

Päivi Ronkainen, Mirja Sarkkinen & Elina Savonlahti

Isyystila ja isäksi tulemisen prosessi varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa

Tässä artikkelissa käymme läpi isyyteen siirtymää aiheesta tehtyjen tutkimusten kautta, formuloimme isyystilaa käsitteenä ja tarkastelemme isyystilan kautta työskentelyä varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiaprosessissa. Isyystilaa ja siirtymää isyyteen neurobiologisena, syvästi emotionaalisena ja identiteettiä muuttavana prosessina on kuvattu ja tutkittu viime vuosina yhä enemmän, joskin jo Daniel Stern (1995) pohti Motherhood constellation -kirjassaan, kehittykö isällekin ”äitiystila”, jos hän on lapsen ensisijainen hoivaaja. Isyystilasta ei ole suomenkielisessä psykoterapiakirjallisuudessa aiemmin kirjoitettu. Artikkelin lopuksi pohdimme, kuinka ymmärrystä isyystilasta ja sen kliinisestä merkityksestä voi hyödyntää perinataalivaiheen psykoterapiassa.

Isän merkitys vauvaperheen hoidossa

Raskaus- ja vauva-ajan seurannan, mielenterveyden ja ylipäänsä hyvinvoinnin keskiössä ovat pitkään olleet äitien kokemukset ja heidän prosessinsa vanhemmuuteen siirtyessä. Viime vuosien aikana on maailmanlaajuisesti kiinnostuttu yhä enemmän pohtimaan sitä prosessia, jonka mies kokee isäksi ensi kertaa tullessaan. Tutkimustulokset ja kliiniset kokemukset isien raskausajan ahdistuneisuudesta ja synnytyksen jälkeisestä masennuksesta pakottavat asettumaan myös sen kysymyksen äärelle, mistä kaikesta isäksi tulemisessa on psyykkisesti kyse. Näitä prosesseja ja isien sisäistä maailmaa on välttämätöntä ymmärtää, jotta tukea voidaan suunnata oikein ja

toisaalta huomioida hoidossa isille erityisiä kysymyksiä. Selvää on, että isän prosessi eroaa biologisesti äidin prosessista; vain äiti voi kantaa lasta kehossaan, synnyttää ja imettää. Toisaalta isien erityisestä merkityksestä lapsen kehitykselle ymmärretään yhä enemmän. Stern (1995) kuvaa vanhemman ja vauvan välistä vuorovaikutusta näyttämönä, jossa vanhempien kriittisimmät representaatiot, toiveet, pelot ja fantasiat lapsesta tulevat esiin. Tämä koskee niin äitejä kuin isiäkin, ja tämän kliininen merkitys on myös varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapian ydintä (Sarkkinen & Savonlahti 2014, 93–110; 2022a; Partanen ym. 2024, 64–79). Isän raskaudenaikaisten representaatioiden on osoitettu olevan yhteydessä varhaisen vuorovaikutuksen laatuun

vauvan kanssa korostaen isien raskausajan mielikuvien merkitystä isän ja syntyvän vauvan suhteelle (Lindstedt ym. 2021, 478–488).

Psykoterapeuttiseen työskentelyyn vauvaperheen kanssa isät ovat perinteisesti osallistuneet maailmalla vähemmän hoidon painotuksessa äidin ja vauvan väliseen suhteeseen, vaikka isien merkitys lapsen kehitykselle ja hoivatuksi tulemisen kokemukselle tiedetään olevan merkittävä (Baradon 2019; Baldwin ym. 2018, 2118–2191). Segal (2019, 107–116) pohtii tämän voivan liittyä sekä äitiin, isään että terapeuttiin. Isillä voi olla vaikeutta ottaa apua vastaan, äidillä nousta tarve etäännyttää isää hänen ja terapeutin tai hänen ja vauvan suhteesta tai olla vaikeutta avata kivuliaita ajatuksia ja tunteita isän läsnä ollessa. Terapeutissa itsessään voi nousta isän kanssa vastatransferenssia, joka voi liittyä kulttuuriin käsityksiin äidin ensisijaisuudesta tai isän sukupuoleen. Suomalaisessa varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa isien läsnäolo ja huomioiminen on ollut käytäntönä jo pitkään (Sarkkinen & Savonlahti 2022a; 2022b).

