

Kongressikuulumisia

IFTA:n (International Family Therapy Association) maailmankongressi Japanissa

YTM, kouluttajapsykoterapeutti Terhi Kotilainen

IFTA on saanut alkunsa vuonna 1987 Prahassa Virginia Satirin ja Donald Blochin aloitteesta. He pitivät tärkeänä idän ja lännen välistä yhteistyötä ja halusivat perustaa maailmanlaajuisen organisaation, joka tukisi perheterapiatutkimusta, -kouluttamista, hyviä käytäntöjä ja kansainvälistä yhteistyötä.

Järjestön ja maailmankongressin laajempaan päämääräänä on perheiden ja muiden humaaniin systeemien terveyden ja hyvinvoinnin tukeminen jakamalla tietoa ja ideoita perheterapian kentällä systeemisen psykoterapian näkökulmista. Ensimmäinen maailmankongressi järjestettiin Irlannin Dublinissa vuonna 1989 ja seuraava Jyväskylässä vuonna 1990. Japanin perheterapiayhdistyksen nykyinen varapuheenjohtaja Takeshi Tamura oli mukana jo Jyväskylän kongressissa!

Tänä vuonna maailmankongressi järjestettiin **Japanin Toyamassa**, jonne oli kokoontunut yli 300 ammattilaista yli 30 eri maasta vaihtamaan kuulumisia ja lisäämään tietoisuutta erilaisista perheterapeuttisista menetelmistä, viimeaikaisesta tutkimuksesta, hyvistä käytännöistä sekä perheterapian työnohjauksen ja kouluttamisen teemoista, muun muassa psykoterapeutiksi kasvamisen prosessista.

Suomesta kongressiin osallistuivat Juha Metelinen ja Terhi Kotilainen. Matkaseurueeseemme kuului lisäksi Ruotsista Elisabet Wollsen ja Susan Hanshoff sekä Iso-Britanniasta Máire Stedman. He ovat meille tuttuja EFTA:n (European Family Therapy Association) kautta. Heidän lisäksi tapasimme kongressissa pohjoismaisten kollegojen lisäksi tuttuja EFTA:n jäseniä eripuolilta Eurooppaa.



Matkaseurueemme Toyaman lahden rannalla. Juha Metelinen, Susan Hanshoff, Máire Stedman, Elisabet Wollsen ja Terhi Kotilainen.

Pöydän ympärillä EFTA:n väkeä eli eurooppalaisia perheterapeutteja Virosta, Englannista, Suomesta, Maltalta, Italiasta. Terhi takana seisomassa Angela Abelan (Malta) ja EFTA:n puheenjohtaja Umberta Telfenerin (Italia) välissä.



Kongressipäiviin mahtui valtava määrä esityksiä – kymmenen samaan aikaan - ja olikin vaikeaa valita, mihin osallistua, koska samalla joutui luopumaan monesta kiinnostavasta esityksestä. Erityistä sosiaalista ohjelmaa kongressipäiviin ei ollut järjestetty, mutta ajatuksia vaihdettiin esitysten kirvoittamana ja tauoilla. Osa kongressivieraista osallistui ennen kongressia lähialueelle järjestettyihin turistiretkiin. Meille riitti sakuran eli kukkivien kirsikkapuiden ihailu pienellä omatoimisesti järjestetyllä jokiristeilyllä Toyamassa. Ehdimme hieman tutustua myös kaupunkiin, joka on vähän Tampereä suurempi ja sijaitsee lähellä Japanin vuoristoaluetta, jota kutsutaan Japanin Alpeiksi.

Kongressi avattiin paneelikeskustelulla perheterapian ja systeemisen psykoterapian kehityksestä Aasian eri maissa. Keskustelu tulkattiin myös viittomakielellä. Paneelikeskustelussa verrattiin länsimaisen, yksilökeskeisen kulttuurin ja itämaisen kollektiivisen yhtenäiskulttuurin eroavaisuuksia. Idässä tärkeänä pidetään yhtenäisyyttä, harmoniaa ja ryhmäidentiteettiä, jossa aina otetaan ensin huomioon viiteryhmän etu. Lännessä puolestaan yksilön autonomia ja itsekkäät pyrkimykset ja arvot ohjaavat toimintaa ja käyttäytymistä.



Japanin perheterapiayhdistyksen varapuheenjohtaja **Takeshi Tamura** pitämässä avajaispuhetta panelistien kera. Oikeassa alalaidassa viittomakielen tulkki.

Perheterapeuttisesta näkökulmasta yksilökeskeisen kulttuurin ydin on ydinperhe, parisuhde ja selkeät sukupolvien väliset rajat. Yhtenäiskulttuurissa puolestaan ydin on useamman sukupolven laajennettu perhe, vanhemman ja lapsen välinen suhde ja aikuisenakin lapsen kuuliaisuus ja kunnioitus vanhempiaan kohtaan. Vanhemmat ajattelevat, että omien aikuisten lasten elämään puuttuminen on merkki rakkaudesta ja huolenpidosta. Tämä on kuitenkin muuttumassa, ja länsimaisten vaikutteiden myötä yksilöitymiskehitys ja länsimaiset arvot itämaisissa kulttuureissa ovat lisääntyneet ja tuoneet uusia haasteita perheille. Esimerkiksi naiset käyvät töissä ja ansaitsevat rahaa eri tavalla kuin ennen, jolloin heidän on mahdollista toimia aiempaa itsenäisemmin. Aiemmin aviomies ja appivanhemmat määräsivät naisen paikan ja aseman. Nykyongelmista haastavin on 4-2-1-syndrooma: neljä isovanhempaa ja kaksi vanhempaa keskittyvät yhden lapsen kasvattamiseen jolla on melkoinen asema perheessä. Kääntöpuolena on se, että ainoa lapsi joutuu vastuuseen neljän vanhuksen hoidosta myöhemmin elämässään.

