

# *”Matkoista pisin on matka omaan itseen.”*

-tuntematon-

Individuaatio-prosessi, yksilöityminen, kuvaa sitä matkaa, joka ihmisellä on käytävänä löytääkseen oman ainutkertaisuutensa ja voidakseen olla vastuullisena tekijänä, päähenkilönä oman elämänsä näytelmässä. Yksilöityminen on hidas prosessi, jossa keskeinen osa on surutyöllä, sisäisen ja ulkoisen todellisuuden uudelleen työstämisellä, muutokseen suostumisella. Tässä nostan esiin joitakin keskeisiä asioita, jotka surutyössä edistävät individuaatio prosessia.

Kun puhutaan surusta, puhutaan samalla elämän ja kuoleman liitosta, vihasta ja rakkaudesta. Suru koskettaa kaikkea elämää ollen läsnä kaikessa kasvussa ja kehityksessä. Ihminen ei voi kasvaa eikä kehittyä ilman muutosta itsessä, ja muutosta ei voi tapahtua ilman, että jostakin aikaisemmasta luovutaan. Jokaiseen luopumiseen liittyy menetyksen kokemusta, ja tämän tunteen työstämistä kutsun surutyöksi. Jokaisella on oma suruprosessinsa työstettävänä, vaikkei ole kokenutkaan varsinaisia läheisten menetyksiä kuoleman kautta. Surutyö on mielestäni terapian keskiö, ollen mahdollisuus kestävään muutokseen ja korjaamiseen.

Kleinilainen ajattelumalli ohjaa ymmärtämään, että yksilöitymisprosessi on elämänmittainen tehtävä, ollen kivuliaisuudestaan huolimatta myös pohjana elämänilon, nautinnon ja onnellisuuden kokemisessa. Jotta voisi kokea elämän ja rakkauden syvyyttä, se edellyttää kuoleman todellisuuden tunnustamista ja kohtaamista, suostumista kokemaan ja työstämään sisäistä todellisuutta rationaalisen kokemisen alla. Vaikka elää voi vain tätä hetkeä, nyt, on paradoksaalista, että nykyihminen enää harvoin uskaltautuu kohtaamaan tässä ja nyt olemista: kiireen taakse suojautuen juostaan tulevaisuuskuvien perässä tai menneisyyttä paeten. Tässä kirjoitelmassa olen halunnut kuvata surutyön kokemustodellisuutta, jossa menneisyys, nykyisyys ja tulevaisuus ovat yhtäaikaaisesti tunteiden ja ehkä myös toiminnan ohjaimina.

*” Seitsemän merta kavalaa,  
seitsemän pimeää majakkaa,  
Tämä tuntematon mentävä on ,  
sielua piinaa, ikävä loputon!  
Kauriin kääntöpiirin taa,  
kohti viimeistä rantaa,  
vuorovedet miestä kuljettaa  
ja kivussa kantaa,  
Oi, Aurora, kaikkiko katoaa?  
Oi, Aurora,  
etkä jättäisi vähän valoa?”*

Mikko Kuustonen

## KLEINILAINEN TEORIAVIITEKEHYS

Melanie Kleinin mukaan jo vastasyntyneellä lapsella on mielen toimintaa tiedostamattomina fantasioina. Vauva muodostaa objektisuhteen välittömästi syntymässä fantasiasuhteena äidin rintaan, ja myöhemmin äitiin kokonaisuudessaan. Lapsella on sisäinen tiedostamaton tietoisuus äidistä, johon hän myötäsyttyisesti suuntautuu. (Sitolahti 2000)

Klein kiinnitti huomionsa ensisijaisesta yksilön omien yllykkeiden, emootioiden ja fantasioiden tuotteeseen, ns. ”sisäiseen maailmaan”. Tiedostamattomat fantasiat Kleinin mukaan ovat kaiken psykologisen toiminnan taustalla vaikuttava tekijä läpi elämän niin normaaleilla kuin neuroottisillakin henkilöillä. Ne ikään kuin läpituokevat ja antavat merkityksen kaikille yksilön ulkoista maailmaa koskeville havainnoille ja tulkinnoille niistä. Fantasiat rakentuvat sisäisistä objekteista, jotka ovat subjektin primitiivinen kokemus objektista sisällä. Hyvät sisäiset objektit edustavat libidoa, ja pahat, vaaralliset kuoleman viettiä. Sisäiset objektit eivät ole pysyviä, vaan ne muokkaantuvat koko ajan viettien vaikutuksessa ja vuorovaikutuksessa ulkoisten objektien kanssa ja tulevat kehityksen edetessä normaalisti yhä enemmän ulkoista todellisuutta vastaaviksi. (emt.)

Klein kuvaa kehityksen etenevän paranoidis-skitsoidisinä ja depressiivisinä positioina. Nämä tilat edustavat eriasteista egon integraatiota ja eroavat toisistaan ahdistuksen luonteen, objektisuhteiden sisällön ja defenssien suhteen. Ahdistus, symbolismi ja fantasia ovat kiinteässä yhteistyössä keskenään ja vaikuttavat toisiinsa ollen toinen toisensa tuote. Ego käyttää puolustusmekanismeja suojakeinoina ylenmääräistä ahdistusta vastaan. Klein piti ahdistuksen tunnistamista hyvin tärkeänä ja näki, miten sen lievittäminen vapauttaa psyykkisiä voimavaroja ja edistää kasvua. (emt.)

**Paranoidis-skitsoidisessa positiossa** ahdistus on pääosin vainoahdistusta. Tällöin käytetyt puolustusmekanismit ovat splittaus, idealisointi, omnipotenssi, kieltäminen, introjektio, projektio, sekä projektiivinen identifikaatio. (Klein 1952)

Suotuisissa olosuhteissa normaali imeväinen viettää suurimman osan ajastaan nukkuen, syöden, kokien todellisia ja hallusinatorisia nautintoja ja sulauttaen itseensä ideaaliobjektiaan ja integroiden egoaan. Mutta kaikilla imeväisillä on myös ahdistuskausia, ja juuri paranoidis-skitsoidisen position ytimenä olevat ahdistukset ja defenssit ovat normaali osa ihmisen kehitystä. Myös mitä normaaleimman yksilön kohdalla tulee joitakin tilanteita, jotka herättävät varhaisimmat ahdistukset ja käynnistävät varhaisimmat puolustusmekanismit. Hyvin integroituneessakin persoonallisuudessa ovat mukana kaikki kehityksen vaiheet, ja tietyt egon saavutukset paranoidis-skitsoidisessa positiossa ovat itse asiassa hyvin tärkeitä myöhemmälle kehitykselle, jolle ne luovat pohjan. (Segal 1994)

Vastasyntyneen varhainen ego on hauras, ja siltä puuttuu koossapysyvyys. Se pyrkii vaihtelevasti disintegroitumaan ja integroitumaan. Pyrkimystä disintegroitaatioon Klein pitää kuolemanvietin aikaansaamana. Varhaisen egon tärkeää toimintaa onkin käsitellä disintegroitumisen uhkaa, estää hajoamistaan palasiksi, annihiloitumista. Vainoavat ahdistukset saavat alkunsa synnytykseen liittyvistä kokemuksista ja

sopeutumisvaatimuksista tuolloin. Vauva yrittää hallita ahdistustaan halkomalla sisäiset ja ulkoiset objektit, tunteet ja egon hyviin ja pahoihin. Vauva yrittää sisäistää hyvät ja kieltää ja työntää pahat selfin ulkopuolelle, äitiin. Jos äiti ottaa vastaan ja kannettavakseen (contain) sen, minkä vauva häneen sijoittaa, hän ei ole enää vauvan mielessä erillinen, vaan osa vauvaa, tämän paha self. (Klein 1946)

Vauva mieltää hyvänä objektina kaiken hoivan, lohdutuksen ja ennen kaikkea ensimmäisen imetyksen (syöttämisen) synnytyksen jälkeen. Ensimmäisestä syöttämiskokemuksesta alkaen vauva sisäistää rintaa monin tavoin. Tällöin libido projisoidaan pyrkimyksenä luoda ideaaliobjekti, joka tyydyttää egon vaistomaisen pyrkimyksen elämän säilyttämiseen. Näin ollen egolla on jo varhain suhde kahteen objektiin: ideaalirintaan ja vainoavaan rintaan. Samanaikaisesti tapahtuva introjektio ja projektio myötävaikuttavat sisäisiin ja ulkoisiin objektimielikuviiin. Mielikuva ideaaliobjektista sekoittuu ja saa vahvistusta palkitsevista rakkauden ja ruokkimisen kokemuksista, jotka tulevat todelliselta ulkoiselta äidiltä. Vainoamismielikuva puolestaan sekoittuu todellisen vailla olon ja kivun kokemuksiin, jotka lapsi laskee vainoavien objektien tiliin. Tyydytyskokemus täyttää mukavuuden, rakkauden ja ravitsemuksen tarvetta, mutta sitä tarvitaan myös pitämään kauhistuttava vainoaminen aloillaan. Vailla olo on tyydytyksen puutetta, mutta koetaan myös tuhotuksi tulemisen uhkana vainoajien taholta. Vastasyntynyt pyrkii pitämään sisällään elämää antavana ja suojaavana kokemansa ideaaliobjektin ja samastumaan siihen, sekä sulkemaan ulos pahan objektin ja ne osat itsestä, jotka sisältävät kuoleman vietin. Suurin ahdistus paranoidis-skitsoidisessa positiossa perustuu pelkoon, että vainoavat objektit tunkeutuvat egon sisään ja pääsevät valloilleen, tuhoten sekä ideaaliobjektin että itsen. (Segal 1994)

Jakamisessa hyvään ja pahaan lapsi järjestää emotionaalisista ja sensorisista vaikutelmista koostuvaa maailmaansa. Näin hän saa kyvyn erotella, kiinnittää huomiota ja viilentää tunteita esimerkiksi älyllisen päätelmän tekemistä varten. Lohkominen on myös perusta myöhemmän vaiheen torjunnalle. Splittaukseen liittyy vainoahdistus ja idealisaatio, jotka tietenkin vääristävät arvostelukykyä, mikäli säilyvät alkuperäisessä muodossaan aikuisuuteen, mutta jonkinasteinen vainoahdistus on edellytys kyvylle tunnistaa, ottaa tosissaan ja reagoida tilanteissa, joissa ulkoinen vaara uhkaa. Idealisaatio on perusta uskalle objektien ja myös itsen hyvyyteen, ja se on hyvien objektisuhteiden edelläkävijä. Suhde hyvään objektiin sisältää tavallisesti jonkinasteisen idealisaation, vaikuttaen monissa tilanteissa, kuten rakastumisessa, kauneuden arvostamisessa, sosiaalisten ja poliittisten ihanteiden muodostamisessa – eli tilanteissa, jotka lisäävät rikkautta ja vaihtelevuutta elämäämme. Myös projektiivisessä identifikaatiossa on arvokkaita puolia. Ensinnäkin se on varhaisin empatian muoto; juuri projektiiviselle ja samoin introjektiiviselle identifikaatiolle perustuu kyky ”asettua toisen asemaan”. Projektiivinen identifikaatio myös antaa pohjan symbolin muodostukselle. (emt.)