Selma Fraibergin ajatus lastenkammarin aaveista on vaikuttanut vahvasti siihen, miten psykodynaamisesti suuntautuneessa vanhempilapsi-psykoterapiassa käsitellään menneisyyden suhdekokemusten vaikutusta nykyhetkeen; pieni lapsi voi vuorovaikutustilanteessa edustaa representaationa vanhemman mielessä vanhempaa itseään pienenä, omaa vanhempaa tai molempia (Fraiberg ym. 1975, 164–169). Lastenkammarin aaveita nousee hoivatilanteiden keskellä vaikuttamaan vuorovaikutukseen sekä isillä että äideillä, ja molempien oma varhainen historia on yhtä lailla vauvan äärellä läsnä (Barrows 2004, 408–423). Raphael-Leff (2019, 64–84) kuvaa keskeistä isyyden kannalta olevan se, miten isä on aiemmin voinut prosessoida ja nyt ajankohtaisesti varhaisessa vanhemmuudessaan työstää omia hoivakokemuksiaan ja niiden vaikutusta omaan isyyteensä, ei niinkään se, mitä on aktuaalisesti tapahtunut. Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapeuttisen työn ydintä on vapauttaa vanhempaa näkemään lapsi omana

itsenään, erillisenä menneisyyden tuottamista representaatioista auttamalla vanhempaa muodostamaan koherenttia tarinaa omasta elämästään ja yhdistämään varhaisten kokemustensa merkityksiä tämänhetkisiin vuorovaikutussuhteiden hankaluuksiin (Hopkins 1992, 5–17; Sarkkinen & Savonlahti 2022a). Isän ratkaisemattomien kehitysvaiheiden vaikutus voi nousta isoon rooliin myös lapsen kasvaessa (Barrows 2004, 408–423).

Isä-lapsi-dyadin rinnalla on tärkeää käsitellä isä-äiti-lapsi-triadia ja isää osana vanhempien välistä parisuhdetta (Barrows 2004, 408–423). Psykoanalyttisessa kirjallisuudessa viitataan usein isän keskeiseen rooliin ”kolmantena henkilönä”, joka auttaa lasta eriytymään symbioottisesta, tiivistä kehollisesta suhteestaan äitiinsä, siirtymään kahdenvälisestä kolmenväliseen suhteeseen ja siten yhä useampiin ihmissuhteisiin sekä tiedostamaan oman identiteettinsä (von Klitzing 2019, 14–27; Baradon & Campbell 2023). Isän rooli ei ole ainoastaan tässä klassisessa oidipaalivaiheen merkityksessä, vaan myös jo raskausaikana alkavassa triangulaatiokehityksessä, eli isän ja lapsen mahdollisuudessa olla suhteessa niin dyadisesti kuin triadisestikin, sekä lapsesta sisäistettyjen mielikuvien muodostumisessa (von Klitzing 2019, 14–27). Baradon ja Campbell (2023) kuvaavat klassista psykoanalyttista isyyden funktiota vauvan äidistään eriytymisen fasilitoijana, individuaation tukijana ja ympäröivään maailmaan tutustuttajana. Tämä tukee lapsen kehittymistä dyadisesta triadiseen (oidipaaliseen) ja vähitellen yhä laajentuvaan suhteeseen.

Emanuel (2008, 187–199) nostaa esiin myös isän tehtävän tiukkana mutta lempeänä rajojen asettajana ja uusien kokemusten, ajatusten ja oivallusten tarjoajana. Tutkimuksissa on osoitettu, miten isän ja lapsen välisen leikin aikana lapsessa tapahtuu myönteistä kiihtymistä, yllätyksellisyyttä ja jopa pelottavuuden rajalla turvallisesti käymistä, mikä tukee lapsen uteliaisuutta ja uskallusta tutustua ympäröivään maailmaan ja säädellä kiihtyneitäkin tunnetilojaan, kunhan isä on toimissaan

riittävän sensitiivinen (Feldman 2003, 1–23; Hazen ym. 2010, 51–69). Keskeisen tärkeää isän roolin mahdollistumisen kannalta on se, miten äiti kykenee antamaan tälle tilan luoda omanlaistaan suhdetta lapseensa ja toisaalta se, miten isän omat mielensisäiset konfliktit tähän mahdollisesti vaikuttavat (Baradon & Campbell 2023). Myös tutkimuksissa nousee selkeästi esiin äidin keskeinen rooli tukea vauvan isää triadisen suhteen, vauvan hoitoon osallistumisen ja siten tyydyttävän isyyden kokemuksen muodostamisessa (Genesoni & Tallandi 2009, 305–318; Schoppe-Sullivan ym. 2008, 389–398). Äideistä on kirjoitettu eräänlaisina portinvartijoina, jotka joko rohkaisevat isiä suhteeseen vauvan kanssa tai voivat olla estämässä sitä kritisoidulla isää sisäisten, jäykkien roolitustensa kautta (Allen ym. 1999, 199–212; Schoppe-Sullivan ym. 2008, 389–398).

