

Perheterapeutit olohuoneessa
27.1.2020 – Dialogissa Sirkku
Tukiaisen kanssa Pirkanmaalla



Terhi Kotilainen, yhteiskuntatieteiden maisteri, perhe- ja pariterapian kouluttajapsykoterapeutti, työnohjaaja (STOry)

Vastikään perustettu Pirkanmaan perhe- ja paripsykoterapiayhdistys järjesti tammikuussa Perheterapeutti olohuoneessa -illan, jonne oli kutsuttu perheterapeutti, kouluttaja Sirkku Tukiainen kertomaan urastaan ja muistelemaan merkittäviä tapahtumia ja kohtaamiaan konkareita vuosien varrelta. Tunnelma oli lämmin ja muistelot mukaansatempaavia. Iltaan osallistui kolmisenkymmentä perhe- ja pariterapeuttia, joista enemmistöllä oli jokin kosketuspinta Sirkun uraan. Dialogia veivät eteenpäin perheterapeutit Kirsi Koponen ja Satu Muikku, jotka ovat pari vuosikymmentä aiemmin haastatelleet Sirkkua Ratkes-lehteen. Tilaisuudessa Sirkku Tukiainen kutsuttiin Pirkanmaan perhe- ja paripsykoterapiayhdistyksen kunniajäseneksi. Kirjoittaja osallistui iltaan Pirkanmaan perhe- ja paripsykoterapiayhdistyksen puheenjohtajana, tallensi käydyn keskustelun ja purki sen myöhemmin kirjalliseen muotoon. Sirkku Tukiainen luki ja kommentoi valmiin tekstin ehdottaen sinne muutamia pieniä tarkennuksia.

Perheterapeutti olohuoneessa -illassa Sirkku Tukiainen halusi erityisesti muistuttaa siitä, että perheterapian piirissä on ollut jo 40-50 vuotta sitten viitekehyksiä ja työmenetelmiä, jotka ovat edelleen käyttökelpoisia. Kaikkea vanhaa ei tarvitse hävetä. Esimerkiksi tunnekeskeinen pariterapia perustuu samantyyppisiin menetelmiin, joita Virginia Satir kehitti aikoinaan.

K&S: Lähtisitkö vähän kertomaan urapolustasi?

Valmistuin Tampereen yliopistosta yhteiskuntatieteiden maisteriksi 1970-luvun alussa ja samana kesänä menin Turun yliopiston intensiivisen lastensuojelun kurssille. Se oli tiivis viikon koulutus, jonne tuli vieraaksi muun muassa professori Yrjö Alanen, joka kuuntelutti meillä perheistuntoja magnetofonin avulla. Alanen sanoi yllättävän hilpeästi tuntevuansa, että perhe pitäisi ottaa huomioon hoidossa, ja että Amerikassa ja Kanadassa ollaan jo pidemmän aikaa otettu perheenjäsenet ihan eri tavalla huomioon. Siellä hoidetaan ihan perheitä!

Kanada, Minuchin ja Satir

Minua jäi kiinnostamaan se. Kanadasta oli tulossa professori Kalervo

Kinasen johdolla perheterapian ammattilaisia ja puhuin itseni mukaan heitä tapaamaan. Sanoin Kalervolle että haluaisin ihan hirveästi tulla opiskelemaan sinne Kanadaan perheterapiaa. Sielussani tiedän että se toimii, mutta en oikein tiedä, mitä se on, mutta olen lukenut siitä vähän. Hain ja minut hyväksyttiin McMaster Universityyn Hamiltoniin Kanadaan. Opintojen aikana pääsin harjoittelemaan Chedoke Child and Family Centeriin. Siellä oli käytössä uusin tekniikka, esimerkiksi peili-ikkunat. Oli hirveän jännittävää, kun porukka oli kansainvälistä ja piti tuoda perhe istuntoon. Työnohjaaja ja kouluttajat seurasivat istuntoa peilin takana, joivat termosmukeista teetä ja koputtivat sitten ovelle esittäen kysymyksiä ja ohjeistaen työskentelyn jatkoa. Se oli hyvin dynaamista. Siellä opiskeltiin Minuchinia, joka täällä tuli vähän myöhemmin ja Virginia Satirin oppeja.

