



**SAVONIA**

AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO

SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# PSYKODYNAAMINEN NÄKÖKULMA REFLEKTION MERKITYKSESTÄ

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

TEKIJÄ: Eero Vainio

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma	
Työn tekijä Eero Vainio	
Työn nimi Psykodynaaminen näkökulma reflektion merkityksestä	
Päiväys	16.9.2017
Sivumäärä	42
Ohjaajat Minna Kaija-Kortelainen ja Marjaana Tuovinen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani Kuopion psykiatrian keskus	
Tiivistelmä	
<p>Sosiaali- ja terveysalan työntekijän tärkein työkalu on oma itse. Tästä syystä alan työntekijältä vaaditaan kykyä reflektioon, oman itsen tarkasteluun. Reflektio ei ole pelkästään ajattelua, vaan sitä voidaan kuvata keinoon ymmärtää omaa toimintaa ja löytää mahdollisesti toisin toimimisen mahdollisuus. Tämä opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyössä etsittiin psykodynaamisesta kirjallisuudesta mielenterveyskuntoutusohjaajan työhön käyttökelpoista tietoa aiheesta reflektio. Tavoitteena oli tehdä tiivis ja johdonmukainen kirjallisuuskatsaus aiheesta. Opinnäytetyön toimeksiantaja oli Kuopion psykiatrian keskus.</p> <p>Opinnäytetyöhön valikoitui viisi suomalaista psykodynaamisen suuntauksen perusteosta. Opinnäytetyössä on näistä kirjoista löytynyt tietoa tiivistetty ja vertailtu keskenään. Tuloksia on vertailtu myös sosiaalialan kirjallisuuteen. Tämän tutkimuksen pääsisältö on rakennettu teemoittain, jotka vastaavat tutkimuskysymykseen. Teemoja on viisi ja ne ovat rakentuneet aineistolähtöisesti. Teemat ovat: reflektiivisen työotteen välttämättömyys ja käyttöteoria, asiakkaan ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen rooliodotukset, keskeneräisyyden sietäminen, vastatransferenssi ja vuorovaikutuksen ongelmat sekä empatia ja vuorovaikutuksessa koettu mielihyvä.</p> <p>Tutkimuksen tuloksissa toistui omien tunnereaktioiden tarkkailun ja tiedostamisen tärkeys ammatillisessa vuorovaikutussuhteessa. Työntekijän on oltava mahdollisimman tietoinen omista tunnereaktioista ja toiminnan yllykkeistään. Reflektiosta voidaan myös sanoa, että se on oman käyttöteorian tiedostamista ja kehittämistä. Käyttöteorialla tarkoitetaan ajattelun sisäistä ohjausjärjestelmää, joka ohjaa toimintaamme enimmäkseen tiedostamattomasti. Se sisältää ihmisen arvot, uskomukset ja tiedot, joiden pohjalta luodaan merkityksiä tai käsityksiä eri asioista. Reflektio on yhteydessä myös asiakkaan ymmärtämiseen ja empatian kokemiseen. Aito ymmärrys ja empatia edellyttävät kykyä samaistua asiakkaan kokemukseen. Samaistuminen taas edellyttää työntekijältä kykyä reflektioon. Reflektointi liittyy myös kykyyn sietää epä tietoisuutta ja keskeneräisyyttä. Aidossa vuorovaikutussuhteessa tietämättömyyden sietäminen on olennaista.</p> <p>Transferenssi ja vastatransferenssi ovat psykodynaamiselle teoriasuuntaukselle tyypillisiä käsitteitä ja vastatransferenssi käsitteen kautta voi päästä ymmärtämään reflektion merkitystä ammatillisessa vuorovaikutussuhteessa. Vastatransferenssissa asiakas saattaa aktivoida jonkin tunteen työntekijän mielessä hänen omasta menneisyydestään. Tällöin työntekijä ei kykene tarkastelemaan ja löytämään merkityssuhteita omasta ihmishistoriasta nykyhetkeen. Vastatransferenssi voi aktivoitua myös asiakkaan vuorovaikutussuhteeseen tuomista odotuksista ja toiveista, jolloin työntekijä ei kykene näkemään niiden yhteyttä asiakkaan menneisyyteen, vaan toimii niiden ohjaamana.</p> <p>Jatkotutkimusaiheita ovat esimerkiksi sosiaalialan työntekijän omien kehollisten reaktioiden tunnistaminen ja käsittely, työnohjauksen tai sen puuttumisen merkitys reflektion kannalta ja työntekijän oman psykoterapian tai oman hoitohistorian merkitys työssä.</p>	
Avainsanat kuvaileva kirjallisuuskatsaus, reflektio, psykodynaaminen, mielenterveystyö	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programmed Degree Programme in Social Services			
Author Eero Vainio			
Title of Thesis Psychodynamic perspective on reflection			
Date	16.9.2017	Pages/Appendices	42
Supervisors Minna Kaija-Kortelainen and Marjaana Tuovinen			
Client Organisation /Partners Kuopio Psychiatry Center			
<p>Abstract</p> <p>The most important instrument of social and health care worker is the self of the professional. That is why capability of reflection is needed in social and health care. Reflection is more than just thinking. It can be described as a way of understanding one's actions and developing alternative behaviors. This Bachelor's thesis was executed as a descriptive literature review. The objective of this thesis was to find information in psychodynamic literature about the concept of reflection. The aim was to find information that is beneficial in a mental health care counselor's job. The thesis was commissioned by Kuopio Psychiatry Center.</p> <p>A total of five basic books of psychodynamic approach were selected. The information that was found in these books is summarised and compared with each other. The results were also compared with social care literature. The main content of this study was categorized in five different themes which all answer to the research question. Themes are; the necessity of reflective practice and theory in use, understanding client and role expectations in interaction, tolerating uncertainty, countertransference and problems in interaction, empathy and satisfaction within interaction.</p> <p>The main results of this study were the importance of awareness of one's feelings in professional interaction. Reflection is about being aware and developing one's theory in use. Theory in use includes our values, beliefs and knowledge. Reflection also considers empathy and understanding clients. It also requires tolerance uncertainty, which plays key a role in authentic interaction.</p> <p>Transference and countertransference are typical concepts of psychodynamic theory. The concept of countertransference clarifies the importance of reflection in professional interaction. Countertransference means that the client activates emotions in the mind of the counsellor, emotions that arise from the professional's personal life history. In countertransference the counsellor is unable to recognize this connection so that he/she could understand it. Countertransference can also be activated when the client expresses his/her expectations and hopes for the helping process. In this case, the counsellor might act upon these expectations without understanding their connection with the client's life history.</p> <p>Follow-up research could include the following topics; being aware and working through counselors own bodily responses, meaning of supervision at work and how that effects on reflection as well as the importance of counselor's own psychotherapy.</p>			
Keywords descriptive literature review, reflection, psychodynamic, mental health care			

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO .....	5
2	SOSIONOMI MIELENTERVEYSTYÖN OHJAUSTYÖSSÄ .....	7
2.1	Kuntoutusohjaus mielenterveystyössä .....	7
2.2	Opinnäytetyön toimeksiantaja .....	9
3	KESKEISET KÄSITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYS .....	10
3.1	Psykodynaaminen lähestymistapa .....	10
3.2	Näkökulmia reflektion käsitteeseen .....	11
3.3	Opinnäytetyön tutkimuskysymys .....	12
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	14
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus .....	14
4.2	Kirjallisuuskatsaukseen käytetty aineisto .....	15
4.3	Aineiston analyysi .....	19
4.4	Teemojen muodostaminen .....	21
5	KIRJALLISUUSKATSAUS PSYKODYNAAMISEEN KIRJALLISUUTEEN .....	24
5.1	Reflektiivisen työtteen välttämättömyys ja käyttöteoria .....	24
5.2	Asiakkaan ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen rooliodotukset .....	26
5.3	Keskeneräisyyden sietäminen .....	27
5.4	Vastatransferenssi ja vuorovaikutuksen ongelmat .....	29
5.5	Empatia ja vuorovaikutuksessa koettu mielihyvä .....	32
6	POHDINTA .....	34
6.1	Tulosten tarkastelua .....	34
6.2	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	37
6.3	Henkilökohtaisia oivalluksia koskien reflektiota .....	38
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT .....	40

## 1 JOHDANTO

Sosiaali- ja terveysalalla tehtävässä työssä keskeistä on, että työtä tehdään omalla persoonalla. Keskeisin työväline on oma itse. Alan työntekijältä vaaditaan hyvää itsetuntemusta, koska oman persoonan käyttäminen työvälineenä on vaativaa ja ajoittain raskasta. Työntekijän on jatkuvasti tarkasteltava omia kokemuksia ja niihin liittyviä tunteita, asenteita, ajatuksia, keskeneräisiä mietteitä, asiakassuhteessa syntyneitä tilanteita sekä omaa käytännöllistä ja teoreettista osaamista. Tästä ammatillisesta oman itsen tarkastelusta voidaan käyttää nimitystä reflektio. (Kiviniemi ym. 2014, 8, 11.)

Hyvän itsetuntemuksen edellytys on reflektio ja se on sosionomin (AMK) työssä avainasemassa (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2009, 55; Mäkisalo-Ropponen 2012, 61). Koska ammatti-identiteetti ja persoonallinen identiteetti ovat tiiviisti yhteydessä toisiinsa, ihmissuhdetyötä tekevältä ammattilaiselta vaaditaan kykyä kohdata itsensä ja elämänhistoriansa. Jos työntekijän elämänhistoriassa on käsittelemättömiä ja työstämättömiä asioita, saattavat ne nousta pintaan erilaisissa haastavissa asiakastyön tilanteissa. (Mäkisalo-Ropponen 2012, 61.)

Tämä opinnäytetyö käsittelee mielenterveystyöntekijän ja asiakkaan välistä vuorovaikutusta työntekijän kannalta. Opinnäytetyön tarkoitus on löytää teoreettisia näkökulmia reflektioon ja sen merkitykseen psykodynaamisesta kirjallisuudesta. Tavoitteena on tuottaa tiivistettyä ja koottua tietoa reflektion merkityksestä mielenterveys kuntoutusohjaajan työssä. Opinnäytetyön toteutusmenetelmä on kuvaileva kirjallisuuskatsaus.

Mielenterveysalalla työskentelevältä ammattilaiselta vaaditaan psykologista oivalluskykyä. Se tarkoittaa sitä, että työntekijä reflektoi tietoisesti omia tunteitaan, ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Mitä paremmin työntekijä tähän kykenee, sitä paremmin hän on tietoinen omista vahvuuksistaan, tarpeistaan, tunteistaan, asenteistaan ja kehittämisen alueistaan. Tätä seuraa se, että työntekijä pystyy tukemaan asiakasta saamaan erilaisia kokemuksia, tarkastelemaan ja löytämään erilaisia puolia itsestään. (Kiviniemi ym. 2014, 13.)

Tämän opinnäytetyön toimeksiantaja on Kuopion psykiatrian keskus. Olen suorittanut sosionomi (AMK) opintoihin kuuluvan harjoittelun ja kaksi kolmen kuukauden kesäsijaisuutta Kuopion psykiatrian keskuksella. Harjoittelun suoritin moniammatilliseen työryhmään kuuluvan sosionomin (AMK) mukana, joka työskentelee nimikkeellä kuntoutusohjaaja. Opinnäytetyön tavoitteena oli myös tehdä kokonaisuus, josta olisi hyötyä Kuopion psykiatrian keskuksessa työskenteleville työntekijöille.

Reflektiota, oman ammatillisen toiminnan tutkimista, helpottavat erilaiset teoriat ja käsitteet (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2009, 55; Oksanen 2009, 13). Oleellista on purkaa ammatillista vuorovaikutustilannetta osiin käyttäen itselle soveltuvia käsitteitä ja menetelmiä. (Oksanen 2009, 29.) Olen valinnut opinnäytetyöhöni psykodynaamisen teoriasuuntauksen oman kiinnostukseni pohjalta. Myös Kuopion psykiatrian keskuksella olen päässyt seuraamaan usean työntekijän työskenteilyä, jotka perustavat työskentelynsä psykodynaamisen suuntauksen oppeihin. Omat oppimistavoitteeni pohjaavat sosionomi(AMK) -tutkinnon kompetensseihin, joihin kuuluu reflektiivisen työotteen

omaksuminen (Savonia s.a.). Tavoitteenani on, että tämän opinnäytetyön tekeminen syventäisi omaa teoriaosaamistani erityisesti ammatillisesta reflektiosta.

## 2 SOSIONOMI MIELENTERVEYSTYÖN OHJAUSTYÖSSÄ

Mielenterveystyö on asiakkaan terveyttä edistävää, tukevaa, ylläpitävää, eheyttävää ja korjaavaa työtä (Kiviniemi ym. 2014, 4). Mielenterveystyöhön kuuluu myös ennaltaehkäisevä työ. Näin ollen mielenterveystyö on laaja-alaista toimintaa, jota toteutetaan monella eri hallinnonalalla. Mielenterveystyö on sosiaalihuollolle ja terveydenhuollolle yhteinen vastuualue, koska sitä tehdään molempien sisällä. Mielenterveyspalveluita toteuttavat eri tahot ja palveluiden tarjonta on laaja. Mielenterveyspalveluita tarjoavat sosiaalihuolto, terveydenhuolto, kirkko ja erilaiset järjestöt. (Lammi-Taskula 2011, 114–116.)

Mielenterveystyö perustuu vuorovaikutukseen, joka toteutuu ihmisten välisessä yhteistyösuhteessa. Vuorovaikutuksen onnistumiseen ja sen ylläpitämiseen vaikuttavat sekä työntekijän että asiakkaan tiedostamattomat, esitietoiset ja tiedostetut toimintatavat ja ominaisuudet. Ammatillinen yhteistyösuhte kysyy työntekijältä korkeita eettisiä, tiedollisia ja taidollisia valmiuksia. Tätä ammatillista työskentelyä tukee jatkuva koulutus ja ohjaus. (Kiviniemi ym. 2014, 4.)

### 2.1 Kuntoutusohjaus mielenterveystyössä

Sosionomin työkenttä ja käytettyjen toimintamuotojen ja menetelmien kirjo on varsin laaja. Ne määräytyvät sosionomin työssä pitkälti asiakaskunnan tarpeiden pohjalta. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2009, 86, 92.) Sosionomi voi työskennellä mielenterveystyön avopalveluissa kuntoutusohjaajana. Tässä opinnäytetyössä käytän kuntoutusohjaajan työnkuvaa tutkimuksen kontekstina.

Mielenterveystyössä kuntoutuja nähdään oman elämänsä ja sairautensa asiantuntijana sekä päätöksentekijänä. Kuntoutuja nähdään aktiivisena, vastuullisena ja tavoitteellisena toimijana, joka pyrkii ymmärtämään ja suunnittelemaan elämäänsä. Mielenterveyskuntoutus tähtää elämänhallinnan lisäämiseen ja elämänlaadun parantamiseen kuntoutujan elämässä. Se on tavoitteellista toimintaa, jossa olennaista on kuntoutujan positiivisten kykyjen korostaminen. Kuntoutuksessa pyritään yksilön voimavarojen, toimintakyvyn ja elämänhallinnan tunteen lisäämiseen. Yksi tärkeimmistä päämääristä on myös kuntoutujan arkielämän taitojen lisääminen ja ylläpitäminen. Kuntoutujalähtöisyys on keskeinen periaate, joka tarkoittaa sitä, että kuntoutujan omat tarpeet ohjaavat kuntoutusprosessia. Työntekijän rooli on olla kuntoutumisen mahdollistajana ja yhteistyökumppani, jolla on ammattitaitoa, osaamista ja tietoa mielenterveyskuntoutumisesta. Työntekijä avaa mahdollisuuksia ja tukee kuntoutujan omaa päätöksentekokykyä. Kuntoutuminen lähtee kuitenkin ihmisestä itsestään, työntekijän tehtävä on olla toivoa välittävä ja ylläpitävä rinnalla kulkija. (Kuhanen, Oittinen, Kanerva, Seuri ja Schubert 2010, 100–101.)

Kuntoutujaa pyritään tukemaan oman elämäntilanteen arvioinnissa ja vaikuttamisessa ohjauksen keinoin. Kuntoutumiseen liittyvät saadut oivallukset liittyen omaan elämään ja tavoitteisiin. Näitä voidaan edistää ohjauksessa tuoden keskusteluun eri näkökulmia liittyen kuntoutumiseen. Ohjauksessa herätellään ja rakennetaan kuntoutujan valmiutta kuntoutumiseen. Pyrkimyksenä on ohjata kuntoutujaa ottamaan käyttöön ja tunnistamaan omaa asiantuntijuutta. (Narumo 2006, 14–16.)

Psykiatrisen hoidon ja kuntoutuksen erojen hahmottaminen ei ole helppoa (Riikonen ja Järvikoski 2001, 162). Niissä on paljon samoja elementtejä (Heikkinen, Peltonen, Innamaa ja Virta 2014, 311; Järvikoski ja Härkäpää 2011, 237). Eija Mattila esittää, että mielenterveyskuntoutus muistuttaa psykoterapiaa ja ohjausta (2009, 100). Hoitavassa ja ohjaavassa työotteessa on paljon yhtäläisyyksiä. Psykiatrisessa hoidossa pääpaino on oireiden alkuperän selvittämisessä ja niitä ylläpitävien tekijöiden hahmottamisessa. Kuntouttavassa ohjauksessa painottuvat psykiatrista hoitoa enemmän kuntoutuksen mahdollisuuksien tunnistaminen ja yhteiskunnan palveluiden hyödyntäminen kuntoutumisen tukena. Psykiatrista hoitoa ja ohjausta yhdistävät terapeutin vuorovaikutus ja asiakasta tukevat, motivointiin pyrkivät keskustelut. Ohjauksessa keskitytään pääsääntöisesti siihen, miten kuntoutuja voisi löytää edellytyksiä toimia oman elämänsä hyväksi. Lisäksi ohjauksessa korostetaan asiakkaan omaa päätäntävaltaa ja vastuuta asioiden hoitamisessa. Kuntoutujaa pyritään ohjaamaan oman asi-  
antuntijuuden tunnistamiseen ja käyttöönottoon. (Narumo 2006, 14, 18–19.) Opetuksesta ja neu-  
vonnasta ohjaaminen eroaa siinä, että ohjaajalla ei yleensä ole tarjottavana valmiita vastauksia, vaan niitä pyritään etsimään yhdessä ohjauksen edetessä. Kuntoutujaa rohkaistaan tekemään omia valintoja ja tuetaan häntä löytämään omia näkökulmia ja ajatuksia. (Narumo 2006, 18, 20.) Pitkälle vietyjä analyyseja ja tulkintoja ohjaaja ei tee, koska ne kuuluvat enemmän terapian menetelmiin. (Narumo 2006, 18, 20; Vilèn, Leppämäki ja Ekström 2008, 12).