Myös pyrkimys integraatioon on olemassa alusta alkaen, ja koko kehityksen ajan imeväinen kokee enemmän tai vähemmän täydellisiä integraation hetkiä. Kun integratiiviset prosessit tulevat pysyvämmiksi ja jatkuvammiksi, syntyy uusi kehitysvaihe, depressiivinen positio. Tälle on kuitenkin edellytyksenä, että hyvät kokemukset ovat hallitsevassa asemassa pahoihin nähden. (Klein 1946)

Termi **depressiivinen positio** kuvaa vauvan kokemia depressiivisiä tunteita, jotka saavuttavat kliimaksinsa vieroituksessa (imetyksen päättyessä); juuri ennen, sen aikana ja sen jälkeen. Vastasyntyneen tunne-elämässä on vuolasta vaihtelua rakkauden ja vihan välillä, sisäisen ja ulkoisen välillä, realiteetin havaitsemisen ja fantasian välillä, sekä vuorovaikutus vainoavan ahdistuksen ja idealisaation välillä. Projektiivisten prosessien väheneminen ja egon lisääntyvä kapasiteetti yhdistää ja integroida rakkautta ja vihaa, hyvää ja pahaa yhteen objektiin, mahdollistaa havaita ja sisäistää äiti kokonaisobjektina. (Klein 1928, 1936)

Havaitessaan äidin kokonaisobjektina imeväinen pystyy paremmin muistamaan hänet - toisin sanoen muistamaan aikaisemmat tyydytyskokemukset aikoina, jolloin tuntuu, että äiti on hylännyt hänet, ja aikaisemmat vailla olo kokemuksensa sellaisina aikoina, joina äiti tyydyttää hänen tarpeensa. Tajutessaan sekä rakastavansa että vihaavansa äitiä, lapsi törmää konfliktiin, joka liittyy hänen omaan ambivalenssiinsa. Kun lapsi pystyy muistamaan ja säilyttämään rakkauden hyvää objektia kohtaan jopa vihatessaan sitä, hän alkaa tuntee surua ja ikävää hyvää objektia kohtaan, jonka se tuntee menettäneensä ja tuhonneensa. Objekti, jota kaivataan ja surraan on äidin rinta ja kaikki mitä rinta ja maito on edustanut lapsen mielessä; rakkaus, hyvyys ja turvallisuus. Myös syyllisyys nousee tunteesta, että on menettänyt hyvän objektin oman kontrolloimattoman ahneutensa, destruktiivisten fantasioidensa ja äidin rintaa vastaan kohdistuneiden impulssiensa vuoksi. Ambivalenssinsa huippukohtassa lapsi tulee alttiiksi depressiiviselle epätoivolle pelätessään omien aggressioiden tuhoavan hyvät ulkoiset ja niiden myötä hyvät sisäiset objektit. (Klein 1952)

Kokonaisen rakkausobjektin introjektio aiheuttaa huolen ja surun rakastetun objektin menetyksestä tai tuhoutumisesta (idin ja pahojen objektien toimesta) ja herää pyrkimys ja kaipaus saada se takaisin. Suru ja huoli hyvän objektin menetyksestä on Kleinin kokemuksen mukaan syvin alkulähde oidipaalivaiheen kivuliaassa konfliktissa ja lapsen ihmissuhteissa yleensäkin. Kun tietoisuus omista ristiriitaisista tunteista suhteessa molempia vanhempia kohtaan vahvistuu, pelko heidän menettämistään lisää tarvetta omistaa objekti ja suojata sitä omalta destruktiivisuudelta. Tämä johtaa oidipaalisten halujen torjuntaan ja niistä luopumiseen sekä pyrkimykseen saada aikaan hyvä liitto vanhempien välille. (Klein 1940)

Kleinin mukaan oidipaaliset yllykkeet vapautuvat vauvan kokiessa frustroitumista imetyksessä (oraali-frustraatio), ja saavat ilmiänsä ensimmäisen ikävuoden lopulla ja toisen ikävuoden alussa. Ne voimistuvat siisteyskasvatuksen yhteydessä (anaali-frustraatio) ja saavuttavat huippukohtansa perinteisesti tutussa neljän vuoden iässä (sukupuolten välisten eroavuuksien havaitseminen). Alussa oidipaalivaihe on oraalisten impulssien, sadismin ja pelon dominoimaa. (Klein 1928)

Alkukantaisin fantasia oidipaali tilanteesta on tiedostamaton fantasia vanhempien yhdistyneestä hahmosta. Se saa alkunsa voimakkaasta kateudesta assosioituna pettymykseen oraalisessa tyydytyksessä. Lapsen pettymyksen tunne moninkertaistuu hänen kuvitellessa toisen (isän) saavan itselleen kaiken sen tyydytyksen ja rakkauden, josta lapsi kokee olevansa paitsi. Varhainen kantanäky piiryy lapsen mielikuviin haluttavana, vihattavana, pelottavana, ahdistavana, kadehdittavana ja separaatioprosessin edistyessä mustasukkaisuutta aiheuttavana tapahtumana. Lapsen sadistiset, kateelliset, tuhoavat yllykkeet projisoituna vanhempiin (ja sisaruksiin)

värittävät yhdistyneet vanhemmat käsittävän fantasiahahmon. Vanhemmat muuttuvat sisäistettyinä objekteina uhkaaviksi, kostaviksi ja ahdistaviksi. ( Sitolahti 2000 )

Syällisyydentunteen herääminen oraalis-anaalis-sadistisessa vaiheessa on seurausta oidipaalisien rakkausobjektin introjektioista. Oidipaaliset toiveet assosioituvat alkavaan kastaatiopelkoon ja syällisyyden tunteeseen. Syällisyydentunne on introjektion tulosta ja on yliminän muodostumisen tuote. Varhaisessa vaiheessa yliminä voi olla hyvin julma, mutta ei kuitenkaan vastaa todellisten vanhempien asenteita ja käyttäytymistä, vaan perustuu lapsen omaan sadismiin, hänen aggressiivisiin, oraalis-anaalisesti värittyneihin yllykkeisiinsä. Lapsi itse haluaa tuhota libidinaalisen objektin puremalla ja ahmimalla sitä, mikä johtaa ahdistukseen, joka oidipaalivaiheessa koetaan introjisoidun rakkausobjektin aiheuttamana rangaistuksena. Näin superegosta tulee pureva ja ahmiva. Oraalis-anaaliset frustraatiot ovat kaiken myöhemmän frustraation alkumuotoja. Koska egon integraatio on vielä hyvin keskeneräinen ja lapsella ei ole verbaalista kykyä selventää ahdistavia tunteita, on syällisyydentunteen käsitteleminen mahdotonta. ( emt.)

Ahdistukset, jotka liittyvät ambivalenssiin ja syällisyyteen sekä uudelleen depressiivisiä kokemuksia herättäviin menetystilanteisiin, ovat kuitenkin aina mukana. Hyvät ulkoiset objektit aikuisen elämässä symbolisoivat aina ensimmäistä hyvää objektia – sisäistä ja ulkoista – ja sisältävät sen eri puolia. Niinpä mikä tahansa menetys myöhemmässä elämässä herättää eloon hyvän sisäisen objektin menettämiseen liittyvän ahdistuksen, ja tämän ahdistuksen kanssa kaikki alun perin depressiivisessä positiossa koetut ahdistukset. Jos imeväinen on kyennyt vakiinnuttamaan hyvän sisäisen objektin suhteellisen varmasti depressiivisessä positiossa, depressiivisen ahdistuksen tilanteet eivät johda sairauteen, vaan hedelmälliseen työstämiseen, joka johtaa edelleen rikastumiseen ja luovuuteen. Jos depressiivistä positiota ei ole työstetty riittävästi ja jos usko egon rakkauteen ja luovuuteen ja sen kykyyn saavuttaa takaisin hyviä objekteja sisäisesti ja ulkoisesti ei ole lujasti vakiintunut, kehitys on paljon vähemmän suotuisa. Tällöin jatkuva ahdistus hyvien sisäisten tilanteiden totaalista menettämisestä seuraa egon kintereillä, ego köyhtyy ja heikkenee, sen suhde todellisuuteen voi olla ohut, ja jatkuva psykoosiin taantumisen pelko ja joskus sen todellinen uhka ovat läsnä. (Segal 1994)

