

## *Omien artikkeleiden ja esseiden katsastaminen runoilijana*

**Jan-Christer Wahlbeck**

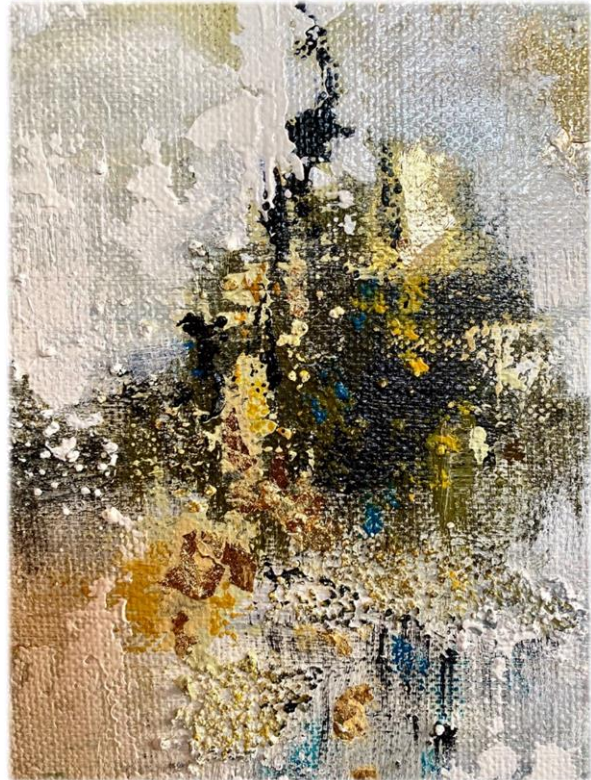
Psykologi, perhe- ja pariterapiakouluttaja, kirjailija

Suhteeni Perheterapia-lehteen on ollut monipuolinen: Olin toimitusneuvoston jäsenenä vuosina 1985–2010, julkaisin monta artikkelia alkaen lehden ensimmäisestä numerosta, vuosina 2003–2010 kirjoitin 32 esseetä perheterapiasta puheenjohtajan palstan puitteissa ja lisäsin niihin tavallisesti runon suomeksi kirjoittamastani kaksoisrunokokoelmasta (Wahlbeck 2007 c). Tätä kirjoitusta varten katsastan runoilijana näitä julkaisujani ja teen poimintoja niistä.

Koen olevani pohjimmiltani ennen kaikkea runoilija. Olin julkaissut ensimmäisen ruotsinkielisen runokokoelmani vuonna 1977 ja toisenkin vuonna 1979 ennen kuin aloitin perhe- ja pariterapian tekemistä psykologina Lastenlinnan sairaalassa. Perhe- ja pariterapeuttina sekä tämän alan kouluttajana olen runoilijaidentiteettini takia pitänyt tärkeänä ilmaista arkikielen sanoilla niitä oivalluksia ja näköaloja, joita usein kuvataan lähinnä ammatillisilla käsitteillä. Tällä tavalla minusta on helpompaa puhua asiakkaiden kanssa kaikista asioista ja siten pystyy välttämään omien aivojen lukitsemista pelkästään joidenkin teorioiden puitteisiin tai jonkun tietyn suuntauksen oppeihin. Ammattikirjallisuudesta ja kollegoilta olen oppinut paljon ja siten voinut aina lisätä uusia vaihtoehtoja ymmärrykseeni kenttään. Runoilijana haluan kuitenkin muistaa, että todellisuutta ei voida koskaan yksipuolisesti paketoita. Sen sijaan yhdessä asiakkaiden kanssa löytyy luovan prosessin kautta aina lisää yhteisymmärryksen vaihtoehtoja.

## SYKSY POLTTOHAUDATAAN

*Syksy polttohaudataan  
kesästä ei jää jäljelle mitään  
liekit nuolevat haavoja  
ja tuuli vie kaiken tuhkan.  
Luopuminen on intohimoista  
muistot ja haaveet  
eivät saa enää itkemään  
kohtalo soi tahdon taustalla.  
Oma kutsumus kirkastuu  
runoilija on aina runoilija  
hiipii kulttuurin umpikujissa  
tuntemattomana ja ujona.  
Arjen taika ei ole ihmeellinen  
se elää keskellä katuelämää  
hengittää ihmisen kautta  
ja piiloutuu olemassa olevaan.  
(Wahlbeck 2007 c, 55).*



Olen joskus määritellyt kymmenen runollista teesiä perheterapeuteille (Wahlbeck 2007 d; Wahlbeck 2008 a & b; Wahlbeck 2009 b).

