

Pääkirjoitus

Nykyisessä maailmantilanteessa tekee mieli yhtyä filosofi Herakleitoksen (Ἡράκλειτος, 535–475 eaa.) ajatukseen: Vaikka tiedämme hänen ajattelustaan suoraan vain vähän, hän on jäänyt historiaan paitsi monitulkintaisuudestaan – siitä lisänimi *Hämärä* – mutta myös näkemyksestään, jonka mukaan muutos on todellista ja pysyväisyys vain harhaa. Kaikki virtaa, emmekä voi astua samaan virtaan kahdesti. Erityisen kauniisti tämän kiteyttää Pentti Saarikosken suomennos: *"Samaan virtaan astumme emmekä astu, me emmekä me."* Olemmehan mekin osana todellisuutta jatkuvasti muutoksessa.

Mielen toiminnan ammattilaisina tiedämme, että – yksilöllisistä eroista huolimatta – muutoksiin sopeutuminen on yleensä helpompaa silloin, kun ne tapahtuvat vähitellen ja maltillisesti. Tällä hetkellä maailmanlaajuiset muutokset ovat kuitenkin rajuja, jopa kaaottisia. Siksi ei ole yllättävää, että monien turvallisuudentunne horjuu. Huolestuttavaa on erityisesti nuorten tulevaisuudenuskon on heikentyminen, kuten tuore Nuoriso-barometri osoittaa: vuonna 2016 83 % nuorista suhtautui omaan tulevaisuuteensa optimistisesti, mutta vuonna 2024 enää 61 %. Tulevaisuudenuskon hiipumista heijastanee myös se, että suomalaisten syntyvyys on ollut viime vuosina historiallisen alhaisella tasolla.

Myös psykoterapiamaailmassa kuohuu: Yllättäen psykoterapeuttien aiemmin täynnä olleet kalenterit tyhjenevät; nuorten terapiatukuakin hoidetaan mieluummin (säästösyistä?) lyhytterapeutein. Lyhytterapiakoulutuksiin näyttää pääsevän vaatimattomallakin koulutustaustalla, kun taas psykoterapeuttikoulutukseen pääsevien koulutusvaatimuksia halutaan kiristää, vaikka tiedämme, että asiakkaamme ovat moninaisia ja niin tulisi psykoterapeuttienkin olla (tietenkään vaadittua asianmukaista kliinistä kokemusta ja riittävää koulutustaustaa unohtamatta). Perhe- ja paripsykoterapeuttien osaaminen on edelleen vajaakäytössä, vaikka sille kustannustehokkaana hoitomuotona olisi suuresti tarvetta.

Perhe- ja pariterapia itsessäänkin on murroksessa. Olemme ikääntyvää joukkoa. Merkitävän työn tehneet professorit ja tutkijat, kouluttajat sekä monet pitkän elämäntyön tehneistä kollegoistamme jäävät eläkkeelle. Olemme huolissamme perhe- ja pariterapian tieteellisen tutkimuksen tulevaisuudesta ja merkittävän työn tehneiden kouluttajien viisauksien unohtumisesta. Entä miten käy Perhe- ja pariterapialehden, kun meidän nykyisten päätoimittajien kausi päättyy ja uusia päätoimittajia ei tunnu löytyvän?

Muutosvyöryssä voi tulevaisuuden usko olla koetuksella ja lamauttaa. Muutokset voivat kuitenkin synnyttää myös uudenlaisia ratkaisuja, sellaisia, joita ei rauhallisempien muutosten aikoina ole tullut ajatelleeksi. Ottakaamme rakkaan Perhe- ja pariterapia-lehtemme esimerkiksi uudenlaisesta ratkaisusta: Olemme pohtineet, voisiko lehti, perhe- ja pariterapiakoulutukset, käytännön työ sekä koulutusten ja työmme tutkimus olla yhä enemmän yhteydessä toisiinsa. Ehkäpä yhteenliittymänä, joka muodostaisi ekosysteemin,