Klein pitää depressiivistä positiota lapsen kehityksen keskeisimpänä kohtana mielen organisoitumisen ja integroitumisen kannalta. Kaikki emotionaalinen, älyllinen ja fyysinen kehitys perustuu depressiivisen position työstämiseen. Tällöin yksilö saa kyvyn erottaa sisäisen ja ulkoisen maailman toisistaan, hän tulee tietoiseksi omasta itsestään, fantasiaistaan ja ennen kaikkea myös omien tunteittensa ristiriitaisuudesta. Tyydyttävä suhde ihmisiin riippuu hänen onnistuneesta taistelusta sisäistä kaaosta vastaan depressiivisessä positiossa ja turvallisesta hyvien sisäisten objektien vahvistumisesta. Koko suhde objekteihin muuttuu, kun depressiivinen positio asteittain työskennellään läpi. Lapsi saa kyvyn huomioda, rakastaa ja kunnioittaa ihmisiä erillisinä yksilöinä, joita voi myös vahingoittaa, ja jotka voivat vahingoittaa. Hän tulee kykeneväksi myöntämään impulssinsa, tuntemaan vastuunsa niistä sekä sietämään syällisyyttä. Kun imeväinen tulee täydemmin tietoiseksi omista impulsseistaan, joko hyvistä tai pahoista, ne tuntuvat hänestä omnipotenteilta. Hänen huolensa objektistaan saa hänet seuraamaan tarkasti omien impulssiensa ja toimien vaikutusta siihen, ja hän vähitellen testaa omien impulssiensa voimaa ja objektinsa joustavuutta. Uusi kyky tuntea huolta objekteistaan auttaa häntä oppimaan vähitellen

impulssiensa kontrolloimista : hänen halunsa säilyttää objektinsa johtaa hänet sublimoimaan impulssejaan, kun ne tuntuvat destruktiivisilta. Suotuisissa olosuhteissa äidin paluu poissaolonsa jälkeen, hänen hoivansa ja huolenpitonsa, vähitellen lieventävät lapsen uskoa destruktiivisten impulssiensa kaikkivoipuuteen. Hänen maagisen korjaamisyrityksensä epäonnistuminen niinkään vähentää hänen uskoaan hänen rakkautensa kaikkivoipuuteen. Asteittain hän löytää sekä vihansa että rakkautensa rajat.

Kun depressiivisiä ahdistuksia kyetään käsittelemään panemalla liikkeelle korjaamiseen tähtääviä toiveita, ne johtavat egon kasvun jatkumiseen. Tällöin sisäinen todellisuus alkaa yhä enemmän olla ulkoista todellisuutta vastaava, luottamus sekä sisäisen että ulkoisen hyvän objektin rakkauteen mahdollistaa tasapainon ja mielenrauhan säilyttämisen kaikissa tilanteissa. Depression ratkaiseminen korjaamisen avulla on kuitenkin hidaskas prosessi. Kestää pitkän ajan ennen kuin ego saa riittävästi voimaa tunteakseen luottamusta kykyihinsä korjata. Usein tuska voidaan voittaa vain maanisilla puolustusmekanismeilla, jotka suojaavat egoa äärimmäiseltä epätoivotta. (Klein 1940)

## **SURUTYÖ**

Melanie Kleinin mukaan jokainen menetys aikuisena (esimerkiksi rakastetun objektin menetys) on kokemuksellisesti hyvän sisäisen objektin menetys, ja tällöin syntyy uhka pahojen objektien valtaan pääsystä. Menetetty (ihminen) liitetään itseän uudelleen ja asetetaan jälleen sisäistetyksi hyväksi objektiksi, rakastetuksi vanhemmiksi, jotka olivat osa hänen sisäistä maailmaansa kehityksen alkuaikojista saakka. Näiden koetaan tulleen tuhoetuksi jokaisen myöhemmän menetyksen yhteydessä. Varhainen depressiivinen positio, sen ahdistukset, syyllisyys ja menetyksen tunteet johtavat imetysvaiheeseen ja oidipaalivaiheeseen, ja edelleen paranoidiseen vainoahdistukseen. Kaikki nämä varhaiset kehitysvaiheet ovat uudelleen aktivoituneina syvässä mielessä aina jokaisessa menetyksessä. (Klein 1940)

Varhaisten defenssien läpityöskentely siten, että kehitystä jarruttavista suojautumista voidaan luopua on osa sitä surutyötä, joka on välttämätöntä ajattelun ja kokemuksellisen todellisuuden muuttumiseksi joustavammaksi ja yksilöllisen hyvinvoinnin kokemuksen lisääntymiseksi. Kaikki kipu, mikä syntyy epäonnekkaista elämäkokemuksista, mikä niiden alkuperä onkaan, on jollain tavoin tekemisissä surutyön kanssa. Kohdattaessa ja voitettaessa millainen vastoinkäyminen tahansa, se aktivoi imeväisen depressiivisen position, ja tuo mukanaan ja tekee välttämättömäksi samankaltaisen henkisen työn kuin surutyössä, kirjoittaa Klein.

### **Surutyön vaikutus ajatteluun**

Depressiivisessä positiossa kehittyvät kytkemis- ja abstrahointikyvyt muodostaen perustan sellaiselle ajattelulle, jota odotamme kypsältä egolta vastakohtana liitännöistään irralliselle ja konkreettiselle ajattelulle, joka on ominaista paranoidis- skitoidiselle positiolle. Kun imeväinen käy läpi toistuvia suremis-, korjaamis-, menetys- ja takaisinsaamisprosesseja, hänen egonsa rikastuu niistä objekteista, jotka hänen täytyy luoda uudelleen sisällään ja joista tulee osa häntä. Kapasiteetti kokea menetystä ja toive luoda objekti uudelleen antaa yksilölle vapauden symboleiden käytössä. Depressiivisessä positiossa tunne on, että rinta on tuhattu egon toimesta, ja

voidaan myös luoda uudelleen egon toimesta, egon oman luovuuden uutena tuotteena. (Segal 1991)

Depressiivisen position kehityksellisenä seuraamuksena on kyky oivaltaa, tunnistaa, muistaa, ja ennakoita tapahtumia. Tämä laajentaa tietoisuutta ja tietoa, mutta myös sekoittaa olemassa olevaa psyykkistä maailmaa. Hyvän ja pahan tunnistaminen samassa objektissa johtaa työstämään varhaisia ahdistuksia, kun tietämättömyys ja viattomuus katoaa. Jos integraatio depressiivisessä positiossa epäonnistuu, yksilö ei voi täysin edetä kehityksessään käyttämään symbolinmuodostusta eikä rationaalista ajattelua. Tällöin yksilö voi alkaa toiminaan pakkomielteisesti, toistamispakon alaisena korjatakseen kuviteltu vahinko. Tämä on osoitus siitä, ettei symbolisen kapasiteetin kehitys ole täysin saavutettu tai se on pitkittynyt. Kapasiteetti ymmärtää symbolista kommunikaatiota pohjautuu ensimmäisiin depressiivisen position kokemuksiin. (Klein 1930)

Kyky symbolisaatioon mahdollistaa ahdistuksen vähentämisen ja myös konfliktin ratkaisun. Jos ego depressiivisessä positiossa on riittävän vahva ja kykenevä käsittelemään ahdistusta, myös aikaisemmassa vaiheessa ratkaisematta jääneiden konfliktien ratkaiseminen ja integroituminen egoon on mahdollista symbolisaation avulla, rikastuttaen egoa kaikilla aikaisemilla kokemuksilla. Sana 'symboli' tulee Kreikan termistä tuoda yhteen, yhdistää. Symbolinmuodostus prosessi on jatkuva prosessi tuoda yhteen ja integroida sisäistä ja ulkoista, subjektia ja objektia ja aikaisempia kokemuksia myöhempien kanssa. (Segal 1955).

Symbolin muodostus on egon toimintaa sen käsitellessä ahdistuksia suhteessa objektiin. Tämä tarkoittaa pahojen objektien pelkoa ja hyvän objektin menetyksen tai luokse pääsemättömyyden pelkoa. Symbolisaatio alkaa hyvin varhain, mutta muuttaa luonnettaan ja tehtävänsä egon ja objektin suhteen muuttuessa. Symbolismi on kolmiosainen suhde: 1) symboli, 2) objekti, jota se symboloi, ja 3) henkilö, jolle symboli on objektin symboli. Tämä kolmiosainen suhde ei toimi, silloin kun projektiivinen identifikaatio on valta-asemassa. Symboliset representaatiot tulee mukaan depressiivisen position alkaessa, separaation kokemuksessa, separaatiossa ja menetyksessä. (Segal 1991)

Symbolinen yhtälö (ekvaatio) tarkoittaa sitä, että symboli tällöin koetaan olevan alkuperäinen objekti, ja objektin menetys pyritään kieltämään. Projektiivisen identifikaation tarkoitus on kieltää psyykinen sisäinen realiteetti pääsemällä eroon osasta itseä, ja samanaikaisesti hallita ja kontrolloida objektia. Tämä kuuluu kehityksen alkuvaiheisiin kun konkreettinen symbolismi on voitolla, ja se leimaa surun patologisteksi. Jos kuollutta ihmistä ei voida kokea symbolisesti sisäistetyksi, siten että sisäistetty objekti symboloi menetettyä ihmistä, ei surutyö voi normaalisti edetä. (Segal 1991)

Symbolinen vastaavuus (symbol proper) tarkoittaa sitä, että symbolin koetaan esittävän objektia. Symbolinen vastaavuus on sublimaation käytössä ja edistää egon kehitystä. Se nousee esille, kun depressiiviset tunteet ovat paranoidis-skitsoidisia tunteita voimakkaampia, kun erillisyyttä, ambivalenssiä, syyllisyyttä ja menetystä voidaan kokea ja sietää. Tällöin symbolit tarvitaan objektin menetyksen käsittelyyn, sen hyväksymiseen ja suojaamaan omalta aggressiivisuudelta. Symboli on ikään kuin jouduttamassa objektin menetyksen aiheuttamaa surua. Kyky symbolisaatioon ja

suruun on selvässä yhteydessä keskenään: symbolinmuodostus on menetyksen tulos, se on luova työ, johon kuuluu kipu ja koko surutyö. Symboli muodostetaan surun läpityöskentelyssä. Se esittää objektia, mutta se on objektin luomus ja siten se voi olla vapaasti käytettävissä. Tämä on erilaista kuin konkreettinen symbolin muodostus, joka ei ole koskaan koettu tarpeeksi erillisenä objektista, jotta sitä voisi vapaasti käyttää. Symbolisessa vastaavuudessa symbolia ei käytetä menetyksen kieltämiseen vaan sen käsittelyyn. (Segal 1991)