Tutkimusten mukaan systeemisen, perheterapeuttisen työskentelyn ansiosta erilaisia näkökulmia ja arvoja oli mahdollista kohdata ja oppia sietämään esimerkiksi Kiinassa, kun niistä saattoi puhua yhdessä perheen ulkopuolisen terapeutin kanssa. Eriytymiskehitykseen ja perheenjäsenten autonomiaan löytyi sallivuutta, ja perheenjäsenten välisistä suhteista väheni kontrollointi ja manipulaatio - joustavuus ja sopeutumiskyky kasvoivat ja ilmapiiri muuttui vähemmän jännitteiseksi sekä yksilöiden tarpeita paremmin huomioivaksi. Vähitellen kasvojen menettämisen häpeä on hellittänyt Aasiassa kun sen eteen on tehty työtä, ja ongelmiin on ollut mahdollista hakea apua perheen ulkopuolilta tahoilta.

EFTA:n puheenjohtaja, italialainen Umberta Telfener oli puhumassa nykyisen Milanon instituutin johtajan, Enzo de Bustisin kanssa siitä, miten Milanon koulukunnan tekemä työ on kehittynyt ja miksi olisi viisasta puhua ennemminkin systeemisestä psykoterapiasta kuin perheterapiasta. Heidän mukaansa systeeminen psykoterapia on käsitteenä laajempi ja sallivampi kuin perheterapia, jota toiset pitävät rajoittavana, liian yksinäkökulmaisena ja aikansa eläneenä - se ei enää vastaa tämän päivän terapiatarpeisiin. Telfener ja De Bustis korostivat, ettei systeemiä saisi terapiaistunnossa tai -prosessissa häiritä liikaa - systeemi on elävä organismi, joka muuttuu joka tapauksessa. Varsinkaan sen kykyä korjata itseään ei tulisi häiritä. Puheenvuorossa tuotiin esiin, että usein terapeutin tulisi ensin muuttua itse tai ainakin pohtia asemoitumistaan terapiasysteemissä eri näkökulmista. Terapeutin tulisi olla myös sensitiivinen saamalleen palautteelle ja huomioida se työskentelyssä.

Terapeutti voidaan nähdä muutostyöskentelyn asiantuntijana ja perhe puolestaan oman elämänsä asiantuntijana. Telfener ja De Bustis muistuttivat myös, että terapiatyöskentelyn tulisi olla sopivan epämurkavaa - ei liian murkavaa, muttei myöskään sietämätöntä. Terapiatyöskentelyssä he pitivät tärkeänä moniulotteisuutta

esimerkiksi kortteja tai figuureita apuna käyttäen – suhteiden tutkimisessa on hyvä olla apuvälineitä ja konkreettista tekemistä, ei pelkästään puhetta. Myös monenlainen kehollinen tutkiminen tuotiin esiin.

Kongressissa oli monia kiinnostavia puheenvuoroja erilaisista perhe- ja pariterapeuttisista hoitomalleista ja -käytännöistä, teemoista ja ilmiöistä sekä perheterapiakouluttamiseen liittyen esimerkiksi terapeutiksi kasvamisesta (oman persoonan kanssa työskentelystä), työnohjauksen tavoista ja merkityksistä, taitoharjoittelusta (deliberate practice) sekä sosiaalisen oikeudenmukaisuuden huomioimisesta niin terapiassa kuin kouluttamisessakin. Sosiaalisen oikeudenmukaisuuden huomioimisesta kouluttamisessa löytyy erillinen teksti englanniksi EFTA:n uutiskirjeistä: [IFTA2024_Social-justice.pdf](#).

Yhteenvedon voi todeta, että systeemisellä perhe- ja pariterapeuttina, kouluttajana ja työnohjaajana voi aina kehittyä syventämällä itsetuntemustaan sekä kehittämällä taitojaan. Tärkeää on myös jakaa omia kokemuksiaan ja haavoittuvuuttaan; toimia läpinäkyvästi ja läsnäolijoiden turvallisuutta ja vakautta lisäten eri rooleissa. Muutos ja oivallukset tapahtuvat kyllä, kun niille tulee tilaa ja aikaa – liian kiire ei saa olla, ja lopputulos voi olla jotain muuta, mitä alun perin on tavoiteltu. Kannustan kaikkia lämpimästi osallistumaan kongresseihin ja koulutuksiin mahdollisuuksiensa mukaan. Kiinnostavat kohtaamiset toisten ammattilaisten kanssa antavat uutta ajateltavaa ja tuottavat joskus oivalluksiakin, joista on hyötyä ja apua omassa työssä.

