Curiosa

Systeemisen lähestymistavan historiaa ja kehitysvaiheita

Tämä teksti perustuu kahteen tutkimusartikkeliin, joissa jäsennetään systeemisen ajattelun kehitysvaiheita ja suhdetta dialogisuuteen. Toisessa artikkeleista etsitään systeemiselle lähestymistavalle määritelmää. Tämän tutkimusartikkeleihin perustuvan tekstin tavoitteena on kuvata systeemisen lähestymistavan kehitysvaiheita ja auttaa hahmottamaan, mistä kaikesta moniulotteisessa lähestymistavassa on kyse. Lisäksi tekstin tavoitteena on kutsua lukija pohtimaan lähestymistavan merkitystä omalle työlle.

Lukiessasi tekstiä, pohdi samalla

- *mikä tekstissä resonoi oman kokemuksesi ja ajatustesi kanssa*
- *mitä kysymyksiä herää*
- *mikä innostaa*
- *miten ymmärrettäviä esitetyt ajatukset ovat mielestäsi*
- *mitä sellaista teksti sisältää, josta haluaisit keskustella muiden kanssa*

Systeemisen lähestymistavan ensimmäiset askeleet

Systeeminen lähestymistapa alkoi psykososiaalisen työn piirissä kehittyä 50-60-luvulla. Lähestymistavan tärkeä varhainen kotipesä on ns. milanolainen perheterapeuttinen koulukunta, joka toi psykoterapiaan mullistavan ajatuksen, että yksilön oiretta on tarkasteltava perheen vuorovaikutussuhteiden kokonaisuudesta käsin. Milanolaiset uskoivat, että yksilön oireen ja koko perheen vuorovaikutuksen välillä on yhteys, josta syystä oireeseen vaikuttamiseksi on vaikutettava koko perheen vuorovaikutussuhteisiin.

Milanolaisen ajattelutavan edustajat pyrkivät muuttamaan perheiden vuorovaikutuskuvioita. Ajatuksena perheiden kanssa työskentelyssä oli, että perhe on itseään sääätelevä systeemi, joka kontrolloi itseään ajan kuluessa muodostuneiden sääntöjen avulla. Perhe ajateltiin luonnolliseksi ryhmäksi, joka kehittyy ajan myötä perheenjäsenten toiminnan ja toimintaa sääätelevien palautekehien myötä. Palautekehien seurauksena perheisiin muodostuu sääntöjä esimerkiksi siitä, mikä on sallittua ja ei-sallittua perheenjäsenten välisissä

suhteissa. Näin perheestä muodostuu systeeminen yksikkö, jolla on sille tyypilliset omat säännöt. Työmenetelminä milanolaisilla oli esimerkiksi positiivisten konnotaatioden käyttö ja sirkulaariset kysymykset sekä pyrkimys neutraalisuuteen – myöhemmin kunnioittavaan uteliaisuuteen.

Milanon koulukunta ajatteli, että perheiden säännöt ilmenevät vuorovaikutuksessa perheenjäsenten kesken. Kaikki käytös ymmärrettiin viestinnäksi. Viestintää seuraa palaute, joka myös on viestintää. Milanolaiset ajattelivat myös patologisen käytöksen joksikin, jota ylläpidetään perheessä tietynlaisen vuorovaikutuksen ja sitä jäsentävien perheen sisäisten sääntöjen avulla. Tästä seurasi ajatus, että patologisen käytöksen muuttamiseen tarvitaan taustalla vaikuttavien perheen sääntöjen ja vuorovaikutuskuvioiden muutosta.

Milanon koulukunta kehitti haastattelumenetelmän perhesuhteiden tarkastelemiseksi. Haastattelumenetelmässä hyödynnettiin ns. sirkulaarisia kysymyksiä. Sirkulaariset kysymykset keskittyvät tarkastelemaan ihmisten välisiä yhteyksiä ja suhteita. Sirkulaaristen kysymysten avulla halutaan saada selville perheenjäsenten ajatuksia ja havaintoja koskien perhe-elämän tapahtumia ja perheenjäsenten välisiä suhteita.

