

## DIALOGISSA

### *Lasten kanssa työskennellessä ei voi olla autopilotilla ja laput silmillä*

#### *Varsinais-Suomi ja Pohjois-Savo dialogissa*

**Riikka Okko-Holck,**  
psykiatrinen sh, perhe- ja  
paripsykoterapeutti  
Riikka.Okko@gmail.com

**Essi Valo,** psykologi,  
perhe- ja paripsyko-  
terapeutti

**Katariina Ala-  
Karjanmaa,** psykologi,  
perhe- ja paripsyko-  
terapeutti

**Henna Julkunen,**  
sosiaalipsykologi, perhe-  
ja paripsykoterapeutti

**Kirsi Keski-Orvola,**  
sosiaalityöntekijä, perhe-  
ja paripsykoterapeutti

Tässä jutussa me, Riikka Okko-Holck ja Essi Valo, kerromme ajatustenvaihdosta, jota kävimme meille entuudestaan vieraiden kollegoidemme Katariina Ala-Karjanmaan, Henna Julkusen ja Kirsi Keski-Orvolan kanssa syksyn 2021 aikana. Aiheena dialogillamme oli perheterapeuttinen lasten kanssa työskentely ja siinä tapahtunut muutos terapeutiksi opiskelun myötä. Suorat lainaukset tässä jutussa ovat poimintoja yhteisestä keskusteluhetkestämme etäyhteyden välityksellä sekä sitä alustaneesta kirjeenvaihdostamme.



Näin meidän kirjeemme alkoi:

*”Tervehdys Kuopion perhe- ja pariterapeuttikollegat!*

*Kirjoitamme teille tätä kirjettä rauhallisessa turkulaisessa kahvilassa, innostunein ja odottavin tunnelmin. Meistä on hienoa päästä jakamaan kanssanne ajatuksia perheterapeuttisesta työskentelystä lasten kanssa. Uskomme oppivamme ja oivaltavamme paljon uutta, kun pysähdymme tällä tavalla yhdessä kokemustemme äärelle. Huomaamme jo nyt, tätä kirjettä kirjoittaessamme tavoittaneemme uudenlaisia ajatuksia ja käyneemme keskenämme syvällisiä keskusteluja aiheeseen liittyen! Tuntuu tärkeältä saada pohtia kanssanne, kuinka voimme terapeutteina kehittyä lasten kohtaamisessa, ja siten perheiden auttamisessa. Samalla toivomme, että saamme välitettyä yhteiset pohdintamme ja niistä seuraavat oivalluksemme myös niille muille lasten kanssa työskenteleville, jotka myöhemmin pääsevät lukemaan kirjoittamamme jutun Perheterapialehdestä.*

*Tämä yhteinen juttuprojektimme sai alkunsa, kun perhe- ja pariterapia-koulutustemme pääkouluttajat Eija-Liisa Rautiainen ja Tapio Ikonen keskustelivat alkusyksystä keskenään. Keskustelun sisällöstä meillä ei ole sen tarkempaa tietoa, mutta he päätyivät ehdottamaan Tapion alun perin ideoiman lehtijutun kirjoittamista meille. Tapion ideana oli rakentaa dialoginen juttu lasten kanssa työskentelemisestä teidän integratiivisessa perhe- ja paripsykoterapeuttikoulutuksessanne tekemienne opinnäytetöiden pohjalta. Ehdotuksessaan hän antoi meille hyvin vapaat kädet jutun toteutuksen suhteen. No, mehän innostuimme ideasta ja päätimme ottaa haasteen vastaan! Niinpä kutsuimme ensimmäiseksi teidät yhteiseen keskusteluun. Oli mukava tavata teidät ensin lyhyesti videoyhteyden avulla. Siten pääsimme yhdessä suunnittelemaan, miten haluamme projektin toteuttaa. Ja nyt siis yhteisen suunnittelun tuloksena kirjoitamme teille tätä kirjettä.”*

Ennen kirjeen kirjoittamista olimme lukeneet kollegoidemme opinnäytetyöt, niiltä rajatuin osin kuin he katsoivat voivansa ne meille antaa loukkaamatta tutkittaviensa yksityisyyttä ja anonymiteettiä. Opinnäytetöiden aiheet kytkeytyivät kaikki eri tavoin lasten kanssa työskentelyyn perheterapeuttisesti. Kirjeessämme jaoimme heille meissä heränneitä ajatuksia ja oivalluksia heidän teksteistään. Pyysimme sitten heitä refleктоimaan omia ajatuksiaan ja vastaamaan meille muutama kysymykseen liittyen heidän kokemuksiinsa lasten kanssa työskentelystä ja siinä kehittämisestä. Saimme heidän vastauskirjeensä

luettavaksi ennen kokoontumista yhteiseen etäkeskusteluun, mikä toteutui marraskuun 2. päivä 2021. Sitä kaikkea, mikä loka- ja marraskuun aikana käydyssä dialogissa resonoi ja tuntui merkitykselliseltä, pyrimme tässä nyt jakamaan.