Mielenterveyskuntoutuksen ohjaussuhteessa on samoja elementtejä kuin psykiatrisessa hoidossa. Se kehittyy asteittain ja luottamus vahvistuu pikkuhiljaa. Ohjaus sisältää paljon keskustelua ja kuuntele-  
mista. Siihen kuuluvat empatia, välittäminen ja toivon ylläpitäminen. Keskeisenä tavoitteena on, että kuntoutuja ottaa etenevässä määrin vastuuta itsestään ja elämästään. (Heikkinen, Peltonen, Inna-  
maa ja Virta 2014, 311.)

Eija Mattila kirjoittaa kirjassa *Kuuntele minua - mielenterveystyön käytännön menetelmiä* (2009, 97, 99–100.) mielenterveyskuntoutuksen ohjausosaamisesta. Siinä on kysymys ohjaajan kyvystä tunnis-  
taa kuntoutujan elämäntilanne ja auttaa häntä kokemaan uudenlaista myönteistä kehitystä. Ohjauk-  
sessa on tilaa spontaaniudelle, satunnaisuudelle ja arkielämän moninaisuuden tutkistelulle. Ensisijai-  
nen tehtävä on käsitellä kokemuksia, mielikuvia, tunteita ja ajatuksia. Tämän lisäksi hän kirjoittaa,  
että ohjaajan on osattava kuunnella myös omaa sisintään, reflektoida omaa hiljaista ääntään. Mie-  
lenterveyskuntoutuksessa ohjausta tulee tutkia eettisenä kysymyksenä, näitä kysymyksiä ovat muun  
muassa: Kenen tarpeesta ohjaan? Millä tavalla ohjaan ja miten voin kehittää itseäni ohjaajana? Mi-  
ten ohjaajana tunnistan kuntoutujan läheisyyden ja jakamisen tarpeen? Miten ohjaajana osaan siir-  
tyä sivuun ja sietää mysterejä? Vilèn, Leppämäki ja Ekström (2008, 155) kuvaavat sosiaali- ja ter-  
veysalan asiakastyön vuorovaikutusosaamista psykodynaamisen teoriasuuntauksen pohjalta niin,  
että työntekijän tulisi oppia enenevässä määrin kuuntelemaan itseään ja havainnoimaan omia reakti-  
oitaa. Tämä siksi, että hän voi tunnistaa omia tunteitaan, ajatuksiaan ja toiminnan ylläkkaitään.  
Tätä voi nimittää ikään kuin sisäiseksi keskusteluksi, jossa työntekijä kysyy itseltään: Mistä tunteeni  
nousi? Miksi toimin näin? Ketä minä mahdollisesti edustan asiakkaalle tai millaiseen vuorovaikutuk-  
seen hän minua haastaa? Mitä toiminnan ylläkkaitä minussa herää ja miten ne sopivat työnkuvaani?



## 2.2 Opinnäytetyön toimeksiantaja

Tämän opinnäytetyön toimeksiantaja on Kuopion psykiatrian keskus (KPK). Kuopion psykiatrian keskuksella sosionomi (AMK) voi työskennellä osana moniammatillista tiimiä nimikkeellä kuntoutusohjaaja. Kuntoutusohjaajasta voi käyttää myös nimityksiä palveluohjaaja, omaneuvoja tai case manager (Järvikoski ja Härkäpää 2011, 237). Kuopion psykiatrian keskus on Pohjois-Savon sairaanhoitopiirin ja Kuopion kaupungin yhteinen palvelukeskus. KPK tarjoaa psykiatrista avohoitoa ja kuntoutusta 20–64 vuotiaille kuopiolaisille sekä muille sairaanhoitopiirin potilaille ja kuntoutujille. KPK:n vastaanotto- ja kuntoutuspalvelut sijaitsevat Kuopiossa Niiralan kaupunginosassa. Siellä toimivat myös kuntoutustyöryhmä Kipinä ja aikuispsykiatrian tehostetun avohoidon työryhmä. Lisäksi Kuopion psykiatrian keskukseseen kuuluu kuntoutusyksikkö Tukiporras. Vastaanotto toimintaa on myös Karttulassa, Vehmersalmella, Nilsiässä ja Maaningalla. KPK:lle hakeudutaan hoitoon lääkärin lähetteellä. Tavallisimpia syitä hoitoon hakeutumisella ovat masennus, ahdistuneisuus ja psykoosi. Hoito ja kuntoutuspalveluissa käytetään erilaisia yksilö-, perhe- ja ryhmäterapioita sekä lääkehoitoa. Kuntoutuksessa käytetään yksilöllisen kuntoutusohjauksen lisäksi erilaisia keskusteluryhmiä ja toiminnallisia ryhmiä. (Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri 2013.)

Kuopion psykiatrian keskuksella työskentelevien kuntoutusohjaajien ja kaikkien työntekijöiden työ on vaativaa ihmissuhdetyötä. Työssä jaksamista ja ammatillista kasvua edistävät kouluttautuminen ja teoriaopiskelu. Tämän työn tavoitteena on osaltaan tukea Kuopion psykiatrian keskuksen työntekijöiden teoriaopiskelua tarjoten tiivistettyä ja koottua tietoa sekä näkökulmaa aiheesta reflektio.

Tämän opinnäytetyön aiheen olen valinnut itse, mutta toimeksiantajan työntekijät ovat ohjanneet opinnäytetyötä ja antaneet asiantuntevia kommentteja työn eri vaiheissa. Aineiston analysointi vaiheessa useampi KPK:n työntekijä antoi kommentteja työn sisällöstä. Myös työn viimeistelyvaiheessa toimeksiantajan yhteyshenkilö osallistui opinnäytetyöni ohjaamiseen. Työn tuloksia esiteltiin ja arvioitiin yhteisesti Kuopion psykiatrian keskuksella hoito- ja kuntoutustyöntekijöiden ammattikuntaryhmässä lokakuussa 2017.

### 3 KESKEISET KÄSITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYS

Tässä luvussa esittelen opinnäytetyöni keskeiset käsitteet ja tutkimuskysymyksen. Opinnäytetyönsäni lähestyn tutkimuskysymystä mielen terveystutkimuksen näkökulmasta. Keskeisiä käsitteitä ovat reflektointi ja psykodynaaminen lähestymistapa.

#### 3.1 Psykodynaaminen lähestymistapa

Kohtaaminen ja vuorovaikutustaidot ovat olennaisen tärkeitä kaikissa asiakas- ja hoitotyön ammateissa ja kaikessa vuorovaikutuksessa on yhteisiä nimittäjiä huolimatta siitä, minkälaisessa asiakastyössä toimitaan (Mönkkönen 2007, 20, 11). Ihmisten välinen vuorovaikutus on monimutkaista ja sisältää myös tiedostamattomia tekijöitä (Ojanen 2006, 23; Mönkkönen 2007, 17). Koska ammatillinen vuorovaikutus on moniulotteinen ilmiö, sitä ei voida tarkastella tiukasti vain yhden teoreettisen mallin avulla (Ojanen 2006, 20). Vuorovaikutukseen liittyviä asioita ei voi tarkastella myöskään kiinnittämällä huomio pelkästään yksilön ominaisuuksiin tai erilaisten työmenetelmien vaikutuksiin siinä (Mönkkönen 2007, 15). Monimutkaisen ja vaikean tehtävän äärellä tarvitaan apu- ja erityisteorioita, joista psykoanalyttinen teoria on yksi. Se antaa välineitä ihmismielen syvimpien, tiedostamattomien tekijöiden tarkasteluun. Psykoanalyttista teoriaa voi käyttää apuna myös ilman menetelmän kokonaisvaltaista ammatillista osaamista, esim. psykodynaamisesti suuntautunutta terapiakoulutusta. (Ojanen 2006, 20.) Psykoanalyttisella tiedolla on tarjottavana tietoa ihmisen kokemuksen ja merkityksenannon määräytymisestä koskien ylipäänsä ihmisen elämää, eikä se koske pelkästään psykodynaamisesti suuntautunutta psykoterapiaa tai psykoanalyysia hoitomuotona. (Latomaa 2000, 74.)

Psykodynaamisen lähestymistavan teoreettisena taustana on itävaltalaisen lääkärin Sigmund Freudin esittämä käsitys ihmismielen kehityksestä, rakenteesta ja toiminnasta. Freudin keskeisin oivallus oli se, että psyykkisten sairauksien ja oireiden aiheuttajina ovat tiedostamattomassa mielessä olevat konfliktit eli ristiriitaiset mielen toimintaa ja käyttäytymistä motivoivat ja ylläpitävät vietinomaiset tarpeet ja pyrkimykset. Tällaiset konfliktit Freud ajatteli olevan peräisin lapsuuden traumatisoivista kokemuksista, joita lapsi ei ole kyennyt käsittelemään, jolloin ne torjuttuina muistijälkinä vaikuttavat läpi elämän eräänlaisena mielen rakenteen heikkoutena. (Tamminen, Pylkkänen, Rechartt, Saarinen ja Taajamaa 2010, 58.)

Psykodynaamisen lähestymistavan taustalla oleva psykoanalyttinen teoria sisältää tutkittua, uusiutuvaa ja edelleen tarkentuvaa tietoa ihmisen psyykkisestä kehityksestä, mielen toiminnasta ja sen häiriöiden hoidosta (Tuohimaa 2008, 90). Vaikka psykoanalyttinen teoria on yli sadan vuoden historiansa aikana kehittynyt paljon, eikä se ole yksi yhtenäinen ajatusrakennelma, ovat monet sen periaatteet edelleen ajankohtaisia ja elinvoimaisia. (Lindberg, Stenius ja Salo 2015, 14.) Psykodynaamisen lähestymistavan taustalla vaikuttava psykoanalyttinen teoria pyrkii kuvaamaan mielen sisäisiä tapahtumia (syvärakenne), jotka mahdollistavat tai tekevät välttämättömäksi ihmisen toiminnassa ja kokemisessa ilmenevät asiat (pintarakenne). Pintarakenne nähdään mielekkäänä syvärakenteen ilmauksena. (Latomaa 2000, 28.)

### 3.2 Näkökulmia reflektion käsitteeseen

Reflektointi on keskeinen käsite sosiaalialalla. Reflektiivinen työote ja sen tärkeys on mainittu myös sosionomi (AMK) tutkinto-ohjelman osaamistavoitteissa (Savonia s.a.). Reflektio-käsitteen määrittely ei kuitenkaan ole yksiselitteistä ja sitä voidaan lähestyä monesta eri näkökulmasta (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2009, 47; Vilén, Leppämäki ja Ekström 2008; Ojanen 2006, 73). Tässä kappaleessa esittelen amerikkalaisen sosiaalityön professorin, Mary Ellen Kondratin ajatuksia reflektiosta. Hän on artikkelissaan *Who Is the "self" in Self-Aware: Professional Self-Awareness from a Critical Theory Perspective* (1999) kuvaillut reflektio käsitettä sosiaalialalla tiivistäen tyypilliset näkökulmat kolmeen eri ulottuvuuteen. Artikkelin on julkaistu 1999, mutta kyseistä tekstiä on hyödynnetty myös tuoreemmissa kirjoissa, kuten vuonna 2007 ilmestyneessä kirjassa *Työnohjaus sosiaalityössä* (Karvinen-Niinikoski, Rantalaiho ja Salonen).

Reflektioon liittyy Kondratin näkemyksen mukaan vahvasti mahdollisimman vakaa tietoisuus omasta persoonasta ja tavasta tehdä työtä. Hän esittelee kolme eri näkökulmaa, joiden avulla hän syventää omasta persoonasta tietoisena olemista ja reflektiota. Ensimmäinen näkökulma on kaiken itsensä tiedostamisen perusta ja se on yksinkertainen kyky tiedostaa itsensä nykyhetkessä. Se tarkoittaa tämän hetken todellisuuden realiteettien ja ympäristön tajuamista, sekä kykyä nimetä omia havaintoja, tunteita sekä eri sävyjä käyttäytymisessä. Oma itse on läsnä subjektina, joka havaitsee omat kokemuksensa ja tunteensa. Tässä itsensä kokemisen ulottuvuudessa tietoisuus on kohdistettu siihen, mitä koetaan tässä ja nyt. (Kondrat 1999, 452–453.)

Toisena ulottuvuutena Kondrat erittelee reflektiivisen itsen tiedostamisen. Toisin kuin yksinkertaisessa itsensä tiedostamisessa, reflektiivisessä itsensä tiedostamisessa itse ikään kuin, astuu askeleen taaksepäin ja havainnoi sekä tarkastelee omaa toimintaansa. Reflektion kohteena ovat oma käyttäytyminen, tunteet, kognitiiviset sisällöt ja kyvyt. Reflektio pyrkii itseensä etäisyyttä ottamalla saamaan mahdollisimman objektiivisen kuvan itsestään. Kokonaan objektiivista kuvaa oman itsen toiminnasta ei tietysti voi saada, mutta ihminen on kuitenkin kykenevä tarkastelemaan ja arvioimaan omaa toimintaansa sekä tunnusomaisia piirteitään ikään kuin ulkopuolisen silmin. Reflektiivinen itsen tiedostaminen on laaja käsite sisältäen kyvyn ymmärtää oma erillisyyksensä, kyky syy-seuraus-suhde ajatteluun ja uuden oppimiseen. Reflektiivistä itsen tiedostamista korostetaan paljon sosiaalialan oppikirjoissa. Tämä siksi, että opiskelijan ja myöhemmin työntekijän tulisi oppia työote, jossa hän asettaa itsensä mahdollisimman tunnontarkan tarkastelun kohteeksi, jotta hänen omat arvonsa, tarpeensa ja asenteensa eivät asettuisi ammatillisen vuorovaikutuksen esteeksi. Reflektion ydin on siis omien tunteiden, ajatusten, käyttäytymisen ja saavutusten tarkastelu ulkopuolisen silmin. (Kondrat 1999, 453–456.)

Kolmas näkökulma on refleksiivinen itsensä tiedostaminen. Tällä näkökulmalla tarkoitetaan oman itsen henkilökohtaista, syvällistä ymmärtämistä. Siihen liittyy oman kokemuksen ymmärtäminen; miksi koen tämän ihmisen tai tilanteen näin? Käytännön työssä se merkitsee esimerkiksi sitä, että työntekijä pystyy jäsentämään asiakastilanteen herättämän voimakkaan tunnereaktion alkulähteen

itsessään. Refleksiivisyudessa on kyse myös empaattisesta itsen ja toisen ymmärtämisestä sekä intuitiosta ja kyvystä käyttää sitä ammatillisessa mielessä. (Kondrat 1999, 456–458.)

Puhuttaessa refleksiivisestä itsensä tiedostamisesta voidaan erottaa kaksi pääsuuntausta, jotka viimeaikaisen tutkimuksen mukaan eivät ole toisiaan poissulkevia vaan molemmat lähestymistavat ovat samanaikaisesti läsnä (Karvinen-Niinikoski, Rantalaiho ja Salonen 2007, 89–90). Toinen on perinteinen, psykodynaaminen näkökulma, joka painottaa menneitä ihmissuhteita. Minä on menneiden ihmissuhteiden läpäisemä, jolloin koko yksilön ihmissuhdehistoria on läsnä nykyhetkessä. Yksilön ihmissuhdehistoria aktivoituu nykyhetken ihmissuhteissa eri tavoilla. Ammatillisesta näkökulmasta tämä tarkoittaa sitä, että työntekijä tuo vuorovaikutukseen aina oman elämänsähistoriansa ja se vaikuttaa kanssakäymiseen aina enemmän tai vähemmän. (Kondrat 1999, 458.)

Toinen näkökulma itsen refleksiiviseen tiedostamiseen on postmodernien ja konstruktivististen teoriasuuntausten muodostama käsitys. Näiden lähestymistapojen mukaan minä rakentuu tilannekohtaisissa vuorovaikutussuhteissa ja kulttuurisen kontekstin huomioiminen on tärkeässä osassa. Refleksiivisyudessa pohditaan itseä ja omaa työtä avoimessa dialogissa. Siinä on kyse kulttuurin, kielen ja sen sävyjen merkityksien tarkasta havainnoinnista. Tarkastelun kohteena ovat myös kulttuuriset kategoriat kuten sukupuoli, etnisuus ja muut erot ja eroavaisuudet. Työntekijä tarkastelee refleksiivisyudessa omaa suhtautumistaan näihin edellä mainittuihin kategorioihin. (Kondrat 1999, 458–459.)

Käsitteenä reflektiosta puhutaan hyvin eri tavoin eri teoreetikkojen toimesta. Vilén, Leppämäki ja Ekström (2002, 107–108) erittelevät käsitteinä itsereflektion ja reflektion. Heidän määritelmänsä mukaisesti itsereflektio on sisäistä puhetta, jossa omaa toimintaa tarkastellaan omia tavoitteita, arvoja jotakin teoriaa vasten. Reflektio taas on samojen asioiden työstämistä jonkun kanssa. Jotkut tutkijat erittelevät toiminnan aikaisen reflektion metakognitioksi. Mäkinen ym. (2009, 51). pohtivat vertaillen eri tutkijoiden näkemyksiä siitä, onko reflektio myös toiminnan aikana tapahtuva prosessi vai onko tällöin kyse metakognitioista

### 3.3 Opinnäytetyön tutkimuskysymys

Tässä tutkimuksessa tukeudun professori emerita Sinikka Ojasen (2006, 78–79, 71–72.) määritelmään reflektiosta ja tutkin sitä hänen määritelmästä käsin. Hän ei erottele reflektiota ja refleksiivisyyttä vaan molemmat kuuluvat käsitteeseen reflektio. Ojanen ei myöskään puhu erikseen metakognitiosta vaan reflektio on myös toiminnan aikana tapahtuva prosessi. Reflektio on sisäinen prosessi, jossa työntekijä pohtii ja tarkastelee toiminnan, esimerkiksi asiakastyön vuorovaikutustilanteen jälkeen omaa toimintaansa ja siihen vaikuttaneita tekijöitä. Edellä mainitun lisäksi Ojanen näkee reflektioprosessin myös vuorovaikutustilanteen aikana tapahtuvana oman mielen tarkasteluna. Ojanen ei myöskään erottele työntekijän itsekseen harjoittamaa reflektiota ja reflektiota toisen ihmisen kanssa. Reflektio suuntaa sisäiseen maailmaan, se on syvällistä ajattelua itsekseen tai toisen kanssa.