Kerran ollessani kongressissa Roomassa kokosin rohkeuteni ja menin kiittämään Salvador Minuchinia siitä, että olen hänen opeillaan elättänyt perheeni ja kouluttanut suomalaisia. Funktionaalisen, hyvin toimivan perheen käsite on häneltä lähtöisin. Tärkeää oli hierarkisten vääristymien korjaaminen: vanhemmat istuu ylälauteella, lapset suistetaan alalauteelle. Kaikki ovat yhtä arvokkaita, mutta aikuiset päättävät tärkeistä asioista. Puhuttiin infantiilista tiikeristä, keisarista juustokuvun alla tai lapsityrannista. Keisari juustokuvun alla oli lapsi, jonka karjumisen tahtiin koko suku järjestyi, kun kupua nostettiin.

Satirin tapasin Unkarissa. Kiitin häntä siitä, kuinka paljon olinkaan ammentanut hänen opeistaan pariterapiaan. Virginia Satir suhtautui kiitoksiini amerikkalaisen lämpimästi ja oli ihmeissään, että hän oli tunnettu Suomessa saakka. Satir ohjasi: "Kääntykää vastakkain, ottakaa toisianne kädestä, katsokaa silmiin. Puhukaa, jatkakaa siitä mihin se riita äsken jäi. Yritä kertoa hänelle, jauhamistekniikka. Ymmärsitkö nyt, mitä vaimosi sanoi? Jos et, niin yritä uudestaan, jotta miehesi ymmärtäisi, mitä sanoit."

Milanolainen perheterapia

Siihen aikaan opiskeltiin myös paradokseja. Kukaan ei osannut niitä opettaa, ja olin pudota tuolilta koska ajattelin että se on ihan

humpuukia eikä sovi suomalaisille. Se paradoksi oli kuitenkin voimallinen menetelmä. Perheterapiassa keskityttiin vuorovaikutuksen korjaamiseen, perheen rakenteisiin, rooleihin, hierarkisiin systeemeihin. Ne olivat käytännöllisiä, raikkaita, reippaita asioita. Sitten tulikin Italiasta Luigi Boscolo ja rakastamani Cecchin. Ovatko ne teille yhtään tuttuja?

K&S: Mm. Milanon miehet ja naiset.

Milanon miehet ja naiset. Guiliana Prataa suomalaiset kovan tason kouluttajat suorastaan pelkäsivät. Kauniaisten työväen akatemiassa Prata tuijotti tiukasti suoraan silmiin ja kysyi: "You lady in pink. What is your hypothesis?" Ja sitten fläppitaululla oli joku perhe, jonka tilanteesta oli tarkoitus muodostaa hypoteesi. Kaikki suorastaan jäykistyivät kauhusta ja osalle tuli selittämättömiä somaattisia vaivojakin kurssin aikana, esimerkiksi kuumetta. Tuntui että minunkin päästäni huuhtoutuivat kaikki ajatukset pois, kun olisi pitänyt vastata. Koulutuksessa olijat pyrkivät kaikin keinoin välttelemään katsekontaktia Pratan kanssa esimerkiksi kirjoittamalla muistiinpanoja tai tuijottamalla ikkunasta ulos, ettei vain joutuisi rakentamaan hypoteesia jostain italialaisesta skitsofreniaa sairastavasta perheestä. Mutta se oli aikaa, jolloin harjoittelimme hurjasti paradokseja ja vastaparadokseja. Mieleen tulee esimerkiksi koulufoobikko, jolla oli vaikeuksia irtautua äidistä.

Moniammatillisessa työryhmässä suunnittelimme intervention, jossa koululainen ehdetaan kehtoon, ajateltiin hänen tarvitsevan lisää aikaa varhaislapsuudelle, kun ei kerran ole valmis menemään kouluun. Pieni hiki tulee otsalle kun näitä muistelee, mutta kyllä se lapsi lähti kouluun.

Systeminen ote

Systemisen perheterapian saapuminen oli kiinnostavaa. Toivon, että kaikki muistaisivat siitä ainakin neutraalisuuden ja sirkulaarisuuden käsitteet. Oman yritykseni nimikin oli Sircular Oy sen kunniaksi. Siis kehämäinen ajattelu, mikä tahansa piste on yhtä hyvin alkupiste kuin