Tuntuu aluksi tärkeältä todeta, että me kaikki viisi juttuprojektiin osallistunutta olemme valmistuneet perhe- ja paripsykoterapeuteiksi tänä vuonna. Jaamme siis sen todellisuuden, että olemme osin opiskelleet sekä valmistuneet psykoterapeuteiksi hyvin poikkeuksellisenä aikana. Maailmanlaajuinen pandemia ja sen rajoitukset ovat vaikuttaneet myös mahdollisuuksiimme verkostoitua ja reflektoida ajatuksia samaa työtä tekevien kanssa. Olemme opiskelleet osan koulutuksestamme etänä, videoyhteyden päässä omista opiskelutovereista ja kouluttajista. Olemme tehneet - osa meistä enemmän, osa vähemmän - asiakastyötä myös kotoa käsin, kuten niin moni muukin tänä aikana. Tämä yhteinen juttuprojekti tuntui myös näistä syistä tärkeältä ja merkitykselliseltä mahdollisuudelta jakaa ja luoda uudenlaista ja syvempää ymmärrystä aiheeseen liittyen. Lasten kanssa työskentelemisestä meillä kaikilla on ollut jo alun perin ennen koulutustakin vaihteleva määrä kokemusta. Nykyiset työkontekstimme ovat keskenään erilaisia, osa tekee päivittäin töitä lasten ja heidän perheidensä kanssa, osa työskentelee ajankohtaisesti enemmän aikuisten kesken. Yksi meistä vaihtoi koulutuksen aikana työpaikkaa päästäkseen työskentelemään enemmän myös lasten kanssa.

### Lapsi osallisena perheterapiassa

Yhteisesti jaetun kokemuksemme mukaan lasten kanssa työskentely on aihe, joka puhuttaa paljon ja herättää monenlaisia oloja työntekijöissä. Pintaan nousee herkästi epävarmuuden tunteita suhteessa omaan tapaan olla ja tehdä työtä. Asiasta keskustellessamme liitimme tämän epävarmuuden ainakin osin siihen, kuinka vastuulliseksi terapeuttisen työn lasten kanssa koemme. Pohdimme kokevamme työntekijöinä herkästi tavanomaista suurempaa vastuuta turvallisen terapeuttisen tilan muodostamisesta ja kaikkien perheenjäsenten kuulluksi tulemisen mahdollistamisesta sekä moniäänisyyden ja neutraaliuuden ylläpitämisestä, kun perheestä on paikalla myös lapsia.

**Kirsi:** *"Pohditte kirjeessänne sitä, miten terapeutti voi lasten kanssa työskennellessä kokea tavallistakin suurempaa vastuuta turvallisen terapeuttisen tilan luomiseen. Ajatus jäi pyörimään mieleeni ja varmasti osa lasten kanssa työskentelyä kohtaan tunnettua epävarmuutta kumpuaakin juuri tuosta terapeutin tuntemasta vastuusta."*

**Henna:** *"Lasten kanssa työskentely tuntui valtavan vastuulliselta ja se herätti tunnetasolla hankaluutta, josta oli vaikeaa saada otetta. Kuitenkin terapiaopintojen alkuvaiheessa asetin itselleni tavoitteen saada kokemusta myös lasten kanssa työskentelystä ja tämän tavoitteen ohjaamana hain opintojen loppuvaiheessa töihin perheneuvolaan, jossa tein myös opinnäytetyöni."*

Lasten osallistumisen perheterapiaprosessiin ja tapaamisille koimme kaikki kuitenkin monella tavalla hyvin tärkeäksi. Yhteiskunnan yksilökeskeisyyden vastapainoksi koko perheen voimavarat olisi meistä tärkeä valjastaa yksilön, erityisesti lapsen tai nuoren tueksi. Yhdessä hämmästelimme, miten vähän tutkimusten mukaan lapsia osallistetaan perheterapiaan ja toisaalta tavoitimme sitä kokemusta, miksi näin voi herkästi tapahtua.

**Kirsi:** *"Mä aattelen, et ainaki se, et lasten kanssa työskentely on tosi tärkeätä ja sitä kannattaa tehdä, et se on ykkösjuttu. Mä olin tosi yllätyny, kun lapset perheterapiassa -seminaarissa puhuttiin, miten harva työskentelee lasten kanssa. Ja mä tein silloin opintojen alkuvaiheessa siit liian vaikeeta, kuin se oikeesti onkaan, et eihän se tavallaan ole sen kummempaa kuin kenen muunkaan kanssa työskentely."*

Kaikki tunnistimme hyvin työstämme myös asetelman, missä lapsi on terapiaistunnolla kyllä läsnä, mutta hänet asemoidaan seuraajan rooliin tai hänelle luodaan oma toissijainen tavoite, esimerkiksi ohjaamalla hänet sivuun, erillisen leikin pariin. Kaikkien terapia-systeemissä olevien aikuisten, niin vanhempien kuin meidän terapeuttienkin näimme vaikuttavan osaltaan lapsen asemoitumiseen ja osallisuuteen perheterapiatapaamisella. Myös terapeutin ja vanhempien välisen yhteistyösuhteen laatu vaikuttaa osaltaan lapseen ja hänen osallisuuteensa terapiaistunnolla.

**Katariina:** *"Lapsen vuorovaikutukseen opinnäytetyöni perusteella vaikuttaa lapsen tai perheenjäsenten tunnekokemukset käsiteltävistä teemoista, jos lapsen vuorovaikutus toistuu samoista teemoista keskusteltaessa samanlaisena. Oman kliinisen kokemukseni mukaan esimerkiksi perheenjäsenille myönteisiin hetkiin on helpompaa palata myöhemminkin, sillä lapset ovat niistä usein myös itse kiinnostuneita, ja ikätasosta riippuen voivat esittää omia näkemyksiään tai tarkentavia kysymyksiäkin. Emotionaalisesti hankalampien teemojen kohdalla lapsilla vaikuttaisi esiintyvän enemmän vuorovaikutuksesta vetäytymistä, mitä he viestivät sillä, etteivät he välttämättä enää ilmaise omia näkemyksiään, ja siirtyvät toisiin aiheisiin tai keskittyvät konkreettisiin tämän hetken aiheisiin."*

Juuri lapsen auttaminen perheen vuorovaikutussuhteisiin vaikuttamalla ja perheen auttaminen lasten ollessa mukana työskentelemässä mahdollistaa vaikuttavaa perheterapeuttista muutosta ja sen pysyvyyttä. Perheen vuorovaikutuksessa voi olla haasteita juuri toisen perheenjäsenen, usein lapsen mielen mielentämisessä. Terapeutilla on koko perheen tapaamisella luonteva mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa vuorovaikutuksen ilmiöihin juuri siinä hetkessä, kun ilmiö näyttäytyy.

