

Terveisiä NFTO-kamarin kokouksesta ja työpajoista Budapestistä

Terhi Kotilainen

YTM, kouluttajapsykoterapeutti (perhe- ja pariterapia), työnohjaaja (STOry)

J-P Salonen

Kouluttajapsykoterapeutti, perhe- ja pariterapeutti, työnohjaaja (STOry)

Touko-kesäkuun vaihteessa järjestettiin EFTA:n (European Family Therapy Association) kansallisten yhdistysten NFTO:n (National Family Therapy Organizations) perinteinen tapaaminen Unkarin Budapestissa *Julia Hardyn* luotsaamana. Hän oli työskennellessään viimeistä kauttaan NFTO:n kamarissa järjestänyt apujoukkoineen monipuolisen ohjelman kollegoilleen. Tapahtumassa oli 24 eri maasta noin 40 osanottajaa, jotka osallistuivat aktiivisesti työpajoihin ja kokoukseen. Slovakian osanottaja oli selvittelemässä mahdollisuuksia yhdistyksen perustamiseksi kotimaahansa. Suomen perhe- ja pariterapiayhdistystä tapahtumassa edustivat *Terhi Kotilainen ja J-P Salonen*.



Suomen, Eestin ja Latvian edustajat

EFTA eli European Association of Family Therapy perustettiin 1980-luvulla alkuun henkilöjäsenille tarkoitetuksi organisaatioksi edistämään rajat ylittävää koulutusta ja tutkimusta. Sen jäsenmäärä vakiintui pian noin tuhanteen henkilöjäseneseen. Vuonna 1995 kutsuttiin koolle eri maiden kansallisia perheterapiayhdistyksiä keskustelemaan mahdollisuudesta liittyä EFTA:an. Konferenssissa vuonna 2000 luotiin ja vahvistettiin uusi organisaatorakenne, joka mahdollisti kansallisten yhdistysten liittymisen järjestöön. Tällä hetkellä EFTA:ssa on kolme kamaria (chambers). CIM-kamari on henkilöjäsenille, NFTO on kansallisten perheterapiayhdistysten kamari sekä koulutusorganisaatioiden muodostama TIC-kamari.

NFTO-kamarilla on oma johtokunta, jonka puheenjohtajana on toiminut jo pidempään *Hans Christian Michaelsen* Norjasta. Muut jäsenet tulevat tällä hetkellä Serbiasta, Tšekistä, Unkarista, Saksasta, Latviasta ja Iso-Britanniasta. Kerran vuodessa järjestetään lähitapaamisena kaikkien jäsenyhdistysten yhteinen kokous ja konferenssi, joka oli tänä vuonna Budapestissa Unkarissa. Tänä vuonna järjestettiin myös vaalit, joilla valittiin uudet edustajat EFTA:n eri kamareihin. Vaalitulokset julkistettiin elokuun lopulla EFTA-RELATES-konferenssissa Lyonissa.

Perheterapeutin, systeemisen työotteen ylläpitäminen on tärkeää

Vuosittain järjestettävän NFTO:n tapahtumien sisältöön kuuluu virallisen ohjelman lisäksi vapaamuotoisempaa ohjelmaa, joka mahdollistaa henkilökohtaisemman tutustumisen kollegoihin, kokemusten vaihdon sekä keskusteluja perheterapian ja eri maiden tilanteista laajemmin. Tänä vuonna keskusteluissa näkyi Ukrainan sota ja sen vaikutukset Euroopassa. Keskusteluja käytiin sodasta ja Venäjän uhasta ja sen merkityksestä eri maissa. Gazan kriisi herätti keskustelua, mutta eri maissa asiaan suhtaudutaan kovin eri tavoin.