Symbolin muodostus vaikuttaa määrävästi kommunikaatiokapasiteettiin, sillä kaikki kommunikaatio pohjaa symboleihin. Symboleita tarvitaan sekä kommunikaatiossa ulkoisen todellisuuden kanssa, että sisäisessä kommunikaatiossa. Kun sanotaan jonkun ihmisen olevan hyvin kosketuksissa tiedostamattomaansa, se ei tarkoita, että hänellä olisi tietoisuuden tasolla primitiivejä fantasioita, vaan pikemminkin hänellä on jonkinlainen tietoisuus omista impulsseista ja tunteista, sekä aktiivista kommunikaatiota tiedostamattomien fantasioidensa kanssa. Ja tämä on mahdollista vain symboleiden avulla. Joten ihmisillä, jotka ovat 'hyvin kosketuksissa itseensä' on jatkuvasti vapaata symbolinmuodostusta, josta he ovat tietoisia ja alla olevien primitiivisten fantasioiden symbolinen ilmaisu on kontrolloitua. Kapasiteetti kommunikoida itsensä kanssa symboleiden avulla on perusta verbaaliselle ajattelulle. Tosin kaikki sisäinen kommunikaatio ei ole verbaalista ajattelua, mutta kaikki verbaali ajattelu on sisäistä kommunikaatiota symboleiden merkityksessä – sanoin. Verbalisaatio on yhteydessä container ja contained –suhteeseen. Lapsi kokee elämyksiä, ja äiti sanoo sanoja, jotka tuottavat näitä elämyksiä. Se sisältää ja ilmaisee tarkoitusta. Lapsi voi siten sisäistää tämän sanan tai termin sisältämään tarkoitusta. Kapasiteetti ymmärtää symbolista kommunikaatiota on suoraa seuraamusta ensimmäisistä depressiivisistä tunteista. (Segal 1991 )

## **Realiteettitesta**

Suruprosessissa on keskeistä realiteettitestausten uudelleen työstäminen. Ulkoiseen todellisuuteen luodaan uudelleen yhteyttä, menetystä uudelleen työstetään ja sisäistä todellisuutta, jonka on koettu olevan uhattuna, rakennetaan uudelleen. Kuten lapsi käy läpi depressiivisen position taistellen tiedostamattomassaan vakiinnuttaakseen ja integroidakseen sisäistä maailmaansa, samoin surija käy läpi uudelleen vakiinnuttamisen ja uudelleen integroimisen kivun. Kun menetys tapahtuu, aluksi menetys kielletään. Kun kieltämistä ei kyetä ylläpitämään riittävän voimakkaasti, mutta tuskaa ja surua ei vielä kyetä kohtaamaan, nousee triumfi puolustusmekanismiksi. ”Ei se ole ollenkaan tuskallista menettää poikaansa.. Sehän on jopa tyydyttävää.” Kokemuksiin sekoittuu lohkamista ja triumfia: ”On hyvä olla elossa ja pahaa olla kuollut” . Koetaan narsistista tyydytys omasta ylemmyydestä elävänä, ja triumfi on yhdistynyt sisäistettyjen objektien kontrolloimiseen. Tässä syyllisyyden tunne alkaa nousta. Suru ja epätoivon tunteet alkavat tulla mahdolliseksi kokea. Tällöin alkaa nousta myös halu rakentaa sisäistä todellisuutta uudelleen. Jotkut ihmiset siivoavat kotiaan ja hankkivat uusia huonekaluja suruaikanaan. Nämä toiminnot ovat niiden puolustusmekanismien toistamista, mitä imeväinen käyttää taistelussaan depressiivisessä positiossa. (Klein 1940)

Suruprosessi edellyttää, että luovomme odotuksesta löytää ideaalinen maailma, ja että huomaamme välimatkan pyrkimyksen (hartaan halun) ja odotuksen välillä, eron psyykkisen ja materiaalisen välillä. Klein näkee tämän prosessina toistuvasti odottaa jotakin, ja sitten kuitenkin todeta sen puute. Hän katsoo tämän tarkoittavan, että



luopuminen materiaalisessa todellisuudessa ( läheisen menetys) samanaikaisesti mahdollistaa sen uudelleen asettamista sisäisessä maailmassa ( läheiseen sijoitettujen itsen osien / puolien uudelleen itseen integroiminen). (Klein 1935,1940) . Bionin kielellä esi-ajatus, jota seuraa negatiivinen realisaatio, antaa ajatuksen, mutta vain mikäli yksilö kykenee käsittelemään frustraation, jonka realiteetti tuo, kun yksilö ei saa haluamaansa. Jos frustraatiota ei kyetä sietämään, negatiivinen realisaatio (jonkin puute) koetaan jonkin pahan läsnäolona –’a no-thing’- ja tästä syntyy käsitys, ettei siitä voi selvitä, ja deprivatio voidaan pyrkiä parantamaan poistamalla kyseiset tekijät. (Britton 1998 )

Bion kuvaa ajattelun olevan yhteyksien luomista mielessä, mihin liittyy oidipaalisten jännitteiden ja aggressioiden sietäminen. Hän myös toteaa vauvalla olevan joitakin ennakkokäsityksiä, synnynnäisiä odotuksia siitä, mitä tulisi löytämään havaitsemastaan maailmasta. Ensimmäisinä ennakkokäsitysten joukossa on ennakkokäsitys yhteydestä. Tuon odotuksen toteutuminen (suu/nänni) mahdollistaa mentaalisen toiminnan edelleen muodostaen uusia ’ennakko odotuksia’ (oidipaalist vanhemmat). Yhteyden kokemukset ja sen kaipuu nousee usein esille terapiassa.

Jotkut fantasiat hallitsevat psyykkistä todellisuutta ’totuuden kokemuksena’ ollen Bionin mukaan samalla tavoin merkittäviä suhteessa sisäiseen todellisuuteen kuin realiteetin tunne suhteessa ulkoiseen todellisuuteen. Realiteetin tunne tulee havaintojen yhdistämisestä (kuulo, näkö, kosketus ym.). Samalla tavoin totuuden kokemus tulee erilaisista emotionaalisisista havainnoista suhteessa objektiin. Kun toteamme rakastavamme ja vihaavamme samaa henkilöä, huomaamme olevamme totuudenmukaisia ja suhteen olevan vankka. Jos tämä ambivalenssin tunnistaminen väistetään käyttämällä oidipaalista muotoa, jossa toinen vanhemmista on hyvä ja toinen paha, silloin tämä luotettava tunne ’asian totuudesta’ puuttuu, mikä usein johtaa toistamaan käyttäytymismalleja tarkoituksena välttää realiteetti josta sisäinen vakaus puuttuu. Tämä usein tarkoittaa oidipaali-tilanteen toistamista stereotyyppisesti eri elämän tilanteissa, ja on nähtävissä varsinkin inestien kokeneiden kohdalla. Yksilöitymisprosessin kannalta on tärkeää, että yksilö tulee tietoiseksi niistä itsen splitatuista omnipotenteista destruktiivisista puolista, jotka kontrolloivat psykoottista organisaatiota. Oman destruktiivisuuden kohtaamisen kautta voi uudenlainen kehitys ja kasvu tulla mahdolliseksi, ja suhteissa olo muuttua todellisemmaksi. Totuudellisuus suhteessa itseen ja toisiin lisääntyy. (Britton

## **Dyadista triadiin**

Britton kirjoittaa, että oidipuskompleksin läpityöstämisessä ratkaistaan depressiivistä positiota ja depressiivinen positio tulee ratkaistuksi oidipuskompleksin työstämisessä; molempien työstäminen jatkuu koko elämän ja täytyy aina uudelleen työskennellä jokaisessa uudessa elämäntilanteessa, jokaisessa kehitysvaiheessa ja jokaisen uuden kokemuksellisen tai tiedollisen oppimisen yhteydessä.

Oidipuskompleksi on defenssi oidipaalivaiheen läpityöskentelylle. Oidipaalisessa illuusiassa kielletään erillisyyden realiteetti; vanhempien suhde tiedetään, mutta vanhempien keskinäisen suhteen eroavuutta suhteessa lapseen ei haluta tunnustaa. Kolmas osapuoli aina ’murhaa’ dyadisen suhteen mielessä, ja siten surutyö on välttämätön, jotta triangeli ei enää tarkoittaisi suhteen kuolemaa vaan sen sisällön muutosta. Oidipaali-illuusio suojaa yksilöä sen omilta fantasioilta oidipaali-tilanteessa. (Britton 1998) Siten kantanäkyfantasiasta olisi löydettävä kehityksellinen

ratkaisu edetä oidipaaliseen vaiheeseen ja surutyöhön siinä. Kleinin mielestä sisäisten vanhempien erillään pitäminen johtaa pakonomaiseen takertumiseen joihinkin turvallisina pidettyihin käyttäytymistapoihin ja pakkoneuroottisiin oireisiin. Jotta yksilö voisi löytää oman erillisyyden ja ainutlaatuisuuden omassa yksilöllisyydessään, hänen on suostuttava näkemään vanhempien keskinäinen suhde erillisenä, molemmat vanhemmat erillisinä, joihin itsellä on erilainen suhde. Henkinen vapaus ja kokemus omasta ainutkertaisesta yksilöllisyydestä arvokkaana pohjautuu triangulaariseen suhteeseen oidipaalivaiheessa. Triangulaarisen suhteen kautta lapsi oppii havainnoimaan itseään ja toista ja toisten välisiä suhteita. Sartren sanoin: ”Näen itseni, koska joku toinen näkee minut”.