1. Sanoilla tavoitellaan sellaista mitä ei koskaan voi täysin kuvata.
2. On oltava rehellinen itseään kohtaan.
3. Elämä voi saada uuden käänteen.
4. Osoittautuu, että ilmiöillä on monta erilaista merkitystä.
5. Syntyy luottavaisuus ilman että täytyy sulkea silmänsä.
6. Saa apua kestää elämän pahuutta.
7. Säilyttää herkkyytensä kaikesta katkeruudesta huolimatta.
8. Saa lohtua keskellä arkielämän ristiriitoja.
9. Sekä yksinäisyys että kontakti muihin mahdollistuu.
10. Arkinen ja pyhä yhdistyvät.

Elämänfilosofinen perspektiivi ja siihen liittyen ihmisenä olemisen peruskysymykset ovat aina kiinnostaneet minua sekä runoilijana että perhe- ja pariterapeuttina (Wahlbeck 2012). Koen yhdistäväni systeemisyttä ja eksistentialismia yrittäessäni yhdessä asiakkaiden kanssa mielikuvituksen avulla hahmottaa sitä näkymätöntä todellisuutta, johon ihmisuhteet kuuluvat. Inspiroituneena sekä Gregory Batesonin että Carl Gustav Jungin ajattelusta kirjoitin kirjan, jossa yritin tuoda avartavia näkökulmia moneen keskeiseen ihmiselämän teemaan ”kompassien” avulla eli kahden vastakohtaparin muodostamien

ulottuvuuksien kautta (Wahlbeck 2003 a). Kirjan otsikko oli Kompasseeja elämän ristiriitoihin. Runollisia visioita psykologisista teemoista.

Perheterapialehden aivan ensimmäisessä numerossa julkaisin artikkelin otsikolla "Perheterapeutti ja valta" (Wahlbeck 1985). Koin tarpeelliseksi käyttää puheenvuoroa vastustaakseni sitä mekaanista ja manipulatiivista tapaa tehdä "systeemistä" perheterapiaa, joka oli levinnyt aika laajasti sekä Suomessa että ulkomailla. Olin mukana työryhmässä, joka opiskeli syvällisesti niin kutsuttua Milanon-mallia ja ymmärsin, miten se todella edellytti avarakatseisuutta ja vuorovaikutuksellisuutta suhteessa asiakkaisiin (Johansson ym. 1987). Kun oli muodissa viitata Gregory Batesoniin, harva kuitenkaan luki hänen julkaisemiaan kirjoituksia. Bateson varoitti ihmisen "hybriksestä" eli kuvitelmasta, että ihminen pystyisi yksipuolisesta hallitsemaan sitä kokonaisuutta, jonka osana hän on esimerkiksi toimiessaan perheterapeuttina.

Systeemistä ajattelua olen monessa eri yhteydessä määritellyt Batesonin hengessä suhtautumiseksi, jossa nähdään ilmiöitä toisiinsa kytkeytyneenä ja pyritään pois joko-tai-luokittelusta (Wahlbeck 1991 b; Wahlbeck 2005). Kouluttajana olen pitänyt systeemisyydessä keskeisenä kokonaisvaltaista ja kriittistä ajattelua. Välillä olen viitannut Batesonin tapaan puhua elävästä vuorovaikutusprosessista, jossa osapuolet reagoivat toistensa reaktioihin eikä kukaan pysty varmuudella ennustamaan miten prosessi etenee tai mihin se päättyy (Wahlbeck 1994).