Reflektioon sisältyy olennaisena osana omien tunteiden tarkastelu erilaisissa asiakastyön tilanteissa (Mäkinen ym. 2009, 47; Ojanen 2006, 79; Karvinen-Niinikoski, Rantalaiho ja Salonen 2007, 90). Reflektiossa työntekijä analysoi itsessä herääviä tuntemuksia ja pyrkii niiden avulla saamaan uusia näkökulmia työhönsä. Esimerkiksi ongelmalliseksi koetun työskentelytilanteen jälkeen työntekijä omien tuntemusten kautta tutkii omaa kokemustaan siitä ja sen persoonallisia, henkilökohtaisia merkityssuhteita. Merkitykset ovat osa psyykkistä maailmaa ja ihmisen subjektiivista maailmankuvaa. Reflektiolla, pohtimalla omaa merkityssuhdettaan johonkin kokemukseen, työntekijä voi löytää omasta kokemushistoriastaan yhteyden tämän hetken kokemukseen. Hahmottamalla oman historian vaikutusta nykypäivään, työntekijän itsetietoisuus kasvaa ja hän voi myös löytää uuden tavan toimia. Ojanen mukaan reflektio on omien, persoonallisten merkitysyhteyksien tarkastelua ja ainut väylä ymmärtää omaa itseä, sitä mitä olemme ja miten toimimme. (Ojanen 2006, 72, 79, 132–135.)

Opinnäytetyöni tutkimuskysymys on: Mitä näkökulmia reflektioon psykodynaaminen kirjallisuus tarjoaa hyödynnettäväksi kuntoutusohjaajan työssä? Kuntoutusohjaajalla tarkoitetaan tässä tutkimuksessa mielenterveystyön avopalvelussa työskentelevää ammattilaista. Vastauksia tutkimuskysymykseen pyrin löytämään psykodynaamisesta kirjallisuudesta valitsemastani näkökulmasta käsin. Kuvailvalle kirjallisuuskatsaukselle on tyypillistä, että tutkimuskysymys on väljä, mutta kuitenkin riittävän rajattu, että siihen voidaan vastata syvällisesti. Väljyys liittyy siihen, että rajattua ilmiötä voidaan tarkastella monista näkökulmista. (Kangasniemi ym. 2013, 295; Salminen 2011, 6.)

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa esittelen valitsemani tutkimusmetodin, kuvailevan kirjallisuuskatsauksen ja katsauksen valitsemani lähdeaineiston. Lisäksi kuvaan tapaa, jolla analysoin aineistoa tutkimuksen edetessä sekä analyysin avulla muodostamani teemat. Teemojen muodostamisen havainnollistamiseen käytän myös apuna kuviota, jossa tutkimukseni päätulokset on ilmaistu tiiviisti.

### 4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus, kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on metodisesti kevyin kirjallisuuskatsauksen muoto. Sen avulla pyritään muodostamaan laaja yleiskuva käsiteltävästä aiheesta ja tiivistämään aiemmin tehtyjä tutkimuksia. (Salminen 2011, 6-7.) Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen etuna on se, että voidaan muodostaa helposti luettavaa ja koottua tietoa jostakin aiheesta. Etuna on myös se, että voidaan tarjota laaja katsaus jostakin aiheesta. (Green, Johnson ja Adams 2006, 104.) Luonteeltaan tutkimusmuoto on aineistolähtöinen ja sille ominaista on kuvailu ja ymmärtäminen. Tyypillisesti kirjallisuuskatsaukseen käytetään aineiston rajauksen jälkeen löytyneitä tieteellisiä artikkeleita, joita tiivistämällä pyritään luomaan laaja yleiskuva jostakin erityiskysymyksestä (Kangasniemi, Utriainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen ja Liikanen 2013, 291–292, 296). Oma opinnäytetyöni poikkeaa tästä tavasta siinä, että tarkastelun kohteeksi on valikoitunut alan perusteoksia, kirjoja, joiden pohjalta olen muodostanut kokonaisuuden.

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen toteutusvaiheet voidaan jakaa neljään eri vaiheeseen ja tämä tutkimus noudattaa näitä vaiheita. Tutkimusmetodille on tyypillistä, että nämä vaiheet etenevät päällekkäisesti suhteessa toisiinsa. Vaiheita ovat tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston valitseminen, kuvailun tarkentaminen sekä tulosten tarkastelu. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)

Tutkimuksen kannalta olennaisin tekijä on tutkimuskysymyksen asettaminen. Yleensä sitä edeltää jonkinlainen pienempi kirjallisuuskatsaus, jossa tutkimuskysymys liitetään osaksi laajempaa viitekehystä. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.) Tässä työssä pienempi kirjallisuuskatsaus tarkoittaa tutkimuksen kontekstin ja käsitteiden kuvaamista, jonka olen tehnyt luvuissa kaksi ja kolme. Aineiston valintaa ohjaa tutkimuskysymys. Aineistoa valitaan ja analysoidaan pitkälti samanaikaisesti. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuksen lähdeaineistoa analysoidaan aineistolähtöisesti ja tutkimukseen valittu lähdeaineisto valikoituu ja täsmentyy tutkimuksen edetessä. Analysoinnin edetessä aineistoa luetaan niin, että pyritään saamaan vastaus tutkimuskysymykseen. Lähdeaineistoa luetaan kysyen, miten tämä lähde täsmentää, jäsentää, avaa tai kritisoi tutkimuskysymystä. Oleellista on myös vertailla eri lähteitä toisiinsa ja löytää yhteisiä tai eriäviä näkemyksiä. (Kangasniemi ym. 2013, 295.)

Tutkimusmenetelmän kolmannessa vaiheessa olen rakentanut kuvailun, jossa pyrin vastaamaan tutkimuskysymykseen, yhdistellen, vertaillen ja syntetisoiden aineiston sisältöä. Viimeisessä vaiheessa kokoon kirjallisuuskatsauksen keskeiset tulokset. Tässä vaiheessa myös tulokset liitetään laajempaan

yhteiskunnalliseen, käsitteelliseen tai teoreettiseen kontekstiin sekä pohditaan tutkimuksen sisältöä ja tutkimuksen eettisiä ja luotettavuuskysymyksiä. (Kangasniemi ym. 2013, 294).

## 4.2 Kirjallisuuskatsaukseen käytetty aineisto

Kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen valikoitu aineisto voi olla laaja eivätkä aineiston valintaa rajaa tiukat metodiset säännöt (Salminen 2011, 6). Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineiston valinta ja analyysi ovat aineistolähtöisiä ja ne toteutetaan osittain samanaikaisesti. Aineiston valinta on yhteydessä tutkimuskysymykseen; miten se jäsentää, täsmentää, kritisoi tai avaa tutkimuskysymystä sekä mikä on sen suhde muuhun valittuun kirjallisuuteen. (Kangasniemi ym. 2013, 295.) Kuvaileva kirjallisuuskatsaus sisältää kuvauksen aineiston valinnan perusteista ja prosessista (Grant ja Booth 2009). Seuraavassa kuvailen kirjallisuuskatsaukseen valitsemiani teoksia ja valintaprosessia.

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa on keskeistä erilaisten lähestymistapojen ja tieteenalojen julkaisujen käyttö (Kangasniemi ym. 2013, 296). Tutkimuksessani se on tärkeää, koska kuten työn toisessa luvussa on todettu, psykiatrisella hoidolla ja kuntoutusohjauksella on paljon yhtäläisyyksiä ja kuntoutusohjauksesta puhuttaessa tarvitaan molempia teoreettisia lähestymistapoja. Siksi lähdekirjallisuudessa on kirjoja sekä ohjauksen, että psykoterapian osa-alueilta. Psykoterapian menetelmistä saatavaa perustietoa voidaan käyttää myös asiakkaan tukemiseen ohjaustason vuorovaikutuksessa (Heikkinen-Peltonen, Innamaa ja Virta 2014, 52; Vilén, Leppämäki ja Ekström 2008, 4).

Opinnäytetyöni lähtökohta oli tehdä tutkimus, kirjallisuuskatsaus liittyen psykodynaamiseen kirjallisuuteen. Psykodynaamista kirjallisuutta on olemassa paljon ja tehtäväni oli rajata käytetyt teokset. Tarkoituksena oli löytää teoksia, joissa psykodynaamisesta suuntauksesta kirjoitetaan ohjauksen näkökulmasta. Näitä kuitenkin löytyi vain yksi, joten muutin aineiston hakukriteereitä. Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle tämä on tyypillistä, aineiston rajaus ja tutkimuskysymys tarkentuvat koko prosessin ajan (Kangasniemi ym. 2013, 296). Jos olisin fokusoinut tutkimukseni johonkin erityiskysymykseen, kuten esimerkiksi koskemaan vain vastatransferenssia, olisi tutkimukseen voinut valikoida ison määrän artikkeleita ja aiheesta olisi saanut syvällisen, mutta laajan yleiskatsauksen. Kuitenkin jos olisin tehnyt näin, tutkimuksen yhteys sosiaalialaan ja kuntoutusohjaajan työhön olisi jäänyt löyhäksi. Rajasin haun koskemaan suomalaisia perusteoksia, kokonaisuutensa liittyen psykodynaamiseen suuntaukseen, jotka on julkaistu vuoden 2000 jälkeen. Tällä aineiston rajaamisella pystyin tuomaan laajaan tutkimuskysymykseeni monta eri näkökulmaa, menemättä liian syvälle tiettyihin erityiskysymyksiin. Tutkimukseen valikoitui viisi teosta, joista kaikki yhtä lukuun ottamatta ovat kokonaisuutensa liittyviä.

Aloitin tiedonhaun vuoden 2016 syksyllä tavoitteenani löytää suomenkielistä kirjallisuutta, jossa psykodynaamista teoriaa käsitellään ohjauksen näkökulmasta. Opinnäytetyön aineiston keräsin käyttäen Google-hakua sekä tietokantoja Savonia-Finna ja Uef-Finna. Näiden lisäksi käytin tiedonhaussa apuna Savonian informaattikkoja sekä työni toimeksiantajan yhteyshenkilön asiantuntevaa apua. Edellä esitetyistä elektronisista tietokannoista löytyi vain yksi suomalainen ohjausalan kirja, joka on

kirjoitettu psykodynaamisesta näkökulmasta. Tämä kirja on professori emerita Sinikka Ojasen kirja, *Ohjauksesta oivallukseen, Ohjausteorian käsittelyä* (2009). Hän kirjoittaa ohjaustyöstä psykodynaamiseen erityisteoriaan tukeutuen. Kirja löytyi google-hakukonetta käyttämällä hakusanalla ”psykodynaaminen ohjausteoria”. Ojanen kirjoittaa (2006, 20) kirjassaan reflektion merkityksestä ohjaustyössä. Hän tähdentää, että vuorovaikutus on aina monimutkainen ilmiö ja siihen perehdyttäessä on välttämätöntä käyttää apu- ja erityisteorioita, joista psykoanalyttinen teoria on yksi. Kun luin kyseistä kirjaa, huomasin, että Ojanen perustelee ajatuksiaan toistuvasti viitaten psykiatrian emeritusprofessori Veikko Tähkän kirjoituksiin. Veikko Tähkä (1923–2012) teki elämäntyönsä muotoilemalla kokonaisteorian mielen tavanomaisesta ja patologisesta kehityksestä ja erilaisten psykiatristen häiriöiden ymmärtämisestä ja hoitamisesta. Tähkän esittämillä ajatuksilla on erityinen painoarvo ja merkityksellisyys koska hän perustaa kirjoituksensa elämänmittaiseen kokemukseensa psykiatrian alalta. (Lindberg 2015, 176.) Kaikki käyttämäni lähdeaineiston kirjoittajat viittaavat hänen kirjoituksiinsa, erityisesti hänen pääteokseensa *Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen* (2001).

Koska Ojasen teoksen lisäksi muita suomenkielisiä psykodynaamiseen erityisteoriaan nojautuvia ohjausalan kirjoja ei löytynyt, aloin hakea psykodynaamisesta näkökulmasta kirjoitettuja kirjoja, jotka ovat alan kokonaisesityksiä. Aineiston haussa käytin Savonia-Finna ja UEF-Finna tietokantoja. Hakusanoina käytin: ”psykoanalyysi” ja ”psykodynaaminen”. UEF-Finnan tiedonhaun hakutuloksia oli 671 hakusanalla ”psykoanalyysi”. Hakusanalla ”psykodynaaminen” hakutuloksia oli 31. Näistä hakutuloksista mukaan valikoitui neljä teosta. Suoritin samoilla hakusanoilla haun Savonia-Finnan tiedonhausta ja hakutuloksia oli 55 kappaletta hakusanalla psykoanalyysi. Hakusanalla psykodynaaminen hakutuloksia oli 11 kappaletta. Tämän tiedonhaun tuloksena sain yhtä kirjaa lukuun ottamatta saman tuloksen kuin UEF-Finnan tiedonhausta. Tutkimuksen ulkopuolelle jäivät psykodynaamisesta näkökulmasta kirjoitetut kirjat, jotka käsittelevät suppeammin jotakin tiettyä aihe-aluetta tai erityiskysymystä.

Tutkimuksen mukaanottokriteereitä olivat:

- kirja vuosilta 2000–2017
- kokonaisesitys tai oppikirja sekä
- suomenkielinen teos.

Koska tarkoitus on käyttää psykoanalyttista erityisteoriaa reflektion tarkasteluun, yhdeksi kirjaksi valikoitui *Psykoanalyttinen hoitosuhde* (Lindberg, Louheranta, Mustonen, Salo ja Stenius 2015). Kyseinen kirja on viimeisin Suomessa ilmestynyt kokonaisesitys, oppikirja, joka on kirjoitettu psykodynaamisesta näkökulmasta. Kyseinen kirja on perusteltu valinta tähän tutkimukseen myös siksi, että siinä psykodynaaminen lähestymistapa on laajennettu koskemaan muitakin hoitosuhteita kuin vain psykoterapiaa. Kirjassa esitetty ajatus on, että psykoanalyttinen teoria on teoria ihmismielestä, joten se on käyttökelpoinen taustateoria kaikenlaisessa ihmisen kanssa tehtävässä vuorovaikutustyössä (Lindfors 2016, 35(3)).

Antikaisen ja Rannan vuonna 2008 toimittama *Kohti vastavuoroisuutta, psykoanalyttinen hoitosuhde* käsittelee psykodynaamisen hoitosuhdetyöskentelyn perusteita ja on myös oppikirjamuotoon



saatettu kokonaisesitys psykodynaamisesta lähestymistavasta. Kyseisessä kirjassa referoidaan huomattavan paljon Veikko Tähkän teosta, joten tämän kirjan vaikutus tutkimuksen kannalta jäi melko pieneksi.

Esko Klemelän, Kristiina Mälkösen ja Pirkko Sammallahden toimittama teos *Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* (2011) on myös kokonaisesitys, joka kuvaa psykoanalyttisen menetelmän keskeisiä osa-alueita. Tämä kirja kuvaa ensisijaisesti psykoterapiatyöskentelyä, mutta siinä kuvaillaan monipuolisesti työntekijän reflektion merkitystä käytännön työssä. Tähkä kuvaa, miten transferenssi-ilmiöt ovat mukana kaikessa ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, mutta erityisesti kasvatuksellisissa, hoitavissa ja parantavissa ammateissa (2001, 242). Kirja *Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* on perusteltua ottaa mukaan kirjallisuuskatsauksen lähdeaineistoon, koska siinä kuvataan monipuolisesti juuri transferenssi-ilmiöitä työntekijän ja asiakkaan vuorovaikutuksessa. Tämän kirjan avulla olen jäsentänyt ja täsmentänyt tutkimuskysymykseen vastaamista.

Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle tyypillistä on, että siihen valikoituu yksi tai useampi niin sanottu päälähde, joka muodostaa rungon ja perustan tarkastelulle. Tätä tarkastelua syvennetään ja täsmennetään muun kirjallisuuden avulla. (Kangasniemi ym. 2013, 297.) Tämän tutkimuksen päälähteenä ovat edellä mainitut Ojasen ja Tähkän teokset. Monia ilmiöitä, joista Ojanen kirjoittaa täsmennän tai syvennän Tähkän teoksen avulla. Moniulotteisia ilmiöitä olen edelleen kuvaillut ja täsmentänyt käyttämällä edellä mainittuja muita lähteitä.

Kirjallisuuskatsauksen aineiston valinnan ja raportoinnin tukena voidaan käyttää taulukointia. Taulukoinnin tavoitteena on jäsentää valittua aineistoa ja arvioida sen luotettavuutta. (Colling 2003.) Tässä tutkimuksessa luotettavuus liittyy paljon käytetyn aineiston sopivuuteen suhteessa tutkimuskysymykseen ja valittuun kontekstiin. Taulukossa 1 kuvataan tutkimukseen valikoituneiden teosten kohderyhmä, mukaanottokriteerit ja käsitteet, joilla reflektiota niissä kuvataan. Käsitteiden listaaminen ei tosin tässä tutkimuksessa tarkoita, että olisin poiminut teoksista pelkästään kohdat, joissa niitä käytetään. Tässä tutkimuksessa reflektiota tutkitaan tietystä, rajatusta näkökulmasta. Käyttämässäni lähteissä kuvataan reflektiota tämän näkökulman mukaisesti myös ilman erityisiä käsitteitä.

TAULUKKO 1. Tutkimukseen valikoidut teokset (Vainio 2017.)

<b>Kirjan nimi ja tekijä</b>	<b>Teoksen kohderyhmä</b>	<b>Tutkimukseen mukaanottokriteeri</b>	<b>Teoksessa käytetyt käsitteet reflektion kuvaamisessa</b>
Ohjauksesta oivallukseen. Ojanen 2009.	Ohjaajat (työnohjaajat, opetus-harjoittelun ohjaajat, tutorit, mentorit)	Psykodynaamisen teorian tarkastelua ohjauksen näkökulmasta	Reflektio
Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen. Tähkä 2001.	Psykoanalyysia hoito ja tutkimusmuotona käyttävät ammattilaiset.	Kokonaisesitys	Itsereflektio ja introspektio
Psykoterapeuttinen hoitosuhde, Lindberg, Louheranta, Mustonen, Salo ja Stenius 2015.	Hoitoalan, psykologian, lääketieteen, sosiaalityön, psykoterapian opiskelijat ja terveydenhuoltoalan ammattihenkilöt.	Kokonaisesitys ja oppikirja	Introspektio, itsehavainta
Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde, Antikainen ja Ranta (toim.) 2008.	Hoitoalan, psykologian, lääketieteen, psykoterapian opiskelijat ja terveydenhuoltoalan ammattihenkilöt	Kokonaisesitys ja oppikirja	Itsehavainta, itsereflektio, reflektio
Terapeutin huoneessa. Kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Klemelä, Mälkönen ja Samallahti (toim.) 2011.	Psykoterapeutit	Kokonaisesitys ja oppikirja	Reflektio, itsehavainta, introspektio

Valitsemassani aineistossa kirjoitetaan reflektiosta käyttäen erilaisia käsitteitä. Kuten edellä on todettu, kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineiston analysointi on aineistolähtöistä. Reflektio on kuitenkin laaja käsite ja olen edellä määritellyt näkökulman, josta käsin teen tutkimustani. Kun olen tutkimuksen edetessä lukenut lähdeaineistoa tästä näkökulmasta, olen löytänyt erilaisia termejä, joilla eri teoreetikot lähestyvät samaa aihetta. Reflektio käsitteeseen valitsemani näkökulman kanssa päällekkäisiä käsitteitä ovat itsereflektio, introspektio ja itsehavainta. Nämä ovat kaikki käsitteitä joita valitsemani lähdeaineiston kirjoittajat käyttävät.

