

PROJEKTIIVINEN JA INTROJEKTIIVINEN IDENTIFIKAATIO PSYKOANALYYTTISESSA YKSILÖ- JA PARIPSYKOTERAPIASSA

Kaj Davidkin

Kuvailen tässä artikkelissa projektiivisen ja introjektiivisen identifikaation eri muotojen ilmenemistä psykoanalyttisessa yksilö- ja paripsykoterapiassa. Kuvailen ensin projektiivisen ja introjektiivisen identifikaation ymmärtämisen historiaa ja käsitteiden nykyistä merkitystä, jonka jälkeen jäsennän hankkivan projektiivisen ja introjektiivisen identifikaation eroa. Tämän jälkeen sovellan käsitteitä kliiniseen tapauselostukseen ja pohdin käsitteen teoreettista ja kliinistä merkitystä tapauselostuksen valossa.

Keskityn tapauselostukseni pohdinnassa sekä yksilön ja psykoanalyttikon että parin ja paripsykoterapeutin välisen vuorovaikutusprosessin kuvaamiseen, jotta projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatio ja sen eri muodot tulisivat lukijalle mahdollisimman eläväksi ja ymmärrettäviksi käsitteiksi.

Käsitteiden historiaa

Ensimmäisenä käsitettä *projektiivinen identifikaatio* käytti Edoardo Weiss vuonna 1925. Hän kuvasi tällä termillä seksuaalisen objektin valintaa. Hänen mukaansa miehet projisoivat naisellisen puolen itsestään naiseen, jonka he haluavat valita kumppanikseen, ja naiset projisoivat miehisen puolensa mieheen, jonka he haluavat valita kumppanikseen.¹ Weissin käsitys sivuaa jonkin verran Melanie Kleinin käsitystä projektiivisestä identifikaatiosta.² Sigmund Freud kuvasi ennen Melanie Kleinia kliinisen ilmiön, jolle Klein antoi ensimmäisenä psykoanalyttikkona nimen projektiivinen identifikaatio.³ Klein näki projektiivisen identifikaation varhaisena ja aggressiivisena ihmissuhteena. Postkleinilaiset kehittivät käsitettä monipuoliseksi ja laaja-alaiseksi. He ajattelivat, että projektiivinen identifikaatio on tiedostamaton mielikuva, jossa sisäisten objektien eri osia lohkotaan irti itsestä ja projisoidaan ulkoiseen objektiin.

Tiedostamaton fantasia on Kleinin mukaan kaiken mielellisen perusta, ja se sisältää kaiken psyykkisen aktiivisuuden. Kleinin mukaan tiedostamaton fantasia on biologisen vietin psykologinen vastine ihmisen mielessä. Alitajuiset fantasiat käsittävät rakkaudelliset ja vihamieliset impulssit sekä psyykkiset suojautumiskeinot näitä impulsseja vastaan. Projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatio tapahtuvat aina ihmisen tiedostamattomissa fantasioissa. Psykoanalyysin ja analyttisen psykoterapian pyrkimyksenä on ”kääntää” tiedostamattomat fantasiat tietoiseksi ajatteluksi. Alitajuinen fantasia poikkeaa Freudin kuvaamasta fantasiasta ja päiväunelman käsitteestä, joka on ihmismielessä tapahtuva pinnallisempi ja rajallisempi ilmiö. Englannin kielessä Kleinin käsite tiedostamaton fantasia kirjoitetaan *phantasy* ja Freudin käsite fantasia kirjoitetaan *fantasy*.⁴

Freudin käsitys projektioista

Freudin artikkeli *Splitting of the Ego in the Process of Defence* julkaistiin vuonna 1940. Freud kuvaa artikkelissaan seuraavaa: ”*Sen, mikä on sisäistä, koetaan elävän ulkoisessa maailmassa kuin kuvan, joka on projisoitu ’näytölle’.* Projektion on klassisessa psykiatriassa todettu olevan *paranoian ytimessä.*” Freud kertoo tästä esimerkin potilaastaan: Miespotilas projisoi omat ahdistusta tuottavat seksuaaliset yllykkeensä ulkomaailmaan, naiseen, ja kokee naisen painostavan häntä seksuaalisesti. Tässä egon ja idin sisäinen konflikti ulkoistetaan egon ja ulkomaailman ulkoiseksi ristiriidaksi.⁵

Vastavuoroisen sijoittavan ja hankkivan samastumisen ilmiö täydentää ja laajentaa Freudin käsitettä projektioista. Kleinin ja postkleinilaisten mukaan projektio on osa laajempaa projektiivista prosessia, jolle Klein antoi nimen *projektiivinen identifikaatio*.⁶ Postkleinilaisten mukaan käsitteet *projektio* ja *projektiivinen identifikaatio* tarkoittavat samaa. He ajattelevat, että projektiivinen identifikaatio on Freudin projektio-käsitteen eli tunteiden ja fantasioiden heijastamisen rikkaampi ja laajennettu versio. Projektiivisen identifikaation tiedostamattomilla fantasioilla voi olla sijoittavia (*attributive*) ja hankkivia (*acquisitive*) ominaisuuksia. Tämä tarkoittaa, että tiedostamaton fantasia sisältää sekä ominaisuuden päästä eroon oman mielen sietämättömistä

osista että ominaisuuden päästä toisen mielen sisälle ja hankkia itselleen haluttuja ominaisuuksia siitä. Tällä tavalla projektiiviset ja introjektiiviset mielikuvat toimivat yhdessä ja samanaikaisesti.⁷

Kuvaan seuraavaksi eri psykoanalyttikoiden käsityksiä projektiivisesta identifikaatiosta. Selvennän käsitettä *projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatio* historian ja kehityksen valossa nykypäivään asti.

Melanie Klein ja projektiivinen identifikaatio

Vuonna 1946 psykoanalyttikko Melanie Klein julkaisi lyhyen artikkelin *Notes on Some Schizoid Mechanisms*, jossa hän käyttää ensimmäisen kerran käsitettä *projektiivinen identifikaatio*.⁸ Tässä vuonna 1946 kirjoittamassaan artikkelissa Klein kuvailee pienen vauvan varhaista mielentilaa, joka on vauvan mielen ensimmäinen rakenne, psyykkisen organisoitumisen varhainen taso. Tämä mielentila, jota Klein kutsui paranoidis-skitsoidiseksi positioksi, mahdollistaa myös aikuisen ihmisen tunnekosketuksen mielensä ja ruumiinsa sekä tietoisin että tiedostamattomiin puoliin. Freud ajatteli, että ego syntyy idistä vasta syntymän jälkeen. Freudin vauva oli kuin ”refleksikimppu”, jota vietit ohjasivat tyydyttymään äidin rinnoille. Suhde objektiin, äitiin, syntyy Freudin vauvalla paljon myöhemmin kuin Kleinin vauvalla.

Noin neljän kuukauden iässä sikiön kaikki aistinelimet ovat kehittyneet niin, että sikiö kuulee ja aistii sekä kohdan sisäisiä että sen ulkopuolisia ärsykeitä ja ääniä. Tämän perusteella ajatellaan, että vauva on jo kohdusta lähtien ihmissuhdehakuinen olento, joka kykenee alkukantaisiin ihmissuhteisiin. Melanie Klein ajatteli, että vauva on jo syntymästä lähtien ihmissuhdehakuinen ja vuorovaikutusta tarvitseva olento. Vauvalla on annettuna primitiivinen ego ja alkukantaiset psyykkiset suojautumiskeinot, joilla se suojelee vielä haurasta minuuttaan varhaisia ahdistuksia vastaan. Varhaisia defensejä kutsutaan maanisiksi suojautumiskeinoiksi, ja niitä ovat mm. kieltäminen, lohkominen, projektiivinen identifikaatio ja samastuminen.

Graham Musicin mukaan on mahdotonta määritellä, mistä iästä ego varsinaisesti alkaa.

Alkukantaiset egon funktiot saavat kuitenkin alkunsa jo hyvin varhain sikiöasteella, ja sikiöllä on

enemmän kykyjä primitiiviseen tunneyhteyteen sisäisten ja ulkoisten osaobjektien kanssa kuin on aikaisemmin tiedetty. Tämä kaikki on vasta alkua uusille tutkimuksille pienen sikiövauvan elämästä.⁹

Sikiöllä on jo hämmästyttävän laaja kokemus ympäröivästä maailmasta. Vastasyntyneet reagoivat ääniin ja musiikkiin, joita ovat kuunnelleet sikiökaudella, ja vastaavat samoihin ääniin ja musiikkiin syntymän jälkeen. Vastasyntyneet tunnistavat äitinsä kielen muista kielistä, ja he tunnistavat äitinsä äänen muiden naisten äänistä. Sikiöaikana tapahtuva oppiminen herkistää kielten oppimista varhaislapsuudessa ja luo perustan kiintymyssuhteelle.¹⁰

Paranoidis-skitsoidinen mielentila kuvaa vauvan varhaista ja konkreettista mielen maailmaa, josta puuttuu kolmiulotteinen, symbolinen kyky ajatella. Paranoidis-skitsoidinen mielentila on osaobjektitasoinen kokemuksellinen tila, jossa kolmiotilanteet ovat eriytymättömiä ja usein ahdistavia. Ne viittaavat kantanäkyfantasiaan, joka tarkoittaa pienen lapsen varhaista ja hänen mielessään olevaa tiedostamatonta fantasiaa vanhempiparin yhdynnästä ja seksuaalisesta yhdessäolosta oraalisisessä, uretraalisessa ja anaalisessa vaiheessa. Freudin mukaan kaikilla neurootikoilla ja todennäköisesti kaikilla ihmisillä on tiedostamattomien fantasioiden varastossa yksi varhaisempi minän osa, joka tarkkailee vanhempien yhdyntää. Tämä on perusfantasia, *urphantasy*, *primal phantasy*.¹¹

Melanie Klein kuvaa ja nimittää egon varhaista kehitysvaihetta käsitteellä paranoidis-skitsoidinen mielentila. Käytän käsitteen *splitting* suomalaisina vastineina verbejä *halkominen* ja *lohkominen*, joita pidän tässä asiayhteydessä synonyymeinä. Paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa vauva halkoo eli splittaa mielensä tiedostamattomasti kahteen erilaiseen rinta-äitiin. Varhainen vauvan mieli organisoituu siten, että hyvältä tuntuva, välittömästi tyydyttävä, lohduttava, rakastava ja lasta myötäelävästi kuunteleva äiti erotetaan radikaalisti pahalta tuntuvasta, poissaolevasta, vainoavasta ja turhauttavasta äidistä. Tällä tavalla lapsi suojelee hyviä osaobjektejaan, joita kohtaan hän tuntee rakkautta, ja projisoi kaiken huonon ja toistaiseksi sietämättömän pahaan osaobjektiin, pahaan rinta-äitiin. Itse asiassa vauva kokee pahan äitiobjektin pahana sisäisenä osaobjektisuhteena, jonka lohkominen mahdollistaa lapsen egon vahvistumisen. Vauva voi nyt ottaa sisään hyviä kokemuksia ”hyvältä rinta-äidiltä” ja lohkota pois ”pahaan rinta-äitiin” sellaiset kokemukset ja tunteet, joita hänen varhainen ja hauras egonsa ei vielä siedä. Näin vauvan minuus voi vahvistua ja kasvaa.

Paranoidis-skitsoidinen ja depressiivinen positio ovat mielentiloja, jotka sisältävät kullekin mielentilalle ominaiset objektisuhteet ja psyykkiset suojautumiskeinot juuri tälle mielentilalle ominaista ahdistusta vastaan. Paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa vallitsevat varhaiset suojautumiskeinot varhaisia ahdistuksia vastaan. Paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa on mahdollista kohdata ja läpityöstää narsistisia ristiriitoja ja ahdistuksia. Brittiläisen psykoanalyytikon Ronald Brittonin mukaan depressiivinen positio on sama kuin oidipaalisien prosessien läpityöstäminen.¹² Depressiivisessä positiossa projektiivinen identifikaatio muuttuu enemmän normaaliksi kahden ihmisen väliseksi empaattiseksi vuorovaikutukseksi, ja silloin vuorovaikutuksessa vallitsevat kehittyneemmät psyykkiset suojautumiskeinot, kuten torjunta, älyllistäminen ja kohteensiirto.

Klein painottaa vuonna 1946 lapsianalyseista saamiaan havaintoja ja kokemuksia halkomisen defenssistä seuraavasti: *”Kun objekti splitataan, lohkotaan aina myös self. Splitting tarkoittaa, että siinä lohkotaan selfin ja objektin hyvät ja pahat puolet.”* Samaa painottavat Kleinin oppilaat, psykoanalytikot Herbert Rosenfeld sekä Hanna Segal.¹³ Samassa artikkelissa Klein pohtii vielä väkivaltaisempaa egon ja objektin pirstomista ja sen mukanaan tuomaa itsen häviämisen psykoottistasoista ahdistusta. Klein kuvaa tilannetta, jossa pieni vauva kokee olevansa sisäisten pelottavien objektien ympäröimä. Tästä tilanteesta vauva selviää lohkomisen ja projektion avulla. Tuloksena on sisäisten uhkaavien objektien siirtäminen tiedostamattomissa kuvitelmissa splitin ja projektion avulla itsen ulkopuolelle, jolloin ulkoisista objekteista tulee paranoidisen ahdistuksen lähde. Klein kutsuu paranoidis-skitsoidiseksi positioiksi mielentilaa, jota hallitsee split ja projektiio. Paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa äiti sisällyttää vauvan selfin pahat osat. Tässä mielentilassa vauva ei koe äitiä erilliseksi yksilöksi, vaan hän kokee äidin pahaksi osaksi itseään.¹⁴

Kun Klein esitteli projektiivisen identifikaation käsitteen, hän käytti seuraavaa esimerkkiä:

”Korviaan myöten rakastunut ihminen lohkaa rakkausobjektinsa niin, että näkee siinä vain hyviä ominaisuuksia. Muut, ’vähemmän hyvät’ ominaisuudet projisoidaan muualle, esimerkiksi anoppiin. Samalla rakastaja on lohkonut selfinsä, sillä hänellä on vain idealisoituja asenteita rakastamaansa objektia kohtaan ja nämä tunteet hän pitää visusti ja tiedostamattomasti erillään vihamielisistä tunteistaan. Tämä on erityinen samastumisen muoto, ja se on aggressiivisen ihmissuhteen prototyyppi. Ehdotan näille prosesseille nimeksi projektiivinen identifikaatio.”¹⁵

Seuraavaksi kuvaan esimerkin lohkomisesta ja projektioista: Psykoanalyysissa kolme kuukautta

ollut nuori aikuinen mies näkee musiikkifestivaaleilla naisanalytikkonsa keskustelemassa ystäviensä kanssa. Mies menee lähemmäksi analytikkoa ja katsoo häntä tarkasti. Sitten hän loittonee analytikosta, jonka jälkeen hän lähestyy analytikkoa uudelleen tarkkaillen tätä intensiivisesti. Seuraavalla analyysitunnillaan mies kertoo nähneensä musiikkifestivaaleilla nuoren ja seksuaalisesti viehättävän naisen, joka muistutti ulkonäöltään hyvin paljon hänen analytikkoaan. Mies painotti, että hänen analytikkonsa on paljon vanhempi kuin tämä nuori ja kaunis nainen. Esimerkin mies lohko i tiedostamattomasti sisäisen äitiobjektinsa kahteen osaan. Festivaaleilla ollut nainen oli seksuaalisesti viehättävä ja kaunis, kun taas hänen oma analytikkonsa oli hyvin vanha nainen. Toiseen naiseen mies projisoi seksuaaliset toiveensa ja tarpeensa, ja toiseen naiseen hän projisoi pienen pojan toiveet saada äidillistä huolenpitoa ja rakkautta. Hän ei voinut yhdistää näitä molempia tunteita mielessään analytikkoonsa, sillä näiden tunteiden yhdistäminen olisi tarkoittanut seksuaalisten halujen ja toiveiden sijoittumista transferenssissa sekä viehättävään ja nuoreen analytikonaiseen että hyvin paljon vanhempaan analytikko-äitiin. Tämä tiedostamaton ristiriita oli tälle nuorelle miespotilaalle analyysin alkuvaiheessa liian ahdistavaa kohdata.¹⁶

Paranoidis-skitsoidisen ahdistuksen laatu kuvaa hengissä säilymistä. Depressiivisessä positiossa ahdistuksen laatu muuttuu toisesta välittämiseksi ja huolenpidoksi objektista.

Klein kuvasi ensin depressiivisen position¹⁷, ja vasta yksitoista vuotta myöhemmin hän kuvasi paranoidis-skitsoidisen position¹⁸. Nämä kaksi mielentilaa säilyvät ihmisen mielen rakenteina koko elinajan, ja niiden keskinäinen liike ja vaihtelu antaa mahdollisuuden psyykkiseen kasvuun ja kehitykseen. Depressiivisessä mielentilassa lapsi kokee, että äiti on sama objekti, kokonainen äiti, jota vauva on sekä vihannut ja vahingoittanut että rakastanut ja ihannoitunut samanaikaisesti. Toisen hyvinvointi ja turvallisuus tulee hengissä selviämisen tilalle. Rakkauden ja kiitollisuuden tunteiden voimistuessa lapsen rangaistusta vaativa syyllisyyden tunne muuttuu armollisemmaksi, korjaamista vaativaksi syyllisyyden tunteeksi.¹⁹

Vahingon korjaamisen tarve herättää kyvyn surra, ja se eheyttää kuvaa sisäisestä ja ulkoisesta äitisuhteesta. Sisäisestä ja ulkoisesta äitisuhteesta tulee henkisesti monipuolisempi ja rikkaampi, ja lapselle kehittyy kyky ajatella symbolisesti ja kolmiulotteisesti. Maailmaa ei enää tarvitse jakaa erikseen hyvään, ihannoituun ja pahaan, vainottuun. Depressiivisessä positiossa pienellä lapsella on mahdollisuus kohdata ja työstää oidipaalista problematiikkaansa, jossa hän joutuu kohtaamaan sen tosiasian, että äiti kuuluu isälle ja isä äidille ja lapsi joutuu jäämään vanhempien seksuaalisen

rakkaussuhteen ulkopuolelle. Tässä kehitysvaiheessa lapsen sisäinen maailma voi stabiloitua turvalliseksi tai muodostua ongelmalliseksi. Riittävän hyvän vanhemmuuden varassa oidipuskompleksin työstämisen tuloksena lapsen kehitys etenee myönteisellä tavalla. Pieni lapsi kehittyy psyykkisesti, eriytyy ja yksilöityy vähitellen omaksi itsekseen ja ymmärtää, ettei voi mennä naimisiin eikä rakastella vanhempansa kanssa. Hänen on odotettava omaa tulevaa kumppaniaan, jonka kanssa hän voi aikanaan perustaa oman perheen. Kleinin mukaan depressiivinen positio on lapsen psyykkisen kehityksen kannalta keskeinen mielen organisoitumisen taso. Lapsi saavuttaa tämän kehitystason noin 6 kuukauden iässä.

