä sanoja ”sä teit” hän kyseenalaistaa tapahtumien ajautumisen ja aktivoi asiakkaan itsensä toimijaksi ja tapahtumien säätelijäksi. Asiakas vastaa terapeutin kysymykseen melko ylimalkaisesti. Ensin hän naurahtaen kommentoi, ettei tilanteessa loppujen lopuksi tapahtunut mitään sen ihmeellisempää. Sitten hän kuitenkin siirtyy päivittelemään käytöksensä järjettömyyttä, minkä johdosta hän yrittikin hallita itseään. Tämä ei kuitenkaan onnistunut, kuten asiakas jo aiemmin ilmaisi. Tässä vaiheessa terapeutti jälleen puuttuu asiaan kääntämällä puheen takaisin kyseisen illan konkreettisiin tapahtumiin. Puheenaihetta vaihtamalla hän yrittää selvittää, mitä asiakas todella on tehnyt. Terapeutin myötävaikutuksella tässä keskustelujaksossa asiakkaan aktiivisuus edellisen illan tapahtumissa korostuu, ja toiminnasta tulee tietoisempaa verrattuna tapahtumien passiiviseen ajautumiseen.

### **Riittämättömyysdiskurssi**

Riittämättömyysdiskurssissa asiakas joutuu toteamaan tutut ja kelvollisiksi koetut selviytymiskeinonsa riittämättömiksi uudenlaisten ongelmien käsittelyssä. Rationaalinen ajattelu ei enää toimikaan tunnemaailmasta kumpuavien ongelmien ratkaisemisessa. Myös aikaisemmat ongelmien ratkaisuyritykset osoittautuvat puutteellisiksi, kun negatiiviset muistot nousevat menneisyydestä vaivaamaan nykyhetken hallintaa. Asiakas uskaltaa asettua epäilemään aiemmin ylivertaisiksi luulemiensa selviytymiskeinojen

tehokkuutta. Asioiden puutteellinen hallinta aiheuttaa *riittämättömyyden* ja *vajavaisuuden* tunteen.

### 3:655–666

A: .hhh mää sen takia mä niinku lähinki tähän hommaan mukaan ku mä aattelin että jos se on edelleen tuolla jossain koteloituneena=(ett) mää en oo onnistunu sitten mä oon aina (koettanu) kuvitella että mä tuon hirviän suuren hhh ( )°, (.) °kaikista (ongelmillani)°, (.) ett mä löyvän sen,

T: mm-m,

A: °pystysin niinku ite työstään ja purkamaan°, (.) °ehkä mä° ehkä mää en niinku (hirveen), (.) sitä osaa sitten tai sitt mä suojelen sitä liikaa,

T: mm-m,

A: oon liian kiltti sille. (2) eli, (.) en niinku, (3) uskalla °ottaa riittävän pohjamutia myöten niitä asioita esille°, (.) °ja sillä lailla ( )°,

T: °mm-m°,

A: °joku pelottaa ottaa°.

Asiakas tunnustaa kyvyttömyytensä käsitellä menneisyyden muistoja ja niiden herättämiä tuntemuksia sillä tavalla, jolla ne hänen mielestään kuuluisi olla käsitelty. Toisaalla asiakas kertoo, että ”käsittelemättä” jääneet vanhat asiat ”ryöpsähtelevät” hallitsemattomasti etenkin alkoholin nauttimisen jälkeen. Hän myöntää, että toisin kuin hän on aiemmin luullut, hänellä ei ehkä sittenkään ole edellytyksiä käydä kaikkia muistoja läpi itsenäisesti. Tämän estää pelko tai rohkeuden puute.

Edellä olleessa otteessa terapeutin antama palaute oli minimaalista, mikä on yleisin reagoititapa myös tämän diskurssin kohdalla. Myös tukeminen ja kyseenalaistaminen ovat kuitenkin riittämättömyysdiskurssin kohdalla tavallisia ja suhteessa toisiinsa yhtä usein käytössä.

### 9:688–713

A: mun, (2) osaltani ei kait oo koskaan ainakaan vielä ollu puutetta siitä että älyllinen toiminta, (.) olisi kohannut rajansa,

T: °mm°.

A: tai voittajansa tai mitä tahansa ihan mitä tahansa,

T: mm,

A: m:utta m:un osalla lienee, (.) nyt, (.) kysymys, (.) vain, (.) siitä, (.) että .hhh, (.) mä, (.) en, (.) en osaa, (.) tai en, (.) uskalla tai en, (.) kykene tai mitä tahansa siltä väliltä tai näitten ulkopuolelta näihin liittyen niin, (.) en osaa .hhh puhua tunteistani, (.) ja niitten vaikutuksista.

T: (1) °mm-m°.

A: (4) eli:

T: (2) .hhh tää on varmaan asia jota meidän pitää tutkia,

A: niin, (.) sitä mää tarkotin sillä että mun pitäs, (.) ( ) (ett) kyll mää uskon et [tä mää ne tunnistan

T: [°mm°.

A: rationaalisissa ajatuksissa että mää en niistä osaa, (.) enkä uskalla, (.) [hhh, (1) ja sitten kun sää, (.)]

T: [°mm°, (2) öö sää juuri sanoit,]

A: lähet, (.) sinne sillä lailla että sää löydät jonkun, (.) .hhh tavan jolla mää joudun niitä lähestymään ja ne liikahtaa ja mä rupeen niistä ite puhumaan niin ne varmasti saa hämmennyksiin,

T: °mm°,

- A: (5) (mutt siis [valat sie] näistä] l:aatan, (.) (taas tällasen) mosaiikin taas (joka) sinua hallitsis-[i,  
 T: [sä juuri, (.) °mm°.] [sähän  
 juuri puhuit tunteista, (2) huomasit sä, (.) .hhh sanoessasi että se on, (.) sä et uskalla .hhh niin sä ker-  
 roit jotakin omista tunteistas.  
 A: niin tavallaan, (.) kyllä.  
 T: °mm-m°. (1) ei, (.) ei minusta se oo ongelma, (.) vaan ongel-, (.) ongelma on tavallaan se ett ett no nyt  
 meidän vaan täytyy tätä ((”naukumalla”)), (.) tutkailla, (.) tai ei se ees oo ongelma, (.) meillä on tässä  
 nää a-, (.) näitä asioita pöydällä.

Tämän otteen aluksi asiakas pukee sanoiksi perimmäisen ongelmansa: rationaalinen ajattelu häneltä kyllä onnistuu, mutta tunnepuolen käsitteleminen ei. Toisin sanoen älyllinen kapasiteetti on kyllä olemassa, mutta asiakas ei mielestään osaa hyödyntää sitä tunteidensa käsittelyssä. Terapeutti tukee ensin asiakkaan ongelmanmäärittystä kevyesti nostamalla sen asiaksi, jota heidän terapiassa ”pitää tutkia”. Tutkia-termin käyttäminen on erityisen mielenkiintoinen sanavalinta suhteutettuna siihen tosiasiaan, että asiakas on korkeasti koulutettu ja tehnyt paljon tieteellistä tutkimusta. Asiakas jatkaa korostamalla, että hän on kyllä rationaalisuutensa avulla tunnistanut heikkoutensa ja tunnustanut sen ongelmaksi. Tässä vaiheessa terapeutti tekee päällekkäispuheella ensimmäisen yrityksen keskeyttää asiakkaan puhe. Asiakas kuitenkin jatkaa antamalla palautetta terapeutille. Hän epäilee joutuvansa hämmennyksiin sen vuoksi, että terapeutti on saanut hänet puhumaan tunteistaan. On kuitenkin huomattava se, että asiakkaan tässä käyttämä ”sä” voi olla myös englannin kielestä suomenkin kieleen pesiytynyt passiivimuoto, jolloin puhe ei olisikaan kohdistettu terapeutille, vaan voisi tarkoittaa asiakasta itseään. Asiakkaan puheenvuoroa seuraavan pitkähkön tauon (5 sekuntia) jälkeen asiakas jatkaa (mahdollista) palautteen antamista kielikuvalla, jonka merkitys jää epäselväksi, sillä terapeutti yrittää jälleen keskeyttää asiakkaan lopulta siinä onnistuen. Terapeutti kyseenalaistaa omassa puheenvuorossaan asiakkaan osaamattomuuden huomauttamalla, että asiakas juuri ongelmasta kertoessaan tuli puhuneeksi tunteistaan. Asiakas myöntää asian epävarmasti, jonka jälkeen terapeutti vielä erikseen varmistaa ongelmallisuuden purkamisen. Näin terapeutti hylkää asiakkaan rakentaman riittämättömyyskokemuksen.

#### 11:251–269

- A: tuli sitt yhdessä välissä että, (.) nyt on niin paljon informaatio( ) mää en enää hallitte, (.) mää en  
 saa niitä loogiseen järjestykseen en millään tavalla kuvattuu .h [hh ja semmonen viis minuuttia oli  
 T: [joo.  
 A: semmonen tunne että, (.) niinkun että (kaaos), (.) kaikki,  
 T: joo-o,  
 A: että, (.) että helvetti soikoon että,  
 T: serveri romahtaa,  
 A: niin, (.) serveri siis tuli tällänen ((naurahten)) tunne ja se oli siis, (.) .hhh karsee tunne siis,  
 T: joo.

- A: ja se kesti puoli (tuntia) ( ) ja sitt piti vaa, (.) alottaa taas ja, (1) ja maanantaina oli, (.) tilaajalla, (.) raportti mistä ne sano että he saivat enemmän kun he odottivat .hh[h, (.) ( ), (.) mutta, (.)
- T: [°mm°. (1) mutt, (.) nii-in. (1) ( ),]
- A: mua pelottaa vaan se ett jos sijeltä tulee sieltä .hhh, (.) niin paljon ett mä en hallitse sitä ja, (.) paneeko se vintin sekasin,
- T: joo. (.) eli oletat sää ett ett tossa, (.) mikä liittyy sun työhön niin, (.) kun sä otat pienen aikalisän, (.) niin se aineisto on nyt sellasta kuitenkin mitä sä oot tottunu käsittelemään [(mutt) onks se vähä että jos
- A: [mm,
- T: sulle tulee tää tunneaineisto niin se on .hhh sulle myöski semmosta jota sä et oo varma että osaatko sä sitä ylipäänsä käsitellä,=
- A: =sitä juuri,
- T: (1) joo.

Tässä otteessa on hyvin pitkälle kyse samasta asiasta kuin edellisessäkin katkelmassa. Asiakas aloittaa kertomalla työhön liittyvästä tapauksesta, jonka yhteydessä hän ei enää kyennytkään vastaamaan tilanteen vaatimuksiin totutulla tavalla. Informaatiotulva ja kykenemättömyys sen hallintaan aiheuttivat ”kaaoksen”. Terapeutti tukee tätä hallinnan menettämisen tunnetta humoristisella vertauksella tietotekniikkamaailmaan. Asiakas ottaa vastaan tämän vertauksen ja jatkaa kertomustaan tilanteen hallintaan saattamisesta. Hetkellisen pärjäämisen ja hallinnan esiintulon jälkeen puhe kääntyy kuitenkin jälleen pelkoon hallinnan uudesta menettämisestä ja tätä myötä pään sekoamisesta. Terapeutti tukee jälleen tätä hallitsemattomuuden pelkoa yhteenkokoavalla uudelleenmuotoilulla. Näin tässä otteessa pelko hyviksi havaittujen selviytymiskeinojen riittämättömyydestä ja hallinnan tunteen menettämisestä määritellään yhdessä ongelmaksi.