Anna Ukrainasta

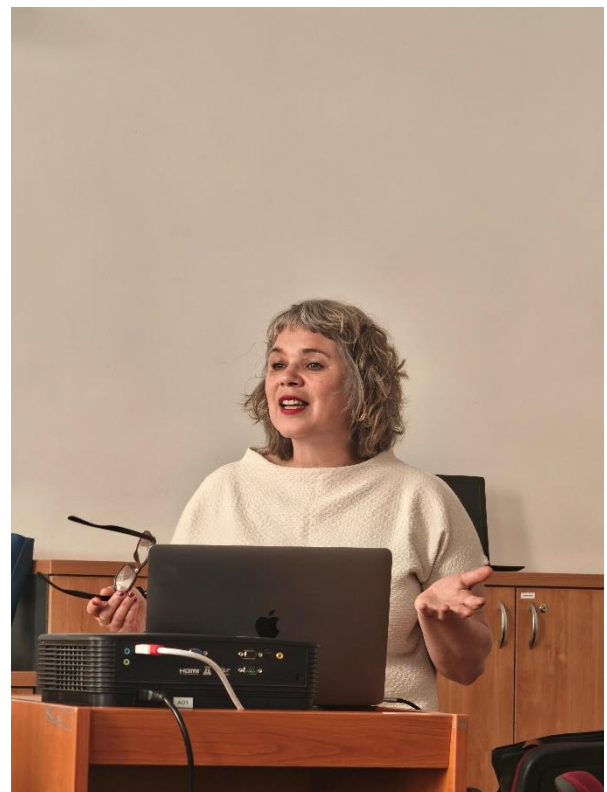
Unkarin sanan- ja ilmaisunvapauden rajoittaminen nousi esiin erityisesti seksuaalisuuden ja sukupuolen moninaisuuden näkökulmista Pride-kuukauden läheisyydenkin takia. Saimme kuulla, että Unkarissa oli juuri säädetty uusi laki, jonka mukaan Pride-kulkueeseen/tapahtumiin osallistuminen on rangaistavaa. Rangaistukseksi voidaan

määrätä 500 € sakko ja poliisilla on oikeus käyttää kasvojentunnislaitetta jonka perusteella rangaistukseen voidaan tuomita. Kuulimme ihmisten alkaneen jo säästää rahaa sakkojen maksamiseen. Rohkeutta ei heiltä puutu; mielenosoituksiin osallistutaan jatkuvasti ja säännöllisesti eikä lannistuta, vaikka valtiollinen ohjaus onkin kovakätistä. Ihmisoikeudet siis nousivat omalla tavallaan tämän kokoontumisen tärkeäksi teemaksi.

Pohdittavaa yhä herätti myös viime vuonna esillä ollut teema eri maiden perheterapia-koulutusten vaatimuksista ja käytännöistä sekä perheterapian ja systeemisen psykoterapiatyön asemasta eri maissa. Monet haasteet ovatkin yhteisiä eri puolilla Eurooppaa. Perheterapian ja systeemisen psykoterapian vaikuttavuuden ja saatavuuden puolesta puhumista on jatkettava. Vaikuttaminen myös WHO:n suuntaan on keskeistä, kun psykososiaalisten interventioden käypähoitosuosituksia valmistellaan. Niistä näyttää yhä puuttuvan systeeminen perheterapia. Yhdessä jaettujen huolen ja kokemusten kautta pyrimme tukemaan toisiamme, vahvistamaan toimijuutta ja löytämään keinoja systeemiseen työotteen ylläpitämiseksi ja vahvistamiseksi psykoterapioiden kentällä niin Euroopassa kuin globaalistikin.

