

Haastateltavana

Pekka Larivaara

LKT, yleislääketieteen erikoislääkäri
perhe ja yhteisölääketieteen professori emeritus,
perheterapeutti/psykoterapeutti

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

Ensikosketuksen perheterapiaan sain 1980-luvun alussa, kun tein väitöskirjaa terveyskeskusten lääkäripalvelujen suurkäyttäjistä ja varsin pian totesin perhetapaamiset välttämättömiksi hoidon edistämisen kannalta. Hankin työparikseni psykologin ja kehittelimme työryhmän, joka alkoi pitää perhepalavereita. Koimme, että tarvitaan jotain taustateoriaa ymmärtääksemme enemmän perheitä. Ensimmäinen perheterapiakirja, jota luimme oli Salvador Minuchinin ja Charles Fismanin Family Therapy Technique. Nämä ajatukset ovat pysyneet mielessäni koko ammatillisen urani aikana

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

Varmasti olen integroinut monia suuntauksia ja saanut oppia useilta guruilta, kuten italialaisilta systeemisen perheterapian uraa uurtajilta: Selvini Palazzoli, L. Boscolo, G. Cecchin ja G. Prata, samoin saksalaisilta Helmi Stierlin, G. Weber ja M. Wirching ja vähän strategisesta terapiasta: Jay Haley ja Cloe Madanes. Carl Whittakerin kokeellisista ideoista olen oppinut jotain rohkeista ideoista ja myös amerikkalaisilta Harry Goolishianilta ja Harlene Andersonilta sekä norjalaiselta Tom Andersenilta. Erityisesti mainitsen myös James Framon teoksen Family of Origin Therapy, An Integrational Approach. Joskus on hyödyllistä soveltaa Steve de Shazerin oppeja lyhytterapiasta.

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

Oli mikä suuntaus tahansa, on hyvä oppia systeeminen näkemys ja ajatus potilaasta ja perheestä bio-psyko-sosiaalisena kokonaisuutena. Monesti tarvitaan myös sosiaalisen konstruktionismin teoriaa. Uutta opitaan potilaan, perheen ja ammattilaisten dialogisten keskustelujen avulla. Silloin työntekijät voivat nähdä muutoksia, mutta ei koskaan lopullista totuutta ongelmiin ja niiden paranemisiin.

Sukupuita olen oppinut rakastamaan ja ne ovat olleet aina läsnä tavalla tai toisella työssäni perheiden kanssa. Olen ollut aina varsin pragmaattinen perhelääkäri ja perheterapeutti. Usein olen työskennellyt työparin tai tiimin kanssa ja kokenut että prosessi on näin tehokkaampaan kuin yksin työskentely. Mielellään olen usein tehnyt tavoitteet terapialle yhdessä perheen tai parin kanssa. Silloin osataan pitkin matkaa hahmottaa lopetusajankohta, kun tavoitteet on perheen mielestä saavutettu. Olen halunnut usein koota yhdessä (tietyllä omaperäisellä tavalla kotitehtävien avulla) alkuvaiheessa perheen voimavarat.

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

Perhelääketiede ja perheterapia ovat kiehtova työkenttä, jossa tarvitaan aina vähän teoriaa, rohkeutta kokeilla uutta ja luottaa perheiden omiin voimavaroihin. En ole katunut koskaan sitä, että kiinnostuin perheterapiasta. Ehkä Freudin teoriakin on ollut aina jonkin verran mukana ajatuksissani.

Yksi koulutusalue, jota Suomesta puuttuu edelleen, on "Medical Family Therapy". Sitä opiskelin USA:ssa jonkin verran jo 1990-luvulla. Siinä koulutetaan perheistä kiinnostuneita psykologeja, sairaanhoitajia ja sosiaalityöntekijöitä lähinnä perusterveyden huoltoon työskentelemään lähinnä omalääkärien tai perhelääkärien työparina. Siitä on olemassa hyvä oppikirjakin. Suosittelen, että tästä aiheesta rakennettaisiin omanlainen perheterapeuttinen koulutusohjelma.