

## KIRJA-ARVIO

Sanna Isosävi, Marjo Ruismäki, Saara-Leena Kaunisto (toim.):

### **Traumatisoituminen ja perhesuhteet**

(Helsinki: Traumaterapiakeskus 2024)

Terhi Kotilainen YTM, Kouluttajapsykoterapeutti, Työnohjaaja



Traumaterapiakeskus täytti viime vuonna 30 vuotta ja julkaisi sen kunniaksi mittavan artikkelikokoelman. Kokoelmassa tuodaan laajasti esiin niin tutkittua tietoa kuin kliinistä asiantuntemustakin traumatisoitumisesta ja sen vaikutuksista perhesuhteisiin. Vastaavaa teosta ei ole julkaistu aiemmin suomeksi! Teos on kerta kaikkiaan vaikuttava tietopaketti tästä aihepiiristä. Kirjoittajina on 36 kotimaista ja kansainvälistä asiantuntijaa, joista kirjoittajaluettelon mukaan perhe- ja/tai pariterapeutteja on kymmenen ja tämän lisäksi yksi kirjoittajista on kouluttautumassa perhe- ja pariterapeutiksi.

Teoksessa käsitellään aiheita raskaus- ja vauva-ajasta lapsuuteen ja nuoruuteen, traumaperäisiä ilmiöitä vanhemmuudessa, parisuhteessa ja perheissä ja se tarjoaa katsauksen myös hoidollisiin näkökulmiin. Artikkeleita on yhteensä 26 ja niissä on kattavat lähdeluettelot, jos aiheisiin haluaa perehtyä tarkemmin.

Traumatisoitumista ja perhesuhteita lähestytään pitkälti lääketieteen ja psykologian näkökulmista pyrkien laaja-alaisuuteen ja kattavaan aiheen käsittelyyn. Tässä on pitkälti onnistuttukin – toki vieläkin vahvempaa perheterapeutista, systeemistä ja

dialogista ääntä olisin toivonut teoksessa kuulevani. Myös sosiaalityön näkökulma olisi voinut olla enemmän esillä. Tietyllä tavalla työskentely vakavan traumatisoitumisen parissa on Suomessa vielä kuitenkin nuorta, vaikka viimeksi kuluneiden vuosien tai vuosikymmenen myötä tietoisuus traumatisoitumisesta on lisääntynyt ja saanut aiempaa paremmin ääntään kuuluviin. Traumatisoitumisen hoidossa on myös pitkälti keskitytty yksilökeskeisiin menetelmiin – onneksi Traumaterapiakeskus on kehittänyt myös vaikuttavia ryhmähoitoja, joita tämä teos esittelee. Selviytyjävanhemmat on vanhempien ryhmähoidossa kehitetty ammattitermi, joka pitää sisällään laajempaa ajattelua. Marjo Ruismäki avaa tätä kirjoittamissaan artikkeleissa.

Traumaterapiakeskus on tehnyt urauurtavaa työtä koulutus- ja julkaisutoiminnassaan niin, että traumateoreettinen ajattelu psykkisessä hoidossa on saanut jalansijaa maassamme. Tämä kokoelmateos tarjoaa tärkeän ja laaja-alaisen katsauksen Suomessa tehtyyn traumatyöhön ja tuo siihen myös monialaisia teoreettisia näkemyksiä. Tämän vuoksi kirja sopii oppikirjaksi monenlaisiin koulutustarpeisiin – kunhan ensin traumateorian peruselementit ovat hallussa, sillä ihan perusteista tämä teos ei mielestäni lähde liikkeelle. Voi olla, että itsellenikin on sen suhteen ajatus vähän hämärtynyt, kun olen opiskellut ja työskennellyt traumatisoitumisen parissa parisen kymmentä vuotta. Siitä huolimatta koen edelleen valtavaa tiedon, ymmärtämisen ja käytännön työskentelymenetelmien oppimisen tarvetta. Traumalaseissa/linsseissä on monia sävyjä ja mitä enemmän ymmärrys esimerkiksi lähisuhteissa tapahtuvan traumatisoitumisen haittavaikutuksista kasvaa, sitä suuremmaksi kasvaa ymmärrys perhesuhteiden hoitamisen tärkeydestä ja haastavuudesta. Kun perhesuhteiden hoitaminen haastaa, tarvitaan vankkaa tietopohjaa, jotta pystyy empaattisesti ymmärtämään traumatisoineita vanhempia, vaikka heidän toimintatapojaan ei hyväksyisikään. Paheksuminen tai tuomitseminen ei muuta mitään – tarvitaan enemmän. Tietopohjan lisäksi menetelmällinen osaaminen on tarpeen.

