

UPSY-posti

2 | 2007



Pääkirjoitus	3
Vierailu Erica - Säätiossä.....	4
Kokemusta rikkaampana	6
Lyhyesti & ytimekkäästi	7
Kirja-arvio.....	9
Työterveyspsykologien toimikunta esittäytyy.....	11
Psykologien Sosiaalisen Vastuun Libanonin hanke	13
The Haunted Self - Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization	15
Senioripsykologien jäljillä	18

Julkaisija: UPSY ry
Toimitus: Asta Järvinen
Hermanninkuja 13, 05430 Nuppulinna
044-557 27 27, asta.jarvinen@vuolake.fi

Ulkoasu: Riikka Kiema
Kannen kuva: Asta Järvinen

Uudenmaan psykologiyhdistys ry:n jäsenlehti
Nylands Psykologiförening r.f.

Mikäli luet parhaillaan tätä vuoden viimeistä UPSY-postia, olet löytänyt myös yhdistyksen uudistetut nettisivut – hienoa!

Uudenmaan alue on maantieteellisesti varsin kookas kokonaisuus. Isolla alueella on kuitenkin omat etunsa, kuten runsaasti tietoa, taitoa sekä koulutusta - kollegoillekin jaettavaksi. Nettisivut yhdessä UPSY-postin kanssa tarjoavat upsyläisille yhteisen tiedotusfoorumin, jonka kehittämisessä tarvitsemme ajatuksianne ja ideoitanne! Uusien sivujen myötä tiedottaminen sujuu entistäkin nopeammin ja kattavammin. Tarvittaessa saatte ajantasaisia tietoa yhdistyksen ajankohtaisista asioista kuten koulutus- ja virkistystapahtumista vaikka päivittäin! Pyrimme siihen, että voitte lukea tapahtumista myös jälkikäteen nettisivuilta.

Tätä kirjoittaessa odottelemme vielä kunta-alan virka- ja työehtosopimuksen lopullista hyväksymistä. Tulossa oleva sopimus on kuntapuolen psykologien kannalta lupaava, koska palkat voivat kehittyä aiempaa nopeammin hinnoittelun poistuessa. Toisaalta siirtysämme hinnoittelun ulkopuolelle oma aktiivisuutemme palkkaneuvotteluissa on yhä tärkeämpää. Neuvottelujen tueksi Psykologiliitto laatii kunta-alan palkkaoppaan. Lisäksi järjestövalmius ja sen päivittäminen on edelleen tarpeen kunta-alan palkkatilanteen seuraamisessa, vaikkei lakkoa näillä näkymin olekaan tulossa.

Muutosten tuulet puhaltavat parhaillaan UPSY-postin toimituksessa. Kokoamme toimituskuntaa ja etsimme päätoimittajaa vuodelle 2008. Lisäksi kaipaamme uusia juttuideoita lehteen. Kiitän suuresti yhteistyöstä ja lukuisista ansiokkaista kirjoituksistanne, joita olemme saaneet lehteen.

Värikästä syksyä,

Asta Järvinen

Iloitessa jos jatkat naurua
kun suru jo koputtaa
vaativasti oveasi,
kuuluu jalkojesi alta
ohenevan jään ritinä.
Ilot ovat iloitsemista varten.

Eivätkä muurahaiset, sokeat
ahertajat, koskaan opi
soittamaan viulua,
mutta heinäsiikkapa,
hilpeä huoleton soittoniekka,
rakentaa talveksi vielä talon,
soittaa lumen sulaksi.

- Tommy Tabermann -

Erica-säätiö – psykoterapiaa, koulutusta ja tutkimusta

**-lapsi- ja nuorisopsykoterapiakoulutuksen seminaari- ja opintomatka
22.–24.2.2007**

Psykoterapiakoulutusryhmällämme oli viimeisenä opintolukukautenamme ilo tulla kutsutuksi tutustumaan tukholmalaiseen Erica-säätiöön, joka on monelle tullut tutuksi säätiössä työskentelevän Elisabeth Cleven koskettavista kirjoista ”Kaaoksesta kohti eheyttä” ja ”Pidä isää kädestä”.

Erica-säätiö

Vierailumme aluksi suomalainen lastenpsykiatrian yllä lääkäri Sari Granström kertoi meille säätiön historias- ta ja toiminnasta. Erica -säätiön perusti vuonna 1934



Ne kuuluisat portaat

eläkkeellä oleva opettaja Hanna Bratt, jonka visiona oli luoda yhteisö, jossa psykologia, pedagogiikka ja psykiatria voisivat yhdistyä rakentavalla tavalla. Hanna Bratt nimesi säätiön Erica -kukan mukaan, koska se on ”pieni, mutta samalla vahva ja kestävä kukka”.

Erica -säätiö on saanut valtiolta oikeuden tuottaa yliopistotasaista koulutusta ja tarjota psykoterapeuttista hoitoa lapsille, nuoruusikäisille ja heidän perheilleen. Erica -säätiön työ perustuu psykodynaamiseen teoriaan, kehityspsykologiseen tutkimukseen, psykoterapi- an tutkimukseen ja kliiniseen kokemukseen. Yhteinen eettinen perusta säätiöllä on lapsen, nuoren ja perheen näkökulman korostaminen. Koulutus ja kliininen työ on integroitu Erica -säätiön tutkimukseen ja metodien ke- hitystyöhön. Yhteistyötä laajan kansallisen ja kansain- välisen verkoston kanssa pidetään tärkeänä säätiön työn kannalta. Erica -säätiö toimii valtion rahoituksella.

Erica -säätiön henkilökunta koostuu lääkäreistä, psykologeista, sosiaalityöntekijöistä, erityisopettajista ja toimistohenkilökunnasta. Henkilökunnan osaaminen edustaa laajaa kokonaisuutta lasten- ja nuorisopsykiat- rian, psykoterapian, erityisopetuksen sekä tutkimuksen kentiltä.

Kliininen työ Erica -säätiössä

Ohjelmamme jatkui säätiössä tehtävän kliinisen työn rakenne- ja case -kuvauksilla. Työstään elävästi ja in- nostavasti kertoivat lapsipsykoanalyttikko Anders Jacobson (lasten psykoterapiat) sekä psykoterapeutti Kristina Berglund Fries (nuorten psykoterapiat ja työskentely vanhempien kanssa). Tarkoituksena myös oli, että kuuluisa Elisabeth Cleve olisi tullut meitä tapaa- maan, mutta valitettavasti hän oli ajankohtaisesti pa- han flunssan kourissa.

Erica -säätiön pääsääntöinen työskentely koos- tuu lapsen tai nuoren yksilöpsykoterapiasta, jossa aina rinnakkain on järjestetty vanhempien ohjaus. Perintei-

sen kaksi kertaa viikossa toteutuvan lapsen tai nuoren yksilöterapian ja siihen liittyvän vanhempien ohjauksen ohella Erica -säätiossä sovelletaan myös muunlaisia psykoterapiamuotoja, esimerkiksi perhetapaamisia, joissa vanhemmat ja lapsi ovat yhtä aikaa psykoterapeutin luona. Toisinaan, tapauskohtaisesti, voidaan vanhemmille antaa ohjausta myös ilman että lasta tavataan säätiossä. Erica -säätiosän yhteydessä toimii myös päiväosastotyyppisesti yksikkö autistisista ja kontaktihäiriöistä kärsiville lapsille. Uutena työmuotona on lähdeetty myös pitämään ryhmiä varhaisnuorten vanhemmille.

