

## *Toiminnallisuus ja leikkisyys perheterapiassa*

**Hanna Lampi**, FM,  
toimintaterapeutti, pari-  
ja perheterapian  
kouluttajapsykoterapeutti, theraplay-  
kouluttaja

[hanna.lampi@terapialampi.fi](mailto:hanna.lampi@terapialampi.fi)

**Laura Cantell**, HuK,  
kättilö, sh, pari- ja  
perheterapian  
kouluttajapsykoterapeutti

### **Tiivistelmä**

Perhepsykoterapia lapsiperheiden kanssa on paljon muutakin kuin puheeseen perustuvaa dialogia. Toiminnalliset menetelmät ja leikkisyys mahdollistavat tasavertaisemman osallisuuden ja vuorovaikutuksen perheen eri ikäisten jäsenten välillä. Pienten lasten ensisijainen itseilmaisun ja vuorovaikutuksen väylä ei useinkaan ole puhe ja heidän ymmärryksensä ja olemassaolonsa perustuu paljolti kokemuksellisuuteen. Pienet lapset perheineen hyötyvät perheterapeutin osaamisesta, jossa dialogiin yhdistyy vahvasti leikkisyys ja toiminnallisuus. Näiden käyttöä ohjaa lapsen vireystila ja sen säätelyn tarve. Yhteen virittyminen vahvistaa tunnetta jaetusta kokemuksellisuudesta. Tässä artikkelissa pohdimme leikin ja toiminnallisuuden tarpeellisuutta ja mahdollisuuksia perheiden kanssa, joissa on alle kouluikäisiä lapsia. Avaamme toiminnallisuuden ja leikkisyyden merkityksiä ja ulottuvuuksia sekä pohdimme tarvetta lisätä näiden osuutta perheterapeuttien koulutuksessa.

**Avainsanat:** lapsiperhe, leikki, leikkisyys, toiminnallisuus



## Johdanto

Työskentelemme perhepsykoterapeutteina paljolti lapsiperheiden kanssa. Lasten ikä asiakasperheissä vaihtelee vauvasta teiniin, joten työskentelytapoja täytyy soveltaa lasten ikä- ja kehitystason mukaisiksi siten, että kaikkien tarpeet tulisivat riittävästi huomioituiksi. Yhdessä ja erikseen olemme pohtineet lasten mukana oloa perheterapiassa ja sitä, miten mahdollistaa ja lisätä erityisesti pienten lasten osallisuutta. Meillä kummallakin on kokemus, että ainakin omassa, sekä perhepsykoterapeutti- että kouluttajapsykoterapeuttikoulutuksissamme pienten lasten huomioiminen perheterapiassa on jäänyt vähälle huomiolle. Pääosin meitä on opetettu perhepsykoterapeutteina toimimaan puheen keinoin ja myös dialogi on käsitelty lähinnä puheena. Toki myös kehollisuus osana työskentelyä tuli opintojen aikana jossain määrin esiin. Omassa työssämme perheterapeutteina olemme kuitenkin kaivanneet lisää ajatuksia, työtapoja ja menetelmiä tilanteisiin, joissa kieli ei ole ensisijainen vuorovaikutuksen väline. Olemme töissämme kokeilemisen, soveltamisen ja eri lähestymistapojen yhdistämisen kautta löytäneet tapoja ja keinoja lisätä lasten ikätasoisien kehityksen mukaista osallisuutta perheterapiassa. Tässä artikkelissa keskitymme perheisiin, jossa on alle kouluikäinen lapsi.