Siirtymä isyyteen neurobiologisena muutoksena

Isyyden neurobiologiaa on tutkittu viime vuosina paljon, ja tulokset antavat lisäymmärrystä siihen, miksi ja millaisia muutoksia mieheissä tapahtuu isyyteen siirtymässä. Nisäkkäillä tehdyissä tutkimuksissa on osoitettu useita hormonaalisia muutoksia, jotka vaikuttavat uroksen kykyyn hoivata jälkeläistään. Ihmisillä on todettu samankaltaisia muutoksia. Parisuhteessa elävällä isällä on korkeampi plasman oksitosiinipitoisuus kuin yksin elävällä ei-isällä, ja tämä pitoisuus kasvaa vauvan kuuden ensimmäisen elinkuukauden ajan. Oksitosiinipitoisuuden on osoitettu olevan yhteydessä isä–vauva-tunteiden synkroniaan eli empatiaan, runsaampaan kosketukseen ja leikkiin vauvan kanssa. Testosteroni sen sijaan vähenee isyyden myötä, minkä on osoitettu olevan yhteydessä vauvan itkun herättämään sympatiaan, rytmiseen vokalisaatioon vauvan kanssa ja runsaampaan kosketukseen eli kokonaisuudessaan isän hoivaavuuteen. Kumppanin raskauden aikana isien prolaktiinitasossa tapahtuu nousua, mikä tuottaa responsiivisuutta vauvan itkuun ja enemmän leikkiä vauvan kanssa. (Rilling & Mascaró 2017, 26–32.)

Tutkimukset antavat olettaa, että hermostollinen hoivajärjestelmä, joka aktivoituu isäksi tullessa, on samankaltainen kuin äideillä. Funktionaalisissa MRI-kuvantamistutkimuksissa (fMRI) on sekä äideillä että isillä todettu samankaltaisia eri aivoalueiden aktivoitumiseen liittyviä vasteita heidän katsellessaan vastasyntyntä vauvaa. Isillä on todettu fMRI-tutkimuksissa suurempaa aktivoitumista itkevää vauvaa katsellessa muun muassa keskiaivoissa ja kortikaalisissa järjestelmissä, jotka osallistuvat emotionaaliseen ja kognitiiviseen empatiaan, verrattuna miehiin, jotka eivät ole isiä. Ei-isillä kyseiset alueet aktivoituvat puolestaan voimakkaammin nauravaa vauvaa katsellessa. Keskiaivojen aktivaatio on yhdistetty tutkimuksissa positiivisesti isällisen hoivan antamiseen. Hormonaaliset ja aivoissa tapahtuvat vasteet vaikuttavat siis olevan merkittävässä roolissa isyyteen liittyvässä hoivakäyttäytymisessä, motivaatiossa ja empatiassa vauvaa kohtaan. Isyyden aikaansaamat muutokset aivojen rakenteissa ja toiminnassa välittyvät todennäköisesti useiden sisäisten (energian saanti, metabolia, hormonit, neuropeptidit) ja ulkoisten (vuorovaikutus jälkeläisten ja kumppanin kanssa sekä aistiärsykkeet) tekijöiden kautta. Tutkijat kuitenkin toteavat, että isyyden neurobiologian tutkimus on vielä lapsenkengissä. (Rilling & Mascaró 2017, 26–32; Horrell ym. 2021, 1499–1520).

Äitiystilasta kohti isyytilan formulaatiota

Kirjassaan *Motherhood constellation: A unified view of parent-infant psychotherapy* Daniel Stern (1995) kuvaa äidiksi tulemisen prosessia uutena ja erityisenä psyykkisenä organisaationa, jonka myötä tulevan äidin psyykkinen energia kohdistuu vauvaan ja tämän rakastamiseen. Äitiystilan keskeisiä teemoja ovat kyky tukea vauvan fyysistä kasvua ja kehitystä, löytää psyykkinen ja aito yhteys vauvaan, muodostaa vanhemmuuden tukiverkosto itselle ja perheen ympärille ja sopeuttaa identiteettinsä naisesta, puolisoista ja tyttärestä myös äidiksi. Winnicottin (1956/1984, 300–305) kuvaama käsite *äidillinen uppoutuminen* (engl. primary maternal preoccupation) hahmottaa myös tätä