Erica -säätiosän ei tarvita lähetettä, vaan useimmiten yhteyttä ottavat joko lapsen tai nuoren vanhemmat tai nuori itse. Usein taustalla on jonkin yhteistyötahon suositus. Erica -säätiosän asiakaskuntaa ovat alle 8-vuotiaat sekä yli 15-vuotiaat, 9-14 -vuotiaat ohjataan perheneuvolan palveluihin. Vuonna 2005 yhteydenottoja tuli 529, joista 66:sta muodostui hoitosuhde. Yhteydenottojen tavallisimpia syitä olivat muun muassa ahdistuneisuus, kontaktivaikeudet, hyperaktiivisuus, keskittymisvaikeudet, kriisi- tai traumareaktiot tai perhesuhteiden pulmat. Vain 13 % yhteyttä ottaneista pysyttiin ottamaan vastaan, muut ohjattiin rinnakkaisten tai ajankohtaisesti sopivampien palveluiden piiriin.

Lasten- ja nuorisopsykoterapiasta Ruotsissa

Erica -säätios kouluttaa lapsi- ja nuorisopsykoterapeuteja, joiden pohjakoulutus on useimmiten psykologi, lääkäri tai sosiaalityöntekijä. Ruotsalaisessa koulutuksessa on kaksi porrasta, 2-vuotinen perustaso ja 3-vuotinen erityistaso. Kuten Suomessa, psykoterapeutti on Ruotsissa suojattu ja valvottu ammattinimike.

Ruotsissa on noin 350 koulutettua lasten- ja nuorisopsykoterapeuttia, joista suurin osa on koulutautunut Erica -säätiossä. Enemmistä psykoterapeuteista työskentelee julkisella sektorilla, mutta pieni osa lapsi- ja nuorisopsykoterapeuteista ja -psykoanalytikoista ottaa vastaan myös yksityisesti. KELA -kuntoutusta tai kuntien ostopalvelusysteemiä vastaavaa toimintamallia ei Ruotsissa ole.

Tutkimus Erica -säätiossä

Erica -säätiosän tieteellinen tutkimus keskittyy lapsi- ja nuorisopsykoterapiaan, erilaisiin koulutuksellisiin ja pedagogisiin kysymyksiin tällä alueella sekä työhohjaus- ja oppimisprosesseihin. Erica -säätiosän tutkimuksia esitellään säännöllisesti kansainvälisissä kongresseissa. Julkaisuja on tuotettu vuodesta 1986, joista esimerkkeinä ovat seuraavat raportit:

- EPOS (The Erica Process and Outcome Study)
- Turning-points in child psychotherapy, a larger project consisting of several minor studies.
- Emotional learning.
- Countertransference in psychotherapy with children and adolescents.
- A historical account of the Erica Foundation's training in child psychotherapy.
- Psychotherapy with children and adolescents from a historical perspective.
- Parental treatment.
- Evaluation of the Erica Foundation's course in the psychodiagnostic evaluation of children.
- A follow-up study of the children who have attended the Erica Foundation's special preschool, now called day treatment unit.
- Psychotherapy with children with failure in their capacity for relatedness, from the therapist's perspective.
- The Machover method. A handbook with a development theory perspective.
- Description and analysis of the role of course tutor

Lopuksi

Luettuamme Elisabeth Clevén kirjan "Kaaoksesta kohti eheyttä" psykoterapiakoulutuksemme ensimmäisenä läksynä, oli kaikkien mielessä toive päästä katsomaan konkreettisesti missä Elisabeth ja Douglas 7-vuotisen psykoterapian aikana työskentelivät. On sanottava, että Erica -säätiosän upea rakennus kapeine portaineen ja Clevén kirjassaan kuvaama psykoterapiahuone todella tuntuivat tutuilta!

Nina Pyykkönen
Turun lasten- ja nuorisopsykoterapian
YET-koulutus 2003-07

Kokemusta rikkaampana?

Kesä ei ole kesä ilman retkeä Linnanmäelle. Viimeistään siinä vaiheessa, kun sukulaislapset majoittuvat vierailulle ja kaipaavat sisältöä päiväänsä, on varma patenttiratkaistu suunnata kohti huvipuiston houkutusia. Ja kun ollaan päästy siihen vaiheeseen, jossa on vain pakko luottaa siihen, että aina hiukan arveluttavilta tuntuvat turvakaaret hoitavat taistelun maan vetovoimaa vastaan tälläkin kertaa kunniakkaasti, huomaa mielessä pyörivän useita kysymyksiä elämän rajallisuudesta ja rajojen testaamisen mielekkyydestä. Silti huvipuistoissa on jotain oudon addiktoivaa - alituista vaaran ja omien pelkojen kohtaamista olosuhteissa, joissa ei tavallisesti kuitenkaan ole oikeita vaaroja tai pelonaiheita. Huvipuistot haluavatkin tarjota Elämyksiä.

Omia rajoja on kuluneen kesän aikana testattu myös hyvin erilaisissa olosuhteissa. Itsestäni tuntuu, ettei kesään mahtunut montakaan viikonloppua, jona ei olisi uutisoitu usein jopa lukuisista kuolonkolareista. Valtaosa uhreista oli surullisen tuttuun tapaan nuoria, ajokortin hiljattain saaneita miehiä. Tv:ssä liikenneturkija puhui elämyshakuisuuden noususta, joka on heijastunut myös tieliikennekäyttäytymiseen. Ihmisiin on toki mahtunut kuolemaa pelkäämättömiä nuoria aina, mutta miksi elämyshakuisuuden ajatellaan olevan aikamme uusi ilmiö?

Entisinä aikoina vaaran elämyksiä ei tarvinnut erikseen hakea. Elämä pikemminkin oli *suojautumista* vaaroilta. Eloonjääminen pohjautui tietoon ja ymmärrykseen vaikkapa sään tai villieläinten käyttäytymisestä. Descartes'n väite "Ajattelen, siis olen" tuli todistetuksi kääntöpuolensa kautta: ellei ajatellut ja tehnyt havaintoja ympäristöstään, olemassaolokin joutui uhatuksi. Asioista eniten tietävällä oli parhaat mahdollisuudet selvittää. En voi olla ajattelematta, kuinka vaikkapa jo hieman vanhanaikaiseksi käyneiden tietokilpailuiden suosio juontaa juurensa tästä: selviytyjän oli aikoinaan pakko olla tietoviisas, joten tietokilpailun voittajia on ihailtu juuri heidän elämänpotentialinsa vuoksi.

Nykyelämää on kuvattu vaativaksi ja julmaksi. Tämä on osaltaan totta, mutta yhtä totta on myös se, ettei meidän enää tarvitse olla tietoviisaita selviytyäksemme. Lähes jokaisen asian hoitoon löytyy osaava ammattilainen. Tietoa ei enää tarvitse samalla lailla kuljettaa mielessään, sillä netistä voi aina tehdä näppärän ja usein tuloksellisen pikahaun. Ehkä tieto ei ole enää samalla lailla sykähdyttävää, kun sen yksi funktio - selviytyminen - on karissut pois? Voimme sitoa olemassaolomme muihin tekijöihin. Voisiko olla niin, että nykyisin rakennammekin olemassaolokokemuksemme elämysten varaan juuri tästä syystä? "Koen elämyksiä, siis olen". Tietokilpailut ovat korvautuneet selviytymisohjelmilla. Hurjimmin rajoja testaava saa yhteisönsä kunnioituksen, sillä hän on osoittanut elinvoimansa elämyshakuisuudellaan. Paradoksaalisesti olemme lähentyneet luontoa: kun tiedon merkitys on vähentynyt, meistä on tullut kuin ukkometsoja - se, jonka höyhenpeite on värikkäin, on alttein vaaroille, mutta myös yhteisönsä ihailuin yksilö.

