

Haastateltavana

Aarno Laitila

FT, professori emeritus,
psykologi, kouluttaja-
psykoterapeutti



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

Ensikosketukseni oli jo opiskelujeni loppuvuosina 1980-luvun alkuvuosina, kun pro gradu -työtäni ohjasi Yhdysvalloissa psykoanalyttikkokoulutuksen käynyt apulaisprofessori Risto Fried. Hän oli havainnut tuhrimisella oireilevien lasten perheissä tiettyjen perheensisäiseen väkivaltaan ja perhesalaisuuksiin liittyviä vuorovaikutussekvenssejä ja niiden ylisukupolvisuutta. Vaikka aineistonkeruun menetelmänä työparini kanssa oli yksilöpsykologinen arviointimenetelmä, niin oli havaittavissa, että perheen elämänhistoriaan kuuluvia vaikeita tapahtumia kertautui, yllättävälläkin tarkkuudella lapsen mielikuvituksessaan kehittämiin kertomuksiin. Tuosta voi sanoa seuranneen kiinnostukseni yksilöpsykologisen ja perhepsykologisen tiedon merkitykseen perheterapeuttisille ja -keskeisille prosesseille. Noitten asioiden vastakkainasettelu oli erittäin voimakasta juuri tuolloin kotimaisen perheterapian ja perheterapiakoulutusten ja yksilöpsykologisten prosessien kohdalla. Osittain sen voi ymmärtää liittyneen erityisesti strategisen perheterapian korostamiin näkökulmiin myös kansainvälisesti.

Noina vuosina ensimmäinen kirja, jonka alueelta luin, taisi olla Stierlinin ja kumppaneidensa kirjoittama Perheterapian perusta, jossa saattoi jo nähdä yksilöpsykologiasta

tulleen teorian vähittäisen siirtymän perhesysteemiseen tarkasteluun. Hieman samaa itselleni edusti tuolloin myös aivan toisenlainen teos eli Erik H. Eriksonin Lapsuus ja yhteiskunta, jossa Amerikan alkuperäisväestön yhteisölliset ”hoitomenetelmät” olivat jo mukana kuvauksissa.

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

Edellä kuvaamani asiat olivat liki 10 vuotta ennen perheterapiakoulutukseni alkua ja viitekehyseseni noina väliin jäävinä vuosina oli enemmän ja vähemmän kirjava. Noina vuosina luin perheterapeuttista kirjallisuutta aika laaja-alaisesti ja esimerkiksi Paul Watzlawickin ajatukset olivat jo silloin erittäin kiinnostavia. Muun muassa Cecchinin artikkeli uteliaisuuden merkityksestä ehti ilmestyä ennen koulutukseni alkua (vuonna 1987). Samoin ilmestyivät myös Houstonista Galveston instituutista ongelman määrittämää systeemiä käsittelevät tekstit sekä Karl Tommin artikkelisarja haastattelusta. Tomm esitti artikkelisarjassaan haastattelun jo itsessään interventiona. Tuosta näkökulmasta hän erotteli kysymysten tyyppejä ja alkoi nimittää haastattelumenetelmäänsä interventiiviseksi haastatteluksi. Noitten kysymystyyppien mukana edellisessä vastauksessani korostamani vastakkainasettelut nimenomaan perheterapian suunnasta alkoivat purkautua tai jollakin tavalla realisoitua ja lieventyä.

Se, mitä ajattelen noista teoksista nyt on, että esimerkiksi Milanon työryhmän lähestymistapa ja paradoksien tunnistaminen on jollakin tavalla osa ajatteluani edelleen esimerkiksi siinä, että työryhmä korosti prosessien alkua tutkimusvaiheena terapian tarpeellisuuden selvittämiseksi. Tuossa vaiheessa useat perheet olisivat halunneet ja ehkä vaativatkin jo psykoterapiaa. Noissa tutkimiseksi nimetyissä vaiheissa perheiden oli mahdollista käynnistää työryhmien tuen avulla monet positiivisiin muutoksiin johtaneet tapahtumat. Lyhyesti sanottuna, nuo varhaiset asiat elävät mielessäni edelleen.