erityistä äidin mielentilaa. Stern (1995) pohtii kirjassaan lyhyesti, onko isillä tunnistettavissa samankaltaista psyykkistä prosessia, mutta ei päädy kuvaamaan tai määrittelemään asiaa enempää. Toisaalta Stern pohtii, kehittykö isällekin ”äitiystila”, jos hän päätyy olemaan vauvan ensisijainen hoivaaja, onhan isä usein ensisijaisesti oman äitinsä hoivaama lapsuudessaan, vai samaistuuko isä sittenkin omaan isäänsä. *Siirtymä isyyteen* (engl. transition to fatherhood) on lähdekirjallisuudessa määritelty useimmiten ajanjaksona hedelmöitymisestä lapsen yhden vuoden ikään saakka (Baldwin ym. 2018, 2118–2191), mikä sopii hyvin myös äitiystilan ajalliseen määritelmään.

Genesoni ja Tallandini kuvasivat jo vuonna 2009 laatimassaan katsauksessa, jossa he kävivät läpi isätutkimusta vuosilta 1989–2008, isän psykologista uudelleenorganisointumista vauvan odotusaikana. Katsauksessa kuvataan odotusaikana isillä epätodellisuuden tunteita, huolta parisuhteesta ja uuden identiteetin muodostumisesta kumppanista vanhemmaksi. Isillä kuvataan nousevan reflektiota siitä, minkälaisia vanhempia he haluavat ja eivät halua olla, leikittäjästä hoivaajaan. Vauvan syntymässä mukana olemiseen tutkimusten isät liittyvät haavoittuvuuden ja avuttomuuden tunteita. Katsauksen laatijat kuvaavat vauvan kotiutumisen merkitsevän miehelle integroitumista isyyteen sosiaalisesta näkökulmasta, ja tähän vaiheeseen eri tutkimuksissa nousee erityisesti isien kokemaa sisäistä konfliktia siitä, miten samalla turvata taloudellisesti perhettä ja olla läsnä oleva ja osallistuva isä. Isät kuvaavat kokemusta siitä, että äidit ovat kyvykkäämpiä hoitamaan vauvaa kuin he, kokemusta oman vapaa-ajan vähenemisestä ja uudelleen orientoitumista suhteessa kumppaniin. Siirtymää isyyteen helpottaa vauvan hoitoon osallistuminen ja uusien taitojen oppiminen, kuten vaipan vaihto, vauvan syöttäminen ja vauvan tarpeiden tunnistaminen. Isät, jotka pystyvät rakentamaan itsestään myönteisen, suhteellisen ristiriidattoman minäkuvan, osallistuvat enemmän vauvan hoitoon, kun taas isät, joiden käsitys omasta isyydestään sisältää useita konflikteja, kokevat enemmän ulkopuolisuutta

suhteessa vauvaan ja tämän äitiin. (Genesoni & Tallandi 2009, 305–318.)

Baldwin ym. (2018, 2118–2191) kirjoittivat systemaattisen katsauksen ensikertaa isiksi tulevien kokemuksista 22 tutkimuksen perusteella. Keskeisinä teemoina nousivat esiin muun muassa vastuun tuoma uusi rooli, ulkopuolisuus äidin ja vauvan välisestä suhteesta, avuttomuuden kokemus ja huoli vauvasta ja tämän äidistä. Isät tuottivat huoltaan siitä, ehtivätkö he työssäkäyvinä olla riittävän läsnä olevia lapselleen samalla, kun he kokivat suurtakin siirtymää nuoruuden itkeskeisyydestä uuden vastuun sisältävään rooliin ja uusiin prioriteetteihin. Moni isä kuvasi myös pettymystään siihen, ettei kiinnittyminen vauvaan tapahdu yhtä nopeasti kuin äidillä, joka kantaa vauvaa kohdussaan. Äidin ja vauvan side tuntui läheisemmältä. Katsauksessa nousi esiin isien omien varhaisten suhteiden aktivoituminen sen kysymyksen myötä, millainen isä haluaa olla lapselleen, miten haluaa olla erilainen kuin oma isä oli ja osaako olla riittävän hyvä isä. Isiä yhdistävinä kokemuksina nousi esiin stressi ja väsymys, palveluissa ulkopuolelle jääminen, ohjauksen ja tuen tarve ja toisaalta isyyden palkitsevuus ja tapahtuneiden muutosten ymmärtämisen kautta tapahtuva sopeutuminen.