## YLISTYSLAULU MAHDOTTOMUUELLE YKSIPUOLISESTI OHJATA ELÄMÄÄ

*Elämänkulku sisältää monimutkaisia mekanismeja,  
jokainen tiedemies eksyy joskus niitä jäljitellessään,  
ihminen joutuu sopeutumaan sattumanvaraisuuteen,  
päätökset pohjautuvat pitkälti salaisiin yhteyksiin,  
rakkaus määrää, onnea kukaan ei voi hallita,  
rakkaus rikastuttaa, onneen kukaan ei voi tarttua,  
rakkaus tarinoi, onnea ei kukaan voi varastaa,  
usein aikuisen sisimmän täyttää lapsen pyhä raivo,  
he aikovat kostaa henkilökohtaisesti jakaen oikeutta,  
itse asiassa se sitoo heidät ikuiseen kurjuuteen,  
erehdys ei vähennä heidän huutavia tarpeitaan,  
rakkaus määrää, onnea kukaan ei voi hallita,  
rakkaus rikastuttaa, onneen kukaan ei voi tarttua,  
rakkaus tarinoi, onnea ei kukaan voi varastaa,  
monilta parilta puuttuu avioliitosta aito läheisyys,  
kuitenkin he ruokkivat omin käsin toistensa pelkoja,  
välinpitämättömyys auttaa tilapäisesti kipuun,  
mutta se ei muuta painajaismaista arkea,  
rakkaus määrää, onnea kukaan ei voi hallita,  
rakkaus rikastuttaa, onneen kukaan ei voi tarttua,  
rakkaus tarinoi, onnea ei kukaan voi varastaa,  
taiteessa erotellaan koulukuntia ja suuntauksia,  
yksittäisiä ihmisiä punnitaan ilman vaatteita,  
yhä täydellisempää luetteloja julkaistaan,  
taiteilijan tuleva teos muodostaa salaoven  
(Wahlbeck 2003 a, 185).*

En ole koskaan ajatellut, että "systemisyys" sulkisi pois tunteiden ja kokemusten huomioimista. Sen takia pidin kongressiesityksen ja kirjoitin artikkelin elämänkokemuksista systeeminä (Wahlbeck 1991 a; Wahlbeck 1991–1992). Kaikenlainen psykoterapia liikkuu samassa mielen maisemassa kuin filosofia, taide ja mytologia. Kaikilla elämänkokemuksilla on sekä myönteisiä että kielteisiä puolia ja lisäksi näillä sekä myönteisillä että kielteisillä puolilla on taas sekä myönteisiä että kielteisiä puolia ja niin edelleen. Elämänkokemuksissa on toisaalta kysymys tavoitteellisuudesta ja toisaalta merkityksellisyydestä. Tavoitteellisuuteen liittyvät yritykset saada elämässä jotain aikaiseksi ja siten paitsi onnistumiset myös epäonnistumiset. Merkityksellisyyteen taas liittyvät omat läheiset ihmissuhteet ja miten niissä ilmenee sekä rakkautta että vihaa.

*Ihmisen inhimillisyys ilmenee  
kärsimyksenä ja vajavaisuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
riippuvuutena ja haavoittuvuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
epätoivona ja itsepintaisena toiveikkuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
ristiriitaisuutena ja kaipauksena.*

*Levät koettelevat Itämerta  
heti juhannuksen jälkeen  
rannoilla muurahaiset  
juoksentelevat huolestuneina ympäriinsä  
mansikat maistuvat  
autoliikenteeltä ja tiepölyltä  
ahkeran maanviljelijän  
munuaiset ovat lakanneet toimimasta  
kesäasukkaat ripustavat  
nyrkkeilysäkin puutarhaan  
lintu on lentänyt ikkunaan  
ja jättänyt jälkeensä höyhenhaituvia  
auringon nousu ja lasku  
ovat samanlainen ooppera kuin aina  
pilviä ei edelleenkään voi kukaan  
määritellä tai luetteloida.*

*Ihmisen inhimillisyys ilmenee  
kärsimyksenä ja vajavaisuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
riippuvuutena ja haavoittuvuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
epätoivona ja itsepintaisena toiveikkuutena,  
ihmisen inhimillisyys ilmenee  
ristiriitaisuutena ja kaipauksena  
(Wahlbeck 2017, 33–34).*

Alleviivatakseni sitä, että en halua lukita toimintaani ja aivojani yksiviivaisesti ainoastaan jonkun tietyn viitekehyksen mukaan, rupesin jossain vaiheessa otsikoimaan itseäni perhe- ja pariterapeuttina, työnohjaajana ja kouluttajana sanoilla ”luovan systeeminen ja jungilainen”. Kouluttajana innostuin kollegan kanssa sisällyttämään perheterapia-koulutuksen omaan psykoterapiaosuuteen jungilaisen taideryhmäterapien (Tuhkasaari & Wahlbeck 1995). Carl Gustav Jung vahvisti kiinnostustani niihin myytteihin, jotka liittyvät mm. parisuhteeseen ja vanhemmuuteen (Wahlbeck 1996). Parisuhteeseen saatetaan yhdistää uskomuksia kuten