loppupiste. Ja neutraalisuuden käsite auttoi työskentelyssä vaikeiden asioiden kanssa. If-kysymykset, muistattekko, neutraalit jos-kysymykset? ”Jos kävisi niin ikävästi että Lauri onnistuisi tappamaan itsensä, niin kuka sen ensimmäisenä saisi selville? Kuka löytäisi Laurin? Se olisi kaikille järkyttävä isku. Kenelle se olisi suurin isku? Elämä menee kuitenkin eteenpäin ja Lauri säilyisi teidän perheen muistoissa, mutta kuka ensimmäisenä pääsisi elämän syrjästä kiinni?” Ja se itsemurhalla uhkaileva kuuntelee kun perhe neutraalisti miettii että pikkuveli jatkaisi varmaan seurustelua ja kirjoittaisi ylioppilaaksi, äiti saattaisi jäädä suremaan. Systeminen ajattelu antoi uusia välineitä, ei siitä mihinkään pääse. Myös kuka eniten, kuka vähiten -kysymykset. Neutraalit kysymykset avaavat uusia mahdollisuuksia ja näkökulmia. Monta muutakin sieltä jäi joita en koskaan unohda! Esimerkiksi Cecchin sanoi että tosiasioden määrittely vähentää aina patologiaa. Kun pääsemme määrittelemään sitä, mikä on olemassa, se vähentää patologiaa: hämärtämistä, mystifikaatiota, shokeeramista, sötkötystä. Mikään ei voi jatkua ennallaan kun ne on määritelty ja puhuttu ääneen. Se on mielestäni niin totta!

Ratkaisukeskeisyys: ihmekysymys ja taikasauva

Seuraavaksi tuli ratkaisukeskeinen lähestymistapa. Minun makuuni se oli liian kliinistä: viisi hyödyllistä kysymystä, kuka eniten, kuka vähiten. Tuli kristallipalloa ja taikasauvaa. Taikasauva on ollut kyllä hyvä monessa suhteessa. On kiva katsoa, mitä ihmiset sillä tekevät kun se on vapaasti käytettävissä. Ihmekysymys koki inflaation perheiden ja parien keskuudessa, jotka kiersivät monissa eri palveluissa. Sitä kysyttiin kaikkialla ja kysymyksen vaikuttavuus väheni. Enkä tykännyt siitäkään että työhuoneen seinälle pannaan iso fläppitaulu ja siellä on ne viisi hyödyllistä kysymystä. Se oli minusta liian mekaanista. Mutta tavoitteen kristallisointi oli parasta, mitä siitä jäi. Kirkkaan tavoitteen luominen niin että kaikki tietävät mikä se on, sekä pariskunnat, perheet että yksilöt. Uskon siihen mitä nuo ratkaisukeskeisesti koulututtuneet sanovat, että jos tavoitteen pystyy saamaan asiakkaiden kanssa kirkkaasti ja elävänä näkyviin, niin muutos käynnistyy tavoitteen suuntaan. Sille ei voi mitään, muutos käynnistyy ja rupeaa tapahtumaan parempia asioita.

- K&S: Se on joissain noissa teeseissä, Aholan & co:n kirjassa että tavoitteiden kirkastuessa keinot näyttäytyvät. Ja onko se tavoite vai onko se muutostoive?
- Jos se on muutostoive joka kirkastuu, niin varmasti löytyy myös keinot edetä sitä kohti.

Ratkaisukeskeisestä viitekehuksesta tuli paljon hyviä keinoja esimerkiksi työyhteisön ongelmien kohtaamiseen. Kävin Kuusamossa muutamana vuotena, pidimme siellä kesäisin ratkes-klinikkaa. Ihmiset saivat tuoda kaikenlaisia sotkuisia juttuja ja tuli myös hyviä tuloksia. Siinä on paljon hyvää sovellettavaa kun pitää mukana työn estetiikan, ei sovellla liian mekaanisesti.

Ratkaisukeskeisistä on vielä unohtunut mainita amerikkalaiset Insoo Kim Bergin, Steve De Shazerin ja Nunnallyn, jotka olen myös kaikki tavannut. Elam Nunnally osasi loistavasti suomea, hänellä oli suomalainen vaimo. Insoosta muistan aina videon, jossa hän työskenteli päihdeongelmaisen miehen kanssa. Pienikokoinen Insoo menee ison miehen luokse, kättelee lämpimästi, pyytää istumaan ja rupeaa kutsumaan ja haastamaan miehen sisällä olevaa selvää puolta esiin käyttäen ratkaisukeskeisiä kysymyksiä. "Tällä aineella täytyy olla joku iso merkitys sinulle, et muuten käyttäisi sitä." Hän haastoi vastaamaan ja miettimään. Puolen tunnin päästä mies vaikutti jo aivan selvältä. Kunnioitus keskustelussa säilyi koko ajan, mies tunnisti sen ja terapeutin auttamishalun. Pienryhmissä pohdimme sen jälkeen, että olemmeko liian ankaria: jos joku tulee krapulassa tai pikkuisen haiskahtaa viinalta ja on tehty työtä että saadaan hänet tulemaan sanommeko, että tapaamme kun olet selvänä, mutta aika menee neljän viikon päähän.