Igran (1993) mukaan kantanäkyfantasia ei symboloi pelkäämistä seksuaalista toimintaa, vaan laajemmin ajatellen antamista, vastaanottamista, tuhoamista ja luomista. Kyvyttömyys yhdistellä asioita luovalla tavalla estää myös persoonallisuuden integraation ja erillistymisen. Ellei sisäinen pari mielessä pääse yhdistymään, voi kaikenlainen vastaanottaminen vaikeutua. Myös uuden tiedon omaksuminen perustuu vastaanottamiseen. Varhaisen kantanäyn vaiheen kokemukset voivatkin olla myöhemmin nähtävissä vaikeutena oppia. Toisaalta on suuri halu tietää, mutta varhaisen kantanäyn kokemukset voivat värittää tiedon hankkimisen ahdistuksella ja pelolla. Erityisen vaikea voi olla ottaa vastaan toiselta saatua tukea tai myötätuntoa. Antamiseen ja saamiseen liittyvän vuorovaikutuksen puuttuessa sisäinen integraatio pysähtyy. (Hyrck 2001)

Depressiiviseen positioon siirryttyään lapsi myöntää riippuvuutensa äidin antamasta hoidosta, ja hän näkee vanhempansa erillisinä ihmisinä, jotka ovat vuorovaikutuksessa toisiaan rikastuttavalla tavalla. Lapsen on vaikea sietää, että vanhempien suhde on uutta elämää luova, suhteesta voi syntyä lapsi. Jos lapsi sopeutuu tähän realiteettiin, hänen todellisuudentajunsa muissakin suhteissa ja elämäntilanteissa vahvistuu. Toisistaan nauttivien sisäisten vanhempien keskinäisen yhteyden sietäminen on myös kypsän, integroituneen seksuaalisuuden edellytys. Äidin ja isän välinen seksuaalisuus voi saada äidin näyttämään 'inhottavalta' ja siten suhde äitiin tulee katkaistuksi sietämättömän kateuden ja mustasukkaisuuden takia. Tällöin keskeistä olisi päästä osoittamaan, että rakastava ja ruokkiva äiti on sama kuin seksuaalinen äiti. Tällä tarkoitettaneen sitä, että olisi päästävää siirtymään kantanäky tilanteesta kokonaisobjekti suhteeseen, erillisyyden tunnustavaan oidipaaliseen vaiheeseen, ja turvalliseen äitiyden sisäistämiseen, jossa libidinaalisuus ei olisi pelottavan tunkeutuvaa. Kun lapsi voi sisäistää vanhemmat toisistaan nauttivana parina, hän luottaa myös omaan kykyynsä olla hyvässä vuorovaikutuksessa ihmisten kanssa. Vuorovaikutus ulkoisten objektien kanssa on mahdollista löytää vasta sen jälkeen, kun on ensin syntynyt yhteys sisäisten objektien välille. (Hyrck 2001)

### **Suhde riippuvuuteen : suojautumisesta luopuminen**

Klein kuvaa maanisen position olevan suojana sekä paranoidis-skitsoidista että depressiivistä ahdistusta vastaan. Splittaus, idealisaatio, projektiivinen identifikaatio, kieltäminen jne. esiintyvät pitkälle organisoituneina suuntautuen depressiivistä ahdistusta ja syyllisyyttä vastaan.

Depressiivinen positio kytkeytyy yhteen objektiriippuvuuden kanssa. Riippuvuus voidaan jakaa kahteen eri lähteestä nousevaan riippuvuuteen: vihamielisyydestä

nouseva riippuvuus on omistavaa ja toiselta ottavaa, luonteeltaan steriiliä ja destruktiivista riippuvuutta, kun taas rakkaudesta nouseva riippuvuuden tunne on antautuvaa ja korjaamisen palveluksessa. Menetetyn objektin kaipaus sisältää aina riippuvuuden siitä, ja on luonteeltaan korjaamiseen ja objektin suojelemiseen kannustavaa. Maaniset defenssit kohdistuvat kaikkia riippuvuustunteita vastaan, ja nämä tunteet kielletään, ehkäistään tai käännetään päinvastaiseksi. Maaniselle objektisuhteelle on tunnusomaista määräysvallan, voitonriemun (triumfi) ja ylenkatseen kolmiyhteys. Nämä tunteet ovat suorassa defensiivisessä suhteessa depressiivisiin arvostuksen-, riippuvuuden-, menetyksenpelon- ja syyllisyydentunteisiin objektia kohtaan. (Klein 1940)

Määräysvalta on keino kieltää riippuvuus, olla tunnistamatta sitä, ja kuitenkin pakottaa objekti täyttämään riippuvuustarve. Voitonriemu on depressiivisten arvostamis- ja välittämistunteiden kieltämistä. Lapsen halu kilpailla ja kiihkeästi kasvaa aikuiseksi voi johtaa pyrkimykseen kasvaa ulos omasta puutteellisuudesta (voittaa destruktiivisuus ja pahat sisäiset objektit ja kontrolloida niitä). Pyrkimys kääntää vanhempi –lapsi suhde nurin, fantasia olla vahvempi ja kykenevämpi kuin omat vanhemmat, on aina liitettävissä haluun saavuttaa jotakin. Fantisoitu triumfi yli vanhempien herättää kuitenkin syyllisyyden, joka usein romuttaa kaikenlaiset kykenevyysyritykset. Jotkut ihmiset ovat tuomittuja pysymään epäonnistujina, koska onnistuminen aina merkitsee heille nöyryytystä tai jopa jonkun toisen vahingoittumista, erityisesti kun on kysymys triumfista yli vanhempien tai sisarusten. He voivat haluta jotain vahvasti, mutta triumfin merkitys ja sitä seuraava loukkaus toisia kohtaan painaa vaa’assa enemmän yksilön mielessä, ja niin heidän yrityksensä tulee estetyksi. Tästä seuraa, että rakastettu objekti, joka syvällä mielessä on sama kuin se jonka yli triumfi kohdistuu, on jälleen uhattuna, ja silloin syyllisyys ei anna vapautusta. Yksilölle triumfi yli objektin tarkoittaa, että myös objektilla on triumfi-mielikuva hänen ylitseen, ja niin destruktiiviset toiveet johtaa epäluottamukseen ja vainon tunteen heräämiseen. Siirtyminen depressiiviseen positioon on mahdollista, tai maanisten defenssien voimakkaampi käyttö ja entistä voimakkaampi objektin kontrollointi. Voitonriemu pitää aloillaan kaipauksen, ikävöinnin ja puutteessa olon tunteet, jotka muutoin heräisivät objektia kohtaan. Surutyö tulee näin estetyksi. Objektin halveksunta on taas depressiivisessä positiossa tuiki tärkeän objektin arvostamisen suoranaista kieltämistä, mikä toimii puolustusmekanismina menetyksen ja syyllisyyden kokemuksiin vastaan. ( Klein 1940 )

Hypomaaniselle ihmiselle on tyypillistä, että hän suhtautuu ihmisiin, asioihin ja tapahtumiin joko idealisoiden tai devaluoiden. Tämä ylenkatse perustuu kuitenkin kieltämiseen. Hänen täytyy kieltää impulssinsa muodostaen laajoja ja yksityiskohtaisia korjaamisia, koska hänen täytyy kieltää korjaamisen syy, eli pelko aiheuttaa objektille vahinkoa ja siitä seuraava syyllisyys ja suru. ( Klein 1940)

Idealisaatio on olennainen osa maanista positiota ja on sidoksissa kieltämiseen. Ilman osittaista ja väliaikaista psyykkisen realiteetin kieltämistä ego ei voisi sietää tuhoa, minkä se kokee itseään uhkaavan kun depressiivinen positio on huipussaan. Jokainen uusi askel hyvän ja pahan yhdistymiseksi johtaa uudestaan splittiin mielikuvien välillä. Kun sopeutuminen ulkoiseen todellisuuteen lisääntyy, tämä split vähenee ja lopulta hyvät ja pahat objektimielikuvat voivat tulla lähemmäksi toisiaan ja siten lähemmäksi realiteettia. Tämä jatkuu kunnes rakkaus ja luottamus todelliseen ja idealisoituun objektimielikuvaan on riittävästi vakiintunut. Silloin ambivalenssi, joka

on osittain suojaa omaa vihaa vastaan ja vihattuja kauhistavia objekteja vastaan, vähenee normaalissa kehityksessä huomattavasti. ( Klein 1940 )