## Kapinallisuusdiskurssi

Tässä diskurssissa asiakas palaa menneisyyteen etsiessään selityksiä nykyhetken hallitsemattomuuden tunteelleen. Hän kokee lapsuudessaan ja nuoruudessaan jääneensä paitsi jostakin tärkeästä, mikä on saanut hänet etsimään lohtua huolettomasta alkoholinkäytöstä. Aikoinaan riehakas elämä on ollut kapinointia ulkopuolelta asetettuja rajoja vastaan, mutta sittemmin käytös ei enää ikään suhteutettuna tunnu mielekkäältä. Alkoholinkäytön hallitsemattomuus rakentuu näin opituksi tavaksi, jolle löytyy menneisyydestä anteeksiannettava selitys, mutta joka myöhemmällä iällä on epämieluisa ja kyseenalainen tapa. Tällainen *jännityshakuisuus* ja *kapinallisuus* voidaan yhdistää myös

asiakkaan näyttämö- ja erämaavaellusharrastuksiin, jotka ovat ravintolailtoja mielekkäämpiä ja hyväksyttävämpiä keinoja vastaavanlaiseen rajojen testaamiseen.

Kapinallisuuskurssi poikkeaa ajautumis- ja riittämättömyysdiskursseista monessa suhteessa, mihin palaan vielä myöhemmin tutkielman pohdintaosiossa. Kapinallisuuskurssi on myös hallitsemattomuutta kuvaavista diskursseista vähiten käytetty, mutta erityislaatuudellaan selvästi erottuva. Terapeutin reaktioiden suhteen kapinallisuuskurssi ei juurikaan poikkeaa muista hallintaan saattamista estävistä diskursseista. Ainoastaan terapeutin tuki rakentuu hieman eri tavalla, sillä se ei ole niin ilmeistä. Tukeminen tapahtuu ikään kuin pienellä viiveellä, mistä esimerkki seuraavassa otteessa.

### 3:390–417

A: koska mä on semmonen hulivili sitt tässä näyttämöllä selvinpäin ja,

T: joo.

A: harra- osaan sen tehdä ja, (.) muut tykkää muut tykkää kuun [nella si-,

T: [ja se on myös tämä, (.) sama puoli,

A: m:ä luulen, (.) luulen että se on [se, (.) sama puo]li .hhh, (.) koska tämmöstä herkkyyttä ja tämmöstä

T: [°joo°, (.) joo.]

A: runonlausuntaa ja näyttelemistä ni sitä se ei=sitä katottiin niinku siinä mun lapsuuen aikana niinku hirveen karsaasti .hhh, (.) ne oli (a-), (.) ne oli aika kovia silleen nää ihmiset keitten (välillä) mä elin että mä luulen ett s:- .hhh, (.) sille ei niinku löytyny sitä sijaa sillon, (.) ja sitten sitä etittiin niinku viinapullon kautta sitä semmosta, (2) hauskuutta ja, (.) hauskaa tekemistä,

T: joo.

A: mä luulen jotakin tällasta, (.) ja sitt se tuli niinku tavaks .hhh,

T: mm-m.

A: °lähtee sitten ( )°,

T: ym-m,

A: mä luulen ett se on aika merkittävä merkittävä ((naurahtaan)) osa=kuitenkin semmonen .hhh joka haluais tehdä eniten mitä mä haluaisin, (.) oisin halunnu enimmäkseen kai tehdä,

T: °joo°.

A: (1) mutt jota ei tullu koskaan, (.) tehtyä. (2) nä- näin mä luulen, (.) mutt ehkä mä kuvittelen liikojakin .hhh.

T: °ee°, (.) älä kuvittele°[kyllä minusta (nyt) kuu]lostaa tuota niin, (.) varsin, (2) °tarkalta kuvaukselta°.

A: [nii-in, (.) niin.]

°joo°. (.) joo°, (3) °mä niinku mun omia lapsiani katon niinku tuota että°, (1) °ku niillon hirvee vimmasta päästä näyttämölle ja esiintyä ja muuta nin tuota°, (.) °sitt ne on kaikki aika herkkiä myös että ne vaatii sitä tukemista ja läheisyyttä nin° .hhh, (.) °kyllä ne saa sitä niin paljon kun haluaa ja°, (.) °saa tehdä (just) ( )°, (1) °että se ett jos ei nyt matematiikka niin koulussa tai englantia niin hyvin se menee kaikilla (tietenki) sekin hyvin mutta tuota että° .hhh °ei se nyt maailmaa kaada°,

T: °mmm°.

Edellä olevassa katkelmassa asiakas kertoo näytelmäharrastuksestaan. Hän epäilee, että näyttämöllä samoin kuin kapakoissa huvitellessaan hän toteuttaa itsessään sitä ”hulivili”-puolta, jota lapsuudenperheessä ei tarpeeksi osattu arvostaa. Näytelmäharrastusta ei aikoinaan hyväksytty, joten asiakas etsi uusia hauskanpitoaikoja alkoholin avulla. Ajan myötä tämä muodostui sitten ”tavaksi”. Asiakkaan pitkähkön tilityksen



aikana terapeutti ei ole antanut kuin minimipalautetta sen suuremmin kantaa ottamatta, minkä johdosta asiakas alkaa epäröidä ja vähätellä tulkintansa arvoa. Tässä vaiheessa terapeutti herää tukemaan asiakkaan kertomusta ja sen toden tuntua. Tämä innostaa asiakkaan hetken kuluttua jatkamaan lapsistaan ja näiden innostuksesta esiintymiseen. Asiakas kertoo yrittävänsä tukea lastensa harrastusta ja antaa ymmärtää tekevänsä parhaansa taatakseen lapsilleen erilaisen lapsuuden kuin mitä hänellä itsellään on ollut. Otteessa syntyy onnettoman lapsuuden kokeneen, mutta sittemmin itsenäisen ja omillaan toimeen tulevan asiakkaan kuva.

## 4:605–636

- T: .siis mmm no mikä se, (.) elämätön asia siinä nuoruudessa olis sitten,  
 A: ei ollu nuoruutta,  
 T: ei ollu nuoru[utta, (5) min-minkä asioiden yli sä hyppäsit, (1) sieltä lapsuudesta jos, (.) jos aatellaan  
 A: [mmm.  
 T: ett sun nuoruudesta jäi jotaki elämätä,  
 A: (4) k:ai sieltä jäi kaikki normaali mitä lapset tekee.  
 T: eli,  
 A: leikkiminen, (.) .hhh vanhempien kanssa leikkimiset:=s:emmosta rakkauden tuntemista, (.) vanhempien ja lapsten välillä, (2) kaikki nämä jos on pois ni,  
 T: (1) °ym°,  
 A: (2) ((maiskauttaa)) (1) ystävät, (.) jotenki vanhemmat halus eristää ett meillä ei saanu olla silleen hirveesti ystäviä ett, (.) (meiän) piti vaan lukee ko- koulukirjoja aina °ett siihen (tuli ehkä)°,  
 T: °mmm°.  
 A: kaikki nuo (jäivät) pois nin,  
 T: mmm. (1) .hhh toisaa(itahan sä oot) kertonu sem- semmosia asioita mitä, (1) mitä nuoret on, (.) aina tehny ett ett tiettyä sellasta pahantapasuutta, (.) yiinan kans läträämi-[stä, (.) semmosten opettelua ett  
 A: [just just no se oli ( ), (1) sanotaan se,]  
 T: eiks (ne) ek-]eks sä nää että ne ois semmosia nuoruusikäste [n ( ),  
 A: [on, (.) joo. (.) sanotaan, (.) lapsuus sitten.  
 T: lapsuus, [(niin, (.) joo.)  
 A: [joo. (.)] joo, (.) joo ky:llä mä sittä kun mä siinä lähin niin (se)=aika nuorena sinällänsä vois sanoo vaikka fyysisesti asuin kotona ni, (.) tuota aika paljon olin poissa sitten °kavereitten kanssa°,  
 T: joo.  
 A: °elin omaa elämää[ni=kävin jo töissä ja°]  
 T: [.hhh niin ett ett sää] tuota niin hajit, (1) hajit semmosen nuor-, (.) nuorisoryhmän johon sä kuuluit ja [ett ett sä, (.) s- s:ulla tavallaan niinku oliki itse asiassa nää nuoruuden asiat, (1)  
 A: [joo.  
 T: ehkä enemmän kohallaan kun mitä sä oot ajatellu ja (s-),  
 A: varmaan näitten kavereitten kautta=vielä sattu hyvä kavერიпиiri että siinä ei mitään sem[mosta ny  
 T: [°joo-o°.  
 A: kuitenkin ällyttömiä [tehty mitä veljeksillä sattu sitten olemaan ni[issä omissa ryhmissään että,  
 T: [°joo°. [°mmm°.

Tämän otteen aluksi terapeutti palaa asiakkaan hieman aiemmin esille tuomaan oletukseen, jonka mukaan railakkaalla alkoholinkäytöllään tämä korvaa niitä kokemuksia, joita hänen ei nuoruudessaan sallittu kokea. Terapeutti haluaa tietää, mitä tällaiset kokemukset tarkemmin ottaen oikein olivat. Pienen pohdinnan jälkeen asiakas kertoo jää-

neensä paitsi kaikista ”normaaliin” lapsuuteen kuuluvista asioista ja tukee kertomustaan esimerkein. Tässä vaiheessa terapeutti huomauttaa siitä ristiriitaisesta seikasta, että asiakas on aiemmin kertonut asioita, jotka terapeutin mielestä ovat nimenomaan normaaleja nuoruuden kokeiluvaiheeseen kuuluvia asioita. Tämä saa asiakkaan korjaamaan lausuntoaan siinä suhteessa, että onneton ikäkausi menneisyydessä onkin ollut lapsuus. Terapeutin esittämä kyseenalaistus saa asiakkaan myös jatkamaan tämän aloittamaa nuoruuden normalisointia: hän kertoo itsenäistyneensä ja opetelleensa pärjäämään omillaan varsin varhain. Terapeutti vielä suitsuttaa pärjäämisen tunnetta entisestään tukemalla puolestaan asiakkaan nuoruusiän normalisointia. Asiakas päättää katkelman vielä todistamalla, että nuoruusiän ”sekoilut” olivat loppujen lopuksi viatonta jännityksen ja hauskan etsimistä. Tässä otteessa rakennetaan yhdessä kuva jännityshakuisesta, mutta ennen kaikkea onnettomista kokemuksistaan kunnialla selvinneestä asiakkaasta.

Kapinallisuusdiskurssin erikoisuus on sen jonkinasteinen toimijuuden tietoisuus tai tahallisuus. Jännityksen etsiminen ja rajojen testaaminen antavat ymmärtää, että toiminta on ainakin jossain määrin harkittua. Tämän taas voisi käyttäytymisen hallitsemattomuuden sijaan mieltää nimenomaan sen hallinnaksi. Miksi kapinallisuusdiskurssi sitten on hallinnan tunnetta *estävien* diskurssien joukossa? Päällimmäisin perustelu tälle jaottelulle on se, että asiakas ei itse koe kapinallisuusdiskurssin kuvailemaa käyttäytymismallia sellaiseksi osoitukseksi omasta elämänhallinnasta, josta olisi syytä olla ylpeä. Asiakas ei pidä kuvailtua käyttäytymistä nykyiselle iälleen ja asemalleen sopivana, vaikka nuoruudessa tarkoitusperät kenties olivatkin vielä viattomat. Hän kokee asian nykyään ongelmaksi, jolle olisi syytä tehdä jotain. Tässä mielessä käytös ei siis toistaiseksi ole omassa hallinnassa, ja näin ollen kapinallisuusdiskurssin paikka muiden hallinnan puutteesta kertovien diskurssien joukossa lienee oikeutettu.

## Hallinnan tunnetta tukevat diskurssit

### Rationaalisuusdiskurssi

Rationaalisuusdiskurssi on erityisen keskeinen asiakkaan puhuessa työstään ja koulutuksestaan. Tällöin käy ilmi, että hänellä on erityinen ”rationaalisuuden lahja”, jonka avulla hän on selvinnyt opiskelussa ja työelämässä keskimääräistä paremmin sekä saavuttanut menestystä ja arvostusta laajoissa piireissä. Rationaalisuus esiintyy eräänlaisena yleisavaimena kaikkiin ongelmiin ja tilanteisiin. Sille ei myöskään toistaiseksi ole tullut vastaan rajoja, vaan sillä voi käytännössä selvitä mistä vain. Hallinnan tunteen selittää rationaalisuus, kyky *järkiperäiseen* ja *asialliseen* tilanteiden arviointiin.