**Katariina:** *"Kyllähän se on vähän semmonen, et voi aatella, et lasten kanssa [perheterapiaan] ohjautumisen syy on juuri se mentalisaatiokatkos, et ei saada kiinni tai on vaikee ymmärtää lapsen käyttäytymistä, et se voi olla aika usein näissä lasten hoidoissa se olennainen, et ei vanhemmatkaan tavoita, et mihin se vois liittyä ja tarvii sanoja laajemmin siihen tilanteeseen."*

## Vuorovaikutuksen moninaisuus

Keskustelussamme jäsensimme sitä, kuinka terapeuttina toisinaan kokee haastavaksi pyrkiä vastaamaan useamman perheenjäsenen keskenään erilaisiin vuorovaikutustarpeisiin, odotuksiin ja toiveisiin samanaikaisesti. Vaikka lapsilla on ikänsä ja kehitysvaiheensa vuoksi rajatimmat kyvyt ja mahdollisuudet vaikuttaa tapahtumien kulkuun kuin hänen ympärillään olevilla aikuisilla, on heillä tavanomaisesti kyky spontaaneihin ja impulsiivisiin reaktioihin. Lapset ovat aitoja ja usein hyvin suoria vuorovaikutuksessaan, mikä haastaa terapeuttiakin aitoon yhteyteen.

**Kirsi:** *"Perheterapiaopintojeni alussa koin epävarmuutta lasten kanssa työskentelyn suhteen perheterapiatapaamisilla kohtaamani lapsille tyypillisten reagoititapojen vuoksi. Koin epävarmuutta erityisesti, jos lapset reagoivat perheterapiatapaamisilla vetäytymällä tai olivat levottomia. Koulutuksen myötä aloin ajatella tätä lasten kanssa työskentelyssä paitsi haasteena myös hyvänä puolena. Lapset ilmaisevat toiveensa ja pettymyksensä aikuisia selkeämmin, sekä verbaalisesti ja non-verbaalisesti. Terapeuttina saan selkeää ja hyvin suoraa palautetta lapsilta omasta toiminnastani perheterapeuttina."*

**Henna:** *"Mä jotenki mietin, siinä omassaki kirjeessä, lapset on niin sellasia suoria ja niin aitoja ja kutsuu siihen vuorovaikutukseen, et siinä ei voi olla sellasessa, minkäänlaisessa roolissa, vaan siihen pitää uskaltaa heittäytyä ja pitää itselläänki olla aika turvallinen olo, et voi heittäytyä, kun sitä se vaatii siihen aitoon vuorovaikutukseen."*

Katariina, Henna ja Kirsi kuvasivat yhteistyösuhteen rakentamisen merkityksiä ja sitä, mitkä tekijät edistävät tai heikentävät suhdetta ja sitä kautta lasten osallisuutta perheterapiaistunnolla. Jokaiselle perheelle ja lapselle tulee terapiassa löytää heille sopivat vuorovaikutuksen tavat. Pohdimme myös yhdessä, että terapeutteina lasten kanssa meidän tulee heittää itsemme likoon eri tavoin kuin aikuisten keskinäisessä vuorovaikutuksessa.

**Henna:** *"Hyvä yhteistyösuhte ja empaattinen ja kunnioittava kohtaaminen luovat perustan sille, että asioita on mahdollista työstää. Asiantuntijuudella tai tietämisellä on lopulta varsin vähän painoarvoa silloin, jos empaattinen ja kunnioittava vuorovaikutus puuttuu."*

**Katariina:** *"Mä aattelen, et se vuorovaikutuksen rakentaminen on aika tärkeää ja se, että löytyykö sille perheelle ja niille lapsille, et löytyy sellanen sopiva tapa, millä tavalla ollaan sen yhteisen asian äärellä. Ne voi olla niitä konkreettisia leikki, piirtämis-, peliasioita tai voihan se olla ihan vaan sitä keskusteluakin, et se riippuu siitä, mikä on sille perheelle ja lapselle sopiva tapa, et olis sellasta uskallusta lähteä tutkimaan niitä, sitä vuorovaikutuksen muodostumista, myös sellasissa hetkissä kun se tuntuu hankalalta"*

Pohdimme lasten kielellisiin ja ei-kielellisiin aloitteisiin vastaamisen ja sen vastaamisen oikea-aikaisuuden merkitystä onnistuneelle työskentelylle. Keskustelimme keskenämme

siitä, kuinka lapsi luontaisesti pyrkii säätelemään osallisuuttaan omintakeisilla tavoilla, esimerkiksi välttelemällä ja vetäytymällä kontaktista tai toisaalta keskeyttämällä ja vaihtamalla keskustelunaihetta, jotta tilanne olisi hänelle itselleen tai muille perheenjäsenille helpommin siedettävissä. Katariinan nostama ajatus siitä, että lapsilla on oikeus saada osallistua terapiavuorovaikutukseen itselleen luontaisilla tavoilla leikkien ja siten, että hänen ikä- ja kehitysvaiheensa otetaan huomioon, tuntui perustavalla tavalla merkitykselliseltä. Yhteisessä keskustelussamme pohdimme lisäksi, mikä kaikki lapsen käytöksen takana mahtaa vaikuttaa. Ja toisaalta myös sitä, mitä lapsen spontaanius ja aitous vaatii työntekijältä.