Systeemisen lähestymistavan seuraava käänne – kieli nousee keskiöön

Kun perheterapeuttinen systeeminen ajattelu kehittyi, siihen alkoivat 1980-luvulta alkaen vaikuttaa konstruktivistiset, konstruktionistiset ja narratiiviset ideat. Keskeinen konstruktionistinen näkökulma oli, että kaikkia havaittavia ilmiöitä voidaan selittää ja tulkita monin eri tavoin. Samakin tapahtuma voi merkitä eri ihmisille hyvin erilaisia asioita. Toinen keskeinen ajatus oli, että ihmisen uskomusten ja käytöksen välillä on vahva yhteys. Kolmanneksi ajateltiin, että systeemiä, esimerkiksi perhettä tarkkaileva havainnoitsija on itsekin osa systeemiä ja se, mitä hän havaitsee perheestä, on hänen oma konstruktionsa.

Konstruktionistinen lähestymistapa merkitsee, että todellisuutta ei voida sellaisenaan tavoittaa, vaan ymmärrys todellisuudesta rakentuu kielellisesti ja vuorovaikutuksessa. Siksi työntekijän oma ajattelu ja vinoutumat tulisi myös ottaa aina tarkastelun kohteeksi. Sen sijaan että ammattilainen ajattelisi oman näkemyksensä esimerkiksi perheen tilanteesta tai lapsen käytöksestä heijastelevan objektiivista todellisuutta, hänen tulisi ajatella, että minä näen tämän näin koska…ja tämä on minun konstruktioni. Hänen tulisi pohtia, millä kaikilla muilla tavoilla ilmiöstä voitaisiin ajatella.

Samaan aikaan systeemisessä teoriassa vahvistui ajatus kaikkien ilmiöiden, myös ongelmien ja patologioiden perustavanlaatuisesta kontekstuaalisuudesta. Se merkitsi, että inhimillisiä ilmiöitä tulisi aina lähestyä siten, että huomioidaan ne suhteet ja konteksti, jossa ilmiöt ovat syntyneet.

Sosiaalinen konstruktionismi merkitsi systeemisen lähestymistavan kehitykselle irrottautumista varhaisesta milanolaisesta ajatuksesta, jossa työntekijä – terapeutti – nähtiin perhettä sen ulkopuolelta tarkkailevaksi asiantuntijaksi. Konstruktionistisesta tiedonkäsityksestä käsin kehiteltiin uudenlaisia työmenetelmiä. Eräs vaikuttava esimerkki uudenlaisesta asiantuntijuuskäsityksestä ja työmenetelmästä oli Tom Andersenin (1992) kehittämä reflektiivinen tiimi. Reflektiivisessä tiimissä työntekijä ja muutkin reflektoivan tiimin jäsenet jakavat havaintonsa asiakkaiden kanssa välttäen kaikenlaista salailua ja asiantuntijatiedon mystifiointia. Arkisen kielen käyttäminen nähdään tärkeänä, koska tavoitteena on jakaa ammattilaisen tieto asiakkaiden kanssa ja antaa heidän valita, mitä ammattilaisten esiintuomia ajatuksia ja reflektioita he haluavat pohtia eteenpäin. Andersenin reflektiivisen tiimin idealla on ollut suuri vaikutus systeemiseen ajatteluun ja terapiaan. Reflektiivisen tiimin ideoita sovelletaan edelleen laajasti myös Suomessa esimerkiksi systeemisessä lastensuojelussa.