Vuonna 1946 Klein tuo elävästi esille myös introjektion ja projektion vastavuoroisuuden. Antaminen ja saaminen ovat mielen kaksi perustavanlaatuaista dialektista perusliikettä, jotka vievät pienen lapsen psyykkistä kehitystä eteenpäin. Tämä liike tapahtuu lapsen sisäisten ja ulkoisten objektisuhteiden välillä ja jatkuu koko elämän ajan. Projektiivinen identifikaatio sisältää kaksi erilaista muotoa, sijoittavan (attributive) ja hankkivan (acquisitive) projektiivisen identifikaation.

Klein ja vainoahdistus

Mikäli subjekti kohdistaa kaiken vihansa, kostonsa ja raivonsa objektiin, hän alkaa kokea itsensä vainotuksi tuon kostonhaluisen objektin taholta, johon hän on samastunut ja jonka hän kokee hyökkäävän häntä vastaan sekä sisältä että ulkoa käsin. Tämä johtaa toistuvaan väkivaltaiseen projektioon ja introjektioon. Klein painottaa, että on tärkeää erottaa sisäiset ja ulkoiset ”nopeasti tapahtuvat kokemukset” hitaammista sisäistyksistä, jotka ovat vakiintuneet mielen rakenteiksi ja jotka eivät ole niin helposti muutettavissa. Nämä vakiintuneet mielen rakenteet muodostavat sen, mitä kutsumme luonteeksi.²⁰

Sigmund Freudin näkemyksen mukaan nämä suuremmat identifikaatiot tapahtuvat kehityksellisesti myöhemmin, mikä tarkoitti vanhempikuvien sisäistymistä superegoksi. Tätä prosessia Freud nimitti oidipuskompleksin perilliseksi. Kleinille ja monille nykyajan analyytikoille on selvää, että jo Freudin kuvaamaa oidipuskompleksia ennen on pienen lapsen psyykkisessä kehityksessä tapahtunut useita varhaisempia ja kehityksellisesti tärkeitä samastumisia ja

sisäistyksiä. Depressiivisen position dominanssi antaa psykoanalyttisessa hoidossa mahdollisuuden työstää ja kohdata oidipaalisia konflikteja, ja paranoidis-skitsoidinen positio antaa mahdollisuuden työstää ja kohdata narsistisia konflikteja analyttisessä psykoterapiassa.²¹

Kleinin mukaan projektiivinen identifikaatio on kontrolloimisen ja omistamisen tarpeen motivoima aggressiivinen mielentila. Klein toteaa, että myös selfin hyvät osat on mahdollista projisoida objektiin, jolloin objektista tulee lapsen tiedostamattomissa mielikuvissa turvallinen ja idealisoitu paikka hänen hyvälle selfin osilleen. Molemmat prosessit ovat lapselle kehityksellisesti tarpeellisia. Varhain häiriintyneiden ja traumatisoituneiden ihmisten kohdalla hyvä voidaan tiedostamattomissa mielikuvissa projisoida turvaan ulkoiseen objektiin, koska selfin koetaan olevan pahojen ja vahingoitettujen objektien piirittämä. Tässä tilanteessa näiden pahojen objektien pelätään tuhoavan sisäisen selfin hyvät osat.²²

Pahojen ja kostonhaluisten objektien projisoiminen aiheuttaa sen, että subjekti kokee itsensä uhatuksi noiden objektien taholta, joiden koetaan olevan ulkoisessa maailmassa. Klein mainitsee kolme projektiivisen identifikaation defensiivistä tehtävää:

- a) Projektiivinen identifikaatio (sijoittava) vapauttaa selfin pahan sisäisen objektin aiheuttamasta vainoahdistuksesta.
- b) Projektiivinen identifikaatio (hankkiva) motivoi subjektiä objektin kontrolloimiseen ja sen omistamisen kuvitelmaan ja suojelee subjektiä erillisyyden kipeältä kokemukselta.
- c) Subjekti, joka projisoi selfin pahat osat objektiin ja alkaa kontrolloida objektia, kokee itse olevansa sellaisten kostonhaluisten objektien ympäröimänä, jotka haluavat vallata hänet ja kontrolloida häntä. Tästä syntyy klaustrofobinen ahdistus.²³

Projektiivisessa identifikaatiossa yksilö ylläpitää tiedostamattomien fantasioidensa kautta tunneyhteyttä omiin projisoituihin hyviin tai sietämättömiin selfin puoliin objektissa. Sietämätön, vastenmielinen ja paha splitataan, jotta tunneyhteys voidaan kieltää, mutta vastenmielinen ja sietämätön ei kuitenkaan kokonaan häviä minä-kokemuksesta, koska sen koetaan olevan projisoituna ulkoisessa objektissa. Hyviä puolia projisoidaan etenkin depressiivisessä positiossa objektiin. Tämä luo eläytymisen ja myötäelämisen vastavuoroisen prosessin perustan, normaalin projektiivisen identifikaation.²⁴

Herbert Rosenfeld ja sijoittava (*attributive*) ja hankkiva (*acquisitive*) projektiivinen identifikaatio

Psykoanalytikko Herbert Rosenfeld kehitti projektiivisen identifikaation käsitettä Kleinin jälkeen. Selfin hyvät tai pahat osat lohkotaan erilleen egosta ja projisoidaan rakkauden tai vihan tunteessa ulkoisiin objekteihin. Selfin osien projisointi tapahtuu aina alitajuisissa fantasiaissa ja subjektin tunnekokemusten värittäminä. Artikkelissaan *Narsismin psykopatologia: kliininen näkökulma* (1964) Rosenfeld kuvaa seuraavaa: *”Kun omnipotentti objekti introjisoidaan tai kun omnipotenttiin objektiin projisoidaan, self samastuu niin paljon tähän inkorporoituun eli valikoimattomaan ja luineen karvoineen pakonomaisesti sisään otettuun objektiin, että rajat ja erillisyytselfin ja objektin välillä kielletään. Samastuminen on tärkeä tekijä narsistisissa objektisuhteissa, se voi tapahtua introjektion tai projektion kautta. Tässä hankkivassa projektiivisessä identifikaatiossa (acquisitive) selfin osat tunkeutuvat omnipotentisti objektin sisään, esimerkiksi äidin sisään. Projisoija kaappaa tiedostamattomissa mielikuvissaan tietyt halutut äidin ominaisuudet itselleen ja väittää konkreettisesti olevansa tuo kaapattu objekti. Introjektion ja projektion kautta samastuminen tapahtuu siis samanaikaisesti.”*²⁵ Edellä kuvatussa hankkivassa identifikaatiossa kyse on myös sisään ottamisesta, introjektion, mutta tämä hankkiva (*acquisitive*) samastuminen on kehitystasoltaan varhaista ja defensiivistä verrattuna introjektiiviseen identifikaatioon.

Rosenfeld tutki projektiivisen identifikaation motiiveja. Hänen mukaansa subjektilla on tiedostamaton toive kommunikoida objektille jotakin sellaista, jota hän ei ymmärrä itsessään. Toinen motiivi on tarve evakuoida, päästä eroon, oksentaa jotakin sietämätöntä itsestä objektiin. Kolmas motiivi on yritys kontrolloida toisen ihmisen mieltä. Tässä Rosenfeld korostaa projektiivisen identifikaation sekä mielen sisäistä että vuorovaikutuksellista näkökulmaa. Neljäntenä motiivina Rosenfeld kuvaa tarvetta häivyttää tietoisuus kateuden tunteesta. Projektiivinen identifikaatio on samalla defensi, kommunikaation väline ja tapa liittyä suhteeseen.²⁶

Wilfred Bion ja projektiivinen identifikaatio

Wilfred Bion oli kahdeksan vuotta Melanie Kleinin psykoanalyysissa ja kehitteli Kleinin tapaan Sigmund Freudin teorioita eteenpäin. Bion oli Rosenfeldin ja Segalin jälkeen ensimmäisiä psykoanalytikoita, jotka analysoivat psykoottisia potilaita psykoanalyttista menetelmää hyväksi käyttäen. Bion kehitti psykoanalyttista teoriaa ja käytäntöä luovalla ja ainutlaatuisella tavalla. Hän puhui ensimmäisenä normaalin projektiivisen identifikaation käsitteestä. Bion oli myös kiinnostunut ryhmien dynamiikasta, ja hän kehitti ja laajensi psykoanalyttista ryhmädynamiikan ja psykoterapian teoriaa ja käytäntöä eteenpäin.

Bion kiinnostui Kleinin projektiivisen identifikaation käsitteestä. Hän ajatteli, että projektiivinen identifikaatio on alkukantainen, varhainen ja sanatonta tapa kommunikoida. Artikkelissaan *Attacks on Linking* (1957) Bion erottaa toisistaan normaalin projektiivisen identifikaation, jota käytetään emotionaaliseen kommunikaatioon objektin kanssa, ja patologisen projektiivisen identifikaation, jota käytetään kateellisissa hyökkäyksissä objektia vastaan. Bion puhuu egodestruktiivisesta superegosta, joka on alkukantainen, armoton, valtaa pitävä ja kateellinen sisäinen objekti. Tuhoavan kateutensa vaikutuksesta tuo objekti tuhoaa kaiken oppimisen, luovuuden ja hyvän itseltä ja objektilta. Tuhoava kateus kohdistuu itse elämän ylläpitäjää ja antajaa kohtaan.²⁷

Bion painottaa normaalin projektiivisen identifikaation kommunikatiivista merkitystä. Kirjassaan *Learning from Experience* (1962) Bion käyttää Melanie Kleinin projektiivisen identifikaation käsitettä kehittäkseen uutta container–contained-ajattelumalliaan. Käsitepari sisällyttävä–sisällytetty kuvaa pienen lapsen ja äidin välistä vuorovaikutuksellista tunneyhteyttä, joka sisältää vastavuoroisen sijoittavan ja hankkivan samastumisen prosessin.

Bion kuvaa, kuinka pieni lapsi, joka pelkää kuolemansa, voi projisoida kuolemanpelkonsa äitiin. Lapsi voi ottaa tämän kauhun takaisin mieleensä siedettävänä, kun äiti on ensin alfa-funktionsa avulla muuntanut lapsensa kuolemanpelon siedettävään muotoon. Vauva ei pelkästään vapaudu tiedostamattomissa kuvitelmissaan sietämättömistä mielellisistä ja ruumiillisista tunteistaan, vaan samalla hän kommunikoi äidilleen kokonaisvaltaista tunnetilaansa. Äiti pyrkii unelmoimaan (*reverie*), sisällyttämään ja ajattelemaan mielessään vauvan sietämättömiä, ei-ajateltavissa olevia beta-elementtejä ja muuntamaan ne alfa-funktionsa avulla ajateltavissa olevaan muotoon, alfa-elementeiksi. Mikäli äiti onnistuu tässä riittävän hyvin, lapsi samaistuu äitiin, joka kykenee

sietämään hänen sietämätöntään ja joka oman ajattelunsa avulla muuntaa ei-ajateltavissa olevan ajateltavaan muotoon. Lapsi sisäistää äidin kyvyn vähitellen omaksi kyvykseen. Lapsi on näin introjisoinut kyvyn prosessoida ja säädellä omia tunnetilojaan. Näin pieni lapsi oppii vähitellen kyvyn sisällyttää omia tunteitaan, jotka ennen tämän kyvyn sisäistämistä olivat hänelle sietämättömiä. Bion antoi edellä kuvatulle prosessille nimen container–contained, sisällyttäjä–sisällytetty.²⁸

Bion kirjoittaa: *”Projektiivinen identifikaatio realistisena toimintana osoittaa, että äidissä herää sellaisia tunteita, joista lapsi haluaa päästä eroon. Jos lapsi kokee olevansa kuolemassa, se voi herättää äidissä pelkoja, että lapsi kuolee. Tasapainossa oleva äiti voi hyväksyä nämä pelot ja vastata lapselle terapeuttisesti eli tavalla, joka saa lapsen tuntemaan saavansa takaisin pelkäävän persoonallisuutensa, mutta sellaisessa muodossa, että sen voi sietää – lapsen persoonallisuus kykenee käsittelemään näitä pelkoja. Mikäli äiti ei voi sietää näitä projektioita, lapsi pelkistyy jatkuvaan projektiivisen identifikaation käyttöön, jota se joutuu voimistamaan ja tihentämään. Lisääntynyt voima näyttää riisuvan projektion sen merkityksestä.”*²⁹

Äidit ja isät, jotka ovat häiriintyneitä tai psykoottisia ja itse vajavaisia kyvyssään ajatella ja sisällyttää omia tunnetilojaan, eivät kykene tarjoamaan pienelle lapselleen mahdollisuutta sisäistää tunnetilojensa ajattelu-, säätely- ja sietokykyä. Päinvastoin nämä äidit projisoivat omat sietämättömät ahdistuksensa lapseen, jolloin lapsi kokee nimetöntä kauhua.³⁰

Paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa oleva ihminen näkee maailman vihollisten ja pelastajien näyttämönä, jossa hajoamisen uhka ja rajattomuuden tunne vallitsevat ja sisäinen ja ulkoinen kokemus sekoittuvat. Tämä kokemus herättää annihilaatioahdistuksen eli itsen häviämisen ahdistuksen. Konkreettinen ajattelu, fuusio ja sekaannus vallitsevat. Psykoottisessa tilassa oleva ihminen kokee usein, että psykoanalyytikon tulkinta tyhjentää hänet hänen ajatuksistaan tai että terapeutti pakottaa osia omasta mielestään potilaan mieleen.³¹

Ihminen voi kokea, että hän on omistavasti hankkinut (hankkiva projektiivinen identifikaatio) itseensä mahtavan toisen identiteetin ja kokee samastumisen kautta olevansa tämä objekti, esimerkiksi Jeesus tai Jumala. Tällöin ihminen kokee olevansa kateellisten objektien ympäröimä. Nämä objektit haluavat ryöstää häneltä nämä mahtavat voimat.³²

Gustav Schulman ja projektiivisen identifikaatio

Melanie Kleinin artikkeli *Notes on Some Schizoid Mechanisms* loi uuden perustan maanis-depressiivisen psykoosin ja skitsofrenian psykoterapeuttiselle ymmärtämiselle ja hoidolle. Klein ajatteli, että ne häiriöt introjektion ja projektion vastavuoroisuudessa, jotka sisältävät massiivista egon funktioiden osittamista, vahingoittavat sisäisen ja ulkoisen maailman suhdetta jopa siinä määrin, että niillä on yhteys skitsofrenian syntymekanismiin.³³

Gustav Schulman erittelee ja kehittää eteenpäin yllä olevaa Kleinin käsitystä projektiivisesta identifikaatiosta. Schulmanin mukaan projektiivinen identifikaatio on neljän samanaikaisesti toimivan psyykkisen defenssin ryväs, joiden yhteistuloksena projektiivisen identifikaation prosessi syntyy. Siinä toimivat kieltäminen, lohkominen, projektio ja samastuminen. Schulman ajattelee, että projektion käsite kuvaa vain yhtä projektiivisen identifikaatioilmiön osatekijää.³⁴

Schulman havainnollistaa asiaa esimerkillä: *”Kun sietämättömät tarvitsevuuden, pienuuden tai vihan tunteet heräävät ihmisessä, hän kokee tiedostamattomasti tarvetta päästä niistä eroon. Ensin hän kieltää vihan tunteen itsessään. Kiellettäessä tunnekokemus ei häviä, se vain siirtyy pois minä-kokemuksen piiristä. Kieltäminen on tiedostamaton fantasia siitä, että tunnekokemuksesta voi päästä eroon kieltämällä sen olemassaolo osana itseä. Kyseisen tunnekokemuksen aktivoituessa sen koetaan tulevan toisesta objektista eli toisesta ihmisestä, johon se on projisoitu. Projisoija kokee minä-kokemuksestaan poislohkottujen tunteiden tulevan objektista ja kohdistuvan itseen. Tämän seurauksena projisoija alkaa kokea ulkoisen objektin pelottavana, vihaisena tai tarvitsevana. Projisoija alkaa toimia objektia kohtaan tähän sijoittamiensa tunnekokemusten ja intentioiden mukaisesti, koska hän on vakuuttunut, että ulkoinen objekti suhtautuu ja alkaa toimia projisoijaa kohtaan häneen sijoittamien tunteiden mukaisesti. Samalla sijoittaja hankkii (acquisitive) tiedostamattomasti itselleen saman tai toisen objektin haluttuja ominaisuuksia. Hän samastuu omistavasti tähän ihannoituun ja usein täydelliseksi kokemaansa toiseen objektiin. Projisoija kokee nyt olevansa ’vapaa’ vastenmielisistä tai sietämättömistä puolistaan ja kokee saaneensa uusia haluttuja ominaisuuksia.”*³⁵

Esimerkissä oleva sietämätön poistuu itsekokemuksen piiristä, koska ei-toivotut tunnekokemukset ja intentiot kielletään. Jäljelle jäänyt self on yksipuolinen ja kaunisteltu, koska siitä puuttuu paha ja

sietämätön ja koska ihminen on hankkinut introjektiivisen komponentin avulla itselleen uusia ominaisuuksia. Tiedostamaton fantasia hallitsee eriasteisesti kuvaa sekä itsestä että sisäisestä objektista. Schulmanin mukaan projektiivinen identifikaatio voi olla massiivinen koko identiteettiä koskeva tai se voi kohdistua vain johonkin pieneen osaominaisuuteen tai intention.³⁶

Projektiivisen identifikaation sijoittava muoto voi merkitä psykoottista todellisuuden tajun menetystä mm. siten, että vihan tunteiden massiivinen toiseen sijoittaminen synnyttää paranoidisen vainoharhaisuuden. Toisessa ääripäässä sijoittava muoto on kasvun ja kehityksen palveluksessa, sillä objektiin tai ulkoiseen maailmaan sijoitetaan kokeiluluontoisesti ominaisuuksia todellisuudentajun testaamiseksi eli sen näkemiseksi, ovatko ne siellä vai eivät.

Käsitteet hankkiva projektiivinen identifikaatio ja introjektiivinen identifikaatio ovat saman ilmiön kehityksellisiä jatkumoa. Massiivisessa koko identiteettiä koskevassa identifikaatiossa subjektin minuus muuttuu patologisella psykoottisella tavalla. Subjekti samastuu ihailemaansa henkilöön niin totaalisesti, että hän kokee olevansa kyseinen henkilö: Jeesus, Elvis, Napoleon tms. Tämä nähdään mm. maanisissa psykooseissa. Introjektiivisen identifikaation ilmiö depressiivisessä mielentilassa edistää todellisuudentajun kehitystä. Samastamalla projektiivisesti eri objekteihin ja eri roolihahmoihin yksilö voi kokeiluluontoisesti eläytyä, miltä toisesta, joka on hänen kaltaisessa roolissa, tuntuu ja kuinka muut silloin häneen suhtautuvat. Tämä on tärkeä kasvutekijä lapsuudessa, teini-iässä ja myös aikuisuudessa.³⁷ Halutut, ihaillut ominaisuudet ovat aluksi päälle liimattuja ja kopioituja, mutta ne voivat vähitellen iskostua ja assimiloitua lukuisten kokemusten kautta pysyväksi osaksi subjektin identiteettiä. Kaikki omaksuminen alkaa aluksi pinnallisen hankkivan kokeilevan projektiivisen identifikaation kautta.³⁸

Bion ja normaali projektiivinen identifikaatio

Wilfred Bion puhui aikuisten välisestä eläytyvästä ja huolta pitävästä tunteesta, jonka hän nimesi normaaliksi projektiiviseksi identifikaatioksi ja jota hän kuvasi aikuisten väliseksi rakentavaksi ja empaattiseksi vuorovaikutukseksi.