Syksyn tullen on aika tehdä tilinpäätös kesästä ja sen tarjoamista elämyksistä. Lisäksi voi suuntautua kohti jotain uutta: vaikkapa syventyä syksyn kirjatarjontaan ja valita lukemisekseen jotain tavallisesta poikkeavaa. Näissä elämyksissä ei ole kyse elämästä ja kuolemasta, mutta välillä on järisyttävää kokea, kuinka mieli tekee työtä laajentaakseen omia rajojaan.

Hyvää syksyä kaikille!

Maarit Roschier

Vangit muuttuneet 20 vuodessa entistä sairaammiksi

Vangit ja muut rangaistustaan kärsivät ovat merkittävästi sairaampia kuin kaksikymmentä vuotta sitten, kertovat Rikosseuraamusviraston laajan terveystutkimuksen alustavat tulokset. ”Tulokset ovat aika järkyttäviä. Vangeissa on paljon sairautta”, sanoo rikosseuraamusviraston johtava ylilääkäri Heikki Vartiainen. **Muutos koskee** kaikkia sairauksia, mutta erityisen paljon ovat yleistyneet psyykkiset sairaudet. Yli kaksi kolmannesta vangeista kärsii jonkinlaisesta persoonallisuushäiriöstä. Myös antisosiaaliset persoonallisuushäiriöt sekä vakavat mielenhäiriöt ja masennus ovat paljon yleisempiä kuin väestössä keskimäärin. Psykopaatteja vangeissa on peräti 15 prosenttia. Nykyisestä vankiluvusta laskettuna osuus tarkoittaa, että vankiloissa on yli 500 psykopaattia. ”Määrä on 15-kertainen yleisväestöön verrattuna”, Vartiainen sanoo.

Rikosseuraamusvirasto pani vuonna 2005 alulle erittäin laajan tutkimuksen vankien terveydestä, työkyvystä ja hoidontarpeesta. Selvityksen aikana on kerätty tiedot 700 vangista ja yhdyskuntapalvelun suorittajasta. Edellinen kattava vankien

terveystutkimus tehtiin 20 vuotta sitten. Tavanomaisen lääkärintarkastuksen ohella uudessa tutkimuksessa selvitettiin päihteiden käyttöä, mielenterveysongelmia sekä työ- ja toimintakykyä.

Vartiaisen mukaan alustavat tulokset kuvastavat maailmalta tuttua trendiä. Siihen kuuluu olennaisesti vankien päihderiippuvuuden raju kasvu. Suomalaisista miesvangeista yhdeksällä kymmenestä on jokin päihderiippuvuus. Elinkautisvangeista 70 prosenttia on alkoholisteja, naisvangeista taas 65 prosenttia huumeriippuvaisia.

Päihderiippuvuuden kasvulla on todennäköisesti yhteys myös siihen, että vankiaine on tuomioiden perusteita tarkastellen muuttunut selvästi parissakymmenessä vuodessa. Vielä 1985 vankien yleisin päärikos oli omaisuusrikos. Tuomiota kärsi noin 1 500 ihmistä, kun 2006 omaisuusrikoksesta tuomion oli saanut enää noin 600 vankia. Samaan aikaan väkivaltarikollisten määrä on lähes kaksinkertaistunut. Väkivalta-vankien lukumäärä vuonna 1985 oli noin 700, viime vuonna jo yli 1 200. 15.8.2007 Helsingin Sanomat

Sosiaali- ja terveysalalle hakevien rikostaustat selvitykseen

Peruspalveluministeri Paula Risikko käynnistää ensi viikolla lakiuudistuksen, joka velvoittaa selvittämään kaikkien sosiaali- ja terveysalalla työskentelevien henkilöiden taustat ja mahdollisen rikosrekisterin. Asiasta kertoo perjantain Aamulehti. **Nykyisin laki** velvoittaa tarkastamaan vain lasten kanssa työskentelevien opettajien ja hoitajien taustat. Risikko haluaa myös palauttaa terveydenhoitoalalle pyrkivien soveltavuustestit, joista luovuttiin vuosikymmenen alussa. Ministerin mukaan on syytä pohtia, pitääkö laatia lakisääteinen testipakko kaikille terveydenhoitoalalle pyrkiville. Risikon mukaan laki uusista hoitoalan turvallisuuskäytännöistä saattaa tulla voimaan jo ensi vuonna. 17.8.2007 Helsingin Sanomat

Väitös: Alaikäisten psykiatrinen hoito korkeatasoista

Lasten ja nuorten psykiatrinen hoito Suomessa on tuoreen väitöstutkimuksen mukaan eurooppalaisittain korkeatasoista. Hoitoa on tarjolla suhteellisen runsaasti, ja hoitohenkilökunta on paremmin koulutettua kuin monessa muussa maassa. **Alaikäisten osastoilla** on kuitenkin pulaa psykologeista, toimintaterapeuteista ja erityisesti sosiaalityöntekijöistä. Tiedot käyvät ilmi tänään Turun yliopistossa tarkastettavasta väitöskirjasta. 31.8.2007 Helsingin Sanomat

Tutkimus: Yrittäjä arvostaa vapautta ja itsenäisyyttä

Suomalaiset yrittäjät ovat selvästi tyytyväisempiä työhönsä kuin muut suomalaiset keskimäärin. He kokevat myös työssään huomattavasti ei-yrittäjiä enemmän menestyksen tunteita. Näin kertoo Sampo Pankin tekemä yrittäjätutkimus, johon vastasi runsas 7 000 suomalaista. **Yrittäjiä motivoi** ennen kaikkea työn vapaus ja itsenäisyys ja se että yrittäjänä voi toteuttaa itseään ja unelmiaan. Vain 12 prosenttia yrittäjistä piti rahaa tärkeänä yrittäjyyden motiivina. Tutkimuksen mukaan sekä todennäköinen uusi yrittäjä että kasvuhakuinen yrittäjä on todennäköisimmin noin 30-vuotias ammattikoulu- tai opistotaustainen mies. Erittäin yleistä on myös, että yrittäjän uraa suunnittelevalla on yrittäjä lähipiirissä. 13.9.2007 Helsingin Sanomat

Psykiatristen potilaiden pakkohoito on Suomessa yleistä

Oulu. Psykiatristen potilaiden pakkohoito on Suomessa muita maita yleisempää, todetaan tuoreessa väitöstutkimuksessa. Lisäksi hoitokäytännöt vaihtelevat eri sairaaloissa. Esimerkiksi Oulussa käytetään muita sairaaloita yleisemmin sänkyyn kiinni sitomista. Lääketieteen lisensiaatti Carita Tuohimäki kertoo, että potilaita ei hoideta kuitenkaan väärin perustein. Vapautta rajoitetaan potilaan etua ajatellen. 14.9.2007 Helsingin Sanomat

Umberto Eco:

Kuningatar Loanan arvoituksellinen liekki

Kirjailija Umberto Econ viides suomennettu romaani ”Kuningatar Loanan arvoituksellinen liekki” alkaa totaalises- ta amnesiasta. Kirjan päähenkilö ja kertoja Giambattista Bodoni eli Yambo herää sairaalasta muista- matta omaa nimeään, perhettään tai henkilöhistoriaansa. Hän ikään kuin leijuu maitomaisessa harmau- dessa, sumussa, joka alkuun onkin ainut asia, jonka kuvaamiseen hän löytää sanoja. Hän saa kuulla saa- neensa kohtauksen, joka ilmeisesti on vaikuttanut hänen aivoihinsa siten, että koko hänen henkilökoh- tainen elämäntarinansa on pyyh- kiytynyt muistista pois. Sen sijaan persoonattomampi aines on säilynyt mielessä – kirja- antikvariatistina työskennellyt Yambo pystyy muista- maan ja toistamaan lukuisia otteita lukemastaan kir- jallisuudesta. Erityisesti kirjallisuuden sumukuvaukset tuntuvat olevan hänen alaansa - syystä, joka vielä tässä vaiheessa on arvoitus.

