

Haastateltavana

Juha Holma

PsT, kouluttajapsykoterapeutti,
psykologian professori



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

Opiskeluaikojen työkokemukset aikuispsykiatriassa niin sanotusta pyöröovesta vaikuttivat varmaan siihen, että kiinnostuin perheterapiasta. Ajan hengellä oli vaikutusta ja perhekeskeinen työmuoto "trendasi" tuolloin. Jo opiskeluaikanani kesätöissä Raahen mielenterveystoimistossa ja Valkealan sairaalassa työtehtävinäni oli myös pariterapia. Samoin valmistumiseni jälkeen vuonna 1987 Sisä-Suomen sairaalassa ja Lapuan perheneuvolassa työtehtäviini kuului perhekeskeinen työ. Kaikissa näissä paikoissa oli kollegoina perheterapiasta kiinnostuneita työntekijöitä. Ensimmäinen koulutukseni perhekeskeisestä työstä oli Suomen mielenterveysseuran ja Jyväskylän yliopiston lyhyet koulutukset sekä vuonna 1989 Vuorovaikutusprosessien tutkimuskeskuksen useamman päivän koulutukset systeemisestä milanolaisesta perheterapiasta. Vuonna 1991 pääsin Jyväskylän yliopiston järjestämään erityistason perheterapiakoulutukseen.

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

1980-luvun lopulla Suomessa vaikutti systeemisen milanolaisen ja ratkaisukeskeisen perheterapian viitekehyses, samoin Ben Furmanin kirjan nimi ”Lyhytterapia ja perheterapia. Psykiatrian uudet hoitomuodot” kuvaa hyvin ajan henkeä. Hieman myöhemmin tuli kielellinen viitekehyses muun muassa narratiivinen ja diskursiiviset näkökulmat. Tarpeenmukaisen hoidon mallilla oli iso vaikutus hoitomallien kehittämiseen aikuispsykiatriassa ja omaan ajatteluuni. Sainkin mahdollisuuden siirtyä yliopistoon tutkimaan tätä hoitomallia Akuutin psykoosin integroitu hoito -hankkeessa.

Perhekeskeistä haastattelua psykologian opiskelijoille luennoidessani jälleen kerran itsekin havahduin siihen, miten tärkeää ja ajankohtaista systeeminen ajattelu on edelleen. Systeemisen ajattelun avulla havainnoidaan perhesysteemin lisäksi omaa asemaa terapeutina perhesysteemissä mutta myös palvelujärjestelmässä ja laajemmin yhteiskunnassa. Vakavien mielenterveyshäiriöiden hoito perhepsykoterapeuttisin menetelmin ei ehkä ole niin suosittua kuin silloin, kun aloitin urani psykologina. Pitäisin erittäin tärkeänä hoitomenetelmien kehittämistä niille potilaille, joiden ääni ja avun tarve ei kuulu voimakkaana nykyisissä hoitomalleissa ja yhteiskunnassa.

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

Vaikka perhe- ja paripsykoterapeuttikoulutukset eivät ole niitä suositumpia psykoterapeuttikoulutuksia, näen perheterapialla olevan selkeä oma paikkansa suomalaisessa terveyden- ja sosiaalialan palvelujärjestelmässä myös tulevaisuudessa. Asema näyttäisi olevan vahvempi julkisella puolella kuin yksityisellä palvelusektorilla. Pariterapia on nähdäkseni vakiinnuttanut asemansa psykoterapiamuotona myös asiakkaiden silmissä.

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

Systeeminen ajattelu antaa mielenkiintoisen ja kriittisen näkökulman erilaisten käyttäytymis-, vuorovaikutus- ja mielenterveysongelmien hoitoon. Se haastaa yksilökeskeiset sairaus- ja diagnoosipohjaiseen ajatteluun perustuvat hoitomallit ja laittaa miettimään omaa asemaa terapeutina asiakassysteemissä, palvelujärjestelmässä ja yhteiskunnassa. Puhekäytäntöjen kautta asemoitumisellasi teet arvovalintoja ja olet osaa muutosta. Olet valinnut mielenkiintoisen koulutuksen ja psykoterapiamuodon.