

Haastateltavana Kirkon perheneuvonnan kouluttaja **Anne Anttonen**

Haastattelija perhe- ja pariterapiakouluttaja Kristiina Jussila

Anne Anttonen syntyi Ruokolahdella maalaistalon tyttäreksi ja hänen tiensä on sieltä kulkenut Helsingin ja Euroopan kautta kauemmaksikin maailmalle. Anne on aikuisten lasten äiti, joka mielenkiinnolla seuraa lastensa oman elämän löytymistä ja sitä, miten jollakin tavalla omat toteutumattomat unelmat saavat jonkun uuden muodon omien lasten elämän ratkaisuissa. Hän on nuoresta saakka ollut kiinnostunut kansainvälisyydestä, kehitysyhteistyökuvioista ja oikeudenmukaisemman maailman rakentamisesta.

Työssään Anne yrittää koko ajan nähdä samalla kauas ja aivan lähelle – globaaleista ilmiöistä ihmisen lähisuhteisiin.



Anne Mekong-joella

Kuka olet ja mitä sellaista haluaisit kertoa itsestäsi, mitä muut eivät välttämättä sinusta tiedä?

Olen perheneuvonnan kouluttaja kirkon tutkimus- ja koulutusyksikössä. Olen työskennellyt parikymmentä vuotta kirkon perheneuvojana, mutta nykyisin otan vastaan pareja omalla psykoterapiavastaanotolla. Olen viime aikoina toiminut erilaisissa luottamustehtävissä Therapiea-säätiössä, tällä hetkellä julkaisu-toimikunnassa. Kirjoittaminen ja kirjat ovat monella tavalla sydäntäni lähellä.

Millainen on ollut sinun tiesi pari-/perheterapeutiksi ja tähän hetkeen?

Olen aloittanut kirkon perheneuvojana vuonna 1997. Koska kirkon perheneuvonnassa tarjotaan apua erityisesti parisuhteen vaikeuksissa, minulle oli luontevaa aikanaan hakeutua opiskelemaan juuri paripsykoterapiaa, kun Väestöliitto aloitti ensimmäisen paripsykoterapeuttikoulutuksen vuonna 2006. Sain koulutuksesta erinomaisia eväitä perheen aikuisten välisen vuorovaikutuksen tutkimiseen ja hoitamiseen, vaikka koko perheen hyvinvointi onkin tavoitteena myös paripsykoterapiassa. Samaan aikaan sain kimmokkeen tutustua lisää tunnekeskeiseen pariterapiaan (emotionally focused couples therapy EFT), josta sain virallisen pätevyuden Kanadan kansainvälisestä keskuksesta (ICCEFT) vuonna 2011.

Kaipasin yhä lisää ymmärrystä intiimien suhteiden dynamiikkaan. Hakeuduin Therapiea-säätiön ja Helsingin Psykoterapiayhdistyksen yhdessä järjestämään neljävuotiseen psykoanalyttisen paripsykoterapian täydennyskoulutukseen. Koulutus olikin huima sukellus mielen ja suhteiden syvyyksiin. Tietoisen ja tiedostamattoman vuorovaikutuksen sisäkkäisyyden ymmärtäminen antoi ymmärrystä moneen aikaisemmin käsittämättömään ilmiöön inhimillisen elämän suhdekuvioissa.

Lisäoppia psykoanalyttiseen pari- ja perhesuhteiden ymmärrykseen ja hoitoon olen hakenut Lontoon Tavistock Relations koulutus- ja tutkimuskeskuksen järjestämistä lyhytkoulutuksista. Tavistock Relations -keskuksessa järjestettävät koulutukset ovat kuin karkkikauppa pari- ja perhesuhteista kiinnostuneille ja niiden parissa työskenteleville. Yli 50 vuoden pari- ja perheterapiatutkimus sekä käytännön kliininen kokemus ovat tuottaneet valtavasti kansainvälisesti arvostettuja koulutuksia ja kirjallisuutta.

Mitkä ovat sinulle tärkeät elämäsi tai työtäsi ohjaavat arvot?