Kotiuduttuaan Yambo joutuu hämmennyksen valtaan: Vaimo ja lapset iloitsevat hänen toipumisestaan, mutta Yambo ei tiedä, millainen hänen suhteensa heihin on ollut. Antikvariaatissa työskentelevä Sibilla vaikuttaa kovin viehkeältä, mutta kuinka Yambon tulisi suhtautua häneen? Olivatko he olleet rakastavia – jos olivat, mil- laiset heidän välinsä tätä nykyä ovat? Yambo ymmärtää, ettei hän voi saada vastausta kysymyksiinsä kuin oman muistinsa kautta, sillä kysymykset tuntuvat liian hen- kilökohtaisilta lausuttaviksi ääneen. Vaimo ja muut lä- heiset yrittävät rakentaa miehelle tämän elämäntarinaa, mutta hekään eivät voi täyttää kaikkia aukkoja, etenkin kun Yambo on ollut suhteellisen vaitelias tiettyjen vai- heidensa suhteen. Paine ja halu muistaa eivät helpota Yambon tilannetta. Vaimon ehdotuksesta hän lähteekin Solaraan, lapsuutensa kesänviettopaikkaan, saadakseen



Kustantaja:
WSOY, Porvoo (458 s.)
Suomentaja:
Helinä Kangas
Ilmestymisvuosi: 2005

tilaa toipumiselle ja päästäkseen tu- tustumaan Solarassa säilytettäviin lapsuuden kirjoihinsa ja muihin ta- varoihinsa.

Solara osoittautuikin todel- liseksi aarrelähteeksi – Yambon iso- isä on uskollisesti säilynyt menneen ajan kirjallisuutta ja musiikkia sekä Yambon itsensä tekemiä kouluai- neita ja kertomuksia. Yambo pääsee tutustumaan itseensä ja lapsuutensa aikakauteen ikään kuin ulkopuolisen silmin: fasismi ja propagandamainen kansallismielisyys lyövät läpi lähes kaikessa materiaalissa, ja Yambo jou- tuu pohtimaan omaa suhdettaan lap- suutensa aikakauteen. Hän huomaa, kuinka hänen identiteettinsä on ra-

kentunut lukuisten, keskenään ristiriitaisten element- tien varaan: vuoroin hän on kouluaineissaan isänmaal- lisuutta ja reippautta uhkuva poika; vuoroin sarjakuvien aatteellisesti uskalias maailma on toiminut hänen innoi- tuksensa lähteenä. Yambo löytää kirjoituksissaan myös kertomuksia ensirakkaudestaan ja tähän liittyvistä pet- tymyksistä. Mutta millaista tyttöä hän on rakastanut? Ja millainen hän on oikeasti noihin aikoihin ollut? Aikakau- den lehdet, kirjat ja musiikki eivät tuo tähän vastausta, mutteivät myöskään hänen henkilökohtaisemmat kirjai- tuksensa. Kaikki on edelleen sumun peitossa...

Umberto Econ kirja on ennen kaikkea kirja kult- tuurista. Eco vyöryttää lukijansa eteen valtavan tieto- ja sivistysmääränsä, joka tässä tapauksessa liittyy Italian historiaan toisen maailmansodan tienoilla. Hän piirtää uskollisen tarkkaa ajankuvaa siitä, mitä ihmiset lukivat ja kuuntelivat tuolloin sekä tuo esille laajempia yhteis- kunnallisia tekijöitä sille, millaiset seikat vaikuttivat siihen, mitä ihmisten ylipäänsä oli mahdollista lukea ja kuunnella. Samalla hän pohtii yksittäisen ihmisen – Yambon – kasvua ja persoonallisuuden rakentumista val- litsevien olosuhteiden varjossa. Kokonaisuus hahmottuu

lukijallekin pikku hiljaa, sillä päähenkilön vaillinainen muisti ei riitä ylittämään hänen löytämiensä tietolähteiden sensuroituja ja vääristeltyjä näkökulmia. Kokonaisuus rakentuukin ristiriitaisten osatekijöiden kautta, ja sen vähittäinen hahmottuminen vaatii kärsivällisyyttä etenkin sellaiselta lukijalta, joka ei itse ole kokenut Econ kuvaamaa miljöötä. Econ kirja onkin hyvin kirjallinen kirja – ja omalla tavallaan siitä uhkaa tulla myös konkreettinen kertomus unohtamisesta, sillä hetkittäin Yambon kohtalo tuntuu lähes unohtuvan yleisempien teemojen yksityiskohtaisen tarkastelun taakse.

Umberto Eco ei kuitenkaan lopulta päästä lukijaansa hukkumaan persoonattomiin detaljeihin vaan sallii myös Yambon henkilökohtaisten muistojen heräämisen, mikä tuo uutta syvyyttä aiemmin esitettyyn ajankuvaan. Yambon muisti on kuitenkin oikukas – kuten

muistilla on tapana olla. Se virkooa varsin dramaattisissa olosuhteissa ja tarjoaa Yambolle tarinan sieltä, tarinan täältä, kunnes pikku hiljaa Yambo onnistuu kertomaan itselleen myös elämänsä vaietuimmista kokemuksista. Samalla sumukin saa muotonsa ja merkityksensä. Lopulta romaani sukeutuu varsin kauniiksi ja ehjäksi kertomukseksi niin yhdestä elämästä kuin myös kokonaisuudesta ajanjaksosta, josta on jälkikäteen haluttu vaieta. Kuningatar Loanan arvoituksellinen liekki onkin varsin humaani kannanotto ihmisen haavoittuvaisuuden sekä elämän rajallisuuden ja ainutkertaisuuden arvostamisen puolesta. Samalla se haastaa lukijan tutkimaan oman mielensä ullakoiden kätköjä. Tälle kirjalle kannattaa antaa aikaa.

Maarit Roschier

Työterveyspsykologien toimikunta

(- Eli erään noviisin kertomuksia)

”**A**lku aina hankalaa” sanotaan sananlaskussa. Toisaalta sananlaskun mukaan myös ”lopussa kiitos seisoo”! Tämä lohdullinen ajatus mieles-
säni hakeuduin, tulin valituksi ja aloitin työskentelyn Psykologiliiton Työterveyspsykologien toimikunnassa tämän vuoden alussa. Olen kylläkin noviisi niin työterveyspsykologian kuin toimikuntatyöskentelyn suhteen, mutta jos vain into voi korvata osaamisen, niin sitten olen tosi haka!

Työterveyspsykologien toimikunnassa tapahtui tänä vuonna todellinen ”vallanvaihto”, sillä vanhasta toimikunnasta jatkaa uudessa kokoonpanossa vain puheenjohtajamme Kari Kaarento (Hepsy). Eero Kankaanpää (Upsy) on aikaisemmin ollut asiantuntijajäsenenä mukana, mutta me loput kolme jäsentä olemme täysin uusia tulijoita: Anneli Kellberg (Kypsy), Kaisa Männikkö (Kepsy) ja minä (toimikunnan sihteeri) siis kotiyhdistyksestämme, Uudeltamaalta. Oma motivaatio osallistua toimikuntatyöskentelyyn perustuu (kuten ehkä niin monilla muillakin kollegoillamme eri toimialueilla!) siihen, että yksin työskentelevänä kaipaa kipeästi muiden näkökulmia - ja silkkaa tietoakin!