K & S: Ja niillä keinoilla ei kauheasti mitään tee jos ei kykene kohtaamaan.

Olinkin tulossa tähän. Se mikä Kanadasta näkyi ja on yhteistä kaikille näille viitekehyksille, on liittyminen. Ne jotka tuntevat minut, tietävät että sanon joka toiseksi sanaksi "joining". Ilman hyvää liittymistä ei ole mitään terapiaa eikä mikään onnistu. Myös rakkautta

metafyysisellä taholla ihmisiä kohtaan tarvitaan.

Samoin kuin Helm Stierlin joka toi loistavasti psykoanalyttista ajattelua perheterapiaan: sitomisen ja karkottamisen moodit, delegaation. Hän sanoi että perheterapeutti onnistuu vain jos hän voi uskoa sydäimestään että vanhemmat yrittävät parhaansa niillä resursseilla jotka heillä on. Eivät he halua tahallaan lastaan vahingoittaa. Hän sanoi myös että hyvät pariterapeutit tunnistavat itsessään halun lyödä. Mutta kypsät ihmiset pystyvät kontrolloimaan ja hillitsemään impulssinsa. Ja sitähän me teemme asiakkaiden kanssa, tarkoituksena on auttaa heitä oppimaan itsehillintää. Hienoja oivalluksia Stierliniltä. Perhe- ja pariterapeutin on tärkeää havainnoida itseään sessioissa. Jos tulee halu lyödä, niin voit tutkia, mistä se kertoo. Kostaako tuo jotain, tekeekö vanhempi tahallaan lapselleen pahan olon? Tai terapeutille tulee ajatus, ettei noin voi sanoa. Silloin ollaan usein tilanteessa, jossa tarvitaan muita palveluita, esimerkiksi lastensuojelun apua.

Narratiivisia ajatuksia

Systemisen ajattelun jälkeen tuli narratiivinen 1990-luvun alussa. Meillä oli ensimmäinen vet-koulutus Tampereella ja hirveän hyvät tyypit teki yökaudet töitä kääntäessään Michael Whiten ajatuksia suomalaisille sopivaan muotoon. Sieltä jäi monia käyttökelpoisia työkaluja: ulkoistaminen esimerkiksi. Michael Whitekin on kuollut, niin kuin moni muukin näistä kouluttajista. Muistatteko pienen pojan jolla oli herra Poo eli tuhrimisongelma? Kuinka ongelma nimettiin herra kakaksi ja miten pitää oppia nopeammaksi kuin herra kakka. Sitten poika teki retken palolaitokselle yhdessä Michael Whiten kanssa. Hän soitti palolaitokselle ja pyysi lupaa tulla pikkupojan kanssa opettelemaan miten tapahtuu palomiesten äkkilähtö. Palomiehet toivottivat heidät tervetulleeksi. Sitten he treenasivat äkkilähtöä, ottivat aikaa. Ei puututtu suoranaisesti tuhrimiseen vaan nopeuteen ja hallinnan tunteeseen.

Erityisesti pidän reflektiosta, se on tärkeä työkalu. Ja positiivinen palaute! Silloin kun se on konkreettista, mitattavissa olevaa ja totta. Kukaan ei voi olla tykkäämättä siitä. Ketään se ei voi olla

vahvistamatta, jos itsekin tunnistaa vahvuutensa. Tähän liittyy myös kunniakirjojen antaminen. Metaforat. Kaikkiin näihin sisältyy joining-käsite. Michael Whiten läsnäolon kykyä ihailen. Hän loi tilan ja liittyi kaikkiin pienimmästä perheenjäsenestä lähtien. Minusta on ollut hellyyttävää, kun Maurizio Andolfi jolla on Roomassa oma klinikka, on siitä tunnettu lastenpsykiatri, että suistuu polvilleen lasten eteen perheterapiassa vaikka onkin iso ja komea mies. Hän menee samalle tasolle ihan kirjaimellisesti. Lastenpsykiatrian professori Jorma Piha kävi hänen koulutuksissaan ja kertoi saavansa parempia tuloksia perheterapiassa ottamalla oppia Andolfilta.