Arvopuhe on helposti kliseistä ja päälle liimattua, mutta minulle aivan oikeasti on luovuttamattoman tärkeää ihmisen arvo ja arvokkuus. Ajattelen, että kaikki ihmiset kaipaavat aitoa suhdetta toiseen, mutta olosuhteet ja elämänkokemukset vääristävät kaipuuta joskus lähes tunnistamattomaksi. Jokainen ansaitsee tulla kohdatuksi aidosti ja arvostetusti. Jokaisen ihmisen henkilökohtainen kärsimys ansaitsee tulla kuulluksi, vasta sen jälkeen ihmiseltä voi odottaa vastuunottoa omista reaktioistaan kärsimyksensä. Pari- ja perheterapiassa tämä tarkoittaa pyrkimystä ymmärtää jokaisen perheenjäsenen toimintaa yhteydessä hänen historiaansa ja kokemuksiinsa.

Toivon, että pystyisin näkemään yhteyttä etsivän ytimen jokaisessa kohtaamassani ihmisessä. Toivon myös, että pystyisin säilyttämään yhteyden tuohon ytimeen itsessäni.

Miten sinusta tuli kouluttaja?

Käymääni pitkään psykoanalyttiseen täydennyskoulutukseen oli sisään rakennettu kouluttajakoulutus. Yliopistouudistukseen liittyvien hämminkien vuoksi ryhmämme ei kuitenkaan saanut virallista kouluttajanimikettä. Lähdin tuohon koulutukseen siihen liittyvistä epävarmuustekijöistä huolimatta motivaationani nimenomaan oppia lisää, ei niinkään saada nimikkeitä nimeni alle.

Samasta syystä hakeuduin kirkon perheneuvojan tehtävistä perheneuvonnan kouluttajaksi. Opin itse valtavasti opiskelijoiden kanssa yhdessä ihmissuhteita ihmetellessäni. Tehtävänäni on pyrkiä tarjoamaan uusille kirkon perheneuvojille mahdollisimman hyvä alku pari- ja perheterapian käytännön työhön. Toivon voivani sytyttää opiskelijoihin lisääntyvän innon oppia koko ajan uutta ihmisestä, elämästä ja suhteista.

Olen kouluttanut niin tunnekeskeistä kuin psykoanalyttistakin pariterapiaa tilauskoulutuksina psykoterapeuteille ja muille perhesuhteiden kanssa työskenteleville. Koulutusten suunnittelu pakottaa selvittämään omaa käyttöteoriaa, ja opiskelijoiden kanssa käydyt keskustelut pitävät omaa ajattelua elävänä.

Olen ollut kouluttajana Therapiea-säätiön järjestämissä psykoanalyttisen paripsykoterapian täydennyskoulutuksissa psykoterapeuteille. Seuraava koulutusryhmä aloittaa vuoden 2024 alussa.

Missä ja millaisia koulutusprojekteja sinulla on ollut ulkomailla?

Olen nuorena asunut ja opiskellut Etelä-Intiassa. Myöhemmin matkustaessani vanhoille paikoille vuonna 2017 tutustuin paikalliseen pari- ja perheterapia-keskuksen, Parivarthanin, työntekijöihin ja pidin heille lyhyen koulutuksen psykoanalyttisesta pariterapiasta.

Olen myös vierailut Virossa kouluttamassa perheterapeuteille psykoanalyttista pariterapiaa.

Olen ollut mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa ensimmäistä kirkon perheneuvonnan koulutusta Kambodžassa. Vuosi sitten matkustin Kambodžaan kuukaudeksi kouluttamaan paikallista koulutusryhmää. Pari- ja perheterapia on täysin uusi konsepti maassa, joka toipuu yhä 40 vuotta sitten tapahtuneesta kansanmurhasta ja sitä seuranneesta sisällissodasta. Kambodžan luterilainen kirkko pyrkii toimimaan kokonaisvaltaisesti kambodžalaisten hyvinvoinnin eteen. Sienien viljelyn, lasten jalkapallotoiminnan ja musiikkityön rinnalla perheneuvonta on otettu yhdeksi kirkon kärkihankkeeksi! Kirkon toimijat ovat ymmärtäneet, että perhesuhteiden ristiriitaisuus on yksi yhteiskunnan kehitystä eniten jarruttava tekijä.

Perinteisesti Aasian maissa perheyhteys on tärkeä elämää kannatteleva tekijä. Kambodžassa kuitenkin kansanmurhan aikana hallinto pyrki tuhoamaan yhteisöllisyyttä hajottamalla perheitä ja mm. kieltämällä rakkausavioliitot ja pakottamalla nuoret hallinnon valitsemiin pakkoavioliittoihin.

Kambodžan luterilainen kirkko pyysi kirkon perheneuvonnan koulutusapua Suomen Lähetysseuralta, jolloin ystäväni ja kollegani Pia Ruotsala muutti Kambodžaan asumaan. Minä olen ollut mukana koulutuksessa Suomesta käsin.