Bionin mukaan projisoidut yllykkeet ja objektit introjisoidaan ulkoisten objektien ja sisäisen tunnekokemuksen muuntelemisella takaisin mieleen, jonka jälkeen ne projisoidaan uudelleen takaisin ulkoisiin objekteihin sisäisesti muunneltuina. Bion ajatteli, että vuorovaikutus äidin ja pienen lapsen välillä on projektiivista identifikaatiota eli container–contained-funktiota, mikä tarkoittaa saamisen ja antamisen vuorovaikutusta ja sen kehittymistä normaaliksi aikuiseksi tavaksi olla suhteessa toiseen ja toisiin.³⁹

Edellä kuvattu vuorovaikutus on kehitystä kannatteleva liike läpi elämän. Bion kutsui sitä normaaliksi projektiiviseksi identifikaatioksi. Normaali vastavuoroinen sijoittava ja hankkiva samastuminen koskee myös aikuisten normaalia vuorovaikutusta. Bionin mukaan – kuten Schulman ilmaisee – myös hankkiva projektiivinen identifikaatio voi olla normaalia ja rakentavan omaksumiskyvyn alkua.⁴⁰

Projektiivinen identifikaatio tarkoittaa psykoterapiassa, että psykoanalyttisesti orientoituva psykoterapeutti samastuu tilapäisesti potilaan kokonaistilanteeseen sellaisena kuin hän sen kokee. Hän samastuu subjektiivisiin affekteihin, aistimuksiin, tunteisiin ja myös itsen tuhoutumisen kauhuun, jos se on läsnä. Psykoanalyttikon tulee kyetä sietämään aistimansa empaattiset ja täydentävät tunne- ja kokemusvasteet ja sanoittaa niiden ja havaintojensa pohjalta kokonaistila potilaalle ymmärrettävässä ja siedettävässä muodossa. Tämä merkitsee myös analyttikon omien empaattisten ja täydentävien tunnevasteiden sietämistä ja niiden säädeltyä hallintaa.⁴¹

Massiivinen projektiivinen identifikaatio

Massiivinen projektiivinen identifikaatio liittyy aina paranoidis-skitsoidiseen positioon. Massiivinen projektiivinen identifikaatio tarkoittaa, että ihminen evakuoituu eli oksentaa itsestään pois sietämättömiä selfinsä osia kykenemättä juuri lainkaan sisällyttämään ylitsevuotavaa ahdistustaan. Hän siis projisoi omia mielensisäisiä ja sietämättömiä tunne-, fantasia- ja ajatussisältöjä pakonomaisesti ulkomaailman objekteihin. Psykoanalyttikot Melanie Klein, Herbert Rosenfeld, Donald Metzger ja David Bell kuvaavat massiivista projektiivista identifikaatiota eikommunikaatioksi, koska siinä mielentilassa oleva ihminen ”sylkee” pakonomaisesti ulos kaiken

häntä häiritsevän mielensisällön ulkoiseen objektiin, jolloin hänen egonsa köyhtyy ja tyhjenee. Meltzer kuvaa massiivisesti analyttikkoon projisoivan potilaan kokemusta tiedostamattomaksi ”toilettirinta-vuorovaikutukseksi” (*toilet breast*).⁴² Bion kuvaa potilaan massiivista ja pakonomaista projisointia vuotavaksi containeriksi. Vuotava sisällyttäjä tarkoittaa äitiä, joka itse on jäänyt elämässään hyvin vajaaksi omien tunteidensa sisällytetyksi tulemisen kokemuksista. Tällainen vuotavan sisällyttäjän omaava äiti vuotaa omat ahdistavat tunteensa vauvaan, joka joutuu ottamaan sekä äidin ahdistukset että oman sietämättömän ahdistuksensa muokkaamattomana heti takaisin. Tämä ”vuotava” vuorovaikutus herättää vauvassa kuolemankauhun.⁴³

Klein (1946-1963) kuvaa yksilöitä, jotka elävät tyhjyyden tunteessa ja epätodellisessa maailmassa. Nämä ihmiset vetäytyvät muiden seurasta, koska kokevat tiedostamattomasti, että muut kantavat heidän selfinsä pelättyjä osia, jolloin he kokevat tiedostamattomissa mielikuviinsa, että ulkopuolella on paha kostaja ja muut ihmiset ovat pelottavia ja kostonhaluisia.⁴⁴

Vaihtoehtoisesti subjekti kokee, että hyvän projisoiminen ulkoiseen objektiin sisältää itsen arvokkaita ja idealisoituja osia ja että tämä kokemus voi johtaa objektin ihannoimiseen ja objektiin takertumiseen (*adhesive identification*). Subjekti voi kokea selfin takertumisen objektiin hankalaksi siksi, että eriytyminen tällaisesta objektista voidaan kokea katastrofaaliseksi minän hyvien osien menettämiseksi.⁴⁵

Postkleinilaiset kuvaavat tätä prosessia egon hallitsemattomana osittumisena. Silloin vuorovaikutus ei ole kommunikoivaa vaan selviämistä hengissä ylitsevuotavien tunteiden ahdistavasta kauhusta. Itse olen sitä mieltä, että massiivinen projektiivinen identifikaatio on pohjimmiltaan kommunikatiivista potilaan yritystä ilmaista syvää ahdistusta, pelkoa ja hätää psykoanalytikolleen tässä ja nyt.

Massiivinen projektiivinen identifikaatio on häiriintyneen projektiivisen identifikaation äärimuoto, joka johtaa usein rajatila- tai psykoottistasoiseen todellisuudentajun menettämiseen, koska osia mielen sisällöistä tai toiminnoista lohkoutuu irti minä kokemuksen piiristä ja sijoittuu objektikokemukseen. Tämä johtaa minän ja objektin rajojen sotkeutumiseen sekä todellisuuden tajun hämärtymiseen.⁴⁶ Massiivinen projektiivinen identifikaatio luo tunteen vangittuna tai vallattuna olemisesta. Esimerkki tästä ovat *Alien*-elokuvat, joissa hirviöllä on ominaisuus tunkea sikiäviä osia itsestään saaliinsa ruumiiseen ja näin vallata ja tuhota saaliin persoonallisuus. Kysymys on kokemuksellisista rajoista itsen ja ympäröivän maailman välillä.

Kun henkilö projisoi alitajuisissa kuvitelmissaan osia itsestään toiseen henkilöön, seuraa tunne, että tällä toisella on pääsy näihin projisoituihin puoliin subjektin elämässä. Ihmisillä, joilla vallitsevana mielentilana on paranoidis-skitsoidinen positio, valittavat usein, että he eivät elä omaa elämäänsä, vaan näyttelevät osaa jonkun toisen ohjaamassa näytelmässä. Toisin sanoen subjekti kokee objektin kontrolloivan häntä projisoitujen osien kautta. Omia projisoituja tunteita ja puolia kontrolloidaan toisessa.⁴⁷

Sijoittava ja hankkiva projektiivinen identifikaatio Hanna Segalin kuvaamana

Brittiläinen psykoanalyttikko Hanna Segal kehitti merkittävästi psykoanalyttista objektisuhdeteoriaa mm. taiteen, symbolifunktion, projektiivisen identifikaation ja psykoanalyttisen tulkinnan näkökulmista käsin. Hanna Segalin mukaan varhaisessa paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa potilas projisoi tiedostamattomien kuvitelmiensa kautta osan egostaan objektiin. Tuo objekti on usein psykoterapeutti, jota potilas pyrkii tällä tavalla kontrolloimaan ja omistamaan ja johon hän myös projisoi omia luonteenpiirteitään.

Segal ajattelee, että on tilanteita, joissa transferenssia voidaan ymmärtää vain projektiivisen identifikaation kautta, kuten seuraavan esimerkin tilanteessa, jossa potilas vetäytyy ja vaikenee ja herättää analyttikossa avuttomuuden ja hylätyksi tulemisen tunteita. Potilas kokee, ettei analyttikko ymmärrä häntä, koska hän on projisoinut analyttikkoon hylätyn lapsiosansa kaikkine siihen liittyvine tunteineen.⁴⁸

Segal tuo esimerkin havainnollistamaan tilannetta: Psykoanalyttikko-opiskelija esitti tapauksen, jossa hänen analyysissään oleva naispotilas kertoi, kuinka hänen lapsensa olivat kateellisia toisilleen ja kilpailivat hänen huomiostaan. Esimerkin potilas oli tiedostamattaan kääntänyt itsensä ja äitinsä välillä olleen varhaisemman tilanteen lastensa ja itsensä välille, joka transferoitui nyt psykoanalyttikon ja potilaan välille. Potilaassa heräsi transferenssi, jossa hän tiedostamattomasti hankki (hankkiva (*acquisitive*) projektiivinen identifikaatio), kaappasi ja samastui hylkäävään äitiin ja sijoitti analyttikkoonsa hylätyn lapsiosan itsestään (sijoittava (*attributive*) projektiivinen identifikaatio). Edellä mainittu prosessi tapahtui ennen taukoa terapiasta. Potilas suojautui

projektiivisen identifikaation avulla tauon hänessä herättämältä sietämättömältä eroahdistukselta.⁴⁹

Analyytikko-opiskelija tulkitsi potilaan kokemuksen liian nopeasti potilaalleen, jolloin potilas koki, että analyytikko yrittää tunkea hänen mieleensä jotakin vierasta ja uhkaavaa, jota potilas ei tunnista kuuluvaksi itseensä. Segal painottaa, että analyytikon on ensin kyettävä riittävästi sisällyttämään ja ajattelemaan potilaan häneen sijoittamia sietämättömiä tunteita, ajatuksia ja tiedostamattomia fantasioita ennen kuin voi antaa niitä sanallisesti takaisin potilaalle. Ajan kanssa analyytikko muuntaa potilaalle toistaiseksi sietämättömän siedettävään muotoon ja välittää sen potilaalle pala palalta hänen vastaanottokykynsä rajoissa tulkintaa tai empaattista kuvailua käyttäen. Empaattinen kuvailu tai transferenssitulkinta mahdollistuvat analyytikon oman vastatransferenssin ja vastatunteiden tuoman ymmärryksen kautta. Kun analyytikon ”väärät tulkinnat” toistuvat, potilas alkaa kokea, ettei analyytikko ymmärrä häntä, mikä taas vähentää luottamusta potilaan ja analyytikon välisessä vuorovaikutussuhteessa aina umpikujaan asti.⁵⁰

Segal painottaa, ettei tässä tilanteessa ole riittävää tulkita potilaalle vain kääntämisprosessia, vaan analyytikon tulisi tulkita potilaalle yksityiskohtaisesti tämä hankkiva projektiivinen identifikaatio, jossa potilas samastuu sisäiseen hylkäävään äitiinsä ja samalla projisoi hylätyksi tulevan lapsiosan analyytikkoonsa. Segal jatkaa osoittamalla, että kun projektiivinen identifikaatio hallitsee tiedostamattomasti potilaan sisäistä kokemusmaailmaa, potilas alkaa kokea analyytikon vainoavana, koska analyytikon mieli on täytynyt potilaan lapsiosan hylätyksi tulemisen projektiolla.⁵¹

Kun potilas projisoi osia itsestään, tässä tapauksessa hylätyn lapsiosan ulkoiseen objektiin, hän introjisoi eli hankkii, omistaa ja samastuu mielessään toiseen sisäiseen objektiin, hylkäävään äitiin, kuten Hanna Segal kuvaa yllä olevassa esimerkissä. Näin sijoittava ja hankkiva projektiivinen identifikaatio tapahtuvat samanaikaisesti. Segal kuvaa pienen lapsen kokemusmaailmaa paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa seuraavasti: *”Paranoidis-skitsoidisessa positiossa vauva on suhteessa osaobjekteihin, erityisesti äidin rintaan ja äidin kasvoihin. Vauva ei koe tässä kehitysvaiheessa ambivalenssia eli vihaa ja rakkautta ja niiden ristiriitaa samanaikaisesti. Vauvan objekti on lohkottu ideaaliin ja vainoavaan objektiin, ja vauvan ahdistus on tässä vaiheessa laadultaan vainoavaa. Vauva pelkää, että vainoajat tunkeutuvat ja tuhoavat hänen selfinsä ja ideaalin objektinsa. Vauvan pyrkimyksenä on hankkia, omistaa ja samastua ideaaliin objektiin ja*

projisoida ja pitää etäällä sekä pahat objektit että omat tuhoavat impulssinsa. Lohkominen, introjektio ja projektio toimivat tässä hyvin aktiivisina mielen suojauskeinoina.”⁵²

Hankkivan projektiivisen identifikaation ja introjektiivisen identifikaation ero

Brittiläiset psykoanalyttikot Melanie Klein, Herbert Rosenfeld, David Bell ja Robert Hinshelwood erottavat toisistaan hankkivan projektiivisen identifikaation ja introjektiivisen identifikaation.⁵³ Projektiivinen identifikaatio on alitajuinen fantasia, jossa osia itsestä tai sisäisestä objektista on lohkottu irti ja sijoitettu ulkoiseen objektiin. Projisoija kokee tiedostamattomissa mielikuvissaan, että sijoitetut itsen tai objektin osat voivat olla hyviä tai pahoja. Projektion kohde kokee painetta alkaa toimia lähettäjän projektioiden mukaisesti.

Projektiivisen identifikaation tiedostamattomilla fantasioilla koetaan välillä olevan hankkivia ja välillä taas sijoittavia ominaisuuksia. Tämä tarkoittaa, että alitajuinen fantasia sisältää sekä oman mielen ominaisuuksia, joista halutaan päästä eroon, että toisen mielen ominaisuuksia. Toisen mielen ominaisuuksia halutaan saada ikään kuin tunkeutumalla toiseen ja kaappaamalla toisen ominaisuuksia oman mielen ominaisuuksiksi. Tässä tapauksessa projektiiviset ja introjektiiviset fantasiat toimivat yhdessä ja samanaikaisesti. Hankkivassa (*acquisitive*) projektiivisessä identifikaatiossa on kyse suojautuvasta ja varhaisesta prosessista, lähes psykoottistasoisesta kokemisesta, jossa rajat itsen ja objektin välillä eivät vielä ole eriytyneitä ja selkeitä.

Vastavuoroinen sijoittava ja hankkiva samastuminen tarkoittaa sietämättömien sisäisen itsen ja objektin osien tunkeutuvaa projisoimista ulkoiseen objektiin, jotta subjekti voisi kontrolloida ja omistaa objektin. Kyse on toisen ominaisuuksien varastamisesta, kaappaamisesta niin, että projisoija kokee ja uskoo samastumisen kautta olevansa konkreettisesti tuo objekti, johon tunkevat ja omistavat projektiot on lähetetty, esimerkiksi Jeesus tai Napoleon. Näissä paranoidis- skitsoidisen position tilanteissa selfin ja objektin rajat hämärtyvät ja ihmisen on vaikeaa erottaa, kumpi on projisoija ja kumpi vastaanottaja. Analyttisessä paripsykoterapiassa tämä tarkoittaa, että on vaikeaa erottaa parin osapuolia toisistaan – he ovat kuin ”toistensa taskussa”.

Introjektiivinen identifikaatio tapahtuu enemmän depressiivisessä positiossa. Siinä self on eriytyneempi objektista, jolloin ihminen voi vähitellen sisäistää itseensä hyviä kokemuksia ja asemoida minäänsä riittävän hyvän objektin ja superegoonsa riittävän hyvän sisäisen vanhemman ja vanhempiparin. Introjektiivisessa identifikaatiossa on kyse kasvua edistävästä prosessista, jossa pieni lapsi sisäistää mieleensä psyykkisiä rakenteita.

Introjektiivinen identifikaatio on hankkivan projektiivisen identifikaation kypsempi muoto. Käsitteet *hankkiva projektiivinen identifikaatio* ja *introjektiivinen identifikaatio* ovat osa projektiivisen ja introjektiivisen identifikaation jatkumoa. Introjektiivinen identifikaatio tarkoittaa jatkumon toisessa päässä olevaa kehittyneempää ja eriytynyttä samastumisprosessia, ja hankkiva projektiivinen identifikaatio viittaa jatkumon siihen puoleen, joka on vielä eriytymätön ja lähempänä psykoottista kokemista.⁵⁴

Tässä ja nyt mieluummin kuin siellä ja silloin?

Mikä mieli on siinä, että psykoanalyttikko, psykoterapeutti ja paripsykoterapeutti pyrkivät työskentelemään mahdollisimman paljon tässä ja nyt -kokemuksen kanssa? Postkleinilainen psykoanalyttikko Betty Joseph painottaa pyrkimystä pitäytyä tässä ja nyt, kun potilaan kanssa työskennellään psykoanalyttisesti.⁵⁵ Tulkintojen tekeminen muodostuu siitä, mitä potilas sanoo tai tekee istuntojen aikana. Psykoanalyttikon tulee pitää potilaan menneisyys ja historia mielessään, mutta pelkästään historia ei saa hallita analyttikon ymmärryksen välittämistä tulkintojen kautta. Olennaista on kokemus tässä ja nyt potilaan ja psykoterapeutin välillä. Psykoanalyttisen psykoterapiaprosessin tehtävänä on yrittää ymmärtää, miksi potilas kokee, ajattelee ja sanoo jotakin juuri nyt ja juuri tällä tavalla.

Analyttikko kiinnittää erityistä huomiota siihen, mikä vaikutus potilaan sanoilla ja teoilla on psykoanalyttikkoon ja analyttiseen suhteeseen. Käsite *tässä* viittaa siihen, mitä tapahtuu terapiahuoneessa potilaan ja psykoterapeutin vuorovaikutussuhteessa unohtamatta potilaan arkielämän todellisuutta.