**Katariina:** *"Esitin opinnäytetyössäni ajatuksen siitä, että lapset saisivat olla heille itselleen tutulla tavalla perheterapian vuorovaikutuksessa. Lasten vuorovaikutustyylien salliminen perheterapiakontekstissa tarkoittaa minulle sitä, että myös vetäytymistä jossain määrin sallitaan ja ymmärretään siten, että tästä vetäytymisestä käydään uteliasta, hyöksyntää viestivää ja vuorovaikutusta reflektovaa keskustelua. Näin on mahdollista luoda lapselle ymmärrystä siitä, että terapeuttikin ymmärtää, että ollaan hankalan asian äärellä, ja sitä voidaan lähestyä sen tahdin mukaan, mikä sopii perheenjäsenille. Vuorovaikutuksen reflektovalla kuvaamisella mahdollistuu myös se, ettei kukaan perheenjäsen tule määritellyksi ongelman ytimeen ja eri vuorovaikutuksen ilmiöt nähdään osana vuorovaikutuksen kokonaisuutta."*

**Kirsi:** *"Minun opinnäytetyössäni, mä siis videoin omia tapaamisia, ni se missä se lapsi vetäytyi oli kauheen ymmärrettäviä ne hetket, siin hän oli liian vaikeassa tilanteessa ja tuli tosi paljon negatiivista vanhemmilta tai sitten puhuttiin hirveen vaikeita asioita, et lapsi ei edes ymmärtäny, kun kieli oli liian vaikeeta niissä hetkissä. Ne taisi olla tyypillisimpiä hetkiä, missä lapsi vetäytyi, ei hänellä ollu varmaan muuta keinoa kuin toimia sillä tavalla. Et jos aattelee, et kaikki muut puhuis miten huono oot, ni ei se olis aikuisellekaan kiva, et voi olla, et itsekin vetäytyisin siinä hetkessä."*

**Henna:** *"Nimenomaan nämä lapsen spontaanit reaktiot ja vetäytymiset ovat usein sangen taitavia, herkkiä ja reaktiivisia impulsseja siihen, mitä perheen sisäisessä vuorovaikutuksessa ja jännitteissä tapahtuu. Olen kanssanne samaa mieltä, että lasten kanssa työskentely haastaa työntekijää monella tavalla ja vaatii työntekijältä mahdollisuuksia pysähtyä ajattelemaan ja jäsentämään istunnon aikaisia tapahtumia."*

Vuorovaikutuksen leikillisuus, aito uteliaisuus ja työntekijän oman kommunikaation yhteensovittaminen lapsen kielellisen tason kanssa on lapsen perheterapiaan osallistumisen kannalta välttämätöntä. Erilaiset joustavat toiminnalliset terapiamenetelmät saavat ymmärrettävästi myös merkittävän roolin lasten kanssa työskenneltäessä. Tätä Kirsi oli omassa opinnäytetyössään erityisesti pohtinut. Yhdessä pohdimme myös, miten tärkeää on säilyttää vuorovaikutuksen tyydyttävyyden vanhemman näkökulmasta; pysyä kuitenkin riittävän syvällä teemassa ja huomioida myös aikuisten tarpeet tulla kohdatuksi huoliensa kanssa samalla, kun huomioimme lapsen tarpeen mm. leikillisyyteen ja vuorovaikutuksen säätelyyn. Lasten huomioiminen terapiassa ja toimivan vuorovaikutussuhteen luominen

heihin vaikuttaa kuitenkin todennäköisesti positiivisesti myös vanhempien käsitykseen terapiasta ja sitä kautta lisää luottamusta, mikä vastavuoroisesti voi vaikuttaa positiivisesti lasten mahdollisuuksiin asettua vuorovaikutukseen terapeutin kanssa.

**Kirsi:** *"Riikka tai Essi jompi kumpi teistä sanoi, et lapsen kans työskennellessä voi jäädä kuuntelemaan pelkäästä sitä lasta, jolloin ne vanhemmat tiputtaa siinä, ni huomasin, kun sitä opinnäytetyötä tein ja paljon keskityin opinnoissa siihen lapsen kuulemiseen, ni huomasin et pitää olla tarkkana et ei se mene puhtaasti vain siihen, et huomasin et ehkä mulle kävi vähän sillä tavalla, et vähän liikaaki alko keskittyä siihen, et kyllähän se vaatii sen, et myös ne vanhemmat tulee kuulluksi ja hyvä yhteistyösuhde heidän kanssa, ettei keikahda pelkäästä siihen lapsen kans työskentelyyn."*

**Katariina:** *"Minusta oli helppo allekirjoittaa jo ennen opinnäytetyöhöni perehtymistä ajatukset siitä, että lasten huomioimisessa on tärkeää turvallisen tilan muodostaminen, lasten myönteinen huomiointi ja pyrkimys tutustua häneen, lasten aloitteisiin vastaaminen, lasten ikä- ja kehitystason huomioon ottaminen sekä terapeutin ja vanhempien välisen yhteistyösuhteen vaaliminen. Vanhempien kanssa syntyvään luottamukselliseen suhteeseen ajattelen vaikuttavan myös sen, miten terapeutti on vuorovaikutuksessa perheen lasten kanssa. Jos vanhemmat ovat tyytyväisiä perheen lasten kanssa toteutuneeseen vuorovaikutukseen, niin voi varmaan ajatella, että he suhtautuvat perheterapiaan yleisesti myös luottavaisemmin."*