Koulutustilanne Kambodžassa

Mitä ulkomailla kouluttaminen antanut sinulle omaan työhösi ja kouluttamiseen kotimaassa?

Kaikki kokemukseni kulttuurien välisestä yhteistyöstä on siirtynyt välittömästi lisäymmärrykseksi parien ja perheiden kanssa tehtävään työhön.

Kulttuurien välinen kanssakäyminen on oikeastaan aivan pariterapian ydintä. Jokaisessa perheessä törmää kaksi erilaista tapaa ajatella ja kokea. Perheen arki on

näiden puolisoitten mukanaan tuomien perhekuulttuurien yhteensovittamista. Suhteissa on aina kysymys kahden erilaisen todellisuuden sovittautumisesta toisiinsa. Lapset joutuvat taiteilemaan näiden erilaisten maailmojen välillä, jos vanhemmille on vaikeaa limittää erilaisuuttaan sovinnollisella tavalla.

Eri kulttuurien välinen vuorovaikutus on aina hyvin elävöittävä ja auttaa kirkastamaan omaa taustaa ja identiteettiä samalla kun ymmärrys ja toisen kunnioitus voi vahvistua. Pari- ja perheterapeutille on mielestäni hyvin tärkeää tuulettaa omia itsestään selvyksiään säännöllisin väliajoin altistumalla erilaisuudelle.

On ollut tavattoman mielenkiintoista tunnustella yhteisen ihmisyyden ja erilaisten kokemusmaailmojen välisiä leikkauspintoja erityisesti kambodžalaisten opiskelijoiden kanssa. Yleiseen ihmisyyteen suuntautuvan tutkimusmatkan lisäksi erilaisuuteen tutustuminen antaa eväitä kohdata monikulttuurisuuden tuomia haasteita myös omassa maassa. Mitä luontevammin osaamme pari- ja perheterapeutteina ajatella erilaisuutta ja sovittaa työskentelymme erilaisista konteksteista tuleviin asiakasryhmiin, sitä paremmin kykenemme auttamaan luoksemme tulevia pareja ja perheitä.

Mitä haluaisit tuoda suomalaisen pari- ja perheterapiakenttään ulkomailta?

Olemme nyt tammikuussa 2023 järjestäneet ensimmäisen globaalin kirkon perheneuvonnan webinaarin. Webinaarin osallistujat, 50 perheneuvojaa 10 eri maasta, olivat valtavan innostuneita tästä mahdollisuudesta verkostoitua ja oppia uutta kollegoilta ympäri maailman.

Toivoisin, että pari- ja perheterapeutit voisivat laajemminkin löytää yhteyksiä perheiden kanssa työskenteleviin kollegoihin eri puolilla maailmaa. Teknisesti se on mahdollisempaa kuin koskaan ennen. Pari- ja perheterapeutillisella osaamisella on paljon annettavaa esim. sodista ja väkivaltaisista konflikteista toipuville maille. Yhteiskunnallinen väkivalta tuhoaa luottamusta myös lähisuhteissa ja kääntäen juuri perheen sisäiset suhteet voivat parhaimmillaan tarjota sellaista turvaa, jonka puitteissa traumaista toipuminen on mahdollista.

Monissa Suomeen muuttajien kulttuureissa perhesuhteilla on suurempi merkitys yksilön hyvinvoinnille kuin me kantasuomalaiset olemme tottuneet ajattelemaan. Osa tulijoista on hyvinkin traumatisoituneita, ja trauma vahingoittaa aina kykyä rakentaa ja pitää yllä toimivia lähisuhteita. Julkisessa keskustelussa kulttuurin ja trauman vaikutukset tahtovat mennä surullisella tavalla sekaisin. Perheterapeuttien monikulttuurinen osaaminen on mielestäni hyvin tärkeää. Kansainväliset yhteydet

voivat lisätä omaa ymmärrystä omassa maassa elävien perheiden elämään ja suhteisiin sekä auttaa luomaan edellytyksiä pysyväälle rauhalle ja sovinnolle.

Olisi hyvä, jos me pari- ja perheterapeutit jaksaisimme tarjota nykyistä aktiivisemmin osaamistamme yhteiskunnan käyttöön niin monikulttuurisuuskysymyksissä kuin erilaisten näkemysten välisissä konflikteissa yhteiskunnassa.