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

Tämä on pulmallinen asia, jossa pessimismi on korostunut viimeisen kymmenen vuoden aikana. Näen perhe- ja paripsykoterapian ehdottoman välttämättöminä hoitomuotoina ja -menetelminä sekä vähimmillään ainakin hoitoa orientoivina tarkastelunäkökulmina. Mutta nykyisen lainsäädännön ja terveydenhuollon rahoitustilanteen tilanne ei ole rohkaiseva. Ennakko-oletukset kokoonpanojen ja työryhmien koon määrittelymisenä mahdollisimman ekonomisiksi, jolloin perhe- ja pariterapeuttisten työtapojen mukana pitäminen hoidoissa vaatii työntekijöiltä uskoa omaan näkökulmaansa ja valmiutta puolustaa sitä niin

tutkimushavainnoilla kuin omalla osaamisellaankin. Talousmaailmasta tullut neljännesvuosikatsausajattelu istuu ehkä yhteen potilaspalautteen kanssa hoidon välittömän etenemisen näkökulmasta. Pitkäkestoisen muutoksen tavoittelu ja tarkastelu eri tavalla liittyy kuitenkin psykoterapiatyöhön, etenkin vaikeiden mielenterveyden häiriöiden kohdalla. Suhtaudun tulevaisuuteen siis pessimistis-optimistisesti. Ehkä siinä on jopa ripaus realismia mukana.

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

Juuri valmistunutta tai pian valmistumassa olevaa haluan rohkaista jatkamaan perhe- tai pariterapioiden tekemistä vähintään samassa määrin kuin koulutuksen aikana. Se on varmin tie kehittyä omassa työssään, vaikka ei työpaikassa olisikaan itsestään selvää pitää tätä työmuotoa tällä tavalla keskeisessä roolissa. Samoin kannattaa pitää yhteyttä perhe- ja pariterapeuttien yhteisöön siis oikeastaan Suomen Perhe- ja Pariterapiayhdistykseen ja sen paikalliseen toimintaan. Koulutusta harkitsevalle rohkaisen psykoterapioiden kenttään tutustumista mahdollisimman monipuolisesti. Kenttä on sellainen, jossa on muun yhteiskunnallisen elämän tavoin muotivirtauksia, jotka juuri silloin näyttävät syystä tai toisesta houkuttelevilta. On hyvä kuitenkin tietää suhteellisen tarkkaan, mihin on hakeutumassa, onpa se itselle tuleva koulutussuunta sitten mikä tahansa. Jo koulutuksen aloittaneelle toivotan onnea hyvästä valinnasta ja onnittelen valintaprosessissa pärjäämisestä. Työ on alkanut, ja välillä se koettelee jaksamista, vaikka tarjoaisi minkä laatuista onnistumisen kokemuksia tahansa.

Lisäksi suosittelen lukemaan Helvi Hämäläisen romaanin Huokuva talo sekä katsomaan perhe- ja pariterapeuttisella linssillä seuraavia elokuvia: Fanny ja Alexander, Kummisetä, I, II, III, Tähtien sota episodit IV, V, VI sekä Tavallisia ihmisiä.

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

Lapsiperhetyötä ehkä itse eniten työvuosieni aikana tehneenä haluan kannustaa koko perheen tapaamisia osana hoitoprosesseja, vaikka koko perhe ei olisikaan koko prosessin ajan mukana. Samoin rohkaisen tutkimaan omia uskomuksia siitä, miten omaa työtapaa voisi kehittää ja millä perusteilla itse tulee esitettyä potilaille ja perheille tavattavaa perhekokoonpanoa ja kokoontumisen paikkaa. Noilla teemoilla saattaa altistaa itsensä erilaisille muutoksille, mutta niihinkin pitää olla valmis työssään psykoterapeuttina.