Segal (2019, 107–116) toteaa kirjassa *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy* oman kliinisen kokemuksensa perusteella, että myös isät käyvät läpi syvälisen kehityksellisen muutoksen siirtymässä miehuudesta isyyteen, ja tämä ainutlaatuinen psyykkinen organisaatio ansaitsee tulla kutsutuksi isyytilaksi. Segalin mukaan keskeinen isän psyykkisen konstellaation tekijä on hänen miehuuteensa kohdistuva uhka ja miehisen identiteetin muutos hänen kohdatessaan hoivaavuuden lisääntymisen myötä omia feminiinisiä ja äidillisiä puoliaan. Vanhemmaksi tuleminen nostaa pintaan primaarisen identifikaation omaan äitiin sekä naisessa että miehessä, koska vauvan syntymä nostaa esiin äidilliseksi miellettyä hoivaavuutta heissä molemmissa. Tämä vaikuttaa keskeisesti isyytilan muodostumiseen.

Raphael-Leff (2019, 64–84) kuvaa isyyttä erityisesti vastuun ottamisena ja isyyteen siirtymää perustavanlaatuisena lisääntymisen identiteettinä, siirtymänä jonkun lapsesta jonkun vanhemmaksi. Samalla Raphael-Leff pohtii vanhemmuuden muotojen ylipäänsä liittyvän moniin tekijöihin, kuten kulttuurisiin mielikuvaihin, sosioekonomisiin olosuhteisiin, vanhemman sisäisiin voimavaroihin, selviytymiskeinoihin ja tunnekokemuksiin. Tämän päivän isä voi olla pääasiallinen tai osa-aikainen hoivaaja, yksinhuoltaja, naimisissa oleva, eronnut tai avoliitossa elävä isä, kumppanuusvanhempi tai seksuaaliselta suuntaukseltaan monenlaisista edustava isä. Kuitenkin isyyden juuret ovat aina hänen itsensä saamassa hoivassa ja vanhemmuudessa.

Laadullisessa tutkimuksessa, johon osallistui 10 ensimmäistä vauvaansa odottavaa isää, todettiin vauvan odotusajan olevan keskeisen tärkeä aika isyyden identiteetin kehittymiselle (Silva ym. 2021, 465–474). Tutkijoiden mukaan raskausaikana isät reflektoivat erityisesti omaa lapsuuttaan; sitä, mitä haluavat sieltä toistaa omassa vanhemmuudessaan, ja erityisesti sitä, missä haluavat toimia eri tavalla kuin heidän oma isänsä on toiminut. Isät rakentavat identiteettiään subjektiivisen, tiedostetun ja ei-tiedostetun työn kautta. Keskeisenä teemana tutkimuksessa nousi uudenlainen vastuun kokemus ja samalla halu olla läsnä oleva isä. Myös huolet raskauteen ja lapseen liittyen sekä toive saada tukea terveydenhuoltojärjestelmästä yhdistivät tutkimuksen isiä. Isät kuitenkin kokivat jäävänsä tuen ulkopuolelle, eikä heidän siirtymäänsä vanhemmuuteen nooterattu samalla tavalla kuin äidin siirtymää.

Griffith ym. (2023, 802–809) haastattelivat tutkimuksessaan 80 miestä liittyen isyyteen ja isän osallistuvuuteen raskauden ja synnytysaikana. Tutkimuksen isät kuvasivat isyyden tuottavan elämään merkityksellisyyttä mutta samalla huolta ja pelkoa siitä, osaavatko olla hyviä isiä. He kuvasivat sopeutumista uuteen rooliin, jossa omat tarpeet eivät enää ole etusijalla ja ajankäyttöä on priorisoitava uudelleen ollakseen läsnä ja tukena sekä vauvalle että

äidille. Isien kokemukset terveydenhuollon ammattilaisista vaihtelivat: osalla oli kokemuksia siitä, ettei heitä huomioitu isinä, vaikka he yrittivät olla osallistuvia. Moni olisi myös kaivannut enemmän ohjausta uuden isän rooliin.

Berman ja Long (2022, 784–805) pyrkivät formuloimaan isyytilaa artikkelissaan, joka perustuu heidän tekemäänsä laadulliseen tutkimukseen seitsemän isän kokemuksista. Psykoanalyttiseen viitekehykseen perustuvan haastattelun perusteella he muodostivat kuvaa isien tiedostetuista ja tiedostamattomista representaatioista suhteessa itseensä, vanhempiinsa, vauvaansa ja puolisoonsa. Kirjoittajat kuvaavat ensiksikin isyytilan koostuvan isän toiveesta suojella äitiä ja vauvaa ja toiseksi sen tiedostamisesta, että isä ei ole äiti eikä siten pysty läpikäymään raskautta, synnytystä ja imetystä. Isien on navigoitava muutos kahdenvälisestä kolmenväliseen suhteeseen ja siedettävä erillisyyttä siitä, mitä äidin ja vauvan välillä on. Kirjoittajat kuvaavat tähän liittyvän myös isän omien varhaisten suhteiden käsittelemistä sen kautta, keneen identifioituu ja minkälaisia sisäistyksiä on tehnyt. Isät tuottivat huolta puolisoistaan, tämän mielialasta ja suhteesta vauvaan.