Terapeutin reaktiot rationaalisuusdiskurssin sisällä ovat varsin kirjavat. Hän antaa sekä minimipalautetta että ohjaa aktiivisemmin keskustelun jatkoa kyseenalaistamalla, tukemalla tai aihetta vaihtamalla. Minimipalautte on jälleen yleisin reagoititapa, mutta ei niin ilmiselvästi kuin joidenkin toisten diskurssien kohdalla.

#### 2:530–553

- A: sitä mä oon niinku sen nuorimman pojanki kanssa, (.) aina, (.) toivonu ett, (.) tai toivon tai mä uskon niin että ku seki on ihan fiksu ja muuta (ett) ossaa että se sen [keskittymisesä löytää kun, (.) .hh aika
- T: [joo.
- A: tekee, (.) ja saa sen [sen turvan ja sitten, (.) saa niitä onnistumisen elämyksiä jotaki kautta niin.
- T: [°joo.° joo.
- (1) sulla on, (.) oman kokemuksen kautta vahva usko siihen että kun, (.) sen oman, (.) reitin siihen tietoon löytää niin sitten,
- A: kyllä.
- T: sen saa haltuusa.
- A: kyllä.
- T: °joo°,
- A: ja mä uskon että joka ikisellä ihmisellä on °siihen mahdollisuus°,
- T: °joo-o°,
- A: että on ihmisiä joilla on, (.) mahdollisuus, (1) niinku käyttää, (.) aivoja jostakin syystä niinkun paremmin kun joillakin toisilla mutt kaikilla on siihen °mahollisuus jos haluaa yrittää°.
- T: mm.
- A: °kyll mää niinkun uskon niin°. (.) [.hhh jotkut pääsee pidemmälle ja kaikkien ei tarttee mennäkkään
- T: [°joo°.
- A: niin pitkälle ku jotkut menee mutta että sillä tasolla kun on niin pystyy aika hyvin yhdistämään ja käyttämään tietoa hyväkseen,
- T: °mm°,
- A: ja tekemään niistä johtopäätöksiä että,
- T: °mm-m°.

A: (2) mutt (kyll) mää mää niinku tosiaan °usko(n niinku siihen)°, (.) tietyllä tavalla, (.) ja toisaalta niin myös yliopistoaikana (ja muuallakin) tuntuu hirveen vaikeelta jotkut asiat .hhh, (.) mutta kun, (.) m:ietti ja rupes pohtimaan ni ei se, (.) m-mää en löytäny liian vaikeeta asiaa,

Asiakas on juuri kertonut oman selviytymistarinsa ja jatkaa toivovansa, että oma poika aikanaan keksii tiedon hyödyntämisen taidon yhtä tehokkaasti. Terapeutin tekemä asiakkaan puhetta tukeva uudelleenmuotoilu innostaa asiakkaan jatkamaan vielä näkemystään rationaalisuuden hyödyntämisen mahdollisuuksista. Rationaalisuus esiintyy taitona, jonka sisäistäminen on kaikille periaatteessa mahdollista, mutta jota kaikki eivät kuitenkaan samassa mittakaavassa pysty hyödyntämään. Asiakkaan viimeisestä puheenvuorosta todentuu implisiittisesti, että hän itse kuuluu niiden armoitettujen joukkoon, jotka rationaalisen yliveraisuutensa ansiosta selviävät mistä tahansa.

Rationaalisuusdiskurssiin kytkeytyy vahvasti puhujan yliveraisuus verrattuna niihin, jotka eivät samassa määrin osaa tai pysty hyödyntämään rationaalisia resurssejaan.

### 3:635–642

A: toisaalta sitten ensimmäisessä avioliitossa erkaannutti sitte taas lisää että,

T: °mmm°.

A: °hyvin voimakkaastikin erkaannutti sitten (tuota noin)°,

T: °mmm°.

A: (2) °huomas että tää mun ajattelukyky onki sitten jotakin°, (1) °vaikka mä nyt sen ite sanon niin erikoista ( ) siis°, (.) °tapa ajatella kyky ajatella°, (.) .hhh °kyky yhdistää asioita=tehä niistä johtopäätöksiä niin tuota°, (.) °se sai arvostusta°, (.) .hhh °ja saa edelleen arvostusta nin°, (2) °s:e°, (3) ajat(.)telun tavan, (3) kehittyminen niin taas toisaalta=m:ä luulen ett se (luo-) anto mulle niinku semmosta itsetuntoa enemmän tehdä ratkasuja että .hhh,

Otteessa asiakas antaa ymmärtää, että hänen rationaalinen ajattelukykynsä oli eri tasolla vaimon ajattelukykyyn verrattuna. Asiakkaan rationaalisuudellaan saavuttama tunnustus ja arvostus erkaannuttivat hänet vaimosta, joka ei pystynyt samalla lailla luomaan uraa. Älyllisten resurssien kehittyminen ja sen myötä saavutettu menestys toisaalta kasvattivat asiakkaan itsetuntoa ja auttoivat häntä tekemään elämäänsä liittyviä vaikeitakin päätöksiä.

Samanlainen rationaaliseen ajatteluun liittyvä yliveraisuus ilmentyy toisaalla terapiassa asiakkaan itse kertomana taipumuksena ”pelata” toisten ihmisten kanssa. Hänellä on taito ”tunnistaa toisten heikkouksia” ja käyttää niitä hyväkseen. Tässä suhteessa rationaalinen yliveraisuus määrittyy asiakkaan mielestä kyseenalaisena taitona, ja hän ilmaiseekin huolensa taipumuksensa hyväksyttävyydestä.

## Uskaliaisuusdiskurssi

Uskaliaisuusdiskurssissa hallinnan tunne syntyy henkisestä vahvuudesta, joka mahdollistaa uskon valoisampaan tulevaisuuteen ja ongelmista selviytymiseen. Vaikka nykyhetki ja lähitulevaisuuskin voivat näyttää pelottavilta tai epävarmoilta, henkisten ominaisuuksien avulla luottamus itsenäiseen pärjäämiseen ja vaikeuksien hallintaan saattamiseen säilyy. Avainsanoja ovat loppuun asti yrittäminen ja taisteleminen: hallinnan tunteen mahdollistavat *rohkeus* ja *periksiantamattomuus*.

Terapeutin reaktiot henkisen vahvuuden diskurssissa painottuvat kantaaottamattomaan minimipalautteeseen sekä ehkä hieman yllättäen kyseenalaistukseen. Myös tuki ja aiheen vaihtaminen tulevat kysymykseen, mutta edellä mainittuja huomattavasti harvemmin.

### 5:502–512

T: m:iten, (1) uhkaavaksi sä mahdat tuntea, (.) olos, (.) sen suhteen ett jos sä alat muuttua, (.) ja sä et tiedä mihin tää muutos sua vie,

A: (1) ei mua pelota, (.) °e:n mä usko että se muuttaa ett kyll mää tuota°, (2) ((maiskauttaa)) (1) °uskon että mä pystyn hallitsemaan siis: kai(1)kki positiiviset ja negatiiviset°, (.) °as-°, (.) kyll mä kuitenkin uskon että mä oon, (.) °ihmisenä kuitenkin=vaikka nyt ( ) töpeksii ja sattuu nin°, (.) °alkoholin a- vaikutuksen alana tai°, (.) .hhh (.) °no lähinnä ( )° ((kolahdus)) (mutta) mä pystysin ne niinku, (1) hallitsemaan,

T: (1) joo.

A: .hhh kaikki uusi=mä uskon mä oon aika rohkee kuitenkin,

T: (1) joo.

A: (1) niin fyysisessä suorituksessa kun, (1) °myös: uskoakseni henkises [sä°.

T: [°joo°.

Edellä olevassa otteessa asiakas kertoo olevansa niin rohkea, että tulevaisuus ei pelota. Vaikka virheitä elämänpolun varrella on tullutkin tehtyä, on usko omaan hallintaan säilynyt järkkymättömänä. Mitä tulevaisuudella sitten onkin tarjota, ei mistään ole mahdotonta selvittää. Mikään ei kerta kaikkiaan pysty murtamaan asiakkaan hallinnan kuorta. Tässä tapauksessa terapeutti ei ota kantaa asiakkaan puheenvuoroon useammistakin väliintulon mahdollistavista tauoista huolimatta.

Seuraavassa otteessa asiakas kertoo ensimmäisen tapaamisen herättämistä ajatuksistaan toisen istunnon aluksi.

## 2:210–228

T: siitä ei niinku mikään ahdistus lauennu [päälle tai,]

A: [e:i, (.) en] mää, (.) en, (.) usko että hhh, (.) tää on taas vähä=onks tää (ny) härskiä sanoo mutta en mä usko että minulle, (.) semmosta asiaa tapaus että sais semmose jonku ahdistuksen [.hhh mää luulisin (saavan) enemmän taistelijaa esille että,

T: [joo, °mm°.

A: (1) että kuhan mä saisin vaan ne kaiveltua niin että mä taistelisin ite kaikki selväks itelleni.=

T: =°joo mutt mutt° mitä jos, (.) mitä jos tän kaiken hinta, (.) tän tutkimisen ja selvittelyn hinta on ett tuota sä saisit mahollisesti, (1) näitä sun, (.) hallitsemattomia käyttäytymistapoja hallintaan, (.) mutt sen hinta ois että sä ahdistusit toisinaan, (2) [ois- ois- oisit sä,]

A: [mitä se tarkoittaa] se ahdistus,

T: oisit sä sen valamis maksamaan,

A: mitä se tarkoittaa se ahdistus,

T: pahaa oloa,

A: ett sitä tulis välillä mutta mutta, (.) mutt eikö se oo semmonenkin se paha olo että onhan sitä välillä ollu, (.) itte kullakin että, (.) mutta eikö senkin voi voittaa että, (.) .hh eikö sii-[henkin (löydy,)]

T: [(nii) mä mä] ymmärsin että sulla ei oo mitään tämmösiä,

A: ei ainakaan nyt ollu viime viikon jälkehen,

T: joo.

Asiakkaan puheessa ahdistumisen mahdollisuuskin on aluksi yhteensopimaton hänen ”taistelijan” luonteensa kanssa. Hän on tottunut selviämään kaikista vastoinkäymisistä itsenäisesti ja on tavallaan negatiivisten tunnekokemustenkin yläpuolella. Jo ahdistus-termikin tuntuu aluksi vieraalta. Terapeutin hienovaraisen kyseenalaistuksen jälkeen asiakas myöntää ahdistumisen mahdollisuuden, mutta korostaa edelleen kykenevänsä selviytymään tästäkin vastoinkäymisestä. Henkinen vahvuus rakentuu tässä samalla lailla ylivertaiseksi kuin rationaalinen ajattelukin: mikään ei ole mahdotonta ja kaikesta on mahdollista selvitä. Itse asiassa otteen suorassa jatkossa asiakas siirtyy korostamaan rationaalisia selviytymiskeinojaan, joiden avulla hän ”löytää väyliä” ulos ahdistusta ja pelkoa synnyttävistä tunnetiloista.

Seuraavassa otteessa asiakas ottaa puheeksi henkisen vahvuuden ja ylivertaisuuden huonon puolen, josta mainittiin jo rationaalisuusdiskurssin kohdalla. Otteessa mainittava elokuva (Will Hunting – syntynyt neroksi) on asiakkaalle annettu ”kotitehtävä”.

## 3:775–802

A: sä oot varmaan jo huomannu sitten tollane että, (.) (ku mä), (.) tää on mun oma näkemys että, (.) .hhh siinoli siinä elokuvassa oli nimittäin mielenkiintonen,

T: nii-in,

A: (1) °asia°, (.) se kaveri pelas niitten ihmisten kanssa=mullon sama tyyli=mä teen sitä kans aina,

T: no pelaatko sä mun kans,

A: ehkä jonkin verran, en [tiedä].

T: [joo. (.) no, (.) kerro sitten siitä ku haluat.