Oma urani työterveyspsykologina alkoi noin kolme vuotta sitten. Sitä ennen olin kohdannut vastaavia asioita työvoimahallinnon ja aikuiskoulutuksen näkökulmasta sekä työnohjaajana toimiessani. Työterveyspsykologien toimikunnassa työskennellessä olen jo nyt saanut erittäin paljon tietoja ja taustoja, jotka tukevat omassa työssä ja auttavat hahmottamaan työkenttämme kokonaisuutta. Ja sehän tässä työssä on juuri parasta, että työnkuva on niin monipuolinen! Työterveyspsykologina teen sekä yksilö- että ryhmätyötä, tiimityöskentelyä niin työterveyshuollon sisällä kuin asiakkaiden eli yritysten/työnantajien kanssa, annan ohjantaa ja neuvontaa, osallistun työpaikkakäynteihin ja niiden pohjalta tehtävien suositusten laadintaan, toimin asiantuntijana neuvotteluryhmissä ja niin edelleen. Tämän laajan, mutta mielenkiintoisen tehtäväkentän haltuunotto on ollut paljon ”tukevampaa” ja mielekkäämpää, kun olen nyt

päässyt nauttimaan toimikunnan jäsenten keskinäisistä keskusteluista ja tietojen jakamisista sekä perehtymään toimikunnan aikaisempaan työsarkaan ja erityisiin huomionkohteisiin.

Työterveyspsykologiasta ja sen toimikunnasta ei ymmärtääkseni voi puhua ilman mainintaa KELAsta!? Niin omassa työssäni kuin toimikunnassa puhe kääntyy väkisin KELAan ja sen määrittämiin raameihin työterveyspsykologien työille. Koko työterveyshuollon toiminta - ja psykologien työ siellä ”sisällä” - pohjautuu työterveyshuoltolakiin, jonka uudistus vuonna 2001 on ollut merkittävä tapahtuma. Mutta käytännön työmme toteutuksessa ja arvioinneissa kohtaamme väistämättä KELAn määrittämät rajat ja suositukset työterveyshuollon toiminnalle. Periaatteessa työterveyspsykologien (eli työterveyshuollon asiantuntijoiden) toiminta pohjautuu työterveyshuollon niin sanottujen ammattihenkilöiden (eli työterveyslääkäreiden ja -hoitajien) havaitsemaan ja määrittämään tarpeeseen. Käytännössä sitten törmätään siihen, että KELAn virkailijat, jotka käsittelevät työnantajien työterveyshuollon kustannusten korvaushakemuksia, saattavat todeta psykologin työn olevan ”ei korvattavaa” eli EI työterveyttä edistävää ja sitä tukevaa toimintaa työterveyshuollon ammattihenkilöiden arviosta huolimatta...

Psykologiliiton työterveyspsykologien toimikunnan tavoitteet on liiton Internet-sivuilla todettu muun muassa seuraavasti: ”Toimikunta edistää työterveyspsykologien asemaa sekä yhtenäisen ammatillisen täydennyskoulutuksen aikaansaamista. Toimikunta järjestää kaikille työterveyspsykologeille yhteiset neuvottelupäivät sekä pyrkii seuraamaan uuden työterveyshuoltolain toteutumista käytännössä.”

Uuden lain ”hengen” mukaisesti työterveyshuollon asiantuntijoiden (muun muassa psykologit ja fysioterapeutit) käytön oli tarkoitus lisääntyä ja vakiintua, mutta valitettavasti tilastot eivät näytä osoittavan tätä tosiasiaa vaan juuri päinvastaista. Juuri tähän seikkaan uusi toimikuntamme haluaa erityisesti vaikuttaa, kuten

edeltävätkin toimikuntien kokoonpanot ovat tehneet. Asia on erityisen tärkeä siksi, että vain lainsäädäntöä ja korvauskäytäntöjä tarkentamalla ja parantamalla voidaan turvata ja lisätä työterveyspsykologisen asiantuntijuuden hyväksikäyttöä asiakasyrityksissämme!

Toimikuntatyöskentelyn tärkeyttä asioiden eteenpäin viemisessä korosti mielestäni hienosti se, että uusi toimikuntamme sai huhtikuussa ilon ja kunnian kokoon-tua heti alkuvaiheessaan yhteisen pöydän ääreen työterveyspsykologian ”vanhojen rouvien ja herrojen” kanssa. Sirkku Kivistö oli koonnut meille mahtavan ”perehdytyskansion”, jossa konkretisoituivat kaikki kannanotot ja se huikea työ, jota toimikunta on aikaisemmin tehnyt ja saanut aikaan. Toimikunta on menneinä vuosina aktiivisesti laatinut ja toimittanut asiakirjoja ja kannanottoja muun muassa Sosiaali- ja terveysministeriöön, Eduskunnalle ja Kansaneläkelaitokselle työterveyspsykologisen tietämyksen käytön laajentamiseksi ja lisäämiseksi työterveyshuolloissa. Tämän työn jatkaminen ja esillä pitäminen on myös nykyisen toimikuntamme päätavoite. Toimikuntamme päätti jokavuotisen neuvottelupäivän sijaan tänä vuonna järjestää kyselyn, jolla pyrimme kartoittamaan työterveyspsykologien ”kentällä” havaitsemia ja kohtaamia epäselvyyksiä työn määräytymisessä ja toteutuksessa.

Olemme kesäkuussa 2007 toimittaneet Psykologi-liiton avustuksella keskitetyn sähköpostikyselyn kaikille työterveyspsykologina toimiville psykologeille. Kesä- ja loma-ajasta huolimatta vastauksia ja kertomuksia olemassa olevista haitoista (kuten iloistakin, todettakoon!) työterveyspsykologien työssä on kertynyt melkoinen nippu. Tämän toivon ja oletan kertovan asian tärkeydestä sekä kaikkia ”meikäisiä” koskettavasta luonteesta! Toimikuntamme päätavoite on siis edellä mainitun kyselyn tulosten pohjalta koostaa työterveyspsykologisia näkökulmia ja ”elävän elämän” esimerkkejä päättäjille eteenpäin vietäväksi. Samalla, kun käsittelemme ja tiivistämme kyselyn tuloksia, toimikuntamme varmaankin hitsautuu yhä kiinteämmäksi ja paremmin toimivaksi ryhmäksi. Eikä muuten ole huono tulos sekään!

Eva Ora

Työterveyspsykologi

Hyvinkään kaupunki/terveyskeskus

Työterveyshuolto

Pohjois-Libanonin tsunami:

Evakkotulva Beddawin pakolaisleirissä

Kuvat: Beit Atfal Assumoudin kuva-arkisto

Toukokuussa alkoivat Pohjois-Libanonissa sijaitsevasa Nahr el-Baredin leirissä taistelut Fatah al-Islam -ryhmittymän ja Libanonin armeijan välillä. Me Suomessa veisasimme suvivirttä: "... keväisen kukoistuksen se saa kuin Libanon." Samoihin aikoihin pommitukset hävittivät Nahr el-Baredista kaiken vihreän ja rakennuksista tuli raunioita.

Läheisen Beddawin pakolaisleirin asukas vertasi evakkojen tuloa tsunamiin. Beddawin 18 000 asukasta ovat saaneet majoitettavikseen 14 000 asukasta lisää. Kun Suomessa asukastiheys on 17 ihmistä neliökilometrillä, on Beddawin puolentoista neliökilometrin alueella nyt 32 000 asukasta.

Psykologien Sosiaalinen Vastuu ry:llä on ollut yhteistyötä jo vuodesta 1984 alkaen palestiinalaisen National Institution of Social Care and Vocational Training -järjestön kanssa. Järjestön arabiankielisen nimen Beit Atfal Assumoud (BAS) "sumoud" tarkoittaa kestävyyttä, sinnikkyyttä. BAS perustettiin 1976 Libanonin sisällissodan alkuvaiheissa orvoiksi jääneiden lasten huostaan ottamiseksi. Siitä on sinnittely alkanut.

