



Teksti Terhi Kotilainen  
Kuvat Terhi Kotilainen

NFTO ryhmäkuvassa

# Eurooppalaisten perheterapeuttien kohtaamisia Tallinnassa

## Mitä EFTA tarkoittaa

Perheterapeuttien eurooppalainen katto-organisaatio on EFTA eli European Family Therapy Association. EFTA muodostuu organisatorisesti suuresta johtokunnasta, jossa on 21 jäsentä. Sen alla on kolme kamaria: CIM = Chamber of Individual Members, TIC = Training Institutes Chamber (n. 120 kouluttajayhteisöä) ja NFTO = National Family Therapy Organisations (noin 30 kansallista yhdistystä). Kussakin kamarissa on 7- jäseninen johtokunta, jotka muodostavat yhdessä suuren johtokunnan. Eurooppalaisen perheterapiayhdistyksen tehtävänä on tukea, ylläpitää ja edistää eurooppalaisten perheterapeuttien välistä yhteistyötä. Lisäksi se vahvistaa perheterapeuttien osaamisen tasoa, jakaa tietoa, tukee tutkimuksen tekemistä ja perheterapeuttien kouluttamista sekä julkaisee kirjoja. Suomen perheterapiayhdistys on jo pitkään ollut jäsenenä EFTAssa. Uusimpia jäseniä ovat Luxembourgin, Slovenian ja Bosnia-Hertsegovinan kansalliset yhdistykset.

Joka kolmas vuosi järjestettävän EFTAn perheterapiakongressin yhteydessä on järjestön puheenjohtajavaali. Jokaisella maalla on vaaleissa kolme ääntä. Samanaikaisesti järjestetään myös NFTO:n hallitusvaalit, johon jokainen maa saa asettaa yhden ehdokkaan. Tänä vuonna EFTAn kongressi on syyskuussa Napolissa, Italiassa. Organisaatioon kuulumalla ja erityisesti hallituksessa toimimalla pysyy ajan tasalla siitä, mitä eri puolilla Eurooppaa tapahtuu ja voi olla aktiivisesti vaikuttamassa perheterapian asemaan sekä osallistua kehittämistyöhön. Pohjoismailla on perinteisesti ollut yhteinen edustaja NFTO:n hallituksessa. Nykyinen edustajamme siellä on Hans Christian Michaelsen Norjasta

Vuosittain NFTO järjestää yleiskokouksen jäsenyhdistystensä edustajille. Näitä kokouksia isännöi vuorollaan kunkin jäsenen maan perheterapiayhdistys. Tänä vuonna kokous pidettiin Tallinnassa.

Tallinnan kokouksessa toukokuussa paikalla oli edustus 21 jäsenen maan perheterapiayhdistyksestä. Kokouspaikkana toimi vaikuttava Maarjamäen linna, jossa toimii myös museoita. Kokoukseen osallistui myös EFTAn tämän hetkinen puheenjohtaja Monica Whyte Irlannista, NFTOn sihteeri Radmila Vulic Bojovic Serbiasta sekä NFTO:n kamarin hallituksen jäsenet Hans Christian Michaelsen Norjasta, Henk Pijnenbourg Alankomaista, Ilona Buša Latviasta, Julia Hardy Unkarista ja David Amias Isosta-Britanniasta. Kokousta ja edeltänyttä konferenssia isännöi mallikkaasti Eestin perheterapiayhdistys puheenjohtajansa Jelena Pöldsamin johdolla.

Kokouksessa käsiteltiin ryhmätöiden kautta seuraavia teemoja: perheterapiatutkimusta – miten perheterapeutit kiinnostuisivat enemmän tutkimustyöstä, sosiaalisen median käyttämisestä yhdistystoiminnassa (esimerkiksi Facebook, podcastit), miten saada aikaan enemmän ajatustenvaihtoa ja tukea eri maiden välillä, miten vaikuttaa poliittisiin päättäjiin ja rakentaa siltoja eri kielten, kansallisuuksien ja kulttuurien välillä.

Monissa maissa maan sisäiset jännitteet hankaloittavat yhteistyötä eri ryhmien välillä myös perheterapian kentällä. Esimerkiksi Luxembourgin juopa ilmenee Saksassa kouluttautuneiden ja ranskankielisten välillä. Paikallinen perheterapiayhdistys on yrittänyt kutsua eri osapuolia yhteistyöhön, mutta se on haasteellista. Puolan ja Unkarin poliittinen tilanne puolestaan on niin vaarallinen että se vaikuttaa nuorten mielenterveyteen, ajattelun- ja sananvapauteen. Lisäksi terapeutit jäävät liiaksi yk-

sin ja kaipaisivat tukea työssään. Yhteinen huoli oli perheterapeutin identiteetin säilyttämisestä nykyisten yhteiskunnallisten paineiden keskellä eri maissa.