Peruselementeistä, esimerkiksi turvallisuuden tunteesta ja vireystilasta huolta pitäminen, on traumatisoituneiden kanssa tehtävässä perheterapiassa keskeistä, samoin vakauttavan kehollisuuden mukana pitäminen. On tärkeää ymmärtää itsesäätelyn ja yhteissäätelyn keinoja sekä saadun vanhemmuuden merkityksiä ja ilmenemismuotoja nykyisissä läheisissä ihmissuhteissa. Kun asiakas tavoittaa niiden juuret omasta historiastaan, muutos mahdollistuu.

Teos lähtee loogisesti liikkeelle vanhemmuuden teemoista: raskaudesta, synnytyksestä ja vauva-ajasta. Turvallisten ja turvattomien suhdekokemusten pohja luodaan perinataaliajalla ja varhaislapsuudessa ja sillä on kauaskantoiset vaikutukset pitkälle aikuisuuteen, jos suojaavia tekijöitä on niukasti ja riskitekijöitä runsaasti. Hoidossa on tärkeää vanhemman vakauttamisen lisäksi myös vahvistaa hyviä vuorovaikutustapoja perheenjäsenten välillä niin, että sukupolvien ylitse ulottuva traumatisoi-

tumisen ketju olisi mahdollista katkaista. Parisuhteen ja vanhemmuuden hoitaminen on tässä aivan keskeistä ja sitä osaamista Traumaterapiakeskus on ollut kehittämässä maassamme. Vaikka koulutusta on järjestetty ryhmänohjaajien koulutuksena, siitä hyötyisivät kyllä kaikki vanhemmuuden ja traumatisoitumisen parissa työskentelevät.

Vanhemmuusteemojen jälkeen tarkastellaan traumatisoitumisen merkitystä kehityksessä niin haitallisten lapsuudenkokemusten kuin kiintymyssuhteidenkin näkökulmista. Lapsuuteen liittyvien teemojen lisäksi käsitellään myös sitä, miten traumatisoituminen haastaa nuoruuden kehitystehtäviä.

Seuraavaksi tarkastellaan traumatisoitumisen vaikutuksia perhesysteemiin, mikä on erityisen ansiokas ja kiinnostavasti kirjoitettu jakso. On tärkeää lisätä ymmärrystä nimeämällä ilmiöitä ja tunnistamalla vuorovaikutuskehiä, joiden taustalla vuorovaikutuksessa ilmenevät traumareaktiot lymyävät.

Suomessa on ymmärtääkseni kirjoitettu melko vähän vakavasti sairaiden lasten vanhempien traumareaktioista – siksi erityinen kiitos Krista Koivulalle, jonka kirjoittamassa artikkelissa kuuluu vankka klinisen kokemuksen ääni teoreettisen ymmärryksen lisäksi. Näkisin tässä myös mahdollisuuksia perehtyä John S. Rollandin kehittämään systeemiseen ja integratiiviseen hoitomalliin, jota ei tietääkseni ole Suomessa käytetty – tähän malliin sisältyviä elementtejä Koivulan artikkelissa kyllä esiintyy. Koivula on väitellyt aiheesta parisuhderesilienssin ja vanhemmuuden näkökulmista vuonna 2023 ja toivottavasti hänen osaamistaan hyödynnetään laajasti. Toimikoon Pohjois-Savon hyvinvointialue esimerkillisenä tiennäyttäjänä muille somatiikalla toimiville nostettuaan tämän näkökulman esiin Koivulan avulla! Myös Marjo Ruismäen artikkeliin ”Lapsuuden kaltoinkohtelun vaikutukset vanhemmuuteen” on syytä perehtyä.