Käsite *nyt*, tämä hetki, pitää sisällään tietoisuuden ajan kulusta. Se viittaa sekä potilaan menneisyyteen että hänen tulevaisuuteensa, samalla aikamääre *nyt* viittaa potilaan analyysiprosessin tilanteeseen nykyhetkessä, tilanteeseen, joka muuttuu koko ajan. Bionin termi *ilman muistia ja halua* (*without memory and desire*) viittaa samaan: ”Muisti johtaa aina toisasioita harhaan, koska alitajuiset voimat vääristävät sitä. Halut häiritsevät viemällä mielen muualle silloin kuin havainnointi arvostelukykyisen toiminnan tukemana on oleellisinta. Halut vääristävät arviointikykyä, koska ne valikoivat ja rajoittavat arvioitavaa materiaalia.” Muisti vie mieltä aina menneisyyteen ja halu tulevaisuuteen. Sen vuoksi analyytikon tulisi pyrkiä kokemaan ja kuulemaan potilasta siinä, mitä juuri nykyhetkessä tapahtuu, ilman muistia ja halua. Psykoanalyttinen havainnointi ei koske sitä mitä on tapahtunut, eikä myöskään sitä mitä tulee tapahtumaan, vaan sitä mitä juuri tässä ja nyt tapahtuu.⁵⁶

Betty Joseph uskoo, että psykoanalyttinen työskentely nykyhetkessä saa potilaan tuntemaan itsensä turvallisemmaksi ja vakaammaksi, sillä sekä potilas että psykoanalyttikko voivat molemmat havainnoida, mitä tässä hetkessä tapahtuu, esimerkiksi miten ahdistuksen tunne nousee ja laskee ja miten varhaiset suojautumiskeinot lisääntyvät tai vähenevät. Teoreettisten selitysten sijaan sekä psykoterapeutti että potilas kokevat liikkeen ja muutoksen.⁵⁷

Ihminen sisäistää helpommin tässä ja nyt -kokemuksen omaksi ”lihaksi ja verekseen”, ja sisäistetty kokemus symboloituu vähitellen ihmisen mieleen syvällisesti ja pysyvästi. Siellä ja silloin -kokemus jää helposti ulkokohtaiseksi, tiedolliseksi ja älylliseksi.⁵⁸ Siellä ja silloin on mennyttä kokemusta. Se ei elä, ellei se elävöidy ja aktualisoidu kokemukseksi suhteessa psykoterapeuttiin nykyhetkessä.⁵⁹ On itsestään selvää, että joudumme ajoittain työskentelemään myös siellä ja silloin. Se voi auttaa potilasta löytämään jatkuvuuden tunteen ja ajan merkityksen hoitoprosessinsa aikana.

Betty Joseph ajattelee, että analyytikon tulee pyrkiä, kun se on mahdollista, tuomaan potilaan tunteet, ajatukset ja fantasiat koettaviksi tässä ja nyt. Analyytikon ei tule liittää liian aikaisin potilaan menneisyyttä nykyisyydessä elävöityvään transferenssi- ja vastatransferenssityöskentelyyn, sillä potilas voi käyttää menneisyyttä älyllistämisen palveluksessa, jolloin hän helposti etäistää elävöityvät tunteensa.⁶⁰ Josephin mukaan – ja tämän olen useasti itsekin kokenut – potilas löytää itse elävän tunneyhteyden lapsuuteensa, kun analyyttikko onnistuu ymmärtämään potilastaan tässä ja nyt, transferenssisuhteessa itseensä. Näin potilaan menneisyyden kokemukset tulevat uudella tavalla toistuvasti elettäviksi, kohdatuiksi ja

ymmärretyiksi nykyhetkessä, jolloin hänen oma suhtautumisensa menneisyyden kokemuksiin muuttuu. Menneisyyden kokemuksia ei voi muuttaa, mutta niihin suhtautuminen muuttuu psykoanalyttisen prosessin myötä. Psykoanalyysissa potilas ”kirjoittaa” historiaansa uusiksi. Tunteet voivat aktualisoitua myös sanattomien ruumiin tuntemusten, kuten elinten, aistimusten, eleiden, ilmeiden, kiihotuksen tai kipujen kautta. Projektiivisen identifikaation tunnistaminen näissä tilanteissa vaatii psykoanalytikolta erityisen herkkää omien ruumiintuntemusten kuuntelua, sillä ruumiin kieli on ihmisen rehellisin kieli, mutta sitä on vaikeaa tulkita.⁶¹

Kun tunteet aktualisoituvat ja potilas uskaltaa elää niitä analyysitunnin aikana, on analyytikolla mahdollisuus välittää potilaalle uutta ymmärrystä siitä, mistä tämän tunteet kumpuavat ja mikä niitä motivoi. Potilaan kokemusten elävästä toistumisesta suhteessa analytikkoon voi seurata uusi kokemus ja uudenlainen ymmärrys, joka sisäistyy potilaan mielen maailmaan uudella tavalla. Tämän kokemuksen tulee toistua psykoterapiassa lukuisia kertoja, jotta vähittäinen sisäinen muutos pääsee tapahtumaan. Kyse ei ole vesipisaran suuruudesta vaan toistojen määrästä, kun vesipisara aiheuttaa kiveen pysyvän muutosjäljen.⁶²

Psykoanalyttinen prosessi on aktiivista dialogia potilaan ja psykoanalytikon välillä. Siinä psykoanalytikolla on mahdollisuus nähdä ja kokea potilaan nykyisyydessä heräävät ahdistukset ja defenssit, ymmärtää yksityiskohtaisesti, miten ne toimivat ja miten potilaan psyykkiset suojausmekanismit ovat rakentuneet hänen persoonallisuuteensa alun alkaen. Kun tulkitsemme potilaan menneisyyttä nykyhetkessä, potilaan ego integroituu ja vahvistuu. Kun tulkitsemme potilaan menneisyyttä nykyhetkessä, potilas alkaa usein elävästi muistaa tapahtumia ja tilanteita menneisyydestään. Psykoanalyttinen prosessi on aina kaksisuuntainen; se mitä juuri nyt tapahtuu vaikuttaa molempiin. Kun hoidon loppuvaiheessa tulkitsemme enemmän potilaan historiallista menneisyyttä, sallimme potilaan saada etäisyyttä sekä analytikkoon että kokemaansa nykyhetkeen. Etäisyys antaa potilaalle mahdollisuuden nähdä analytikkonsa erillisenä sisäisistä objekteistaan. Näin voimme toimia vasta sen jälkeen, kun potilas on kokenut ja syvästi ymmärtänyt varhaislapsuudessa elettyjä traumaattisia ja vääristyneitä kokemuksiaan nykyhetkessä.⁶³

Brittiläisen psykoanalytikon James Stracheyn mukaan kysymys on monimutkaisten ihmissuhteiden kokonaistilanteesta, jossa potilas yrittää tiedostamattomasti manipuloida analytikkoa johonkin menneisyytensä rooliin. Tämä rooli on muodostunut osaksi potilaan sisäistä

maailmaa ja osaksi hänen tiedostamattomia odotuksiaan ulkoista maailmaa ja analyttikkoa kohtaan. Strachey ilmaisee asian selkeästi ja ymmärrettävästi vuonna 1934 kirjoittamassaan artikkelissaan *The Nature of the Therapeutic Action of Psycho-analysis: "Transferenssiprosessi antaa meille analyttikoille suuren mahdollisuuden. Sen sijaan, että joutuisimme käsittelemään parhaan kykymme mukaan kaukaisen menneisyyden konflikteja kuolleine olosuhteineen, muumioituine henkilöineen ja valmiiksi määrättyine lopputuloksineen, huomaammekin olevamme keskellä todellista tilannetta, jossa me ja potilaamme olemme keskeisiä hahmoja."*⁶⁴

Projektiivinen identifikaatio, vastatransferenssi ja elävät hetket?

Freud ei hyväksynyt vastatransferenssin käyttöä psykoanalyttikon välineenä ymmärtää potilastaan paremmin. Freud painotti, että psykoanalyttikon tulisi olla kuin peili, jota vasten potilas heijastaa tunteitaan, ajatuksiaan ja fantasioitaan. Freudin mukaan analyttikon tulisi olla kuin kirurgi, joka keskittyy tehtäväänsä ja kykenee laittamaan omat tunteensa sivuun. Analyttikon tuli torjua ja kätkeä omat tunteensa, ajatuksensa ja fantasiansa, joita Freud piti analyysiprosessia häiritsevänä tekijänä.

Brittiläisen psykoanalyttikon Robert Hinshelwoodin mukaan Freudin suositus analyttikon omien tunteiden torjumisesta johti siihen, että psykoanalyysiprosessista tuli mekaaninen ja puutunut, koska analyttikko joutui näin tukahduttamaan itsessään heräävät elävät tunteet, ajatukset ja fantasiat, joita suhde potilaaseen hänessä herätti ja elävöitti. Kun analyttikko torjui tunteensa, hänellä oli vähemmän mahdollisuuksia ymmärtää, missä sielunmaisemassa hänen potilaansa parhaillaan liikkui.⁶⁵

Vasta vuonna 1950 Kleinin työtoveri, brittiläinen psykoanalyttikko Paula Heiman kirjoitti artikkelin siitä, miten analyttikon on välttämätöntä oppia kuulemaan ja havainnoimaan vastatransferenssiaan potilaansa ymmärtämisen lisäämiseksi. Paula Heimanin mukaan kaikki analyttikossa heräävät tunteet ja ajatukset liittyvät aina jollain tavalla potilaan senhetkisiin kokemuksiin ja tunteisiin sekä potilaan ja analyttikon väliseen vuorovaikutukseen nykyhetkessä.⁶⁶ Miksi juuri nyt analyttikossa heräävät nämä tunteet ja fantasiat, oli Heimanin kysymys. Nykyään

useimmissa psykoanalyttisissa koulutuksissa kautta maailman on tärkeää oppia observeimaan psykoanalytikon vastatransferenssia.

Havainnoinnin fokus on siinä, mitä intentioita, aistimuksia, ajatuksia, tunteita ja tiedostamattomia fantasioita yksilö, pari tai ryhmä analyttikkoonsa sijoittaa. Bion nimesi ilmiön, kuten edellä on tullut esille, sisällyttäjä–sisällytetty-käsitteen avulla. Container–contained toi lisäarvoa ja lisääymmärrystä potilaan ja analyttikon väliseen vuorovaikutusprosessiin.⁶⁷ Psykoanalyttinen prosessi on vuorovaikutusprosessi. Potilas kommunikoi psyykkisen maailmansa analyttikolle ja elää sitä uudelleen tiedostamattomasti transferenssisuhteessa häneen. Vastatransferenssinsa pohjalta analyttikko kommunikoi nykyhetkessä potilaalle ymmärryksensä potilaan transferenssisuhteesta. Projektiivinen identifikaatio on siis keskeisessä asemassa potilaan ja analyttikon välisen vuorovaikutuksen elävässä ymmärtämisessä. Potilaan varhaiset, jopa vauva-ajalta peräisin olevat tunteet ja affektit, jotka ovat ennen kielellistä ilmaisukykyä syntyneitä kokemuksia, voivat tulla ilmaistuiksi vain varhaisen ja sanattoman projektiivisen identifikaation kautta.⁶⁸

Robert Hinshelwood kirjoittaa, että elävät hetket ovat hoidossa käsillä, kun sekä potilas että analyttikko kokevat molemmat jotakin häiritsevää psykoterapiaprosessin ilmapiirissä. Kun potilaan tunteet tavoitetaan, jotakin aitoa ja elävää tulee kohdatuksi ja ymmärretyksi tässä ja nyt, koska potilaan kärsimys on vihdoinkin alkanut tulla näkyväksi. Psykoanalyttikot ja psykoterapeutit tarvitsevat työssään maamerkkejä, tukea ja työnohjausta, jotta potilas voisi elää ristiriitaisia tunteitaan, vihojaan, pelkojaan ja halujaan nykyhetkessä suhteessa analyttikkoon sen sijaan, että näistä tunteista vain puhuttaisiin tiedollisesti ja älyllisesti siellä ja silloin -tasolla. Potilaat, jotka ovat erityisen hyviä peittämään ja vääristämään tunteensa, ovat myös vaikeasti tavoitettavia. Heidän hoidossaan kuolleet hetket vallitsevat ja elävät jäävät taka-alalle.⁶⁹

Kuolleet hetket ovat merkkejä siitä, että psykoanalyttikko tai paripsykoterapeutti on tiedostamattomasti ja tilapäisesti samastunut potilaan tai parin häneen sijoittamaan rooliin. Näin potilas pyrkii tiedostamattomasti varmistamaan defensiivisen ja aitoa kohtaamista välttelevän yhteistyön psykoanalyttikon kanssa. Psykoanalyttikko menee tiedostamattomasti mukaan tähän vuorovaikutukseen alkamalla tulkita mekaanisella tavalla potilaan mielen sisältöä ja merkityksiä.⁷⁰

Projektiivinen identifikaatio parisuhteessa – parisuhteen projektiivinen luonne

Varhaisen projektiivisen identifikaatiokehityksen kuvaaminen on tärkeää, koska nämä varhain koetut vaikeudet näyttämölistyvät aikuisten parisuhteissa. Bion on tutkinut ja kehittänyt huomattavasti psykoanalyttista ryhmäteoriaa, ja hän ajattelee, että projektiivisen identifikaation olemukseen kuuluu vuorovaikutus, jossa omien sietämättömien tunteiden sijoittaja vaikuttaa objektiin, johon sietämätön on projisoitu. Objektilla oletetaan olevan kyky sisällyttää siihen projisoidut tunteet.⁷¹

Brittiläisen psykoanalyytikon ja paripsykoterapeutin Mary Morganin mukaan projektiivisen identifikaation käsite on lahja niille, jotka yrittävät ymmärtää parisuhteen tiedostamatonta psykodynaamiikkaa.⁷² Se on rikas, teoreettista ja kliinistä ymmärrystä lisäävä käsite, jota on kehitetty laajasti ja yksityiskohtaisesti. Nykyään projektiivinen identifikaatio ymmärretään mielensisäisenä ja vuorovaikutuksellisenä prosessina. Projektiivinen identifikaatio on samanaikaisesti psyykinen suojautumiskeino, kommunikaatiomuoto ja tapa olla suhteessa.

Psykoanalyttisessa paripsykoterapiassa projektiivisen identifikaation ymmärtämisellä on keskeinen rooli. Kleinin jälkeen monet psykoanalyttikot ovat pohtineet projektiivisen identifikaation merkitystä vuorovaikutustilanteissa. Sitä on käytetty sekä varhaisen kehityksen kuvaamiseen että monenlaisten ihmissuhteiden, kuten myös potilaan ja analyttikon, potilasryhmän ja analyttikon sekä parin ja analyttikon välisen psykoterapiasuhteen kuvaamiseen ja ymmärtämiseen. Kuten edellä olen kuvannut, sisäiset objektisuhteet näivettyvät ja vääristyvät, elleivät ne ole vastavuoroisessa yhteydessä ulkomaailman objektisuhteisiin. Ihmissuhteet yksilö-, pari- ja ryhmätasolla pysyvät yllä projektiivisten ja introjektiivisten prosessien avulla.

Klein painotti projektiota ja introjektiota elämän perusvuorovaikutuksena, joka on välttämätön ja elämää ylläpitävä prosessi kohdusta hautaan. Jo kohdussa sikiö ottaa sisään happea ja ravintoa istukan kautta ja ulostaa kuona-aineet lapsiveteen. Syntymän jälkeen vauva alkaa hengittää itse omilla keuhkoillaan ja imeä äidin rintaa itse ja aktiivisesti omien tarpeidensa ohjaamana. Vauvan hengitys ja syöminen ovat saamista ja antamista. Samalla tavalla pieni vauva ikään kuin ”syö” psyykkisesti äitiään, ottaa häneltä ja antaa hänelle ulosteensa, virtsansa ja tunnetilansa. Samalla hän vastaanottaa äidin hymyn, rakastavat kasvot ja intuitiivisen kyvyn ymmärtää ja tyydyttää

vauvan tarpeita. Äiti toimii vauvan pahan olon sisällyttäjänä. Riittävän hyvä äiti on jatkuvasti intensiivisessä vuorovaikutuksessa vauvan kanssa ja pohtii, onko vauva yksinäinen, nälkäinen, kivulias, väsynyt vai tyytyväinen. Myös äiti saa tyydytystä imettäessään lasta.⁷³

Brittiläisen psykoanalyttikon ja paripsykoterapeutin Mary Morganin mukaan projektiivinen identifikaatio on keskeinen käsite, kun tarkastellaan ”parin projektiivista systeemiä”. Projektiivisen identifikaation käsite lisää ymmärrystä siitä, miksi parit, joiden suhde on onneton, eivät voi erota eivätkä löytää parempaa elämää ja suhteessa oloa parina. Siteeraan Mary Morgania:

”Projektiivisen systeemin luonnetta kuvaa se, miten joustavia, kommunikatiivisia, jäykkiä, suojautuvia tai tunkeutuvia ovat ne tavat, joita projisoija käyttää ja joita vastaanottaja kokee. Parin projektiivinen systeemi voi olla rakentava ja sisällyttävä kokemus parisuhteelle, tai se voi olla hyvin narsistinen ja parisuhteen kehitystä pysäyttävä kokemus. Projektiivinen identifikaatio on laaja-alainen käsite, johon kuuluu ”tiedostamaton parinvalinta” ja myös ”parin tiedostamaton yhteensopivuus.”⁷⁴

Mary Morgan pohtii tiedostamatonta parinvalintaa ja tiedostamatonta yhteensopivuutta parina seuraavasti: *”Aikuisen kumppanin tietoiseen valintaan, seksuaaliseen viehättymiseen ja syvän tunneyhteyden kokemiseen vaikuttaa monia tiedostamattomia tekijöitä. Näitä tiedostamattomia vaikuttimia voisi luonnehtia parin tiedostamattomaksi avioliittosopimukseksi, jolle parisuhteen läheisyyden kokeminen rakentuu hyvässä ja pahassa. Pari voi kokea kumppaninsa ikään kuin itsen ”toisena puoliskona”, objektina, jonka kanssa suhteessa oleminen saa subjektin tuntemaan itsensä psyykkisesti eheämmäksi.”⁷⁵*

Ristiriitaisissa suhteissa ja tilanteissa meillä on taipumus kokea itsemme ei-halutut puolet pelottaviksi, ja kun ne aktualisoituvat kumppanissamme, hyökkäämme usein niitä vastaan. Parisuhteen osapuolet kantavat tiedostamattomissa mielikuvissaan osia toisistaan, toisin sanoen he kantavat toinen toisiinsa projisoituja selfin puolia. He kantavat itsessään myös niitä puolia toisesta, jotka haluavat itselleen. Parin osapuolet ”täydentävät toisiaan tiedostamattomasti.”⁷⁶

Paripsykoterapeutti Willi ajattelee, että parin osapuolet voivat tuntea olevansa molemmat sekä viehättyneitä että samanaikaisesti häiriintyneitä jonkin keskeisen toiselle kuuluvan ominaisuuden tai persoonallisuuden piirteen suhteen. Usein nämä parin tiedostamattomat projektiiviset systeemit ja tärkeiksi koetut ominaisuudet luovat aviosuhteiden motivoivan ytimen.

Kumppaneiden pelot herättävät molemmissa osapuolissa suojautumiskeinoja, jotka auttavat

kumpaakin osapuolta lieventämään peloista kumpuavaa ahdistusta. Parin molemmat osapuolet pyrkivät joko välttämään tai hallitsemaan suhteessa herääviä ahdistavia mielikuvia, tunteita ja pelkoja, jotka synnyttävät ristiriitoja ja räjähdyksiä heidän välillään. Voimakkaat yhteenotot perustuvat samanlaisiin tiedostamattomiin ja ratkaisemattomiin ristiriitoihin, joita pari ei voi ajatella ja sietää muuten kuin toimimalla mustavalkoisesti niiden kohtaamisen sijasta.⁷⁷

Brittiläinen psykoanalyttikko Stanley Ruzczynski ajattelee, että mikäli ymmärrämme projektiivisen identifikaation osaksi sitä prosessia, joka yhdistää parin osapuolet pariaksi, on ajateltava, että kaikki objektisuhteet ovat osaksi narsistisia. Ydin tässä ajattelussa on projektiivisen identifikaation laatu, joustavuus ja voimakkuus. Jos parin vuorovaikutuksen luonnetta hallitsevat hyvin varhaiset ja alkukantaiset defenssit, kuten halkominen ja projektiiviset prosessit, tulee sellaisista objektisuhteista luonteeltaan enemmän narsistisia. Mikäli parin vuorovaikutuksessa on vähemmän lohkomista ja projektiivinen systeemi on virtaavampaa, on parisuhteen luonne lähempänä selfin ja toisen eriytynyttä todellisuutta.⁷⁸

Amerikkalainen psykoanalyttikko Thomas Ogden painottaa projektiivisen identifikaation vuorovaikutuksellista näkökulmaa. Ogden kuvaa, kuinka projektion vastaanottaja kokee painetta ajatella, tuntea ja käyttäytyä lähettäjän projektion mukaisesti. Ogden päätyy ajattelemaan, että tavallinen ihminen, vastaanottaja, kykenee psykologisesti prosessoimaan sijoittajan projektiot siihen muotoon, että projisoija voi uudelleen vastaanottaa ja sisäistää ne itseensä.⁷⁹

Todellisuudessa ei aina käy näin, sillä kaikkea ei voi koskaan sisällyttää.