Yhteinen työskentely ja työpajat Budapestissa herättivät tunteita, ajatuksia ja oivalluksia

Belgialainen *Cinthe Lemmens* kertoi Nora Batesonin ja kansainvälisen Bateson-instituutin kehittämästä systeemiseen oppimiseen liittyvästä Warm Data Lab -menetelmästä ja pääsimme itse kokeilemaan menetelmän mukaista työskentelyä. Lemmensin mukaan Warm data (lämmin tieto) on kontekstuaalista, relationaalista ja elävää. Sitä ei voi mitata, ja se on syvästi kietoutunut arvoihin, tunteisiin ja kulttuuriin. Se on enemmän kuin osiensa summa. Lämmin data tarkoittaa tietoa suhteista, toisin kuin kylmä data, joka on enemmän kvantitatiivista, määrällistä ja mitattavaa tietoa. Lämpimän tiedon laboratoriot ovat tiloja relationaaliselle ja systeemiselle suhteiden tutkimiselle ja ne vahvistavat syvempiä yhteyksiä. Tarkoituksena ei ole ongelmien ratkaiseminen vaan havainnoinnin rikastaminen, ”elämän ymmärtäminen”.



Cinthe Lemmens Warm Data Lab

Lemmens ohjasi harjoituksen, jossa osallistujat saivat käsityksen Warm Data Lab:in käytännön toteutuksesta. Harjoitukseen valittuna teemana oli What is home in a changing world eli mikä on koti muuttuvassa maailmassa. Saliin muodostettiin pienryhmiä, joissa teemasta keskusteltiin erilaisista valmiiksi annetuista näkökulmista, joilla syvennettiin keskustelua kuten perhe, koulutus, laki ja niin edelleen. Osallistujat saivat vapaasti vaihtaa ryhmää milloin tahansa ja liittyä uusien ryhmien keskusteluihin aina, kun ryhmissä oli tilaa tai jäädä paikoilleen. Ainakin meihin osallistujina menetelmä teki suuren vaikutuksen ja keskusteluissa päästiin todella syvälliseen ajatusten, tunteiden ja kokemusten vaihtoon. Annetut näkökulmat ohjasivat keskustelua, mutta eivät rajoittaneet sitä. Tämä työpaja myös vahvisti osanottajien välistä yhteyttä ja vaikutti kaikkeen työskentelyyn Budapestissä. Upea kokemus!



Koko porukka

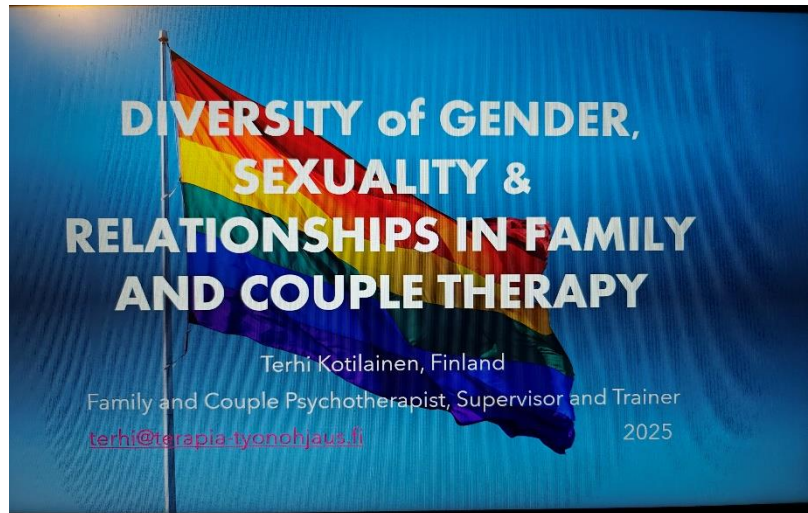
Englantilainen *Ged Smith* kuvasi työpajassaan perheterapiakoulutuksia osallistujien kannalta elämää muuttaviksi tapahtumiksi, kun koulutus vaikuttaa opiskelijan terapeuttiseen työotteeseen ja maailmankuvaan. Hän listasi kuusitoista ehdotusta huomioitaviksi koulutuksissa. Nämä voivat olla hänen mukaansa hyödyllisiä systeemisten äänten löytämisessä, terapeutin asemoitumisessa, kysymysten esittämisessä asianmukaisella auktoriteetilla ja käytännön kehittämisessä. Vaikka Smith puhui perheterapian kouluttamisesta, hänen hyvin konkreettiset ajatuksensa terapian tekemisestä sopivat mietittäviksi kaikille psykoterapeuttista työtä tekeville.