Lastenkodista on kasvanut järjestö, jolla on satakunta työntekijää ja monimuotoista toimintaa. YK:n avustusjärjestö UNRWA vastaa palestiinalaisten terveydenhuollosta ja peruskoulutuksesta. Mutta kun valtiota ja sosiaaliturvaa ei ole, palestiinalaisten on muuten rakennettava elämänsä puitteet itse: päiväkodit, sosiaalityö, hammashuolto, perheneuvolat, erityisluokat kouluista poispuodonille, vapaa-ajan harrastustoiminta, elinkeinotoiminta, ammatillinen koulutus ja ulkomaiset yhteydet avustusjärjestöihin.



BAS on jälleen tänä kesänä osoittanut olevansa nimensä veroinen. Nahr el-Baredin toimintakeskuksen johtava sosiaalityöntekijä Abdallah Baraki, nelilapsisen perheen isä, on niitä, joista sanotaan: "Häneltä meni kaikki." Passittomat, paperittomat rutiköyhät ovat myös ongelma niille, jotka haluavat rekistereistä tarkistaa, onko tällainen ihminen olemassa ollenkaan.

Tässäkin tilanteessa Abdallah on yksi niistä, jotka jatkavat työtään ja organisoivat Beddawissa hätäaputoimintaa. Beddawin melussa, ahtaudessa ja kuumuudessa on ollut hankala luoda arkirutiineja. Nuoret alkoivat käydä kuumana. BAS organisoi saksalaisen ja italialaisen avustusjärjestön rahallisella tuella sadalle nuorelle siivoustyötä. Evakkonuoret itse siivoavat 7,45 euron päiväpalkalla evakoiden majoituspaikkoja. He ovat saaneet työstään runsaasti kiitosta.

Tsunami ja pommi ovat psykologisesti erilaisia. Tsunamilla on olemassa syy, joka ei ole ihmisen aiheuttama. Nahr el-Baredin asukkaille ja heidän majoittajilleen taistelujen syy on spekulatioiden aihe. BAS:ilta viikkoraporteissa kerrotaan toistuvasti leirillä kiertävän huhuja,



jotka vaikeuttavat kaikkien, etenkin lasten olemista. Lapset kuulevat puheita ja pelkäävät. Raporteissa kuvataan, miten BAS ja muut järjestöt auttavat tämän ongelman ratkaisemisessa: pidetään kokouksia, järjestetään äitiryhmiä, kierretään kodeissa, selostetaan asioita. Häätäputyö on myös tyyntymistä. Ei-uskonnollisena ja epäpoliittisena järjestönä BAS koetaan luotettavaksi toimijaksi. Kunpa he jaksaisivat taas tämän vaiheen ylitse.

Jos PSV:n Libanonin hanke kiinnostaa, tutustu toimintaan nettisivuilla vastuu.fi/libanon. Kirsti Palosen blogi on saanut runsaasti kiitosta elävästä ja psykologisesti kiinnostavasta raportoinnista. Hän on tämän kesän toiminut Beddawissa vapaaehtoistyöntekijänä, joten tietää, mistä kirjoittaa. Sivuilla on myös nappi, josta painamalla aukeaa lomake tukijäseneksi liittymistä varten. Usea uppsyläinen onkin jo mukana. Teille parhaat kiitokset. BAS:in työntekijöitten mukaan on ihmeellisen keventävää, kun tietää, että jossain kaukana on ihmisiä, jotka tahtovat tukea heidän työtään. Sinnikkyydellä eletään mustienkin aikojen läpi.

Tervetuloa mukaan.

Sirkku Kivistö

p. 0400 -457 493

The Haunted Self - Structural Dissociation and the Treatment of Chronic Traumatization

Nimensä mukaisesti kirjan tavoitteena on antaa kattava katsaus krooniseen traumatisoitumiseen sekä sen hoitoon. Kirja jakautuu kolmeen osaan, joista ensimmäinen esittelee pitkäkestoisesta traumatisoitumisesta aiheutuvat erilaiset strukturaalisen dissosiaation muodot, toinen janetilaista toiminnan psykologiaa ja kolmas traumahoitoa. Kirja on sen verran kattava lukupaketti, että esittelen siitä lähinnä kirjan ensimmäisen osan ja sivuan lyhyesti traumahoidon peruseriaatteita.

Kirjan ydinkäsite on dissosiaatio, jolla tässä tarkoitetaan nimenomaan P. Janet'n 1900-luvun alussa luomaa käsitystä dissosiaatiosta tietoisuuden ja persoonallisuuden muodostavien ajatus- ja toimintajärjestelmien jakautumisena. Dissosiaatio on seurausta tapahtumasta, joka on siinä määrin voimakas, äkillinen, hallitsematon, ennustamaton ja negatiivinen, että se aiheuttaa kohteelleen psyykkisen trauman eli jonkinasteisen traumaperäisen häiriön. Dissosiatiiiviset oireet voivat olla positiivisia (kuten takaumat) tai negatiivisia (kuten muistamattomuus ja tunteettomuus), joista viimeksi mainittujen on ajateltu olevan ensin mainittuja pysyvämpiä ja myös vaikeahoitaisempia. Traumatisoitumista ajatellen erityisen haavoittavia ovat toistuvat varhaiset kiintymyssuhdetta vaurioittavat ja mahdollisesti hengen vaaralliset väkivaltatilanteet, joissa lapsi jää ilman sosiaalista tukea. Kirjoittajien mukaan tämänkaltaiset kokemukset aiheuttavat persoonallisuuden strukturaalisen dissosiaation eli rakenteen, jossa "erilaiset psykobiologiset alajärjestelmät ovat tarpeettoman jäykkiä ja toisistaan irrallisia".

Janet'n mukaan psyykkisesti tervettä ihmistä luonnehtii voimakas kyky integroida sisäisiä ja ulkoisia kokemuksia, minkä persoonallisuuden dissosioituessa ei siis onnistu. Yleensä synteisiin ja realisaatioon jakautuva integraatio tapahtuu välittömästi ja automaattisesti, mutta traumatisoivissa tapahtumissa näin ei käy. Synteisiin puuttumisen vuoksi traumakokemus jää pirstaleiseksi. Ja vastaavasti realisaation puuttumisen vuoksi muusta elämänhistoriasta irralliseksi, koska tapahtumasta puuttuu personifikaatio ja presentifikaatio. Tapahtuma ei siten tunnu omakohtaiselta, samoin siitä jää puuttumaan alku ja loppu. Presentifikaation puuttumisen vuoksi traumaattiset tapahtumat elävät vahvasti "tässä ja nyt". Heikko persoonallisuuden koheesio ja integraatio näkyy selkeimmin vaihteluna traumaattisten tapahtumien uudelleen elämisen ja niiden välttelyn välillä. Tämä kaksoisvaiheisuus on myös posttraumaattisen stressihäiriön (PTSD) ydin.

Kirjoittajien mukaan traumantapahtuman aiheuttama dissosiaatio ei ole mielivaltaista tai sattumanvaraista vaan se noudattaa kahta keskeistä psykobiologista järjestelmää, jotka ovat miellyttävien asioiden - kuten ruoka ja kumppanuus - lähestyminen ja vastenmielisten asioiden - kuten vaara ja uhka - välttäminen. Vaikka lähestymis- ja välttämiskäyttäytyminen on jokapäiväistä, ei ko. järjestelmien ole tarkoitus toimia samanaikaisesti. Jos niitä molempia jatkuvan uhkatilan tavoin vaaditaan pitkäkestoisesti, niin ristiriitaan vastaamisen seurauksena saattaa olla melko jäykkä persoonallisuuden jakautuminen.