Sarkkinen ja Savonlahti (2022b) ovat varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapian kehittäjinä ja vastuukouluttajina muodostaneet kliiniseen kokemukseen, tutkimustietoon ja alan kirjallisuuteen pohjautuvaa formulaatiota isyytilasta. Heidän jäsenyyksessään keskeisinä käsittelyyn isäksi tuleminen siirtymässä nousevat isän varhainen suhde omaan äitiinsä, isän varhainen suhde omaan isäänsä ja isän varhainen kokemus triadista – suhteesta sekä äitiin että isään yhdessä ja heidän yhteisvanhemmuudestaan. Isyytilan keskeisiä komponentteemoja isillä ovat vastuussa oleminen, suojaaminen, avuttomuus ja pelot, ulkopuolisuuden kokemus, leikin, luovuuden, tutkimisen ja haastamisen maailma sekä identiteettimuutos. Isäksi tullessa mieleen nousee kysymyksiä siitä, miten voi asettua hoivaamaan lastaan ja olemaan tälle emotionaalisesti läsnä samalla sallien kehollisen ja psyykkisen erityisen lähe-

syiden vauvan äidin ja vauvan välille (ajankoh-
tainen äiti–isä–vauva-triadi). Tätä mahdollistaa
eritoten se, miten oma äiti on itseä varhaisesti
hoivannut (oma varhainen äitisuhde). Isän mie-
lessä on aktiivisena myös pohdinta siitä, millai-
sen mallin on saanut omalta isältään hoivasta,
isän psyykkisestä läsnäolosta, kehollisuudesta
ja leikkisyydestä (oma varhainen isäsuhde) ja
toisaalta se, miltä on tuntunut olla yhdessä
molempien vanhempiensa kanssa (oma varhai-
nen triadinen asetelma).

Tapausselostus

Tapauksen isä ja hänen puolisonsa ovat an-
taneet luvan käyttää varhaisen vuorovaikutuk-
sen psykoterapian sisältöjä tässä artikkelissa.
Tunnistetietoja on muutettu siten, ettei perhe
ole ulkopuolisille tunnistettavissa. Vanhemmat
ohjautuivat hoitokontaktiin jo raskausaikana,
jolloin toivoivat erityisesti omien elämäkoke-
mustensa käsittelemistä vanhemmaksi tulles-
saan. Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapi-
a käynnistyi hieman myöhemmin, lapsen jo
synnyttyä.

Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapian
alkaessa Jaakko on 24-vuotias mies, joka on
tullut ensimmäistä kertaa isäksi. Pariskunta
on ollut muutaman vuoden ajan yhdessä, ja
molemmille oli selvää, että he halusivat yhtei-
siä lapsia. Jaakon omassa lähtöperheessä oli
kaikkiaan kolme sisarusta, joista Jaakko oli
vanhin. Perheessä arvostettiin hyviä käytös-
tapoja ja keskusteluja, mutta emotionaalinen
yhteys ja kohtaaminen oli ollut vähäistä.

Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapia
käynnistyy lapsen, Eemilin, ollessa kolmen
kuukauden ikäinen, ja se toteutuu aluksi
enimmäkseen äidin ja lapsen välisinä viikoit-
taisina tapaamisina. Lapsen ollessa viiden
kuukauden ikäinen alkaa Jaakko isänä liittyä
aktiivisesti psykoterapiakäynneille, alkuun pa-
risuhteen haasteiden kautta, mutta pian myös
isyiden teemat ja oman masentuneisuuden
ja ahdistuneisuuden ymmärtäminen nousevat
yhtä merkityksellisiksi. Psykoterapia toteutuu
kahdeksan kuukauden ajan koko perheen vii-

koittaisina käynteinä. Välillä psykoterapeutti ta-
paa lisäksi kumpaakin vanhempaa yksin, aina
perheen arjen ja aikataulujen mahdollistamalla
tavalla. Jaakon isyyden rinnalla työskentelyssä
kulkee tärkeänä myös äidin traumataustan
vaikutus vanhemmuuteen, mutta tätä prosesi-
a ei artikkelissa kuvata. Vauvan läsnäolo
kutsuu, kuten varhaisen vuorovaikutuksen
psykoterapiassa on tavallista, vanhempia ja
psykoterapeuttia [artikkelin ensimmäinen kir-
joittaja] olemaan lattialla hänen äärellään, ja
usein vauvan nukahdettuakin asetelma jatkuu
samanlaisena. Lattialla, pehmeällä matolla
oleminen mahdollistaa myös kehollisesti mer-
kittävää vauvan leikkiin ja säätelyyn osallistu-
mista sekä pariskunnan välistä kosketuksen ja
halauksen spontaaniutta.