Uusin käänne - kohti avoimia dialogeja ja kehollisuutta

Uusimpia kehitysvaiheita systeemisessä lähestymistavassa on avointen dialogien lähestymistapa, jonka keskeinen kehittäjä on Jaakko Seikkula yhteistyökumppaneineen. Avoimissa dialogeissa kaikille systeemin

jäsenille varmistetaan mahdollisuus sanoa oma näkemyksensä käsiteltävästä asiasta. Yhteisymmärrystä ei dialogissa välttämättä tavoitella. Arvokkaaksi ja muutosta tukevaksi ymmärretään jo se, että asioista voidaan puhua yhdessä moniäänisesti. Avoimen dialogin lähestymistapa voi olla tuloksellista, vaikka asioista ei päädyttäisi olemaan samaa mieltä.

Osa dialogisen lähestymistavan edustajista on nähnyt dialogisuuden ja varhaisemman perhesysteemeistä kiinnostuneen systeemisyyden olevan ristiriidassa keskenään. Systeemisyys ja avoin dialogisuus eroavat esimerkiksi suhtautumisessa systeemisiin hypoteeseihin. Ristiriitaa ei kuitenkaan ole syytä pitää ylittämättömänä. Esimerkiksi Paolo Bertrando (2007 ajattelee, ettei työntekijän tarvitse, eikä hän voikaan luopua tiedostaan ja asiantuntijuudestaan dialogiin asettuessaan. Hänen on kuitenkin tärkeä tiedostaa, miten vajavaisesti hän tietää mitään asiakkaidensa elämästä. Keskeistä onkin oman ajattelun tietoinen ja pysyvä kyseenalaistaminen, ristiriitojen ja epäilyn käsittely ilman että nojaudutaan varmoihin käsityksiin ja asiantuntijatietoon. Paolo Bertrandon mukaan dialoginenkin työntekijä tulee aina tehneeksi – ja saakin tehdä hypoteeseja – kunhan hän kehittää hypoteeseja läpinäkyvästi ja yhdessä asiakkaidensa kanssa. Dialogisuus korostaa merkityksenannon lisäksi emotionaalisten ja kehollistenkin kokemusten merkitystä. Dialogisella otteella työskentelevän työntekijän fokus on asiakkaiden kokemuksissa ja huomiota kiinnitetään paitsi uskomuksiin, myös tunteisiin ja ruumiillisiin kokemuksiin.

Auttavatko ohjeet ja manuaalit kohti systeemistä työotetta?

Monille työmenetelmille tehdään kirjallisia ohjeita, manuaaleja. Systeemisen lähestymistavan edustajat ovat suhtautuneet lähestymistavan manualisointiin epäilevästi. Pohjana on epäily, että systeemiselle lähestymistavalle ominainen avoimuus, yhteistoiminnallisuus, kontekstuaalisuus ja luovuus voisivat kärsiä ohjeistamisesta. Ohjeistusten ja työtapaa kuvaavien manuaalien tarve on kuitenkin noussut esiin esimerkiksi tutkimuksen yhteydessä. Eräs lähestymistapaa jäsentävä kuvaus löytyy Leedsin perheterapian tutkimuskeskuksen tekemästä manuaalista (Leeds Family Therapy Research Center, LFTRC). Manuaali yhdistää milanolaisia, narratiivisia ja ratkaisukeskeisiä systeemisiä ideoita. Se ei asetu antamaan tarkkoja menetelmällisiä ohjeita, vaan esittelee joukon systeemiseen lähestymistapaan kuuluvia teoreettisia ja eettisiä periaatteita:

1) FOKUS SYSTEEMISSÄ: työntekijä keskittyy tutkimaan systeemien toimintaa, ei yksilön piirteitä tai käytöstä
2) SIRKULAARISUUS: vuorovaikutuskuviot systeemeissä, kuten perheissä ovat luonteeltaan sirkulaarisia, eli keskinäisten palautekehien säätelemiä ja jatkuvasti kehittyviä
3) YHTEYDET JA KUVIOT: systeemissä havaittavat vuorovaikutuskuviot ja käytös ovat yhteydessä systeemiä sääteleviin uskomuksiin ja koko systeemin toimintaan
4) TARINAT JA KIELI: Käytös ja uskomukset luovat perustan tarinoille, joita yksilöt ja perhesysteemit tuottavat yhdessä.
5) KONSTRUKTIVISMI: Jokainen yksilö tulkitsee ja tekee selkoa maailmasta omasta viitekehyksestään käsin
6) SOSIAALINEN KONSTRUKTIONISMI: Merkityksiä rakennetaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ihmisten kesken. Merkitysten rakentuminen on kontektstisidonnaista ja jatkuvasti muuntuvaa.
7) KULTTUURINEN KONTEKSTI: Työntekijän/terapeutin tulisi pohtia kontekstin, kulttuurisesti rakentuvien merkitysten ja tarinoiden merkityksellisyyttä ihmisille.
8) VALTA: Työntekijän tulisi pyrkiä tiedostamaan sekä asiakkaiden systeemeissä esiintyviä valtasuhteita että valtasuhteita, joita rakentuu työntekijän ja asiakkaiden välisiin suhteisiin
9) TOISEN ASTEEN KYBERNETIIKKA – YHTEISTOIMINNALLISUUS: Ymmärrys todellisuudesta rakentuu työntekijän ja asiakkaiden yhteistoiminnassa.
10) ITSEREFLEKSIIVISYYS: Työntekijöiden tulisi olla valppaana havaitsemaan omat konstruktionsa, oma toimintatyylinsä ja ennakkoluulonsa.

11) FOKUS VOIMAVAROISSA JA RATKAISUISSA: Työntekijöiden tulisi suhtautua perhesysteemeihin patologisoivaa asennetta välttäen ja keskittyen voimavaroihin ja ratkaisuihin.

Laajaa ja monipolvista systeemistä ajatteluperinnettä on haasteellista määritellä yksiselitteisesti. Lorås, Bertrando & Ness (2017) yrittävät kuitenkin historiakatsaukseensa pohjaten määritellä systeemistä, terapeuttista lähestymistapaa:

> Systemic therapy is based on the assumption that people's challenges and difficulties can best be solved within the relational system and context in which they arose. Clients' own experience and history are considered to be the best starting point for finding new ways of dealing with their problems. The basic therapeutic goal is therefore to mobilize the strengths of their relationships so as to make disturbing symptoms unnecessary or less problematic for them. The understanding of meaning as created in language also makes it a therapeutic goal to identify each client's thoughts and beliefs, and link them to their emotions and feelings, in order to co-create new meaning and the possibility of new alternative relationships. Throughout the therapeutic process, the therapists maintain an attitude of respect and uncertainty, knowing that clients' expertise and knowledge of their lives must be mobilized, and that the therapists' knowledge is always provisional. (mt., 144.)

Kohti systeemisen perhekeskustyön määritelmää

Edellä oleva määritelmä kuvaa systeemistä lähestymistapaa terapiakontekstissa. Alla on ehdotus systeemisen lähestymistavan määritelmäksi perhekeskustyön kontekstissa.

Systeeminen lähestymistapa perhekeskuksessa:

- *Työskentelyä ohjaa ajatus, että yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen kokemat haasteet ja vaikeudet voidaan useimmiten parhaiten ratkaista siinä ihmissuhteiden ja arjen olosuhteiden muodostamassa systeemissä ja ympäristössä, jossa vaikeudet ovat alun perin syntyneetkin. Tämä tarkoittaa, ettei lapsia ja perheitä ensisijaisesti ohjata palveluihin. Sen sijaan perheen verkostoon kuuluvat tutkivat yhdessä perheiden kanssa heidän tilanteistaan ja pohtivat heidän kanssaan, miten muutosta voidaan tukea pienin askelin arkiympäristöissä ja verkostojen voimavaroja hyödyntäen. Myös palveluiden tarjoama hoito ja tuki rakennetaan tämän ajatuksen varaan.*