Omnipotenssi perustuu varhaisiin tiedostamattomiin fantasioihin, sekä destruktiivisiin, että korjaaviin ja aiheuttaa sublimateja ja mahdollistaa objektisuhteita. Tietoisuus erillisyydestä kuitenkin johtaa riippuvuuden tunteisiin ja stimuloi kateutta, kun objektin hyvyys huomataan. Narsistisessa tilassa itsen ja objektin fuusioiminen on suoja erillisyyden tunnistamista vastaan. Libidinaalisessa narsismissa itseidealisaatio syntyy omnipotentista introjektiosta ja projektiivisesta identifikaatiosta hyviin objekteihin ja heidän ominaisuuksiinsa. Tällöin kaikki arvokas ulkoisessa todellisuudessa koetaan osaksi itseä tai omnipotentisti itsen kontrolloitavissa olevaksi. Libidinaalisen narsismin vallitessa destruktiivisuus kuitenkin ottaa valta-aseman heti, jos omnipotentti itseidealisaatio on uhattuna kontaktissa objektin kanssa, joka koetaan itsestä erillisenä. Destruktiivinen narsismi on itsen destruktiivisten osien omnipotenttia idealisoimista. Ne on suunnattu kaikkia positiivisia libidinaalisia objektisuhteita vastaan ja kaikkia libidinaalisia itsen osia vastaan, jotka ilmaisevat tarvitsevuutta objektia kohtaan ja halua riippuvuuteen siitä. Omnipotenssi on läheisesti liittynyt tiedostamattomassa sadistisiin impulsseihin; lapsi tuntee uudestaan ja uudestaan, että hänen korjaamispyrkimyksensä eivät ole onnistuneet. Hän kokee sadististen impulssiensa olevan itseä vahvempia. Lapsi, joka ei voi luottaa korjaaviin ja rakentaviin tunteisiinsa, alkaa käyttää maanista omnipotenssia. Tästä johtuen ego ei voi alkuvaiheissaan käsitellä syyllisyyttä ja ahdistusta onnistuneesti. Tämä johtaa toistamaan joitain toimintoja pakkomielteisesti tai omnipotenssin ja kieltämisen kautta. Nämä defenssit pitävät ulkoiset objektit devaluoituina. ( Rosenfeld 1971)

Pakkomielteet ovat defenssi paranoidista ahdistusta vastaan. Se, että maaniset defenssit toimivat läheisesti pakkomielteiden kanssa, johtuu egon pelosta, että pakkomielteenomaiset korjaamisyritykset epäonnistuvat. Halu kontrolloida objektia, sadistinen tyydytys nöyryyttää sitä, ja voittaa se (triumfi) , voi johtaa vahvasti reparaatiopyrkimykseen (poistaen ahdistusta ajatusten, toiminnan tai sublimateja kautta), jotka kuitenkin epäonnistuvat. Objekti, joka piti näin korjata, muuttuu jälleen vainoajaksi, ja paranoidiset pelot heräävät. Näissä peloissa on paranoidiset defenssimekanismit objektin tuhoamiseksi ja maaniset mekanismit pyrkimyksenä kontrolloida sitä tai pitää se valesuhteena. ( Klein 1940)

Vaihtelu depressiivisen ja maanisen position välillä on osa normaalia kehitystä. Ego aktivoituu depressiivisestä ahdistuksesta rakentamaan omnipotentteja ja vihamielisiä (väkivaltaisia) fantasioita osaksi pahan ja vaarallisen objektin hallitsemiseksi ja omistamiseksi, ja osaksi hyvän objektin suojaamiseksi ja korjaamiseksi. Varhaisesta alkaen nämä omnipotentit fantasiat, sekä destruktiiviset että korjaavat, stimuloivat kaikkea aktiivisuutta, kiinnostusta ja sublimateja. Maaniset defenssit voivat antaa myöten depressiiviselle positiolle mikäli luottamus ja rakkaus on vallitsevana ihmissuhteissa, ja siten varhainen kokemus ruokituksi tulemisesta (rinnan paluu poissaolon jälkeen) palauttaa luottamuksen omiin sisäisiin hyviin objekteihin. ( Klein 1940)

## **Erillisuus ja yhteys**

Keskeinen tekijä depressiivisen position työstämisessä on erillisyyden tunnistaminen subjektin ja objektin välillä. Steiner (1990) kuvaa surijan joutuvan kohtaamaan

paradoksi, että on sallittava objektin mennä, sallittava menetetyille objektille sen erillisuus vaikka itse ei voi olla vakuuttunut, että itse selviää menetykseen liittyvistä epätoivon tunteista. Onnistuneen läpityöskentelyn kautta projektiivinen identifikaatio kumoutuu ja objektiin sijoitetut itsen osat palautuvat egoon. Tällä tavoin objekti nähdään realistisemmin, ei enää omien projektoiden vääristämänä, ja ego rikastuu palautuneilla itsen osilla, jotka ovat olleet kiellettyjä. Kapasiteetti tunnustaa menetyksen realiteetti, joka johtaa itsen ja objektin erillisyyteen, on kriittinen kohta, jotta normaali surutyö pääsee etenemään. Tämä tarkoittaa objektin kontrolloimisesta luopumista ja sen kohtaamista, ettei ole kyennyt suojelemaan objektia.

Klein kuvaa itsemurhassa yksilön pyrkivän murhaamaan egon pahat osat säästääkseen hyvät ja rakastetut objektit, sisäiset tai ulkoiset. Toisaalta itsemurha toiveissa voi olla tarkoitus tehdä selvä välirikko suhteessa ulkoiseen maailmaan, koska hän haluaa vapauttaa joitain todellisia objekteja hänestä itsestään – tai 'hyvä' objekti, jota koko maailma edustaa, ja johon ego on identifioitunut. (Klein 1935)

Subjektin edellytyksenä on oman eksistentiaalisen kokemisen ja maailmankuvan toistuva uudelleen läpityöskentely jokaisen luopumisen ja muutoksen yhteydessä. Yksilöitymisprosessi on pitkä, koko elämän mittainen. Jotta yksilö voi kokea tyydytystä omasta itsestään ja nauttia elämänsä tapahtumista - menneistä, nykyisistä ja tulevista - ja nähdä niiden arvon, on uskallettava ottaa erillisyyteen liittyvä riski: on uskallettava kohdata oma inhimillinen yksinäisyys, joka syvimmillään on epätoivon ja pelon sävyttämää. Suostuessaan tunnustamaan oman yksilöllisen eroavuutensa, erilaisuutensa ja yksilölliset tarpeensa, joutuu vääjäämättä kohtaamaan reaalisen yksinäisyyden kokemuksen, jota kukaan toinen ei voi täydellisesti jakaa. Oman yksilöllisen yksinäisyyden havaitseminen johtaa myös tunnistamaan oman riippuvuuden ja tarvitsevuuden suhteessa toisiin.

Klein kirjoittaa, että yksinäisyyden kokemuksen juuristo on paranoidinen epävarmuus ja depressiiviset tunteet lopullisesta menetyksestä sen kasvualusta. Yksinäisyys on kaipuuta täydelliseen, sanattomaan yhteyteen: tulla ymmärretyksi ilman sanoja. Tyydyttävä varhainen suhde äitiin edellyttää läheistä kontaktia äidin ja lapsen tiedostamattoman välillä. Tämä on perusta täydelle kokemukselle olla ymmärretty. Klein kuvaa potilaiden usein ilmaisevan integraation kivuliaisuutta yksinäisyyden kokemukseksi. Omien tunteiden, fantasioiden ja ahdistusten hyväksyminen on vaikeaa, niin kauan kun integraatio on keskeneräinen. Integraation puute on tuskallista, mutta integraation hyväksyminen on myös vaikeaa, koska omien destruktiivisten ja rakastavien / korjaavien impulssien yhtäaikaisuus tuntuu uhkaavan hyvien objektien olemassaoloa. Suosiollinen vuorovaikutus sisäisten ja ulkoisten elementtien välillä mahdollistaa hyvän rinnan sisäistämisen, mikä puolestaan on keskeinen tekijä yksinäisyyden tunteen vähenemiseksi. Bion kuvaa halua 'olla kaksonen' yritykseksi jakaa sietämättömien puolien kuormaa, kun osan tuskasta voisi sijoittaa toisen 'samanlaisen itsen' kannettavaksi. Normaalisti ihminen pyrkii suuntautumaan ulkoisiin objekteihin yksinäisyyden tunnettaan helpottaakseen, mikä usein auttaakin. Kuitenkin yksinäisyyden kokemus voi saada helpotusta vain itsen puuttuvien / toisiin sijoitettujen osien itseen integroimisen kautta. Psykoterapeuttisessa hoidossa tapahtuu R. Hyrckin mukaan merkittävä käänne, kun potilas tavoittaa sisäistetyn hyvän, huolta pitävän objektin. Klein sanoo tarpeen ymmärtää itseä olevan tarvetta olla sisäisen hyvän objektin ymmärtämä. (Klein 1963)

Kun elämän ja kuoleman viettien konflikti kuitenkin estää täyden integraation mahdollisuuden, jää ihmisen osaksi hyväksyä erillisyytensä ja kohdata yksinäisyyden kivuliaisuus ja suru, jolloin jatkuva kehitys integraatiossa edelleen on mahdollista. Vuorovaikutussuhteet voivat siten alkaa värittyä vastavuoroisena antamisena ja vastaanottamisena. Inhimillisen yksinäisyyden tunnistaminen on siten myös syvän yhteyden kokemisen perusta. Läheisyys ei myöskään tunnu uhkaavalta, kun oma erillisuus on selkeämpi. Kun surutyötä on voinut tehdä riittävästi separaatioon liittyen, ei uusi riippuvuuteen antautuminen värity tai ehkäisty menetyksen pelolla, vaan tietoisuus menetyksen mahdollisuudesta ja kokemus separaation tuomasta kivusta saa läsnäolevan jakamismahdollisuuden näyttäytymään arvokkaana. Tämä johtaa tässä ja nyt elämisen tapaan, jolloin elämä kokonaisuudessaan alkaa tuntua tyydyttävämmältä ja mielekkyys olemassa oloon syntyy tämän kokemuksellisuuden kautta.