Smith pitää tärkeänä terapian alussa lähteä liikkeelle kysymyksestä kenen idea oli tulla tapaamiseen: oliko se jonkin perheenjäsenen vai ohjaavan henkilön? Joskus tämä ohjaava henkilö voi olla varsinainen perheterapian asiakas.

Smith puhui paljon kysymysten kysymisestä. Terapeutin on hänen mukaansa hyvä palata omiin kysymyksiinsä, koska usein toistuvat kysymykset ovat tärkeitä. Näin tapahtuu usein esimerkiksi kysyessä toiveita tapaamisille. Pitkiä, monimutkaisia kysymyksiä on hyvä välttää, kuten "Tekikö äiti asian siksi että isä teki näin vai siksi että...vai siksi että...? Hän havainnollisti ajatusta kysymyksellä lempiväristä: "Mikä on lempivärisi, onko se punainen, sininen vai valkoinen?" Kysymykset on siis hyvä pitää yksinkertaisina, ja antaa tilaa asiakkaiden omalle ajattelulle ja vastauksille.

Hän myös neuvoi terapeutteja tuntemaan oman arvonsa eikä pyytämään kysymyksiään anteeksi tai olemaan liian mukavia, koska terapia vaatii onnistuakseen myös haastamista. Koska perheterapiatapaamisissa on läsnä useampia ihmisiä, terapeuttien pitää oppia tapoja keskeyttää asiakkaita, jotta terapiassa saadaan esiin hiljaisempia ääniä ja pystytään ehkäisemään voimakkaita ääniä ottamasta liikaa tilaa. Smith myös kehotti terapeutteja keskittymään merkityksiin eikä faktoihin.

Terhi Kotilainen piti työpajan Seksuaalisuuden ja sukupuolisuuden moninaisuudesta perhe- ja pariterapiassa. Hän kutsui osallistujia jakamaan kokemuksiaan ja syventämään ymmärrystään sukupuolen, seksuaalisuuden ja parisuhteiden monimuotoisuudesta sekä niihin liittyvistä terapiakysymyksistä.



Työpajassa käsiteltiin sukupuolen, seksuaalisuuden ja parisuhteiden monimuotoisuutta, parisuhteiden dynamiikkaa sekä asiakkaan hyvinvointiin ja terapeuttiseen suhteeseen vaikuttavia sosiaalisia ja kulttuurisia tekijöitä. Työpajassa käsiteltiin myös keinoja, joilla voidaan tukea monimuotoisia perhe- ja parisuhdedynamiikoita. Keskustelu työpajassa kävi vilkkaana ja kokemuksia jaettiin kunnioittavalla ja lämpimällä tavalla. Terhi Kotilainen kutsuttiin puhumaan aiheesta myös ukrainalaisten psykoterapeuttien kesäkouluun etäyhteydellä.

Rinnakkaispajassa luxembourgilaiset kollegat Marie Jeanne Schon ja Jean-Bernard Lievens kertoivat havainnoistaan työnohjausprosessista, joka syntyi, kun he päättivät perustaa systeemisten perheterapeuttien työnohjausryhmän Luxembourgiin. Kolme vuotta kestäneen ryhmän tavoitteena oli yhteisen pohdinnan edistäminen, voimaantuminen ja yhteyksien ylläpitäminen. Luxembourgin ILPS, Luxembourgien NFTO, suostui toimimaan tämän ainutlaatuisen projektin alustana. Hankkeen tuloksena syntyi oma toimintamalli systeemiseen työhönjaukseen. Mallia kehitetään edelleen. Työskentely oli erityistä myös siksi, ettei tiimissä ollut johtajaa, vaan se toimi itseohjautuvasti. Sen ytimessä on mielenkiintoinen triangulaatiomalli, joka on saanut inspiraationsa perheterapian lähestymistavasta ja joka auttaa meitä tutkimaan henkilökohtaisten uskomusjärjestelmien ja ryhmään tuomiemme erilaisten suhteiden välistä vuorovaikutusta