ANP ja EP eli strukturaalisen dissosiaation tasot

Persoonallisuuden strukturaalista dissosiaatio voi olla primaaria, sekundaarista tai tertiääristä. Tämä luokittelu perustuu brittiläisen Myersin I maailmansodan aikaisiin käsitteisiin näennäisen normaalista (ANP eli Apparently Normal part of personality) ja emotionaalisesta persoonallisuuden osasta (EP eli Emotional part of Personality). Myersin mukaan traumaperäinen dissosiaatio jakaa persoonallisuuden päivittäisestä elämästä huolehtivaan ANP:hen ja traumamuistoa kantavaan EP:hen. Kirjan esittelemässä traumamallissa primaarissa strukturaalisessa dissosiaatiossa on yksi ANP ja yksi melko kapea-alainen EP. Tämänkaltaisen jakautuminen tapahtuu tyypillisimmin yksittäisen traumatisoivan tapahtuman seurauksena, mikä diagnostisesti ajatellen tarkoittaa yksinkertaista PTSD:tä. Arkielämään keskittymisen lisäksi ANP pyrkii erilaisiin (sijais) toimintoihin välttämään traumamuistoja. Esimerkiksi viiltely ja itsensä satuttaminen voivat olla sijaistoimintaa, mutta näkyvää käytöstä yleisempiä ovat hallitsemattomat tunteet, jotka vaativat kieltämistä, projektiota ja splittausta. Vaikka EP olisi kapea-alainenkin, ovat ”sen” kokemat tunteet niin intensiivisiä, etteivät ne ole adaptiivisia tai tuo helpotusta. Kroonisen lapsuusiän hyväksikäytön ja laiminlyönnin ajatellaan johtavan monimutkaisempaan eli sekundaariin strukturaaliseen dissosiaatioon, jossa on useampi EP, mutta edelleen vain yksi ANP. Tertiäärissä dissosiaatiossa eli diagnostisesti ajatellen dissosiativisessa identiteetti-häiriössä (DID) myös ANP on jakautuu kahteen tai useampaan osaan. Myös EP voi muodostaa monimutkaisen psykobiologisen rakennelman, joihin kuuluu erilainen yhdistelmä affekteja, kognitioita, havaintoja ja motorisia toimintoja. Näistä esimerkkeinä on maimittu mm. jähmettyminen, pako, taistelu ja totaalinen alistumisen tila, joista EP fiksoituu juuri siihen toimintajärjestelmään joka aktivoituu traumahetkellä.

Kolmivaiheinen traumahoito

Kirja noudattaa traumojen hoidossa yleisesti käytettyä kolmivaiheista mallia, joista ensimmäinen keskittyy vakauttamiseen, toinen varsinaiseen traumaattisten tapahtumien käsittelyyn ja kolmas persoonallisuuden integraatioon. Kirjoittajien mukaan traumahoito on pelkojen kohtaamista. Hoidon ensimmäisessä vaiheessa pyritään kohtaamaan kiinnittymisen (attachment) ja menettämisen (attachment loss) pelot eli luomaan turvallinen terapiasuhde. Hoidon ensimmäiseen vaiheeseen kuuluu myös traumaan liittyvien pelottavien ajatusten, tunteiden, toiveiden ja muistojen kohtaaminen. Erityistä huomiota kiinnitetään traumaperäisten dissosiativisten osien kohtaamisen pelkoon. Vasta tämän jälkeen voidaan siirtyä traumahoidon toiseen vaiheeseen eli varsinaisten traumaattisten muistojen kohtaamiseen ja työstämiseen. Kolmannessa vaiheessa työskennellään persoonallisuuden integroimiseksi, mihin kuuluu normaaliin elämään liittyvien pelkojen kohtaaminen.

Dissosiativisen häiriön vakavuus tai hoidon haastavuus ei liity yksiselitteisesti eri persoonallisuuden puolien määrään vaan niiden autonomisuuteen. Mitä autonomisempia EP:t ovat suhteessa ANP:hen tai ANP:t suhteessa toisiinsa, sitä hitaampaa on hoidossa integroida ne yhdeksi kokonaiseksi persoonallisuudeksi. Kompleksisimpien traumojen hoidoissa tavoitteena voi olla yksinomaan tilanteen vakauttaminen eli pelkkä hoidon ensimmäinen vaihe. Traumahoidolle tyypillisesti eteneminen ei ole lineaarista vaan erityisesti I ja II vaihe vuorottelevat. Onnistuneen hoidon edellytyksenä pidetään huolellista kliinistä arviointia, jossa on huomioitu sekä traumatisoitumiseen liittyvät oireet ja häiriöt että persoonallisuuden rakenne ja toiminta. Toisena olennaisena edellytyksenä onnistuneelle hoidolle on riittävän henkisen energiatason (mental level) saavuttaminen ja ylläpito. Käytännössä tämä tarkoittaa mm. sitä, että hoidon alussa kiinnitetään paljon huomioita päivittäisen toiminnan adaptiivisuuteen.

Traumamalleissa dissosiaatiota pidetään yleisesti yhtenä traumatisoitumisen oireena (kuten PTSD:ssä), mutta tässä kirjassa traumahetkellä tapahtuvan dissosiaation ajatellaan olevan traumatisoitumisen ”edellytys” ja muuta trauman jälkeistä oireilua selittävä asia. Yhdellä lukukerralla ja pienellä lisäselailulla itselleni jäi epäselväksi, mikä on kroonisen traumatisoitumisen aiheuttaman persoonallisuuden strukturaalisen dissosiaation ja persoonallisuushäiriöiden välinen suhde ja ero. Uutta esitetyssä traumamallissa oli ajatus siitä, että persoonallisuuden katsotaan traumatisoivien tapahtumien jälkeen jakautuvan tarkasti rajattujen psykobiologisten

rakenteiden mukaisesti eli karkeasti ottaen välttämään vastenmielisiä kokemuksia ja lähestymään miellyttäviä kokemuksia. Persoonallisuuden rakenne voi kuitenkin dissosioitua yksinkertaisesti tai äärimmäisen monimutkaisesti, millä on merkityksensä hoidon kannalta. Uutta mallissa on hoidon mieltäminen pelkojen kohtaamisena, vaikka hoito muuten nojaa perinteiseen traumahoidon kolmivaiheiseen malliin.

The Haunted Self

Onno Van Der Hart, Ellert R. S. Nijenhuis, Kathy Steele.

2006

Psykologi Sirkku Kivistö



Kysymykset, jotka Sirkku sai vastattavakseen:

1. Missä ja milloin opiskelit psykologiksi?
2. Kuinka päädyit opiskelemaan psykologiksi?
3. Kertoisitko pääkohdittain elämäsi ja urasi eri vaiheista?
4. Millaisia painopisteitä sinulla on ollut ja millaisia lisäkoulutuksia olet hankkinut urallasi?
5. Mitkä ovat olleet oman työssä jaksamisesi avaimet?
6. Mitä mietteitä tuleva eläkkeelle jääminen sinussa herättää?
7. Millaisia merkittäviä muutoksia olet havainnut työelämässä vuosien aikana psykologina?
8. Mitä ohjeita antaisit nuorelle, innokkaalle psykologille?

1 Olen opiskellut psykologiksi Helsingin Yliopistos-
sa 1960-luvulla. Opettajiani ovat olleet professorit
Kai von Fieandt, Arvo Lehtovaara, Olavi Viitamä-
ki, Yrjö-Paavo Häyrynen ja Pirkko Saarinen. Harjoitte-
lun suoritin Hesperian sairaalassa. Siellä ohjaajani oli
psykologi Harriet Hagman.