Mielestäni projektiivinen identifikaatio on alun alkaen vuorovaikutuksellinen käsite. Se tapahtuu myös intrapsyykkisesti, mutta sen kokemiseen tarvitaan vuorovaikutus sisäisen toisen ja ulkoisen toisen välillä, kuten parisuhteissa yleensäkin tapahtuu. Paripsykoterapian kannalta katsottuna on tärkeää, että projektiivinen identifikaatio nähdään sekä intra- että interpsyykkisenä prosessina. Näin siksi, että narsistisesti häiriintyneissä suhteissa saattaa usein käydä niin, ettei vastaanottaja hyväksy lähettäjän projektiota, vaan kokee olevansa ansassa ja väärinymmärretty toisen vääristyneen havainnon vaikutuksesta.⁸⁰

Tukahduttava vai sisällyttävä projektiivinen systeemi?

Kuten tässä artikkelissa on aikaisemmin todettu, tiedostamaton projektiivinen identifikaatio tarkoittaa sitä, että sijoittaja ei pelkästään tiedostamattomasti halua päästä eroon mielensä sietämättömiksi kokemistaan puolista samastumalla niihin objektissa, vaan hän haluaa samanaikaisesti myös päästä toisen mielen sisälle hankkiakseen haluamiaan puolia itselleen samastumalla niihin. Tämä ilmenee parisuhteessa niin, että parin toinen osapuoli tunnistaa toisessa jonkin ominaisuuden, jota ei koe itsessä olevan, ja valtaa sen itselleen tiedostamattomassa fantasiassa. Brittiläinen psykoanalyttikko Ronald Britton kirjoittaa seuraavasti: *”Hankkivassa samastumisessa on fantasia ’minä olen sinä’ ja sijoittavassa samastumisessa on fantasia ’sinä olet minä’.* *Hankkivassa projektiivisessä identifikaatiossa self valtaa tiedostamattomassa fantasiassa toisen ihmisen identiteetin tai sen ominaisuuksia. Mitä kaikkivoipaisemmin tämä tapahtuu, sitä vääristyneempi ja harhaluuloisempi on tulos. Sijoittavassa projektiivisessä identifikaatiossa jokin selfin puoli sijoitetaan tiedostamattomassa fantasiassa toiseen persoonaan. Se aiheuttaa muutoksen persoonassa, johon projektio kohdistuu.”*⁸¹

Parin molemmat osapuolet voivat kokea projektiivisen identifikaation hyödylliseksi. Näin kävi esimerkiksi parille, jolla oli pieniä lapsia: se vanhemmista, joka oli kotona lasten kanssa, sijoitti kodin ulkopuolisen työkykynsä työelämässä olevaan vanhempaan, kun taas työelämässä kodin ulkopuolella ollut vanhempi sijoitti tiedostamattomasti kotona olevalle vanhemmalle omat huolta pitävät puolensa.

Kleinin viimeinen varsinainen oppilas, psykoanalyttikko Donald Meltzer, erotteli, kuvasi ja nimesi tunkeutuvan eli intrusiivisen projektiivisen identifikaation. Sillä hän tarkoitti tiedostamatonta kokemusta objektista, johon on projisoitu pääasiassa tukahduttavia ominaisuuksia. Meltzerin ajattelun mukaan tärkeäksi kokemukseksi saattaa muodostua se, kokeeko pari, että heidän suhteensa on ilmava, luova ja erilaisia tunteita sisällyttämään kykenevä vai onko heidän parisuhteensa suljettu tavalla, jossa osapuolet kokevat olevansa haudattuja toistensa sisäiseen hapettomaan ja tukahduttavaan maailmaan.⁸²

Vastavuoroiset projektiiviset identifikaatiot muodostavat parin projektiivisen systeemin ytimen. Parisuhde voi olla joustava, osittain vakiintunut tai juuttunut tiedostamaton systeemi. Siteeraan pariopsykoterapeutti Cleavelyä seuraavasti: *”Eriytymättömässä parisuhteessa molemmat osapuolet kokevat toisen olevan osa itseä – kuin yhteinen persoonallisuus. Se mikä ensin viehättää ja josta myöhemmin toisessa valitetaan, on usein oman itsen pelottavien puolien projektio toisessa.*

Voimme vain kuvitella, että parasta mitä voimme tehdä ei-haluttavien itsemme puolien kanssa on projisoida ne johonkin toiseen ja saada ne niin kauas itsestä kuin mahdollista. Tämä tarkoittaa kuitenkin, että asetamme osan itsestämme vaaraan kadota ainiaaksi, ja sen mukana vaarannamme mahdollisuutemme tulla eheäksi ihmiseksi.”⁸³ (Cleavely).

Paripsykoterapeutti Aleksandra Novakovic ajattelee, ettei ole aina välttämätöntä tutkia projektiivisen systeemin sisältöä eli sitä, mitä parin osapuolet projisoivat toisiinsa tai introjisoivat toisiltaan, vaan pikemminkin näiden luonnetta. Hänen mukaansa on hyvä kiinnittää parin tiedostamattomassa vuorovaikutuksessa huomiota siihen, miten pakottavaa sietämättömästä eroon pääseminen on ja miltä tunkeutuva, kontrolloiva tai joustava sisällyttämisprosessi juuri nyt tuntuu. Novakovic painottaa, että kun kuvataan parin tiedostamatonta suhdetta, on hyvä kiinnittää huomiota sekä prosessiin että sisältöön. Objektit, mielen sisällöt ja prosessit sekä objektien väliset suhteet yhdistävät osapuolet parisuhteeseen toistensa kanssa.⁸⁴

Psykoanalyttikko Mary Morgan ajattelee, että kun parin projektiivinen systeemi toimii riittävän kehittyneellä tavalla, voimme nähdä, että parille on kehittynyt kyky sisällyttää keskinäistä suhdettaan.⁸⁵

Morgan toteaa, ettei sisällyttäminen ole välttämättä Bionin kuvaamaa sisällyttämistä, jossa toinen persoona toimii toisen sietämättömien tunteiden containerina ja toinen kokee olevansa sisällytetty. Mikäli parisuhde rakentuu niin, että toinen osapuolista on äidin ja toinen lapsen roolissa, parisuhde toimii melko alkukantaisella tavalla, ja se on hyvin rajoittunut ja suuren paineen alainen. Olen tästä Mary Morganin kanssa eri mieltä, sillä ryhmäpsykoanalyttikko Wilfred Bion tarkoitti normaalilla projektiivisella identifikaatiolla aikuisten välistä muuttavaa, muuttuvaa ja rakentavan eläytyvää vuorovaikutusta eikä äidin ja lapsen välistä vuorovaikutusta, kuten aikaisemmin tässä artikkelissa olen kuvannut. Fokuksessa on myös aikuisten ihmisten keskinäinen, ymmärtävä ja vastavuoroinen kommunikaatio.

Betty Joseph puolestaan painottaa, että primitiivisissä tunnetiloissa projektiivinen identifikaatio tarkoittaa, ettei selfillä ole huolta objektista. Tämä huolenpito objektista syntyy tavallisesti psyykkisen kehityksen myötä.⁸⁶ Kun lapsen kehitys etenee kohti depressiivisen position dominanssia – vaikkakaan projektiivisesta identifikaatiosta ei voi koskaan kokonaan luopua – muuttuu lohkominen ja itsen osien kieltäminen vähemmän ehdottomaksi ja väliaikaiseksi. Kielletyt

itsen osat voidaan helpommin vastaanottaa takaisin omaan persoonallisuuteen, mikä luo perustan joustavuudelle ja kyvylle tuntea empatiaa.⁸⁷

Paripsykoterapeutti Woodhouse ajattelee, että kehitykselliset ja psykoterapeuttiset mahdollisuudet voivat luoda parisuhteessa tilanteen, jossa sisäisessä maailmassa kumppaniin sijoitettu pelko ja sietämätön ei ole menetetty, vaan sen kanssa ”eletään”. Se on parisuhteessa koettavissa ja saatavilla, ja se voidaan sisäistää takaisin omaan persoonallisuuteen.⁸⁸

Projektiosta, joka voidaan kokea ja elää toisen ihmisen mielen kautta, tulee projisoijan mielessä vähemmän pelottava, ja se voi näin lisätä empatian tunnetta parisuhteessa. Useimmissa parisuhteissa projektiivinen systeemi sisältää sekä kehityksellisiä että defensiivisiä puolia. Kriisitilanteissa, kuten lapsensa menetyksen kokeneilla pareilla, projektiivisen identifikaation defensiivinen funktio voi tukea ja suojata paria. Paripsykoterapeutit Lynne Cudmore ja lasten psykoterapeutti Dorothy Judd, jotka työskentelevät lapsensa menettäneiden parien kanssa, havaitsivat, että toinen osapuoli parista kantoi väliaikaisesti tuskaa ylitsevuotavasta menetyksestä, jolloin kumppani kykeni toimimaan sisällyttäjänä. Cudmore ja Judd toteavat seuraavaa vuonna 2001 kirjoitetussa artikkelissaan *Traumatic Loss in the Couple: ”Kaikki parit, joiden kanssa työskentelimme, käyttivät parisuhdettaan apuna surutyössään. Puolisot vuorottelivat joustavasti ja osoittivat kykyä huolehtia ja olla huolehdittavana.”*⁸⁹

Paranoidis-skitsoidisen mielentilan vallitessa pari ei voi surra menetettyä lastaan, koska symbolointikyvyn puuttuessa heillä ei ole kykyä korjata vahingoittuneita sisäisiä objektejaan. Depressiivisen mielentilan vallitessa parilla on kyky surra, korjata vahingoittuneita objekteja ja kyky symboloida. Kyky korjata ja symboloida mahdollistaa osapuolten yksilöllisen ja yhteisen surutyön, menetetyn lapsen suremisen.

Jos parin toinen osapuoli on lähes aina vihainen, älyllinen, masentunut tai emotionaalisesti ilmaiseva ja estää toista ilmaisemasta, on projektiivinen systeemi jäykkä ja paikoilleen juuttunut”.⁹⁰

Projektiivinen (gridlock) lukkiutuma

Mary Morgan kuvaa, kuinka projektiivinen identifikaatio voi olla tiedostamattomasti luomassa narsistista, eriytymätöntä ja ”lukkiutunutta” (*projective gridlock*) parisuhdetta.⁹¹ Projektiivinen gridlock eli projektiivinen lukkiutuma tarkoittaa, että projektiivista identifikaatiota käytetään ahdistuksen, eroavaisuuksien ja erillisyyden häivyttämisen palveluksessa. Älyllisellä, kognitiivisella kokemisen tasolla pari ymmärtää olevansa kaksi erillistä ihmistä, mutta emotionaalisen kokemisen tasolla kokemus toisen erilaisuudesta ja erillisyydestä koetaan vainoavana.⁹²

Mary Morgan kuvaa prosessia seuraavasti: *”Kun projektiivista identifikaatiota käytetään tunkeutuvasti ja liiallisesti, on pyrkimyksenä joustavuuden sijaan kieltää toisen erillinen psyykinen olemassaolo. Sen sijaan pyrkimyksenä on luoda mukavan tuntuinen fuusio, ansassa tai vankina olemisen tunne, joka tekee suhteen tylsäksi.”*⁹³ Paripsykoterapeutti James Fisher kuvaa parisuhteen lukkiutunutta, takertuvaa ja tunkeutuvaa dynamiikkaa, joka toimii erityisellä narsistisella tavalla seuraavasti: *”Projektiivinen lukkiutuminen on erityinen parisuhde, jossa parisuhteen osapuolten on vaikeaa kokea psyykkisesti itsensä toisistaan erillisiksi, ja siksi he kehittävät parisuhteen, jossa puoliset kokevat olevansa lukittuja toisiinsa defensiivisellä ja kasvua estävällä tavalla.”*⁹⁴ *Takertuva dynamiikka lisää masokistisia ominaisuuksia, ja tunkeutuva dynamiikka lisää sadistisia ominaisuuksia, jotka samanaikaisesti vahvistavat toisiaan parisuhteessa. Molemmat kumppanit kokevat tässä tilanteessa olevansa yhä enemmän suljettuja ja lukittuja, mikä johtaa lisääntyvään koston kierteeseen. Parin folie à deux, yhteinen ja harhainen psykoosimainen tila, estää paria vapautumasta tästä tunkeutuvasta ja takertuvasta parisuhteesta.”*⁹⁵

Psykoanalyytikko Ruzsyczynski muistuttaa, että aikaisemmin ajateltiin (Freud), että sellaisia yksilöitä, jotka ratkaisevat ongelmiaan väkivaltaisesti toimimalla ajattelemisen ja tutkimisen sijasta, ei voida hoitaa psykoanalyttisella psykoterapialla. Nykyään tiedetään, että näiden ihmisten toiminnan lähtökohta on suuttumus ja viha, jota ei ole voitu riittävästi sisäistää ja sisällyttää heidän omaksi lihaksi ja verekseen.⁹⁶ Kliininen käytäntö on osoittanut, että ulkoinen tuhon ja vihan ilmaus toista kohtaan on epätoivoinen suoja voimakasta ahdistusta sekä nöyryytyksen, haavoittuvuuden ja varhaisen kauhun kokemusta vastaan. Toiminnallisuus on osoittautunut suojaksi sietämätöntä tuhoutumisahdistusta vastaan. Parin on hyvin vaikeaa ottaa apua vastaan ja luottaa avun antajaan, koska he ovat aikaisemmin elämässään sisäistäneet varhaisen huonon kohtelun ja ovat epäluuloisia avun antajaa kohtaan.

Väkivallan tunteessa parin osapuolet eivät voi huomioida toisiaan, koska heillä on suuri tarve suojella itseään. Väkivaltainen pari on pelokas ja säikähtänyt pari, jonka ainoa mahdollisuus on projisoida väkivaltaisen toiminnan kautta kumppaniinsa tämä sisäinen pelko ja kuoleman kauhuhu. Väkivaltaisen parin dynamiikassa uhrin ja aggressorin roolit vaihtelevat tai ne ovat lukittuja siten, että toinen on useimmiten uhri ja toinen aggressori. Väkivaltaisessa suhteessa olevilla pareilla on usein varhaislapsuuden puutteista ja laiminlyönneistä johtuva kyvyttömyys säädellä, käsitellä ja ajatella omia tiedostamattomia tunteitaan ja fantasioitaan. Näiden tunteiden sisällyttäminen siirtyy usein ”pariruumiin” ja ulkoisen, itselle merkityksellisen objektin kannettavaksi.

Tällaisen parin psykoterapiassa parin tiedostamattomat projektiot paripsykoterapeuttia kohtaan voivat vaikuttaa niin voimakkaasti, että psykoterapeutti saattaa väliaikaisesti myös itse menettää kykynsä ajatella, kun hän sisällyttää parin sietämätöntä. Kun paripsykoterapeutti tulee itse tietoiseksi vastareaktioistaan, hän voi alkaa tutkia omaa vastatransferenssiaan, joka johtaa häntä potilaansa psykodynamiikan tarkempaan tunnistamiseen ja ymmärtämiseen nykyhetkessä.⁹⁷

Tapausselostus

Seija, 49-vuotias menestynyt nainen ja äiti sekä Jaakko, 50-vuotias menestynyt mies ja isä tulevat analyttiseen pariterapiaan jäsentääkseen vaikeuksiaan parisuhteessa nykyisessä elämäntilanteessaan. Lapset ovat itsenäistymässä, ja tyhjän pesän vaihe hämmöittää edessäpäin. Parisuhde on vaikeuksissa silloin, kun tulee erimielisyyksiä ja riitaa, eikä kumpikaan osapuoli kuuntele eikä ota huomioon toisen osapuolen tunteita ja näkökulmia. Molemmat kokevat itsensä väärinymmärretyksi ja loukatuksi, jonkinlainen uhan ja ahdistuksen ilmapiiri leijuu ilmassa. Välikrikkoa ei tapahdu silloin, kun molemmat pitävät mölyt mahassaan, mutta ennen pitkää riitatilanne toistuu. Haastattelussa analyttiseen paripsykoterapiaan tulee esille myös Jaakon voimakas sisäinen oireilu, joka ilmenee ahdistuskohtauksina ja masentuneisuutena. Näiden tunteiden herätessä Jaakko kokee itsensä pieneksi, yksinäiseksi ja avuttomaksi, ikään kuin kiusaavan, vainoavan ja tunkeutuvan vaimon valtaamaksi. Seija kertoo olevansa väsynyt Jaakon pahoinvointiin, jota Jaakko Seijan mielestä lääkitsee alkoholilla. Seija kertoo, ettei jaksaa alituisen sietää Jaakon kielteistä mielenlaatua ja pelottavia elämäkokemuksia. Seija kaipaa myönteisiä

elämäkokemuksia ja ahdistuu helposti, kun Jaakko alkaa puhua pettymyksistään ja vihantunteistaan. Seijalle aggressio on sietämätön tunne. Seija kertoo myös pelostaan tulla hylätyksi ja jätetyksi ulkopuolelle.

Molemmat ovat käyneet oman psykoterapiansa vuosia sitten. Seija ja Jaakko ovat motivoituneita lähtemään paripsykoterapeuttiseen työskentelyyn ja havaitsen, että heillä molemmilla on kykyä pohtia ääneen kokemaansa, reflektoida mielessään liikkuvia ajatuksia, tunteita ja kuvitelmia. Parina he ovat ahkeria, menestyviä ja työteliäitä ihmisiä. He viettävät yhdessä myös lomiaan kotimaassa ja ulkomailla. Paripsykoterapia kestää noin 5 vuotta. Hoidon tiheys on alussa 90 minuuttia kerran viikossa, ja käyntitiheyttä harvennetaan 2,5 vuoden jälkeen 90 minuutiksi joka toinen viikko.

Kuvaamani analyttinen paripsykoterapiaprosessi on moniulotteinen ja laaja-alainen. Keskityn tässä kuvaamaan erityisesti projektiivisen ja introjektiivisen identifikaation prosessia, joka herättää minussa psykoanalyttikkona ja heidän paripsykoterapeuttinaan vastatransferenssi- ja vastatunteita ja saa minut tutkimaan ja tunnistamaan niitä itsessäni parin parhaaksi.