Vuoden 2024 perhe- ja pariterapeutiksi valittu Petteri Mankila valottaa lisää parisuhde-dynamiikkaa ”Puolisotapaamiset dissosiaatiohäiriön hoidossa: näkökulmia ammatti-laisille ja puolisoille” -artikkelissaan. Mankilan näkökulmia vakavan traumatisoitumisen huomioimisesta puolison näkökulmasta pariterapiassa pääsemme kuulemaan lisää Suomen perhe- ja pariterapiayhdistyksen järjestämässä koulutuksessa tänä keväänä.

Kiinnostavaa luettavaa on myös Pirjo Tuhkasaaren tarjoamat psykoanalyttiset näkökulmat avioerosta traumakokemuksena ja erityisesti eettisten näkökulmien esiin nostaminen. Hanna Pinomaa puolestaan tuo keskusteluun tunnekeskeisen pariterapian ääntä ja Anna-Maija Lampinen perhenäkökulmaa. Selkeää ja tarpeellista luettavaa kaikille parien ja perheiden kanssa traumanäkökulmasta työskenteleville. Sota-traumojen erityisluonnetta keskusteluun lisää emeritaprofessori Raija-Leena Punamäki. Tässä osiossa on myös tekstejä selkiyttäviä taulukoita ja kuvia – hienoa! Visuaalisuus maadoittaa ja tuo selkeyttä luettavaan.

Sitten on vuorossa hoidollisia näkökulmia. On totta, että traumaymmärryksen levittämisessä on vielä tehtävää ja työntekijät tarvitsevat rakenteellista tukea pystyäkseen auttamaan traumatisoituneita pareja ja perheitä. Tarvitaan lisää koulutusta, työnohjausta ja ymmärtävää kohtaamista. Työntekijöiden tulee oppia vakauttamaan itseään ja tulemaan tutuiksi omien elämänhistorioidensa ja kehollisten reaktioiden kanssa, jotta heidän on mahdollista asettua auttamaan vakavaa traumatisoitumista kokeneita. Voimakkaita tunnekokemuksia säädellään nimenomaan ihmisten välisissä suhteissa, ja tähän työntekijät tarvitsevat oppia ja työnohjausta pystyäkseen auttamaan muita.

Hoito-osiossa varhaisen vuorovaikutuksen hoitaminen, perheiden hoito ensikodeissa, kliinikkoavusteinen videopalaute ja altistusterapia äiti-lapsi-dyadin hoidossa, traumatiivinen työskentely lastensuojelun avohuollossa, lapsen emotionaalisen turvallisuuden tukeminen sijoitustilanteissa ja muutama muukin hoitomalli saa artikkelin verran tilaa kirjassa. Ruismäen teksti vakauttavasta ryhmähoitomallista lapsuuden kaltoinkohtelusta toipuville vanhemmille on asian ytimessä. Jos jotain jäin kaipaamaan, niin traumateoreettisen, kehollisen ja systeemisen työotteen yhdistämisestä olisi ollut mielenkiintoista lukea. Jäin kaipaamaan myös laajempaa resilienssinäkökulmaa ja sen suurta pioneeria perheterapian alalta, Froma Walshia. Häntä ei kukaan kirjoittajista maininnut yhdessäkään tekstissä eikä lähdeviitteissä.

Yhteenvetona sanoisin, että kaikkien sosiaali- ja terveystalvveluista ja palvelutasosta päättävien olisi hyödyllistä tutustua tähän teokseen ja huomioida sen oppeja, kun esimerkiksi hyvinvointialueiden palveluita ja palveluverkkoja järjestetään. Trauma- hoitoon ja traumainformoituun työotteeseen sijoitettu euro maksaa itsensä moninkertaisesti takaisin. Suosittelen lämpimästi tähän teokseen perehtymistä kaikille perhe- ja pariterapeuteille – kohtaamme vakavaa traumatisoitumista paljon työssämme, vaikka emme sitä aina tunnistaikaan.