

## PÄÄKIRJOITUS

Koronaepidemia on ennennäkemättömällä tavalla muuttanut maailmaamme, hyvin yllättäen ja lyhyessä ajassa. Muutokset tuntuvat arjessamme juuri nyt, niin työelämässämme kuin vapaa-ajallammekin, ja odotettavissa on, että kriisin seurauksia koemme vielä vuosia tästä eteenpäin. Miten tässä kaikessa toimimme, miten selviämme? Miten pitkään kriisi kestää ja mitkä ovat seuraavat askeleet kriisistä ulos? Mikä kriisin seurauksena muuttuu pitempiaikaisesti, missä asioissa palaamme vanhaan normaaliin? Ilmassa on paljon kysymyksiä, vastauksia vielä vähän.

Auttamistyö on siirtynyt hämmästyttävällä nopeudella etäyhteyksillä toteutettavaksi. Uskoisin, että monelle meistä etätyöskentely on uutta. Psykoterapiaa ja ehkä vielä erityisesti perhe- ja pariterapiaa, jossa osallistujia on useita, on totuttu tekemään kasvotusten ja yhteen kokoontuen.

Aika näyttää, mitä tämä etäyhteyksiin siirtyminen meille opettaa ja millä tavoin etätyöskentely on jatkossa yksi mahdollinen vaihtoehto perheiden auttamisessa. Mahdollistaahan se esimerkiksi eri puolilla Suomea tai maailmaa elävien perheenjäsenten yhteen kutsumisen, säästää ihmisten aikaa terapiapaikalle tulon verran ja on joillekin asiakasperheille tuttu ja luonteva tapa olla vuorovaikutuksessa. Eronneiden vanhempien voi olla mahdollisempaa osallistua lapsensa hoitoon liittyviin neuvotteluihin etänä, vaitelias nuori voi puhelimesta pystyäkään puhumaan aivan eri tavalla kuin kasvotusten jne.

Perhe- ja pariterapeuttien aktiivisuuden ansiosta etäyhteyksillä toteutettava kuntoutuspsykoterapia tuli myös perheille ja pareille mahdolliseksi, vaikka Kela aluksi linjasi perhe- ja pariterapian etätyöskentelyn ulkopuolelle. Tämä oli kiitettävää valppautta niiltä, jotka asiaan tarttuivat.

Fyysisten kontaktien välttäminen, kotona tehtävä työ ja lasten kotona tapahtuva koulunkäynti on johtanut tilanteisiin, joissa perheelliset ihmiset ovat hyvinkin intensiivisesti yhdessä ja yksin elävät ihmiset puolestaan ovat saattaneet menettää käytännössä kaikki sosiaaliset kontaktinsa. Juha Itkonen kirjoittaa kirjeessään Kjell Westölle: ”Jo nyt korona on heittänyt meidät kaikki ikään kuin syvemmälle omaan elämäänsä, omaan yksityiseen elämäntilanteeseensa, joka kai aina on tehtyjen valintojen ja silkan sattuman summa. Koteihinsa suljettuina perheelliset ovat entistä perheellisempiä. Yksinäiset ovat entistä yksinäisempiä, niin ainakin kuvittelen.” Ja vielä; perhesuhteet voivat

intensiivisessä yhdessäolossa joko joutua koetukselle tai niiden arvon todella ymmärtää nyt. Yksin elävällä turvattomuus ja yksinäisyys voi olla keskeisin kokemus tai toisaalta tyytyväisyys omasta rauhasta ja tilasta voikin nousta tärkeimmäksi havainnoksi yksinolosta. Kukin meistä kokee tämän kevään omalla tavallaan ja tilanteen kohtaamisen tapa, haasteet ja myös mahdollisuudet voivat toisella olla kovin erilaiset, kuin mitä ne itsellä ovat.

Kirjoitan tätä pääkirjoitusta näissä erityisissä olosuhteissa uusimuotoiseen lehteen. Ensimmäistä kertaa luette lehden sähköisessä muodossa, ette enää tuttuna paperilehtenä. Samalla tavalla kuin etäyhteyksien käyttö, myös uuteen lehtiformaattiin siirtyminen vaatii meiltä totuttelua ja avaa ajan myötä uusia mahdollisuuksia. Nyt aluksi pyrimme jatkamaan lehden tutuilla elementeillä, jatkossa kenties pääsemme tutustumaan vaikkapa liveinä kuvattuihin haastatteluihin tai artikkeleiden esittelyihin. Kutsunkin koko lukijakuntaa mukaan kehittämään uudenmuotoista lehteämme, kaikenlainen palaute ja uudet ideat ovat tervetulleita.

*Eija-Liisa Rautiainen, päätoimittaja*  
[eija-liisa.rautiainen@dialogic.fi](mailto:eija-liisa.rautiainen@dialogic.fi)  
p. 050-3568777