Hoidon alkuvaihe – suuret odotukset – aloittamisen innostus ja ahdistus

Ensimmäisen vuoden aikana Seija ottaa aputerapeutin roolin, jotta hänen ei tarvitse kohdata omaa tarvitsevuuttaan, avuttomuuttaan, ahdistustaan ja pelkojaan. Hän sijoittaa nämä itsen lapsiosat tiedostamattomissa kuvitelmissaan Jaakkoon ja samastuu lähes täydellisesti ymmärtävän äidin rooliin. Jaakko puolestaan sijoittaa tiedostamattomissa mielikuvissaan aikuisen ajattelevan ja sietävän puolen Seijaan ja samastuu pieneen, avuttomaan ja pelokkaaseen poikaan.

Hoidon alussa Jaakko puhuu paljon tuskallisesta oireestaan, joka häiritsee häntä työ- ja yksityiselämässä. Hän puhuu paljon äidistään, jonka koki olevan pakottava, tunkeutuva ja hyvin ristiriitainen ihminen. Jaakko sanoo usein: *”Äiti tulee aina iholle, kontrolloi ja puuttuu asioihini. Minun tulisi suorittaa asiat vielä paremmin, olla täydellinen, ja kun niin ei käy, koen olevani äidille hänen pettymyksensä ja huonoutensa lähde.”* Ulkoinen äiti on jo kuollut, mutta sisäinen äiti jatkaa Jaakon ”kiusaamista”, mikä tuntuu Jaakon kuvauksen mukaan sisäiseltä vainoamiselta ja ainaiselta

pakon ja vaatimuksen tunteelta. Mikään ei koskaan riitä, ja Jaakko kuvailee olotilaansa sisäisen terroristin valtaamaksi ja kontrolloimaksi. Seija kuuntelee alussa enemmän ja ottaa ajoittain aputerapeutin roolin, kaikki johtuu Jaakon vaikeuksista.

Seija alkaa vähitellen puhua enemmän itsestään ja turhautumisen tunteestaan kuulla Jaakon jatkuvaa ja toistuvaa valitusta. Hän alkaa tutkia vaikenemisansa syitä ja motiiveja, ja se auttaa häntä puhumaan enemmän omista tunteistaan ja ajatuksistaan. Seija alkaa puhua Jaakon äidistä naimisiinmenon jälkeen.

”Jaakon äiti on kaikki kaikessa, minä ja lapset emme ole mitään. Mikään ei anopille riitä, ja kun tapasimme perheenä, Jaakko oli täysin äitinsä vallassa ja minä jokin ulkopuolinen palvelija, jota saattoi kohdella miten tahansa. Anoppi oli Jaakon vaimo, en minä. Pelkään ja vihaan anoppia enkä olisi halunnut tavata häntä niin usein.” Seija nostaa esille parin eriytymis- ja yksilöitymiskehityksen vaikeudet sekä oidipaaliset ristiriidat. Tästä alkaa pariterapian myrskyisämpi vaihe.

Ymmärrys syvenee

Hoidon edistyessä pari uskaltaa avoimemmin kokea ja kohdata istunnon aikana elävöityviä projektiivisia ja introjektiivisia prosesseja. Huomaan, että kykenen psykoterapeuttina vähitellen ymmärtämään enemmän heidän sisäistä parisuhdemaailmaansa, koska pari pystyy sietämään ja vastaanottamaan toistensa projektioita ja kuuntelemaan toisiaan paremmin. Koen, että tässä vaiheessa he kykenevät paremmin vastaanottamaan tulkintojani ja empaattisia kuvailujani heidän vuorovaikutusprosessistaan.

Kun Jaakon sietokyky ja ymmärrys vainoavaa sisäistä äitiä kohtaan kasvaa jonkin verran, Seija alkaa uskaltaa puhua avoimemmin peloistaan ja paniikkiahdistuksistaan. Seija kertoo, että hänen vanhempansa olivat älykkäitä ja menestyviä ihmisiä, mutta tunteista tai keskinäisistä suhteista ei perheessä koskaan puhuttu. Seija oli lapsena pelännyt, että isä tappaa äidin, ja se oli ainaista kauhun tunnetta, joka vaikutti Seijan koko elämään ja tunnetilaan lapsena. Seija kertoo, että hänen veljensä oli uhannut toistuvasti tappaa hänet ja varsinkin silloin, kun oli humalassa. Seija kokee äitinsä ajoittain alistuvana naisena, joka välillä aidosti ja myös uhrautuvasti välittää ja

huolehtii hänestä ja koko perheestä. Vanhempien ja perheen sisäinen ja kohtaamaton sukupolvien taakka siirtyy lasten kannettavaksi.⁹⁸ Seija ei uskaltanut puhua kenellekään näistä peloistaan, jolloin ne voimistuivat ja vääristyivät hänen mielessään yhä enemmän. Myöhemmin myös suhde isään parani, mutta suhde veljeen on edelleen huono.

Kun ahdistus alkaa nousta istuntojen aikana, Jaakko suojautuu usein alkamalla puhua politiikasta tai jostakin teknisestä työasiasta. Seija taas suojautuu moittimalla Jaakkoa siitä, että tämä välttelee asioita ja puhuu ei-kiinnostavista asioista. Seija tuo esille loukkaantumisensa vaikenemalla ja vetäytymällä. Kysymys siitä, kenen tunteet ja ajatukset kuuluvat kenelle, alkaa jäsentyä enemmän. Pari alkaa vähitellen eriytyä ja yksilöityä suhteessa itseensä, toisiinsa ja minuun.

Kuvaan seuraavaksi paripsykoterapian erään istunnon toisen vuoden ajalta, ja sen jälkeen kuvaan toisen istunnon paripsykoterapiaprosessin neljänneltä vuodelta, jolloin projektiivinen identifikaatio näyttäytyy parin vuorovaikutuksessa ja tulee selkeämmäksi ajan kanssa. Tähän viittaavaa vuorovaikutusta oli tulkittu ja kuvattu ensimmäisen vuoden aikana useaan otteeseen, mutta pari ei ollut vielä valmis vastaanottamaan empaattisia kuvailuja koskien heidän vuorovaikutuksessaan tapahtuvaa projektiivista identifikaatiota. Istunto toiselta vuodelta auttoi minua paripsykoterapeuttina ymmärtämään paremmin, miten projektiivinen identifikaatio vääristää ja vaikeuttaa Jaakon ja Seijan parisuhdetta ja heidän vuorovaikutustaan.

Kuvaus istunnosta psykoterapian toiselta vuodelta

Seija näyttää väsyneeltä ja ärtyisältä, ja Jaakko katsoo minua tiiviisti kuin apua odottaen.

S (katsoo Jaakkoa): *”Minua on kerta kaikkiaan alkanut ärsyttää tuo Jaakon ainainen valitus. Joko se valittaa taas sitä vaino-oloon tai sitten se puhuu niitä näitä tai vaikenee tai alkaa juoda. En jaksa tätä enää.”*

S (katsoo terapeuttia): *”Nyt se tekee saman, on hiljaa ja katsoo muualle enkä tiedä, mitä sen mielessä liikkuu... kuuletko Jaakko ollenkaan mitä sanon?”*

J (katsoo ahdistuneena terapeuttia ja liikuttaa hermostuneesti jalkojaan): *"Kuulenhan minä, mutta kun ei saa sanoa kuin sitä mitä toivot mun sanovan, olen mieluummin hiljaa. Pelottaa ja suututtaa... tuollaisia ne naiset ovat..."*

Hiljaisuus

Terapeutti katsoo välillä sitä osapuolta, joka ei puhu, jotta dialogi kulkisi enemmän Seijan ja Jaakon välillä eikä pelkästään terapeutin kautta.

S: *"Tulee samanlainen olo kuin äitisi kanssa. Olen ilmaa, et kuuntele minua ollenkaan!"*

J: *"Mitä helvettiä haluat minusta, nyt minulle tulee vaino-olo. Olen tehnyt pitkän päivän työtä ja ollut huono olo ja aina vain huudat. Eikö mikään riitä sulle?"*

S: *"Sama täällä. On minullakin ollut kova päivä, mutta eihän se sinua liikuta. Vaikka terapeutti ei ole sanonut mitään, tuntuu, että olet Jaakon puolella, kun olet mies, ja minä jään myös naisena yksin tässä."*

J: *"Sinunhan puolella se on..."*

Terapeutti: *"Seijalla on tällä hetkellä tunne, että minä olen Jaakon puolella ja jätän Seijan yksin ja ulkopuolelle, koska olen mies. Jaakko taas kertoo, että tarvitsee minun tukeani, mutta kokee, että olen Seijan puolella enemmän. Jos oikein ymmärrän, koette nyt molemmat, että minä liittoudun jommankumman kanssa toista vastaan, jolloin toinen teistä kokee jäävänsä ulkopuolelle."*

Hiljaisuus

S: *"Tuo ei tunnu oikealta ainakaan minun kohdallani. Minulla on oikeus olla vihainen ja syystä, koska tuo antaa siihen aiheen. Se ei kuuntele eikä ymmärrä minua koskaan..."*

J: *"Aina saan kuulla tuollaista läpätystä ja moitetta, Seijalla ei ole ymmärryksen häivääkään minua kohtaan..."*

S: *"Tuo on juuri tyypillistä Jaakkoa. Siitä tulee marttyyri, ja sitten se syyllistää minut ja yrittää mykistää minut... näin on tapahtunut koko elämäni, lopeta tuo ja kuka tässä ei ymmärrä häivääkään ja ketä... olen yrittänyt ymmärtää sinua Jaakko jo vuosikautia ja edelleen syytät minua... perhana..."*

J: *"Tulee vaino-olo..."*

S: *"Vaino ja vaino... taas kerran... tulkoon vain ja hyvä kun tulee... en jaksa enää välittää sinun vaino-oloista... mikä olo minulle tulee kun syytät, siitä ei kukaan välitä mitään..."*

Terapeutti: *"Minä olen nyt sellainen terapeutti, joka ei ymmärrä häivääkään mistä te puhutte ja mistä vihan ja uhan tunteista tässä on kysymys. Ymmärtämättömyyteni saa teidät tuntemaan itsenne turvattomiksi ja yksinäisiksi."* (analytikkokeskeinen tulkinta)

Hetken hiljaisuus (paranoidis-skitsoidinen projektiivinen systeemi katkeaa hetkeksi analytikkokeskeisen tulkinnan vaikutuksesta)

S (tekee linkin lapsuuden tilanteeseensa): *"Pelkäsin paljon veljeäni ja isääni pienenä ja koin äitini avuttomaksi ja puolustuskyvyttömäksi."*

J: *"Mulla on vaino-olo, ja se on niin tuttu tunne. Olin äidin mielestä hyvä vain, jos olin lähes täydellinen kaikessa mitä tein, mutta auta armias, kun en täyttänyt äidin vaatimuksia... mikään ei riittänyt äidille isän kuoleman jälkeen..."*

Hiljaisuus

Terapeutti: *"Huomasitteko mitä tässä tapahtui? Tunnelma muuttui. Toistenne syyttelyn sijasta aloitte pohtia lapsuutenne kokemuksia. Ehkä sekin ahdistaa, kun kesätauko on jo nurkan takana emmekä tapaa kuuteen viikkoon."*

S: *"Miten se nyt ahdistaisi? Ehkä sinä Kaj tuot liikaa itseäsi esille ja ajattelet, että olet hirveän tärkeä meille. Ehkä tauko ahdistaa enemmän itseäsi?"*

J: *"En osaa sanoa..."*

Tunti päättyy.

Pohdintaa edellä esitetystä istunnosta

Istunto kuvaa sietämättömän molemminpuolista projisointia ilman, että kumpikaan parin osapuolista kykenee ottamaan toisen projektiota sisään mieleensä ja ajattelemaan sitä. Istunnossa

toteutuu hyvin paranoidis-skitsoidisen position prosessi paripsykoterapiassa. Tässä prosessissa varhainen hankkiva projektiivinen identifikaatio näyttäytyy selkeästi. Syyllisyyden tunne paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa hakee kostoja ja rangaistusta. Parin molemmat osapuolet projisoivat toisiinsa vihaansa ja pelkojaan. Molemmat tunkevat projektioitaan toisiinsa, ja osapuolten on vaikeaa vastaanottaa toisiltaan mitään. Kaiken sietämättömän pitää olla itsen ulkopuolella, toisessa, ulkoisessa objektissa. Projektiot ovat toisen mieleen tunkeutuvia, kontrolloivia ja omistamaan pyrkiviä. Kyse on osaobjektitasosta, paranoidis-skitsoidisen position dynamiikasta. Kumpikaan ei kykene ajattelemaan, sisällyttämään ja sietämään toistensa projektioita, ja ne ponnahtavat takaisin ja ovat uhka parin molemmille osapuolille. Kyseessä on Bionin kuvaama kupera container, joka ei vuoda mutta joka ei voi sisällyttää ja josta sietämätön ponnahtaa välittömästi takaisin lähettäjän osoitteeseen. Puolisot eivät siedä kuunnella toista osapuolta. Kuuntelemalla tarkasti psykoterapeutti yrittää sisällyttää ja kuvailla empaattisesti, mitä parin välillä tässä ja nyt tapahtuu, mutta pari ei voi ottaa sitä vastaan ja jatkaa tiedostamatonta varhaista ja ahdistunutta itsen osien projisointia toiseen eli ulkoiseen objektiin.

Kun terapeutti tekee analytikkokeskeisen tulkinnan, seuraa pysähtyminen. Projektioista, joka voidaan kokea ja elää toisen ihmisen mielen kautta, tulee projisoijan mielessä vähemmän pelottava, ja se voi näin lisätä empatian tunnetta parisuhteessa. Analytikkokeskeisen tulkinnan avulla pariterapeutti pyrkii osoittamaan, että hän sietää parin sietämätöntä eikä pelkää sitä. Tämä helpottaa paria, sillä he kokevat tiedostamattomasti ja välillä myös tietoisesti, että terapeutti kykenee riittävästi toimimaan containerina heidän sietämättömille tunteilleen ja mielikuvilleen edellyttäen, että analytikko kykenee kuvaamaan ne heille riittävän täsmällisesti. Kun näin tapahtuu toistuvasti, parin osapuolet vahvistuvat ja he alkavat lukuisten samastumiskokemusten kautta sisäistää itseensä terapeutin kykyä sisällyttää sietämätöntä.

Kun pari on paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa, osapuolten on vaikeaa ottaa vastaan potilaskeskeisiä tulkintoja, ja silloin terapeutin on hyvä kokeilla analytikkokeskeistä tapaa tulkita. Analytikkokeskeisessä tulkinnassa terapeutti käyttää sanan *sinä* sijasta sanaa *minä*. Kun terapeutti sanoo olevansa avuton, ymmärtämätön ja pieni eli sanallistaa itseensä kuuluvaksi ne tunteet, jotka parille ovat vielä sietämättömiä, he voivat pitää vahvan ja pärjäävän puolen itsessään ja tutkia projektiivisen identifikaation kautta psykoterapeuttiin sijoittamaansa sietämätöntä tässä ja nyt. Parin on helpompaa ottaa vastaan terapeutin analytikkokeskeinen tulkinta ja tutkia omia sietämättömiä projektioitaan pariterapeutissa.⁹⁹

Kun analytyikkokeskeinen tulkinta tässä ja nyt kosketti ja pysäytti, parin osapuolet tekivät itse linkin lapsuuteensa varhaisiin ja traumaattisiin kokemuksiin.¹⁰⁰ Tässä hoidon vaiheessa parin self ei ole vielä eriytynyt riittävästi objektista. Kun psykoterapeutti liittää parin ahdistuksen tulevaan kesätaukoon, eroon, pari ja etenkin Seija kieltää eron ja siihen liittyvän ahdistuksen olemassaolon ja projisoi eroahdistuksen pariterapeuttiin samastuen itse kaikkivoipaiseen ”ei tunnu missään”-objektiin.

Kuvaus istunnosta paripsykoterapian neljänneltä vuodelta

J: *”Kun juon pari olutta, S suuttuu. Se alkaa harrastaa mykkäkoulua, ja silloin minä päätän lähteä maalle.”*

S: *”Puhuminen on vaikea asia edelleen. Jos J on humalassa, meidän keskustelusta ei tule mitään. Pariin seuraavaan päivään meillä ei ole mitään puhuttavaa toisillemme. En tiedä, onko Jaakolla piilossa juotavaa, mutta huomaan kyllä heti, kun se alkaa humaltua. Minua alkaa pelottaa ja ahdistaa. Miksi minun pitää katsoa juovuksissa olevaa ihmistä? Minua alkaa jännittää ja minun on vaikea nukahtaa, kun odotan, milloin se juominen loppuu. Puhuttavat asiat vain loppuvat tässä tilanteessa.”*

J: *”Minä varoitan sinua ajoissa, että juon yhden oluen alkuun.”*

S: *”Ja sitten juot kolme peräkkäin, ja sinä iltana joit yhteensä 6 olutta. Se on niin epämiellyttävää. En voi tottua tähän, minulla menee koko ilta, kun vahdin Jaakon juomista ja käyttäytymistä. Kun en enää kestä, lukitsen ovet ja lähden talon toiselle puolelle nukkumaan. En voi luottaa sinuun, kun olet humalassa. Pelkään, että sinulla menee överiksi ja rupeat väkivaltaiseksi.”*

J: *”Olenko koskaan ruvennut?”*

S: *”No et ole, mutta minä alan pelätä, että rupeat väkivaltaiseksi, kun olet juonut.”*

Terapeutti: *”Oletteko miettineet, miksi Jaakko alkoi juoda juuri sinä iltana? Tapahtuiko välillänne jotakin ennen sitä?”*

J: *"Mä aloin kertoa, että oli rankka päivä töissä ja sattui yksi haaveri, josta tuli aika lailla taloudellisesti takkiin. Silloin sä korostat ääntäsi ja alat 'huutaa', että et jaksa kuulla mun ainaisia valituksia, ja mulle alkaa tulla taas se 'vaino-olo' ja haluan karistaa sen olon ja huolet pois harteiltani. Silloin varoitan, että otan yhden oluen nyt alkuun. Kyllähän se harmittaa, kun tulee tällainen sotku Seijan kanssa."*

S: *"Minä alan pelätä ja vahtia Jaakkoa, kun se juo. En tiedä mitä se on, se vain tapahtuu. Ihan vapisuttava olo herää, paniikki. Kun Jaakko ei juo, se on ihan mukava mies, tykkään siitä. Kaikenlaista yhteistä tekemistä ja puhumista riittää. Seksikin on kivaa. Minulle tulee myös yksinäinen ja ulkopuolinen olo. Meidän suhteessa on paljon hyvää, mutta tämä kuvio, joka on toistunut avioliittomme alkuajoista lähtien, häiritsee minua paljon. Jaakon on muututtava tässä suhteessa."*

Hiljaisuus

J (kuuntelee, katsoo välillä muualle eikä sano mitään. Sitten toteaa): *"Kuulostaa aika yksipuoliselta, jos vain mun on muututtava."*

S: *"Mitä muutoksia minussa pitäisi tapahtua?"*

J: *"No se, että et aina noin ahdistuisi, suuttuisi ja nalkuttaisi kauheasti, jos juon lasin viiniä tai pari pulloa kaljaa. Siinä sinulla menee överiksi."*

Ahdistava hiljaisuus

S (suuttuu): *"Sä et Jaakko koskaan ajattele, miltä minusta tuntuu. Joriset ja valitat aina vain niitä omia juttujasi, ja mä jään yksin. Et tajua, miltä se minusta tuntuu. Et halua edes yrittää eläytyä minun tunteisiini."*

J ahdistuu, pelästyy ja loukkaantuu ja ottaa välittömästi etäisyyttä Seijaan. Ahdistava hiljaisuus.