Muovailu ja parikoreografiat

Konstruktivismin ja konstruktionismin aikaan ruvettiin puhumaan kiintymyssuhdeteoriasta, ehkä vähän liikaakin. Kun perheet ja parit ovat haastavia, tarvitaan monenlaisia välineitä. Tulee mieleen esimerkiksi muovaus, sculpting. Monet perheet osaavat puhua, älyllistä ja rationaalista, mutta eivät ole kosketuksissa ollenkaan tunteisiinsa, jolloin muovailu on tehokas tapa päästä tunnetasolle. Kielletään verbaalinen kommunikaatio ja lähdetään tekemään perhepatsaita. Se vaatii taitoa, koska se menee läpi suojausten suoraan tunteisiin. Esimerkiksi Kaivannon psykiatrisessa sairaalassa muistan meidän tehneen todella vaikuttavia patsaita. Koskaan ei tiedä, mistä löytyy taitavat eläytyjät, jotka pystyvät poimimaan omasta kehostaan ja olemisestaan kaikki jännitykset, kehen on selin ja mihin kohtaan rupeaa sattumaan? Myös perheterapiakoulutuksissa tulee jaettava sellaista, jonka jälkeen ryhmässä empatia lisääntyy toisia kohtaan.

Pariterapiaan Peggy Papp on kehittänyt parikoreografian, joka on muovauksen liikkuva muoto. Se on hauska, liikkuva patsas! Muistan pariskunnan, jonka vaimo oli pieni ja sähäkkä, mies pitkä ja arvokas, koki olevansa vaimonsa yläpuolella. Tein heille parikoreografian. Rouva sai tehdä ensin kun hän ei malttanut pysyä paikallaan. Hän teki miehestään kardinaalin, korkea-arvoisen piispan, jolla on kaulassa valtavan iso, raskas ketju jossa on hopeinen risti. Kardinaali kulkee sivuilleen vilkaisematta rauhallisesti kohti pistettä B. Ohjasin vaimoa liittämään itsensä koreografiaan. Hän laittoi itsensä siihen harakaksi, joka sählää ja hyppelee kardinaalin ympärillä yrittäen

varastaa hopeisen ristin kaulasta. Kardinaali huitaisi häntä. Ohjasin poistamaan harakan koreografiasta ja tutkimaan kardinaalin kulkua. Mies kommentoi liikkumisensa muuttuvan tylsäksi ja toivoi harakkaa takaisin, koska ymmärsi sen tuovan hänen elämäänsä valoa ja liikettä.

Perhekoreografiassa haetaan keskinäinen tanssi ja liike. Kun olet löytänyt sen määrätyn patsaan, niin sen jälkeen sanot että jos te liikkuisitte, niin miten nämä kaksi hahmoa liikkuisivat? Haette sen keskinäisen koreografian, sen tanssin. Siitä tulee se liike. Näistä voi lukea lisää Peggy Pappilta.

Peggy Papp ja Peggy Penn vaikuttivat molemmat Ackerman-instituutissa New Yorkissa. Olin siellä kolme viikkoa paluumatkalla Kanadasta Suomeen. Siellä hoidettiin viisaasti työryhmän yhteishenkeä ja työhyvinvointia. Olen ikuisesti kiitollinen että pääsin mukaan.

Tiistaiamuisin jokainen työryhmästä oli vuorollaan päähenkilö ja koko työryhmä osallistui muovaukseen. Ensin muovattiin isovanhempien perheet siihen asti kun vanhempasi syntyvät. Seuraavana tiistaina muovattiin lapsuudenperhe, vanhemmat ja sisarukset, tutkittiin heidän keskinäisiä roolejaan. Muovaus oli saanut alkunsa huomiosta, että ihmiset käyttävät kehollista kieltä esimerkiksi ”sillä hetkellä minusta tuntui siltä kuin hän olisi kääntänyt minulle selkensä”. Tai että on halu katsoa, mitä tuolla tapahtuu, mutta jostain syystä minulla ei ole lupaa siihen. Otamme paljon sanoja kehollisista ja fyysisistä ilmaisuista. Ackermanin muovailuissa lähdettiin tutkimaan sitä, kuinka hyvin nämä ilmaisut noudattivat tunnetasoa. Se oli kyllä varsin vaikuttavaa! He kertoivat empatian lisääntyvän kun koko keholla mennään pikkusiskoksi tai äidiksi. Sen koommin et voi menettää samaasi empatiaa, vaan se on aina mukana, vaikka roolit huolellisesti puretaan tietysti aina pois muovailun päätteeksi.

Sukupuu

Genorammi- eli sukupuutekniikat tulivat joskus 1980-luvulla. Jälleen tärkeintä on liittyminen ja se että saadaan tarinoita esiin. Tarkoitus ei ole kerätä suurta määrää informaatiota, vaan sukupuun on tarkoitus elää ja sykkiä, saada kiinnostumaan ja tuottaa oivalluksia. Sukupuun tekeminen saa tuntua!