”Muuta ei elämässä tarvitse kuin häntä” tai ”Hylätyksi tulemisen voi estää”. Vanhemmuuteen voi liittyä kuvitelmia kuten ”Vanhemmuuteen ei pitäisi kuulua syyllisyyttä tai kateutta” tai ”Vanhempien on vedettävä yhtä köyttä”. Yhtä lailla Jung kuin Bateson ovat rohkaisseet minua käyttämään luovia menetelmiä perhe- ja pariterapeuttina (Wahlbeck 1997). Molemmat ihailivat runoilija ja kuvataiteilija William Blakea. Perhe- ja pariterapeuttina on viisasta ymmärtää ei pelkästään niitä luovia työskentelytapoja mitä ammattiauttajana voi organisoida vaan myös huomioida miten luovuus näkyy jokaisen asiakkaan tavassa määritellä suhteensa maailmaan ja itseensä, vaikka ei tiedostaisikaan olevansa luova (Wahlbeck 2003 b; Wahlbeck 2009 a).

Lapset leikkivät, aikuiset tuovat tai siteeraavat kirjoja tai muita tekstejä, asiakkaat kertovat TV-sarjoista, heillä on valokuvia tai kotivideoita, he käyttävät vertauskuvia ja kertovat tarinoita, he antavat tai suunnittelevat antavansa lahjoja, he käyttävät huumoria, heillä on tietty kehollinen olemus, he näkevät unta, heillä on tietty musiikkimaku, heidän kotinsa on kuin pyhä temppele suojana maailman pahuutta vastaan, heillä on tärkeitä muistoesineitä, heitä kiehtovat jotkut sadut, he ovat hankkineet kirjoja ja joko lukeneet niitä tai eivät ainakaan vielä, heillä on tietty vaatetus, heidän ruokavalintansa ilmaisevat jotain heistä, kotieläimiin liittyy monenlaisia psyykkisiä merkityksiä, kaikilla on jokin harrastus tai kiinnostus, erilaiset henkilökohtaiset viestit tai muistiinpanot voivat edistää läheisten suhteiden ymmärtämistä, vapaa-ajan vietto ja matkustaminen kuuluvat jokaisen sielunmaisemaan, työ tai työttömyys on keskeisessä roolissa aikuisen elämän muotoutumisessa, koulutus kertoo jotain ihmisestä, ihmishuhdeverkosto sekä siinä käyttäytyminen edellyttää jokaisen yksilön kekseliäisyyden käyttöä ja luovuuden kannalta on kiinnostavaa jokainen aloite tai aikomus tehdä aloitteen omassa elämässä.

*Talvella oksat soittavat  
surullista kitara- ja viulumusiikkia  
talvella jokainen kuitu kirkuu  
rungoissa jos tuuli taiputtaa niitä,  
keväällä silmut ovat malttamattomia  
kuin lapset tai teini-ikäiset  
keväällä voi mitä tahansa sattua  
näennäisestä tapahtumattomuudesta  
huolimatta,  
kesällä lehdet haluavat mielellään  
oppia tuntemaan toisensa etunimeltä  
kesällä kaikki voivat iloita  
sellaisista yksinkertaisista asioista kuin  
aurinko ja sade,*



*syksyllä tulevat katkerat totuudet  
eikä mikään ole niin kuin se aina on ollut  
syksyllä on ylitetty raja  
eikä kukaan voi palata takaisin vanhaan  
(Wahlbeck 2021, 89, 91).*