A: nii, (.) niin, (.) mutt en en mitenkään pahasti mutt jos se on, [(.) heikko-, (.) mää, (.) nimittäin

T: [joo.

A: heikkoudet tunnen ja mä osaan käyttää niitä hyväkse[ni .hhh, (.) joku kyky tunnistaa niitä ihmisiä,

T: [joo.

- A: [(.) kyky löytää ihmisistä erilaisia puolia nopeasti ja,  
T: [°joo°, joo.  
A: käyttää niitä hyväkseni.  
T: nii ett sä (aina) jonkun verran samaistut tähän, (.) Will Huntingiin,  
A: no se on mä, (.) mä niinku ajattelin toisin päin, (.) että Will Hunting on samaistunu minuun mutta ((molemmat nauravat)) mutt joka on mahdottomuus mutta mä tojvon että se olis, (.) näin päin [.hhh  
T: [joo,  
((huvittuneena))  
A: mutta tuota, (.) semmonen peluri mä, (.) en tava-, (.) en vaarallisella tavalla mutta [että jos se on  
T: [joo-o.  
A: niinkun n-, (.) vuo-, (.) mutt sanotaanko että (siis sanoin), (.) (mun mielestä)[että,  
T: [.hhh se, (.) niin. (.) #öö#  
on-, (.) onko se osa niinku tavallaan itse asiass tämmöstä, (.) .hhh sosiaalista taitoo kuitenkin että,  
A: niin varmaan on, (.) ja must se on, [(.) hyvä,]  
T: [ja ja jo]ka, (.) joka on tärkeä osa itse asiassa että osaa niinkun, (1)  
kuunnella toisia,  
A: mm,

Tässä otteessa asiakas nostaa innokkaasti esiin uuden puheenaiheen vertaamalla itseään mainitun elokuvan päähenkilöön. Will Huntingin tavoin asiakas kokee ”aina” ”pelaavansa” ihmisten kanssa. Terapeutti varmistaa lausuman paikkansapitävyyden kysymällä, koskeeko ”pelaaminen” myös terapiatilannetta ja terapeuttia itseään. Asiakkaan epämääräistä vastausta seuraavan terapeutin kommentin voisi ensikatsomalta tulkita lähinnä ivalliseksi. Lausuma antaa joko ymmärtää, että aiheesta ei ole syytä jatkaa nyt, vaan joskus myöhemmin tai – vaihtoehtoisesti – aihe olisi syytä käsitellä loppuun nyt, kun se kerran on otettu esille. Asiakas valitsee jälkimmäisen vaihtoehdon ja alkaa puolustella toimintansa tarkoituksensa. Hän huomauttaa, ettei toimi ”pahasti” tai ”vaarallisella” tavalla. Hän myös huomaa, että hänellä onkin itse asiassa kyky tehdä havaintoja toisista ihmisistä ja toimia näiden havaintojen pohjalta. Tätä kykyä terapeutin lähtee tukemaan nostamalla sen osaksi ”sosiaalista taitoa” ja onnistunutta kanssakäymistä. Näin haitallinen ja ei-hyväksyttävä toisilla ihmisillä ”pelaaminen” on yhdessä muotoiltu hyödylliseksi ja hyväksyttäväksi sosiaalisesti taidoksi.

## Tukeutumisdiskurssi

Hallinnan tunteeseen liittyvässä puheessa on yleisesti ottaen hyvin vähän viittauksia yksilön ulkopuolisiin tekijöihin. Hallinnan tunne syntyy pääasiassa yksilön sisäisistä ominaisuuksista – rationaalinen ajattelu tai henkinen kantti – ja niiden vahvuudesta.

Toisinaan sisäiset prosessit kuitenkin edellyttävät tiettyjä ulkoisia puitteita onnistuakseen. Tällaisia ulkoisia tekijöitä ovat esimerkiksi nautittavan alkoholin laatu ja määrä sekä seura. Ulkoiset tekijät tuovat rajoja elämään ja ohjaavat asiakasta oikeaan suuntaan käyttäytymisensä hallinnassa. Hallinnan tunteen mahdollistavat ulkopuolelta tulevat *rajat ja säätely*.

Hallinnan tunne siis rakentuu suhteellisen harvoin suoraan ulkoisille tekijöille. Pikemminkin tällainen hallinnan tunteen muodostuminen todentuu käänteisesti: hallinnan tunne katoaa tietynlaisessa seurassa ja tietynlaisesta viinasta (ks. ajautumisdiskurssi), joten asiat ovat siis hallinnassa, kun tilanne ei ole tällainen. Terapeutin yleisimmät reaktiot tällaiseen ulkopuolisten tekijöiden avulla syntyvään hallinnan tunteeseen ovat neutraali minimipalaute sekä tukeminen. Sen sijaan kyseenalaistus puuttuu terapeutin reaktiovalikoimasta tyystin. Tähän tulokseen täytyy kuitenkin suhtautua hyvin suurella varauksella, sillä tukeutumisdiskurssi on hallinnan tunnetta tukevista diskursseista selvästi vähiten käytetty, eikä sen käytöstä siis voi esittää kovin pitkälle meneviä päätelmiä.

Seuraavassa asiakas muistelee nuoruusvuosien hauskanpitoa ja vertaa omia muistojaan veljensä kokemuksiin.

#### 10:434–452

A: no (mä oo) muillahan se mulla oli taas se porukka sellanen että se ei sortunu sellaseen,

T: mmm.

A: jos se porukka ois ollu erillainen, (.) no sitäkin mä muistan mä nuorena mietin sitä joskus ett olihan mulla mahdollisuus mennä niihin samoihin porukoihin mihin velipoikakin meni, [(.) .hhh mutt en

T: [joo.

A: menny ei, (.) ei miellyttäny,

T: joo.

A: eli etsin seuran missä sitten, (1) muut arvot oli,

T: joo,

A: enemmän pinnalla.

T: joo-o.

A: eikä siellä en usko että (mulla) [( )],

T: [ett si-] sinussa oli pyrkimys niinkun löytää jotenki erilain-[en ( )]

jos, (.) °joo°.]

A: [nii. (.) e:n

mää usko et]tä mulla ois ollu siihen, (3) siihen niinku, (3) semmosta (valtakirjaa) että ois jotain rikolista tehny niin ei semmosta oo, (.) koskaa [(ollu).

T: [mm, (.) mm-m,

Asiakkaan kertoman mukaan nuoruusajan kaveripiiri esti häntä ajautumasta väärille poluille ja mahdollisti näin oman toiminnan hallinnan. Samanhenkisten ystävien seurassa houkutuksista kieltäytyminen oli helpompaa. Toisaalta taas henkinen vahvuus ja



tahto pysytellä kaidalla tiellä näkyvät siinä tavassa, jolla asiakas ilmaisee valinneensa ystävänsä: hänellä olisi ollut mahdollisuus valita ystävänsä väärinkin, mutta hän nimenomaan päätti toisin. Vaikka ystävät siis toimivat elämän hallintaa tukevana verkkona, asiakas itse lopulta kontrolloi tätä ulkopuolista tekijää valikoimalla ystävänsä halunsa mukaisesti.

Toisessa otteessa terapeutti lähtee tarkentamaan asiakkaan kertomusta, jonka mukaan alkoholi on usein se avaintekijä, joka saa hallinnan tunteen lipeämään omista käsistä.

### 1:394–426

T: miten monella #o-um# jos aattelet kymmenen alkoholin ottokertaa ett kuin monella kerralla niistä sä, (.) sitten petyt ittees,

A: aina ku mä lähen yksin.

T: aina kun sä (lähet) yksin,

A: kyllä.

T: joo-o,

A: (1) tai sitt, (.) poikaporukalla,

T: joo,

A: se menee aina yli, (.) [aina tapahtuu jotakin. (1) mutt sitt jos mä oon naisystäväni kanssa tai

T: [joo,

A: työasioissa niin mä hallitten sen täysin niin, (.) en mä niinku,

T: °joo°. (.) eli tuota niin on asioita joissa sä niinku vaihdat totaalisesti vapaalle ja, [(.) ja sitten asioita

A: [kyllä.

T: joissa sä oot, (.) oot asiallisesti vapaal-[la. (.) voisko sanoa nä-[in,

A: [kyllä. [näinni voi sanoa.

T: °joo°.

A: (1) ja semmosta keskittietä ei oo ja sitt se on aina känniss humalassa ett aina vaivun niihin nuoruusajan muisteluihin mitkä [( )].

T: [hhh onko si]llä poikaporukassa tai yksin lähtemisessä onko siinä niinkun, (.) tällä cocktaililla ((naurahtaen)) mitään, (1) merkitystä vai o- onko se, (.) ihan, (.) joka kerta kun sä lähet poikaporukassa tai yksin ni ett, (.) ett tuota niin sä teet jotakin mitä sä kadut,

A: kuta kuinkin hhh.

T: (2) .hhh onks se sataprosenttisesti vai mitä tää kuta kuinkin tarkoittaa,

A: no, (.) ei nyt aina, (.) kyllä (sieltä) ei sitä nyt ihan, (.) yheksänkymmentä ((naurahtaen)) prosent- [(tises-) #joo-o#.]

T: [yheksänkyprosen]ttisesti joo,

Asiakkaan pienistä palasista koostuvasta vastauksesta muodostuu kokonaiskuva, jonka mukaan hallinnan tunne katoaa, jos asiakas nauttii alkoholia yksin tai poikaporukalla. Tämä todettiin jo edellä ajautumiskeskustelun kohdalla. Tässä tapauksessa seura on ratkaiseva tekijä hallinnan ja hallitsemattomuuden tunteen välillä: tilanne pysyy omassa hallinnassa, mikäli seurana on naisystävä tai työtovereita. Terapeutti tukee tätä erontekoa nimeämällä tilanteet ”asiallisiksi” ja ”totaalisiksi” vapaa-ajan viettotavoiksi. Asiakas hyväksyy uudelleenmuotoilun ja lisää, ettei näiden kahden tavan välillä ole olemassa välimuotoja, vaan ne ovat ainoat vaihtoehdot. Sitten hän siirtyy uuteen aiheeseen, joka liittyy nimenomaan ei-hyväksyttävään, hallitsemattomaan alkoholinkäyttöön. Täs-

sä vaiheessa terapeutti kuitenkin keskeyttää asiakkaan puheen ja kääntää keskustelun takaisin alkoholinkäyttöön liittyviin konkreettisiin yksityiskohtiin. Terapeutti haluaa varmistaa, onko seura aina ehdoton erotteleva tekijä hallinnan karkaamiselle vai löytyykö kaavaan myös poikkeuksia. Asiakas arvioikin, että noin kymmenessä prosentissa tapauksista tilanteen hallinta onnistuu myös yksin tai miesten kesken. Myöhemmin tarkentuu, että tässä tapauksessa merkitsevä tekijä on nimenomaan nautitun alkoholin määrä ja laatu. Tästä otteesta jää siis voimaan oletus, että ulkopuoliset tekijät eivät ole ehdottoman vedenpitäviä tilanteen hallintaan saattamisessa tai hallinnan kadottamisessa. Ilmaan jää nimenomaan oletus, että asiakas itse on ratkaisevassa asemassa ulkopuolisten tekijöiden säätelyssä, sillä hän itse päättää nauttimastaan alkoholista seuralaisista riippumatta. Molempien tässä esitettyjen esimerkkien perusteella on siis perusteltua puhua ulkopuolisesta *tuesta* erotuksena ulkoisten tekijöiden suorasta ja ehdottomasta ohjailusta.

## POHDINTA

Tässä tutkimuksessa käsittelemäni aineisto koostui 11 istunnon mittaisesta yksilöterapiasta. Miesasiakkaan terapiaan hakeutumisen syynä oli tunne oman elämän hallinnan menettämisestä. Tämän vuoksi tutkimuksen pääkysymyksinä olivat ensinnäkin se, kuinka asiakas kuvasi ja määritteli hallinnan ja sen puutteen. Toiseksi tutkimuksen painopiste kohdistui siihen, kuinka ympäröivän yhteiskunnan yksilöön kohdistamat vaatimukset ilmenivät asiakkaan tavassa puhua hallinnan tunteesta ja sen välttämättömyydestä. Lisäksi havainnoin sitä, kuinka terapeutti reagoi asiakkaan tuottamiin hallinnasta puhumisen tapoihin, ja kuinka hän toiminnallaan aikaansai näille puhetoivoille eri merkityksiä.