### Oma persoona työvälteenä

Terapeutin omat ominaisuudet ja kokemushistoria vaikuttavat hänen kykyynsä luoda turvallista terapeutista tilaa ja yhteistyösuhdetta sekä rakentaa luottamuksellista vuorovaikutusta perheen aikuisten ja lasten kanssa. Aitoon ja leikilliseen vastavuoroiseen ja asiakaslähtöiseen vuorovaikutukseen heittäytyminen lasten kanssa on vaatinut meistä jokaiselta jonkinasteista itsensä tutkiskelua, mikä on mahdollistanut itseluottamuksen kasvun kautta rohkeampia kokeiluja vuorovaikutussuhteen rakentamisessa. Kerroimme kirjeessämme kuopiolaisille keskinäisistä keskusteluistamme jo oman koulutuksemme aikana mm. siitä, miten oma kokemushistoriamme on vaikuttanut esimerkiksi siihen, kuinka neutraalina ja puolueettomana kykenemme tai emme kykene erilaisten perheiden kanssa pysymään. Yhteisessä keskustelussamme puhuimme siitä, että tietoisuus omasta taustasta auttaa ymmärtämään omia reaktioita ja omaa osuutta vuorovaikutuksessa.

**Kirsi:** *"On se kyllä tosi tärkeätä, et saa mieltii ja pohdiskella aina... Koulutuksen myötä, kun siinä käytiin omaa perhehistoriaa ja nykyperhettä, et se oli kyllä tosi tärkeätä mulle, perheterapeutiks kasvamiseen, et ymmärtää paremmin niitä omia reaktioita ja miksi toimii tietyllä tavalla. Et ei sen tarvi olla mikään kokemushistorian iso asia, se voi olla hyvin pienetki asiat..."*

**Katariina:** *"Niin, niiden taustojen ymmärtäminen kyllä auttaa jotenkin hahmottamaan sitä omaa osuutta siitä vuorovaikutuksesta, et minkä nyanssin siihen tuo, mut mä aattelen, et se on laajempikin asia, toki sit lasten kanssa se voi ehkä korostua, et siihen täytyy jotenki itsekkin uskaltautua heittäytyä tai kokeilla, et aikuisten kanssa ei ehkä tarvii niin paljon kikkailla..."*

Oma kokemushistoriamme voi vaikuttaa myös siihen, mihin ja miten perheen tai lapsen aloitteisiin kytkeydymme, ja ylipäättään tunnistammeko aloitteita tai tulkitsemme niitä oikein. Toisaalta kokemushistoriamme voi vaikuttaa myös siihen, miten ymmärrämme auttaa vanhempia ymmärtämään ja tulkkamaan omaa lastaan eri tavalla tai entistä paremmin. Lasten tekemät aloitteet, etenkin epäsuorat rajaukset ja vetäytyminen, tai muutoin yllätyksellinen reagointi, voidaan kokea jollain lailla ongelmalliseksi vanhempien ja joskus terapeuttienkin näkökulmasta, vaikka juuri näitä lasten aloitteita olisi mahdollista seurata ehkä jonkin perheelle tärkeän ilmiön äärelle.

**Kirsi:** *"Lapset monesti johdattavatkin vanhempiaan suuremmin terapeutin perheelle tärkeän ilmiön äärelle. Tämän vuoksi ajattelen, että on erityisen tärkeää, ettei lapsia perheterapiatapaamisilla sivuuteta ja ohjata sivustaseuraajan rooliin ja leikkimään hiljaa sivussa aikuisten keskustellessa keskenään."*

**Katariina:** *"Emotionaalisesti hankalampien teemojen kohdalla lapsilla vaikuttaisi esiintyvän enemmän tätä vuorovaikutuksesta vetäytymistä, mitä he viestivät sillä, etteivät he välttämättä enää ilmaise omia näkemyksiään, ja siirtyvät toisiin aiheisiin tai keskittyvät konkreettisiin tämän hetken aiheisiin. Esitin opinnäytetyössäni ajatuksen siitä, että lapset saisivat olla heille itselleen tutulla tavalla perheterapian vuorovaikutuksessa. Lasten vuorovaikutustyylien salliminen perheterapia-kontekstissa tarkoittaa minulle sitä, että tätä vetäytymistä jossain määrin sallitaan ja ymmärretään siten, että tästä vetäytymisestä käydään uteliasta, hyväksyntää viestivää ja vuorovaikutusta reflektivoavaa keskustelua. Näin on mahdollista luoda lapselle ymmärrystä siitä, että terapeutinkin ymmärtää, että ollaan hankalan asian äärellä, ja sitä voidaan lähestyä sen tahdin mukaan, mikä sopii perheenjäsenille. Vuorovaikutuksen reflektioivalla kuvaamisella mahdollistuu myös se, ettei kukaan perheenjäsen tule määritellyksi ongelman ytimeen ja eri vuorovaikutuksen ilmiöt nähdään osana vuorovaikutuksen kokonaisuutta."*