Introspektio on itsehavainnointia ja tiedonhankintamenetelmä, jossa työntekijä tarkastelee kokemuksen ja itsehavainnoinnin avulla omia ajatuksia, tunteita, asenteita ja haluja (Lindberg, Louheranta, Mustonen, Salo ja Stenius 2015, 206). Psykiatrian emeritusprofessori Tähkä käyttää introspektio käsitettä kuvaamaan paitsi toiminnan jälkeistä tapahtumaa, myös vuorovaikutuksen aikana työntekijän mielessä tapahtuvaa prosessia. Tähkä käyttää introspektio ja itsereflektio käsitteitä kuvaamaan samaa ilmiötä, eli ne ovat pitkälti päällekkäisiä käsitteitä. (Tähkä 2001, 155, 288.) It-

sehavainnalla tarkoitetaan myös oman itsen ja oman subjektiivisuuden tarkastelua. Työntekijän aikaisemmat kokemukset ovat läsnä asiakassuhteissa aina enemmän tai vähemmän, joten hänen on jatkuvasti tarkasteltava oman mielen tapahtumia. (Tuohimaa 2008, 103–104.)

Käyttämässäni psykodynaamisessa kirjallisuudessa työntekijästä käytetään nimitystä analyttikko, terapeutti tai ohjaaja. Asiakkaasta käytetään nimityksiä potilas, analysoitava tai ohjattava. Yhtenäisyyden vuoksi käytän työssäni termejä työntekijä ja asiakas. Lähdeaineistostani käytän nimitystä psykodynaaminen kirjallisuus.

### 4.3 Aineiston analyysi

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen ydin on käsittelyosan rakentaminen, jossa pyritään vastaamaan tutkimuskysymykseen laadullisena kuvailuna harkitun aineiston perusteella (Green ym. 2006). Pääsisältöä voidaan tarkastella teemoittain, kuten tässä tutkimuksessa. Teemat rakentuvat tutkimuskysymyksen mukaan sisällöllisen yhteenkuuluvuuden ja samankaltaisuuden perusteella. (Grant ja Booth 2009.) Merkityskokonaisuuksien, teemojen luonti edellyttää riittävän perusteellista lähdeaineistoon perehtymistä. Ne löytyvät sisäisen yhteenkuuluvuuden ja samanlaisuuden perusteella. Merkityskokonaisuuksien luonti edellyttää tutkijalta esiyymmärrystä aiheesta. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 102; Kangasniemi ym. 2013, 294.)

Tutkimuksessani pyrin referoimaan lähdeaineistoa niin, että sen alkuperäinen viesti ei muutu, mutta luen aineistoa ohjauksen näkökulmasta. Tämä tarkoittaa sitä, että jätän tutkimukseni ulkopuolelle asioita, jotka liittyvät selkeästi psykoterapeuttiseen työotteeseen. Ohjauskeskustelut voivat olla syvällisiä keskusteluita, mutta psykoterapia on eri asia. Psykoterapiassa pyritään tarkastelemaan ihmisen minän perusrakenteita, kun taas ohjaustason vuorovaikutuksessa tavoitteena on luoda asiakkaalle kokemusta omien voimavarojen kasvusta ja voimaantumisesta. (Vilén, Leppämäki ja Ekström 2008, 3.) Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle kuitenkin on tyypillistä erilaisten lähestymistapojen ja tieteenalojen yhdistäminen, kunhan se on tutkimuskysymyksen kannalta oleellista. (Green, Johnson ja Adams 2006, 104; Kangasniemi ym. 2013, 296.) Selkeästi psykoterapiaan liittyneitä asioita, joista lähdeaineistoni kirjoittajat puhuvat ovat työntekijän oma psykoterapia, yksilötyönohjaus ja terapeutin ymmärryksen luominen asiakkaasta. Kuntoutusohjaajalta ei edellytetä omaa psykoterapiaa, jotta hän voi työtään tehdä. Eikä hän liioin pyri luomaan terapeutista ymmärrystä asiakkaastaan, mikä on teema josta eritoten Tähkä kirjoittaa paljon. Ojanen (2006, 81) kirjoittaa, että reflektointi ei voi tapahtua pelkästään yksin, se edellyttää myös vuorovaikutusta toisten ihmisten kanssa ja heidän antamaa apua ja tukea. Tässä yhteydessä tämän tutkimuksen lähdeaineiston kirjoittajat palaavat toistuvasti edellä mainittuun työnohjaukseen. Työnohjauksen tarkempi tarkastelu jäi kuitenkin tästä tutkimuksesta pois työn rajaamisen takia. Reflektiota tutkittaessa voidaan tutkia myös reflektiokyvyn edellytyksiä kehityspsykologisesta näkökulmasta. Tässä tutkimuksessa keskitytään kuitenkin vain työntekijän reflektioon ammatillisessa vuorovaikutuksessa. Edelleen reflektiota voisi tutkia liittämällä tarkasteluun työntekijän fyysiset reaktiot, joita hän tuntee asiakastyön vuorovaikutuksessa. Myös tämä aihealue jää tutkimuksen ulkopuolelle.

Luin lähdeaineistoa kysyen: millä tavalla tässä lähteessä kuvataan työntekijän reflektion merkitystä mielenterveystyötä tekevän kuntoutusohjaajan näkökulmasta? Luin nämä teokset etsien niistä pelkistettyjä ilmauksia, jotka vastasivat tutkimuskysymykseen (taulukko 2). Pelkistettyjen ilmausten jäsentämisen jälkeen huomasin eri kirjoittajien teksteissä toistuvat kokonaisuudet, joiden pohjalta loin teemat. Teemojen muodostamisen ja kirjoittamisen jälkeen palasin vielä teoksiin ja tein joitakin korjauksia ja täsmennyksiä. Tässä työvaiheessa kuitenkin vakuutuin, että olen nostanut tutkimuskysymyksen kannalta kaikki olennaiset seikat tutkimukseen valikoituneista teoksista esiin.

TAULUKKO 2. Analysoinnin taulukko (Vainio 2017.)

<b>Tutkimukseen valikoitunut kirja</b>	<b>Opinnäytetyön tutkimuskysymykseen löydetty vastaukset; Mitä näkökulmia reflektioon psykodynaaminen kirjallisuus tarjoaa hyödynnettäväksi kuntoutusohjaajan työssä?</b>
<b>Ojanen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Reflektion välttämättömyys</li> <li>– Reflektion yhteys työntekijän elämänselviin</li> <li>– Tiedostamattoman merkitys reflektiossa</li> <li>– Käyttöteorian yhteys reflektioon</li> <li>– Asiakkaan ymmärtämisen yhteys reflektioon</li> <li>– Empatian kokemisen yhteys reflektioon</li> <li>– Keskeneräisyyden sietäminen</li> </ul>
<b>Tähkä</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Asiakkaan ymmärtämisen yhteys reflektioon</li> <li>– Vastatransferenssi, työntekijän oma ihmissuhdehistoria ja asiakkaan rooliodotukset</li> <li>– Empatian yhteys reflektioon</li> <li>– Mielihyvän kokeminen ammatillisessa vuorovaikutuksessa</li> <li>– Kaikista itsessä heräävistä tunteista selvillä olo</li> <li>– Keskeneräisyyden ja tietämättömyyden sietäminen</li> <li>– Tiedostamattoman merkitys reflektiossa</li> </ul>
<b>Lindberg ym.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Asiakkaan ymmärtämisen yhteys reflektioon</li> <li>– Vastatransferenssi, työntekijän oma ihmissuhdehistoria ja asiakkaan rooliodotukset</li> <li>– Mielihyvän kokeminen ammatillisessa vuorovaikutuksessa</li> <li>– Kaikista itsessä heräävistä tunteista selvillä olo</li> <li>– Keskeneräisyyden ja tietämättömyyden sietäminen</li> <li>– Käyttöteorian yhteys reflektioon</li> <li>– Tiedostamattoman merkitys reflektiossa</li> </ul>
<b>Klemelä, Sammallahti, Mälkönen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Vastatransferenssi, työntekijän oma ihmissuhdehistoria, asiakkaan rooliodotukset ja käyttökelpoinen tieto</li> <li>– Käyttöteorian yhteys reflektioon</li> <li>– Tiedostamattoman merkitys reflektiossa</li> <li>– Empatian yhteys reflektioon</li> <li>– Asiakkaan ymmärtämisen yhteys reflektioon</li> <li>– Keskeneräisyyden sietäminen</li> </ul>
<b>Antikainen, Ranta</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Asiakkaan ymmärtämisen yhteys reflektioon</li> <li>– Vastatransferenssi, työntekijän oma ihmissuhdehistoria ja asiakkaan rooliodotukset</li> <li>– Empatian yhteys reflektioon</li> <li>– Mielihyvän kokeminen ammatillisessa vuorovaikutuksessa</li> <li>– Kaikista itsessä heräävistä tunteista selvillä olo</li> <li>– Keskeneräisyyden ja tietämättömyyden sietäminen</li> <li>– Tiedostamattoman merkitys reflektiossa</li> </ul>

#### 4.4 Teemojen muodostaminen

Ensimmäisen teeman, **reflektiivisen työtteen välttämättömyys ja käyttöteoria** muodostamiseen vaikuttivat Ojaseen teoksen luvut ”Reflektio syvällisen ajattelun välineenä ohjauksessa” sekä sitä seuraava luku ”Oman käyttöteorian tiedostaminen reflektion avulla”. Ojaseen kirjoittaa reflektion ja käyttöteorian yhteydessä tiedostamattomasta ja sen merkityksestä edellä mainittuihin. Tästä hän kirjoittaa luvuissa ”Tietoisuus ja tiedostamaton ja Kokemuksellisen oppimisen teoria ohjauksen teoriانا”. Tiedostamattoman kuvaamiseen käytän myös teoksen *Psyko-terapeuttinen hoitosuhde* kappaletta Transferenssista ja vastatransferenssista sekä kirjan *Kohti vastavuoroisuutta- Psyko-terapeuttinen hoitosuhde* lukua Transferenssi ja terapeutin emotionaaliset reaktiot. Kun reflektiota lähestytään teoreettisesti, sen kuvaamista helpottaa käsite käyttöteoria. Ojaseen teoksen lisäksi käyttöteoriasta kirjoitetaan kirjassa *Terapeutin huoneessa- kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* alaluvuissa ”Teorian merkitys mielen sisäisen struktuurin vaalijana” ja ”Miten käytämme vastatransferenssia” sekä kyseisen teoksen johdannossa. Kirjassa *Psyko-terapeuttinen hoitosuhde* käyttöteoriasta kirjoitetaan luvussa ”Työnohjaus – hoitosuhteen ja hoitajan apuväline”.

Toisen teeman, **asiakkaan ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen rooliodotukset** muodostuminen lähti siitä, miten Ojaseen kuvaa oman mielen käyttämistä tiedonlähteenä ja tämän yhteyttä reflektioon luvussa ”Ohjaukseen vaikuttavia tekijöitä”. Tähkä kirjoittaa rooliodotuksista kirjansa luvussa ”Analyttikon mieli tiedonlähteenä”. Hän korostaa samassa luvussa asiakkaan ymmärtämisen liittyvän hänelle annettuihin rooliodotuksiin ja Ojaseen kirjoittaa samasta ilmiöstä kirjansa viimeisessä luvussa ”Ohjauksen arviointi”. Tämän teeman jäsentämiseen käytän myös *Psyko-terapeuttinen hoitosuhde* kirjan lukua ”Psyko-terapeuttiset työvälineet”. Asiakkaan ymmärtämiseen siis liittyvät rooliodotukset, joita asiakas työntekijälle tuo. Tästä syystä päädyin yhdistämään nämä saman teeman alle.

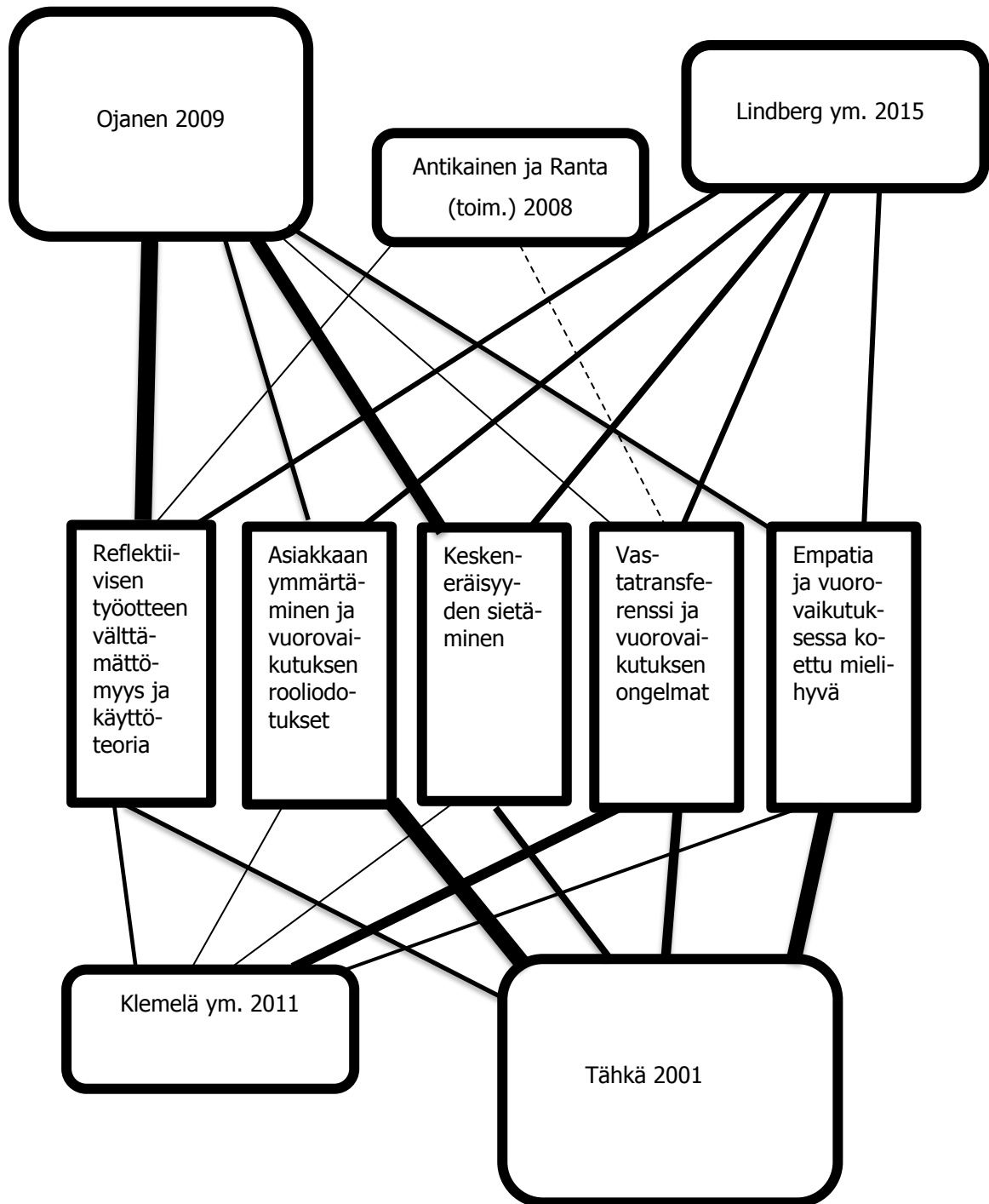
Kolmannen teeman **keskeneräisyyden sietäminen** muodostamiseen vaikuttivat Ojaseen kirjan luvut ”Dialogi ohjauksen kommunikaatiomenetelmänä” ja ”Reflektio syvällisen ajattelun välineenä ohjauksessa”. Näissä luvuissa Ojaseen liittyy reflektion tiiviisti keskeneräisyyden sietämiseen. Tähkä kirjoittaa myös reflektiosta ja keskeneräisyyden sietämisestä liittäen siihen myös käsitteen intuitio kirjansa luvussa ”Analyttikon mieli tiedonlähteenä”. Kirjassa *Psyko-terapeuttinen hoitosuhde* keskeneräisyyden sietämistä kuvataan luvuissa ”Transferenssista ja vastatransferenssista” ja ”Psyko-terapeuttiset työvälineet”. Kirjassa *Terapeutin huoneessa- kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* keskeneräisyyden sietämistä kuvataan luvussa ”Vastatransferenssi, Terapeutin oman mielen ymmärtämiskapasiteetti”.

Teeman **vastatransferenssi ja vuorovaikutuksen ongelmat** muodostamiseen vaikuttivat eniten Tähkän teoksen luvut Analyttikon mieli tiedonlähteenä ja Analyttikko ja potilas toistensa objekteina. Teemassa vertaan Tähkän näkemystä kirjassa *Terapeutin huoneessa- kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* esitettyyn näkemykseen joka, on tästä poikkeava. Psykoanalyttikko Esko Klemelin kirjoittama luku Transferenssi ja vastatransferenssi täsmentää ja jäsentää perusteellisesti tätä

teemaa. Vastatransferenssi on psykodynaamiselle koulukunnalle ominainen käsite. Käsitettä käytetään hyvin eri tavoin. Yhteistä lähestymistavoille kuitenkin on, että sen avulla voi pureutua vuorovaikutuksen ongelmakohtiin syventyen työntekijän omien tunnereaktioiden äärelle. Tämä ja työni ensimmäinen teema olivat ensimmäiset kokonaisuudet, joista tiesin, että ne tulevat mukaan tutkimukseeni.

Viimeiseen teemaan, **empatia ja vuorovaikutuksessa koettu mielihyvä** vaikutti eniten Tähkän kirjan luku Analyytikko ja potilas toistensa objekteina. Tähkän esittämiä ajatuksia täsmennän Ojasen kirjan alaluvussa Mitä reflektio merkitsee ohjauksessa? esitetyllä ajatuksella. Kirjassa *Terapeutin huoneessa- kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* on myös alaluku nimeltä Empatia, jonka olen ottanut mukaan tarkasteluun.