Jaakko oli alkanut jo vauvan odotusaikana ja
erityisesti sukupuolen selvittyä pohtia sitä,
miten herkkänä poikana ja miehenä oleminen
tässä maailmassa olisi lapselle mahdollista.
Jaakko kertoo vauvan odotusaikana mietti-
neensä paljon myös sitä, miten osaa itse isänä
välittää lapsestaan niin paljon kuin on tarpeen.
”Pelotti myös, miten sitä osaa olla, millainen
vanhempi – kun oli niin eri tilanteessa kuin
äiti, jolla oli vauva kehossaan – kesti aikaa
tajuta sitä.” Jaakko kuvaa, miten vauvaan ei
odotusaikana ollut samanlaista yhteyttä kuin
odottavalla äidillä, mutta samalla oli mielen-
kiinto siitä, millainen ihminen ja kuka sieltä oli
tulossa. Puoliso myös fasilitoi aktiivisesti isän
ja kohtuvauvan suhdetta houkuttelemalla Jaak-
koa miettimään vauvaa. Puolison aloitteesta
he alkoivat myös laulaa vauvalle jo ennen syn-
tymää iltalaulua; sellaista, joka oli tuttu kum-
mallekin omasta lapsuudestaan. Jaakko kuvaa
hymyillen ensimmäistä kontaktiaan kohtuvau-
van kanssa: ”Hämärästi muistaa, kun laitoi
käden siihen ja kuuli tumps; ajatteli, että tuolla
seinän toisella puolella on joku.”

Synnytyskokemus oli Jaakolle voimakas koke-
mus, ”pitkä ja raskas, henkisesti synnytin mu-
kana”. Jaakko kuvaa eläneensä niin vahvasti
mukana kaikkea sitä kärsimystä, mitä puoliso
koki, että vauvan synnyttyä koko keho kihelmöi,
ja hänen piti tietoisesti hengitellä ja rauhoitella

itseään. ”Se oli niin voimakas kokemus, että kun vauva syntyi, melkein taju lähti.” Kun vauva oli kuivailtu ja punnittu, sai tuore isä vauvan syliinsä. ”Rauha laskeutui, kaikki oli hyvin, ja se maailman tärkein ja arvokkain, oma lapsi, oli siinä.” Jaakko kuvaa saaneensa tuossa hetkessä ensimmäisen fyysisen yhteyden lapseensa, ja hän kuvaa tilannetta todella merkityksellisenä ja arvokkaana. Vahva kiinnittyminen tapahtui, ja tämä rauhallinen, tunnepitoinen ensikohtaaminen syntyneen lapsen kanssa vaikuttaa todennäköisesti osaltaan isän ja pojan läheiseen suhteeseen myöhemminkin.

Jaakko alkaa omassa prosessissaan isäksi tulemisen myötä pohtia omia varhaisia kokemuksiaan ja samalla niiden yhteyttä aikuisuudessa kokemaansa alavireisyyteen ja ahdistuneisuuteen. Psykoterapian alkumetreillä hän tunnustelee keskusteluissa suhteitaan omiin vanhempiinsa, ja ajatus siitä, voiko miehenä olla aidosti sellainen kuin on, alkaa nousta isona mieleen. Jaakko heijastelee paljon oman poikavauvansa kautta lupaa ilmaista ja tuntea, olla myös herkkä tässä maailmassa. Jaakko tunnistaa oman isänsä olleen hyvin vakaa tunneilmailsultaan, ja siten ehkä viestineen sanattomastikin, että herkkyyks ei ole miehelle suotava ominaisuus. Oma äiti puolestaan oli ollut suojeleva ja herkästi hätääntyvä. Jaakko alkaa pohtia, miten ei ollut tullut autetuksi ja kanssasäädellyksi omien vaikeiden tai isojen tunteidensa kanssa ja kuinka sen vuoksi kokee vaikeaksi myöskään aikuisena tunnistaa tai säädellä omia olojaan. Vauvan aito läsnäolo motivoi ja auttaa sekä vauvan että vanhempien tunteiden ja tunnesäätelyn löytymisessä. Puoliso on tässä prosessissa vahvasti läsnä ja tukena.