## Lapset perheterapiassa taustaa

Roberin (2008) mukaan on olemassa selkeä konsensus, että lapset tulisi ottaa mukaan perheterapiaan, mutta käytännössä tämä jää osin toteutumatta. Lapsista kyllä puhutaan tapaamisilla, mutta heitä ei kutsuta paikalle, etenkin jos perheterapeutilla ei ole kokemusta lasten mukaan ottamisesta. Puura ym. (2020) toteavat, että tavallisimmat leikki- ja kouluikäisten lasten mielenterveyden häiriöiden hoitoon käytettävät psykoterapiamuodot ovat kognitiivinen käyttäytymisterapia, psykodynaaminen psykoterapia ja perhepsykoterapia. Lapsen psykoterapeuttisen hoitomuodon valintaan vaikuttavat diagnoosin lisäksi lapsen ikä, perheen tilanne, lapsen oma motivaatio ja ominaisuudet sekä vanhempien motivaatio ja ominaisuudet. Lasten psykoterapiaa ei yleensä voida aloittaa, jos lapsen olosuhteet ovat epävakaita tai vanhemmat vastustavat hoitoa (Puura ym. 2020). Perheterapiassa vanhempien mahdollinen ristiriitainen suhtautuminen tai ilmenevä vastustus tulee työskentelyssä huomioiduksi, eikä jää yksin lapsen kannettavaksi tai asetu työstämättömänä esteeksi lapsen terapiaprosessin onnistumiselle. Perheterapian valikoituessa hoitomuodoksi vanhemmat ovat luonnollisestikin erottamattomasti mukana työskentelyssä ja heidän ominaisuutensa ja perheen kokonaistilanne tulee lapsen hoidon ohella osaksi prosessia.

Lähetekäytännöt perheterapiaan vaihtelevat paljon ja edelleen lastenkin terapioiden yksilöterapia on usein ensimmäinen vaihtoehto. Vanhemmille tarjotaan omia vanhemmanohjauskäyntejä, joissa tavallisimmin paikalla ovat vain vanhemmat. Vanhempien ohjaaja ei välttämättä koskaan tapaa lasta, puhumattakaan koko perheestä. Aikuisten psykoterapioissa yksilöterapia on myös selkeästi suositelluin hoitomuoto. Tähän toivoisi rinnalle vähintään joitain käyntejä perheterapiassa, etenkin jos kyseessä on lapsiperhe.

Perheet, joissa on erityistä hoitoa ja tukea vaativa lapsia, hyötyisivät usein myös perheterapeuttisesta tuesta. Monet vanhemmat kuvaavat jäävänsä melko yksin lapsen diagnosoinnin jälkeen, ja he kaipaavat mm. tukea käydä asiaa läpi vanhempiensa ja perheen muiden lasten sekä lähipiirin kanssa.

Lapsiperheet eivät kuitenkaan hakeudu perheterapiaan vain lapsen psyykkisen oireen vuoksi. Perheet voivat hakeutua perheterapiaan myös lapsesta riippumattomista, perheen sisäistä syistä (kuten perheen vaikeat ristiriidat, vuorovaikutuksen häiriöt tai perheen kehitykselliset kriisit) tai perhettä kohdanneista syistä (esim. perhettä kohdanneet kriisit ja vaikeat elämäntapahtumat, kuten perheenjäsenen vakava sairastuminen, vanhempien ero, läheisen onnettomuus tai kuolema, lapsen sijoittaminen perheen ulkopuolelle tai tulipalo). Tällaiset kuormittavat elämäntapahtumat voivat saada perheen hakemaan apua perheenä, ilman lapsen erillistä oireilua, mutta voivat luonnollisestikin myös lisätä lapsen riskiä

sairastua mielenterveyden häiriöön sekä vaikeuttaa ja ylläpitää lapsen jo olemassa olevaa psyykkistä oireilua.

Suomessa mielenterveyden häiriöitä esiintyy noin 20 %:lla lapsista ja erityistason tutkimusta tai hoitoa tarvitsee noin 10 %. Mielenterveyden häiriöiden synnyn ja hoidon kannalta lapsuuden tekee erityiseksi aivojen voimakas muovautuvuus. Lasten aivot ovat herkemmit kielteisten kokemusten vaikutuksille, mutta asianmukaisella hoidolla on mahdollista korjata vaurioita ja mahdollistaa lapsen myöhempi terve kehitys (Puura ym. 2020).

