

Keskustelu Hiromin kanssa – japanilaista näkökulmaa perheterapiaan

Teksti ja kuvat Terhi Kotilainen



”Olen saanut tarkastella omaa ja perheeni elämänhistoriaa jo kolmesti kaikissa käymissäni pitkissä perheterapiakoulutuksissa ja aina olen oivaltanut jotain uutta itsestäni ja perhehistoriastani.”

Hiromi Tsujii on japanilainen perheterapeutti, joka opiskeli dialogista lähestymistapaa kaksivuotisessa kouluttajakoulutuksessa Suomessa ja valmistui helmikuussa 2020.

Hiromi Tsujii on kotoisin Takayama-nimisestä kaupungista, jota kutsutaan pikku-Kiotoksi, koska se muistuttaa esikuvaansa niin näkymiltään kuin kulttuuriperimältäänkin. Hän kasvoi hyvin perinteisessä japanilaisessa perheessä, kunnes muutti Tokioon opiskelemaan 1980-luvulla. Hiromi on valmistunut laillistetuksi psykologiksi ja opiskellut perheterapiaa Yhdysvalloissa kahteen otteeseen.

”On ihmeellistä huomata, miten syvässä perinteiset arvot minussa istuvat, vaikka olenkin asunut pitkiä aikoja pois Japanista ja ollut yhdysvaltalaisen miehen kanssa naimisissa jo 28 vuotta.” Hiromi kertoo.

”Olen saanut tarkastella omaa ja perheeni elämänhistoriaa jo kolmesti kaikissa käymissäni pitkissä perheterapiakoulutuksissa ja aina olen oivaltanut jotain uutta itsestäni ja perhehistoriastani.”

Hiromi opiskeli 1990-luvulla Indianan yliopistossa Counseling-tutkimtoa maisteriohjelmassa, jossa keskityttiin erityisesti teolliseen näyttöön perustuviin menetelmiin. Opintojen jälkeen hän palasi työskentelemään Tokioon ja tuolloin heräsi kiinnostus perheterapiaan.

Japanissa ei ollut mahdollista suorittaa perheterapeutin ammattinimikkeeseen johtavia opintoja, joten Hiromi palasi vuonna 2004 opiskelemaan Yhdysvaltoihin Fulbright-stipendiaattina Californian School of Professional Psychology-nimiseen oppilaitokseen. Erityisesti postmoderni kielellinen käänne ja yhteistoiminnallinen yhteistyösuhde (collaborative approach) oli silmiä avaava lähestymistapa. Arvokasta oli myös päästä harjoittele-

maan perheterapiaa lastensairaalassa ja saada runsaasti työn-ohjausta. Hiromi valmistui MA-ohjelmasta (Masters of Art in Couple and Family Therapy) kaksivuotisten opintojen jälkeen ja aloitti työn sairaalassa Japanissa.

Tuohon aikaan Japanissa ei juurikaan ollut perheterapeutteja terveydenhuollossa, joten Hiromi on alansa konkari kotimaassaan.

Monta erilaista työpaikkaa

Hiromi on työssä useissa paikoissa samanaikaisesti tällä hetkellä. Päätoimi on National Center for Child Health and Development Department of Psychosocial Medicine -nimisessä yksikössä. Hiromi työskentelee siellä lasten ja heidän perheidensä kanssa, mutta myös odottavien äitien ja heidän puolisoitensa parissa. Aiemmin hän on työskennellyt palliatiivisissa hoitotiimissä syöpää sairastavien lasten ja heidän perheidensä kanssa.

Viime aikoina Hiromin työ on ollut osa-aikaista, koska hän aloitti työn myös yksityisessä kotityöryhmässä. Hän tekee kotikäyntejä perheisiin, joihin joku perheenjäsenistä on kotiutettu psykiatrisesta osastohoidosta. Työparina toimivat sairaanhoitajat ja toimintaterapeutit. Työssä on tarkoituksena käyttää dialogista lähestymistapaa.

Lisäksi Hiromi työskentelee perheterapeutina sosiaalihuollon klinikalla, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä lasten kaltoinkohtelua, (pahoinpitelyä ja seksuaalista hyväksikäyttöä) lasten sekä perheiden kanssa keskustelemalla. Hiromi työskentelee myös voittoa tavoittelemattomassa Tell-organisaatiossa, joka tarjoaa keskusteluapua Tokion kansainväliselle yhteisölle (www.telljp.com/about).