Unkarilainen Viola Sallay esitteli miehensä ja yhteistyökumppaninsa Tamas Martosin kanssa omassa työpajassa jo jatkokehitettyä Home Mapping -menetelmää otsikolla Kokemusten

kartoitus kohtaa Minuchinin, Bowemin ja Böszörményi Nagyn – tapausesimerkkejä EMOTH-työskentelystä. Sallay toimii tällä hetkellä myös Sigmund Freud -yliopiston professoria Ranskassa.

Työpajassa analysoitiin perheterapiatapauksia Home mapping -menetelmän avulla. Ympäristöpsykologian pohjalta lähestyttyjä elämäntarinoita verrattiin kolmen teoreetikon – Minuchinin, Bowenin ja Böszörményi Nagyn – käsitteisiin. Useiden teoreettisten viitekehysten käytön tarkoituksena oli avata mahdollisuuksia integroidun ymmärryksen rakentamiseen ja tapausten käsitteellistämiseen yhdistämällä käytäntöä teoreettiseen tietoon. Keskustelua käytiin ja edelleen kehitettiin yhdessä innovatiivisia terapeutisia lähestymistapoja Home mapping -menetelmän käyttämiseksi perheterapeuttisessa työskentelyssä. Työpajan osanottajia kutsuttiin myös ammatillinen yhteisöllisyyden rakentamiseen: osallistujia on mahdollista osallistua myös kokemusten kartoittamisen (EMOTH/Home mapping) sovelluksia käsittelevän tapauskirjan julkaisemiseen omalla panoksellaan.

Lopuksi

Työpajojen lisäksi ohjelmassa oli unkarilaisten kansantanssien opettelua hausassa hengessä, yhteisiä illanviettoja, jazz-konsertti sekä käynti upeassa Valo-museossa (Light Art Museum). On tärkeää, että myös me suomalaiset osallistumme eurooppalaisiin tapahtumiin aktiivisesti pysyäksemme perillä ajankohtaisista suuntauksista perheterapian ja pariterapian kentällä sekä saamme äänemme kuuluviin yhteisistä asioista puhuttaessa. Kokouksessa jatkettiin vielä perhe- ja pariterapiakoulutusten koulutusvaatimusten työstämistä pienryhmissä. Hanke on kestänyt pari vuotta, ja siitä on tarkoitus julkaista yhteenveto EFTA RELATES -kongressissa Lyonissa elokuussa 2025. NFTO-kamarin tapaamisen anti oli monipuolinen tälläkin kertaa, ja näiden tapaamisten kautta yhdistyksellämme on hyviä kontakteja muihin eurooppalaisiin alan yhdistyksiin. Hyvissä yhteyksissä on voimaa!

EFTA on järjestänyt konferensseja säännöllisesti sen perustamisesta lähtien. Viimeisin oli loppukesästä 2025 Lyonissa, Ranskassa. Yhteistyökumppanina kongressissa toimi RELATES (Red Europea y Latinoamericana de Escuelas Sistémicas) joka edustaa latinalaisen Amerikan systeemisen psykoterapian koulutusyhteisöjä. EFTA:ssa toimii erilaisia työryhmiä ja se tarjoaa esimerkiksi etäyhteyden kautta toteutettavia dialogisia keskusteluita, jotka ovat avoimia kaikkien jäsenmaiden perhe- ja pariterapeuteille sekä alan tutkijoille. Lisäksi alan kirjallisuutta on ostettavissa EFTA book series | EFTA-European Family Therapy Association kautta, ja henkilöjäseneksi EFTA:aan liittyneet saavat alennusta julkaisuista. Lue lisää: [EFTA - European Family Therapy Association | Connecting Family Therapists and Trainers](#)



Ukrainan edustajat ja Terhi