Perheterapiakenttä ei ole vapaa arvovalinnoista (Wahlbeck ym. 2001). Erilaisissa suuntauksissa painottuvat eri lailla perheterapeutin perusroolit, kuten toiminnallisen vaikuttamisen rooli, intuitiivisen kuulemisen rooli, tunnetason jakamisen rooli ja ajatuksellisen avartamisen rooli. Eettisesti perheterapeutin olisi kuitenkin tarvittaessa oltava valmis ottamaan jokainen näistä rooleista perheterapiaprosessin muuttuvien tilanteiden ja vaatimusten mukaisesti. Perheterapeutin on kohdattava monta eettistä kysymystä kuten esimerkiksi ketä hänen pitäisi hoitaa, miten hänen pitäisi hoitaa, miten hänen pitäisi suhtautua omaan epäonnistumiseensa, miten hänen pitäisi tehdä yhteistyötä muiden tahojen kanssa, miten hänen pitäisi huolehtia itsestään, miten hänen pitäisi toimia, jos hän on osittain tai kokonaan työkyvytön, miten hänen pitäisi nähdä eettisiä periaatteita tärkeämpinä kuin oman toimeentulon varmistamista, kenen etua hänen pitäisi asettaa etusijalle, miten paljon riskejä hänen pitäisi ottaa ja miten hyvin hänen pitäisi muistaa jokaisen asiakkaansa asioita. Paitsi perheterapeutina niin myös työnohjaajana pitää olla valmis ottamaan monenlaisia vuorovaikutustilanteiden ja suhteessa olemisen vaatimia vaihtuvia rooleja (Wahlbeck 2002). Perheterapeutti ei ole itse asiassa poliittisestikaan neutraali puolustaessaan demokratian ja humanismin arvoja eli auttaessaan ihmisiä tulemaan kuulluiksi ja pääsemään vaikuttamaan ihmissuhteissaan sekä nähdessään kaikkia ihmisiä pohjimmiltaan arvokkaina riippumatta heidän teoistaan tai suhtautumisistaan (Wahlbeck 2006 a).

Työskentelin monta vuotta psykologina Lastenlinnan sairaalassa, ensin lastenneurologisilla ja myöhemmin lastenpsykiatrisilla osastoilla. Tämän takia ja senkin kautta missä pääsin toimimaan työnohjaajana ja kouluttajana tulivat lastensuojelun kuviot minulle läheisiksi (Wahlbeck 2004; Wahlbeck 2006 b). Paljon käytettyä "vanhemmuuden roolikarttaa" (Helminen 2001) olen halunnut täydentää jokaisen roolin kohdalla aivan vastakkaisellakin roolilla: "elämän opettajan" roolin lisäksi tarvitaan "elämästä ja lapsesta oppijan" roolia, "rakkauden antajan" roolin lisäksi "rakkauden vastaanottajan" roolia, "huoltajan" roolin lisäksi "pesälämmöstä itsekkin nauttijan" roolia, "rajojen asettajan" roolin lisäksi "lapsensa tempujen ja raamien vapauttavan rikkomisen ihailijan" roolia sekä "ihmissuhdeosaajan" roolin lisäksi "avuttomuutta, rajallisuutta ja epätoivoakin ihmissuhteissaan kestävän ihmisen" roolia. Lastensuojelutyössä olisi hyvä yhdistää lastensuojelun ja perheterapian lähestymistapoja esimerkiksi siten, että on paitsi avoimesti tilanteisiin puuttuva myös asiakkaiden ehdoilla toimiva eli kuunnellen asioihin puuttuva tai että on paitsi kuulusteleva myös keskusteleleva eli osallistuu uteliaana kanssakäymiseen. Lastensuojelutyössä on haastavaa löytää tapoja luoda tilaa dialogiselle puheelle ja keskustelulle.

Siirryttyäni yksityiseksi ammatinharjoittajaksi olen tehnyt enemmän pariterapiaa kuin perheterapiaa. Jossain vaiheessa olen esimerkinomaisesti päätenyt seuraaviin ajattelemaan provosoiviin teeseihin koskien parisuhdetta (Wahlbeck 2007 b):

1. Parisuhde on sitoutumista loppuelämäksi, vaikka ei voi koskaan tietää varmuudella, miten käy.
2. Parisuhde on henkilökohtainen valinta ja samalla taivaanlahja.
3. Parisuhde on haaste, joka lepää ainoastaan lyhyitä hetkiä.
4. Parisuhde on jotain, jota ei voi koskaan täysin kuvata.
5. Parisuhde on jaettu sielunmaisema ja samalla kaksi erillistä sielunmaisemaa.
6. Parisuhde auttaa olemaan suhteessa sekä ulkoiseen että sisäiseen maailmaan.
7. Parisuhde auttaa täyttämään yhteiskunnallisia velvollisuuksia ja poikkeamaan niistä.
8. Parisuhde auttaa työstämään sekä elämää että kuolemaa.
9. Parisuhde säilöo sekä hyvää että pahaa.
10. Parisuhde saa energiaa rakkaudesta ja vihasta.