## Konferenssin antia

Kokousta edeltävästi osanottajilla oli mahdollisuus osallistua Eestin perheterapiayhdistyksen järjestämään pre-konferenssipäivään, jossa kouluttajina toimivat Ilona Buša Latviasta ja Viola Sallay Unkarista. Buša puhui venäjäksi ja tulkki käänsi englanniksi, Sallay käytti englantia. Bušan aiheena oli videoavusteinen varhaisen vuorovaikutuksen hoito vauvaperheissä Marte Meo-menetelmällä, josta näimmekin runsaasti esimerkkejä. Menetelmän tarkoituksena on riittävän hyvän vuorovaikutuksen rakentamisen ja vahvistamisen lisäksi kutsua lapsen vanhempia yhteistoimintaan vauvanhoidossa ja välttää vanhempien keskinäistä kilpailuasetelmaa. Puheenvuorossa nostettiin esiin myös hoivamallien periytyvyyttä ja neurobiologista näkökulmaa sekä varhaisen hoivan merkitystä kasvuun ja kehitykseen. Marte Meo-menetelmä on lähtöisin Alankomaista ja käytössä yli 30 maassa.

Viola Sallay kertoi kehittämästään arviointi- ja interventiomallista, jonka perustana on kodin pohjapiirroksen piirtäminen (EMHI = Emotional Map of the Home Interview). Mallia on käytetty puolistrukturoiduissa syvähaastatteluissa tutkimusmenetelmänä, mutta myös perheterapiassa ilmaisemaan perhesuhteita ja käytösmalleja. Systeemisen ajattelun lisäksi malli pohjautuu ympäristöpsykologiaan ja paikkojen merkityksellisyyteen. Työskentelyssä lähdetään liikkeelle kodin merkitysten tutkimisesta. Mitä se tarkoittaa emotionaalisesti, ihmissuhteiden tai tekemisen kannalta eri perheenjäsenille? Kotiin liittyy monenlaisia muistoja, se toimii lepo- ja virkistyspaikkana, mutta voi olla myös ahdistava tai turvaton paikka. Mitä jos koskaan ei pääse pois kotoa esimerkiksi vakavan sairauden vuoksi? Miten merkitykset muuttuvat eri elämänvaiheissa? Mitä ulkopuolinen voi päätellä toisen kodista?

Jokaisen perheenjäsenen piirtämä pohjapiirros kertoo omaa tarinaansa omasta näkökulmastaan. Se kertoo niin tunnesuhteista kuin perhekulttuuristakin tai vaikkapa siitä, mitkä tilat pitävät jännitystä yllä esimerkiksi parisuhteessa. Jokaiselta perheenjäseneltä kysytään hänen mielestään kodin turvallisinta ja turvattominta paikkaa, sekä paikkaa, jossa on erityisen hyvä olla ja paikkaa, jossa voi kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Kun

jokainen on piirtänyt omansa ja vastannut edellä mainittuihin kysymyksiin, voidaan keskustellen vertailla eri perheenjäsenien kokemuksia ja oppia uutta. Keskustelussa voi tulla jaetuksi jotain sellaista, joka ei ole tullut aiemmin esiin. Pohjapiirroksen avulla voi myös tutkia myös suhteita lähiympäristöön.

Varsinaisen konferenssipäivän avasi EFTAn puolesta puheenjohtaja Monica Whyte toivottaen kaikki tervetulleeksi myös Napolin konferenssiin syyskuussa. Siitä on tarkoitus tehdä laaja-alainen, monipuolinen ja helposti saavutettavissa oleva tapahtuma. Eestissä järjestetyn konferenssin otsikko oli "Isolation and domestic violence". Napolissa puolestaan keskustelua käydään otsikolla "Visible and Invisible: Borderig Change in Systemic Family Therapy".

Eestin puolesta konferenssin avasi väestöministeri Riina Solman, jonka jälkeen kuulumme useampia lyhyitä esityksiä muun muassa väestörakenteen muutoksesta tilastotieteiden näkökulmasta European Social Surveyn tuottaman aineiston pohjalta. Kautta Euroopan väestörakenteessa ikääntyminen näkyy jo niin että yhä suurempi osa ihmisistä asuu yksin. Skandinaavisena erityispiirteenä mainittiin vastuun kantaminen lapsista yhteisesti avioeron jälkeenkin. Hyvän olon todettiin muodostuvan toimivista lähisuhteista, terveydestä, yhdessä elämisestä ja luottamuksesta yhteiskuntarakenteisiin. Lyhyesti esiteltiin myös lähisuhdeväkivallan hoitoa Eestissä, maan perhepolitiikkaa sekä No Kids in the Middle -hanketta ja sen tuloksia.

Ilmapäivän työpajoissa sai osallistua joko tšekkiläisen Lucie Hornovan "Psykosomaattinen sairastaminen avoimena kutsuna (terapiaan, keskustelemaan)" tai Jyväskylän yliopiston Juha Holman "Pariterapia lähisuhdeväkivaltatapauksissa".

