

Haastateltavana

Pekka Borchers

psykiatrian erikoislääkäri, FT, perhepsykoterapeutti ve



Mikä oli ensikosketuksesi perhe- tai paripsykoterapiaan ja mitä siitä seurasi?

Perhetapaamiset psykiatrian toimipisteissä sekä Paul Watzlawickin Muutoksen avaimet -kirjan lukeminen saivat minut hakeutumaan 1980-luvun lopulla työnantajani järjestämään 2-vuotiseen systeemisen terapian koulutukseen ja edelleen et-perhepsykoterapia-koulutukseen.

Mikä oli urasi alussa pääasiallinen perhe- tai paripsykoterapian viitekehyses ja mitä ajattelet siitä nyt?

Systeeminen milanolainen perheterapia oli ensimmäiset vuodet pääasiallinen viitekehysesni. En pidä sitä enää mielekkäänä kliinisenä viitekehyesenä muun muassa sen vuoksi, että hypoteesien tekeminen ja erilaiset systeemiseen viitekehyeseseen liittyvät kysymyspatteristot ehkä enemmänkin heikentävät terapeutin mahdollisuutta kuunnella asiakkaita (ja olla) tässä ja nyt. Samoin ainakin osaltaan toimintatapa, jossa me ammattilaiset keskustelimme siihen aikaan usein käytössä olleen yksisuuntaisen peilin takana asiakkaiden tätä keskustelua kuulematta, lisäsi riskiä tehdä epäkunnioittavia ja patologisoivia hypoteeseja asiakkaista, mitä pidän haitallisena.

Sinänsä ajatus elämän ilmiöiden systeemisyydestä on minulle edelleen tärkeä ja pidän milanolaista mallia hyvin tärkeänä kehitysvaiheena kohti reflektiivisdialogista asiakkaita kunnioittavaa työskentelyä. Samoin esimerkiksi sirkulaariset kysymykset, jotka liittyivät Milanon malliin, ovat minusta edelleen välillä käyttökelpoisia. Ja jos malliin liittyvä neutraalisuus käsitetään ohjeena kuunnella kaikkien ääniä, jonkinlaisena polyfoniaa, myös se on minusta edelleen relevanttia.

Millaisena näet perhe- ja paripsykoterapian tulevaisuuden ja mitä sen tulevaisuudelta toivoisit?

Vaikea kysymys. Kentällä on minusta sekä toivoa herättäviä että synkempiä merkkejä. Lasten ja nuorten ongelmien osalta minusta näyttää siltä, että tätä nykyä perheterapeuttiset keinot ovat enemmän esillä kuin ammattiurani alkupuolella. Toivoa sopii, että tämä kehitys jatkuisi. Toisaalta aikuisten ongelmissa tai oireyhtymissä minusta näyttää siltä, että erityisesti psykiatrian piirissä 80- ja 90-luvuilla vallinneesta innostuksesta perheterapeuttisiin hoitoihin ei ole kauheasti jäljellä.

Toisaalta vaikkei kyseessä olisikaan varsinaisesti perhe- tai paripsykoterapia, edelleen näyttää löytyvän esimerkiksi julkisen psykiatrian toimipisteitä, jossa tehdään arvokasta asiakkaita kunnioittavaa perheterapeuttisesti suun- tautunutta työtä. Toiveikkuuttani ylläpitää myös tieto, että maailmalla ollaan laajasti kiinnostuneita ja innostuneita Avoimesta dialogista, joka on vahvasti perheterapeuttisesti suun- tautunut Suomesta lähtöisin oleva lähestymistapa. Jospa tulevina vuosina perhe-terapia kokee renessanssin psykiatrisessa auttamisessa.

Psykoterapiaan itse hakeutumassa olevat asiakkaat näyttävät vahvasti priorisoivan yksilöpsykoterapioita. Joskin pariterapialla näyttää olevan jonkin verran kysyntää joko ainoana hoitona tai sitten yksilöterapian tukena. Hoitosysteemit näyttävät suosivan nettiterapioita tai manualisoituja toimintatapoja, mikä on varmaan monenlaisille

psykoterapioille, ei vähiten perhe- ja paripsykoterapioille, haaste jo nyt. On ehkä hyvä muistaa, että perinteisesti perheterapeutit ovat suurelta osalta toimineet julkisella sektorilla, minkä myötä julkisen terveydenhoidon haasteet koskevat ehkä enemmän perhepsykoterapiaa kuin vaikkapa yksilöpsykoterapiaa.

Millaisia terveisiä haluat lähettää juuri valmistuneelle perhe- ja paripsykoterapeutille, perhe- ja paripsykoterapiakoulutuksessa opiskelevalle tai koulutusta harkitsevalle?

Perhe- ja paripsykoterapeutin työ – sen sisäänrakennetun moniäänisyyden vuoksi – on äärimmäisen kiinnostavaa, monipuolista, elävää, opettavaista ja antoisaa – sekä myös vaikuttavaa. Verrattuna yksilöorientoituneisiin hoitoihin se pitää sisällään monia etuja. Terapeutti esimerkiksi oppii tietämään enemmän ja totuuden mukaisemmin asiakkaan systeemistä, keskustelun myötä terapeutin, mutta myös useamman asiakkaan ymmärrys tilanteesta lisääntyy, isoilla läpimurroilla on suurempi vaikutus ja läheisverkoston läsnäolo vahvistaa yhteistyösuhdetta.

Haluan myös viitata vuosikymmeniä jatkuneeseen avoimen dialogin hoitomallia kartoittavaan tutkimukseen, jonka perusteella näyttää vahvasti siltä, että osana hoitoprosessia perheterapeutin työote voi olla erityisen hyödyllistä psykoosissa ja muissa vaikeissa psykiatrisissa kriiseissä.

Koulutusta harkitseville haluaisin vielä sanoa, että käsitykseni mukaan valtaosaltaan suomalaisia perhe- ja paripsykoterapiakoulutuksia voidaan pitää eklektisinä ja/tai integratiivisinä, minkä myötä opiskelijat voivat koulutuksissa etsiä itselle sopivaa tapaa tehdä psykoterapiatyötä. Väittäisin, että perhe- ja paripsykoterapeutit oppivat myös kohtaamaan yksilöitä – sen sijaan en ole varma, että yksilöpsykoterapiakoulutuksissa sinänsä opitaan kohtaamaan perheitä tai pariskuntia.