Käsittelin hallinnasta puhumista kolmessa eri luokassa: hallinnan tarpeen perusteleva, hallinnan puutteen kuvaileva ja todellisesta hallinnasta kertova. Tunnistin asiakkaan puheesta neljä eri tapaa kuvata hallinnan velvoitetta, ja nimesin nämä tavat haitallisuus-, vahingollisuus-, tuomittavuus- ja epäonnistumiskeskusteluiksi. Haitallisuuskeskustelun mukaan hallitsematon käyttäytyminen oli aiheuttanut haittaa esimerkiksi työlle ja harrastustoiminnalle, vahingollisuuskeskustelussa seurauksista koituva haitta oli kohdistunut ennen kaikkea ihmissuhteisiin ja lähimmäisiin. Haitalliset tai lähimmäisille vahingolliset seuraukset olivat herättäneet velvollisuuden- ja vastuuntunnon, jotka puolestaan olivat saaneet asiakkaan pohtimaan käyttäytymisen hallinnan tarvetta. Haitallisuuskeskustelun mukaista puhetta terapeutti ei pääsääntöisesti kommentoinut – konkreettisia seurauksiahan on hankala lähteä kieltämään. Näin käyttäytymisen seurausten haitallisuus jäi keskustelutilanteissa voimaan. Vahingollisuuskeskustelussa terapeutti ei usein ottanut suoraan kantaa asiakkaan puheeseen, mutta toisinaan hän asettui joko tukemaan tai kyseenalaistamaan asiakkaan vastuunottoa. Tuen myötä lähimmäisten hyvinvoinnille rakentunut hallinnan tarve jäi voimaan, kyseenalaistuksella vastuullisuutta saatiin hieman horjutettua.

Tuomittavuuskeskustelun mukaan hallitsematon käyttäytyminen oli tuomittavaa tai epänormaalia. Tällaisen käytöksen aiheuttama oma ja muiden paheksunta oli johtanut tarpeeseen saavuttaa omassa käyttäytymisessä hyväksyttävä ja norminmukainen taso.

Terapeutin tuella oletus käyttäytymisen järjettömyydestä jäi voimaan. Kyseenalaistuksen myötä taas horjui erityisesti oletus muiden suunnalta tulevasta paheksunnasta. Epäonnistumisdiskurssin mukaisessa puheessa hallitsematon käyttäytyminen nähtiin henkilökohtaisena epäonnistumisena, joka oli johtanut mitättömyyden tai alemmuuden kokemuksiin. Epäonnistumisdiskurssin kohdalla terapeutti lähes poikkeuksetta ei ottanut suoraan kantaa puoleen tai toiseen. Kyseenalaistamalla hän kuitenkin sai laskettua täydellisen hallinnan vaatimuksen osittaisen hallinnan tarpeeksi, jolloin asiakkaan ”epäonnistuminen” ei ollut enää niin kiistatonta.

Hallinnan tunnetta estäviä diskursseja tunnistin aineistosta kolme: ajautumis-, riittämättömyys- ja kapinallisuusdiskurssit. Ajautumisdiskurssissa hallintaan saattamisessa epäonnistuminen synnytti tunteen ajalehtimisestä, joka johtui itsestä riippumattomien tekijöiden vietäväksi joutumisesta. Tällaista tapahtumien ajautumista terapeutti ei kertaakaan lähtenyt tukemaan, mutta sitä vastoin sen kyseenalaistamalla hän sai korostettua asiakkaan omaa osuutta asioihin vaikuttamisessa.

Riittämättömyysdiskurssissa keskeinen piirre oli nimenomaisesti tunne omasta riittämättömyydestä ja hallintakeinojen puutteellisuudesta. Tätä puutteellisuutta terapeutti saattoi joko tukea tai hän saattoi sen mitätöidä korostamalla asiakkaan onnistumisen kokemusten merkitystä. Kapinallisuusdiskurssissa hallitsemattomuus puolestaan oli yhtä kuin taannoin nuoruudessa tavaksi muodostunut käyttäytymismuoto, jonka alkupeäinen tarkoitus oli ollut jännityksen etsiminen ja rajojen testaaminen. Kapinallisuutta tukemalla terapeutti saattoi tunnustaa jännityksen hetkien tärkeyden ainakin jossain muodossa. Kyseenalaistuksella hän sen sijaan pystyi kumoamaan kapinallisuuden voiman selittävänä tekijänä, koska vastaanpanemista vaativien rajojen merkittävyys mitätöityi.

Hallinnan tunteesta kertovia diskursseja oli aineistosta tunnistettavissa niin ikään kolme: rationaalisuus-, uskaliaisuus- ja tukeutumisdiskurssit. Rationaalisuusdiskurssin kohdalla hallinnan mahdollistava ominaisuus oli rationaalisuus, jonka avulla onnistui ympäristön järkiperäinen ja todenmukainen havainnointi. Tämän diskurssin sisällä terapeutti sekä tuki, kyseenalaisti että pidättäytyi ottamasta kantaa. Tuki kohdistui nimenomaan rationaalisuuden hyödyntämiseen positiivisena ominaisuutena, kyseenalaistuksella horjutettiin tämän kyvyn ylivertaisuutta. Uskaliaisuusdiskurssin mukaan hallinnan tunne puolestaan syntyi henkisistä ominaisuuksista kuten rohkeudesta ja periksiantamattomuudesta. Nämä mahdollistivat avoimen suhtautumisen kaikkiin eteen tuleviin

tilanteisiin. Uskaliaisuusdiskurssin kohdalla huomionarvoista oli terapeutin kyseenalaistavien kommenttien yleisyys. Tämä oli samanlaista palautetta kuin rationaalisuusdiskurssinkin kohdalla: henkinenkään vahvuus ei ole ylivertainen selviytymiskeino. Uskaliaisuuspuhetta tukemalla terapeutti puolestaan sai tuettua henkisten ominaisuuksien merkitystä rationaalisen osaamisen lisänä.

Tukeutumisdiskurssissa viitattiin niihin – suhteellisen harvinaisiin – tapauksiin, joissa hallinnan tunne rakentui ainakin osittain ulkopuolisen tuen varaan. Ulkoiset tekijät olivat tarjonneet rajoja, joiden puitteissa hallinnan omaehtoinen säätely oli onnistunut. Näiden tekijöiden olemassaoloa terapeutti ei keskusteluiden aikana kertaakaan epäillyt, mutta sitä vastoin tuki lähes joka toisessa tapauksessa. Terapeutin tuella kirjaimellisesti korostui se seikka, että kukaan ei kaikkea pysty yksin hallitsemaan, vaan joskus tarvitaan ulkopuolistakin tukea.

Tässä esitellyistä diskursseista monet olivat hyvinkin läheiseltä vaikuttavassa yhteydessä toisiinsa. Esimerkiksi tuomittavuusdiskurssin mukainen tarve käyttäytyä järjellä ymmärrettävästi perustui rationaalisuusdiskurssista tuttuun taipumukseen selittää kaikki terveellä järjellä. Epäonnistumisdiskurssi ja riittämättömyysdiskurssi puolestaan olivat toistensa lisäksi sukua hallinnan tunnetta tukeville rationaalisuus- ja uskaliaisuusdiskursseille: rationaalisten tai henkisten ominaisuuksien rajallisuuden havaitseminen aiheutti riittämättömyyden tunteita, mikä puolestaan johti epäonnistumisen tunteeseen. Ajautumis- ja tukeutumisdiskurssit taas rakentuivat hyvin pitkälti samoille tekijöille, jotka vain olivat toisilleen käänteisiä. Tällaista diskurssien ominaisuutta rakentua osin samojen elementtien varaan kuin toiset diskurssit kutsutaan interdiskursiivisuudeksi (Jokinen & Juhila, 1993).

Toiset diskursseista olivat sisällöllisestikin niin samankaltaisia, että niiden esittäminen yhdessä olisi voinut olla perusteltua. Esimerkiksi rationaalisuus- ja uskaliaisuusdiskurssi rakentuivat molemmat yksilön sisäisten, ylivertaisten ominaisuuksien varaan, joten ne olisi voinut yhdistää esimerkiksi yhdeksi ylivertaisuus- tai vahvuusdiskurssiksi. Nämä puhekäytännöt kuitenkin erosivat toisistaan siinä suhteessa, että asiakas toisinaan tinki henkisestä vahvuudestaan tai jopa selvästi tunnusti ”henkisen heikkoutensa”, mistä oli viitteitä riittämättömyysdiskurssin kohdalla. Rationaalisen ylivertaisuuden kuva sen sijaan ei horjunut missään vaiheessa. Tätä pidin riittävän suurena erovaisuutena pitämään nämä kaksi diskurssia toisistaan erillisinä.

Haitallisuuskurssi puolestaan esiintyi sen verran harvoin – yleensä vain alkoholinikäytöstä puhumisen yhteydessä – että sen olisi voinut yhdistää muihin diskursseihin. Vaihtoehtoisia ratkaisuja olisivat olleet esimerkiksi aineellisten seurausten yhdistäminen sosiaalisille suhteille koituviin haittoihin (osaksi haitallisuuskurssia) tai niiden näkeminen osoitukseksi käyttäytymisen järjettömyydestä (osana tuomittavuuskurssia). Niiden erillään pitämisen perustelen kuitenkin aineellisten vahinkojen konkreettisuudella. Konkreettiset, ulkopuoleltakin nähtävissä olevat vahingot olivat selvästi erilaisia kuin tunteiden tasolla liikkuvat muiden ihmisten loukkaamiset tai käyttäytymisen selittämättömyydet, minkä vuoksi en nähnyt syytä niputtaa näitä yhteen.

Päinvastainen on puolestaan tuomittavuuskurssin syntyhistoria. Alun perin tämän kurssin epänormaalius- ja tuomittavuuslottuvuudet olivat omina diskursseinaan, mutta päädyin niiden yhdistämiseen, koska niin monet lausumat saattoi nähdä sisältyviksi molempiin puhekäytäntöihin. Epänormaalius nivoutui osaksi tuomittavuutta siinä suhteessa, että käytöstä ei voinut pitää hyväksyttävänä, jos se oli normaalista poikkeavaa. Tämä yhdistämiskäyttö kyllä kasvatti käyttäytymisen tuomittavuudesta – tai epänormaaliudesta – kielivien lausuntojen suhteellista osuutta aineistossa muihin hallinnan velvoitteen synnyttäviin puhekäytäntöihin verrattuna. Toisaalta tuomittavuuskurssi – siis ilman epänormaaliuslottuvuuttakin – olisi tässä aineistossa joka tapauksessa ollut selvästi yleisin tapa perustella hallinnan tarvetta.

Omalla tavallaan ongelmallinen oli myös kapinallisuuskurssi. Kuten jo aiemmin totesin, kapinallisuuskurssi viittaa jo nimelläänkin ainakin osittain tietoiseen toimintaan. Ero saman kategorian muihin diskursseihin oli ilmeinen: Ajautuminen ja hallintakeinojen riittämättömyys konkreettisesti estivät hallintaan saattamista, koska olosuhteille ei joko mahtanut mitään tai niille ei osannut tehdä mitään. Kapinallisuuskurssissa tämä hallinnan tarve puolestaan jopa osin mitätöitiin selittämällä käytös kapinoinnilla – kapinahan ei ole päätöntä tai hallitsematonta toimintaa. Kapinallisuuskurssi oli siksi paremminkin ”hallitsematonta” käyttäytymistä *tukeva* kuin suoranaisesti hallintaa estävä kurssi, mitä ajautumis- ja riittämättömyyskurssi puolestaan olivat. Toisaalta kapinallisuuskurssi sisälsi myös tämän hallintaa estävän puolen, sillä koska kapinointi oli muodostunut ”tavaksi”, ei siitä eroon pääsemiseksi voinut tehdä mitään. Näin kapinallisuuskurssi yhdistyi samalla myös ajautumiskurssiin (”tapa” ohjailee asiakkaan käyttäytymistä) ja riittämättömyyskurssiin (asiakas ei osaa suunnata jännityshakuisuuttaan oikein esimerkiksi vaellusharrastukseen).