Perheterapia kohdistuu yleisesti ottaen perheen sisäisiin vuorovaikutussuhteisiin, joita voidaan lähestyä ja hoitaa monenlaisesta perheterapeuttisesta viitekehystä. Lasten perhepsykoterapiaan on kehitetty myös häiriökohtaisesti erityisiä perheterapeuttisia hoitomalleja. Tässä artikkelissa emme edusta tiettyä perheterapeuttista näkökulmaa tai hoitomallia, vaan keskitymme alle kouluikäisten lasten osallisuuden tukemiseen perheterapiassa toiminnallisilla keinoin.

### **Miksi leikillisuus ja toiminnalliset keinot?**

Terapiaan sitoutuminen on aktiivista vuorovaikutukseen osallistumista terapiaistunnolla. Aktiivinen vuorovaikutukseen osallistuminen lisää halua osallistua terapiassa tapahtuvaan toimintaan, jakaa itsestään asioita ja sitoutua terapiaan. Terapiaan sitoutuminen mahdollistaa terapian kokemisen merkityksellisenä ja muutoksen mahdollistavana hoitona. Lasten perheterapiaan sitoutumisen näkökulmasta olennaista on tarkastella sitä, miten aikuiset mahdollistavat lapsen asemoitumisen vuorovaikutukseen. Lapset ovat erilaisessa lähtötilanteessa suhteessa terapiaan kuin perheen aikuiset. Lapset eivät oletettavasti ole aloitteellisia terapiaan hakeutumisessa tai päättäneet siihen ryhtymisestä. Pienillä lapsilla ei lisäksi ole samoja kielellisiä kykyjä käytettävissään kuin vanhemmilla lapsilla tai aikuisilla, jotka terapiaan osallistuvat.

On tutkimuksia (Cederborg 1997; O`Reilly 2006; Parker & O`Reilly 2012), joissa osoitetaan, että keskusteluun pohjautuvassa perheterapiassa lapset ovat valtaosan ajasta keskustelun sivustaseuraajia. Lapsen päätyessä keskustelun sivustaseuraajaksi on hän epätasa-arvoisessa asemassa terapiassa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Cederborgin (1997) tutkimuksessa tarkasteltiin 4–7-vuotiaiden lasten osallistumista perheterapiassa käytyyn keskusteluun ja havaittiin, että lapset tuottivat vain 3,5 % puhutuista sanoista.

Perheterapian perusajatuksen näkökulmasta jokaisella terapiaan osallistuvalla perheenjäsenellä tulisi olla mahdollisuus toimia perheterapiassa täysivaltaisena osallistujana. Terapeutin tehtävä on ohjata terapeuttista keskustelua, sitouttaa jokainen perheenjäsen terapiaan ja mahdollistaa kunkin osallistuminen. Terapeuttisen muutoksen

tiedetään olevan sitä suurempi, mitä paremmin asiakas sitoutuu terapiaan. On haasteellista tai suorastaan mahdotonta osallistaa pieni lapsi perheterapiassa keskustelun keinoin tasavertaiseksi vuorovaikutukseen osallistujaksi. Pienen lapsen aktiivisen osallistumisen edellytyksenä on hänen vanhempiansa sitoutumisen lisäksi perheterapeuttisen työskentelyn mukauttaminen lapsen olemassa oleviin kykyihin ja ominaiseen tapaan ilmaista itseään. Koska pienellä lapsella ei ole käytettävissään samanlaisia kielellisiä resursseja kuin vanhemmilla lapsilla tai aikuisilla, voidaan yhdeksi terapeutin tehtäväksi katsoa perheterapiaprosessin ohjaaminen lapsen ilmaisun alueelle, leikin ja toiminnan maailmaan.