Parisuhde on ehkä kaikkein paras todiste ihmiskunnan luovuudesta, koska on aivan loputon määrä erilaisia parisuhdekuvioita, jotka voivat olla riittävän tyydyttäviä tai jostain muusta syystä sellaisia, että puoliset siihen jäävät (Wahlbeck 2007 a). Pariterapiatyössäkin tarvitaan avaraa elämänfilosofista asennoitumista (Wahlbeck 2010 a; Wahlbeck 2018).

*Miksi varjo vaikenee  
ja miksi auringonpaiste huutaa?  
Miksi vesilasi kantaa huolta  
ja miksi omena on itsevarma?  
Miksi sää ei tunne mitään  
ja miksi autosta huolehditaan?  
Miksi aamu ja ilta ovat yhteydessä  
ja miksi päivä ja yö välttävät toisiaan?  
Ihminen keskusteleo ympäristönsä kanssa  
ja se vastaa salaisilla merkeillä  
ihminen elää lukemattomissa todellisuuksissa  
ja tulematta niistä täysin tietoiseksi  
ihminen vastaa kysymyksiinsä itse  
ja vastaukset herättävät yhä enemmän epävarmuutta  
ihminen ei pysy rajojensa sisällä  
ja sisäinen ja ulkoinen sekoittuvat  
(Wahlbeck 2023, 39).*

Perheterapiayhdistyksen puheenjohtajana minulla oli mahdollisuus kirjoittaa milloin mistäkin essee. Kerran esitin palstallani ehdotukseni eräänlaisiksi perhesäännöiksi tai ihmisten perheoikeuksien julistukseksi (Wahlbeck 2010 b).



1. Kotona läheistensä kanssa ihmisellä pitäisi olla niin turvalliset puitteet, että hän voi näyttää hankalimpiakin puoliaan.
2. Kaikenikäisten pitäisi voida kotona, yhdessä läheistensä kanssa, oppia lisää elämästä ja sen ikuisista arvoituksista.
3. Ihmissuhteissa pitäisi saada yrittää säädellä läheisyyttä ja etäisyyttä, riippuvuutta ja itsenäisyyttä, vaikka se ei koskaan yksipuolisesti onnistuisikaan.
4. Seksuaalisuus on nuoren, aikuisen ja vanhan ihmisen yksityisasia, johon muiden ihmisten on suhtauduttava kunnioituksella ja hienotunteisuudella, ellei hän loukkaa ketään muuta.
5. Kärsivän tai tarvitsevan ihmisen tulee saada läheisiltään apua, tukea, ymmärrystä ja myötätuntoa.
6. Rakkauden takia toisen tai muiden armoilla oleva ihminen ei saa joutua väkivallan kohteeksi.
7. Ihmisen on oltava vapaa muotoilemaan suhdetta itseensä riippumatta ympäristön odotuksista.
8. Jokainen ihminen päättää, mistä puhuu ja miten, mistä vaikenee, mitä puolia itsestään näyttää ulospäin ja mitä salailee.
9. Ihminen ei voi yksipuolisesti ohjata sitä, mitä kutsutaan elämäksi ja sen takia tarvitaan nöyryyttä läheisten kanssa.
10. Pohjimmiltaan ihmiset kaipaavat aika lailla samoja asioita iästä, sukupuolesta, harrastuksista, ammatista, rodusta, uskonnosta ja poliittisista mielipiteistä huolimatta.

Eräässä puheenjohtajan palstan esseessä mietin, onko perheterapia psykoterapiana tiedettä, taidetta vai käsityötaitoa (Wahlbeck 2010 c). Päädyn pohdinnoissani siihen, että perheterapia on tiedettä, koska siinä kyseenalaistetaan elämään ja yhteiselämään liittyviä kliseitä, ajatellaan kriittisesti omaa ammatillista toimintaa ja suhtautumista, ilmiöitä pyritään ymmärtämään laajasti ja monipuolisesti, lisäksi perheterapiaa ja sen tuloksellisuutta on tutkittu ja tutkitaan empiirisestikin. Perheterapia on taas taidetta koska mielikuvituksen käyttö on keskeistä, asioiden ydintä voi kuvata ainoastaan epäsuorasti eli symbolien tai vertauskuvien kautta ja kokonaisvaltaiset kokemukset ovat muidenkin aistittavissa. Lisäksi perheterapeutilta vaaditaan aina improvisaatiotaitoa. Lopuksi perheterapia on käsityötaitoa, koska perheterapeutiksi ei kasva, ellei tee riittävästi perheterapiaa, työhön liittyvää turhauttavuutta ja epävarmuutta on kestettävä, tietoisesti ja tiedostamatta on omaksuttava itselle ja asiakkaille sopiva tyyli suhtautua ja käyttäytyä. Lisäksi: mitä monipuolisempaa käytännön kokemusta perheterapeuttina on erilaisista prosesseista, sitä parempi.

