

Haastateltavana

Jan-Christer Wahlbeck

psykologi, psykoterapeutti, perhe- ja pariterapia- sekä työnohjauskouluttaja, kirjailija

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

Työskentelin Lastenlinnan sairaalassa psykologina ensin lastenneurologisella osastolla ja myöhemmin lastenpsykiatrisella osastolla vuodesta 1979 alkaen. Siellä oli luonnollista aloittaa perheterapian tekemistä ja sain talon sisältä perheterapiakouluttajalta työnohjausta. Aika pian hakeuduin koulutukseen.

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

Pääsin mukaan työryhmään, joka opiskeli Milanolaista perheterapiaa ja teki tiiminä perheterapiaa psykoottisen lasten kanssa. Itse luin samalla innokkaasti kaikki Carl Whitakerin julkaisut ja hänhän edusti symboliskokemuksellista perhe- ja pariterapiaa. Olen jälkeinpäin tyytyväinen siihen, etten silloinkaan lukinnut aivojani vain yhteen viitekehykseen.

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

Perhe- ja pariterapia psykoterapiamuotona on kustannustehokas ja toimii joidenkin keskusteluihin osallistuvien osalta hoitona sekä joidenkin kohdalla ennaltaehkäisevänä hoitona. Perhe- ja pariterapian viitekehyksellinen moniäänisyys sekä toimintatapojen joustavuus ja luova kirjavuus tekee siitä monikäyttöisen. Siksi haluan uskoa, että tulevaisuudessa perhe- ja pariterapiaa käytetään yhä laajemmin, vaikka muotiaallot jatkossakin vaihtelevat psykoterapia- ja hoitoalalla.

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

Kannattaa kouluttautua perhe- ja paripsykoterapeutiksi, jotta olisi valmis siihen, että asiakkaat antavat jatkokoulutusta. Pitää olla valmis ja kykenevä oppimaan asiakkailta lisää ihmisenä olemisesta ja läheisistä ihmissuhteista. Tähän pitää varata ei vain vuosia, kuten koulutukseen, vaan vuosikymmeniä.

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

Mitä muutosta toivon perhe- ja pariterapian sekä yleensäkin psykoterapiakenttään? Toivon, että tulee yhä tavallisemmaksi, että psykoterapeutti liikkuu ja "leikkii" ei vain yhdessä vaan useammassa psykoterapiakentän "hiekkalaatikossa". Itse olen käynyt aika lailla myös jungilaisen analyyttisen psykologian "hiekkalaatikossa". Toivon lisäksi, että elämänfilosofiset laajemmat perspektiivit ja sellainen elämänviisaus, mikä löytyy taiteen parista, saisi enemmän tilaa psykoterapiakoulutuksissa ja kollegiaalisissa keskusteluissa.



Kuva Terhi Kotilainen