- *Lasten, nuorten ja perheiden omat kokemukset, historia ja toiveet huomioidaan keskeisenä tietona, kun heitä kohdataan perhekeskuksen eri toiminnoissa. Työskentelyssä keskitytään perheiden esiin tuomiin asioihin ja tavoitteita asetetaan perheiden toiveet huomioiden.*

- *Tärkeänä tavoitteena kaikessa systeemisessä työskentelyssä on perheiden luonnollisista verkostoista löytyvien voimavarojen mobilisoiminen. Tavoitteena on vahvistaa ja uudistaa asiakkaiden perhe- ja lähisuhteita ja muitakin tärkeitä ihmissuhteita. Perusteluna suhteet huomioivalle työskentelylle on, että häiritsevät oireet ja ongelmallinen vuorovaikutus voivat lievittyä, kun tärkeitä ihmissuhteita, niihin liittyviä kokemuksia ja vuorovaikutusta päästään yhdessä työstämään ja vahvistamaan.*

- *Työntekijöiden on tärkeää pitää työskentelyssä mielessään sosiaalisen todellisuuden rakentumisen vuorovaikutuksessa. Tapa, jolla asioista, ilmiöistä ja ihmisistä puhutaan vaikuttaa merkittävästi mahdollisuuksiin löytää ratkaisuja. Kaikessa muutosta tulevassa työssä on tärkeää kiinnittää huomiota sekä työntekijöiden että asiakkaiden uskomuksiin, tapaan tulkita asioita ja puhua niistä. Uskomuksia pohtimalla ja kiinnittämällä huomiota tapaan, jolla asioista puhutaan, työntekijät ja asiakkaat voivat yhdessä rakentaa uudenlaista ymmärrystä ja avata uusia näkökulmia tilanteisiin. Uudet näkökulmat avaavat uusia mahdollisuuksia toimia.*

- *On tärkeää, että ammattilaiset, tiimit ja verkostot sitoutuvat kaikissa yhteistyösuhteissaan kunnioittavaan kohtaamiseen. Tässä on hyödyksi kaikkien mukana olevien ammattilaisten sitoutuminen moniäänisyyteen sekä uteliaaseen ja kuuntelevaan asenteeseen varman asiantuntijatiedon ja käsitysten sijaan.*

- *Oppiminen ja kasvaminen on keskeistä systeemissä lähestymistavassa. Työntekijät voivat jatkuvasti oppia sekä toinen toisiltaan että asiakkailta. Oppimista tukee, jos työntekijät, työyhteisöt ja verkostot sitoutuvat jatkuvasti tarkistamaan ja arvioimaan omaa toimintaansa ja ajatteluaan sekä käsityksiään asiakkaana olevista lapsista, nuorista, perheistä, heidän tilanteistaan ja työskentelyn tavoitteista.*

Kirjoittaja: Päivi Petrelius

Lähteet:

Lennart Lorås, Paolo Bertrando & Ottar Ness (2017) Researching systemic therapy history. In search of a definition. JOURNAL OF FAMILY PSYCHOTHERAPY 2017, VOL. 28, NO. 2, 134–149

Paolo Bertrando & Teresa Arcellonia (2006) Hypotheses are dialogues: sharing hypotheses with clients. Road, Oxford OX4 2DQ, UK and 350 Main Street, Malden, MA 02148, USA. Journal of Family Therapy (2006) 28: 370–387 0163-4445 (print); 1467-6427 (online)

Reflektiotehtävä: Pohdi itseksesi ja yhdessä muiden kanssa:

- *mitä ajatuksia teksti herätti?*
- *mikä tekstissä resonoi oman kokemuksesi ja ajatustesi kanssa – miksi?*
- *mistä olet eri mieltä – miksi?*
- *mitä kysymyksiä heräsi?*
- *mikä innosti?*
- *miten ymmärrettäviä esitetyt ajatukset ovat mielestäsi?*
- *mitä sellaista teksti sisältää, josta erityisesti haluaisit keskustella muiden kanssa?*
- *miten muuttaisit ehdotusta perhekeskuksen systeemisen työotteen määritelmäksi?*