### **Tunteiden ilmaiseminen ja näkyväksi tuleminen**

Steiner kuvaa patologisen organisaation flunktuoivan rajatila-alueena paranoidis-skitsoidisen ja depressiivisen position välillä. Se saa alkunsa normaalisplitin epäonnistuessa kateudessa (kateus hyvää objektia kohtaan), jolloin potilas voi turvautua pseudo-rakenteisiin helpottaakseen mielen sekaannusta ja kaaosta. Hän korostaa kyseessä olevan erityisesti paranoidis-skitsoidisten defenssien käytön, mikä lukkiuttaa persoonallisuutta ja vastustaa muutosta. Organisaatio näyttää antavan ratkaisua Reyn (1979) nimittämään claustro-agorafobian dilemmaan: skitsoidiset ahdistukset ja pirstaleisuus koetaan agorafobiana (objektista loitontuminen), ja intensiiviset läheisyyden kokemukset, jotka aktivoituvat depressiivisessä positiossa koetaan claustrofobiana (objektin lähestyminen). Ainoa ulospääsy tilanteesta saattaa olla patologisen organisaation muodostaminen, jolloin objektit ovat sidotut organisoituneeseen rakenteeseen, ja siten emotionaalinen etäisyyden säätely heihin voi olla kontrolloitua. (Steiner 1985)

Depressiivisen position työstämisessä on käytävä läpi myös varhemmat ahdistukset, jotta objektille voidaan sallia sen itsenäisyys ja erillisuus. Tiedostamattomassa tämä tarkoittaa objektin menetyksessä sitä, että on myönnettävä itsen kykenemättömyys suojella objektia. Mikäli surua, epätoivoa, syyllisyyttä ja psyykkistä kipua ei kyetä kohtaamaan, voi patologinen organisaatio tulla selvittämään konfliktia. Organisaation keskiö on siinä, että narsistiset objektisuhteet ovat hallitsevia ja projektiivinen identifikaatio johtaa itsen ja objektin sekoittumiseen. Tilanne näyttää samalta kuin varhaisessa depressiivisessä positiossa, mutta ei etene suruun ja objektin vapauttamiseen, vaan potilas on jumittunut konkreettisesti sisäistettyyn objektiin ja objektin menetyksen yhteydessä on uhkana menettää myös itsensä. Suru, joka normaalisti tuo tyydyttävän erillisyyden itsen ja objektin välille, ei pääse esiin, jolloin egon rikastuminen ja symbolinen ajattelu eivät pääse etenemään. (emt.)

Menetyksen käsittely tapahtuu Kleinin teoriassa aaltoliikkeenä paranoidis-skitsoidisen ja depressiivisen position välillä siten, että jokainen uusi työstäminen paranoidis-skitsoidisessa positiossa johtaa uudenlaiseen, kehittyneempään depressiivisen position työstämiseen. Suora siirtyminen hyvin integroituneeseen egoon ja yksilöitymiseen ei ole mahdollista, vaan kehitys edellyttää joustavaa prosessia eri tilojen välillä. Surutyö tapahtuu depressiivisessä positiossa, mutta jämähtäminen tähän on kehityksen jarru ja lopulta sen este: on välttämätöntä, että surutyö, yksilöitymisprosessi voi vapaasti virrata molempiin suuntiin paranoidis-skitsoidisen ja depressiivisen position välillä.

Britton (1998) kirjoittaa psyykkisen kasvun sirkulaarisuudesta todeten, että ns. ”valmiiksi” psyykkisen kasvunsa osalta ei voi koskaan tulla. Jokaisessa uudessa kehitysvaiheessa ja muuttuneessa elämäntilanteessa positiot tulevat uudella tavalla koetuiksi ja vain toistuvien siirtyen (aaltoilun) kautta psyykkinen työ on kehityksen palveluksessa.

Muumitarinoissa kerrotaan Ninni-tytöstä, joka ei ollut saanut riittävästi turvaa, huolenpitoa ja rakkautta omassa kodissaan, ja oli sitten muuttunut näkymättömäksi. Individuaatio oli ollut mahdotonta, tilan ja toiseuden puuttuessa. Muumimamman containerina toimiminen auttoi Ninniä tavoittamaan omia tarpeita ja tunteita, uskallusta ja halua yrittää ja saavuttaa jotakin. Tällöin Ninnin olemisen, kokemisen ja toiminnan rajat alkoivat laajeta, ja näkyväksi tuleminen mahdollistui. Viimeisenä näkyväksi tulivat kasvot, Ninnin vihastuessa, ja ilmaistessaan aggressiotaan, joka otettiin rauhoittavasti vastaan.

Omassa arkityössäni olen saanut toistuvasti seurata tapahtuu, jossa suhde omaan aggressioon on ollut kiellettyä, ja kun uskallus kaikenlaisten tunteiden ilmaisuun lisääntyy, tulee mahdollisemmaksi myös tuntee surua. Kun omaa destruktiivisuutta ei enää tarvitse pelätä (kukaan ei vahingoitu, vaikka vihastun), tulee mahdolliseksi kohdata itsessä kiellettyä olleita puolia ja siten voi myös ottaa itsessä käyttöön lukittuna olevaa kapasiteettia. Benedetti (1977) sanoo aggressiivisten tunteiden ilmaisemisen merkitsevän itsenäisyyden lisääntymistä ja sitä, ettei enää välttämättä suostu kaiken sen sivustakatojaksi ja vastaanottajaksi, mitä hänen elämässään on tapahtunut ja tapahtuu. Aggressio on myös merkittävä tekijä korjaamisen palveluksessa, mihin depressiivisen position työstämisellä pyritään.

Melanie Klein kirjoittaa, että myös vihan tunteiden herääminen ja tunnistaminen suhteessa menetykseen / menetettyyn objektiin on olennainen väliaskel kehityksessä, vaikkakin samalla hänen uskonsa rakastettuun objektiin hajoaa ja idealisaatioprosessi on häiriintynyt. Kääntäessään vihamielisyyden menetettyyn rakkausobjektiin surija kokee tämän muuttuvan 'vainoajaksi', ja samalla surijan usko omiin sisäisiin hyviin objekteihin järkkyy. Vihamielisyys nousee pelosta, että kuolemalla / hylkäämisellä rakastettu itse asiassa halusi aiheuttaa pettymystä ja rangaista häntä, (juuri kuten äidin poissaolo silloin, kun lapsi olisi häntä tarvinnut). Lapsen kehityksessä idealisoitu äiti on turva kosto, kuollutta äitiä ja kaikkia pahoja objekteja kohtaan, ja siten edustaa turvaa ja elämää itseään. Saamalla takaisin luottamus ulkoisiin objekteihin ja näkemällä heidän moninaisen arvonsa surija on kykenevä jälleen kerran vahvistamaan luottamustaan menetettyyn rakastettuun henkilöön. Suriija saa suuren vapautuksen muistellen menetetyt hyviä puolia ja kiltteyttä, ja voi täten osittain rauhoittaa kokemustaan pitämällä rakkausobjekti idealisoituna. Sitten hän voi jälleen huomata, että tämä objekti ei ollut täydellinen, luottamusta ja rakkautta häneen ei tarvitse menettää, mutta hänen kostoankaan ei tarvitse pelätä. (Klein 1940)

Epäluottamus ja pelot, vainontunne ja maaniset pyrkimykset hallita niitä alkavat heikentyä kun yksilön usko hyvyyteen, omaan ja toisten, lisääntyy. Suriija uskaltaa antautua tuntemaan tunteitaan ja itkeä ulos menetystään aktuaalisesta menetyksestä. Vihamielisyyden ja pelkojen vähentyminen sallivat surun tulla ulos täydellä voimallaan. Itkussa ilmaistaan tunteita ja siten vähennetään jännitystä, ja kyynelissä ikään kuin ajetaan ulos pahoja tunteita ja pahoja sisäisiä objekteja, kuvaa Klein. Itkun kautta lisääntyy sisäinen vapauden tunne ja sisäiset objektit ovat vähemmän

kontrolloituja ja vapaampia. Myös sisäisten objektien tunteet ovat surullisia. Suriijan mielessä sisäiset objektit jakavat hänen surunsa, kuten hyvä vanhempi tekisi. Runossa sanotaan: ”Luonto suree suriijan kanssa”. Luonto tässä edustanee hyvää sisäistä äitiä. Tämä kokemus yhteisestä surusta ja sympatiasta sisäisissä suhteissa on kuitenkin sidoksissa ulkoisiin suhteisiin. Ulkopuolisten ihmisten apu ja luottamus heihin on edellytys maanisten defenssien höltymiselle sisäisessä todellisuudessa. Jotta introjektio ja projektio voisi toimia edelleen, yhä enemmän vapautta, enemmän hyvyyttä ja rakkautta pitää saada vastaanottaa toisilta. Kun riittävä sisäinen turvallisuus on saavutettu, surun tunteet saavat virrata vapaasti ja uudelleen luomisen prosessit voivat alkaa ja toivo palautuu. Viha on voitettu ja rakkaus vapautettu. Surussa, kuten imeväisenkin kehityksessä, sisäinen turvallisuus ei tule suoraan etenevästi vaan aaltomaisesti perääntyen toistuvasti varhaisempiin vaiheisiin ja edeten jälleen. (Klein 1940)

## Reparaatiopyrkimys

Depression kokeminen käynnistää imeväisessä halun korjata tuhoutunut objekti. Hän kaipaava saada hyvittää vahingon, jonka hän on aiheuttanut onnipotentissa fantasiassaan, ja saada takaisin menettämänsä rakkausobjektit ja antaa niille takaisin elämä ja eheys. Uskoessaan, että hänen omat destruktiiviset hyökkäyksensä ovat syynä objektin tuhoutumiseen, hän uskoo myös, että hänen oma rakkautensa ja huolenpitonsa voivat tehdä tyhjäksi hänen aggressionsa vaikutukset. Taistelu destruktiivisuuden ja rakastamis- ja korjaamisimpulssiensa välillä on jatkuvaa. Korjaamisen epäonnistuminen johtaa epätoivoon, sen onnistuminen toivoon. (emt.)