Kuviossa 1 olen havainnollistanut teemojen muodostumista. Teosten kirjoittajien nimet ovat pyöreäreunaisissa suorakulmioissa. Suorakulmioiden koko viittaa kirjan merkitykseen teemojen muodostamisessa ja sitä kautta merkitykseen tutkimuksen kannalta. Viivojen paksuus kuvaa teoksen merkitystä teeman muodostamisen kannalta. Esimerkiksi Ojasen teos vaikutti vahvasti ensimmäisen teeman muodostamiseen, jolloin hänen nimeään kantavasta laatikosta vedetty viiva kyseiseen teemaan on paksu. Vastaavasti Antikaisen ja Rannan toimittamasta kirjasta vedetyt viivat ovat hentoja, koska kirjan merkitys tutkimuksen kannalta ei ole muihin teoksiin verrattuna suuri.



KUVIO 1. Reflektio psykodynaamisessa kirjallisuudessa (Vainio 2017.)

## 5 KIRJALLISUUSKATSAUS PSYKODYNAAMISEEN KIRJALLISUUTEEN

Tässä tutkimuksessa olen pyrkinyt siihen, että aineisto määrittää mahdollisimman pitkälle tarkasteltavat näkökulmat. Näkökulman, tutkimuskysymyksen ja aineiston rajaamisen jälkeen olen muodostanut aineistolähtöisesti viisi eri teemaa, jotka liittyvät reflektioon. Teemat ovat:

1. reflektiivisen työtteen välttämättömyys ja käyttöteoria,
2. asiakkaan ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen rooliodotukset,
3. keskeneräisyyden sietäminen,
4. vastatransferenssi ja vuorovaikutuksen ongelmat sekä
5. empatia ja vuorovaikutuksessa koettu mielihyvä.

### 5.1 Reflektiivisen työtteen välttämättömyys ja käyttöteoria

Reflektio on syvällistä oman itsen tarkastelua, ihmisen itsensä luomien merkityssuhteiden tutkimista. Merkityssuhteet ovat omia, persoonallisia suhteita eri asioihin. Merkityssuhteet avaavat meille näkökulmia siihen mitä olemme ja miten me toimimme. Reflektio on ajattelun ja tekemisen pohdintaa, joka edeltää aina ajattelun muutosta. Reflektio on myös tietynlainen ajattelun muoto, keino ymmärtää sitä, miten kussakin tilanteessa tulee toimia. Reflektio ei kuitenkaan ole pelkästään ajattelua, vaan keino, jonka tavoitteena on oman toiminnan ymmärtäminen. Ilman reflektiota, omien uskomusten ja toimintatapojen kriittistä tarkastelua työntekijä toimii enemmän tai vähemmän sokeasti. (Ojanen 2006, 71–72, 77.)

Työntekijän keskeinen osaamisalue on se, että hän kykenee näkemään asiat muustakin kuin omasta näkökulmastaan. Hän kykenee toisen ihmisen kokemusmaailman ymmärtämiseen, koska ei ole liiaksi kiinni omassa elämismaailmassaan. Hän ymmärtää, että toisen ajattelu ei noudata samaa kaavaa kuin oma. Kun työntekijä kykenee näkemään asiakkaan erillisenä ihmisenä hän voi kunnioittaa tämän asemaa omana, kokevana itsenä. Tästä seuraa se, että työntekijä kykenee hyväksymään paremmin itsensä, kuuntelemaan omaa sisäistä puhettaan eli hän pystyy olemaan elävässä yhteydessä omaan tapaansa kokea. Näin tulee mahdolliseksi vuorovaikutuksellinen Minä–sinä-suhde. Kyky liittyy edellä kuvattuun kiinteästi ja se saavutetaan yksilön sisäisten prosessien kautta. (Ojanen 2006, 66–68, 74.) Asiakkaan ymmärtämiseen liittyy kokemus toisen ihmisen toiseudesta. Työntekijä voi ymmärtää asiakkaan tunteita, toiveita ja haluja vain, jos hän niistä kertoo. Mutta silloinkin työntekijä voi ymmärtää vain oman kokemuksensa pohjalta, jolloin ymmärrys on aina rajallista. (Stenius, Lindberg ja Salo 2015, 88.)

Ojanen kirjoittaa, että työntekijä ei voi tietää auttaako asiakasta uuteen kasvuun, ellei hän tutki omia uskomuksiaan ja sitä kautta auttamisen tavoitteitaan. Omien uskomusten ja ihmiskäsityksen taustalla vaikuttavat työntekijän omat elämäkokemukset. Ilman näiden reflektiivistä tutkimista ei voi etsiä vaihtoehtoisia ja uusia tapoja toimia työntekijänä. Koska merkittävä osa työntekijän toiminnasta tapahtuu sen tiedon varassa, joka on peräisin hänen omista henkilökohtaisista kokemuksista,



on oman toiminnan kriittinen pohtiminen tärkeää. Olennaista tässä reflektiivisessä tutkimisessa on se lähtökohta, että omat varhain kehittyneet uskomuksemme ja ihmiskäsityksemme vaikuttavat meihin sekä tietoisesti että tiedostamatta ja että ne näkyvät kaikessa käyttäytymisessämme. (2006, 27–32, 162.) Tiedostamattomalla tarkoitetaan tajunnan ilmiöitä, joita ihminen ei voi tietoisesti tarkastella omassa mielessään. (Ojanen 2006, 159; Mälkönen 2011, 180). Niin kauan kuin jokin ilmiö pysyy tiedostamattomana, se noudattaa itseohjautuen omaa kaavaansa. Vasta kun se saadaan tietoisin tarkastelun kohteeksi, sitä voidaan tarkastella kriittisesti. (Ojanen 2006, 163; Lindberg ja Mustonen 2015, 48.) Jokaisen työntekijän on objektiivisuutta tavoitellessaan asetettava itsensä ja subjektiivisuutensa tietoisin havainnoinnin kohteeksi, koska sitä tosiasiaa ei voi kiertää, että kaikilla työntekijöillä on omat sokeat pisteensä (Luostarinen 2008, 57; Tähkä 2001, 236) ja kaikki merkityksenanto on aina subjektiivista (Mälkönen 182, 2011). Kuitenkin reflektoinnin ja oman mielen tapahtumien tarkastelemisen myötä työntekijä voi tuoda tietoisuuteen itsestään selviä kokemisen tapoja. (Ojanen 2006, 77.)

Oma subjektiivinen kokemistapa on muokkautunut oman mielen prosessien tuloksena omien kokemusten pohjalta. Tähän kokemistapaan vaikuttaa olennaisena tekijänä myös mielen tiedostamaton kerros. Ihminen ei voi olla koko kokemusvarastostaan tietoinen. Tiedostamaton vaikuttaa kaikessa ajattelussa ja vuorovaikutuksessa. Monet ihmisen kokemukset vaikuttavat tiedostamattomasti nykyyhetkeen. Ihminen ei kuitenkaan ole kokemushistoriansa vanki, vaan oman toiminnan, ajatusten ja tunteiden reflektointi tuottaa uutta tietoa ja ymmärrystä. Tämä tapahtuu omien kokemusten työstämisen yhteydessä ja lisää tietoisuutta siitä, miten oma mieli toimii, miten se yhdistelee menneitä kokemuksia nykyisiin. (Ojanen 2006, 103.)

Reflektointi merkitsee pyrkimystä kehittää ja tutkia omaa toimintaa ja työhön liittyvää käyttäteoriaa. Käyttäteorialla tarkoitetaan ajattelun sisäistä ohjausjärjestelmää, joka ohjaa toimintaamme enimmäkseen tiedostamattomasti (Ojanen 2006, 86; Louheranta 2015, 128; Klemelä, Mälkönen, Sammallahti 2011, 13). Käyttäteoria sisältää ihmisen arvot, uskomukset ja tiedot, joiden pohjalta luodaan merkityksiä, vaihtoehtoisia teorioita tai käsityksiä. Jokaisella ihmisellä on käyttäteoria ja se syntyy elämäkokemusten tuloksena. Työntekijän on olennaisen tärkeää pohtia ja reflektoida omaa toimintaansa ja tulla vähitellen tietoisemmaksi sen takana vaikuttavasta käyttäteoriasta. Työntekijän tapa olla vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa juontaa juurensa syvälle hänen omaan käyttäteoriaansa. Jos työntekijä laiminlyö reflektoinnin, toiminnan takana vaikuttavien tekijöiden pohtimisen, hän alkaa toimia mekaanisesti oman käyttäteoriaansa pohjalta. Tällöin on mahdoton muuttaa omaa käyttäytymistään, saati sitten auttaa asiakasta uuteen kasvuun. (Ojanen 2006, 13–14, 86–91). Näin ollen vuorovaikutustyön ammattilaisen on ehdottomasti tutkittava kriittisesti myös itseään ja omaa elämänhistoriaansa, jotta voi ymmärtää asiakastyössä ilmeneviä haasteita ja ilmiöitä.

Työntekijän käyttäteoriaan kuuluu siis myös hänen tietonsa, teoreettinen viitekehys jonka lähtökohdista hän työtään tekee. Teoriatuntemus auttaa työntekijää hahmottamaan sisäisesti koettujen ja ulkoisesti havaittavien ilmiöiden merkitysyhteyksiä (Pylkkänen 2011, 62). Kuitenkin myös työntekijän valitseman teoreettisen viitekehysten valitseminen on yhteydessä hänen persoonallisen elämän ko-

kemuksiin sekä omiin tiedostamattomiin ongelmiin (Klemelä 2011, 111). Käyttöteorian subjektiivisuus tulee esille myös siinä, miten me käytämme havaintojamme tukemaan omaa käyttöteoriaamme. Ihmisellä on taipumus sulattaa uusi informaatio osaksi omaa, toimivaksi havaittua käyttöteoriaa ja torjua uutta tietoa, joka saattaa horjuttaa hänen omaa teoriaansa. (Louheranta 2015, 128.)

## 5.2 Asiakkaan ymmärtäminen ja vuorovaikutuksen rooliodotukset

Kun pyritään ymmärtämään toisen ihmisen kokemusmaailmaa syvällisesti, on tiedonlähteenä käytettävä asiatiedon lisäksi omaa mieltä. Ojanen (2009, 148) viittaa Thomas Odgeniin, joka on sanonut, että työntekijän oma subjektiivinen kokemus on se ”käytävä”, jonka kautta hän saa syvällistä tietoa käsillä olevasta vuorovaikutussuhteesta ja asiakkaasta. Tämä subjektiivinen kokemus on yhteydessä työntekijän omaan elämänhistoriaan ja sen käytettävyys asiakassuhteessa riippuu hänen kyvystä reflektioon ja empatiaan (Tähkä 2001, 232, 268). Kristiina Mälkönen tiivistää tämän siihen, että aito ymmärrys syntyy vain samaistumisen kautta, jonka avulla voi saada kosketuksen asiakkaan kokemukseen (2011, 217). Tähkä liittää samaistumisen kiinteästi empatiaan, tästä enemmän alaluvussa 5.5. Myös Leena Pylkkänen mainitsee, että työntekijä käyttää omia ajatuksia ja tunteita välineenä sen ymmärtämiseen, mitä asiakastyön vuorovaikutuksessa kulloinkin tapahtuu (2011, 68).

Kun pyritään toisen ihmisen syvälliseen ymmärtämiseen, on käytettävä hyväksi muutakin tietoa kuin tarkasteltavissa olevia tosiasioita ja asiatietoa. Toisen ihmisen kohtaaminen vain edellä mainittujen pohjalta johtaa vain älyllisiin olettamuksiin, eikä toisen ihmisen ymmärtämiseen. Asiakkaan tilanteenmukainen ymmärtäminen edellyttää myös omien tunnereaktioiden käyttämistä tiedonlähteenä. (Tähkä 2001, 223–231; Pylkkänen 2011, 61.) Jotta voi ymmärtää asiakkaan subjektiivista kokemusmaailmaa, sekä omaa asemaa asiakkaan kanssa tapahtuvassa vuorovaikutussuhteessa, on omattava vankka kyky empatiaan ja reflektioon. Omien tunteiden käyttäminen tiedonlähteenä sisältää kuitenkin riskin, että itsessä herää jokin tunne, joka väistää työntekijän reflektiokyvyn ja tuottaa väärää tietoa. (Tähkä 2001, 223–231.) Kuitenkin toisen ihmisen ainutkertaisen kokemusmaailman ymmärtäminen edellyttää omien tunnereaktioiden ja oman subjektiivisen kokemusmaailman hyväksikäyttöä. Oman aseman hahmottaminen vuorovaikutuksessa tarkoittaa sen hahmottamista, mitä odotuksia, toiveita tai roolia asiakas työntekijälle tarjoaa. Jos asiakas pyrkii sijoittamaan työntekijän oman lapsuutensa vanhempien tai muiden hänen psyykkisen kehityksen kannalta tärkeiden ihmisten rooleihin tai funktioihin, työntekijä on taipuvainen tuntemaan näitä odotuksia vastaavia toiminnan ylläkkeitä ja tunteita. (Tähkä 2001, 223–231, 239–240.) Tiedostamattomissa odotuksissa ja toiveissa asiakas pyrkii toistamaan ja ikuistamaan niitä suhteessa olon muotoja, jotka vastaavat sitä kehitysvaihetta, johon hänen psyykinen kehitys on pysähtynyt. (Tähkä 2001, 244.) Asiakas asettaa työntekijälle toisinaan voimakkaita, sävyiltään vaativia toiveita ja odotuksia. Ollessaan näiden kohteena työntekijän on niitä tutkittava mielessään aktiivisesti (Stenius, Lindberg ja Louheranta 2015, 157.) Näiden odotusten ja toiveiden alkuperä on usein lapsuudessa ja ne voivat tulla esille aikuisena esimerkiksi romanttisten tai erotisoituneiden tunteiden ja toiveiden muodossa (Kuvaja 2011, 25; Lindberg ja Mustonen

2015, 50–51). Tärkeää on, että työntekijä uskaltautuu tutkimaan kaikkia asiakkaan hänessä herättämiä tunteita omassa mielessään ja työnohjauksessa (Lindberg ja Mustonen 2015, 50–51).

Asiakas tuo työntekijälle tiedostettuja tai tiedostamattomia toiveita tai vaatimuksia toimia hänen lapsuutensa vanhemman roolissa tai tehtävässä (Tähkä 2001, 243–245; Pykkänen 2011, 70). Tällöin työntekijä voi tuntea tarvetta vastata näihin odotuksiin ryhtymällä asiakassuhteessa ikään kuin vanhemmaksi. Jos työntekijä toimii näiden impulssien pohjalta spontaanisti, hän ei ole saattamassa asiakasta uuteen kasvuun, vaan toistaa osaltaan asiakkaan aikaisempia vääristyneitä ihmissuhteita asiakassuhteessa. Seurauksena on molemminpuolinen pettymys. Mutta jos työntekijä kykenee tarkastelemaan itsessään herääviä tunteita asiakkaan osoittaessa hänelle näitä toiveita, eikä lähde toimimaan niiden pohjalta, hän saa olennaista tietoa asiakkaan menneistä, kehityksen kannalta merkittävistä ihmissuhteista. (Tähkä 2001, 243–245.)

Ojanen kirjoittaa samasta ilmiöstä kuvaillessaan ohjausalan työtä. Työntekijän on hahmotettava omassa mielessään, mikä on hänen roolinsa suhteessa asiakkaaseen. Tämä tarkoittaa sitä, että työntekijä ei omaksu spontaanisti asiakkaan hänelle asettamaa roolia, vaan ymmärtää mitä asiakas todella tarvitsee ja pyrkii toimimaan siitä lähtökohdasta käsin. Jos työntekijä ei tähän kykene, hän pahimmillaan asettaa asiakkaan lapsen rooliin säilyttääkseen oman asemansa auktoriteettina. (Ojanen 2009, 173.)

Jos asiakkaan mielessä mielikuva työntekijästä on idealistinen kuva tyydyttävästä vanhemmasta ja hän odottaa työntekijältä tätä mielikuvaa vastaavaa toimintaa, on työntekijän pyrittävä pidättäytymään tällaisesta toiminnasta. (Tähkä 2001, 244–247.) Kuiteinkin tätä idealisoinnin kohteena olemista tulisi asianmukaisesti kestää eikä kiiruhtaa osoittamaan sitä asiakkaalle. Tähän liittyy olennaisesti se, että työntekijä pyrkii havainnoimaan itsessä herääviä tunteita idealisoinnin kohteena olemisesta. Tarkoituksen mukaista ei ole askeettinen kaikkien narsistista mielihyvää tuottavien tunteiden kieltäminen, vaan kaikkien tunteiden mahdollisimman tietoinen käsittely ja tarkastelu omassa mielessä. Kun näitä idealisaation kohteena olemisen herättämiä tunteita kykenee tarkastelemaan, tarve samaistua niihin vähenee. (Tähkä 2001, 252–254.) Kun asiakas esimerkiksi tarjoaa työntekijälle roolia oman sielunelämänsä asiantuntijana (Stenius, Lindberg ja Salo 2015, 89), kyetessään näiden odotusten herättämien tunteiden tarkasteluun työntekijän ei tarvitse tähän rooliin samaistua. Asiakkaan mahdollisesti luoma ideaalimielikuva työntekijästä on luonteeltaan tiedostamaton, eikä se ole nykyhetken perustuva vaan epärealistinen kuva kaikkivoivasta, kaikkiin tarpeisiin vastaavista vanhemmasta. (Tähkä 2001, 264–247.)

### 5.3 Keskenäisyyden sietäminen

Reflektointi ja epätietoisuuden sietäminen kuuluvat yhteen. Reflektion avulla työntekijä voi tunnistaa oman tietämättömyytensä. Ja kun työntekijä voi aidosti kokea, ettei ymmärrä tai tiedä, hän mahdollistaa vastauksen löytymisen. Ilman tietämättömyyden tunnistamista ei voi tapahtua tiedostamista ja kehittymistä. (Ojanen 2006, 75.) Työntekijän tulee reflektoida, havainnoida omia tunteita ja toiveita,

jotta hän kykenee ottamaan niihin etäisyyttä. Tässä onnistuessaan työntekijä kykenee pidättäytymään vastaamasta spontaanisti ja impulsiivisesti asiakkaalle oman tunteensa pohjalta. (Pylkkänen 2011, 45.) Työntekijän muodostama ymmärrys asiakkaasta muodostuu vasta ajan kanssa käyttökelpoiseksi (Tähkä 2001, 243).