K&S: – Sukupuu on tehnyt uutta tulemista systeemisen lastensuojelun myötä.

- Ja on loistava väline kiintymyssuhteiden tarkastelun näkökulmasta, koska siellähän ne tarinat elävät (yleisökommentti).
- K&S: juuri välineenä niiden tarinoiden kuulemiseen. Se keskustelu siitä on se merkityksellinen, ihmiset kokevat tulevansa kuulluksi.

Sukupuu on alun perin analyyttikkojen lahja perheterapeuteille koska sen avulla voit kysyä aroista tai kipeistä asioista. Perheterapeutti tuntee ettei uskalla liikkua oikein mihinkään suuntaan, käy hengen päälle. Sukupuu tarjoaa perheterapeutille myös mahdollisuuden hengähtää ja kerätä voimia sekä samalla miettiä, mihin suuntaan viedä keskustelua tai keskittyä. Sukupuu voi herättää monenlaisia kysymyksiä, joista ei ole välttämättä ollut aiemmin mahdollista puhua.

S&K: Jos se jää vain tiedonkeruun välineeksi, niin mitä sillä silloin tekee? Kulkeeko se mukana prosessissa?

Ei. Sen pitää tuntua, olen sitä mieltä. Suomessa helposti pelätään sitä että terapia tuntuu joltain. Mikään kasvu ei tapahdu ilman kipua. Monet sanovat kun reflektoidaan tai puhutaan jälkeinpäin että se oli aika paha paikka, se tuntui aika rankalta ja olin kyllä ihan kallella kypärin koko illan. Tämmöinen kiltti ihminen Imatralta (perheterapeutti) helposti katu ja ajattelee ettei ollut tarkoitus aiheuttaa mielipahaa. ONHAN tarkoitus! Ei niin että olisi tarkoitus itkettää ihmisiä. Ei tunnu oikealta, jos ihmiset tulevat terapiaan toivottomina ja lähtevät epätoivoisina pois. Kyllä valoa ja toivoa pitää olla. Sitä mieltä olivat myös hollantilaiset Rick Pluut ja Lars Brok, joiden työskentelytapa esimerkiksi itsemurhalla uhkaavien kanssa järkytti meitä ensin, kunnes opimme ymmärtämään heidän työskentelytapansa.

Seksuaalisuudesta

K&S: Voisitko kertoa vielä jotain seksuaaliterapiasta?

Se on hyvä lisä pariterapeuteille. Parin seksuaalisuus on se mikä erottaa parin perheen muista ihmissuhteista. Olen Kanadassa nähnyt ne samat filmit, joita on koulutuksissa käytetty jo vuosikymmeniä. Opiskeluaikana asuin yhdessä viiden tytön kanssa. Menin koulutukseen jossa koulutettiin vapaaehtoisia opiskelijoiden seksuaalivastaanottoon keskusteluavuksi. Lääkärit vastasivat ehkäisyasioista, ja e-pillereit olivat juuri tulleet markkinoille. Pohjois-Amerikassa asennoiduttiin silloin niin, että seurusteluaikana kaikki muu oli mahdollista paitsi yhdyntä, koska neitsyys tuli säilyttää. Kerran sanoin asuintovereilleni, että ettehan te mitään neitsyitä ole, tuohan on itsepetosta. Meillä Suomessa seurustelussa edetään sitä mukaa kun luottamus lisääntyy parisuhteessa, voidaan kokeilla kaikenlaista uutta ja jännittävää. Mutta te lähdette ihan latvasta puuhun. Keskustelun jälkeen he menivät hakemaan pillereitä yksi toisensa jälkeen – toisiltaan salaa.

Dialogisuus, tunnekeskeisyys, kehollisuus

K&S: – Mitä ajattelet tänä päivänä dialogisuudesta, tunnekeskeisyydestä?

Tunnekeskeinen on mielestäni pitkälti samaa kuin oli jo silloin kauan sitten. Minulla on monia ystäviä jotka ovat hyvin dialogisuudessa sisällä. Heitä kuunnellessani pohdin, että mikä tässä on nyt täysin uutta.

K&S: Dialogisuudessa keskitytään paljon ei-tietämiseen.

Mutta sekin on ollut jo milanolaisten perusjuttuja.