Kliinisen työn ohessa Hiromi opettaa psykologiaa sairaanhoitajille sekä kliinisen psykologian opiskelijoille, joille hän tarjoaa myös työnohjausta.

”Opintojen päätyttyä Suomessa helmikuussa 2020, aion viedä oppimaani dialogista työtettä edellä mainittuihin paikkoihin ja siten osallistua niiden työyhteisöjen kehittämiseen, joissa toimin,” Hiromi kertoo innostuneena.

”Oppimisprosessi on edelleen kesken, mutta huomaan että olen löytänyt uudenlaisen tavan olla suhteessa itseeni ja maailmaan.”

Kiinnostus dialogiseen lähestymistapaan herää

”Vuonna 2015 osallistuin Medical Family Therapy-intensiivikursseille, jonka järjesti Rochesterin yliopiston lääketieteellinen keskus (medical center). Opin kuinka työskennellään yhteistoiminnallisella otteella moniammatillisessa työryhmässä sairaalassa ja hyödynnetään perheen verkostoja sekä lähiyhteisön tarjoamia resursseja. Tämä vei minua lähemmäksi avointa dialogisuutta.”

Dialogisesta lähestymistavasta Hiromi innostui Jaakko Seikkulan ja Tom-Erik Arnkilin työpajoissa Japanissa, eikä hän kerta kaikkiaan voinut vastustaa mahdollisuutta opiskella avoimen dialogisen lähestymistavan syntysijoilla.

”Koulutusohjelma on ollut hyvin intensiivinen ja monipuolinen, ja se on antanut paljon tilaa niin sisäisen kuin ulkoisenkin dialogin käymiselle oman ajattelun, tunteiden tutkimisen ja reflektoinnin kautta. Koulutuksessa ei ainoastaan päntätä tietoa ja opita menetelmiä, vaan opitaan olemaan läsnä hetkessä (present moment). Oppimisprosessi on edelleen kesken, mutta huomaan että olen löytänyt uudenlaisen tavan olla suhteessa itseeni ja maailmaan. Käytyäni tämän koulutuksen pystyn käyttämään itse dialogista otetta ja voin johdattaa muita dialogisen lähestymistavan käyttöön,” Hiromi kertoo.

Perheterapiajärjestöt Japanissa

Japanissa on kaksi perheterapiaan liittyvää yhdistystä. Toinen on Japan Association Family Therapy ja toinen Japanese Association of Family Psychology. Molemmat on perustettu samana vuonna, 1984, seuraten läntisen perheterapiakentän kehittymistä 1950-luvulta alkaen. Japanissa ei ole mahdollista edelleenkään suorittaa koulutusta, josta valmistuisi laillistetuksi perhe- tai pariterapeutiksi, mutta molemmat yhdistykset tarjoavat koulutusta ilman varsinaista oppiarvoa tai lisenssiä. Koulutuksesta saa kuitenkin todistuksen.

Inspiraation lähteet

Kysyttäessä, mitkä ovat Hiromin tämänhetkiset inspiraation lähteet, hän vastaa epäroimattä:

”Monet artikkelit ovat olleet minulle tärkeitä, mutta erityisesti ovat muodostuneet Seikkula, J. & Trimble, D. (2005) ”Healing elements of therapeutic conversation: Dialogue as an embodiment of love” sekä Seikkulan (2011) Becoming dialogical: Psychotherapy or a way of life? (Australian and New Zealand Journal of Family Therapy 32 (3), 179-193).”

”Suomalaiset, joita olen tavannut, ja samassa koulutuksessa olevat opiskelijat eri puolilta maailmaa, ovat antaneet minulle ajattelemisen aihetta, lisänneet tietoisuutta itsestäni ja saaneet ajattelemaan uusia vaihtoehtoja tulevaisuuden suhteen. Nämä kohtaamiset ovat voimaannuttaneet minua ja se on ollut koulutuksen arvokasta antia. Haluaisin jatkossa myös osallistua kansainvälisiin perheterapiakonferensseihin pitääkseni yllä perheterapeutin identiteettiäni ja elävää suhdetta työhön,” hän sanoo.

Huolen aiheet

Tällä hetkellä Hiromi on eniten huolissaan viime vuosikymmenellä tapahtuneiden luonnonkatastrofien (maanjäristykset, tsunamit ja pyörremyrskyt) aiheuttamista tuhoista ja niiden seurauksista ja aikaansaamista menetyksistä Japanissa.