Toisinaan vanhempien voi olla vaikea ymmärtää ja arvostaa leikkiä ja toiminnallisuutta osana perheterapiaprosessia. Toiminnallisten menetelmien käyttö vaatii heittäytymistä myös vanhemmilta ja heidän voi olla haastavaa asettua aktiiviseen rooliin vuorovaikutuksessa. Leikkisyyden ja toiminnallisuuden tarkoituksenmukaisuuden avaaminen vanhemmille on tärkeää, jotta vanhemmat voivat kokea työtavan mielekkääksi, sitoutua perheterapiaan ja osallistua siinä toteutuvaan vuorovaikutukseen täysipainoisesti.

Ojaniemi ja Tolppi toteavat Lapsen asemoitumista perheterapian vuorovaikutuksessa käsittelevässä pro gradu tutkielmassaan (2018), että lapsen epätasa-arvoinen asema perheterapian vuorovaikutuksessa voi johtaa allianssikatkoksiin ja heikkoon terapiaan sitoutumiseen ja heijastua näin lopulta myös terapian tuloksellisuuteen. Näin ollen myös terapian tuloksellisuuden näkökulmasta on mielekästä pohtia miten osallistaa pienet lapset perheterapiaan mahdollisimman toimivalla tavalla.

### **Leikkisyys ja toiminnallisuus**

Lapsen kielellinen kehitys on ensimmäisen kuuden vuoden aikana ilmiömäistä. On silti itsestään selvää, ettei alle kouluikäisen lapsen maailmassa puhe ole ainoa tai aina edes keskeisin vuorovaikutuksen ja suhteessa olemisen muoto. Lapset eivät pysty tuottamaan kielellisesti kaikkia niitä kokemuksiaan, joita heillä olisi kerrottavana.

*”Lapselle on luontaista ilmaista toiminnallisuuden ja leikin kautta omaa sisäistä maailmaansa. Leikki on osa lapsen kieltä.”*

Leikki terminä on haastava määriteltävä, Pellegrinin (2009) mukaan leikkiä ajatellaan liian usein vain mielikuvitus- ja roolileikkeinä, kun leikki itse asiassa sisältää paljon erilaisia muotoja. Panksepp (1998) kuvaa leikkiä mielentilana, jonkin tietyn toiminnan sijaan. Hän myös toteaa, että leikkisyyteen pääsemiseksi ihmisen tulee ensin kokea olevansa turvassa.



Itseilmaisu leikin ja toiminnallisuuden kautta antaa lapselle mahdollisuuden sijoittaa niin toiveita, odotuksia ja fantasioitaan kuin myös erilaisia haastavia tunteita kuten huolia, pelkoja syyllisyyttä ihmisten sijaan esineisiin. Threvarthen (2017) uskoo, että kysyttäessä mitä leikki merkitsee ihmisyydelle, on kuin kysyisi, mitä kasvu, kukkiminen ja hedelmäksi muuttuminen siemenestä merkitsee kasvin elämälle. Leikki ja toiminnallisuus mahdollistavat myös turvallisen etäisyyden traumaattisiin tapahtumiin ja kokemuksiin ja auttavat säätelemään niiden herättämiä tunteita ja reaktioita (Landreth ym. 1999).

Monilla masennusta sairastavilla aikuisilla on pieniä lapsia. Vanhemmalla on oma yksilöterapiakontakti, jossa tuetaan toimintakykyä monipuolisesti. Yksilöterapiaan ei kuitenkaan perinteisesti kuulu perhetapaamiset tai suora työskentely vuorovaikutussuhteiden kanssa. Äidin raskauden- ja vauvavaiheen masennuksen hoidosta on näyttöä, että pelkästään vanhemman mielialaoireiden hoitaminen ei riitä. Rinnalle tarvitaan myös suoraan lapsen ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen kohdistuvia interventioita (Lefkovich ym. 2014). Varhainen vuorovaikutus on lapsen kehityksen kannalta ensiarvoisen tärkeää, mutta vauva-ajan jälkeenkin vanhemman voinnilla on suuri merkitys lapsen kehitykselle ja koko perheen hyvinvoinnille.