K&S: Vaikea sanoa mikä on täysin uutta kun ei edes tiedä, mikä on vanhaa. Mutta itselle se vain jotenkin on ollut tärkeä juttu. Kamppailee sen kanssa että yrittää muistaa, että ei voi tietää.

Pitää olla tasalle asettava, yhdessä asiakkaiden kanssa löytää se.

K&S: kehollisuus, resonointi keholla?

Mony Elkaïm on tuonut resonanssin jo aikoinaan. Hän sanoi että luodessasi tilan asiakkaan kanssa, kuuntelet, olet koko kehosi kanssa läsnä ja kuuntelet samalla mikä lähtee resonoimaan. Sekin on mielestäni ihan klassinen juttu 1990-luvun lopulta. Silloin puhuttiin narratiivisuudesta raivokkaasti. Julkaisimme pienen kirjankin, jossa oli tarinoita suomalaisen perheterapian todellisuudesta. Ne olivat ensimmäisen vet-koulutuksen lopputöitä. Silloin Mony tuli opettamaan resonanssista. Muistatteko Alice Morgania Australiasta? Muistatteko kun hän nousi tuolille? Hän nousi tuolille ja sanoi "eagle view", eli perheen olisi hyvä oppia havainnoimaan muutosta tai muutostoivetta kaukaa, ikään kuin kotkan silmin.

K&S: Mitä et halunnut missään vaiheessa jättää uuden tiedon tai uusien asioiden alle? Mikä on kulkenut mukana?

Vuorovaikutuksen, kommunikaation selventäminen. Lapsiperheissä ja nuorten kanssa sitoutumisen ja vallan hierarkiset systeemit. Niillä on tullut paljon hyviä tuloksia. Perheen sisäisen vuorovaikutuksen korjaaminen. Ehkä nyt tätä ei-tietämistä ja yhteisen ymmärryksen luomista. Ikinä en tule jättämään sukupuuta enkä muovausta. Olisi hölmöä unohtaa ne kokonaan.

Kaikkein tärkein asia perhe- ja pariterapeuttina, mistä en ikinä luovu, on oireiden taakse katsominen. Olen koittanut kerätä eri viitekehyksistä ajattelun välineitä: mihin fokusoidaan, mikä aiheuttaa oireita perheessä? Ehdottoman tärkeä on surematon suru. Sitä voi selvittää sukupuuta piirtämällä tai muovaamalla. Suomessa taustalta löytyy usein tapahtuma tai tilanne, jonka luonnollisena seurauksena olisi ollut valtava häpeä. Sitä on vaikeaa kestää, se vie yönunet ja aiheuttaa itseinhoa. Kerroin Cecchinille että tehtyäni 700 tuntia sukupuuta olen mielestäni havainnut, että vakavien oireiden takana on käsittelemätön häpeä perheessä. Siitä on tullut tabu tai salaisuus joka tuikkii oireina näkyviin. Se voi olla väkivaltaa, rikos, inesti tai uskottomuus. Kansalaissotaan tai toiseen maailmansotaan liittyvää. Asioita joista ei pystytä puhumaan. Huomaa, kun puheenaihe vaihtuu yhtä nopeasti kuin Eino Gröhnillä komppi yhden tahdin aikana. Perheterapeuttina huomaa kysyvänsä itseltään, mitä tässä oikein tapahtuu? Kun yrittää lähestyä toista kautta, taas väistetään. Tabu,

salaisuudet, suremattomat surut, häpeä. Ceccin sanoi suomalaisten häpeästä että "yes, that sounds good but in Italy we always look for the special envy and jealousy". Että heillä puolet perheiden ongelmista selittyy erityisen voimakkaalla kateudella tai mustasukkaisuudella. Toinen äärimmäisen tärkeä asia on on sukupolvien väliset salaiset liittoumat jotka on tavalla tai toisella tähdätty toista vanhempaa/puolisoa kohtaan. Sen sijaan unionit eli avoimet liittoumat ovat hyväksytyjä, kuten "me tytöt" menemme elokuvaan tai "miehet lähtevät autokaupoille renkaita potkimaan".

Stierlin sanoo, että hyvän perheterapian salaisuus on myös tilien tasoitus, anteeksipyyntö ja anteeksianto. Sitten ihmiset pääsevät eteenpäin. Nyt kun olen eläkeläisenä vapaaehtoisena Pirkanmaan saattohoitokodilla niin siellä tähän törmää. Kun ei ole paljon enää aikaa jäljellä, niin haluaa selvittää jonkun asian, josta ei ole voitu aiemmin puhua.