”Ilmaston lämpeneminen ja saastuminen voivat jatkossa tulla vaikuttamaan odottamattomalla tavalla elämäämme,” hän ajattelee. Uhrien auttaminen ja heidän toipumisestaan huolehtiminen on Hiromille tärkeää.

Hän kertoo olevansa huolissaan myös lapsiköyhyydestä. ”Vaikka Japania pidetäänkin taloudellisesti menestyvänä valtiona, lapsi-

köyhyys ylittää OECD:n keskiarvon. Meidän on pystyttävä suojelemaan ja auttamaan heikoimmassa asemassa olevia.”

Vapaa-aika

Vapaa-ajalla Hiromi rentoutuu joogaamalla ja meditoimalla. Myös kokkaaminen ja leipominen perheen ja ystävien kesken virkistävät samoin kuin keskustelut ja vitsailu hyvässä seurassa. Hiromi haluaisi harrastaa enemmän puutarhanhoitoa ja japanilaista kukkien asettelua sekä vaeltamista.

”Luonnon kauneus saa minut aina nöyräksi. Suomen luonto on ihmeellinen, sitä kuvaamaan ei löydy sanoja! Muistelen usein Suomessa tekemiäni pieniä kävelyretkiä järvien rannoilla ja metsissä rakkaiden ystävieni kanssa. Nämä muistot täyttävät minut rakkautella ja yhteydessä olon tunteella. Se on vahva voima!”

Terhi Kotilainen

Perhe- ja pariterapian kouluttajapsykoterapeutti

”Meidän on pystyttävä suojelemaan ja auttamaan heikoimmassa asemassa olevia.”

Perheterapia-lehti verkkojulkaisuksi ja maksutta kaikille jäsenille

Suomen perheterapiayhdistys on ottanut tämän vuoden alusta innostuneena vastaan vaativan haasteen Perheterapia-lehden toimittamisesta. Perheterapia-lehti on tärkeä perheterapeuttien identiteetin rakentumisessa ja pienen kielialueen omana lehtenä.

Yhdistyksemme on jo aiemmin ollut tukemassa Perheterapia-lehden kustantamista yhdessä Mieli ry:n kanssa. Nyt kun vastuu lehdestä on siirtynyt kokonaan meille, niin teemme parhaamme, että lehden taso pysyy korkeana. Perheterapia-lehden kustantaminen on yhdistyksellemme luontevaa; olemmehan me sitoutuneet perheterapian ja perhekeskeisen työn edistämiseen Suomessa.

Haluamme kutsua kaikki ne, jotka kokevat perhekeskeisen työn edistämisen tässä maassa tärkeäksi, mukaan kirjoittamaan työstään, tutkimuksistaan ja ideoistaan Perheterapia-lehteen. Näin lehti pysyy elävänä todistusaineistona perhekeskeisen työn ja perheterapian ajatusten ajankohtaisuudesta ja tärkeydestä tämän päivän yhteiskunnassa.

Olemme kokoamassa lehden ympärille kirjoittajaverkosta, johon jokainen asiasta kiinnostunut voi ilmoittautua:
anita.birstolin@perheterapiayhdistys.fi

Paperisen Perheterapia-lehden julkaiseminen loppuu ja lehti muuttuu verkkojulkaisuksi. Muutos on iso ja teemme kaikkemme, että lehdestä tulee helposti luettava, hyödyllinen ja uusia ajatuksia herättävä. Jokainen jäsen saa oman tunnuksen lehden verkkosivuille.

Ajantasaisten sähköpostiosoitteiden olemassaolo on tärkeää, viestit lehden ilmestymisestä ja uusista artikkeleista lähetetään jäsenten sähköpostiin.

Toivottavasti otatte verkkolehden aktiiviseen käyttöönne. Vuoden ensimmäinen numeron arvioitu ilmestymispäivä on huhtikuun alussa. Tärkeintä on, että Perheterapia-lehti jatkaa elinvoimaisena!

Anita Birstolin
Toiminnanjohtaja
Juha Metelinen
Puheenjohtaja

MISSIONS AND VISIONS 2020

XII Pohjoismainen perheterapiakongressi
Kööpenhaminassa 18.-21.8.2020

Suomen perheterapiayhdistys tukee jäsenmaksun maksaneiden jäseniensä osallistumista 100 eurolla. Tuen saa lähettämällä kopion osallistumismaksusta toiminnanjohtajalle sähköpostin liitteenä tai postitse.

Kongressin nettisivut: www.nc2020.dk