Jälkeenpäin kun nyt katselen katsastustani runoilijana omista artikkeleistani ja esseistäni sekä valitsemiani poimintoja niistä, ihmettelen miksi en näytä katuvaan mitään kirjoitustani tai edes osaa siitä. Toivon, ettei tämä johtuisi siitä, että olisin erityisen itserakas ja itseäni

idealisoiva. Mieluummin haluan ajatella, että runoilijana sekä perhe- ja pariterapeuttina en ole suostunut lukittautumaan johonkin tiettyyn näkökulmaan tai kuvitellut löytäneeni lopullista kokonaiskuvaa jostakin aiheesta. Jokaisella kirjoituksellani olen yrittänyt itselleni ja muille avata aina uusia, joissakin asiakastilanteissa mahdollisesti käyttökelpoisia vaihtoehtoja, asioiden hahmottamiseksi tai toimintatavoiksi tiedostaen, että vaihtoehtoja on loputtomasti.

## Lähteet

- Helminen, M.-L. (2001). *Vanhemmuuden roolikartta*. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Johansson, K., Lounavaara-Rintala, H., Wahlbeck, J.-C. & Varilo, E. (1987). Psykoottisia perheterapiapelejä. *Perheterapia* 3, 11–16; 23. (Artikkelin perusajatuksat löytyvät ruotsiksi teoksesta: *Första Nordiska kongressen i Familjeterapi*. Linköping 13–15 aug. 1987. Kongressbok, 451–455.)
- Tuhkasaari, P. & Wahlbeck, J.-C. (1995). Jungilainen taideryhmäterapia perheterapiakoulutuksessa. *Perheterapia*, 3, 18–22.
- Wahlbeck, J.-C. (1985). Perheterapeutti ja valta. *Perheterapia*, 1, 12–14.
- Wahlbeck, J.-C. (1991 a). Life-Experiences as a System. 3<sup>rd</sup> World Family Therapy Congress, 2-6 June 1991, Jyväskylä, Book of Abstracts, 294.
- Wahlbeck, J.-C. (1991 b). Systeeminen perheterapeutti organisaatiota kehittämässä. *Perheterapia*, 2, 26–31.
- Wahlbeck, J.-C. (1991–1992). Elämäkokemukset systeeminä. *Perheterapia*, 4, 14–17 sekä *Perheterapia*, 1, 35.
- Wahlbeck, J.-C. (1994). Vuorovaikutus hoitoalalla. *Perheterapia*, 4, 4–8. (Lisäksi julkaistu Pro Nursing ry:n vuosikirjassa ”Hädän monet kasvot”. *Hoitotiede* 1995. Julkaisusarja A:9:1995, 101–108.)
- Wahlbeck, J.-C. (1996). Perhe ja tuhoavuus. *Perheterapia*, 3, 4–9.
- Wahlbeck, J.-C. (1997). Myyttisiä kuvia perheterapiassa – jungilaisuutta ja systeemisyttä. *Perheterapia*, 2, 34–39.
- Wahlbeck, J.-C., Lounavaara-Rintala, H. & Vuornos, P. (2001). Perheterapeutin osaaminen ja etiikka. *Perheterapia*, 3, 4–12.
- Wahlbeck, J.-C. (2002). Työnohjauksen arkea ja taikaa. *Perheterapia*, 1, 42–48.
- Wahlbeck, J.-C. (2003 a). *Kompasseja elämän ristiriitoihin. Runollisia visioita psykologisista teemoista*. Jyväskylä: Ai-ai. Mielikirjat.