Perheille, jotka hakeutuvat perheterapiaan, voi yhtenä tärkeänä tavoitteena prosessissa olla yhteisen ilon ja leikkisyyden kokemusten lisääntyminen. Turvallisessa, kannattelevassa ja leikkisyyttä tukevassa terapeuttisessa prosessissa on uudenlainen mahdollisuus lisätä perheen sisäistä hyvää ja siten tukea perheen sisäistä vuorovaikutusta.

Ajatellaanpa vaikka perhettä, johon kuuluu vanhemmat ja kolme lasta, joista kaksi vielä alle kouluikäisiä. Vanhemmat kokevat, että perheen arjessa on liikaa kielteisyyttä, sisarukset riitelevät paljon ja vanhempien aika menee näiden välikohtausten selvittelyyn. Moni mukava asia jää tekemättä tai päättyy riitaan, eivätkä vanhemmat ole löytäneet omin voimin keinoja tilanteen muuttamiseen.

Vanhempien kanssa keskustellessa tulee selväksi, että he toivovat muutosta, mutta eivät tiedä miten saada se aikaan. He kertovat pyrkivänsä keskustelemaan yhdessä ja erikseen lasten kanssa, mutta tämä ei tunnu edistävän muutosta. Kertomuksissa erilaisista tilanteista käy ilmi, että he odottavat lasten osallistuvan, ymmärtävän ja sitoutuvan keskustelemalla tehtyihin sopimuksiin perheen toimintatavoista. Toive myönteisemmästä arjesta on vahva, mutta tuntuu vanhemmista lähes saavuttamattomalta.

Toiminnallisuuden ja leikillisyyden ottaminen osaksi perheterapiaprosessia, esimerkiksi edellä kuvatun kaltaisessa tilanteessa, mahdollistaa perheen pienimpien lasten osallisuuden ja tasa-arvoisuuden lisääntymisen perheterapiassa sekä tarjoaa lapsille kuulluksi ja kohdatuksi tulemisen kokemuksen heidän maailmalleen ominaisella tavalla. Perhetera-

piassa toteutetun toiminnallisuuden ja leikillisyyden avulla koko perhe voi löytää uusia vuorovaikutustapoja puhumisen rinnalle ja näin esimerkiksi tämän kaltaisessa tilanteessa vähentää sisarusten riitelyä sekä riitojen selvittelyyn kuluvaan aikaan ja näin saada perheen arki myönteisemmäksi.

Pienen lapsen näkökulmasta asiaa tarkasteltaessa voi lapsen olla hyvin vaikea hahmottaa puhutusta mitä häneltä odotetaan tai sitoutua puheen tasolla tuotettuihin sopimuksiin. Pienen lapsen on myös hankala kyetä vastaamaan toiveisiin, jotka ovat ristiriidassa lapsen oman tarpeen tai kokemuksen kanssa. Toiminnallisuus ja leikillisuus antavat lapselle vaihtoehtoisen tavan ilmaista sitä, miten hän asian kokee ja mahdollisesti myös sitä, miten hän toivoisi asian olevan. Ymmärtämällä lapsen kokemusmaailmaa vanhemman kyvyt pyrkiä ratkaisemaan tilannetta lapselle mahdollisella tavalla lisääntyvät. Lapsen on puolestaan helpompaa osallistua ratkaisupyrkimyksiin ja sitoutua tehtyihin sopimuksiin, kun hän on tullut kuulluksi ja saanut osallistua kehitysvaiheelleen ja itselleen ominaisin tavoin.