Terapeutti: *"Nyt juuri näyttää siltä, että kun sinä Seija suutut, Jaakolla herää *vaino-olo' ja Jaakko kokee nyt juuri sinut Seija äitinä, joka vaatii mahdottomia ja tunkeutuu hänen mieleensä, ja silloin Jaakko alat juoda lievittääksesi ahdistustasi. Kun Jaakko nyt vetäytyy, alat sinä Seija kokea nyt juuri itsesi yksinäiseksi, avuttomaksi ja ulkopuoliseksi. Kun Jaakko alkaa lääkittää ahdistustaan*

viinalla, alat sinä Seija pelätä, että Jaakosta tulee väkivaltainen ja sinua vahingoittava mies kuten lapsena pelkäsit isäsi ja veljesi tekevän.”

Ahdistus helpottaa jonkin verran

S: *”En ole koskaan ajatellut noin. Pitää miettiä...”*

J: *”Tuli hämmentynyt olo... noin se taitaa juuri olla... Joo, mä tulen varovaiseksi, kun Seija suuttuu. Mulle tulee monenlaisia ajatuksia mieleeni.”*

Terapeutti: *”Kuten?”*

J: *”Että Seija vaatii multa, että olisin jotain muuta kuin olen. Kun en siihen pysty, alan pelätä, että se jättää mut, kun se pettyy niin pahasti. Koen, että se vaatii ja ’tunkee mun liiviin’ kun se suuttuu. Kun saadaan takaisin puheyhteys, mua alkaa helpottaa.”*

S: *”Näitä ’törmäyksiä’ meillä on ollut jo pitkään, mutta nyt ensimmäisen kerran uskalletaan puhua näin suoraan.”*

Terapeutti: *”Saatte tunneyhteyden takaisin, kun uskallatte puhua, ja puheyhteyden myötä alatte voida lähestyä toisianne vetäytymisen jälkeen.”*

Mietтелиäs hiljaisuus

S: *”Miksi tulen niin vihaiseksi ja avuttomaksi Jaakolle näissä tilanteissa?”*

J: *”Minäkin tulen vihaiseksi, mutta alan syyttää itseäni, että olen taas pettänyt sinut.”*

Terapeutti: *”Kun sinä Seija suutut Jaakolle, alat pelätä, että Jaakosta tulee vaarallinen ja väkivaltainen mies, joka voi vahingoittaa sinua. Kun sinä Jaakko suutut mielessäsi Seijalle, alat kokea Seijan vaativana ja tunkevana naisena, joka hylkää sinut.”*

Hiljaisuus

S: *”Sinä Kaj tunnut nyt ymmärtävältä terapeutilta, mutta välillä pelkään sinua, koska en voi tietää etukäteen, mitä ajattelet ja sanot.”*

J: *"Tulee aina jotakin uutta, jota en ole aikaisemmin ajatellut, sekin saattaa pelottaa... välillä tuntuu samalta kuin Seijasta... mutta ei usein..."*

Terapeutti: *"Ehkä koette minut nyt arvaamattomana ja vaativana terapeutina. Koska en kerro itsestäni, teistä tuntuu vaikealta sietää sitä, että ette voi tietää, mitä tällä hetkellä mielessäni ajattelen. Ette voi ennustaa tai kontrolloida minun mieltäni etukäteen. Minulla on oma mieli ja teillä omanne, ja se saattaa olla toistaiseksi pelottavaa. Mikäli oikein ymmärrän, koette minut nyt samanaikaisesti myös ymmärtäväksi ja turvalliseksi terapeutiksi?"*

J: *"Täytyy miettiä... en osaa sanoa..."*

S: *"Uusia ajatuksia... helpottava olo..."*

Terapeutti: *"Aikamme on nyt tänään käytetty ja tapaamme taas kahden viikon kuluttua."*

Hoidon loppuvaihe

Hoidon loppupuolella pari alkaa työstää projektiivisia ja introjektiivisia prosesseja, jotka vääristävät heidän parisuhdettaan. Tapausvälähdykseni kuvaa hoidon sitä vaihetta, jossa projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatioprosessi alkaa näkyä ja tulla selkeämmin esille.

Siitä oli vielä pitkä matka näiden prosessien sisäistymiseen ja integroitumiseen parisuhteessa, mutta koin, että edellä kuvattu istunto oli eräänlainen psykoterapian käännekohta, josta läpityöstämisen prosessi saattoi vähitellen alkaa. Integraatio tarkoittaa, että ihmisellä on tietoinen ja tiedostamaton yhteys mielensä eri osiin, tunteisiin, fantasioihin ja myös ruumiiseen. Hänen ei tarvitse pakonomaisesti kieltää, lohkoa ja projisoida sietämättömiä osia irti itsestään ulkoiseen objektiin.

Eheytyneenä olemisen kokemus tarkoittaa, että ihminen kykenee pitämään mielessään erilaisia tunteita samanaikaisesti. Ihminen kokee itsensä eheäksi, jolloin ulkoinen maailma ja ihmissuhteet ovat todellisempia. Integraation kokemuksessa sisäinen ja ulkoinen maailma ovat lähempänä toisiaan, mutta ne eivät voi koskaan olla yhtä. Eheytyneenä olemisen kokemuksessa ihminen

niveltyy itseensä ja toisiin joustavammin ja realistisemmin. Kun parin molemmat osapuolet ovat riittävän integroituneita, myös heidän parisuhteensa on eriytyneempi, eheytyneempi ja realistisempi.

Psykoanalytikko Ronald Britton korostaa, ettei lapsi ole oidipaalisessa tilanteessa suhteessa vanhempiinsa pelkästään yksilönä, vaan hän on myös osa kolmiosuhdetta, jossa lapsi joutuu kohtaamaan realiteetin vanhempien erityisestä siteestä, keskinäisestä seksuaalisesta suhteesta. Lapsi joutuu sietämään sekä ulkopuolelle jäämisen tästä suhteesta että myös havaitsemaan vanhempien suhteen erityislaadun, josta on mahdollista syntyä vauva. Tämä on psyykkisesti vaativa isku lapsen omnipotenssin kokemukselle ja itsetunnolle.¹⁰¹ Paranoidis-skitsoidisen ja depressiivisen position rajamaastossa taistelevat elämän- ja kuolemanvietti sekä rakkaus ja viha. Jos narsistisen ja omnipotentin kokemuksen menettäminen tuntuu sietämättömältä eikä kykyä ambivalenssiin voi saavuttaa, silloin viha säilyttää valta-aseman rakkauden yli. Aggressio, perversio, väkivalta ja realiteettien kieltäminen tulevat vallitseviksi emotionaalisten kokemusten näyttämöksi. Ihmisen ensimmäinen ego on ruumis-ego, ja jos psyykinen kehitys estyy, ruumis reagoi.¹⁰²

Koin, että minun oli hetki hetkeltä ja herkeämättä seurattava parin dialogia ja pyrittävä aistimaan sitä, mikä parille oli vielä sietämätöntä ja sitä, mikä heille oli jo mahdollista ottaa vastaan uudessa, muunnetussa muodossa. Oli edettävä ajan kanssa ja autettava paria kohtaamaan ja elämään tämänhetkessä kokemuksessa. Läpityöstäminen etenee joka kerran, kun pari kokee terapeutin sietävän ja sisällyttävän heidän sietämätöntään. Läpityöstäminen mahdollistaa vähitellen sen, että pari alkaa korjata vääristyneitä projektioitaan ja vahingoittuneita objektejaan, joita he toistuvasti sijoittavat ja vastaanottavat vuorovaikutussuhteessa toinen toisiinsa.

Depressiivinen mielentila alkaa vallita, mutta välillä pari "putoaa" paranoidis-skitsoidiseen tilaan, josta he kykenevät nousemaan jo helpommin, koska aikaisemmat kokemukset ovat luoneet jo tutuksi tulleen polun taantumasta takaisin. Depressiivisen position syyllisyyden tunteet herättävät halun korjata. Se herättää surun tunteet ja mahdollistaa surutyön alkamisen. Jaakko ja Seija kykenevät surutyön kautta vähitellen luopumaan aikaisemmista vääristyneistä vuorovaikutustavoistaan ja antamaan tietä uusille ja terveemmille suhteissa olemisen muodoille. Pari alkaa kokea, että sekä kumppani että psykoterapeutti ovat se sama henkilö, johon he ovat kiintyneitä mutta jota he ovat myös kohdelleet huonosti ja vihanneet.

Tässä istunnossa oidipaallinen prosessi ja kyky sietää paremmin kolmiosisuhteen luomaa ulkopuolisuuden tunnetta tulee selkeämmin esiin, koska depressiivinen mielentila dominoi istuntoa. Hoidon alkuvaiheen paranoidis-skitsoidinen mielentila oli vallalla ja parin separaatioahdistus herätti välittömästi voimakkaan mielikuvan pariopsykoterapeutin liittoutumisesta toisen osapuolen kanssa toista puolisoa vastaan. Samaten parin oli tiedostamattomasti vaikea sietää sitä, ettei se voinut kontrolloida pariterapeutin mieltä ja sen sisältöä. Sama kokemus heillä oli usein myös suhteessa toinen toiseensa, jolloin suhde lukkiutui (*projective gridlock*).

Pari kokee terapeutin mielen tärkeäksi kolmanneksi, jonka ulkopuolelle molemmat parin osapuolet kokevat usein auttamattomasti jäävänsä. Pari joutuu sietämään sitä, että pariopsykoterapeutti on erillinen ihminen, jolla on oma mieli, ja samalla he joutuvat väistämättömästi ja toistuvasti kokemaan, että parilla ja sen osapuolilla on myös oma erillinen mielensä. He eivät voi etukäteen ennustaa, mitä terapeutti tai he itse tulisivat kokemaan ja puhumaan istunnon aikana. Tässä vaiheessa tein tulkintoja, joissa pyrin ottamaan mukaan parin tunteiden eri puolet, jotta niiden integraatioprosessi helpottuisi. Integraatioprosessi tarkoittaa hyvän objektin asemoimista parin osapuolten sisäiseen todellisuuteen. Eheytymisprosessi tarkoittaa myös sitä, ettei parin enää tarvitse pakonomaisesti sijoittaa tiedostamattomissa mielikuvissaan itselle sietämättömiä osia ja tunteita itsestään toinen toisiinsa. Pari kykenee nyt paremmin pitämään mielessään erilaisia tunteita samanaikaisesti. Rakkauden ja vihan integraatio katkaisee kärjen tuhoavuuden kylmältä vihalta, kun siihen liitetään rakkauden ja kiintymyksen tunne. Pariterapian lopussa Jaakko ja Seija kokevat, että he voivat nyt riittävästi yhdessä työstää suhteessaan herääviä ahdistuksia, ristiriitoja, menetyksiä ja pettymyksiä, joita elämässä tulee väistämättä vastaan. He kokevat sisäistäneensä itseensä riittävän hyvän sisäisen objektin, terapeutin, joka auttoi psyykkisesti heitä yksin ja yhdessä työstämään eteen tulevia haasteita. Pariterapia auttoi heitä myös rakastamaan toisiaan ja nauttimaan elämästään ja parisuhteestaan enemmän.

Jokainen pariopsykoterapiaprosessi on aina vajavainen, eikä täydellistä tule. Se on onnellista, sillä vajavaisuus herättää realistisen toivon ja mahdollistaa kehityksen sekä riittävän huolenpidon parisuhteesta.

Loppupohdintaa Seijan ja Jaakon paripsykoterapiaprosessista

Psykoanalyysissa ja paripsykoterapiassa terapeutin tulee aina tutkia itsessään ja ruumiissaan herääviä tunteita. Projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatio ovat eräs vastatransferenssin muoto, joka auttaa pariterapeuttia tunnistamaan ja ymmärtämään parin ja sen osapuolten tunteita, tiedostamattomia fantasioita ja ajatuksia sekä sitä, mihin rooliin pari pyrkii asettamaan terapeutin. Mitä avoimempaa paripsykoterapeutin mieli voi pysyä ja mitä enemmän hän voi antaa parin vaikuttaa itseensä, sitä enemmän potilas voi tulla ymmärretyksi terapeutin ja oman itsensä taholta.¹⁰³ Pari ja sen osapuolet oivaltavat myös itse paljon vaikeuksistaan ja suhteestaan assosioimalla vapaasti mielen sisältöjään suhteessa toisiinsa.

Hoidon alussa koin, että lapsenomainen riippuvuus, eriytymättömyys, avuttomuus ja kontrolloimisen tarve sijoittuivat vaihtelevasti nykyhetkessä minun ja parin välille. Välillä pari sijoitti minuun ihannoivia odotuksia tietämisestä ja nopeasta ratkaisusta, joka toisi välittömän helpotuksen. Ajoittain tunsin itseni avuttomaksi paripsykoterapeutiksi, joka ei osaa eikä ymmärrä mitään ja jonka kyky ajatella häiriintyi Jaakon ja Seijan vahvojen projektoiden vaikutuksesta. Välillä onnistuin paremmin sietämään parin minuun sijoittamia ja heille vielä toistaiseksi sietämättömiä tunteita, ja ajoittain vuosin parin tunteita ulos liian aikaisin. Tämä sai parin kokemaan, etten sillä hetkellä ymmärtänyt heitä riittävästi. Nämä samat tunteet liikkuivat myös parin itsensä välillä. Ajoittain pari koki hyvänä sen, että olin miesterapeutti, ja välillä minun olisi ehdottomasti pitänyt olla naisterapeutti riippuen kunakin hetkenä tässä ja nyt -tilanteessa heränneestä parin transferenssitunteesta minua kohtaan. Kun Jaakko siirsi sisäisen äidin herättämiä tunteitaan vaimoonsa, Seija alkoi vastatransferenssinsa pohjalta käyttäytyä Jaakkoa kohtaan tämän projektion kaltaisesti. Seijan ääni kohosi, hän ahdistui ja alkoi moittia Jaakkoa tai valittaa, ettei jaksanut kuulla enää Jaakon äidistä. Tämä puolestaan herätti Jaakossa ahdistuksen ja avuttomuuden tunteita ja sai Jaakon vetäytymään. Kun Jaakko vetäytyi, Seija koki, että Jaakko jättää hänet välinpitämättömänä yksin ja ulkopuolelle. Avuttomuus ja pienenä oleminen sekä yläpuolelle asettuminen vaihtelivat heidän välillään. Tässä mielentilassa heidän oli vaikeaa ottaa minulta vastaan mitään.

Yritin välillä kuvailla empaattisesti, mitä tässä ja nyt minun ja heidän välillään tapahtui, mutta usein turhaan. Yritykseni johtivat siihen, että kumpikin koki minun olevan toisen puolella ja toista

vastaan. Oidipaallinen kilpailu minun huomiostani heräsi. Prosessi herätti molemmissa myös syyllisyyden ja häpeän tunteita. He kertoivat häpeävänsä sitä, että ensimmäistä kertaa heidän parisuhteensa raadollinen puoli tuli esille ja koettavaksi minun, jonkun kolmannen näkemänä ja todistamana.

Hoidon alussa Jaakon ja Seijan parisuhde näyttäytyi tiiviinä ja eriytymättömänä. Oli vaikeaa erottaa, kenen kokemuksesta ja tunteista oli kysymys. Seija samastui alussa huolehtivaan, mutta alistuneeseen äitiobjektiin ja sijoitti avuttoman, kauhuissaan olevan ja hylätyn lapsiosansa Jaakkoon. Jaakko samastui pieneen, liiallisten vaatimusten edessä olevaan avuttomaan lapsiosaan (poikaan) ja sijoitti tunkeutuvan ja sadistisesti kontrolloivan äitiobjektin Seijaan. Hoidon alussa Jaakko oli pieni ja hoitoa tarvitseva vauva ja Seija kaiken sietävä marttyyriäiti, joka kontrolloi Jaakkoa huolehtivalla hylkäämisen ja hylätyksi tulemisen pelolla. Pari herätti minussa vastatunteita, jotka vaihtelivat avuttomuuden, alemmuuden ja epävarmuuden tunteista parin yläpuolella olemiseen ja varmaan tietämiseen. Jaakko herätti minussa usein sadistisia tunteita, ja minulle tuli tarve ojentaa häntä. Jaakko herätti minussa myös empaattisia ja isällisiä tunteita hänen lapsiosansa kärsimystä ja avuttomuutta kohtaan. Seija taas herätti minussa epävarmuutta, koska hän näytti alussa niin kyvykkäältä sietämään sekä Jaakon tunteita että omia tunteitaan, tosin Seijan vihan ja kauhun tunteet tulivat ajoittain esille myös hänen uniensa kautta. Kun toinen kertoo analyttisessä paripsykoterapiassa unen, se nähdään sekä yksilön unena että myös parin yhteisenä unena, koska se kerrotaan parin ollessa läsnä.

Toinen parin osapuoli tavoittaa projektiivisen identifikaation avulla tiedostamattomasti toisen projisoiman beta-elementin eli toistaiseksi sanattomassa ja ei-ajateltavissa olevan aistimuksen ja kommunikaation, näkee siitä unen ja kertoo sen pariterapiassa. Uni on silloin parin yhteinen uni. Parin yhteisen psyykkisen työn eli alfa-funktion kautta tuo uni johtaa kykyyn symboloida, ajatella kolmiulotteisesti ja löytää unen merkityksiä. Tiedostamattomasta on tullut osittain tietoista. Varhaisesta sanattomasta ja ei-ajateltavissa olevasta tulee symbolista, jota voidaan ymmärtää sanallisesti, ajatella ja varastoida muistiin. Näin "parin mieli" löytää uusia merkityksiä ja kehittyy. Me olemme kaikki sisäistäneet omanlaisen sisäisen parin mieleemme lapsuudestamme asti. Olemme samastuneet vanhempiimme ja sisäistäneet heitä eri kehityksemme vaiheissa omien tunnekokemustemme kautta. Siksi on ymmärrettävää, että sisäinen vanhempiparimme on aina erilainen kuin ulkoinen.

Psykoanalyttisessa paripsykoterapiassa paripsykoterapeutin on aina pyrittävä pitämään mielessään parimielentila, joka tarkoittaa sitä, että hoidon psykoterapeuttinen fokus ovat pari ja sen tietoiset ja tiedostamattomat kokemukset, tunteet, ajatukset ja kuvitelmat. Yksilöt, parin osapuolet, ilmentävät parikokonaisuuden eri puolia. Parimielentila merkitsee paripsykoterapeutin kykyä asettaa pari ja sen tietoiset ja tiedostamattomat kokemukset hoidon fokukseen samalla, kun hän pitää mielessään parin osapuolet myös yksilöinä niin, että hän liittää yksilön dynamiikan ja prosessin aina parisuhteen prosessiin. Psykoanalyttisessa paripsykoterapiassa yksilöitä ei voi eikä pidä erottaa kokonaan itse parisuhteesta, joka on parimielentilan ja analyttisen paripsykoterapian ydin.