Depressiivisessä positiossa koetun surun tuottama kipu, sekä sisäisten ja ulkoisten rakkausobjektien palauttamiseksi kehittyvät korvaavat pyrkimykset ovat luovuuden ja sublimaation perusta. Nämä korjaavat toimet kohdistuvat sekä objektiin että itseen. Ne tehdään osittain siksi, että tunnetaan huolta objektista ja syyllisyyttä sitä kohtaan sekä halua palauttaa ja säilyttää se, ja osittain itsensä säilytyksen vuoksi, joka nyt on realistisemmin suuntautunut. Imeväisen halu luoda uudelleen menetetyt objektinsa antaa hänelle impulssin panna yhteen se, mikä on revitty hajalle, rekonstruoida se, mikä on hävitetty, luoda uudelleen ja luoda uutta. (Segal 1994)

Kun suru on koettu täydellä voimallaan ja epätoivo on huipussaan, rakkaus objektia kohtaan nousee jälleen ja surija tuntee yhä voimakkaammin, että elämä sisällä ja ulkona voi jatkua kaiken jälkeen, ja että menetetty rakkausobjekti voi olla suojeltuna ja säilytettyä sisällä. Tällöin surun kärsimys voi tulla kehitykselliseksi. Kaikki kivuliaat kokemukset voivat käynnistää sublimaatiokyvyn, tai tuoda esiin aivan uusia kykyjä joissakin ihmisissä, kirjoittamista tai muita luovia aktiviteetteja pettymysten ja menetysten paineiden alla. Toiset voivat huomata erilaista kehitystä itsessään, kuten kyky hyväksyä asioita tai ihmisiä uudella tavalla, sietokyvyn lisääntymistä ja kaikenlaisen sisäisen viisauden lisääntymistä. (Klein 1940)

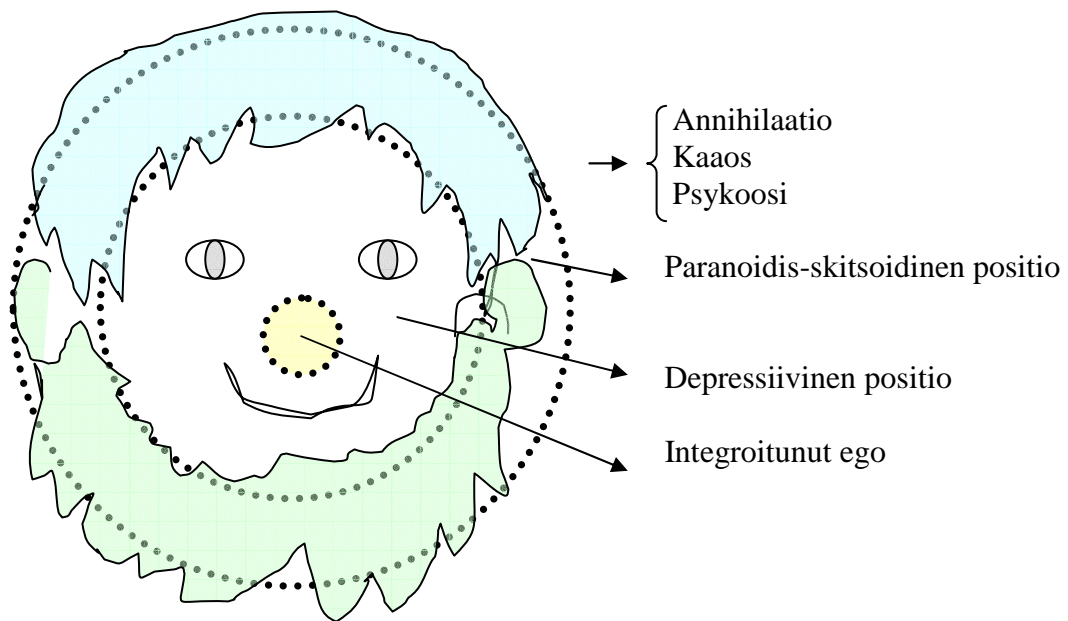
Surutyö mahdollistaa luomisen, mikä psykoterapeuttisessa työssä on hoidon keskiössä: korjaavat kokemukset hoitosuhteessa (toiseus) ja yksilön omat reparaatiiviset toimet (uusi kyky suojata itseä) ovat yhteistyössä rekonstruoidessa vanhaa (aikuisen elämän tapahtumien läpityöskentely) tai mahdollisesti jopa luomassa uutta ( varhaiset kehitykselliset puutteet; persoonallisuuden rakenteelliset muutokset).



Surutyö ja uskallus luovuuteen ovat yksilöitymisprosessin kannalta hyvin merkittävässä asemassa myös siksi, että saadessaan oman luovuutensa käyttöön, yksilö voi 'hoitaa sisäistä itseään' symbolisaatio prosesseihin pohjautuen. Saadessaan kosketuksen omaan sisäiseen luovuuteen, tietoisuus omasta itsestä, omista kyvyistä ja omasta ainutlaatuisuudestaan lisääntyy ja sen ainutkertaisuuden voi kokea nautittavana. Tällöin yksilö saa kykyä yhä enenevästi elää omaa elämää, uskaltaa ottaa subjektin, päähenkilön roolin oman elämän teatterissa. Uskaltaa tulla nähdyksi onnistumisessa ja epäonnistumisessa pelkäämättä itsen tai toisten destruktiivisuuden kumoavan omaa elämän voimaa.

Yksilöityminen kulminoituu oman eksistentiaalisen ahdistuksen kohtaamiseen ja oman eksistenssin määrittelemiseen itselle. Suhde Luojaan tai Jumaluuteen on jollain tavoin selkiinnytettävä, jotta voisi rakentaa itselleen riittävän selitysmallin ihmisyydestä ja maailmasta. Näihin kysymyksiin usein huomaa surijan etenevän pohtiessaan elämän ja rakkauden, kuoleman ja menetyksen tarkoitusta tai elämän jatkamisen mielekkyyttä toivon ja epätoivon kokemusten vaihdellessa depressiivisen position ambivalenssissa. Matti Hyrck (1995) kirjoittaa Jumalakuvan muuntuvan sisäisen integraation lisääntyessä. Omnipotentti Taivaallinen Auktoriteetti voi muuntua ihmisen rinnalla kulkeväksi kärsiväksi Kristukseksi. Jumalaan sijoitetut ominaisuudet alkavat vähemmässä määrin olla vaativia tai syyllistäviä luonteeltaan, vaan pikemminkin armon ja rakkauden täyttämiä. Jumala kuva, reparatiivinen libidon luoma sisäinen objekti voi alkaa ilmetä lohduttavan läsnäolon kokemuksena yksinäisyydessä ja mielenrauhan säilymisenä erilaisissa järkytyksissä, tai kykyä ylläpitää toivoa umpikujaltakin näyttävissä tilanteissa. Hyvän sisäisen objektin suojaavuus ja kannattelevuus siten tukee integratiivisia prosesseja edelleen, lisäten eheyden kokemusta ja mahdollistaen myös yhteyden kokemuksen (Luojaan / hyvään sisäiseen objektiin) yksilöllisiä tarpeita vastaavalla tasolla yksinäisyydenkin uhatessa.

Surutyön yhteydessä ihmiset usein huomioivat itsessä tapahtuvaa muutosta kuvaten tulleen paremmin tietoisiksi omista tunteistaan ja itsestä psyykkisesti ja fyysisesti. Surun kautta on oppinut uuden tavan kuunnella itseä; ikään kuin oppii käymään dialogeja oman sisäisen todellisuutensa kanssa. Huomio, että tunteet ovat fysiologisia, tulee usein esille siinä vaiheessa, kun tunteiden ilmaiseminen on päässyt alkuun. Omana erityispiirteenä surussa on myös kokemus muuttumisesta suhteessa toisiin: pääsee tai joutuu uuteen rooliin, kun oma toimintatapa ihmissuhteissa on muuttunut, eikä paluuta aikaisempaan vuorovaikutuksen muotoon ole. Keskeistä surutyössä on myös uudenlainen kyky nähdä elämä prosessuaalisena jatkumona. Eräs asiakas kuvasi kokemustaan, että samanaikaisesti kun surun koettuaan elää enemmän tässä ja nyt, on samalla tietoisempi historiastaan ja myös katselee tulevaisuuteen pohdiskellen minne on menossa. Kaiken kaikkiaan surutyön mukanaan tuoma muutos mahdollistaa syvemmän elämisen kokemuksen – tuntemisen vapauden ja sen seuraamuksena vapauden tunteen. Vapaa ihminen kokee herkästi myös onnen tunnetta.



Mukaellen Terttu Sitolahden luentomateriaalia (2001)

## LÄHTEET

- ANDERSON, Robin (1992) Clinical Lectures on Klein and Bion, Edited by Robin Anderson. New York
- BENEDETTI, G. (1977) Kliininen psykoterapia. Otava. Keuruu
- BION, Wilfred (1970) Attention and Interpretation,
- BRITTON, Ronald (1998) Belief and Imagination. London
- HYRCK, Matti (1995) Mielen kuvat Jumalasta. Therapiea- säätiö. Helsinki
- HYRCK, Riitta (2001) Kantänäkyfantasia yhteyden mahdollistajana ja edistäjänä. Psykoterapia-lehti 20.:67-87. Therapiea- säätiö. Helsinki
- KLEIN, Melanie (1986) The Selected Melanie Klein, Edited by Juliet Mitchell ,
- KLEIN, Melanie (1988) Melanie Klein Today: Developments in theory and practice. Vol.1: Mainly Theory, Edited by Elizabeth Bott Spillius. London.
- KLEIN, Melanie (1988) Love, Guilt and Reparation and other works 1921 – 1945. London
- KLEIN, Melanie (1997) Envy and Gratitude and Other Works 1946-1963. London.
- SEGAL, Hanna (1991 ) Dream, Art and Fantasy. London
- SEGAL, Hanna (1994) Melanie Klein ihmismielen ymmärtäjänä. Yliopistopaino. Helsinki.
- SITOLAHTI, Terttu (2000) Psykoanalyysi kehityksen ristiaallokossa... Psykoterapia-lehti 2/2000, Therapiea-säätiö. Helsinki.
- SITOLAHTI, Terttu (2001) Melanie Klein seminaari 27.4.2001 Taideteollinen Korkeakoulu. Hki