### **Toiminnallisuus ja leikkisyys käytännössä**

Mitä tämä kaikki sitten käytännössä on? Miten toiminnallisuutta ja leikkisyyttä toteutetaan ja perheterapiassa? Leikkisyyttä voi tarkastella osittain asenteena ja toiminnallisuutta yhtenä sen ilmaisumuotona. Leikkisyys itsessään ei vaadi perheterapeutilta lisäresursseja, erityisosaamista tai tiettyjä työvälineitä, vaan kyse on ennen kaikkea valmiudesta ja halusta siirtyä aikuisen maailmasta lapsen maailmaan.

Käytännössä toiminnallisuus ja leikkisyys nivoutuvat toisiinsa. Ne voivat olla yhdessä leikkimistä nukkekodin nukeilla, roolileikkejä, yhdessä piirtämistä, maalaamista, muovailemista, pelaamista, asioiden tai esineiden yhdessä tutkimista tai vaikkapa yhdessä toinen toistensa ajatusten arvailua. Perheterapiassa leikillisyydessä oleellista on dialogisuuden peruseriaatteiden mukaisesti lapsen aloitteisiin liittyminen. Tässä auttaa, jos perheterapeutti tuntee lasten yleisiä kehitysvaiheita ja osaa lukea lapsen eleitä, ilmeitä ja toimintaa, sanottujen sanojen ohella. Lapset ovat aikuisten tavoin yksilöitä ja jokaisella on oma tapansa olla vuorovaikutuksessa, joten perheterapeutin tehtävä on olla avoin ja utelias ja tehdä tilaa kunkin lapsen omalle tavalle. Toiminnallisuuden tavoite ei toteudu, ellei perheterapeutti virittäydy kunkin lapsen tapaan olla ja pyri olemaan leikkisä juuri tälle sopivalla tavalla. Toiminnallisuus tai leikkisyys eivät kumpikaan ole itse tarkoitus, vaan ne ovat tarpeen mukaan käytettäviä hienovireisiä työtapoja. Mikään leikki tai toiminta ei itsessään ole valmis menetelmä, joka toimisi tilanteessa kuin tilanteessa. Toiminnallisuus ja leikki ovat dialogisia prosesseja.

Yksinkertaisimmillaan toiminnallisuuden ja leikkisyyden hyödyntäminen voi olla esimerkiksi sitä, että perheterapiassa käydään leikkimällä (joko nukkekodin nukeilla, muilla hahmoilla tai roolileikkinä) läpi jotain tilannetta tai tapahtumaa tai niihin liittyviä tunteita, jotka joku perheenjäsenistä nostaa esiin. Leikissä voi nousta esiin lapsen käsitys siitä, mikä on esteenä tilanteen muuttamiselle tai mikä siihen lapsen mielestä auttaisi. Leikissä vanhempi ja lapsi voivat koko ajan vaikuttaa tapahtumiin, muuttaa leikin kulkua ja käsitellä tilannetta haluamastaan näkökulmasta. Näin lapsi saa puheenvuoron tavalla, jossa hänellä on mahdollisuus ilmaista itseään omalla maaperällään. Toiminnallisuus ja leikkisyys eivät kilpaile puhumisen kanssa tai poista sen tarvetta. Ne tulevat puheen rinnalle väyläksi tavoittaa ja huomioida lapsi ja lisätä hänen mahdollisuuksiaan osallisuuteen.

*”Kun perheterapiassa on mukana pieniä lapsia, on usein hyvä toteuttaa leikkejä, joissa saa liikkua ja käyttää kehoa.”*

Aloillaan oleminen on pienille haasteellista ja usein lasten ihan luonnollinen liikkumisen tarve johtaa siihen, että he saavat aktiivisuudestaan palautetta. Käynnin rytmittäminen siten, että puhe ja aktiviteetit vaihtelevat ja ovat sopivasti tasapainossa on usein vaativaa. Lasten tarpeet ovat etusijalla, aikuisilla on enemmän valmiuksia itsesäätelyyn kuin kehittyvällä lapsella. Tämä kannattaa huomioida heti alkuun, sanoittaa ääneen ja antaa lapsille lupa olla lapsia.