## Reflektiopintoja

Mikä kaikki sitten voisi auttaa siinä, että terapeutilla olisi riittävästi aikaa ja tilaa huomata lapsen aloitteet ja kuulla myös omaa sisäistä dialogiaan pystyäkseen riittävään vuorovaikutukseen ja reflektiiviseen keskusteluun kaikkien perheenjäsenten kanssa terapiatapaamisilla? Tunnistimme erittäin tärkeänä tekijänä mahdollisuuden työparityöhön. Työparin kanssa työskentely helpottaa ja joissain tilanteissa mahdollistaa terapiatapaamisella riittävän moniäänisyyden toteutumisen. Työparityö mahdollistaa



tapaamiselle riittävän tilan terapeutin oman aktiivisuuden ja vuorovaikutuksen säätelylle, mikä mahdollistaa perheenjäsenten yksilöllisten tarpeiden riittävän huomioimisen antaen terapeutille tilaa tarttua ja reagoida aloitteisiin, jotka muuten helposti jäisivät tapaamisella ohitetuiksi. Työparin kanssa on myös mahdollista reflektoida omaa sisäistä puhettaan ääneen, jolloin perheenjäsenille tulee mahdollisuus pysähtyä kuuntelemaan omaa sisäistä puhettaan samalla terapeuttien kokemuksia kuunnellen. Työparityöstä perheet hyötyvät sekä suoraan, edellä mainituin tavoin että välillisesti työntekijän kehittymisen ja työssä jaksamisen kautta.

**Kirsi:** *"Perheterapeutina koen työparin kanssa työskentelyn tärkeänä. Työparityöskentelyn eduista olen teidän kanssanne täysin samaa mieltä. Työparityöskentely mahdollistaa mielestäni moniäänisyyden ja työparin kanssa perheenjäsenten aloitteet tulevat mielestäni paremmin huomioiduksi. Myös esille tuomanne terapeutin oman aktiivisuuden säätely on helpompaa työparin kanssa työskennellessä."*

**Henna:** *"Kuten todettua, lasten reaktiot tai vetäytymiset viestivät usein paljon. Parhaimmillaanhan työpari toimisi reflektiivisenä tukena joko istunnon aikana tai sen jälkeen. Itse olen harmillisesti aina joutunut työskentelemään enemmän tai vähemmän yksin. Ajattelen, että työparityöskentely avaisi isosti mahdollisuuksia reflektoida ja myös kuunnella omaa sisäistä puhetta tarkemmin."*

Työparityökään ei tosin aina ole mutkatonta. Keskustelussa nostettiin esiin myös kokemuksia siitä, miten työparin kanssa ei ole ollut riittävän yhteneväisiä tavoitteita tai keskinäinen vuorovaikutus muuten ei ole muodostunut riittävän turvalliseksi. Yksin lasten ja perheiden kanssa työskennellessä työyhteisön merkitys korostuu. Työmme perustuu vuorovaikutukseen ja siinä kehittyäksemme tarvitsemme erilaisia reflektiopintoja ja vuorovaikutusta jäsentämään kokemuksiamme. Yksin työskennellessä tällaisia reflektiopintoja voi muodostaa esimerkiksi työnohjauksen, erilaisten konsultaatioiden ja kollegiaalisen tuen pohjalle.

**Katariina:** *"Mä jotenkin jäin vielä sitä epävarmuusteemaa miettimään siltä kannalta, että vaikuttaaks siihen se, et minkä verran pystyy, no on se sit työpari tai työyhteisö, et pystyy niinku juttelemaan niistä asioista, et missä kokee kehittymisen tarvetta, että miten se työpari tai työyhteisö, et huomaaks se niitä asioita ja haluuks se olla tukemassa sitä kehittymistä."*

**Henna:** *"Se on ihan totta, ja kateudella kuuntelin Katariina sitä sun kirjettä, kun puhuit siitä työyhteisöstä ja mitä huomasin jo tässä, kun oli tämä kirjeenvaihto, et miten tärkeätä on se, et vähän pääsee omia ajatuksia tuulettamaan ja saa siihen sitä pohditanpintaa ja puhua ihmisten kanssa, ja se tekee siitä tosi erilaista ja sit kuulee, sitä et muutki ajattelee ehkä näin, eikä se ole vaan jotaki semmosta, mikä on minussa, vaan et sitä pääsee pohtimaan ja peilaamaan, ni se on ihan totta, et se voi liittyä siihen yhteisöön ja ympäristöön, missä on ja mitä tekee."*

**Katariina:** *"Opinnäytetyöni yksi havainto oli se, että perheterapiassa yhtenä vaikuttavana tekijänä on myös työparityöskentely. Tästä minulle syntyi ajatus siitä, että koen hyötyväni työparin kanssa työskentelystä. Yksin tehtävässä työssä koen, että työhohjauksen ja konsultaation rooli korostuu, eli reflektiivinen keskustelu kollegan kanssa on tottakai näissäkin tilanteissa siis tarpeen."*

Omien kokemusten jakaminen näyttäytyi erityisesti Hennan opinnäytetyössä merkityksellisenä terapeutin rakentaessa yhteistyösuhdetta lapsen kanssa. Omakohtainen kytkeytyminen lapseen ja hänen aloitteisiinsa mahdollisti tai ilmensi aidompaa vastavuoroisuutta suhteessa lapseen. Pohdimme yhdessä, että omakohtaisuutta hyödyntäessämme voimme päästää irti asiantuntijaroolista ja olla lähestyttävämpiä lapsen silmissä.

**Henna:** *"Kuitenkin lapset ovat luontaisesti kiinnostuneita, uteliaita ja herkkiä vaistoamaan epäaitouden ja jonkinlainen tarttumapinta työntekijään on tarpeen. Huomasin omaa opinnäytetyötä tehdessäni ja vuorovaikutusta tarkastellessani, että luottamussuhteen syntyemisessä avainasemassa olivat juuri ne hetket, joissa työntekijänä heittäydyin siihen vuorovaikutukseen, johon lapsi minua kutsui. Kerroin jotain itsestäni ja juttelin, sen sijaan että olisin ohjannut, neuvonut tai tukenut. Niissä hetkissä, joissa olin työntekijänä valmis kuuntelemaan lapsen ajatuksia, koskivatpa ne sitten millaisia asioita tahansa, pystyimme pääsemään vastavuoroiseen vuorovaikutukseen. Ja vastavuoroinen vuorovaikutus: puhumisen ja kuuntelemisen vuorottelu ovat avain ymmärrykseen. Ajattelen, että opinnäytetyön tekeminen oli itselleni valtavan havainnollistava siinä, miten automaattiohjauksella tapahtuu se, että tarkastelemme asioita aikuisten maailmasta käsin. Vaikka työ on monin tavoin vaativaa ja ajatusrattaita haastavaa ne samat ilmiöt tekevät työstä myös äärimmäisen mielenkiintoista ja antoisaa."*

**Katariina:** *"Varmaan se tekee terapeutista helpommin lähestyttävämmän, kun hän uskaltaa tällaisia pieniä tietoja kertoa ja jakaa, et ei se ole mitenkään kummallista. Oon mäki käyny joskus keskustelua mm. hammasraudoista ja tanssiharrastuksesta..."*

Lasten kanssa työskentelyn koimme, kuten sanottu, vastuulliseksi. Epävarmuuden tunteiden tunnistimme osin nousevan siitä, että koemme joskus tarvetta suojella lapsia. Keskustelussamme nousi esiin erilaisia keinoja, millä tapaamme rajata terapiatilannetta, jotta se muodostuisi kaikille osallistujille riittävän turvalliseksi. Tapoihin varmasti osaltaan vaikuttavat työkonteksti ja erilaiset työtavat eri työpaikoilla. Lasten kanssa työskennellessä yleisesti kuitenkin pidimme tärkeänä, että tapaamisella on ennakoitava struktuuri ja riittävästi aikaa kiireettömään kohtaamiseen. Reflektoiva utelias asenne, oli tapaamisella mukana työparia tai ei, on tärkeää.

**Katariina:** *"Niin mä aattelen, et se riippuu siitä, että millä tavalla se vanhempi huolensa siihen tuo, tulee mieleen sellasia perheitä, missä vanhempien on hirveen vaikea säädellä sitä omaa tunnekuormaansa, sillon kun ne lapset on siinä paikalla, ja sellasta keskustelua ei mun mielestä ole hyövä, et ne lapset on siinä määräänsä enemppää kuuntelemassa, et sittenhän sitä joutuu ite rajaamaan."*

**Henna:** *"Toisaalta jään nyt pohtimaan myös sitä, että perheiden kanssa työskennellessä tarvitaan myös herkkyyttä, joustavuutta ja taitoa siinä, ettei kaikkia asioita välttämättä tarvitse puhua kaikilla kokoonpanoilla. Osa asioista on sellaisia, joita voi työstää vanhempien kanssa, osaa vanhemman ja lapsen kesken ja osaa asioista koko perheen kanssa. Pohdin tässä kirjoittaessani, että työ, jota teemme on sellaista, että se vaatii valtavasti sekä kognitiivisia että emotionaalisia resursseja ja tuntosarvia pohtia kaikkea tätä. Itse olen huomannut työssäni sen toimivaksi, että pienikin pohtiminen ääneen – mikä teistä tuntuisi parhaimmalta vaihtoehdolta tai pitäisikö meidän kokeilla, että ensin tavataan esim. tällä kokoonpanolla – auttaa yhteisessä suunnittelussa ja antaa myös työntekijän ajatuksille hieman ilmaa."*

**Henna:** *"Mietin tossa mun kirjeessä, no ehkä se liittyy tohon työyhteisöasiaan myös, siihen, et on mahdollisuutta reflektoida, et se auto-ohjaus ei lähde päälle tai et sillä ei vaan mene, sitähan tarvii sitä aikaa ja pohtimista ja sitä pysähtymistä, koska sitähan ei pääse tapahtumaan, jos ei ole aikaa, jos menee vaan sellasella autopilotilla ja laput silmissä, et sitä mietin monta kertaa kirjettä kirjoittaessa, et kyl tää työ on sellasta, et se tarvii sitä pysähtymistä ja aikaa, et voi tiedostaa ylipäätään, mitä tekee ja miksi."*

## Perheterapeuttina kehittyminen

Keskustelumme ytimessä on ollut koko ajan tosiasia siitä, että olemme vastavalmistuneita perhe- ja paripsykoterapeutteja. Olemme muuttuneet työntekijöinä ja ihmisinäkin koulutuksemme myötä tutkaillessamme itseämme, tapaamme tehdä työtä ja olla vuorovaikutuksessa asiakkaittemme kanssa. Epävarmuus on vähentynyt, kun olemme lukeneet erilaisia teorioita lasten kanssa työskentelystä ja oppineet erilaisia menetelmiä. Olemme saaneet vahvistusta omanlaiselle tavalle olla terapeutti. Keskeinen teema muutoksessa tuntui olevan juuri siinä, mistä olemme löytäneet varmuutta olla omanlaisiamme. Sitä kautta löytyy myös sopivia tapoja olla vuorovaikutuksessa juuri kohtaamamme lapsen ja perheen kanssa.

**Kirsi:** *"Perheterapiakoulutuksen alussa olin tottuneempi työskentelemään aikuisten kanssa ja itselleni oli tyypillistä käyttää hyvin aikuiskeskeistä kieltä. Perheterapiaopintojen aikana opettelini tietoisesti käyttämään luovempia menetelmiä ja leikkiä osana lasten kanssa työskentelyä. Pikkuhiljaa tämä on alkanut tulla itselleni luontevammaksi tavaksi työskennellä, mutta edelleen opettelua tällä saralla riittää."*

**Henna:** *"Vaikka minulla oli yksi ainut tavoite tapaamiseen: kuulla lasta ja lapsen ajatuksia, olin useassa kohti tapaamista tarjoamassa lapselle aikuisten kesken muotoilemaa ajatusta, johon lapsi ei ollut halukas liittymään mukaan. Tämän oman tausta-ajatuksen avaaminen ja siihen törmääminen oli varsin puhuttelevaa ja sai minut miettimään, miten usein näin tiedostamatta toimimme. Ajattelemme, että meillä aikuisina tai työntekijöinä on jotain sellaista tietoa, mitä perheellä tai*

*lapsella ei ole. Useinhan taustalla on työntekijän vilpitön halu auttaa, mutta samalla taustalla vaikuttavat myös monenlaiset aikapaineet. Olen pyrkinyt työssäni olemaan tietoisesti ei-tietävä ja suuntautumaan enemmän ja uteliaammin asiakkaita kohti ja luopumaan valmiista toimintamallista. Uskon, että se on yksi keskeisimmistä muutoksista mitä työskentelytavassani on tapahtunut. Minun ei tarvitse tietää tai olla asiantuntija, voin olla läsnä ja yhdessä pohtimassa ja miettimässä niitä keinoja tai tapoja keskustella, jotka toisivat perheen tilanteeseen helpotusta.”*

**Katariina:** *”Kysymykseenne siitä, minkä koen muuttuneen lasten kanssa työskentelyssä, vastaisin niin, että kaikkea on ehkä vaikea pukea sanoiksi, mutta ainakin pysähtyminen vuorovaikutusilmiöiden äärelle ja pyrkimys sanoittaa niitä, sekä kiireettömyys lasten ja vanhempien yhteisillä perhepsykoterapiatapaamisilla. Erilaisissa työskentelyteknisissä kysymyksissä voisi tulla mieleen kokeilla ja toteuttaa paljon erilaisia ideoita työntekijälähtöisesti, työntekijän omasta kiinnostuksesta ja halusta käsin. Asiakaslähtöisyys taas voisi perhepsykoterapiassa tarkoittaa sitä, että pystytään muodostamaan kaikille sopiva, kiireettömän tuntuinen ja yhteinen vuorovaikutuksessa olon tapa. Pienempien lasten kanssa keskustelun välineenä on helppo käyttää yhteistä leikkiä ja vähän vanhempien lasten kanssa taas esimerkiksi piirtämistä, kortteja tai pelejä. Se mikä sitten valikoituu juuri kyseisen perheen kanssa tutuksi vuorovaikutuksen tavaksi, riippuu perheterapeutin kekseliäisyydestä ja siitä, miten perheenjäsenten omia mielenkiinnonkohteita voidaan ottaa tapaamisella huomioon.”*

## Lopuksi

Yhteisessä dialogissamme olemme vahvistaneet ymmärrystämme siitä, että terapeutin on hyvä kunnioittaa terapiasysteemin moniäänisyyttä ja olla utelias kaikkien osallisten kokemuksia kohtaan. Terapeutin on erityisesti lasten kanssa työskennellessään hyvä hyödyntää uteliasta leikkillisyyttä ja huumoria. Aktiivisuus ja joustavuus, mutta toisaalta myös kiireettömän terapeuttisen tilan luominen nousivat esiin lasten kanssa työskentelystä puhuttaessa. Terapeutissa työssä työntekijällä on siis moninaisia tehtäviä, kun hän yhtä aikaa kaiken yllä kuvatun kanssa huolehtii myös tapaamisen rakenteesta ja aikataulussa pysymisestä.

Työmme on hyvin palkitsevaa, mutta ei ihme, että olemme työmme äärellä joskus epävarmoja. Lasten ja heidän perheidensä kanssa työskenteleminen on vaativaa ja monimuotoista. Työn tekeminen edellyttää jonkinlaista reflektiopintaa, johon tukeutua terapiatyön kautta muodostuneiden ajatusten jäsentämiseksi. Kollegiaalisen tuen ja työyhteisön tuen merkitys terapeutiksi kasvamisessa on korvaamattoman tärkeää. Tämä dialogi Varsinais-Suomesta Pohjois-Savoon ja takaisin on ollut sitä parhaimmillaan!

**Henna:** *”On tää aikamoista työtä olla koko ajan itsensä kanssa ja olla tietoinen, mitä itsessä ja siinä vuorovaikutuksessa tapahtuu ja mistä ne reaktiot kumpuaa, et mietin vaan sitä, et aina tälleen kuin*

*pysähtyy puhumaan, ni nousee arvostus omaa työtä kohtaan, et minkä kaiken kanssa olemmekaan tekemisissä, ja voi miten tätä pitäis aina vaan päästä pohtimaan. Tää kumpuaa tästä omasta ahdingosta, oon niin pitkään tehny etänä töitä... huomaan et vitsi tätä tarvii.”*