Tuntiessaan epätietoisuutta, työntekijä kokee usein tarvetta selkiyttää vuorovaikutustilannetta löytämällä selityksen asiakkaan tilanteeseen (Stenius, Lindberg ja Salo 2015, 88). Selitysten, vastausten ja lohdutuksen tarjoaminen voi liittyä tiedostamattomaan vastatransferenssiin, jossa työntekijä omaksuu asiakkaan tarjoaman roolin (Klemelä 2011, 157). Näiden haasteiden välttämiseen liittyy paitsi transferenssiasetelman tunnistaminen myös kyky sietää keskeneräisyyttä ja epätietoisuutta. Stenius, Lindberg ja Salo mainitsevat epävarmuuden ja tietämättömyyden sietämisen yhdeksi työntekijän tärkeimmistä ominaisuuksista. Työntekijän on asiakasta kuunneltaessa luovuttava toisen sie-lunelämän asiantuntijan roolista. (2015, 89.) Vaikka työntekijällä on taipumus tällainen rooli omak-sua ja asiakkaalla se hänelle antaa (Klemelä 2011, 139; Mälkönen 2011, 182; Stenius, Lindberg ja Salo 2015, 89.) on epävarmuuden ja epätietoisuuden sietäminen olennaisimpia seikkoja tasavertai-sen ilmapiirin luomisessa. Jotta työntekijä kykenee läsnä olevaan kuuntelemiseen, hänen on pyrit-tävä siihen, että oma tietoisuus on mahdollisimman vapaa odotuksista, oletuksista, arvokäsityksistä, teorioista, mietteistä koskien työtehtäviä asiakastapaamisen ulkopuolella, oman arkipäivän tapahtu-mia ja ihmissuhteita. (Stenius, Lindberg ja Salo 2015, 89.)

Intuitiivinen tieto on tärkeää koskien asiakkaan kokonaisvaltaista ymmärtämistä. Intuitiiviseen ym-märrykseen ja ”ahaa-elämykseen” liittyy kuitenkin kaikkivoipaisuuden tunne. Ja mitä vähemmän nämä intuitiivisen ymmärryksen ainekset kestävät kriittistä tarkastelua ja mitä enemmän ne edusta-vat lopullista totuutta oivalluksen saajalle, sitä todennäköisemmin ne sisältävät haitallisia vastatrans-ferenssi aineksia. Jotta työntekijä kykenisi rauhasa tutkimaan myös intuitiivisia oivalluksiaan, eikä käytä niitä ennenaikaisesti asiakastyön vuorovaikutuksessa, se edellyttää häneltä kärsivällisyyttä ja kykyä kestää epätietoisuutta. (Tähkä 2001, 269–271.)

Vastavuoroinen toisen ihmisen kanssa oleminen edellyttää taitoa ihmetellä, kykyä sietää epävar-muutta ja epätietoisuutta. Tämä tarkoittaa sitä, että vuorovaikutuksessa tarkasteltavaa ilmiötä ei pyritä lyömään lukkoon vaan tutkitaan sitä yhdessä. Työntekijä joka ei tähän kykene, vaan on tiu-kasti kiinni omassa elämismaailmassaan ja kokemuksissaan, joiden kautta hän näkee kaiken, ei ole soveltuva ammattiauttajan työhön. Työntekijällä on oltava kyky hyväksyä se, että toisen ihmisen ajattelu ei noudata samaa kaavaa kuin oma. Jos työntekijällä on paljon itsestäänselvyyksiä, hänen on vaikea ymmärtää, että ne ovat asiakkaalle epäselviä. Näin toimiessaan työntekijä voi tulla vyyryt-täneeksi asiakkaansa. (Ojanen 2006, 64–68.)

Kun vuorovaikutuksessa vaikuttaa pitkään epätietoisuus, työntekijällä voi olla kiusaus ruveta arvaile-maan asioita asiakkaastaan. Nämä arvailut eivät perustu asiakkaan vuorovaikutuksessa tuomaan materiaaliin vaan työntekijän omiin, aiempiin kokemuksiin. Ilmiö vaikeuttaa vuorovaikutusta ja siir-tää huomiota pois oleellisesta. (Lindberg ja Mustonen 2015, 49.) Ihminen pyrkii luontaisesti eroon epävarmuudesta ja luokittelee ilmiöitä mielessään (Lindberg 2015, 77; Ojanen 2006, 150). Kuitenkin

aito kokemus siitä, että ei ymmärrä tai tiedä, mahdollistaa vastauksen löytämisen. Reflektion avulla työntekijä voi tunnistaa oman tietämättömyytensä ja sen kautta kehittyä ja tiedostaa paremmin. (Ojanen 2006, 75.)

#### 5.4 Vastatransferenssi ja vuorovaikutuksen ongelmat

Työn kolmannessa luvussa kuvattu mielen pinta- ja syvärakenteen ero liittyy myös siihen, että on olemassa ero sen välillä, mitä asiakastyön vuorovaikutuksesta tiedetään ja miten se koetaan sekä asiakkaan että työntekijän näkökulmasta (Tähkä 2001, 317). Koettu merkitys sisältää transferentiaalisia aineksia eli menneisyyden ihmissuhteiden läsnäoloa nykyhetken ihmissuhteissa. (Tähkä 2001, 242; Lindberg ja Stenius 2015, 105). Transferenssi tekijät ovat erityisen vahvasti läsnä kasvatuksellisissa, hoitavissa ja parantavissa ammateissa (Tähkä 2001, 242). Tässä alaluvussa kuvailen lähdekirjallisuudesta nousseita ajatuksia siitä, mitä asiakastyön vuorovaikutuksessa voi tapahtua, jos työntekijän ei kykene jostakin syystä riittävään itsereflektioon. Tässä apuna käytän käsitettä vastatransferenssi.

Vastatransferenssi käsitteen ymmärtämisen kannalta olennaista on myös avata käsite transferenssi. Transferenssi on psykoanalyttisen viitekehyksen keskeinen käsite (Lindberg ja Mustonen 2015, 45). Transferenssi on vuorovaikutuksessa muistamisen muoto. Se on myös menneisyyden toistamista nykyhetken ihmissuhteissa. Jos yksilö ei ole päässyt irti lapsuuden tietyistä kehitystapahtumista hän toistaa menneisyyttään aikuisena ikään kuin ennalta määrättyinä ja vaihtoehdottomina kokemistapoina. Tämä tiedostamaton toistaminen tulee esille transferenssissa. (Luostarinen 2008, 44.) Yksilö tuo senhetkisen elämänsä näyttämölle menneisyyden tärkeiden ihmissuhteiden piirteitä sijoittamalla ne tähänhetkisiin ihmissuhteisiin. Menneisyyden tärkeissä ihmissuhteissa ilmenneet tunteet, odotukset ja pettymykset tuodaan nykyisiin, varsinkin merkityksellisiin ihmissuhteisiin. Tätä tiedostamattomaa menneisyyden toistoa tapahtuu yhtä lailla arkielämässä kuin ammatillisessa vuorovaikutuksessa. (Luostarinen 2008, 72–73; Lindberg ja Mustonen 2015, 45–47.)

Vastatransferenssilla tarkoitetaan työntekijän tunteensiirtoa asiakasta kohtaan. Nämä tunteet perustuvat hänen omaan ihmissuhdehistoriaan. Työntekijän tulee olla tietoinen asiakastyössä heräävistä tunteistaan, ettei hän lähde toimimaan niiden pohjalta impulsiivisesti. On tärkeää tiedostaa se, että työntekijän omat kokemukset vaikuttavat tapaamme, jolla kuuntelemme asiakasta. (Lindberg ja Mustonen 2015, 49–50.) Haitalliset vastatransferenssireaktiot aktivoituvat, kun asiakas tuo vuorovaikutukseen transferenssi odotuksia ja toiveita, joita työntekijä ei kykene lyhyt- tai pitkäkestoisesti mielessään tarkastelemaan ja erittelemään. Tai ne voivat saada valtaa työntekijän mielessä, kun asiakkaassa oleva ominaisuus aktivoi jonkin ristiriitaisen kokemuksen työntekijän omasta ihmissuhdehistoriasta. Molemmissa tapauksissa ne säilyttävät tiedostamattoman luonteensa työntekijän mielessä, jolloin niiden tarkastelu on vaikeaa. (Tähkä 2001, 322.)

Käyttämässäni lähdekirjallisuudessa vastatransferenssi määritellään hiukan eri tavoin. Veikko Tähkän mukaan vastatransferenssi on työntekijän omien, varhaisten ja merkityksellisten ihmissuhteiden aktivoitumista suhteessa asiakkaaseen. Tällöin työntekijän mielessä muotoutuva kuva asiakkaasta värityy hänen omalla menneisyydellä ja hän ei kykene sitä mielessään tarkastelemaan ja erottamaan nykyhetken vuorovaikutussuhteesta. Työntekijä ei hahmota omaa asemaansa suhteessa asiakkaaseen asianmukaisesti joko väliaikaisesti tai pysyvästi. Tällöin vuorovaikutussuhde värityy työntekijän omilla tarpeilla ja toiveilla. (Tähkä 2001, 266–267.) Psykoanalyttikko Salme Luostarinen tukeutuu Tähkän määritelmään kirjassa *Kohti vastavuoroisuutta, psykoterapeuttinen hoitosuhde*. Myös Lindberg ja Mustonen (2015, 49–50) määrittelevät vastatransferenssin samaan tapaan kuin Tähkä kirjassa *Psykoterapeuttinen hoitosuhde*. Esko Klemelä puolestaan näkee vastatransferenssi käsitteen laajemmin, sisältäen myös asianmukaista informaatiota asiakkaan menneisyydestä kirjassa *Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä* (2011, 111–114, 153). Lähestyn vastatransferenssiä ilmiönä Tähkän määritelmästä käsin.

Tähkän (2001, 330, 322.) määritelmän mukaisesti vastatransferenssissa asiakas saattaa aktivoida työntekijän mielessä jonkin tunteen tämän omasta menneisyydestä. Tällöin työntekijä ei kykene tarkastelemaan ja löytämään merkityssuhteita omasta kasvuhistoriastaan nykyhetkeen. Asiakas voi edustaa työntekijän mielessä jotakin tarvittua, haluttua, pelättyä tai vihattua, joka juontaa juurensa johonkin työntekijän aikaisempaan, merkitykselliseen ihmissuhteeseen. Vastatransferenssi voi aktivoitua myös asiakkaan vuorovaikutussuhteeseen tuomista odotuksista ja toiveista, jolloin työntekijä ei kykene näkemään niiden yhteyttä asiakkaan menneisyyteen vaan toimii niiden ohjaamana.

Jokainen uusi ihmissuhde lähtee muodostumaan omasta historiastamme käsin. Uudet ihmissuhteet rakentuvat menneiden, merkittävien ihmissuhteiden pohjalle. (Pylkkänen 2011, 76–77; Kuvaja 2011, 22.) Asiakassuhteissa tämä tarkoittaa sitä, että vaikka työntekijä pyrkii tarjoamaan uutta ihmissuhdetta sisältäen kasvun mahdollisuuden, asiakas voi pyrkiä muokkaamaan vuorovaikutussuhdetta itselleen tuttuun muotoon, mikä perustuu hänen aikaisempiin ihmissuhteisiin. Nämä ihmissuhteet voivat olla luonteeltaan tukea antavia tai tuhoavia. (Pylkkänen 2011, 76–77.) Työntekijän tulee pyrkiä huomaamaan asiakkaan esille tuomasta ilmaisusta hänen tapansa asettua vuorovaikutukseen sisältäen transferenssiodotukset ja toiveet. Kun työntekijä kykenee ottamaan transferenssin huomioon, hän tuntee vähemmän tarvetta toimia sen sanelemien odotusten ja toiveitten mukaisesti. Tätä edesauttaa teorian tietämys aiheesta, mutta tiedostamattoman luonteensa takia vastatransferenssireaktiot saattavat aktivoitua laajasta teorian tuntemuksesta huolimatta. Eri tavoin voimakkaasti vetoavat asiakkaat voivat johtaa kokeneenkin työntekijän omien ongelmien äärelle. Esimerkiksi jos asiakas idealisoi vahvasti työntekijää, työntekijällä voi olla kiusaus ryhtyä pelastajahahmoksi. Joku työntekijä voi suuttua asiakkaan lapsenomaisuudesta tai jos asiakas muistuttaa huomattavasti jotakin työntekijälle läheistä ihmistä, vastatransferenssireaktio voi olla voimakas. (Klemelä 2011, 114–115.)

Ongelmallisia vastatransferenssireagoiteja ovat työntekijän pyrkimys olla asiakkaan yläpuolella, yritykseen parantaa asiakas, tai pyrkimys ymmärtää asiakasta ottamatta tiedostamattomat tekijät huomioon vuorovaikutuksessa. Työntekijä voi myös sortua tyydyttämään omaa ihannoinnin tarvettaan ja yrittää sen motivoimana saada aikaiseksi hyviä hoitotuloksia. (Klemelä 2011, 114–115.)

Työntekijöillä on aina tarve saada aikaan jotakin hyvää. Mutta kun työntekijä pyrkii hyvää ajatellen auttamaan ja asiakas torjuu hänet, työntekijä voi loukkaantua ja vetäytyä vuorovaikutuksesta. Tämä taas saa aikaan vuorovaikutuksen kannalta olennaisen empatian vähenemisen. Pahimmassa tapauksessa loukkaantuminen, vastatransferenssireagointi, johtaa asiakassuhteen päättämiseen, jolloin asiakas nähdään ”vaikeana tapauksena” ja että muuta vaihtoehtoa yhteistyön jatkamiselle ei ole. Vastakohtana edellä mainitulle kuvaukselle, työntekijä epävarmuutta ja avuttomuutta tuntiessaan alkaa toimia narsistisen vastatransferenssin johtamana. Tällöin hän näkee itsensä suvereenina auttavana ja epärealistisin odotuksin. (Klemelä 2011, 120.)

Epärealistiset toiveet asiakkaan paranemisesta ja oireiden pikaisesta lievittymisestä aiheuttavat työntekijälle pettymyksiä. Kun työntekijä ei tutki tiedostamattomia ennakkoasenteitaan, hän voi alkaa syyttää asiakasta, työtovereita tai organisaatiota siitä, että odotukset eivät täytyneetkään. Asiakassuhteessa tätä seuraa molemminpuolinen pettymys. Tällöin työntekijä tuntee kasaantuvaa huonommuudentunnetta, motivaation ja kiinnostuksen menettämistä. Pitkittyessä tämä voi johtaa kyynisyyteen ja pessimismiin. (Louheranta 2015, 201–202.) Asiakkaan transferenssi voi tulla ilmaistuksi erilaisina vuorovaikutusta tuhoavina toimintoina, kuten esimerkiksi jatkuvana myöhästelynä, varatuilta ajoilta pois jäämisestä tai valehteluna. Tällainen yhteistyösuhdetta vastaan suunnattu hyökkäys vaikuttaa työntekijän ajatteluun ja reflektiokykyyn. Tällöin työntekijä voi menettää malttinsa tai tuntea halua muuhun ei toivottuun vastatoimintaan, kuten asiakkaan painostamiseen. (Pylkkänen 2011, 73–74.) Työntekijä voi tuntea vihan tai katkeruuden tunteita, jolloin on tärkeä pohtia, mistä tunteet kumpuavat (Mustonen ja Salo 2015, 149).

Työntekijältä vaaditaan kykyä käsitellä omia kiintymyksen ja hoivaamisen tunteita asiakasta kohtaan, erityisesti asiakassuhteen alussa. Jos työntekijä pelästyy tai ei kykene käsittelemään näitä tunteita itsessään, hän voi pahimmillaan katkaista asiakassuhteen. (Lindberg ja Stenius 2015, 103.) Vaihtoehtoisesti työntekijä ryhtyy asiakkaan ”äidiksi”, sortuu antamaan valmiita vastauksia tai selityksiä asiakkaan toiminnalle. (Klemelä 2011, 157.)

Jos työntekijä vastaa asiakkaan transferenssi toiveisiin ja odotuksiin, alkaa esimerkiksi kohtelevaan ja ajatella asiakastaan ”lapsena”, se johtuu hänen omasta kypsyydestään, omista tarpeistaan ja tiedostamattomista ongelmistaan. (Tähkä 1996, 243–248; Ojanen 2006, 173). Vastakohtana tälle on pyrkimys asiakkaan kohtaamiseen tasavertaisena aikuisena, jolla itsellä on loppu viimeksi ratkaisuvallasta siihen, että ottaako hän apua vastaan. Tämä vapauttaa paitsi parantamisen pakosta, myös siitä kuvitelmasta, että tapahtunut kasvu olisi yksin työntekijän erinomaisuutta tai ansiota (Tuohimaa 2008, 104–105).

Vastatransferenssin tutkimisessa on keskeisintä epärealististen vastatransferenssireaktioiden ja realististen auttamisen välisen rajan löytäminen. Tämä on aina vaikeaa käytännön työssä ja tärkeää on muistaa, että kaikilla työntekijöillä on vastatransferenssiongelmiä. Luottamuksellinen ja toimiva työohjaussuhde voi kuitenkin ehkäistä umpikujia, joissa työntekijä ei huomaa omaa vastatransferenssia vaan vyöryttää syyt asiakkaan niskoille. Silloin voi syntyä tilanteita, joissa työntekijä yksinkertaisesti

nimittää asiakasta "vaikeaksi" tai syyttää tätä motivaation puutteesta tutkimatta omia reaktioita ja tunteita suhteessa asiakkaaseen. (Klemelä 2011, 121, 153.) Täysin objektiivista suhtautumista asiakkaaseen ei ole olemassa. Työntekijä ohjaa, palkitsee ja vaikuttaa tiedostamattaan asiakkaaseen aina enemmän tai vähemmän. (Pylkkänen 2011, 68.)