Pienet lapset ovat usein vilkkaita ja energisiä. Perheterapiatapaamisten aluksi voi olla hyvä purkaa jännittyneitä energiaa, jota tapaaminen jo sinällään saattaa aiheuttaa. Leikit, joissa on mahdollisuus olla aktiivinen ja toimia yhdessä voivat olla tähän hyvä keino. Tällaisia leikkejä ovat mm. perinteiset hippaleikit, piiloleikit ja vauhdikkaammat riehaleikit. Tavoitteena on sovittaa vireystila enemmän yhteisesti jaetuksi.

Keskustelun lomassa voi olla hyvä aika ajoin pitää pieniä toiminnallisia hetkiä. Tunnekorttien lisäksi voidaan käyttää aktiviteettikortteja, joita löytyy monista lautapeleistä. Toiminnalliset hoivaavat elementit rytmittävät keskustelua ja luovat turvallisuuden tunnetta.

Kun keskitymme vuorovaikutukseen, tunteiden tunnistaminen on tärkeää. Pienten lasten tunnesanasto on vasta kehittymässä ja yhdessä perheen kanssa voidaan vaikkapa kuvien avulla tutkailla tunteita. Perheterapeutin tulee olla selkeä ja tunnistaa herkästi, kuinka selkeitä aikuisten (tai isompien sisarusten) käyttämät sanat ovat nuorimmille



perheenjäsenille. Vastaanotolla perheterapeutin rooli on ajoittain olla ikään kuin tulkkina, varmistaen, että kaikki läsnäolijat pysyvät keskustelussa mukana.

Perheen vuorovaikutuksen tukemiseksi koko perheen läsnäolo perheterapiassa on tärkeää. Käyntien, jossa kaikki ovat läsnä, sisältö tulee suunnitella siten, että jokainen, ikä- ja kehitystasosta riippumatta voi osallistua täysipainoisesti. Yhteisten leikkien kautta perheterapeutti tutustuu kaikkiin perheenjäseniin ja luo samalla turvallisen ja lämpimän tunnelman käynneille. Hassuttelu, ilo, leikkimielisyys viestivät koko perheelle toivosta ja siitä, että he kaikki ovat tärkeitä. Eläväiset tilanteet antavat perheterapeutille tilaisuuksia tarttua vuorovaikutusilmiöihin hetkessä ja yhdessä perheen kanssa etsiä keinoja hankalien tilanteiden läpikäymiseen.

Leikkillisyyden toteuttamisessa kannattaa perheterapeutin huomioida myös omat luontevat tapansa. Toisen on helpompi heittäytyä leikkimään lattialle, kun toinen taas mieluummin piirtää perheen kanssa. Itselleen täysin vieraaseen, saati vastenmieliseen leikkiin tai toimintaan pakottautuminen tuskin on auttavaa. Toisaalta perheterapeutin roolissa voi olla tarpeellista astua oman mukavuusalueen ulkopuolelle asiakkaiden tarpeiden vuoksi. Toiminta ei luonnollisestikaan valikoidu perheterapeutin mieltymysten perusteella, vaan kunkin lapsen tarpeen mukaisesti. Leikin ja aktiviteetin käyttö säätelykeinoina toimii vain, kun perheterapeutti valitsee toiminnan lapsen vireystilan, luontaisen temperamentin ja sen hetkisen kokonaistilanteen huomioiden.

Kuten todettu osa toiminnallisista menetelmistä perheterapiassa on vain tapoja ottaa leikkisyys ja leikki osaksi perheterapiaprosessia eikä vaadi kuin avoimen mielen ja kyvyn heittäytyä leikin maailmaan, perheen tarpeisiin ja lapsen tilanteeseen virittäytyneenä. Toiset menetelmät puolestaan vaativat lisää perehtymistä tai täydennyskouluttautumista. Lisäkoulutusta edellyttäviä ovat muun muassa theraplay ja MBT-F. Näihin menetelmiin koulutautunut perheterapeutti voi hyvin käyttää työmalleja myös perheterapiassa.