Hornovan lähestymistapa oli avoimen dialoginen, yhteistoiminnallinen ja systeeminen, ja hän on tutkinut dialogista lähestymistapaa viisivuotisessa tutkimusprojektissa TAOS-instituutissa. Työssään hän kohtaa potilaita, joita on vaikea diagnosoida ja jotka eivät vaikuta hyötyvän hoidosta. Keskeisenä ajatuksena on oppia olemaan avuksi ja tukea potilasta ja hänen lähisysteemiään uudelleen keskusteluun, jolloin voi syntyä uutta ymmärrystä ja uudenlaisia yhteyksiä niin henkilökohtaisella, suhteiden kuin yhteiskunnallisellakin tasolla.

Juha Holma korosti omassa esityksessään, että pariskunnalla tulee olla hoidon alussa jaettu ymmärrys parisuhdetilanteesta, väkivallasta ja sen päättymisestä ja pariskunnat valitaan tarkan

seulonnan kautta terapiaan. Terapeuttien tulee olla aktiivisia istunnoissa ja huomioida tarkasti myös kehollisia reaktioita, eleitä ja ilmeitä erityisesti vallankäytön merkityksissä. Näitä on tutkittu viime vuosina Relationaalinen mieli -tutkimushankkeessa. Niin Hornova kuin Holmakin korostivat turvallisuuden, kehollisuuden ja kehotietoisuuden merkitystä perhe- ja pariterapiassa. Tärkeää olisi oppia kuulemaan oman kehon viestejä ja rauhoittamaan tai aktivoimaan kehoa tarvittaessa. Lähisuhdeväkivallan hoitamisessa on aina huomioitava myös valta-asetelmat ja asiat, joista tulee voida keskustella istunnoissa. Erityisen hyödyllistä on suora keskustelutyö, refleктоivan dialogin käyttö ja jatkuva arviointi. Myös vanhemmuuteen liittyvistä kysymyksistä on olennaista keskustella lähisuhdeväkivaltatutunnoissa.

Päivän päätteeksi ranskalainen Claudine Cany puhui otsikolla "Floating objects" siitä, miten esineitä voi valjastaa terapian käyttöön. Tästä on kirjoittanut Philippe Caillé yhdessä Yveline Reyn kanssa teoksen Les objets flottant (2004). Psykodraamakouluttaja Küllike Lillistik puolestaan keskittyi tietoisuustaitoihin, perhekonstellaatioihin ja tunnekeskeiseen terapiaan kokeuksellisen session kautta.

## Yhteenvedoa kokemuksista

EFTAn konferenssi avasi kiinnostavasti näkökulmia erilaisiin työskentelytapoihin perheiden parissa. Yhteistä niille oli kunnioittava suhtautuminen perheenjäseniin, asiakkaiden kuuleminen ja dialoginen lähestymistapa. Kokouksen perusteella myös huolenaiheet vaikuttivat olevan yhteisiä, vaikka kansalliset erityispiirteet ja yhteiskunnallinen tilanne toki osaltaan vaikuttavat perheterapian asemaan ja perheterapeutin identiteettiin eri maissa. EFTAn kokoukseen osallistui työstään innostuneita ja ammatti-identiteettistään ylpeitä perheterapeutteja, vahvoja

ammattilaisia, jotka pitävät tärkeänä yhteiskunnallista vaikuttamista: miten he voivat omalla toiminnallaan vaikuttaa ja aktivoida niin päättäjiä kuin perheitäkin tiedostamaan perheterapian hyödyt ja tehokkuuden hoitomuotona.

Yhteiskunnan pirstaloituessa on tärkeää, että yhteys toisiin ihmisiin – läheisiin ja yhteisöön säilyy. Se luo luottamusta ja turvaa niin yksilö- kuin yhteisötasollakin ja vakauttaa olosuhteita sosiaalisessa maailmassa, jossa elämme. Perheterapian ja perheterapeuttisen ajattelun voidaan ajatella olevan tärkeä yhteiskuntarauhan lähde.

Yhteisenä kysymyksenä esiin nousi se, miten voisimme tutustua paremmin eri Euroopan maissa tehtävään perheterapiaan ja sen työtapoihin. Kokouksessa arvottiin jokaiselle maalle ystävyyssmaa, ja jonka perheterapeuttiseen toimintaan tulee tulevan vuoden aikana tutustua niin, että pystyy kertomaan siitä keskeiset asiat seuraavassa EFTA/NFTO:n kokouksessa. Suomen ystäväksi tuli naapurimaa Ruotsi, jonka perheterapeuttiseen tilanteeseen tutustumme Ruotsin perheterapiayhdistyksen edustajan, Susan Hanshoffin kanssa yhteyttä pitämällä. Hän puolestaan kertoo suomalaisten perheterapiakuulumiset seuraavassa kokouksessa.

Kokouksessa oli kotoisa tunnelma. Kommunikointi eri maista tulevien perheterapeuttien kanssa oli helppoa, kun meillä kaikilla oli selkeä yhteinen nimittäjä. Tuntui, että kuulumme samaan perheeseen, ja arvostamme samoja asioita. Tätä kautta myös oma ammatti-identiteetti vahvistui samoin kuin usko siihen, että tekemämme työ perheiden parissa on merkityksellistä.

### Terhi Kotilainen

*Perhe- ja pariterapian kouluttajapsykoterapeutti*



NFTO:n hallitus