Unet, jotka kerrotaan parin läsnä ollessa, sisältävät aina tiedostamattomia merkityksiä parin mielentilasta ja senhetkisestä suhteesta. Parin osapuolet ja heidän tiedostamattomansa ovat yhteydessä toisiinsa ja terapeuttiin aina psykoterapiaprosessin päättymiseen saakka. Unet tuovat esille syvemmän ja tiedostamattoman mielen tason, jota sekä pari että paripsykoterapeutti oppivat kuuntelemaan intuitiivisesti ja tarkalla korvalla. Analyttinen paripsykoterapia muistuttaa myös analyttisen ryhmäpsykoterapian menetelmää ja teoriaa.¹⁰⁴ Kun Jaakko alkoi tunnistaa sisäistä vainoavaa objektiaan paremmin, hänen pahin ahdistuksensa helpottui jonkin verran, jolloin Seija alkoi uskaltaa puhua enemmän omista peloistaan sekä ulkopuolisuuden ja yksinäisyyden tunteistaan, jotka herättivät hänessä itsen häviämisen ja kuoleman kauhua.

Stanley Ruzszynski ajattelee, että kauhua voi käsitellä kahdella tavalla. Yksi tapa on suojautuva narsistinen vetäytyminen. Tämä tuottaa luultavasti kokemuksen eristymisestä, hylkäämisestä, ja asettaa selfin sen aggression kohteeksi, joka alun perin on suunnattu objektia vastaan. Tämä voi johtaa syvään depression. Toinen vaihtoehto selvitä nielaisevan tai hylkäävän objektin herättämästä kuoleman kauhusta on intensiivinen itsesäilytyksen palveluksessa oleva aggressio, joka selfin olemassaoloa suojatessaan sisältää pelon objektin tuhoutumisesta.¹⁰⁵ Ajattelen, että Ruzszynskin kuvaus antaa lisää ymmärrystä Jaakon ja Seijan parisuhteen psykodynamiikan ymmärtämiseen.

Hoidon alkupuolella Jaakko ja Seija alkoivat ihannoida minua ja sijoittivat vihaiset, avuttomat ja turhautuneet minuuden osansa toinen toisiinsa. Minä olin upea psykoterapeutti, jolta he odottivat täydellistä ymmärrystä ja nopeita ratkaisuja tilanteeseensa. Aloitin tulkintatyöni heidän idealisoivasta puolestaan, koska minulla oli tunne, että he kykenivät terapian siinä vaiheessa

tutkimaan vapaammin idealisoivaa puoltaan kuin pientä, turhautunutta ja avutonta lapsiosaansa. Psykoterapeutin ei ole hyvä antaa parin liian kauan ihannoida itseään psykoterapeutina, koska ihannoimisesta seuraa ennen pitkää pettymys. Silloin pudotus voi olla niin suuri, että pari lopettaa psykoterapian ennenaikaisesti. Kuvasin tuossa vaiheessa projektiivista identifikaatiota empaattisesti Jaakolle ja Seijalle seuraavasti: *”Mitä ylemmäksi pylväännokkaan nostatte minua, sitä pienemmiksi ja huonommiksi alatte tuntea itsenne.”*

Pariterapiaprosessin jatkuessa alkoi parin hidas ja vähittäinen eriytymis- ja yksilöitymisprosessi käynnistyä. Tässä pariterapiassa tuli hyvin esille se tosiasia, että me omaksumme asioita hyvin hitaasti ja sen vuoksi analyttinen pariterapia saattaa kestää kauan. Kivuliaiden tunteiden ja kokemusten elävöityminen ja kohtaaminen sekä niiden myötä tapahtuva sisäinen muutos vaatii aikaa. Muutos voi mahdollistua ja sisäistyä vain toistoina kokemuksellisten kohtaamisten kautta pala palalta, vähitellen. Nopea muutos ei yleensä ole pysyvä muutos. Parin self alkaa eriytyä objektista, jolloin osapuolet alkavat erottua terapeutille yksilöinä, mutta analyttisessä paripsykoterapiassa yksilöitä ei voi irrottaa parin muodostamasta kokonaisuudesta. He kasvavat ja kehittyvät omalla yksilöllisellä ja ainutlaatuisella tavallaan parina ja psykoterapeuttisen vuorovaikutuksen avustamina psykoterapiaprosessin alusta loppuun saakka. Seija ja Jaakko olivat vihaisia ja turhautuneita minuun, kun he siirsivät minuun tiedostamattomasti sellaisia sisäisiä objektisuhteita, joita kohtaan eivät ole aikaisemmin tunnistaneet vihan ja raivon tunteita. He olivat vihaisia minulle myös silloin kun kokivat, etten kyennyt ymmärtämään heitä tai ymmärsin väärin, tai kun en riittävästi kyennyt sisällyttämään enkä mielessäni prosessoimaan heidän minuun sijoittamiaan sietämättömiä tunteita, ajatuksia ja fantasioita.

Havaitsin ajoittain, etten pystynyt sisällyttämään kuin osan heidän projektioistaan, ja kun mieleni täyttyi liikaa, provosoiduin ja vuosin suustani liian aikaisin sanoja, tunteita ja ajatuksia, jotka eivät koskettaneet heitä parina. Näissä tilanteissa he parina turhautuivat ja kokivat kuvaukseni ja tulkintani vieraksi itselleen. Toisaalta juuri näin he vähitellen kykenivät ymmärtämään ja sisäistämään mieleensä omalla tavallaan paripsykoterapeutin, joka ymmärtää ja sietää mutta on samalla virheitä tekevä inhimillinen ihminen. Koin kuitenkin syyllisyyden tunteita avuttomuudestani. Kun pari oli paranoidis-skitsoidisessa mielentilassa, koin rankaisevia syyllisyyden tunteita. Hoidon loppupuolella, kun depressiivinen mielentila alkoi vallita enemmän, koin syyllisyyden tunteita, jotka liittyivät parin tarpeeseen korjata suhdettaan surun ja luopumisen kautta.

Jaakko ja Seija opettivat minulle parina, kuinka tärkeää on kehittyä oman vastatransferenssinsa kuuntelemisessa. Tiedostamattomat vastatransferenssitunteet ja omat tietoiset vastatunteet ovat herkin sisäinen mittari, joka kertoo, missä sisäisessä tunnemaisemassa pari juuri täällä hetkellä vaeltaa. Vastatransferenssinsa pohjalta analyttinen paripsykoterapeutti voi välittää parille ymmärrystään tekemällä tarkentavia kysymyksiä ja kuvailemalla empaattisesti parin tunteita, ajatuksia ja fantasioita suhteessa toinen toiseensa ja psykoterapeuttiin. Paripsykoterapeutti tulkitsee myös parin transferenssia oman vastatransferenssinsa pohjalta. Jaakon ja Seijan paripsykoterapia opetti minulle, kuinka vaikeaa minun oli tunnistaa näitä tiedostamattomia ja hetkessä tapahtuvia nopeita parin introjektiivisia ja projektiivisia prosesseja, jotka herättivät mielessäni monenlaisia voimakkaita vastatransferenssi- ja vastatunteita. Useimmiten kykenin tunnistamaan niitä itsetutkiskelun tuloksena ja vasta istunnon jälkeen tai työnohjaajani avustamana. Joka kerran, kun pari kokee, että psykoterapeutti kykenee sisällyttämään heille vielä sietämättömiä tunteita ja kuvitelmia, he vahvistuivat samastumalla ja sisäistämällä psykoterapeutin kykyä sisällyttää heidän sietämätöntään.

Tärkeintä analyttisessä paripsykoterapiassa on tunteiden aktualisoituminen, kokeminen ja elävöityminen parin vuorovaikutussuhteen nykyhetkessä sekä suhteessa psykoterapeuttiin. Kokeminen on nopea prosessi, ja vasta sen jälkeen voivat tulla sanat, jotka välittävät merkityksiä, joita mieli tarvitsee rakentuakseen samoin kuin ruumis tarvitsee biologista ravintoa kehittyäkseen.¹⁰⁶ Hoitoprosessin edetessä kohti loppuvaihettaan havaitsen, kuinka hankkiva projektiivinen identifikaatio muuttuu yhä enemmän introjektiiviseksi identifikaatioksi. Pari pysähtyy, alkaa kuunnella enemmän toinen toistaan ja paripsykoterapeuttia. Parin osapuolet sisäistävät mieleensä jotakin uutta ja myönteistä kukin erikseen ja myös parina. Depressiivisen positio ja kokonaisobjektitaso alkavat vallata alaa, jolloin parin osapuolet alkavat eriytyä ja sietää oidipaalista ulkopuolisuutta enemmän. Riittävän hyvä objekti asemoituu osapuolten sisäiseen maailmaan, ja parisuhteen projektiivinen prosessi muuttuu sisällyttäväksi.

Lopuksi

Projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatio ovat ilmiöitä, jotka tapahtuvat nykyhetkessä. Ne tapahtuvat joka tapauksessa, ja kysymys on siitä, havaitseeko paripsykoterapeutti miksi, milloin ja miten ne tapahtuvat. Kun psykoterapeutti tunnistaa projektiiviset prosessit, hän voi käyttää

ymmärrystään niistä potilaidensa ymmärtämisen hyväksi. Viime aikoina on alettu yhä laajemmin tiedostaa, että projektiivinen ja introjektiivinen identifikaatioprosessi tapahtuvat myös analyttisessä pari- ja ryhmäpsykoterapiassa. Psykoanalyttista teoriaa ja menetelmää sovelletaan ryhmä- ja paripsykoterapiassa eri tavoin kuin yksilöpsykoterapiassa. Kaikissa menetelmissä on tärkeää, että terapeutti häiriintyy ja alkaa kokea painetta ajatella, tuntea ja toimia lähettäjän projektion mukaisesti.¹⁰⁷ On tärkeää ymmärtää, että potilaan, parin tai ryhmän projektiivinen identifikaatio voi johtaa avoimeen dialogiin ja ymmärrykseen, mutta se riippuu hyvin paljon terapeutin kyvystä ensin tunnistaa ja sen jälkeen sisällyttää lähettäjän projektioita.¹⁰⁸ Samalla on tärkeää ymmärtää, ettei terapeutti voi koskaan sisällyttää potilaan, parin tai ryhmän kaikkea sietämätöntä.

Jos projektiivinen identifikaatio toimii parisuhteessa joustavasti, molemmat osapuolet voivat kokea tulevaisuutta riittävästi sisällytyiksi toistensa taholta. Toimivassa parisuhteessa se ei tapahdu äiti-lapsisuhteen tavoin tavalla, jossa vauva kehittymättömyytensä vuoksi lohko ja sijoittaa sietämättömän äitiin. (Scharff 1992). *”Hyvin toimiva ja kehitystä myönteisesti eteenpäin vievä projektiivisen identifikaation systeemi mahdollistaa, että henkilö voi ottaa takaisin mieleensä hänelle aikaisemmin sietämättömiä projekteja. Tämä rikastaa itseä ja maksimoi puolison huomioimista erillisenä ihmisenä ja korjaa sisäistä objektia ja sitä osaa itseä, johon kumppani on suhteessa.”*¹⁰⁹

Riittävän hyvin toimivassa parisuhteessa kyse ei ole kokonaan splitistä vaan toiseen sijoittamisesta niin, että projektiot vähitellen tunnistetaan ja tiedostetaan ja se voidaan elää ja kokea yhdessä kumppanin kanssa. Tämä prosessi johtaa psyykkiseen kasvuun molemmissa osapuolissa: puoliset kiinnostuvat enemmän toistensa projekteista ja alkavat pelätä niitä vähemmän. Pari alkaa ajatella emotionaalista kokemustaan ja omaksuu kyvyn jakaa ja prosessoida yhdessä vaikeita tunteita, eroja, vihaa ja rakkautta. Tästä kokemuksesta parilla herää luottamus, koska parilla on nyt riittävä kyky prosessoida vastavuoroista sijoittavan ja hankkivan samastumisen kokemusta ja korjata vahingoittuneita sisäisiä ja ulkoisia objektisuhteitaan ja pitää huolta suhteestaan. Parisuhteen riittävä eheytyminen tarkoittaa, että pari voi pitää mielessään monenlaisia tunteita yhtä aikaa kokematta pakonomaista tarvetta sijoittaa tunteitaan, ajatuksiaan ja fantasioitaan toiseen. Ruszczynskin mukaan ihmiskunnan oidipaallinen kohtalo velvoittaa selviytymään, sietämään ja etsimään luovia ilmaisuja aggressiivisille ja rakastaville kokemuksille. Parin riittävä eheytyminen tarkoittaa kasvamista elämän tosiasioiden hyväksymiseen.¹¹⁰

Analyttisessä yksilö-, pari- ja ryhmäpsykoterapiassa pyritään riippuvuuden hyväksymiseen, sukupuolten ja sukupolvien välisen eron hyväksymiseen sekä kuoleman ja väistämättömien menetysten riittävään kohtaamiseen ja suremiseen. Tämä sisältää luopumisen narsistisesta omnipotenssista ja kasvun kohti ambivalenssin, rakkauden ja vihan, erillisyyden, erilaisuuden ja kiitollisuuden hyväksymistä. Tässä mielentilassa seksuaalisuus ja aggressio voivat toimia luovuuden ja intohimon palveluksessa eri elämän- ja ihmissuhteiden alueella. Välinpitämättömyys on aggression tuhoavin muoto, ja anteliaisuus on kiitollisuuden jaloin muoto. Kleinin mukaan anteliaisuus tarkoittaa, että kun ihminen kokee, että on saanut paljon hyvää, hän haluaa laittaa sen kiertoon myös muiden koettavaksi.¹¹¹

¹Weiss 1925, 429–443. ²Klein 1959; 2016, 357. ³Klein 1946, 99–110. ⁴Spillius et al. 2011. ⁵Freud 1940, 275–278. ⁶Schulman 2018. ⁷Rosenfeld 1987, 157–190. ⁸Klein 1946, 99–110. ⁹Music 2017. ¹⁰Fifer WP, Moon CM 1994. ¹¹Freud 1915; Schulman 2014. ¹²Britton 1989, 83–101. ¹³Rosenfeld 1965; Segal 2008, 90–115. ¹⁴Spillius et al. 2011, 131. ¹⁵Klein 1946, 99–110. ¹⁶Roth 2001, 32. ¹⁷Klein 1935, 288. ¹⁸Klein 1946, 99–110. ¹⁹Klein 1957, 176–235; 1975. ²⁰Segal 2008, 90–115; Schulman 2012. ²¹Segal 2008, 90–115. ²²Klein 1952; Steiner 1993, 40–63, 131–146. ²³Bronstein 2011. ²⁴Bion 1962, Schulman 2018. ²⁵Rosenfeld 2008. ²⁶Rosenfeld 1971, 117–137; 1987. ²⁷Bion 1959; 1967, 93–109. ²⁸Bion 1962; Bell 2001, 125–147. ²⁹Bion 1970, Mawson 2017. ³⁰Bion 1962, Hinshelwood 2016. ³¹Bion 1959. ³²Bion 1962. ³³Klein 1946. ³⁴Schulman 2014. ³⁵Schulman 2014. ³⁶Schulman 2012, 2014. ³⁷Bell 2001, 125–147. ³⁸Schulman 2018. ³⁹Bion 1962. ⁴⁰Bion 1962. ⁴¹Schulman 2012. ⁴²Klein 1957; Meltzer 1986, 551–556; Rosenfeld 1987; Bell 2001, 125–147. ⁴³Klein 1962. ⁴⁴Klein 1946; 1963. ⁴⁵Meltzer 1986, 551–556. ⁴⁶Schulman 2005, 52–80; Hinshelwood 2016. ⁴⁷Bion 1959; Bell 2001, 125–147. ⁴⁸Segal 2008, 90–115. ⁴⁹Segal 2008, 90–115. ⁵⁰Segal 2008, 90–115; Rosenfeld 1987, 209–219. ⁵¹Segal 2008, 90–115. ⁵²Segal 2008, 90–115. ⁵³Klein 1955; 2016, 232–275; Rosenfeld 1987, 157–241; Bell 2001, 125–147; Hinshelwood 2018. ⁵⁴Spillius et al. 2011. ⁵⁵Joseph 1975, 48–60; 2001, 181–192. ⁵⁶Bion 1970, 41–54. ⁵⁷Joseph 1975, 48–60. ⁵⁸Hinshelwood 2010, 2018. ⁵⁹Sandler 1976. ⁶⁰Bronstein 2001. ⁶¹Siltala 2017. ⁶²Sandler 1976; Joseph 2001, 181–192. ⁶³Riesenberg-Malcolm 1986. ⁶⁴Strachey 1934. ⁶⁵Hinshelwood 2016. ⁶⁶Heiman 1950. ⁶⁷Bion 1962. ⁶⁸Riesenberg-Malcolm 1986. ⁶⁹Hinshelwood 2016. ⁷⁰Heiman 1950; Bion 1962; Joseph 1975, 48–60; Riesenberg-Malcolm 2001, 165–180; Hinshelwood 2016. ⁷¹Bion 1959, 1962; Morgan 2018, 47–64. ⁷²Morgan 2018. ⁷³Klein 1959; 2016, 351–371. ⁷⁴Morgan 2018. ⁷⁵Morgan 2018. ⁷⁶Morgan 2018. ⁷⁷Willi 1984.

⁷⁸Ruszczynski 1995, 13–32. ⁷⁹Ogden 1979; Morgan 2018, 47–64. ⁸⁰Morgan 2018. ⁸¹Britton 1998, 6. ⁸²Meltzer 1986, 551–556; Colman 1993, 70–96; Feldman 2014; Morgan 2018, 47–64. ⁸³Cleavelly, vuosi? ⁸⁴Novakovic 2016, 85–105. ⁸⁵Morgan 2018, 47–64. ⁸⁶Joseph 1975, 48–60. ⁸⁷Joseph 2001, 181–192. ⁸⁸Woodhouse 1990, 69–119. ⁸⁹Cudmore & Judd 2001. ⁹⁰Morgan 2018. ⁹¹Morgan 1995, 33–48. ⁹²Morgan 1995, 34; Tuhkasaari 2007, 34–53. ⁹³Morgan 2018. ⁹⁴Fisher 1995. ⁹⁵Fisher 1999. ⁹⁶Ruszczynski 2015. ⁹⁷Ruszczynski 2015. ⁹⁸Tuhkasaari 2013; Siltala 2016. ⁹⁹Steiner 1993a, Davidkin 2014. ¹⁰⁰Joseph 1975, 48–60. ¹⁰¹Britton 1989. ¹⁰²Siltala 2017. ¹⁰³Kernberg 2018. ¹⁰⁴Davidkin 2013. ¹⁰⁵Ruszczynski 2015. ¹⁰⁶Bion 1962; Schulman 2018. ¹⁰⁷Bell 2001, 125–147. ¹⁰⁸Rosenfeld 1987, 159. ¹⁰⁹Scharff 1992. ¹¹⁰Ruszczynski 1995. ¹¹¹Klein 1957, 189.