### **Miten tulevaisuudessa**

Muokatussa Delphi-tutkimuksessa Sori ja Sprenkle (2004) suosittelivat seuraavien osa-alueiden tuomista perheterapiakoulutukseen:

- teoriaa vanhempien ja lasten välisestä vuorovaikutuksesta ja sen merkityksestä
- teoriaa ja käytäntöä lasten kehitykseen liittyen
- käytännön harjoittelua perheiden kanssa, joissa on eri-ikäisiä lapsia ja erilaisia haasteita niin lapsilla kuin vanhemmillakin
- lisälukemistoa lapsiperheisiin liittyen
- painotusta terapeutin vuorovaikutustaitoihin lasten kanssa

- induktiivisia ja deduktiivisia oppimismenetelmiä lasten kanssa työskentelyyn
- ei-kielellisten taide- luovuus- ja leikkimenetelmien painotusta koulutuksessa

Perheterapeuttien aikaisempi koulutus ja työkokemus vaihtelee ja sitä kautta myös se, millaisia valmiuksia heillä on kohdata lapsiperheitä. Terapiaopintoihin tulisi sisällyttää riittävästi myös pikkulapsiperheiden kanssa työskentelyn teoriaa ja käytännön harjoittelua. Tarjolla on toki vaihtoehtoja erikoistua erilaisiin toiminnallisiin terapeuttisiin menetelmiin (esimerkiksi theraplay ja MBT-F), toivottavaa kuitenkin olisi asian huomioiminen jo perusopinnoissa. Yksi vaihtoehto voisi olla myös juuri perheterapeuteille suunnatut lisäkoulutukset, joiden painopisteenä olisi nimenomaan pikkulapsiperheiden kanssa työskentely.

## Lähteet

Cederborg, A-N. (1997). Young children's participation in family therapy talk. *The American Journal of Family Therapy*, 25(1), 28-38

Landreth, G. & Bratto, S. (1999). Play Therapy. *Eric Digest*. Luettavissa osoitteessa [ED430172.pdf](#)

Lefkovic, E., Baji, I & Rigó, J. (2014). Impact of maternal depression on pregnancies and early attachment. *Infant Mental Health Journal*, 35, 354–356

Ojaniemi, J. & Tolppi, N. (2018). *Lapsen asemoituminen perheterapian vuorovaikutuksessa*. Psykologian Pro gradu -tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.

O'Reilly, M. (2006). Should children be seen and not heard? An Examination of how children's interruptions are treated in family therapy. *Discourse studies*, 8(4), 549–566.

O'Reilly, M. & Parker, N. (2012). You can take a horse to water, but you can't make it drink. Exploring children's engagement and resistance in family therapy. *Contemporary Family Therapy*, (35(3), 491-507.

Panksepp, J. (1998). *Affective Neuroscience, The Foundations of Human and Animal Emotions*. New York: Oxford University Press.

Parker, N. & O'Reilly, M. (2012). Gossiping as a social action in family therapy: The pseudo-absence and pseudo-presence of children. *Discourse Studies*, 14(4), 457-475.

Pellegrini, A. D. (2009). *The role of play in human development*. New York: Oxford University Press.

Puura, K., Luoma, I., Toivanen, J. & Ebeling, H. (2020). Lasten psykoterapiat. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim*, 136 (18), 2055-2061.

Rober, P. (2008). Being there, experiencing and creating space for dialogue: about working with children in family therapy. *Journal of Family Therapy*, 30, 467-477.

Sori, C. F. & Sprenkle, D. (2004). Training family therapists to work with children and families: a modified Delphi study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, 479-495.

Trevarthen, C. (2017). Play with infants: The impulse for human story-telling. Teoksessa Tina Bruce, Pentti Hakkarainen & Milda Bredikyte (toim.) *The Routledge International Handbook of Play in Early Childhood*. London: Routledge, 198-215.