## 5.5 Empatia ja vuorovaikutuksessa koettu mielihyvä

Tähkä (2001, 232, 268) kertoo reflektion yhteydessä empatian kokemisesta asiakasta kohtaan ja Ojanen tähdentää, että todellinen empatia edellyttää ymmärrystä siitä, mille olla empaattinen. Todellinen empatia on eri asia kuin yleinen, "empaattinen asenne" (2006, 141). Empatia on tapahtuma, jossa yksilö pyrkii ymmärtämään toisen ihmisen subjektiivista kokemusta samaistumisen avulla. Kun työntekijä empatisoi, hän pyrkii tavoittamaan väliaikaisesti asiakkaan henkilökohtaisen kokemustavan. (Tähkä 2001, 255.) Kristiina Mälkönen määrittelee empatian samalla tavalla, työntekijä pyrkii eläytymään ja samaistumaan asiakkaan kokemukseen empatian avulla. Myötäelämisen jälkeen työntekijä tutkii ajankohtaisen vuorovaikutuksen luonnetta mielessään ja lisää näin ymmärrystä asiakkaan tilanteesta (2011, 187.) Empatia on asiakastyön vuorovaikutuksen näkökulmasta informatiivista. Esimerkiksi asiakas voi kertoa tapahtumasta, jossa häntä on haavoitettu, mutta ei kykene tavoittamaan paljoakaan negatiivisia tunteita liittyen tähän. Työntekijä sen sijaan voi asiakasta kuunnellessaan tunnistaa hyvinkin aggressiivisen tunteen itsessään. Näin ollen edellä mainittu antaa työntekijälle tietoa siitä, mitä asiakas on kykenevä kokemaan ja millä tasolla asioita käsittelemään. Työntekijältä tämä edellyttää reflektiota, jotta hän voi hän voi asiakkaan tunteen tavoittamaan pidättäytyä toimimasta suoraan sen mukaisesti. (Tähkä 2001, 256–265.) Reflektion kautta työntekijä saa etäisyyttä omiin tunteisiinsa ja kykenee samaistumaan asiakkaan kokemukseen väliaikaisesti (Ojanen 2006, 81). Kun työntekijä kykenee samaistumisen tunteita mielessään tarkastelemaan ja erittelemään, paine samaistua näihin vähenee. Tätä seuraa ymmärrys siitä, että tunne ei kuulu ensisijaisesti itselle vaan asiakkaalle. Jos työntekijä samaistuu asiakkaan hänessä herättämään tunteeseen pidempiaikaisesti ja alkaa ikään kuin tuntemaan asiakkaan puolesta ilman kykyä tarkastella, kenen tunteesta oli alun perin kysymys, kyse ei ole empaattisesta ymmärryksestä. Tällöin se kertoo enemmän työntekijän, kuin asiakkaan kätketystä merkitysmaailmasta. Vaikka empatia antaakin olennaista informaatiota työntekijälle asiakkaan senhetkisestä subjektiivisesta kokemuksesta, liittyy empatian kokemiseen olennaisesti myös mielihyvä. Asiakas kokee tulleen ymmärretyksi ja työntekijä kokee onnistumista ymmärtäjänä. Mielihyvä liittyy myös jaettuun tunnekokemukseen. (Tähkä 2001, 256–265.)

Yhtä hyvin kun on oleellista todeta, että kaikilla työntekijöillä on vastatransferenssiongelmiä, on myös huomioitava, että kaikki työntekijän muodostama ymmärrys asiakkaasta on subjektiivista. Se on aina väritynyt eriasteisesti vastatransferenssilla. (Tähkä 2001, 269.) Tavoite ei ole askeettinen, kaikkien omien mielihyväsävyisten tunteiden kieltäminen eikä pyrkimys samaistua pyyteettömän auttajan illusioon. Auttamistyöhön kuuluu mielihyvän tunteminen siitä, että kykenee auttamaan asiakastaan ja saattamaan häntä uuteen kasvuun. Työntekijän pitäisi sallia itselleen mahdollisimman



hyvä selvillä olo kaikista mielihyväsävyisistä tunteista, joita asiakas hänessä herättää. Tunteista selvillä olo ei vielä sisällä pysyvää samaistusta näihin, vaan enenevää ymmärrystä asiakkaan tilanteesta ja hänen kokemuksistaan (Tähkä 2001, 331–333, 253.) Kiintymykseen ja huolenpitoon liittyvät mielihyväsävyiset tunteet ovat asiakassuhteessa voimavara ja motivaation lähde työntekijälle (Lindberg ja Stenius 2015, 103). Ratkaisevaa on olla kaikista itsessä heräävistä tunteista mahdollisimman pitkälle tietoinen (Tähkä 2001, 333).

## 6 POHDINTA

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen viimeinen, päättävä vaihe on tulosten tarkastelu, joka sisältää menetelmällisen ja sisällöllisen pohdinnan, jatkotutkimusaiheet sekä tutkimuksen luotettavuuden ja eettisyyden arvioinnin. Päättävävaiheen sisällölliseen pohdintaan kuuluu tulosten liittäminen laajempaan yhteiskunnalliseen, käsitteelliseen tai teoreettiseen kontekstiin. (Kangasniemi ym. 2013, 297, 294). Tässä tutkimuksessa tämä tarkoittaa tulosten vertailua sosiaalialan kirjallisuuteen. Tämän jälkeen tarkastelen tutkimukseni luotettavuutta ja eettisyyttä, jatkotutkimusaiheita ja päätän kappaleen omaan pohdintaan asiasta.

### 6.1 Tulosten tarkastelua

Kirjassa sosiaali- ja terveydenhuollon perusteet asiakkaan odotuksia ja toiveita työntekijää kohtaan luonnehditaan niin, että ne voivat olla perusteettomia, maagisia ja kuvitelmia työntekijästä taikurina, joka voi poistaa nopeasti kaikki ongelmat. (Lammi-Taskula 2011, 149.) Kaarina Mönkkönen kuvaa kirjassaan *Vuorovaikutus- Dialoginen asiakastyö* samaa ilmiötä niin, että asiakas odottaa työntekijän ratkaisevan tai selittävän hänen ongelmansa. Asiakkaan odotukset voivat saada työntekijän toimimaan näiden odotusten mukaisesti tai hän voi pyrkiä osoittamaan omaa asiantuntijuutta ja pätevyyttä hänelle. Mönkkönen pureutuu tähän problematiikkaan kiinnittämällä huomion käytettyyn kieleen, erilaisiin sosiaalisiin voimiin kuten liian jäykkään sosiaaliseen järjestykseen ja tilanteen juonirakenteeseen. Vuorovaikutuksen ongelmakohtia ei tarkastella kiinnittämällä huomio yksilön ominaisuuksiin vaan sosiaalisten tilanteiden dynamiikkaan. Hänen mukaansa asema vuorovaikutuksessa syntyy ikään kuin luonnostaan. (2007, 38–41, 100, 15.) Mönkkösen esittämiä ajatuksia voi mielestäni lähestyä myös tutkimukseeni valikoituneen, yksilöpsykologisen näkökulman pohjalta. Jos työntekijällä on tarve osoittaa asiakkaalle pätevyyttään ja asiantuntijuuttaan, sen alkujuuret voivat olla hänen omassa kehityshistoriassaan. Hänessä vuorovaikutustilanne aktivoi jotakin hänen menneisyydestään, joka saa hänen toimimaan tietyllä tavalla (vastatransferenssi). Tai hänen on osoitettava pätevyyttään ja tietämistä tuntiessaan epätietoisuutta ja epävarmuutta johtuen joko ajankohtaisesta vuorovaikutustilanteesta tai hänen omasta menneisyydestä, jota on leimannut esimerkiksi häpeä, mitätöiminen ja väheksyminen. Toisaalta Tähkän vastatransferenssi määritelmään tukeutuen edellä kuvattu työntekijän toiminta voi aktivoitua erityisesti asiakkaan luomien paineiden, odotusten ja toiveiden takia. Näin ollen työntekijän toiminta liittyy ajankohtaiseen vuorovaikutukseen, mutta sen alkujuuret ovat sekä asiakkaan, että työntekijän menneissä vuorovaikutussuhteissa. Tästä näkökulmasta katsoen asiakastyön vuorovaikutuksessa käytetty kieli, puhetapa, juonirakenne ja sosiaalinen järjestys muokkaantuvat kyllä ajankohtaisessa tilanteessa, mutta ne ovat suurelta osin seurausta osapuolien omista ihmissuhdehistorioista.

Näin ollen tukeudun tutkimustulosteni valossa siihen väitteeseen, että edellä esitetyt lähestymistavat eivät ole toisiaan poissulkevia, vaan toisiaan täydentäviä (Karvinen-Niinikoski, Rantalaiho ja Salonen 2007, 89–90). Vaikka Mönkkösen tapaan huomio kiinnitetäänkin sosiaaliseen kokonaisuuteen, jonka

osa yksilö väistämättä on, käytettyyn kieleen ja vuorovaikutuksen juonirakenteeseen, ei yksilöpsykologista näkökulmaa voida sulkea pois vaan molempia tarvitaan. Vilèn, Leppämäki ja Ekström kiteyttävät tämän mielestäni hyvin; keskeytyneiden tai vääristyneiden kehitysprosessien alkujuuret ovat yksilön ihmissuhdehistoriassa, mutta ne toteutuvat aina ihmisten välisissä suhteissa (2008, 137–138). Psykodynaamisen lähestymistavan antina näen näissä kysymyksissä sen, että käyttäytymisen taustalla vaikuttavat tekijät pyritään ottamaan huomioon. Tällöin esimerkiksi asiakkaan odotuksia ja toiveita ei tarvitse nähdä pelkästään ”perusteettomina” tai sellaisina, että asiakas näkee työntekijän ”kaikki vaivat poistavana taikurina”. Enemminkin ne ovat inhimillisiä odotuksia, jotka voivat vaikuttaa sinänsä epäloogisilta, mutta kuitenkin loogisia jos mielen kerroksellisuus, tiedostamaton mukaan lukien otetaan huomioon. Ihmisen toiminnan takana on olemassa syvempi taso (syvärakenne), joka kertoo miksi hän käyttäytyy tietyllä tavalla. Käyttäytymisen takana olevien motiivien huomioon ottaminen auttaa työntekijää ymmärtämään asiakasta entistä syvällisemmin (Vilèn, Leppämäki ja Ekström 2008, 82). Tämän tutkimuksen tuloksissa tulee esille myös se, että asiakkaan syvärakenteen huomioon ottamisen lisäksi myös työntekijän on otettava tämä huomioon omassa toiminnassaan. Myös Ilmari Rostila (2001, 47) kirjoittaa kirjassaan *Tavoitelähtöinen sosiaalityö, Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet*, että sosiaalialan työntekijät voivat olla alttiita menettämään herkkyyden erottaa ystävyys- ja ammatillisen suhteen raja muun muassa siksi, että riippuvuussuhteita tarkastelevan psykodynaamisen teorian merkitys on sosiaalialalla vähentynyt.

Mönkkönen kuvaa kirjassaan yhteistoiminnallista asiakastyön tasoa, jossa asiakkaan ja työntekijän dialoginen vuorovaikutus toimii parhaiten ja heidän välilleen on syntynyt luottamus. Yhteistoiminnallisuutta voidaan kuvata käsitteillä luottamus, kunnioitus ja ystävyys. Mönkkönen kirjoittaa, että on mielenkiintoista, että useat asiakkaat kuvaavat tämän tason vuorovaikutussuhdetta, kun taas työntekijöiden kertomana se on hyvin harvinaista. (2007, 120–123.) Mielestäni tätä eroa voi lähestyä tutkimukseni keskeisten tulosten valossa; on olemassa ero sen välillä mitä asiakassuhde todellisuudessa on ja miten se koetaan. Asiakkaalla on lupa kokea ammatillinen vuorovaikutussuhde ystävyys-suhteena tai tuoda työntekijälle mitä erilaisimpia odotuksia toimia erilaisissa rooleissa. Työntekijällä ei kuitenkaan ole oikeutta vastata näihin odotuksiin (Lindberg 2015, 72). Työntekijän on oltava tarkasti selvillä omasta roolistaan ja asemastaan ammatillisena, ammatillisen- ja ystävyys-suhteen ero on oltava selkeä (Rostila 2001, 45–46).

Psykodynaamiselle suuntaukselle ominaisten transferenssitekijöiden huomioon ottaminen on myös mielestäni tärkeää mielenterveystyön ohjauksessa ja laajemmin sosiaalialalla. Tämä siksi, että esimerkiksi Reija Narumo kirjoittaa, että mielenterveystyö pyrkii aina muutokseen (2006, 9). Laajemmin myös sosiaalialan työtä kuvataan vaativaksi muutostyöksi (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka ja Saarnio 2009, 54), auttajan rooli on toimia tukijana kasvussa ja muutoksessa (Vilèn, Leppämäki ja Ekström 2008, 137). Muutoksella ei edellä mainituissa konteksteissa tarkoiteta ensisijaisesti asiakkaan keskeytyneen psyykkisen kasvuprosessin uudelleen käynnistämistä, kuten on laita psykoterapeuttisessa työskentelyssä. Tästä huolimatta muutos ja sen käynnistäminen ovat avainasemassa. Muuttuminen on kuitenkin mahdotonta tai se on varsin rajallista, jos asiakassuhteessa toistetaan jotakin hänen ihmissuhdehistoriansa asetelmaa. Ammatillisesta reflektiosta puhuttaessa tämä näkökulma on mielestäni olennainen, koska vain työntekijän omien tunnereaktioiden kautta hän voi

saada tietoa vuorovaikutuksesta ja siitä, toistuuko siinä mahdollisesti jokin asetelma asiakkaan tai hänen omasta historiastaan. Sosiaalialan ammatillisessa vuorovaikutussuhteessa liikutaan syvien ja henkilökohtaisten tunteiden alueella, jolloin asiakkaalla voi olla tiedostamaton tarve toistaa aikaisempia suhdemalleja (Rostila 2001, 47).

Kirjassa *Ammattina sosionomi* (Mäkinen ym. 2009, 53–54) kuvataan reflektion tärkeyttä seuraavista näkökulmista. Työntekijä on voinut hakeutua sosiaalialalle tiedostamattoman auttamisen pakon tai itsensä eheyttämisen takia. Tällöin reflektio on erityisen tärkeää ja se voi olla avain sisäisen maailman kohtaamiseen. Tekstissä otetaan huomioon olennaisia asioita, mutta psykodynaaminen näkökulma on laajempi. Ensinnäkin jos reflektiosta puhutaan tähän tutkimukseen valikoituneen määritelmän pohjalta, se ei ainoastaan voi olla väylä oman sisäisen maailman kohtaamiseen vaan se on ainoa tapa tutkia omia merkityssuhteita ja niiden yhteyttä nykypäivään. Toiseksi tutkimukseni tulokset viittaavat siihen, että kaikilla työntekijöillä on sokeita pisteitä, kaikki tuovat vuorovaikutukseen enemmän tai vähemmän omia ongelmiaan ja subjektiivisuuttaan, joka on muokkautunut kunkin yksilöllisen elämänhistorian seurauksena. Työntekijän oma elämänhistoria ja hänen ongelmansa ovat yhteydessä aina enemmän tai vähemmän tiedostetusti ammatinvalintaan, hänen valitsemaansa teoreettiseen viitekehykseen ja ammattiminään. Olennaista on näkökulma tiedostamattomaan. Monessa sosiaalialan oppikirjassa tiedostamaton nähdään pelkästään niin, että se aiheuttaa asiakastyön vuorovaikutuksessa ongelmia vääristäen työntekijän kokemuksia ja ajatuksia (ks. Mönkkönen 2007, 122; Mäkinen ym. 2009, 54; Karvinen-Niinikoski, Rantalaiho ja Salonen 2007, 107). Tutkimustulokseni vahvistavat tätä käsitystä, mutta psykodynaaminen näkökulma ei rajoita tiedostamattoman tutkimista pelkästään varsinaisiin ongelmiin. Tiedostamaton on aina läsnä ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa eikä kukaan voi olla koskaan kaikesta kokemusvarastostaan tietoinen (Ojanen 2006, 103). Suhtautuminen tiedostamattomaan siis määrittelee myös suhtautumista reflektioon. Psykodynaamisen näkökulman tapa ottaa tiedostamaton aina mukaan reflektioon on haastava. Mielestäni se antaa reflektiolle kuitenkin sille kuuluvan paikan; jatkuvalla kiinnostuksella omaa kokemistapaa ja vuorovaikutuksen ilmiöitä kohtaan ei aseteta rajoja, vaan kaikkea saa ja pitää tutkia. Se ei anna myöskään tilaa kahtiajaolle, jossa ovat ”he” jotka tekevät auttamistyötä omat ongelmat lähtökohtina ja ”me” jotka emme niin tee. Se haastaa kaikkia työntekijöitä tutkimaan omia merkitysyhteyksiä sisältäen sen mahdollisuuden, että reflektointi johtaa omien ongelmien, oman kivun äärelle.

Yksi psykodynaamisen kirjallisuuden ja sosiaalialan kirjallisuuden ero on myös se, miten suhtaudutaan työntekijän omien tunteiden ja henkilökohtaisten asioiden esille tuomiseen ammatillisessa vuorovaikutuksessa. Tuloksissani korostuu se, että työntekijä ei vastaa transferenssiodotuksiin sekä se, että hän jakaa hyvin harkitusti ja rajatusti omia tunnereaktioitaan asiakkaan kanssa yhdessä. Pääpaino on siinä, että työntekijä tutkii tunnereaktioitaan omassa mielessään ja työnohjauksessa. Sosiaalialan kirjallisuudessa sitä vastoin työntekijää rohkaistaan aika ajoin puhumaan myös omista tunteistaan ja tuomaan myös henkilökohtaisia asioita vuorovaikutukseen (Rostila 2001, 87; Mönkkönen 2007, 122, 17). Molemmissa lähestymistavoissa on puolensa ja mielestäni erityisen tärkeää on löytää tasapaino näiden välillä. Jos työntekijä tuo esille omia tunteitaan ja asioitaan melko vapaasti, ammatillisuuden raja saattaa hämärtyä ja asiakkaan saama tila vuorovaikutuksessa vähenee. Tästä

seuraa esimerkiksi se, että vaikeiden asioiden käsittely vaikeutuu. Toisaalta empatian merkitys ammatillisessa vuorovaikutuksessa on niin suuri, että ammattilainen ei voi olla liian pidättyväinen ja etäinen. Oleellista on, että työntekijältä löytyy perustelu vuorovaikutustyyliilleen ja että hän voi sen perustella tarvittaessa asiakkaalleen sekä kollegoilleen. Tämä edellyttää sitä, että työntekijä on perustellut vuorovaikutustyyliänsä itselleen ja näkee käyttöteoriaansa perustan mahdollisimman laajasti.

## 6.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksen eettisyys liittyy tutkimuskysymyksen muotoiluun ja tutkimusetiikan noudattamiseen kaikissa työn vaiheissa (Kangasniemi ym. 2013, 292). Tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta parantaa prosessin eri työvaiheiden kuvailu. Kirjallisuuskatsaustyyppin haasteena voi olla se, että koska kirjoittaja valitsee itse tutkittavan materiaalin laajasta valikoimasta tai hän luo liian subjektiivisen tuloksen aiheesta. Ennakkoasenteet ja mieltymykset voivat ohjata materiaalin valintaa liikaa, jolloin tutkimus ei ole toistettavissa samanlaisin tuloksin. (Green 2006, 103–104.) Omassa tutkimukseni pystyin mielestäni rajaamaan tutkittavan aineiston hyvin ja nostamaan olennaiset asiat esille koskien tutkimuskysymystä. Laajempi tieteellisten artikkelien käyttö olisi vaatinut suppeamman tutkimuskysymyksen ja lopputulos olisi ollut kapeampi.