- Wahlbeck, J.-C. (2003 b). Perheterapia ja luovuus. *Perheterapia*, 3, 4–18.
- Wahlbeck, J.-C. (2004). Lastensuojelukuvioista. *Perheterapia*, 1, 16–23.
- Wahlbeck, J.-C. (2005). Onko perheterapia vielä systeemistä? Puheenjohtajan kynästä. *Perheterapia*, 3, 4–5.
- Wahlbeck, J.-C. (2006 a). Perheterapeutti puolustaa demokratian ja humanismin arvoja. Puheenjohtajan kynästä. *Perheterapia*, 2, 4–5.
- Wahlbeck, J.-C. (2006 b). Reflekterande processer och barnskyddsarbete. Teoksessa: Eliassen, H. & Seikkula, J. (Toim.) *Reflekterende prosesser i praksis*, 81–93. Oslo: Universitetsforlaget.
- Wahlbeck, J.-C. (2007 a). Luovan systeemin ja jungilainen paripsykoterapia. Teoksessa Malinen, V. & Alkio, P. (Toim.) *Paripsykoterapia ja parisuhteen ikuinen arvoitus*, 21–31. Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Wahlbeck, J.-C. (2007 b). Mitä perheterapeutti ajattelee parisuhteesta? Puheenjohtajan kynästä. *Perheterapia*, 4, 4–5.
- Wahlbeck, J.-C. (2007 c). Näkyjä arkielämässä. Arjen taikaa. ai-ai.
- Wahlbeck, J.-C. (2007 d). Perheterapia ja runous. Puheenjohtajan kynästä. *Perheterapia*, 3, 4–5.
- Wahlbeck, J.-C. (2008 a). Familjeterapins lyriska dimensioner. *Fokus på familjen*, 3, 227–234.
- Wahlbeck, J.-C. (2008 b). *The Lyrical Dimensions of Family Therapy*. Sub-plenary. Den 8. Nordiske Kongress I Familieterapi, 27.-30.8.2008 I Bergen.
- Wahlbeck, J.-C. (2009 a). Perheterapeuttisen työskentelyn mahdollisuudet ja haasteet. Teoksessa: Larivaara, P., Lindroos, S. & Heikkilä, T. (Toim.) *Potilas, perhe ja perusterveydenhuolto*, 298–313. Helsinki: Duodecim.
- Wahlbeck, J.-C. (2009 b). Perheterapian runolliset ulottuvuudet. Teoksessa: Soisalo, R. (Toim.) *Kongressikirja III. Suomalainen Perheterapiakongressi Jyväskylässä 19.-21.3.2009*, 57–61. Turku Suomen Perheterapiayhdistys ry.
- Wahlbeck, J.-C. (2010 a). Miten elämä näyttäytyy parisuhteessa? Teoksessa: Malinen, V. & Alkio, P. (Toim.) *Paripsykoterapia ja parisuhteen kätkeyt mahdollisuudet*, 22–29. Helsinki: VL-Markkinointi Oy.
- Wahlbeck, J.-C. (2010 b). Miten perheen pitäisi toimia? *Perheterapia*, 1, 4–5.
- Wahlbeck, J.-C. (2010 c). Onko perheterapia tiedettä, taidetta vai käsityötaitoa? (Puheenjohtajan kynästä). *Perheterapia* 4, 4–5. (Julkaistu ruotsiksi: Wahlbeck, J.-C.:

*Familjeterapi - vetenskap, konst eller hantverk.* CJP, Centrum för Jungiansk Psykologi AB, Nyhetsbrev Nr 50: 8 december 2010.)

Wahlbeck, J.-C. (2012). Ihmisenä olemisen peruskysymykset ja perheterapia. Teoksessa: Niskanen, H. (Toim.) *Turku palaa - perheterapia ja kulttuuri. IV Suomalainen perheterapiakongressi Turussa 15-17.3.2012*, 76–85.

Wahlbeck, J.-C. (2017). *Ihmiskunnan tulevaisuus - Mänsklighetens framtid.* Kaksikielinen runokokoelma, suomennos Kai Nieminen. Basam Books.

Wahlbeck, J.-C. (2018). Parisuhteen ja pariterapian kompassseja. *Perheterapia*, 4, 6–23.

Wahlbeck, J.-C. (2021). *Den gåtfulle mannen från ingenstans - Salaperäinen mies ei-mistään.* Kaksikielinen runollinen kertomus, suomennos Kai Nieminen. Basam Books.

Wahlbeck, J.-C. (2023). *Om allting, ingenting och någonting - Kaikesta, ei mistään ja jostakin.* Kolme runokokoelmaa kaksikielisinä, suomennos Kai Nieminen. Basam Books.