2 Psykologian opintojen valinta oli varmaan osal-
taan sattumaa. Isä olisi toivonut minusta provii-
soria ”leipä on varma, lääkkeitä tarvitaan aina”.
Joku hieman minua vanhempi tuttava oli lähtenyt
Helsinkiin opiskelemaan psykologiaa ja muistan ky-
selleeni häneltä, millaista se on. Suoritin psykologian
appobaturin jo abiturienttivuonna Kuopion kesäyli-
opistossa. Kuopiossa aivan uudessa ammatinvalinnan-
ohjauksessa kävin tuumaamassa tulevaisuutta. Jos
avossa esille tullut vaihtoehto olisi toteutunut, olisin
ehkä informaattikko jossain kirjastossa; suoritin kir-
jastoharjoittelun Kuopion kaupunginkirjastossa. Sieltä
läksin vähäksi aikaa Saksaan piikomaan. Saksasta oli
mukava palata ja aloittaa opiskelu yliopistossa. Ihan
ensimmäiseksi piti latinan pro exercitation suorittami-
seksi oppia tietämään, että Sisilia on saari. Opiskelin
myös sosiologiaa ja estetiikkaa ja nykyiskansain kir-
jallisuutta. Tilastotieteen approbaturinkin pinnistin.
Opiskeluaikanani vasemmistolainen opiskelijaliike
kiinnosti; aatteet olivat aivan uutta Savon perukoilta
tulleele. Lukioaikojen seurakuntaharrastukset kuih-
tuivat opiskelun alkuvaiheissa. Silti nuoruuden aikojen
körttvirret ja työväenlaulut sykähdyttävät.

3 Vuonna 1985 olin käymässä ensimmäistä kertaa
Libanonissa. Shatillan pakolaisleirissä Beirutissa
yksi moskeija oli muutettu sen kesäisen sodan uh-
rien hautausmaaksi. Elämässäni en ollut ennen nähnyt
sellaisia asioita. Eräällä haudalla oli minun ikäiseni
naisen kuva. Yhtäkkiä tuli tunne, että silloin kun minä
olen syntynyt, oli Suomessakin sota. Shatillan kauhe-
desta huolimatta en siis ollut missään kovin kaukana;
samoja asioita on tapahtunut kotimaassa minun elin-

aikanani. Se hetki taisi osaltaan niitata minua rauhan-työhön. Jo vuonna 1982 olin psykologipäivillä osallistunut Psykologien Rauhantoimikunnan perustavaan kokoukseen.

Työelämässä olen toiminut nuorisokodin johtajana (mitä se nuori uskaltaakaan!), Vantaalla terveyskeskuspsykologina, Helsingin Mielenterveysyhdistys Helmin eli psykiatrian alan potilasyhdistyksen toiminnanjohtajana, Helsingin terveysviraston henkilökunnan työterveyshuollossa psykologina. Vuonna 1996 siirryin Työterveyslaitokselle, jossa nyt toimin Työ ja mielenterveys -tiimin tiimipäällikkönä.

4 Olin erityisen mielissäni aikanaan 1970-luvulla Vantaalle terveyskeskuspsykologiksi päästyäni. Se oli ennaltaehkäisevän työn hohdokasta aikaa. Työterveyshuoltoon tullessa tuntui, että lähiötyön laaja-alaisuudesta ja potilasjärjestötyön vaativuudesta pääsisi vähän rajatumpaan työhön. Mikä harhaluulo! Työterveyspsykologiakin on mitä moninaisinta. Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutuksessa lisen-siaattityön aihe oli Paluu työhön sairauspoissaolon jälkeen. Sairauspoissaolojen hallinnan toimintamallien kehittelystä työpaikoille on tullut aihealue, jossa tunnen olevani viisaimmillani.

5 Työ itse kai on työssä jaksamisen avain. Työssä riittää kurkottelemista, työ jäsentää arkipäivää, työssä tutustuu moniin ihmisiin. Palkka juoksee ja ruokalassa saa käydä joka päivä syömässä. Raatajatyypinä olen ollut ahkera. Joskus työkyvyn arvioita tehdessä hätkähdin tutkittavan kuvatessa samanlaista työntekoa ja todetessa, ettei koskaan kuvitellut voivansa romahtaa. Minä onneksi olen säästynyt sellaiselta, mistä aina välillä osaan olla ihmeissäni ja iloissani.

”En tiedä kovempaa työtä kuin työnhaku, jos sitä tosissaan tekee”, sanoi muuan ruotsalainen työttömyystutkija taannoin. Olen ollut sydän kipeänä tyttären työttömyysjaksoina. Pojan kohdalla olen nähnyt, miten suuri ilon aihe työnteko on kehitysvammaiselle nuorelle miehelle.

6 Eläkkeelle joutuminen ei istu vielä minun mieleeni, vaikka en halua yli 65 -vuotiaana jatkaakaan. Näinkö lyhyt ihmisen työelämän jakso on? Hyvänen aika, vastahan olin nelikymppinen ja tohkeissani yrittelin kaikenlaista. Uskon, että työstä pois jäätyä tilanteeseen tottuu ja tekemistä löytyy. Mutta eläkeläinen? Sanakin tökkii vielä kovasti.

7 Muistan Mauri-Antero Nummisen joskus sanoneen, että musiikkiin perehdyttyään hän on oppinut nauttimaan laulusta, josta joskus oli ajatellut, että ”akka kirkuu”. Minulle suuri ajattelutavan muutos tapahtui siirryttyäni työhön tutkimuslaitokseen. En ole ammattitutkija, mutta olen oppinut pitämään tutkimustiedon penkomisesta. Hyvän artikkelin lukeminen voi pyyhkiä väsymyksen pois kuin taikaiskusta.

8 Ohjeeni nuorelle, innokkaalle psykologille? Huolehdi, että seuraat Sinua kiinnostavaa aihealuetta psykologiatieteessä, niin että tunnet olevasi siitä hyvin perillä. Mitä itse et tiedä, sitä et tiedä.

Lahjoitan haastattelupalkkioni Psykologien Sosiaalinen Vastuu ry:n hankkeelle, jossa kerätään varoja palestiinalaispakolaisten mielenterveystyölle Libanonissa vastuu.fi/libanon

Liiton kotisivut osoitteessa <http://www.psyli.fi> jäsenille tarkoitettua ammatillista, ammattieettistä ja edunvalvontaan liittyvää tietoa. Katso myös UPSY:n omat kotisivut <http://www.upsy.psyli.fi>.

Haluaisitko UPSY-postin päätoimittajaksi?

Kiinnostaako Sinua yhdistyksen nettilehden toimittaminen? Päätoimittaja kirjoittaa lehteen sekä ideoi, kokoaa ja valmistelee lehden materiaalin apunaan lehden toimituskunta sekä Yliopistopainon graafikko. Saat arvokasta kokemusta tiedottamisesta sekä lehden tekemisestä yhdessä mukavien kollegoiden kanssa!

Päätoimittaja voi suorittaa halutessaan tiedotukseen liittyviä opintoja (esimerkiksi TJS Opintokeskuksen kursseja). Psykologiliitto maksaa osallistumisen. Tämän lisäksi tehtävästä maksetaan vuosikorvaus.

Autan ja opastan sinut mielellään alkuun!
Tehdään ensimmäinen lehti yhdessä.

Tarkempia tietoja saat sähköpostitse. Lähetä kysymyksesi ja / tai vapaamuotoinen hakemus minulle 17.10.2007 mennessä osoitteeseen asta.jarvinen@vuolake.fi.

Osoitteenmuutokset

Kun vaihdat työpaikkaa tai muutat, ilmoita siitä Psykologiliittoon osoitteeseen

Suomen Psykologiliitto
Jäsensihteeri Tarja Koivuniemi
Bulevardi 30 B 3
00120 HELSINKI
tarja.koivuniemi@psyli.fi

Muutosilmoituksen voit tehdä myös kätevästi internetissä liiton kotisivuilla osoitteessa <http://www.psyli.fi> > jäsenyys.