Tutkimuksen luotettavuuskysymyksiin liittyvät valitun kirjallisuuden ja tutkimuskysymyksen perusteeseen, kuvaillun argumentoinnin vaikuttavuuteen ja prosessin johdonmukaisuuteen. (Kangasniemi ym. 2013, 292). Tutkimuksen luotettavuutta parantaa se, että tutkimuskysymys on esitelty selkeästi ja sillä on eritelty, teoreettinen perustelu (Grant ja Booth 2009). Tutkimukseni luotettavuutta ja eettisyyttä parantaa se, että olen kuvaillut tutkimusmetodin ja tutkimuksen kulun perusteellisesti. Olen myös raportoinut kirjallisuuskatsaukseni teemojen muodostamisen. Tämä oli erityisen haastavaa tutkimukseni kuvailevan luonteen takia. Tässä tutkimuksessa esimerkiksi teemojen muodostamisen kuvailu määrällisiä menetelmiä apuna käyttäen ei olisi ollut mielestäni tarkoituksenmukaista. Tutkittavan materiaalin valinnan luotettavuutta parantaa se, että sain samankaltaisen tuloksen eri tietokannoista. Sitä parantaa myös se, että suomenkielisten, alan kokonaisuustysten löytäminen on hyvin yksiselitteistä. Tutkimuskysymys, sen teoreettisen taustan ja rajauksen olen tehnyt perusteellisesti ja noudattanut johdonmukaisesti tätä rajausta tutkimukseni edetessä. Työni lähdeviitteet ja lähdeluettelo noudattavat Savonia-ammattikorkeakoulun raportointiohjeita, joten tiedonlähde on löydettävissä ja sen voi erottaa omasta tekstistäni.

Tutkimuksessa oli haastavaa aineiston analysoinnin näkökulma. Tutkimukseni lähdekirjallisuus keskittyy pitkälti psykoterapiatyöskentelyyn, joten minun piti toisaalta poimia olennaiset osuudet teksteistä ja toisaalta jättää käsittelystä pois selkeästi psykoterapiatyöskentelyyn liittyvät asiat. Luotettavuuteen vaikuttaa myös se, että olen tehnyt tätä opinnäytetyötä yksin. Kahden tai useamman tekijän mukanaolo olisi voinut tuoda työhön laajempaa näkökulmaa. Työparin kanssa työskentely olisi ehkä myös auttanut tutkimuskysymyksen ja aineiston rajaamisessa työn suunnitteluvaiheessa. Työtä on kuitenkin sen eri vaiheissa ollut ohjaamassa useampi alan asiantuntija Kuopion psykiatrian keskukselta.

### 6.3 Henkilökohtaisia oivalluksia koskien reflektiota

Vuonna 2016 olen tehnyt sosionomiopintoihin kuuluvan harjoittelun ja ollut samana vuonna kesätyössä Kuopion psykiatrian keskuksella. Kesällä 2017 olen aloittanut kuntoutusohjaajan sijaisena työskentelyn Kuopion psykiatrian keskuksella. Kirjallisuuskatsaukseni aineiston pääpaino on terapeutisessa työskentelyssä. Tästä huolimatta tällä tutkimuksella on tärkeä merkitys koskien kuntoutusohjaajan työtä. Psykologinen tieto koskien omia tunnereaktioita ja oman mielen tarkastelua on hyödyllistä myös kuntoutusohjaajan työssä. Tämä työ antaa näkökulmia siihen, miten monisävyistä ja monimutkaista ammatillinen vuorovaikutus on. Pitkäjänteisellä ja jatkuvalla teoriakirjallisuuteen perehtymisellä voi välttää monia tarjolla olevia ongelmia asiakastyössä.

Tämän opinnäytetyön tekeminen on syventänyt paljon omaa teoriaosaamistani koskien kuntoutusohjaajan työtä. Teoriaosaamisen lisäksi koen, että suurimmat oivallukset liittyen reflektioon, ammatilliseen ja henkilökohtaiseen kasvuun liittyvät kykyyn myöntää oma rajallisuutensa ja heikkoutensa, mikä edellyttää yhteyttä omaan syvyyteen ja tunnemaailmaan. Ihmissuhdetyötä ei voi tehdä pelkän intuition varassa eikä kaikkea voi laskea omien tunteidensa varaan, mutta kuten tämän tutkimuksen tuloksissa on tullut ilmi, ihmissuhdetyö vaatii paljon muutakin kuin pelkästään konkreettisiin faktoihin keskittymistä.

Reflektio merkitsee tämän tutkimuksen tuloksia tarkastellessa sitä, että kykenee hyväksymään oman rajallisuutensa. Tähän sisältyy se, että kykenee näkemään ja myöntämään omat virheensä. Tämä vaatii työntekijältä vahvaa ammatti-identiteettiä, jonka arvo ja olemassaolo ei ole sidottu tietämiseen ja oikeassa olemiseen. Muistan elävästi Kuopion psykiatrian keskukselta erään tilanteen, jossa arvostamani ammattilainen antoi toiminnallaan tästä erinomaisen esimerkin. Haastoin häntä perustelemaan erästä tiimin tekemää ratkaisua tiimipalaverin jälkeen. Vaikka tehty ratkaisu ei ollut hänen yksin tekemänsä, odotin silti kuulevani häneltä perusteluja siihen. Kyseinen työntekijä oli kysymykseni jälkeen hetken hiljaa ja totesi menneensä käsiteltävän asian kohdalta siitä, mistä aita on matalin. Hän kertoi, että kyseiselle ratkaisulle ei sittenkään ole perusteita ja että sitä on tarkasteltava uudelleen. Psykoanalytikko Pentti Ikosen artikkelia mukaillen voisi todeta; kyseisen työntekijän ammatti-identiteetti nojasi sellaiseen perustaan, joka ei ollut sidottuina oikeassa olemiseen, tietämiseen ja pätevyyden osoittamiseen (1991, 56–57). Tästä syystä tilanteen avoin reflektointi oli hänelle mahdollista, vaikka hän joutuikin myöntämään virheensä. Aito reflektio sisältää mahdollisuuden tarkastella tapahtunutta niin, että toisin toimimisen mahdollisuus on löydettävissä (Ojanen 2006, 28). Se edellyttää kykyä myöntää virheensä, jonka kautta avautuu mahdollisuus toisin toimimiselle.

Mielestäni reflektio on aidointa silloin, kun se on sisäistä keskustelua, dialogia meissä olevan syvyyden kanssa. Tämä onnistuu vain, jos ihminen on elävässä yhteydessä omaan tunnemaailmaansa. Tämä ihmisen sisällä piilevä syvyys ei suostu kohdattavaksi ilman nöyryymistä ja hiljaisuutta. Se vaa-

tii tietoiselta minältä omavoimaisuudesta luopumista. Tällöin on mahdollista myöntää oma keskeneräisyys ja tietämättömyys. Ilman omavoimaisuudesta luopumista ei voi puhua dialogista oman syvyyden kanssa. Dialogi edellyttää kunnioitusta, ja omaa syvyyttä on kunnioitettava tietoista minää suurempana ja viisaampana.

Sisäinen puhe voi olla myös monologia. Se voi olla esimerkiksi valmistautumista johonkin tiettyyn tilanteeseen, jolloin mietin sanavalintojani ja esiintymistäni. Tällöin siinä voi olla kuitenkin fantasian piirteitä, asetan itseni jollekin mieleni näyttämölle esiintymään edukseni, jolloin näen itseni suvereenina ja loistavana. Tämän tyyppisestä valmistautumisesta, mielikuvaharjoittelusta voi olla joskus hyötyäkin, mutta sitä ei pidä sekoittaa dialogiin oman syvyyden kanssa, koska siinä on vahva narsistinen lataus ja omavoimaisuuden leima. Sisäisessä monologissa ei ole mahdollista saada suuria oivalluksia, koska siinä ei olla yhteydessä omaan heikkouteen ja keskeneräisyyteen. Ajattelen, että sisäisellä dialogilla ja monologilla on taipumus aina sekoittua. Koska taipumus omavoimaisuuteen on meissä ihmisissä olemassa sitkeästi, monologi tuntuu yleensä helpommalta ja dialogi kääntyy monesti monologiksi ikään kuin huomaamattakin.

Sisäisessä dialogissa on mahdollista kohdata esimerkiksi se totuus, että olen toiminut jossakin tilanteessa omasta tietämisen tai pätemisen pakostani käsin. Tämä taas voi kertoa esimerkiksi siitä, että pohjimmaiset motiivini ovat kummunneet omasta riittämättömyyden tunteesta, olen hakenut olemassaolon oikeutusta tietämisellä ja osaamisella. Ajattelen, että tähän tutkimukseen valikoidun näkökulman mukaisesti reflektio edellyttää työntekijältä kykyä asettua dialogiin oman syvyytensä kanssa. Kukaan ei voi päästä pysyvään tilaan, jossa kaikki päätökset ja tekemiset voisi tehdä jatkuvasti yhteydessä omaan syvyyteen ja rehellisyyteen. Nöyryydestä käsin tässä voi kuitenkin kasvaa. Mielestäni selvää on, että omalla psykoterapialla, työnohjauksella ja kouluttautumisella on merkittävä osuus tämän herkkyyden löytymisen ja sen ylläpitämisen kannalta. Työnohjaus ja psykoterapia ovat yhteydessä myös teoretiedon omaksumiseen, koska ne lisäävät itseymmärrystä. Ihmisen mieltä koskevan teoretiedon sisäistäminen vaatii hyvää itsetuntemusta, koska vaativien teoreettisten kokonaisuuksien ja käsitteiden sisäistäminen edellyttää niiden liittämistä jollakin tavalla osaksi henkilökohtaista kokemushistoriaa. Kun pysyy yhteydessä omaan syvyyteensä ja herkkyyteensä, löytyy myös todellinen identiteetti, myös ammatillisessa mielessä. Edellä kertomastani ammattilaisesta tämä huokui; hän kykeni ihailtavasti luopumaan omavoimaisuudestaan olemaan rehellinen itselleen ja muille.

## LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

COLLING, Joyce 2003. Demystifying the clinical nursing research process: the literature review. [verkkojulkaisu]. PubMed Journals. [Viitattu 2016-05-12.] Saatavissa: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?sid=9e647b3e-2ba4-4b4b-92e6-703ee0eac350%40sessionmgr4010&vid=1&hid=4101>

GREEN, Bart N, JOHNSON, Claire D ja ALAN, Adams 2006. Writing Narrative Literature Reviews for Peer Reviewed Journals. Secrets of the Trade. [Verkkojulkaisu]. ResearchGate.net [Viitattu 2016-11-11.] Saatavissa: [https://www.researchgate.net/publication/26736093\\_Writing\\_Narrative\\_Literature\\_Reviews\\_for\\_Peer-Reviewed\\_Journals\\_Secrets\\_of\\_the\\_Trade](https://www.researchgate.net/publication/26736093_Writing_Narrative_Literature_Reviews_for_Peer-Reviewed_Journals_Secrets_of_the_Trade)

GRANT, Maria, BOOTH, Andrew 2009. A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies [verkkojulkaisu]. Wiley Online Library. [Viitattu 2016-12-10.] Saatavissa: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1471-1842.2009.00848.x/full>

HIRSIJÄRVI, Sirkka, REMES, Pirkko ja SAJAVAARA, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

IKONEN, Pentti 1991. Näkökohtia mielenrauhasta. Julkaisussa: HÄGGLUND, Tor-Björn ja NUMMIKKO-PELKONEN, Armi (toim.) Psykoanalyysin luovuus. Oulu: Psykoterapiasäätiö Monasteri, 49–60.

KANANEN, Jorma 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

KANGASNIEMI, Mari, UTRIAINEN, Kati, AHONEN, Sanna-Mari, PIETILÄ, Anna-Maija, JÄÄSKELÄINEN, Petri, LIIKANEN, Eeva 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 4/2013, 291–301.

KARVINEN-NIINIKOSKI, Synnöve, RANTALAIHO, Ulla-Maija, SALONEN, Jari 2007. Työnohjaus sosiaalityössä. Helsinki: Edita Prima Oy.

KIVINIEMI, Liisa, LÄKSY, Marja-Liisa, MATINLAURI, Timo, NEVALAINEN, Kaija, RUOTSALAINEN, Kari, SEPPÄNEN, Ulla-Maija, VUOKILA-OIKKONEN, Päivi 2014. Minä mielenterveytystyön tekijänä. Helsinki: Edita.

KLEMELÄ, Esko, MÄLKÖNEN, Kristiina, SAMMALLAHTI, Pirkko 2011. Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Jyväskylä: Therapie-säätiö.

KLEMELÄ, Esko 2011. Transferenssi ja vastatransferenssi. Julkaisussa: KLEMELÄ, Esko, MÄLKÖNEN, Kristiina, SAMMALLAHTI, Pirkko (toim.) Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Jyväskylä: Therapie-säätiö, 81–178.

KUHANEN, Carita, OITTINEN, Pirkko, KANERVA, Anne, SEURI, Tarja, SCHUBERT, Carla 2010. Mielenterveys hoitotyö. Helsinki: WSOYpro Oy.

LAMMI-TASKULA, Johanna 2011. Sosiaali- ja terveydenhuollon perusteet. Helsinki: WSOYpro Oy.

LATOMAA, Timo 2000. Psykologinen ymmärtäminen; Psykodynaamisen metapsykologisen ja näyttämöllisen ymmärtämisen perusteet. Oulu; Oulun yliopisto, Oulun kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja. [Viitattu 2016-11-11.] Saatavissa: <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9514256417.pdf>



- LINDBERG, Marko ja MUSTONEN, Kati 2015. Transferenssista ja vastatransferenssista. Julkaisussa: LOUHERANTA, Olavi, LINDBERG, Marko, LOUHERANTA, Olavi, MUSTONEN, Kati, SALO, Olli ja STENIUS Jaakko. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Duodecim, 45–55.
- LINDBERG, Marko, STENIUS, Jaakko ja SALO, Olli 2015. Psykoanalyttinen viitekehys hoitosuhteen tukena. Julkaisussa: LOUHERANTA, Olavi, LINDBERG, Marko, LOUHERANTA, Olavi, MUSTONEN, Kati, SALO, Olli ja STENIUS Jaakko. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Duodecim, 12–23.
- LINDFORS, Kristiina 2016. Lindberg ym., Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Psykoterapia 3/2016, 210–211.
- LOUHERANTA, Olavi 2015. Työnohjaus-hoitosuhteen ja hoitajan apuväline. Julkaisussa: LOUHERANTA, Olavi, LINDBERG, Marko, LOUHERANTA, Olavi, MUSTONEN, Kati, SALO, Olli ja STENIUS Jaakko. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Duodecim, 126–133.
- LUOSTARINEN, Salme 2008. Transferenssi ja terapeutin emotionaaliset reaktiot. Julkaisussa: ANTIKAINEN, Risto ja RANTA, Mauri (toim.) Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Helsinki: Hakapaino Oy, 39–69.
- MÄKINEN, Päivi, RAATIKAINEN, Eija, RAHIKKA, Anne, SAARNIO, Tuula 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.
- MÄKISALO-ROPPONEN, Merja 2012. Vuorovaikutustaidot sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Tammi.
- MÄLKÖNEN, Kristiina 2011. Tulkinta ja sitä edistävät tekijät. Julkaisussa: KLEMELÄ, Esko, MÄLKÖNEN, Kristiina, SAMMALLAHTI, Pirkko (toim.) terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Jyväskylä: Therapie-säätiö, 179–222.
- MÖNKKÖNEN, Kaarina 2007. Vuorovaikutus. Dialoginen asiakastyö. Helsinki: Edita.
- NARUMO, Reija 2006. Voiko kuntoutumista ohjata? Ohjaava ote mielenterveystyössä. Pori: Kehitys Oy.
- OJANEN, Sinikka 2006. Ohjauksesta oivallukseen. Ohjausteorian käsittelyä. Helsinki: Yliopistopaino.
- OKSANEN, Jukka 2009. Terapeuttinen allianssi sosiaaliterapeutin työssä. Helsinki: A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 55.
- PYLKKÄNEN, Leena 2011. Psykoanalyttisen psykoterapian aloittaminen: psykoanalyttisen asetelman luomisprosessi. Julkaisussa: KLEMELÄ, Esko, MÄLKÖNEN, Kristiina, SAMMALLAHTI, Pirkko (toim.) Terapeutin huoneessa, kirjoituksia psykoanalyttisesta menetelmästä. Jyväskylä: Therapie-säätiö, 42–80.
- ROSTILA, Ilmari 2001. Tavoitelähtöinen sosiaalityö. Voimavarakeskeisen ongelmanratkaisun perusteet. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.
- SALMINEN, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto. [Viitattu 2016-11-11.] Saatavissa: [http://www.uva.fi/material/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](http://www.uva.fi/material/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf)
- SALO, Olli, LINDBERG, Marko ja STENIUS, Jaakko 2015. Psykkinen trauma. Julkaisussa: LINDBERG, Marko, LOUHERANTA, Olavi, MUSTONEN, Kati, SALO, Olli ja STENIUS Jaakko. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Duodecim, 56–64.
- SAVONIA s.a. SS14S Sosionomi tutkinto-ohjelma. Osaamistavoitteet [Verkkodokumentti]. Savonia-ammattikorkeakoulu. [Viitattu 2016-12-07.] Saatavissa: <http://portal.savonia.fi/amk/fi/opiskelijalle/opetus suunnitelmat?yks=IS&krtid=786&tab=2>
- TAMMINEN, Tapani, PYLKKÄNEN, RECHARDT, Merja, SAARINEN, Päivi ja TAAJAMAA, Bruno 2010. Psykoterapiat. Hämeenlinna: Recallmed Oy.

TUOHIMAA, Anne 2008. Dynaaminen psykoterapia ja psyykinen työ. Julkaisussa: ANTIKAINEN, Risto ja RANTA, Mauri (toim.) Kohti vastavuoroisuutta. Psykoterapeuttinen hoitosuhde. Helsinki: Hakapaino Oy, 89–104.

TÄHKÄ, Veikko 2001. Mielen rakentuminen ja psykoanalyttinen hoitaminen. Juva: WSOY.

VALKONEN, Harri 2016. Psykoterapeutin haitallisten reaktioiden tunnistaminen ja säätely terapisuhteessa. Julkaisussa: TURPEINEN, Päivi ja NURMENTO, Riikka (toim.) Terapisuhteessa olemisen taito. EDITA, 64–83.

VILÉN, Marika, LEPPÄMÄKI, Päivi ja EKSTRÖM, Leena 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY.