

Perhe- ja pariterapian oppimisen äärellä

Eija-Liisa Rautiainen

Psykologian tohtori, ve-perheterapeutti, kouluttaja ja työnohjaaja

Tiivistelmä

Kuvaan artikkelissa kokemuksiani ja pohdintojani perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutuksesta toimituani kaksitoista vuotta edellä mainittujen koulutusten pääkouluttajana. Keskityn erityisesti oppimisprosessin luonteeseen, yhteistoiminnalliseen oppimiseen ja osallistujien itsereflektion tukemiseen. Pohdin omiin kouluttajakokemuksiini nojaten koulutuksen onnistumisia ja toisaalta haasteita ja kehittämiskohteita.

Asiasanat: Perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutus, yhteistoiminnallinen oppiminen, voimavarakeskeisyys



Johdanto

Perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutuksen järjestäminen siirtyi yliopistojen vastuulle vuonna 2012. Sitä ennen koulutusta olivat järjestäneet monet koulutusyhteisöt, muun muassa Suomen Mielenterveysseura, joka aloitti perheterapeuttien kouluttamisen Suomessa 1980-luvulla, Vuorovaikutusprosessien tutkimuskeskus ja Dialogic oy, muutamia itselleni tutuimpia tahoja mainitakseni. Lisäksi organisaatiot

järjestivät omia perheterapiakoulutuksiaan: Muun muassa Keroputaalla, Seinäjoella ja Kuopiossa järjestettiin perheterapiakoulutuksia henkilöstölle ja esimerkiksi Oulussa psykiatriaan erikoistuvat lääkärit saattoivat saada perheterapiakoulutuksen osana erikoistumiskoulutustaan. Yliopistoon siirtymisen jälkeen koulutusta järjestettiin kouluttajayhteisöjen ja yliopistojen yhteistyönä. Yliopistot kilpailuttivat koulutuksen ja solmivat yhteistyösuhteita kouluttajayhteisöjen kanssa.

Olen toiminut Dialogic oy:ssä perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutuksen pääkouluttajana vuodesta 2012 alkaen tähän päivään saakka. Dialogic on toiminut yhteistyössä Jyväskylän ja Oulun yliopistojen kanssa. Tulemme kouluttaneeksi, yhdessä kouluttajakollegoideni kanssa, noin kaksisataa perhe- ja paripsykoterapeuttia. Olen luopumassa tästä tehtävästä, viimeinen koulutusryhmä valmistuu keväällä 2025. Dialogicin muut kouluttajat jatkavat kouluttamistyötä.

Kutsumme omaa koulutusohjelmaamme voimavarakeskeiseksi perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutukseksi. Yliopistojen määrittämien opetusohjelmien puitteissa olemme painottaneet dialogisia (muun muassa Seikkula 2022), reflektiivisiä (Andersen 1987; 1992; 1995) ja yhteistoiminnallisia (muun muassa Anderson & Goolishian 1988; Anderson 2006) työ- ja ajattelutapoja. Lisäksi voimavarakeskeisyydessä on mukana narratiivisia (White 2016; Morgan 2004) ja ratkaisukeskeisiä (esimerkiksi Nelson 2018) elementtejä.

Haluan tässä artikkelissani koota ajatuksiani kouluttajakokemukseeni liittyen ja tarkastella perhe- ja pariterapiakoulutusta oppimisprosessina: millä kaikilla tavoilla koulutusprosessi tukee perhe- ja paripsykoterapeutiksi kasvamista, millaiseen ihmiskäsitykseen se perustuu ja millaisia onnistumisen kokemuksia ja toisaalta hankaluuksia vuosien varrelle on mahtunut.

Perhe- ja paripsykoterapian osaaminen

Yksi tapa kuvata koulutusta oppimisprosessina on pohtia, mitä tavoitellaan. Millainen on hyvä perhe- ja paripsykoterapeutti?

Koulutuksen alussa käymme läpi osallistujien kanssa salmiakkikuviota, jonka kehittäjinä ovat perimätiedon mukaan olleet *Jarl Wahlström* ja *Pekka Holm*. Siinä salmiakin toisen vastinparin muodostavat kontekstuaalisuuden taju ja suhteissa olemisen taito. Salmiakin toiset kaksi kärkeä ovat oman kokemushistorian saaminen ammatilliseen käyttöön ja toisaalta teoreettinen tieto omaksi käyttöteoriaksi muokattuna. Kuvioon on tiivistetty hyvän perhe- ja paripsykoterapeutin osaaminen ja samalla myös koulutuksen keskeiset osiot.

Olen itse pohtinut salmiakkimallista seuraavaa: perhe- ja pariterapeutina toimiminen on *suhteissa olemisen taitoa*; kykyä rakentaa yhteistyösuhdetta ja olla suhteessa

perheeseen ja sen kaikkiin jäseniin tavalla, joka mahdollistaa kasvun, perhesuhteisiin liittyvien pulmien helpottumisen ja perheenjäsenten oman toimijuuden vahvistumisen. *Kontekstuaalisuuden taju* viittaa kykyyn hahmottaa eri kontekstit, joissa perheenjäsenet elävät (kyseisen perheen tapa olla ja toimia, päiväkotia, koulu, työelämä, sosiaalinen luokka, tulotaso, yhteiskunta, kulttuuri ja niin edelleen). Tärkeitä ovat myös ammatilliset kontekstit, joissa perhe- ja pariterapeutti kohtaa asiakasperheensä ja jotka osaltaan vaikuttavat siihen, mitä perheet odottavat palveluilta ja toisaalta, millainen toimintakulttuuri organisaatiossa on ja mitä ammattilaisten on mahdollista tai mahdotonta tehdä.

Suhteessa olemisen taito on siis taitoa olla tässä ja nyt, kohtaamisissa perheen kanssa ja kontekstuaalisuuden taju puolestaan ajatuksellisia taitoja hahmottaa perheen tilannetta ja heidän elämäänsä vaikuttavia tekijöitä.

Oman kokemushistorian saaminen ammatilliseen käyttöön kuvaa sitä, että koulutukseen osallistuja tutkii riittävästi omia suhteessa olemisen tapojaan, haavoittuvuuksiaan ja voimavarojaan niin, että pystyy elävänä ihmisenä kohtaamaan asiakasperheet. Hän myös rakentaa itselleen *oman käyttöteorian*, tavan, jolla hän hahmottaa koulutuksessa opitut teoreettiset ajatukset itselleen käyttökelpoisesti ja jota hän on valmis tarkastelemaan ja kehittämään myös koulutuksen päätyttyä.

Tässä ulottuvuudessa puhutaan toisaalta kokemuksellisista, henkilökohtaisista ja toisaalta teoreettisista valmiuksista, joita perhe- ja pariterapeutti tarvitsee onnistuakseen työssään.

Edellä mainittujen neljän ulottuvuuden lisäksi *eettiset* näkökulmat ovat tulleet itselleni kouluttajana vuosien varrella entistä tärkeimmäksi. Hyvä perhe- ja paripsykoterapeutti on eettisesti valpas ja pyrkii olemaan ja toimimaan eettisesti rohkeasti. Hän tunnistaa eettiset dilemmat työssään perheiden kanssa ja on valmis sekä itse niitä pohtimaan että tuomaan tämän näkökulman myös yhteiseen keskusteluun perheiden kanssa.

Perhe- ja paripsykoterapeutit toimivat paljon julkisissa organisaatioissa. Taitava perhe- ja paripsykoterapeutti pyrkii dialogiin ammatillisissa verkostoissa, kutsuu ihmisiä yhteen ja suhtautuu toisiin ammattilaisiin arvostaen ja uteliaana, valmiina oppimaan heiltä. Hän pystyy tuomaan tarvittaessa myös jämäkästi esiin perhe- ja paripsykoterapeutista näkökulmaa verkostoissa ja organisaatioissa.

Ehkä kuitenkin keskeisin taito perhe- ja pariterapeutille, tai yleensäkin psykoterapeutille, on *itsereflektiotaito*. Kyky havainnoida omaa toimintaa ja sen vaikutuksia vuorovaikutustilanteisiin ja taito havaita omia tunnereaktioita, ajatuksia, ennakkokäsityksiä ja niin edelleen.



Ihmiskäsitys

Millaiseen ihmiskäsitykseen tapamme kouluttaa pohjautuu? Lähtökohtana on dialoginen ihmiskäsitys. Ensimmäinen asia, jonka syntymän jälkeen opimme, on tulla osaksi dialogia. Synnymme suhteisiin. Intersubjektiivisuus on inhimillisen kokemuksen perusta ja dialogi tapa, jolla elämme (Seikkula 2011). Merkityksiä rakennetaan suhteissa. Tämä tapahtuu ihmisten välillä, jotka ovat sekä muotoutuneet että joita rajoittaa sellaiset seikat kuten luokka, rotu, sukupuoli, kulttuuri, maantiede ja historia (Seikkula & Trimble 2005).

Tästä liikkeelle lähtien voisi sanoa:

- Ihminen on *relationaalinen*: opimme suhteissa.
- Ihminen on *kokeva*: opimme kokemuksen kautta, paljon myös sanattomasti, tuntien, kehollisesti.
- Ihminen on *kokenut*: osallistujilla on paljon kokemusta, sekä ammatillista että henkilökohtaista, johon he peilaavat ja integroivat oppimistaan.
- Ihminen on *utelias*: meissä on valmius oppia uutta.
- Aikuinen oppija on myös *mukavuudenhaluinen*: Aikuisena oppiminen vaatii aikaa ja toistoja, sinnikkyyttä. Totuttujen toimintatapojen muuttaminen ja uusien ajatusten ja oivallusten vieminen käytäntöön ei ole helppoa.

Oppiminen spiraalimaisena prosessina

Vuosien varrella olen alkanut hahmottaa perhe- ja paripsykoterapiakoulutuksen oppimisprosessia spiraalina. Kuva on hahmottunut pikkuhiljaa ja pyrin tässä nyt kuvaamaan sitä ensimmäistä kertaa systemaattisemmin.

Kuten edellä kuvasin, psykoterapeutiksi opiskelevan on tarpeen oppia sekä teoriaa että käytäntöä. Voimavarakeskeisessä perhe- ja pariterapian psykoterapeuttikoulutuksessa teoria on pitkälti filosofista asennetta, ei niinkään esimerkiksi perheenjäsenten oireilun käsitteellistämistä: miten olla ja suhtautua, vastata perheenjäsenten tilanteeseen. Käytäntö puolestaan on tapoja toimia tässä ja nyt perheiden kanssa. Näitä ovat muun muassa tavat kuunnella, kysyä, ilmaista myötätuntoa, huolehtia tasapuolisuudesta, antaa tilaa, kytkeytyä asiakkaiden sanoihin, tuoda jotain omakohtaista keskusteluun, fasilitoida perheenjäsenten välistä vuoropuhelua sekä pitää huolta turvallisuudesta ja keskustelun ilmapiiiristä.

Oppimisen *spiraalissa* filosofian ja praktiikan, teorian ja käytännön, vuoropuhelua rakennetaan koko koulutusprosessin ajan. Koulutus alkaa peruskäsitteiden ja -työtapojen opettelulla. Koulutuksen edetessä perusasiat kertaantuvat eri sisällöllisten teemojen kautta. Peruskäsitteiden ja työtapojen jälkeen opiskellaan kulttuurisia ja yhteiskunnallisia näkökulmia, psykoterapiatutkimuksen antia, hoitoprosessien

arviointia, pariterapian erityiskysymyksiä ja koulutuksen loppupuolella valinnaisia teemoja sekä psykoterapeutin etiikkaa ja ammatti-identiteettiä.

Kertautuessaan sekä ajattelun taidot että toiminta muuttuvat: syvenevät, laajenevat ja monipuolistuvat. Usein osallistujat kommentoivat koulutuksen loppupuolella, että palatessaan koulutuksen ensimmäisen lukukauden muistiinpanoihinsa tai kirjallisuuteen he nyt aivan toisella tavalla ymmärtävät sen, minkä se silloin luulivat ymmärtäneensä.

Spiraali kuvaa liikettä, jossa sekä mennään laajenevana kehänä eteenpäin että kierros kierrokselta myös toistuvasti kosketetaan samoja asioita. Filosofinen asenne antaa ajatuksellisia työkaluja hahmottaa asioita uudella tavalla, ja praktiikka puolestaan tekee eläväksi sen, mitä filosofisesti pohditaan. Sen jälkeen praktiikassa on mahdollista tehdä jotain eri tavalla, esimerkiksi varmemmin tai varovaisemmin, suurempaan tai epäsuorempaan ja niin edelleen.

Spiraalin sisälle voisi hahmottaa ohuena alkavan ja ajan mittaan vahvistuvan säikeen, perhe- ja paripsykoterapeutin ammatti-identiteetin. Kaikki oppiminen tukee identiteetin kasvamista ja vahvistumista. Koulutuksen loppupuolella osallistujat pääsevät enenevässä määrin rakentamaan ammatti-identiteettiään todeksi. Koulutuksen rakenteessa tämä on huomioitu monella tavalla. Viimeistä edellisellä lukukaudella osallistujat kouluttavat yhdessä seminaarissa vertaisryhmittäin valitsemistaan aiheista. Näin he opettelevat perhe- ja paripsykoterapian asiantuntijuuden esiintuomista. Koulutukseen sisältyvässä näytössä he pääsevät kuvaamaan omaa osaamistaan. He esittelevät näyttöön tuomansa nauhoituksen kautta asiakasperheensä hoitosuunnitelmaa sekä omaa perhe- ja pariterapeutista osaamistaan. Koulutuksen loppuseminaarissa he esittelevät opinnäytetyönsä ja niitä käsitellään yhdessä. Kaikki edellä mainittu tähtää siihen, että valmistuessaan osallistujilla on eletty kokemus omasta osaamisestaan.

Yhteistoiminnallinen ja dialoginen oppiminen

Yksi keskeinen lähtökohta koulutuksessa on yhteistoiminnallinen, kollaboratiivinen oppiminen. *Harlene Anderson* on ollut minulle tärkeä opettaja ja esikuva yhteistoiminnallisuuden opettelussa (muun muassa Anderson 2006). Yhteistoiminnallisen oppimiskäsityksen mukaan opimme toisiltamme kokemalla ja refleктоimalla jatkuvasti omia kokemuksiamme sekä ammattilaisina että yksilöinä. McNameen (2023, 158) mukaan siirtyminen perinteisestä koulutustavasta yhteistyöhön perustuvaan koulutukseen tarkoittaa siirtymistä

- tuloksiin perustuvista menetelmistä prosessikeskeisiin menetelmiin,
- hierarkkisuuudesta kumppanuuteen,

- itsenäisyydestä riippuvuuteen ja
- varmasta tietämisestä halukkuuteen osoittaa haavoittuvuutensa.

Tämä siirtymä tarkoittaa myös yhteistyön, relationaalisten prosessien, luovuuden, tilannekohtaisen oppimisen, leikkisyyden, käytännöllisen oppimisen ja suhteiden korostamista pelkän teoreettisen sisällön sijaan (McNamee 2023).

Kuvaan tässä perhe- ja pariterapiakoulutuksen yhteistoiminnallisia ja dialogisia elementtejä käytännön tasolla: mitä minä ja muut kouluttajat olemme yhdessä tehneet osallistujien kanssa, jotta koulutus olisi dialogista ja yhteistoiminnallista. Tämä kuvaus perustuu tekstiin, jonka olen kirjoittanut pian ilmestyvään postmodernien terapioiden käsikirjaan (Laitila ym. 2025).

Avasseminaarissa vietämme kaksi ensimmäistä päivää tutustuen toisiimme, koulutusohjelman sisältöön ja siihen, mitä osallistujilta odotetaan. Käytämme myös aikaa alkujen pohtimiseen: pohdimme sekä sitä, millaista on aloittaa koulutus, että sitä, miten aloittaa perhe- ja paripsykoterapeuttinen työ perheiden kanssa. Hidas ja huolellinen aloittaminen luo pohjan koko koulutusprosessille. Pidän muun muassa tärkeänä sitä, että osallistujille muodostuu selkeä ja realistinen kuva siitä, mitä kaikkea koulutukseen sisältyy, mitä osallistujilta edellytetään ja millaiset koulutuksen toimintatavat ovat. Kun rakenne on selkeä, sisältöön on helpompi uppoutua.

Koulutuksen rakenne on selkeä ja pysyy muuttumattomana koko sen keston ajan (3,5 vuotta). Osallistujat tietävät koulutuspäivämäärät hyvin varhaisessa vaiheessa, jotta he voivat sitoutua olemaan läsnä jokaisella kerralla. Heille korostetaan heti alussa, että tätä myös edellytetään heiltä. Tämä mahdollistaa yhteistoiminnallisen oppimisen: kaikki ovat läsnä ja oppivat yhdessä ja toisiltaan. Läsnäolon edellyttäminen rauhoittaa kokemukseni mukaan koulutuspäiviä. Osallistujat ottavat itselleen ajan ja mieleensä tilan keskittyä yhteiseen oppimiseen.

Koulutuksen kolme rinnakkaista prosessia - teoria, työnohjaus ja koulutettavien oma psykoterapia - ovat toisaalta omat itsenäiset prosessinsa ja toisaalta tukevat ja kytkeytyvät toisiinsa. Teoria- ja menetelmäseminaareissa pyydän usein osallistujia pohtimaan opiskeltavia teemoja henkilökohtaisesta näkökulmasta, ei pelkästään ammatillisesta. Työnohjauksessa teoreettinen oppiminen kytetään osallistujien omaan käytäntöön perheiden ja pariskuntien kanssa ja sitä pohditaan yhdessä. Osallistujat kokevat omassa ryhmämuotoisessa psykoterapeuttisessa prosessissaan, millaista on puhua henkilökohtaisista ja joskus kipeistäkin kokemuksista ja tulla kuulluksi ja kohdatuksi.

Se, että olen ollut kouluttajana useimmissa teoria- ja menetelmäseminaareissa, on mahdollistanut jatkuvuuden koko koulutusprosessin ajan. Osallistujat tulevat tutuiksi ja näen heidän kehityskaarensa koulutuksen alusta loppuun. Pääkouluttajana olen kantanut vastuun teoriaopetuksesta ja koulutuksen kokonaisuudesta.

Työnohjaajat ja koulutuspsykoterapeutit ovat puolestaan varsin itsenäisesti kantaneet vastuun omista osuuksistaan. Toinen teoriakouluttaja vastaa noin kolmasosasta teoria- ja menetelmäseminaareista, mikä rikastuttaa osallistujien näkökulmia dialogisessa ajattelussa ja työskentelyssä. Kukin osallistuja oppii yhteensä kuudelta eri kouluttajalta, mikä varmistaa moniäänisyyden ja mahdollistaa sen, että osallistuja voi rakentaa omannäköisensä perhe- ja paripsykoterapeutin osaamisen ja identiteetin.

Teoria- ja menetelmäseminaarit noudattavat usein samanlaista rakennetta. Aloitamme ensimmäisenä päivänä keskustelemalla yhdessä: Millä mielellä tulit tällä kertaa? Mitä kiinnostavaa, hankalaa, yllättävää on tullut vastaan työssäsi perheiden kanssa? Miten koulutus sujuu? Näiden suuressa ryhmässä esitettävien avointen kysymysten tarkoituksena on kutsua osallistujat jakamaan ja pohtimaan koulutusprosessiaan ja kaikkea muuta elämässään tapahtuvaa, josta voi mielekkäästi kertoa. Kokemukseni mukaan tämä on tapa rakentaa turvallista ilmapiiriä. Koulutuksen edetessä koulutusryhmä muodostaa yhteistoiminnallisen oppimisfoorumin tutustuessaan toisiinsa monella tavalla ja tasolla. Tätä voisi kutsua myös dialogisen tilan rakentamiseksi (Seikkula 2011).

Avausta seuraa lyhyt luento tai johdatus uuteen teemaan sekä keskustelu ensin pienryhmissä ja sitten kaikki yhdessä. Usein tehdään harjoitus kolmen hengen ryhmissä (terapeutti, asiakas ja tarkkailija), jossa osallistujat kokeilevat uutta luennolla käsiteltyä teemaa käytännössä. Sen jälkeen keskustelemme yhdessä harjoituksesta: mikä oli ymmärrettävää, mikä vaikeaa, mitä he oivalsivat harjoituksen kautta ja niin edelleen. Näissä keskusteluissa tapahtuu paljon yhteistoiminnallista oppimista; osallistujat pohtivat omia kokemuksiaan ja oppivat toistensa kokemuksista.

Kouluttajana pyrin dialogiin osallistujien kanssa kytkeytymällä heidän sanoihinsa, tekemällä tilaa heidän tunnekokemuksilleen, tarjoamalla teoreettisia ajatuksia, kutsumalla muita jakamaan samanlaisia tai erilaisia reaktioita tai oivalluksia tai pyytämällä heitä puhumaan lisää. Dialogissa vastaaminen (Seikkula 2008; 2011) on keskeistä ja teen sitä usein sekä pyytämällä muita osallistujia vastaamaan toisilleen että vastaamalla itse. Minusta on tärkeää, että dialogi on aina käynnissä sekä osallistujien kesken että osallistujien ja minun välilläni.

Vastaamista on myös se, että suunnittelen teoria- ja menetelmäseminaarit siten, että voin mukauttaa suunnitelmaa koulutusryhmän tarpeiden mukaan. Jos esimerkiksi jokin tietty teema tai harjoitus on monille (tai joillekin) osallistujille vaikea, saatamme toistaa sen, tai saatan itse näyttää omaa työskentelyäni ja sen jälkeen teemme toisen harjoituksen ennen kuin siirrymme eteenpäin. Tämän vuoksi koulutuspäivistä ei ole etukäteen tarkasti aikataulutettua ohjelmaa, vaan osallistujat tietävät etukäteen vain päivien pääteemat.

Jos koulutusprosessissa, osallistujien välillä tai ryhmän ja minun välilläni kouluttajana, ilmenee jotain vaikeaa, pysähdymme yhdessä keskustelemaan asiasta. Saatamme joutua keskustelemaan prosessista, emmekä jatka päivän suunniteltua sisältöä. Samalla on löydettävä tasapaino koulutusprosessin reflektoinnin ja eteenpäin menemisen välillä. Kun tuntuu, että olemme riittävästi puhuneet prosessista, on aika jatkaa sisällön käsittelyä, mikä tarjoaa osallistujille myös mallin siitä, miten he itse voivat vastaavissa tilanteissa toimia asiakasperheidensä kanssa.

Päätämme kaksipäiväisen seminaarin toisen päivän aina loppurefleksioihin, joissa pohditaan, mihin nämä päivät veivät sinua tai mitä ajattelet nyt päivien teemoista tai haluat miettiä lisää. Luon erilaisia rakenteita tätä pohdintaa varten. Joskus reflektoidemme koko ryhmänä avoimessa keskustelussa ja joskus reflektiivisissä prosesseissa, joissa toiset osallistujat puhuvat ja toiset kuuntelevat. Tämäkin on työtapaa, jota osallistujat voivat käyttää asiakkaiden kanssa.

Loppurefleksioissa ollaan osallistujien oman oppimisen äärellä, kun taas ensimmäisen koulutuspäivän alussa heitä pyydetään puhumaan koulutusprosessista. Rakenne on mielekäs siksi, että näin koulutusprosessista keskustelemiselle jää tarvittaessa aikaa riittävästi. Jos tilaa keskustelulle olisi vasta päivän lopussa, sitä ei ehdittäisi käsitellä kunnolla.

Mitä yhteistoiminnallinen oppiminen edellyttää osallistujilta

Vaikka monille osallistujille yhteistoiminnallinen tapa oppia on luonteva, kaikkien osallistujien ei ole ollut helppoa hahmottaa kokemuksellista ja runsaaseen keskustelemiseen perustuvaa, toisinaan hitaan tuntuista tapaa edetä. Tämä on saanut minut pohtimaan, mitä yhteistoiminnallinen tapa oppia vaatii osallistujiltaan.

Yhteistoiminnallisuuden perusidean oivaltaminen on välttämätöntä, jotta tällainen oppiminen on mielekästä. Oivaltaminen voi tapahtua vähän kerrallaan, joten tarvitaan riittävästi yhdessä tekemistä ja myös oppimisen tavasta puhumista, jotta kaikki pääsevät mukaan. Osallistujilla on tarpeen olla valmiutta lähteä oppimisen prosessiin avoimella mielellä, valmiutta opetella uutta käytännössä, välillä kömpelöstikin. Koska teoria- ja menetelmäopetus on filosofista, se edellyttää riittävän hyvää kykyä teoreettiseen ajatteluun. Oman käyttöteorian rakentaminen edellyttää kykyä integroida uudet opitut asiat aiemmin opitun kanssa.

Kokemukseni mukaan yhteistoiminnallinen oppiminen on vaikeaa erityisesti tilanteissa, joissa osallistuja on lähtenyt koulutukseen odottaen hyvin erilaista oppimisen tapaa, esimerkiksi luento-opetusta tai ensisijaisesti teoriakeskeistä opiskelua. Olemmekin kouluttajayhteisössä pohtineet, miten osaisimme kuvata koulutusprosessia niin, että koulutukseen hakijat saisivat riittävän ymmärryksen jo

hakuvaiheessa siitä, mistä on kyse. Toivottavasti tämä artikkeli voi palvella tätä tarkoitusta jatkossa.

Oman toiminnan reflektointi

Kuten edellä totesin, hyvin keskeinen perhe- ja paripsykoterapeutin taito on oman toiminnan reflektointi (muun muassa Rober 2024). Miten perhe- ja pariterapia-koulutus tukee tämän taidon kehittymistä ja vahvistumista?

Kutsuja reflektioon on jokaisena koulutuspäivänä, mikä on yksi koulutuksen läpikulkevista prosesseista, joka myös auttaa osallistujia integroimaan koulutuksen eri osa-alueita toisiinsa. Teoria- ja menetelmäopetuksessa opittaviin teemoihin ja harjoituksiin liittyen osallistujat toistuvasti pysähtyvät pohtimaan kuulemaansa ja kokemaansa usein pienissä ryhmissä, välillä myös yksin pohtien ja kirjoittaen: Mitä tämä asia merkitsee minulle? Miten oma kokemushistoriani ihmisenä ja ammattilaisena vaikuttaa siihen, miten ymmärrän ja koen tämän? Millaisia kaikenlaisia ääniä minussa resonoi?

Oman sisäisen dialogin tunnistaminen ja käyttäminen perheiden ja pariin kanssa on yksi keskeinen työtapo voimavarakeskeisessä perhe- ja pariterapiassa (Rober 2005; 2011). Koulutuksessa harjoitellaan toistuvasti tuomaan omia sisäisiä dialogeja perheiden ja pariin käyttöön tilanteeseen sopivalla ja tarkoituksenmukaisella tavalla, mikä vahvistaa itsereflektiota. Terapeutin sisäisessä dialogissa on usein kokevan minän ja ammatillisen minän vuoropuhelua (Rober ym. 2008), johon virittäytyminen on tärkeä oppimisprosessi osallistujille.

Osallistujat kirjoittavat kerran vuodessa Oma käyttöteoriani -tekstin, jossa he pohtivat teoreettisen ajattelunsa kehittymistä, refleктоivat luettua kirjallisuutta, kertaavat vuoden mittaan oppimaansa ja pyrkivät muodostamaan kokonaiskuvaa oppimastaan. Samalla he kuvaavat oppimisen prosessiaan ja sitä, mikä on ollut heille ymmärrettävää ja mikä ehkä hankalaa oppia. Nämä tekstit kertovat minulle kouluttajana, missä vaiheessa opiskeluprosessia opiskelijat ovat menossa. Hyödynnän tekstejä opetuksen suunnittelussa ja näin tekstit tulevat osaksi vuoropuhelua minun ja koulutusryhmän välillä.

Jokaisen työnohjauskerran jälkeen osallistujat kirjoittavat reflektiotekstin, jossa he tarkastelevat omaa oppimistaan. Ryhmämuotoinen työnohjaus, jossa työskennellään tallenteiden kanssa osallistujien perhe- ja pariterapiatyöstä, antaa heille koko koulutuksen ajan mahdollisuuden reflektoida omaa oppimistaan suhteessa muihin ryhmäläisiin. Monet kokevatkin oppivansa paljon myös toisten osallistujien tavoista toimia. Työnohjauksessa käytetään aina reflektioivia keskustelurakenteita (Andersen 1987; 1995), samoin toimitaan koulutuspsykoterapiassa.

Edellä mainitut käyttöteoriaksetit ja työhohjausreflektiot ovat osa koulutukseen kuuluvaa näyttöä. Koulutuksen lopulla pidetään myös näyttötilanne, jossa osallistujat kuvaavat omaa osaamistaan omasta työstä tuomansa tallenteen avulla. Myös tässä tilanteessa heitä kutsutaan refleктоimaan omaa toimintaansa.

Oppimisprosessien moniulotteisuus

Perhe- ja paripsykoterapeuttien kouluttamisessa sekä antoisaa että vaativaa on se, että eri osallistujat oppivat erilaisia asioita samassa koulutusohjelmassa. Joillekin koulutuksen tarjoama teoreettinen viitekehys perhe- ja pariterapiaan on tuttua, toisille se on hyvinkin vierasta. Osalla osallistujista taas saattaa olla aiemmin opittu toinen viitekehys, jonka perusnäkemys perhe- ja paripsykoterapeuttinen ajattelu haastaa. Edellä mainituista lähtökohdista on tarpeen oppia eri asioita erilaisilla tavoilla.

Myös käytännön suhteen osallistujat ovat eri vaiheissa. Osalle heistä perhe- ja paripsykoterapeuttiset tavot toimia ovat kokemuksen kautta totta omassa työssä, toisille perhe- ja paripsykoterapian työtavat ovat aivan uusia. Osalla osallistujista voi olla monia kokeneita perhe- ja paripsykoterapeutteja kollegoinaan, toiset saattavat opetella käytännön taitoja hyvin yksin ilman esihenkilön ja organisaation tai kollegoiden tukea.

Näin ollen osalle osallistujista koulutus lähtee liikkeelle perhe- ja paripsykoterapian perusasioiden opettelemista, joillekin se on syvälinen muutos omassa ajattelussa. Toisille koulutus voi olla vaikkapa oman työtyylin jäsentelyä ja hienosäätöä.

Osallistujat ovat myös oppijoina keskenään erilaisia. Toiset oppivat teoreettisen ajattelun ensin ja lähtevät sitten soveltamaan sitä käytäntöön. Toisille käytännön harjoitukset ovat ensin tarpeen, jotta teoreettiset oivallukset tulevat mahdollisiksi.

Koulutuksen olisi tärkeää tarjota kaikille osallistujille mielekästä opittavaa. Olen kokenut tämän tasapainoilun välillä vaativana. Toisaalta olen huomannut, että saman asian äärellä on mahdollista syntyä monenlaisia oivalluksia. Yksi oivaltaa jotain teoreettisesti, toinen taas saa idean siitä, miten toimia asiakasperheiden kanssa tulevaisuudessa toisin, kolmas hahmottaa kyseessä olevan asian yhteyden omaan henkilökohtaiseen elämäänsä uudella tavalla ja niin edelleen. Kun koulutuksessa kutsutaan osallistujia usein refleктоimaan sitä, mitä opittava asia juuri heille merkitsee, monenlaisia, kunkin osallistujan oppimistarpeisiin sopivia oivalluksia on mahdollista syntyä.

Onnistumisista, haasteista ja kehittämiskohteista

Perhe- ja pariterapeuttien kouluttaminen on ollut antoisa tehtävä. Osallistujat ovat yleensä hyvin motivoituneita oppimaan ja valmiita laittamaan itsensä likoon oppiakseen uutta. Monille perhe- ja pariterapiakoulutus on ollut pitkän ajan haave ja moni kokee opittavat asiat itselleen tärkeiksi ja arvomaailmaansa sopiviksi. On ollut ilo ja etuoikeus saada tukea ja seurata osallistujien oppimisen polkuja ja kasvua sekä ammattilaisena että ihmisenä. Psykoterapeutiksi kasvaminen on myös eettisesti merkittävä prosessi. Tässä ammatissa olemme vastuussa hankalissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kunnioittavasta kohtaamisesta. Eettinen ulottuvuus on tehnyt kouluttamistyöstä merkityksellistä itselleni.

Koulutuspäivillä olen toistuvasti ollut jakamassa tilanteita, joissa osallistujat oivaltavat jotain itselleen uutta. Oivallukset syntyvät pienryhmäharjoituksissa tai niiden jälkeisissä keskusteluissa. Harjoituksissa osallistujat kokevat yhdessä niin onnistumisia kuin välillä vaikeuksia oppia. Nämä kokemukset jäävät mieleen ja näiden kautta he oppivat, eivät vain tiedollisesti, vaan myös kehollisesti. Oppimisen ilo ja oivaltaminen on minun ammattilaisuuteni ainainen ilonaihe.

Dialogisen työtavan perusajatukset ovat lopulta yksinkertaisia: ihmisten on tärkeää tulla kuulluiksi ja kunnioitetuiksi (Seikkula 2011). Kun puhumme asiasta lähiopetuspäivillä, se tuntuu välillä itsestäänselvyydeltä. Toisinaan huomaan, että osallistujat ajattelevat jo osaavansa asian. Kuitenkin harjoitusten tekeminen ja erityisesti työ perheiden ja parien kanssa toistuvasti muistuttaa osallistujia siitä, miten vaativaa näiden yksinkertaisten perusasioiden toteuttaminen käytännössä voikaan olla. Dialogiin pyrkiminen on samanaikaisesti sekä äärimmäisen yksinkertaista että erittäin vaativaa! Teorian ja käytännön jatkuva vuoropuhelu ja oman toiminnan toistuva reflektointi on välttämätöntä ja samalla myös hyvin hedelmällinen tapa kasvaa ammatillisesti.

Koulutuspsykoterapiassa tapahtuu merkittäviä ja koskettavia asioita. Osallistujat sekä työskentelevät oman perheensä ja verkostonsa kanssa saamiensa tehtävien mukaisesti että refleктоivat näitä kokemuksiaan ryhmämuotoisessa prosessissa opiskelutovereidensa ja kouluttajapsykoterapeutin kanssa. Koulutuspsykoterapian mahdollistamat yhteyksien korjaantumiset, puhumattomien asioiden puheeksi ottamiset, ymmärryksen, myötätunnon ja välittämisen herääminen ja osoittaminen uudella tavalla mahdollistavat osallistujien kasvun sekä ihmisenä että ammattilaisena. Oma kokemukseni koulutuspsykoterapioista on viime vuosina tullut kansainvälisistä dialogisuus-koulutuksista. Näissä koulutuksissa käytetään *Markku Sutelan*, *Pekka Holmin* ja *Jarl Wahlströmin* koulutuspsykoterapiaan kehittämiä instruktioita, jotka kaikki Dialogicin koulutuksen käyneet tuntevat.

Nyt, toistakymmentä vuotta koulutustyötä tehtyäni, huomaan pohtivani myös koulutukseen liittyviä haasteita ja kehittämiskohteita, joita seuraavassa kuvaan.

Perheiden ja pariin kanssa työskenteleminen aloitetaan heti koulutuksen alussa. Niille osallistujille, joilla aiempaa kokemusta on vähän ja joilla ei ole kokeneita perhe- ja pariterapeuttikollegoja, joiden työparina voisi aloittaa, työskentely on vaativaa. Hankala asetelma psykoterapeuttisen potilastyön tekemisessä (joksi harjoittelemista nykyisin kutsutaan) on osallistujilla, joiden omassa perustehtävässä ei pääse tekemään töitä perheiden ja pariin kanssa. Potilastyön järjestäminen jää osallistujan omalle vastuulle ja joillekin osallistujille se on muodostunut hankaluudeksi, joka heikentää mahdollisuutta oppia täysipainoisesti. Tämä liittyy perhe- ja pariterapian asemaan organisaatioissa. Kokemukseni mukaan organisaatiot eivät aina luo mahdollisuuksia perhe- ja pariterapian tekemiselle.

Toisinaan jonkun osallistujan oppiminen ei etene toivotulla tavalla. Miten tukea osallistujaa eteenpäin? Missä vaiheessa puuttua ja miten, jos muutosta ei edelleenkään ala tapahtua? Miten tukea itsereflektiokyvyn vahvistumista? Näitä olemme pohtineet paljon. Kokemukseni mukaan ne osallistujat, jotka pystyvät refleктоimaan itseään ja omaa toimintaansa, etenevät oppimisessaan. Hankaluus syntyy niiden kanssa, joiden kyky itsereflektioon on heikompi. He eivät välttämättä hahmota oman oppimisensa haasteita. Toistuva reflektioon kutsu ja palautteen antaminen on tärkeää ja kokemukseni on, että olemme kouluttajayhteisönä tässä asiassa vuosien varrella kehittyneet.

Kannustamisen ja hyvän näkemisen ja toisaalta vaatimisen tasapainon löytäminen on taitoa vaativaa. Molempia tarvitaan, ajattelen. Haluamme kouluttajina, että koulutuksemme osallistujat kehittyvät ja oppivat ja että heistä tulee hyviä perhe- ja paripsykoterapeutteja. Tämä ajatus on auttanut minua ja meitä kouluttajia myötätuntoisesti kannustamaan ja vaatimaankin osallistujia ponnistelemaan oppimisensa eteen.

Yhteistoiminnallisen ja dialogisen kouluttamisen kannalta on keskeistä, että me kouluttajat pyrimme elämään niin kuin opetamme. Pyrimme toimimaan kaikissa koulutuksen tilanteissa dialogisesti ja kutsumaan osallistujia reflektioon ja yhteistoiminnallisuuteen. Usein tämä onnistuu, ei kuitenkaan aina. Vuosien varrelta muistuu mieleen tilanteita, joissa olisin toivonut osanneeni toimia paremmin. Nämä kokemukset ovat olleet opiksi. Pidän tärkeänä, että myös meillä kouluttajalla on oppijan asenne ja pyrkimys kehittyä.

Yhteistoiminnallisuuden kannalta on tärkeää pohtia, mikä on milloinkin tarkoituksenmukaista. Missä on tasapaino kouluttajien ohjaaman ja tarjoaman ja toisaalta osallistujien tuoman välillä? Ajattelen, että kouluttajan on tarpeen määritellä tiettyjä asioita. Tällaisia asioita ovat muun muassa koulutuksen rakenteet, opetusohjelman

sisältö, usein myös työskentelytavat. Näiden lisäksi on paljon asioita, joita voidaan rakentaa yhdessä ja kutsua osallistujat mukaan tuomaan näkökulmiaan, osaamistaan ja toiveitaan.

Luovun perhe- ja pariterapeuttien kouluttamisesta tilanteessa, jossa tulevaisuus on monella tavoin avoin. Mitä tapahtuu perhe- ja pariterapian ja yleensäkin psykoterapeuttien koulutusjärjestelmälle? Millainen asema perhe- ja pariterapialla on suomalaisessa palvelujärjestelmässä? Olen toistuvasti nähnyt osallistujien innostuvan oppimastaan ja kipuilevan samaan aikaan sen kanssa, etteivät he pääse omilla työpaikoillaan tekemään työtä perheiden ja pariin kanssa. Moni toivoisi voivansa tehdä työtä perheiden ja pariin kanssa myös yksityisesti, mutta esimerkiksi Kelan kuntoutuspsykoterapioista vain murto-osa on perhe- ja pariterapiaa. Tulevaisuus ei siis välttämättä näyttäydy valoisana. Toisaalta possibilisti (Wilson 2019) minussa, mahdollisuuksien näkijä, luottaa siihen, että aina on mahdollista tehdä jotain. Perhe- ja pariterapiaa tarvitaan jatkossakin ja perhe- ja pariterapian psykoterapeuteilla on edelleen paljon annettavaa asiakkailleen.

Lopuksi

Olen kirjoittanut tämän tekstin tällä kertaa yksin, mutta käynyt kaiken aikaa vuoropuhelua mielessäni Dialogicin kouluttajakollegoideni kanssa. Heiltä ja heidän kanssaan olen oppinut kouluttamistyön. Lämmin kiitos Pekka Holm, Lassi Pruuki, Päivi Jordan-Kilkki, Katri-Ina Euramaa, Tiina Ahonen, Aapo Pääkkö ja Jorma Ahonen. Toinen joukko ihmisiä, jotka ovat olleet mielessäni tätä kirjoittaessani, ovat kaikki koulutuksemme vuosien varrella osallistuneet. Myös heiltä ja vuoropuhelussa heidän kanssaan olen oppinut paljon, joten kiitos kuuluu ilman muuta myös heille.

Lähteet

- Andersen, T. (1987). The reflecting team: Dialogue and meta-dialogue in clinical work. *Family Process*, 26, 415–428.
- Andersen, T. (1992). Relationship, language and pre-understanding in the reflecting processes. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 13(2), 87–91.
- Andersen, T. (1995). Reflecting processes; Acts of informing and forming. Teoksessa S. Friedman (Toim.) *The reflecting team in action*, 11–37. New York, NY: The Guilford Press.

- Anderson, H., & Goolishian, H. A. (1988). Human systems as linguistic systems: Preliminary and evolving ideas about the implications for clinical theory. *Family Process*, 27, 371–393.
- Andersen, H. (2006). The Heart and Spirit of Collaborative Therapy: The Philosophical Stance – “A Way of Being in Relationship and Conversation”. Teoksessa H. Anderson & D. Gehart (Toim.) *Collaborative Therapy. Relationships and Conversations that make a Difference*, 43-59. Routledge.
- Laitila, A., Borchers, P., Kuhlman, I. & Rautiainen, E-L. (julkaistaan 2025). Training and supervision of psychotherapists with a focus on dialogical skills: The Finnish case. Teoksessa O. Smoliak, E. Tseliou, T. Strong, S. Bava & P. Muntigle (Toim.) *The Routledge International Handbook of Postmodern Therapies*. Routledge.
- McNamee, S. (2023). Learning Through Collaboration: Practices That Challenge Our Tradition of Education. Teoksessa H. Anderson & D. Gehart (Toim.) *Collaborative-Dialogic Practice. Relationships and Conversations that make a Difference Across Contexts and Cultures*, 149-160. Routledge.
- Morgan, A. (2004). *Johdatus narratiiviseen terapiaan*. Kuva ja mieli.
- Nelson, T. (2018). *Solution-Focused Brief Therapy with Families*. Routledge.
- Rober, P. (2005). The therapist’s self in dialogical family therapy: Some ideas about not-knowing and the therapist’s inner conversation. *Family Process*, 44(4), 477–495.
- Rober, P. (2011). The therapist’s experiencing in family therapy practice. *Journal of Family Therapy*, 33, 233–255.
- Rober, P., Elliott, R., Buysse, A., Loots, G., & De Cort, K. (2008). What’s on the therapist’s mind? A grounded theory analysis of family therapist reflections during individual therapy sessions. *Psychotherapy Research*, 18(1), 48–57.
- Rober, P. (2024). *Becoming an Effective Family Therapist*. Routledge.
- Seikkula, J., & Trimble, D. (2005). Healing elements of therapeutic conversation: Dialogue as an embodiment of love. *Family Process*, 44(4), 463–475.

Seikkula, J. (2008). Inner and outer voices in the present moment of family and network therapy. *Journal of Family Therapy*, 30, 478–491.

Seikkula, J. (2011), Becoming dialogical: Psychotherapy or a way of life? *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 32, 179–193.
<https://doi.org/10.1375/anft.32.3.179>

Seikkula, J. (2022). *Dialogi parantaa, mutta miksi?* Kuva ja Mieli.

White, M. (2016). *Karttoja narratiiviseen työskentelyyn.* Kuva ja Mieli.

Wilson, J. (2019). *Creativity in Times of Constraint: A Practitioner's Companion in Mental Health and Social Care.* Routledge.