Lisäväriä pohdintaan toi myös sen miettiminen, onko kapinallisuuteen vetoaminen itse asiassa vain keino yrittää selittää ja ymmärtää omaa käyttäytymistä ja rakentaa kuva omaehtoisesta hallinnasta. Weinerin (1986) mukaan ihmisillä on taipumus etsiä tapahtumille syitä ja selityksiä, sillä haluamme ymmärtää itseämme ja ympäristöämme sekä pyrkiä sen hallintaan. Suoninen (1992) taas on sitä mieltä, että elämän kokonaishallinnan velvoite on niin vahva, että se on pyrittävä täyttämään keinolla millä hyvänsä – vaikka sitten tunnustamalla järjetön käyttäytyminen tietoisesti. Tämän tutkimuksen asiakkaan puheessa tämä näkyi pyrkimyksenä selittää oma järjetön käyttäytyminen yritykseksi rikkoa rajoja ja hakea jännitystä elämään. Seikkailunhakuisuus sinällään ei ollut tuomittavaa, vaikka keino sen tyydyttämiseen olikin asiakkaan omastakin mielestä kyseenalainen.

Asiakkaan puheessa hallinnan tarve rakentui siis neljän diskurssin avulla, joista kukin vastaa omalla tavallaan kysymykseen, miksi oma käyttäytyminen ja tunnemaailma kuuluisi hallita. Hallinnan velvoitteesta kertovista puhetavoista tuomittavuusdiskurssi oli selvästi eniten käytetty tapa perustella käyttäytymisen hallintaa. Konkreettisia aineellisia seurauksia kuvattiin huomattavasti harvemmin. Näin ollen ympäristöstä saatu palaute ja toisaalta lähimmäisille aiheutetut vahingot olivat siis merkittävästi tärkeämpiä hallinnan tarpeen mittareita kuin esimerkiksi itselle koituneet taloudelliset seuraamukset. Ympäristön paheksunta määrittyi monta astetta vakavammaksi seuraukseksi kuin rattijuopumussakot. Ehrnroothin (1994) mielestä suomalaisessa yhteiskunnassa uskotaan yksilöllisyyden sijasta kollektiiviin sidoksissa olevaan kansalaiseen, mikä ilmenee yhdenmukaisuuden korostamisena ja poikkeavuuteen kohdistuvina ennakkoluuloina. Tällainen paine norminmukaiseen ja hyväksyttävään käyttäytymiseen kuului läpi tuomittavuusdiskurssista: toisten paheksunta määrittyi lähes sietämättömäksi. Tämä selittää sen, miksi oma käytös tulisi hallita.

Asiakas myös oli vahingollisuusdiskurssin perusteella siinä mielessä ”normaali” moderni mies, että hän kantoi huolta perheestään ja sen hyvinvoinnista. Miehen vastuualueeksi on perinteisesti nähty työelämä, jonka avulla hän on voinut päteä ja oikeuttaa olemassaolonsa (Lahti, 1992). Sitten miehet ovat kuitenkin uudella tavalla alkaneet osallistua myös perhe-elämään (Sipilä, 1994), ja tätä heiltä on myös alettu vaatia. Asiakkaan kertomana oman käyttäytymisen hallinnan tarve syntyi juuri siitä lähtökohdasta, että itsekäs käyttäytyminen aiheuttaa harmia lähimmäisille ja vahingoittaa näin perheen yhteistoimintaa.

Keltikangas-Järvinen (2000) kumoo tällaisen kuvan velvollisuudentuntoisesta ja vastuullisesta yksilöstä ja väittää sen nykyään korvautuneen yksilöllisellä itsensä toteuttajalla. Nykyaikaisen yltiöyksilöllisen ”minä itse” -periaatteen mukaan yksilöllä on vapaus tehdä ja toimia niin kuin hänestä itsestään parhaalta tuntuu. Keltikangas-Järvinen kuitenkin huomauttaa, että kyky tällaiseen itsensä toteuttamiseen yhteisten sääntöjen puitteissa ja toiset ihmiset huomioon ottaen on osoitus todellisesta elämänhallinnasta. Tarve tehdä jatkuvasti oman mielensä mukaan ei ole itsenäisyyttä ja rohkeutta, vaan riippuvuutta ja sidoksissa olemista. Tähän kehykseen suhteutettuna ”normaalialia” asiakkaan kohdalla olikin myös se, että tasapaino työelämän ja kodin vastuiden sekä omien mielihalujen välillä ei ollut vielä löytynyt, vaan asiakas kertomansa mukaan yritti saada itsestään kaiken irti kaikilla elämän osa-alueilla.

Suoninen (1992, 1993) olettaa, että kokonaishallinnan velvoitetta voidaan myös lieventää ongelmia normalistamalla. Tällaista – hallitsemattoman käyttäytymisen – normalisointia tämän tutkimuksen asiakas käytti useammassakin diskurssissa, mutta erityisesti sillä pystyttiin kumoamaan käyttäytymisen tuomittavuus tai epäonnistumisen tunne. Kun puutteesta tulee tarpeeksi yleinen ja tavallinen, ei se ole enää ongelma, vaan pikemminkin sääntö. Jos ”kaikilla” muillakin voidaan nähdä olevan sama ongelma, ei oma ongelma ole enää henkilökohtainen epäonnistuminen tai merkki epänormaaliudesta. Näin tarve ongelman poistamiseen ja käyttäytymisen hallintaan poistuu.

Kuinka asiakas sitten kuvaili hallinnan tunteen syntymistä ja toisaalta sen menettämistä? Molempien osalta tunnistin aineistosta kolme eri diskurssia. Yleisin tapa kuvata asioiden karkaamista omasta hallinnasta oli riittämättömyysdiskurssi. Asiakas rakensi oman arvonsa koulutuksessa ja työssä selviytymisen varaan ja vertasi muuta käyttäytymistään tähän identiteettiin. Kun samat menestymisen reseptit eivät olleetkaan tuottaneet tulosta elämän muilla osa-alueilla, oli seurauksena ollut riittämättömyyden tunteita. Tämä muistuttaa Kortteisen (1997) kuvaamaa selviytymisen eetoksen periaatetta, jonka mukaan kamppailussa musertavaa maailmaa vastaan on panoksena oma kunnia ja oman elämän hallitsijan arvo. Ankaralla työnteolla voidaan lunastaa oma paikka ja riippumattomuus. Tässä epäonnistuminen puolestaan johtaa mitättömyyden ja arvottomuuden tunteeseen. Usko omillaan pärjäämiseen oli myös asiakkaan kohdalla näin kokenut kovan kolauksen.

Myös ajautumisdiskurssi oli yleinen tapa selittää tilanteen hallitsemattomuutta. Asiat olivat tapahtuneet tai tapahtuivat joka tapauksessa ilman, että asiakas tai kukaan



muukaan oli niihin juurikaan pystynyt vaikuttamaan. Hallinnan tunteen kadottaminen ei siis enää ollut asiakkaan omalla vastuulla. Tämä asiakkaan puheesta tunnistamani ajautumiskurssi muistutti Suonisen (1992, 1993) kuvaamaa uhripuhetta: molemmissa tilanteiden etenemiseen liittyi eräänlaista kohtalonomaisuutta. Suoninen on esittänyt, että kuvatonlaisella uhripuheella voi kumota kulttuurisen kokonaishallinnan velvoitteen. Sen voima velvoitteen kumoamisessa on Suonisen oletuksen mukaan siinä, että kulttuurissamme vastuu nähdään olevan vain niillä, jotka ovat itse pystyneet asioihin vaikuttamaan. Erotuksena Suonisen nimeämään uhripuheeseen voidaan ajautumiskurssissa pitää sitä, että tämän tutkimuksen asiakas käytti uhriutumista vain hallitsemattoman käyttäytymisen selittämiseen, ei hallinnan tarpeen kumoamiseen. Vaikka käyttäytyminen siis selittyikin ulkopuolisilla tekijöillä, halu sen *itsehallintaan* edelleen säilyi. Siitä huolimatta, että käytökselle saattoikin olla järkeenkäypä selitys, ei se poistanut tarvetta saada itse ohjailta omaa elämää ja vaikuttaa asioihin.

Asioiden hallintaa kuvaavista diskursseista yleisimmät olivat rationaalisuus- ja uskallisuusdiskurssi. Yksilön ulkopuolisia tekijöitä käytettiin hallinnan selittämiseen huomattavasti harvemmin. Omat kyvyt ja ominaisuudet ilmenivät siis luotettavampina asioiden hallinnan takaamisen keinoina kuin ympäristötekijöihin tukeutuminen. Tällainen yksilön voimaan ja omaehtoisuuteen luottaminen onkin nähty ilmentymänä nykyajalle tyypillisenä pidetystä yksilöllisyyden korostamisesta (mm. Kortteinen, 1997; Siltala, 1994): varmempaa on luottaa omaan osaamiseen kuin turvautua toisten apuun. Omavaraisuudessa ja itsenäisessä elämönhallinnassa epäonnistuminen puolestaan synnyttää riittämättömyyden ja kelpaamattomuuden kokemuksia (Siltala, 1994), joista asiakas puhui riittämättömyys- ja epäonnistumiskurssissa.

Työntekoa on pidetty miehen keinona hallita omaa tunnemaailmaansa, sillä tunteista puhuminen on miehelle hankalaa (Siltala, 1994). Tämä näkyi myös tämän tutkimuksen asiakkaan hallintaa ja hallitsemattomuutta kuvaavassa puheessa. Asiakas puhui työstään rationaalisuusdiskurssista käsin ja yhdisti työssä menestymisen nimenomaan rationaaliin kykyihinsä. Usko rationaalisen ajattelun voimaan myös muiden asioiden käsittelyssä tuli ilmi pyrkimyksenä kaiken järjeistämiseen. Ratkaisuna hallitsemattomaan kapakakäyttäytymiseenkin olisi, että ”ajattelis rationaalisemmin myös silloin”. Oma tunnemaailma puolestaan näyttäytyi käsittämättömänä ja hallitsemattomana.

Keltikangas-Järvisen (2000) mukaan tällainen odotus rationaalisesta toiminnasta ja asioiden ratkaisusta on länsimaiselle elämönhallinnan käsitykselle tyypillinen. Emotio-

naaliselta pohjalta tehtyjä ratkaisuja ei kerta kaikkiaan arvosteta oikeana elämänhallintana. Kun tunteet eristetään päätöksenteosta, muuttuvat ratkaisut automaattisesti viisaiksi ja järkeviksi. Keltikangas-Järvisen mielestä länsimaisessa kulttuurissa yksilön ei odoteta tuntevan tunteita, vaan analysoivan ja pohtivan niitä. Tunteiden kokemisen sijasta hänen kuuluu järkevästi ja hallitusti pukea tunteensa sanoiksi. Tämän odotuksen näytti myös asiakas sisäistäneen, sillä hänen huolenaan oli nimenomaan kyvyttömyys omista tunteista puhumiseen (vrt. riittämättömyysdiskurssi).

Yleistäen voisi sanoa, että asiakas rakensi hallinnan tunteensa hyvin pitkälle omien sisäisten vahvuuksiensa varaan, eli hänellä voisi tällä perusteella sanoa olevan usko sisäiseen kontrolliin (Phares, 1976). Toisaalta hän myös attribuoi (ks. Weiner, 1986) pienen osan hallinnasta itsensä ulkopuolelle, ja hallinnan karkaamiseen johtavat syyt hän puolestaan sijoitti vuoroin itseensä, vuoroin ulkopuolisiin tekijöihin. Tämä romuttanee väitteen siitä, että yksilöllä voisi olla jonkinlainen yleistynyt usko hallinnan syntymiseen. Sen sijaan asiakkaan käyttämien selitystapojen moninaisuus ja vaihtelevuus tukevat käsitystä siitä, että yksilö liikkuu koko ajan erilaisten kielellisten resurssien maailmassa valikoiden tarjolla olevista puhekäytännöistä tilanteeseen sopivat (Suoninen, 1992).