jossa eri toiminnot täydentäisivät toisiaan. Uusi ekosysteemi toisi lehtemme runsaasti vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita sekä opinnäytetöihin perustuvia artikkeleita. Näitä tuottaisivat psykoterapiakoulutukset, joiden lopputöiden kirjoitusohjeet kopsittaisiin Perhe- ja pariterapialehdessä. Tällainen käytäntö on jo Oulussa vuonna 2026 alkavassa perhe- ja pariterapiakoulutuksessa. Vastuukouluttajien säännöllisissä tapaamisissa tarkasteltaisiin, kuinka monta julkaisua eri koulutukset ovat tuottaneet lehtemme. Näin epäjärjestys, jota näemme ajassamme, muodostaisikin uusia rakenteita, joihin perhe- ja paripsykoterapiakenttä voisi nojata.

Ilolla tervehdimme yhdistyksen ideoimaa ja työnsä aloittavaa tutkimuskonsortiota, joka tulee olemaan tapaamis- ja verkostoitumispaikka perhe- ja pariterapian tutkijoille sekä tutkimuksesta kiinnostuneille ja sitä suunnitteleville. Konsortio muun muassa tukee konkreettisesti sekä vireillä että meneillään olevia tutkimuksia ja siten edesauttaa yhdessä pohtimalla tutkimusideoiden kehittelyä. Ehdotammekin, että Perhe- ja pariterapialehti voisi olla kaikkien tutkijoiden (jopa ensisijainen) julkaisufoorumi. Hurjissa unelmissamme JUFO-luokituksen saanut lehtemme pullistelisi vertaisarvioituja tieteellisiä artikkeleita. Erityisesti toivoisimme koulutusten tutkimista. Nykyäänhän useat yliopistot kouluttavat psykoterapeutteja, mutta kuinka moni niistä tutkii koulutuksiaan?

Kaikesta hyvästä ei onneksi tarvitse vain unelmoida: VIII Perhe- ja pariterapiakongressi upeine puhujineen ja esityksineen toteutuu. Tässä lehdessä pääset ennakkoon kuulemaan kongressin *kutsuttujen puhujien haastatteluita*, joissa he raottavat tulevan esityksensä aihepiirejä. Iloitsemme myös siitä, että aktiivinen yhdistyksemme tukee jäsenistöämme monella tavoin, muun muassa erilaisin verkostotapaamisin. Iloa tuottavat myös alkamassa olevat perhe- ja pariterapiakoulutukset. Ne ovat osoitus siitä, että terapiafilosofiallamme on edelleen kannatusta ja että nuoria lupauksia on liittymässä joukkoomme.

Iloitsemme myös siitä, että lehtemme edelleen tarjotaan kirjoituksia. Tämänkertainen numero on varsin kansainvälinen: Ensinnäkin saamme lukea Familiendynamik-lehdessä alun perin saksaksi julkaistun *Aarno Laitilan* ja *Jochen Knollin* suomentaman artikkelin eri psykoterapioiden integraation ongelmista. Ulkomaisissa kongresseissa solmittujen yhteyksien välityksellä lehtemme saapui usean arvovaltaisen kirjoittajan artikkeli Hollannista ja puheenvuoro Montenegrosta. Kansainvälisistä yhteyksistä on osoitus myös *Terhi Kotilaisen* ja *J-P Salosen* matkakertomus Budapestin kongressista.

Muutokset ovat nyt suuria, tulevaisuus näyttää hämärältä. Terapiafilosofiamme ei kuitenkaan ole hämärä, vaan kirkas ja selkeä. Se perustuu tieteellisesti tutkittuun tietoon. Toivottavasti myös toimintamme on kohtaamiemme asiakkaitten elämään selkeyttä tuovaa. Aikojen muuttuessa, yksi ei muutu: kukaan ei toivu yksin ja siksi perheiden, parien ja verkostojen kanssa tehtävää työtä ja sen tutkimusta tarvitaan.

Antoisia lukuhetkiä, *Päivi ja Mika*