Yleisö: Miten näet kun olet kouluttanutkin paljon, mitkä kehenkin tarttuu ja jää elämään, osaksi sitä omaa ammatillisuutta ja omaa työskentelyä? Kuinka paljon oma henkilökohtainen tarina vaikuttaa siihen, millainen sinusta ammatillisesti tulee ja mitä poimit kaikista näistä lähteistä?

Olisi hienoa kun joku tutkisi tätä! Tarkoitukseni oli tehdä väitöskirja semmoisesta aiheesta, johon oli mieletön määrä materiaalia. Nyt silppuri on jo kärähtämässä kun olen hävittänyt aineistoa. Olen koko urani ajan pyytänyt työnhjauksissa ympäri maata kirjaamaan perheen rakenteen, siis perhekonstellation: ketä perheeseen kuuluu, minkä ikäisiä, ovatko työssä/koulussa, mitä sairauksia, perheen kehitysvaiheet jne. Sitten identifioitu ongelma, johon perhe tulee pyytämään apua. Halusin tehdä väitöksen siitä, minkä suomalaiset perheterapeutit kokevat niin vaikeaksi, että tuovat työnhjaukseen. Se olisi hyvä aihe edelleen.

Se on aina yhtä hämmästyttävää, mikä keneenkin tarttuu. Toiset ovat taitavia muovauksessa, joillakin on loistava empatiakyky. Miksi jotkut ihastuvat ei-tietämiseen tai kiltit haluavat toisille hyvää eivätkä asetu vastakarvaan. Huumori on todella tärkeää. En osaa tuohon

vastata, mikä vaikuttaa. Se on mysteeri.

Ei semmoiset ainakaan perheterapeutiksi sovi jotka kahvitauolla päivittelevät asiakkaita. Silloin olisi parempi tehdä jotain muuta. Itsestäni olen oppinut, että vaikka sisään tulisi viisi metriä kiviaitaa, niin minä en järkyty. Minä rupean katsomaan miten tämä on pantu kasaan. Miten enemmän työskentelee, sitä enemmän kiintyy asiakkaisiinsa. Se on ihan sama, mikä tulee sisään, siitä rupeaa tykkäämään ja sitä rupeaa ymmärtämään ihan väistämättä. Kun sessiossa on useampi ihminen läsnä, suhteet tulevat elävämmiin tarkasteluun.

Yleisö: Mitä tapahtui perheterapiayhdistyksessä aikoinaan?

Olin puheenjohtajana Suomen perheterapiayhdistyksessä, sen jälkeen puheenjohtajaksi tuli Seikkulan Jaakko. Olin Pohjoismaisen perheterapiakongressin pääsihteerini. Kongressiin Tampereelle tuli yli 1000 osanottajaa! Sen jälkeen yhdistyksen talous korjaantui. Viimeisenä kongressipäivänä tuli vielä 40 iloista tanskalaista ja kysyivät päästäänkö mukaan, vaikka emme ole ilmoittautuneet?

Toive tulevaan?

Toivoisin että te taistelisivat sen puolesta että Kelan kautta myönnettäisiin pariterapiaa. Se on äärimmäisen tärkeä ennaltaehkäisevä lastenkin mielenterveyden näkökulmasta. Ja kyllä te siihen pystytte, uskon että se on mahdollista.

Seuravaaksi Perheterapeutti olohuoneessa – keskusteluserjassa Tampereella Sirkku Tukiainen haluaisi tavata Pertti Virran.

Lukemista:

Anderson, Harlene (1997) Conversation, Language and Possibilities

Anderson, Harlene (toim. 2006) Collaborative Therapy

Boscolo, Luigi (1993, 2019) Times of Time

Cecchin Gianfranco (1987) Milan Systemic Family Therapy

Elkaïm, Mony (1990) If You Love Me, Don't Love Me: Undoing Reciprocal Double Binds and Other Methods of Change in Couple and Family Therapy

Minuchin, Salvador (1981) Family Therapy Techniques

Minuchin, Salvador & Fisman H. Charles (2009) Family Therapy Techniques

Minuchin, Salvador (2014) Psychosomatic Families

Morgan, Alice (2008) Johdatus narratiiviseen terapiaan

Palazzoli Mara Selvini, Boscolo, Luigi, Cecchin Gianfranco & Prata Giuliana (1990, 1994) Paradox and Counterparadox: A New Model in the Therapy of the Family in Schizophrenic Transaction

White, Michael: Maps of Narrative Practice. Norton = Karttoja narratiiviseen työskentelyyn (2016)

White, Michael: Narrative Means to Therapeutic Ends