

Haastateltavina

Sinikka Kumpula

PsM, psykologi, perhe- ja paripsykoterapeutti (integratiivinen)

Vuokko Malinen

PsT, psykologi, perhe- ja paripsykoterapeutti (integratiivinen)

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

SK: Kun aloitin työt Tampereen Väestöliiton klinikalla, asiakkaat olivat pääasiassa pareja. Olin aikaisemmin enemmän fokusoinut lastenterapiaan, mutta totesin työn todella haasteelliseksi ja parien ongelmat vaikeiksi. Tarvitsin koulutusta, joten hakeuduin kolmivuotiseen perheterapiakoulutukseen ja Väestöliiton puolitoistavuotiseen Näkökulmana parisuhde -koulutukseen.

VM: Olin juuri muuttanut takaisin Suomeen ja huomasin ilmoituksen ensimmäisestä ruotsinkielisestä Åbo Akademin et-perheterapiakoulutuksesta (vuosina 1990–1993), jonne hakeuduin. Tarvitsin kipeästi työkaluja parien kanssa työskentelyyn, ja osallistuin Väestöliiton puolitoistavuotiseen Näkökulmana parisuhde -koulutukseen.

SK ja VM: Vuosikymmenten ajan teimme paripsykoterapian kehittämistyötä suomalaisten parien hyväksi. Kävimme kouluttautumassa ensin itse ulkomailla (muun muassa Psychodynamic couple psychotherapy, Lontoo; Science based couple psychotherapy Seattle, WA). Lisäksi kutsuimme alan eri viitekehysten kouluttajia Suomeen (muun muassa Solution based couple therapy, USA; Emotional focused couple psychotherapy).

Lopputulemana kehitimme työtyhmämme kanssa Suomen ensimmäisen et-tason paripsykoterapia -koulutusmallin; koulutettavat saivat Valviran hyväksynnän ja Kela-kuntoutusoikeuden paripsykoterapiassa. Lisäksi ryhmämme kehitti vuoden kestävä 30 opintopisteen laajuisen paripsykoterapian täydennyskoulutusmallin perheterapeuteille. Tältä pohjalta kehitimme parisuhdeongelmia ennalta ehkäiseviä malleja sekä ydinperheessä että uusparisuhteissa tai uusperheessä eläville pareille

VM: Tutkin mallien vaikuttavuutta ja vaikutusten pysyvyyttä väitöstutkimuksessani ja kahden kulttuurin pareja Post doc -tutkimuksessani.

Millaisena näette perhe- ja paripsykoterapian tulevaisuuden ja mitä sen tulevaisuudelta toivoisitte?

Meillä on herännyt todellinen huoli perheterapian ja etenkin paripsykoterapian tulevaisuudesta ja mahdollisuuksista kouluttautua perhe- ja paripsykoterapeutiksi. Meillä on etenkin huoli siitä, saavatko suomalaiset parit nykypäivänä adekvaattia ja riittävän pitkäkestoista hoitoa suhteensa ongelmiin.

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

Työkenttä on erittäin tärkeä, antoisa, kiinnostava ja palkitseva, mutta samalla haasteellinen. Kun perheessä joku sairastaa, sairastaa koko perhe. Työssä onnistuminen ja oma jaksaminen vaativat jatkuvaa kouluttautumista, työnohjausta ja omaa terapiaa. Tutkitusti parisuhteen hoitaminen on vaikuttavinta koko perheen hoitamista. Uusia yksilöhoitoja on kehitetty ja kehitetään valtavasti ja useat niistä ovat hyvin oirelähtöisiä. Näin ollen riskinä on, että perhe ja läheiset jäävät taka-alalle.

Haluaisitteko lopuksi vielä lisätä tähän joitakin ajatuksianne, jotakin sellaista, mitä emme ymmärtäneet perhe- ja paripsykoterapiaan liittyen kysyä:

Parisuhteiden hoito lienee yksi vaativimmista hoitomuodoista, kun työntekijä joutuu helposti parin väliin ja suhteen imuun. Niin perheiden kuin parien kanssa, ensikoh-
taamiseen on panostettava, on synnyttävä luottamus, tunne siitä, että ”juuri tämä ihminen voi meitä auttaa”. Parin hoitaminen vaatii riittävän pitkän koulutuksen, jossa työntekijä oppii ymmärtämään parin suhteen dynamiikkaa eli sitä, miten puolisoitten tarinat alkavat vähitellen tulla näkyviksi ja eläviksi parisuhteen näyttämöllä. Yksi tärkeimmistä työkaluista on sukupuoli ja emotionaalinen sukupuutyöskentely. Lisäksi jatkuva työnohjaus ja oma hoito ovat jaksamisen ja työssä onnistumisen edellytykset.

Uusparisuhteet ja -perheet vaativat paripsykoterapeutilta ”uudet silmälasit” ja oman osaamisensa: ydinperheen tai -parin hoidon opit eivät riitä silloin, kun perheessä on kahdenlaista vanhemmuutta, biologista ja sosiaalista, omia ja edellisten perheiden lapsia ja ex-puolisoita, jotka saattavat tuoda uuspari- tai uusperhe-elämäänsä omat haasteensa.