Terapeutin toimintatavoista terapiassa puolestaan voisi tehdä sellaisen yleistävän ja yksinkertaistavan johtopäätöksen, että hän yritti tukea asiakasta tämän itse tuottamilla hallinnan määritelmillä niinä hetkinä, kun asiakas itse oli epävarma hallinnastaan. Käytännössä tämä näkyi aineistossa niin, että terapeutti nosti esille jonkin asiakkaan vahvoista puolista silloin, kun asiakas itse tuskaili heikkouksiensa kanssa. Näin ollen edellä esittämäni arviot terapeutin tavoista tukea asiakkaan hallinnan tunteita ovat vain suunta-antavia ja osin ehkä harhaanjohtavia, sillä terapeutti tuli tukeneeksi tällaista asioiden hallittavuutta myöhemmin toisaalla, vastineena asiakkaan hallitsemattomuuden kokemuksille. Tällaisen selviytymisen kannustamisen voisi olettaa edesauttavan terapian tarkoitusta eli asiakkaan elämän hallinnan palauttamista, mihin terapeutti tähtäsi jo pelkästään asiakkaan hallinnan *tunteen* palauttamisella eli tämän minäpystyvyyden vahvistamisella (Bandura, 1997).

Tuomittavuusdiskurssin kohdalla terapeutin reaktiot poikkesivat muista diskursseista olennaisesti. Terapeutti yritti usein kumota asiakkaan esille nostamaa käyttäytymisen tuomittavuutta, mutta ei yleensä tässä onnistunut. Tämä kertonee siitä, että käsitys itsensä hallitsemattomuuden herättämästä yleisestä paheksunnasta istuu tiukassa. Tuomitta-

vuusdiskurssin kohdalla myös terapeutin samanmielisyyttä osoittavien kommenttien yleisyys oli ehkä yllättävää, jos edelleen pohditaan terapeutin tehtävää asiakkaan hallinnan tunteen palauttamisessa ja pystyvyyden tukemisessa. Se ei kuitenkaan ole yllättävää siinä valossa, että muistetaan terapeutinkin käyttävän kulttuurisesti jaettuun diskursseja. Mikäli oletetaan tällaisen ”kännipäissä sekoilu ei ole viisasta” -puhekäytännön olevan kulttuurisesti vahva, ei ole yllättävää, että terapeuttikin sitä tuli tukeneeksi.

Diskurssianalyysin periaatteiden mukaisesti keskustelukumppanit puhuvat keskustelun aikana lukuisista eri diskursseista käsin. Tämän myötä heille myös rakentuu yhä uudelleen erilaisia identiteettejä ja positioita toisiinsa nähden (Jokinen ym., 1993). Esimerkiksi asiakas ei ole koko terapian ajan maallikko – omasta elämästään puhuessaan hän on asiantuntija. Terapeutti vastaavasti ei puhu koko ajan asiantuntijan roolistaan käsin, vaan käyttää vaihtelevasti muutakin kuin ammattiryhmälleen ominaista kieltä. Terapian etenemisen kannalta olennaista on, puhuvatko asiakas ja terapeutti edes osan ajasta samaa kieltä. Terapeutin osalta merkityksellistä on se, huomaako hän ottaa huomioon myös kulttuuriset ”valtakielet” – yleiset käsitykset ja käsitteellistämistavat – eikä piiloudu vain ammattiryhmänsä kapulakielen taakse.

Kaikki käyttämämme kieli on tavalla tai toisella kulttuurisidonnaista jokaista yksittäistä sanaa myöten (Suoninen, 1992). Kulttuuriset erot määräävät kuinka eri käsitteitä käytetään ja mitä niillä tarkoitetaan. Yhteistä kieltä keskustelijoiden välille voidaan rakentaa esimerkiksi käsitteistöä yhtenäistämällä. Keskustelukumppanin sanavalintoja tukemalla voidaan luoda yhteyttä ja rakentaa yhteisymmärrystä (O’Hanlon & Weiner-Davis, 1990). Toimijat valitsevat käyttöönsä tiettyjä käsitteitä, koska niillä on heille erityinen käsitteisisältö. Keskustelukumppanin mukautuminen näiden käsitteiden käyttöön luo kuvan ymmärryksestä ja toisen kokemuksiin samaistumisesta. Tässä aineistossa terapeutti käytti tätä keinoa mukautumalla asiakkaan puheeseen esimerkiksi termeillä ”serveri” ja ”tutkia”, jotka molemmat viittaavat asiakkaan koulutukseen ja työhön. Asiakkaan vahvuuksia korostamalla terapeutti näin tuki tämän uskoa omaan pärjäämiseensä myös muilla elämän osa-alueilla.

Yhteisen kielen tai sävelen löytämisen voisi nähdä myös jonkinasteiseksi ongelmaksi tilanteessa, jossa tähtäimenä on löytää ongelmatilanteeseen mahdollisimman monipuolisia ja moniulotteisia ratkaisuja. Mikäli keskustelijat ovat ”liian” tukevasti samalla aaltopituudella, voivat ratkaisuyritykset lukkiutua vain tiettyihin, molempien hyväksymiin ajatuskulkuihin. Tällöin voidaan menettää jotakin ratkaisevaa eriävien näkökulmien

osalta. Tämän tutkimuksen kohdeaineistossa keskustelijat olivat molemmat korkeasti koulutettuja, perheellisiä miehiä. Mielenkiintoinen kysymys on, olivatko he tässä mielessä liiankin ”samanlaisia” ja yksimielisiä, ja missä määrin tämä toimi keskustelua urauttavana ja näkökulmien moninaisuutta estävänä tekijänä. Kovin kaukaahaetulta ei kuulosta se oletus, että keskustelu rikastuisi olennaisella tavalla, mikäli asiakas väittelisi jonkun sellaisen kanssa, joka ei ollenkaan ymmärrä hänen ajatuksiaan ja tilannettaan. Tästä oli nähtävissä yksittäisiä viitteitä myös tässä aineistossa niinä hetkinä, kun terapeutti asettui kyseenalaistamaan asiakkaan esittämän mielipiteen. Tämä saattoi synnyttää uusia näkökulmia tai entisestään vahvistaa asiakkaan omaa käsitystä.

Kontekstin huomioiminen on tutkielmassani tärkeä seikka jo siitäkin syystä, että kyseessä on terapiatilanne. Yksi osittain avoimeksi jäävistä kysymyksistä onkin se, missä määrin nämä tulokset ovat ominaisia juuri terapeuttille keskustelulle – kuinka paljon erilaisiksi asiakkaan puhekäytännöt ja niiden käyttöyhteydet muodostuisivat, jos hän keskustelisi samoista asioista vaikkapa työtoverinsa kanssa? Bergerin ja Luckmannin (1994) mukaan meillä on tietoa toisten ihmisten relevanssirakenteista eli toisin sanoen meillä on oletuksia siitä, mitä kanssaihmiset tietävät ja mitä tietoa he voivat meille tarjota. Tämä tarkoittaa sitä, että asiakkaalla on jo terapiaan tullessaan mielikuva siitä, mitä hän terapeutilta hakee, mitä tämä tietää, ja mitä tälle näin ollen voi ja kuuluu kertoa. Osoitukseksi tällaisista ennakkokäsityksistä voisi nähdä esimerkiksi sen, että asiakas otti oma-aloitteisesti jo aivan ensimmäisen istunnon alussa puheeksi onnettoman lapsuutensa, josta hän lähti etsimään syitä nykyiselle käyttäytymiselleen. Yleisen uskomuksen mukaan nykyhetken selittäminen menneisyyden avulla on tyypillistä psykologisille teorioille, mitä selitystapaa asiakaskin yritti edesauttaa tarjoamalla tietoa lapsuudestaan. Keskustelun puolestaan voisi olettaa etenevän aivan eri teitä, jos asiakkaan keskustelukumppanina olisi vaikka jo edellä mainittu työtoveri.

Käytännössä terapiatilanteen vaikutuksen voisi olettaa näkyvän esimerkiksi ”tarpeena” oikeuttaa terapiaan hakeutuminen korostamalla ongelman olemassaoloa. Puhuuko asiakas terapiassa siis hallitsemattomuusnäkökulmasta käsin (verrattuna hallinnasta puhumiseen) enemmän, kuin mitä tavallisessa keskustelutilanteessa tapahtuisi? Entä korostuuko hallinnan tarve entisestäänkin, kun terapiaan on hakeuduttu nimenomaan hallinnan menettämisen vuoksi? Miten omaan hallinnan tunteeseen puolestaan vaikuttaa se, että keskustelukumppani on (myös) korkeasti koulutettu, ”elämänsä hallitseva” alan asiantuntija? Voisiko tämä johtaa ristiriitaiseen tarpeeseen korostaa hallinnan

puutteen lisäksi myös omaa kyvykkyyttä elämän hallinnassa? Kuinka nämä kaksi vaatimusta törmäävät terapiatilanteessa – kuinka asiakas samalla selviytyy sekä hallinnan korostamisen tarpeesta että itseään hallitsemattoman avuntarvitsijan roolista?

Esimerkiksi erona Suonisen (1992, 1993) esittämään kokonaishallinnan velvoitteen ehdottomuuteen oli tässä aineistossa se, että hallinnan menettämisestä ja hallinnan puutteesta puhuttiin terapiassa paljon. Tämä ei tietenkään ole yllättävää, kun muistetaan se, että terapian tarkoituksena nimenomaan oli selvittää, mistä tällainen hallinnan menettämisen tunne johtuu. Ymmärrettävältä vaikuttaa siksi oletus, että nimenomaan terapiatilanteessa on olennaisesti helpompaa ja ”sallitumpaa” myöntää ongelmien olemassaolo ja epäonnistuminen niiden ratkaisussa. Terapiakontekstissa voi vapaasti tunnustaa, että ei ole osannut hallita elämänsä kaikkia osa-alueita. Tavallisessa arkipäivän kanssakäymisessä tällainen hallinnan puutteen myöntäminen ei Suonisen mukaan sen sijaan ole kulttuurisesti soveliaista, vaan omaa pystyvyyttä tulisi pyrkiä todistelemaan ongelmien olemassaolosta huolimatta.

Aineistosta tunnistamieni yksittäisten diskurssien kohdalla erityisesti tuomittavuusdiskurssin rakenteesta ja yleisyydestä osan voisi olettaa olevan juuri terapiatilanteelle tyypillistä. Tässä diskurssissa tavallisia olivat nimittäin asiakkaan suoraan terapeutille esittämät kysymykset koskien käyttäytymisen normaaliutta/epänormaaliutta. Useaan otteeseen asiakas varmisti, onko ”normaalia”, että hän tuntee jostakin asiasta tietyllä tavalla tai ”pitäisikö” hänen toimia tai tuntea tietyllä tavalla (ollakseen normaali). Vastaavaa tuskin tapahtuisi yhtä usein terapiatilanteen ulkopuolella, joten tämä mielenkiintoinen yksityiskohta johtunee siitä seikasta, että asiakas haki asiantuntijalta varmistusta käyttäytymisensä ja tunteidensa oikeellisuudelle.

Terapeutilla on jo pelkästään ammattiasemansa johdosta edellä kuvatun kaltaista valtaa tukea, kumota tai muokata yksittäisten henkilöiden käsityksiä tai jopa kulttuurisesti vahvoja puhekäytäntöjä. Tapa, jolla terapeutti reagoi asiakkaan esittämiin huoliin omasta ”normaaliudestaan”, on hyvin merkityksellinen, sillä maallikoilla on taipumus ja ymmärrettävästi oikeuskin uskoa asiantuntijaa. Epänormaaliuden tukeminen ei ole omiaan auttamaan asiakkaan minäpystyvyyden tunteen syntymistä. Toisaalta terapeutin ei tulisi kokonaan mitätöidäkään asiakkaan osoittamaa huolta, sillä se voisi viedä pohjan terapeutin vuorovaikutuksen uskottavuudelta ja tuhota asiakkaan luottamuksen saada ymmärrystä osalleen. Tässä aineistossa terapeutti yllättävän usein tuki tai jätti kom-

mentoimatta asiakkaan epänormaaliutta koskevia huolia, mikä jätti asiakkaan huolen elämään kyseisissä tilanteissa.

Pohdinnan arvoista on näin ollen nimenomaan se, kuinka paljon tulokset eroaisivat tässä esitetyistä, mikäli asiakkaan keskustelukumppani olisi joku muu kuin (kyseinen) terapeutti. Saisiko asiakas epänormaaliushuolilleen samanlaista palautetta jonkin muun ammattiryhmän edustajalta tai itseensä toisenlaisessa suhteessa olevalta ihmiseltä? Toisaalta on syytä muistaa myös se, että en tässä tutkimuksessa tarkastele terapian kauaskantoisempia seurauksia. En siis voi ottaa kantaa siihen, saiko terapeutti(kaan) vaikuttua pysyvästi – tai edes väliaikaisesti terapiatilanteen ulkopuolelle ulottuen – asiakkaan käsityksiin itsestään. Mielenkiintoiseksi kysymykseksi jääkin se, mikä tai mitkä terapiaistuntojen aikana asiakkaalle rakentuneista identiteettimäärityksistä (ks. Jokinen ym., 1993) jäävät voimaan, kun asiakas poistuu terapiasta. Mikä kuva asiakkaalle jää itsestään keskusteluiden jälkeen?

Terapian tuloksellisuuden arvioiminen ei kuulunut tämän tutkimuksen tavoitteisiin, mutta sitä voidaan pohtia nimenomaan alkuperäiseen ongelmaan suhteutettuna. Tuloksellisuuden kannalta keskeisiä kysymyksiä ovat se, mitkä olivat asiakkaan konkreettiset tavoitteet terapian suhteen, sekä se, mistä näiden tavoitteiden täytyminen voidaan päätellä. Yhdentoista terapiatapaamisen jälkeen asiakas kertoi saaneensa tilanteeseensa paljon apua, mutta tunsikin edelleen ”jonkin puuttuvan”. Mitkä asiakkaan tavoitteista eivät siis olleet täyttyneet ja miksi? Tässä vaiheessa on syytä muistaa asiakkaan ongelma terapiaan saavuttaessa: ”asiat ei hallinnassa”. Asiakkaan tavoitteeksi ilmentyi jonkinlainen yleistynyt elämänhallinta: niin työ, perhe kuin vapaa-aika – järki, tunteet ja käytös – tulisi olla tiukasti omassa hallinnassa.

Mikäli asiakas tuli terapiaan hankkimaan takaisin elämänsä hallintaa, muodostui terapeutin tehtävä alun perinkin mahdottomaksi. Koska kukaan ei voi koskaan hallita kaikkea elämässään (Keltikangas-Järvinen, 1994), ei terapeutti myöskään voi millään poppakonstein taikoa tällaista kokonaisvaltaista hallintaa asiakkaan elämään. Terapeutti voi ainoastaan yrittää saada asiakkaan näkemään sen, että asioiden kokonaishallinta on mahdoton tavoite. Terapeutti ei voi poistaa itse ”ongelmaa” (kokonaishallinnan puutetta), vaan ainoastaan auttaa elämään sen kanssa. Tällaisen elämän kokonaishallinnan tarpeen kumoamisen voisi olettaa erittäin hankalaksi – tai jopa mahdottomaksi – mikäli kokonaishallinnan velvoite on kulttuurisesti niin vahva kuin Suoninen (1992, 1993) väittää. Terapeutin tehtävä on hankala myös siinä mielessä, että hän ei voi ratkaista asi-

akkaan ongelmaa tämän puolesta. Jos hän näin yrittäisi tehdä, tekisi hän asiakkaasta avuttoman ja ottaisi tältä pois viimeisenkin voiman ja vallan (Jaatinen, 1995). Terapeutti ei voi hallita asiakkaan elämää tämän puolesta, vaan asiakkaan on itse saavutettava tunne elämänsä hallinnasta.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuus koostuu muun muassa analyysin tulosten siirrettävyydestä toisiin olosuhteisiin (Wahlström, 1992). Tämä luotettavuuden edellytys jää tämän tutkimuksen osalta osin varmistamatta, sillä aineistooni sisältyi vain yksi tapaus ja vain yhteen kontekstiin istutettuna. Tulosten yleistettävyyden muihin konteksteihin ja muihin tapauksiin jää siis varmentamatta ja odottamaan lisätutkimusta. Toisaalta asiakkaan puheesta nimeämäni hallinnan tunteen ja tarpeen selittämistavat ovat hyvinkin ajateltavissa laajempaankin käyttöön – tarkoittaen muita ympäristöjä kuin terapiatilannetta – ja ne on mahdollista kuvitella yleisiksi kulttuurisiksi puhekäytännöiksi. Niiden käyttöön liittyvät yksityiskohdat – kuten diskurssien keskinäiset valtasuhteet – sen sijaan voivat yleistyneessä käytössä poiketa hyvinkin paljon tässä esitetystä.

Tutkimuksen luotettavuuden kahdelle muulle elementille – tulosten uskottavuudelle sekä vahvistettavuudelle eli niiden saavuttamisen mahdollisuudelle myös muilla analyysitavoilla (Wahlström, 1992) – olen saanut tukea luetuttamalla aineistokatkelmia muilla henkilöillä. Omille päätelmille saatu tuki on vahventanut paitsi tulkintojen paikansapitävyyttä myös omaa uskoani siihen, mitä olen tekemässä. Olen pyrkinyt myös perustelemaan tulkintojani ja selostamaan päättelyprosessieni kulkua tarkasti analyysin seuraamisen helpottamiseksi. Lopullinen päätös analyysin todenmukaisuudesta ja luotettavuudesta jää kuitenkin lukijan omiin käsiin, sillä merkityssysteemit eivät ole suoraan poimittavissa tekstistä – analyysissä on aina kyse tutkijan ja tekstin välisestä vuoropuhelusta (Jokinen & Juhila, 1993; Jokinen ym., 1993). Tämän johdosta jokainen tutkija myös tekee omanlaisiaan tulkintoja.

Tämän tutkimuksen osalta avoimiksi jäivät siis kysymykset siitä, missä määrin ja missä suhteissa toisiinsa nämä diskurssit todentuvat myös muissa ympäristöissä. Lisätutkimusten selvittäväksi jää se, korostuisiko terapiatilanteen ulkopuolella – tavallisessa arkikeskustelussa – jonkin toisen diskurssin osuus. Vähenisikö hallinnan puutteesta kertominen arkipäivän kanssakäymisessä, niin kuin Suonisen (1992, 1993) kokonaishallinnan velvoitteen perusteella voisi olettaa? Lisääntyisikö vastaavasti hallintaan saattamisesta kertovien puhetaiposten yleisyys?

Koska aineistooni sisältyi vain yhden henkilön terapia, jää varmentamatta myös se, kuinka paljon jonkin toisen henkilön terapiatilanteessa tuottamat hallintaa kuvaavat puhekäytännöt eroaisivat tässä esitetyistä. Rakentuisivatko esimerkiksi erilaisen koulutus- ja ammattitaustan omaavan, perheettömän naishenkilön tavat puhua elämänsä hallinnasta tyystin erilaisiksi kuin tämän tutkimuksen asiakkaan? Perustuisiko tällaisen henkilön hallinnan tarve yhtä vahvasti sosiaaliseen vastuuntuntoon vai korostuisiko henkilökohtaisten seuraamusten merkitys? Myös terapeutin puhekäytäntöjen lisätutkiminen voisi tuoda lisävalaistusta kysymykseen tässä tunnistettujen diskurssien yleisyydestä ja kattavuudesta. Tämä selventäisi sitä, missä määrin diskurssit ovat todella yhdessä tuotettuja, ja miltä osin ne ovat vain toisen osapuolen hyödyntämiä puhetapoja. Terapeutin puheesta voisi mahdollisesti nousta esille myös uudenlaisia hallintaa ja sen tarvetta kuvaavia puhetapoja, joita asiakas ei terapiatilanteessa jakanut.



## LÄHTEET

- Alasuutari, P. (1998). Sosiaalisen todellisuuden konstruointi. Teoksessa Saksala, E. (toim.). Muutoksen sosiologia (s. 178–183). Jyväskylä: Yle-opetuspalvelut.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy – The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Berger, P.L. & Luckmann, T. (1994). *Todellisuuden sosiaalinen rakentuminen – Tiedonsosiologinen tutkielma*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ehrnrooth, J. (1994). Ei kansalaiskunnosta, vaan vapaudesta ja itseyden tunnosta (s. 47–80). Teoksessa Niiniluoto, I. & Löppönen, P. (toim.): *Suomen henkinen tila ja tulevaisuus* (s. 47–80). Juva: WSOY.
- Fairclough, N. (1992). *Discourse and Social Change*. Cambridge: Polity Press.
- Jaatinen, J. (1995). Alkoholiongelman avoimuus ja sulkeutuneisuus. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Pösö, T. (toim.). *Sosiaalityö, asiakkuus ja sosiaaliset ongelmat – konstruktionistinen näkökulma* (s. 99–126). Jyväskylä: Sosiaaliturvan keskusliitto.
- Jokinen, A. & Juhila, K. (1993). Valtasuhteiden analysoiminen. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E.: *Diskurssianalyysin aakkoset* (s. 75–108). Tampere: Vastapaino.
- Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E. (1993). Diskursiivinen maailma: teoreettiset lähtökohdat ja analyttiset käsitteet. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E.: *Diskurssianalyysin aakkoset* (s. 17–47). Tampere: Vastapaino.
- Keltikangas-Järvinen, L. (1994). *Hyvä itsetunto*. Juva: WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2000). *Tunne itsesi, suomalainen*. Juva: WSOY.
- Kortteinen, M. (1997). *Kunnian kenttä. Suomalainen palkkatyö kulttuurisena muotona*. Hämeenlinna: Hanki ja jää.
- Lahti, M. (1992). Aktiiviset pojat ja passiiviset tytöt – miehet, pojat ja Espoon poikaprojekti. *Nuorisotutkimus*, 10 (1), 16–21.
- O’Hanlon, W. & Weiner-Davis, M. (1990). *Ratkaisut löytyvät - Psykoterapian uusi suunta*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Phares, E. J. (1976). *Locus of Control in Personality*. Morristown, New Jersey: General Learning Press.

- Potter, J. & Wetherell, M. (1994). Analyzing discourse. Teoksessa Bryman, A. & Burgess, R. G. (eds). *Analyzing Qualitative Data* (s. 47–66). London: Routledge.
- Siltala, J. (1994). *Miehen kunnia. Modernin miehen taistelu häpeää vastaan*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Sipilä, J. (1994). Miestutkimus – säröjä hegemonisessa maskuliinisuudessa. Teoksessa Sipilä, J. & Tiihonen, A. (toim.). *Miestä rakennetaan, maskuliinisuuksia puretaan* (s. 17–33). Tampere: Vastapaino.
- Suoninen, E. (1992). *Perheen kuvakulmat – diskurssianalyysi perheenäidin puheesta*. Tampereen yliopisto. Sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos, Tutkimuksia Sarja A, Nro 24.
- Suoninen, E. (1993). Mistä on perheenäidit tehty? Haastattelupuheen analyysi. Teoksessa Jokinen, A., Juhila, K. & Suoninen, E.: *Diskurssianalyysin aakkoset* (s. 111–150). Tampere: Vastapaino.
- Wahlström, J. (1992). Merkitysten muodostuminen ja muuttuminen perheterapeuttisessa keskustelussa – Diskurssianalyttinen tutkimus. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 94.
- Weiner, B. (1986). *An Attributional Theory of Motivation and Emotion*. New York: Springer-Verlag.