Psykoterapian alussa Jaakko kertoo usein, ettei muista oikein mitään omasta lapsuudestaan. Erällä alkuvaiheen käynnillä keskustelimme aiheesta näin:

Terapeutti: Voisiko kuitenkin olla, kun sinulla on itsellä niin vaikeita oloja ja masennusjaksoja, että myös siellä omassa lapsuusperheessä on ollut monenlaista? Niin kuin jokaisessa perheessä on.

Jaakko: Tuntuu kyllä tosi vaikealta vielä ajatella, että ei olisi ollut pelkkää hyvää.

Terapeutti: Vaikka vanhemmat ovat varmasti halunneet pelkkää hyvää ja toimineet sillä ymmärryksellä, mitä heillä on ollut, niin kuitenkin kaikilla vanhemmilla tulee toimittua tahtomattaankin sillä tavalla, että se voikin olla vähän hankalaa lapselle. Ja sitä tunnustamalla voi löytyä myös armollisuutta omaa epätäydellistä vanhemmuutta kohtaan.

Jaakko: Nii-in, ehkä. En ole siihen vielä valmis, mutta ehkä se tulee. [Suuntautuu vauvan pukemiseen ja pois päin keskustelusta.]

Puoliso: Mä kyllä ajattelen, että teidän perheessä ei ole osattu puhua tunteista tai auttaa niissä. Että keskustellaan paljon, mutta sitten jos on jotain vaikeaa, niin siitä vaietaan.

Jaakko: Niin, isä sanoo viimeisen sanan, ja siihen ei sitten enää palata.

Jaakko ilmaisee tuntuvan vaikealta ajatella, että kaikki lapsuudessa ei olisi ollut pelkätään hyvää. Representaatiot vanhemmista ovat ainakin jossain määrin idealisoituja, ja tuntuu pelottavaltakin tunnistaa, että vaikka heidän tarkoituseränsä olivat hyviä ja he olivat rakastavia vanhempia, ovat he silti voineet tuottaa tahtomattaan lapselleen myös hankalia kokemuksia ja vaikeutta hyväksyä ja ilmaista omia tunteitaan. Psykoterapian myötä ja oman lapsensa äärellä Jaakko alkaa yhä enemmän tunnustella oman ahdistuneisuutensa juuria ja syitä, alkuun muistaen ehkä videoiden tai toisten kertoman, vähitellen myös yksittäisten omien muistikuvien kautta. Oman epätäydellisen, vaikka hyvään pyrkivän isyyden äärellä alkaa muodostua mahdolliseksi nähdä erilaisia puolia ja epätäydellisyyttä myös omassa vanhemmissaan. Samalla tuntuu kuitenkin erityisen merkitykselliseltä voida tavoittaa ja muistaa myös sitä, mikä on oikeasti ollut hyvää.

Oman vauvan kanssa läheisyyden ja leikin maailma tuntuu Jaakolle alusta asti luontevalta, minkä myötä asetumme pohtimaan, onko Jaakko itse saanut kokea leikkisyyttä ja lämmintä varhaista hoivaa ja hellyyttä vanhemmiltaan ainakin hyvässä olossaan. Hänestä tuntuu alusta asti luontevalta jutella ja laulaa

Eemilille. Jaakko arvelee, että syliä ja hyvää kosketusta on ollut hänen lapsuusperheensä tarjolla erityisesti äidin kautta. Toisaalta isä on ollut leikkisä ja leikin kautta lapsilleen läsnä. Erityisen merkityksellisenä kuvautuu mieleen heränneet muistikuvat siitä, miten hän on pyytänyt isäänsä leikkimään autoilla ja isä on tullut. Isän kanssa he myös painivat lattialla. Tässä yhteydessä Jaakko kuvaa omaa erityistä leikkiään Eemilin kanssa; sellaista, jossa lapsi saa kokea sopivaa jännitystä, joka purkautuu yhteisenä nauruna. Oman isän kanssa varhain koettu hyvä siirtyy vuorovaikutukseen, kosketukseen ja leikkisyyteen oman lapsen kanssa, mitä on tärkeää myös yhdessä tunnistaa. ”Isä on aina sanonut, että vaikka lapsiperheen arki oli raskasta, on se silti ollut parasta elämässä”, Jaakko muistelee.

Eräällä Jaakon omalla käynnillä työskentelyn ollessa jo pitemmällä herättelemme äitiin liittyviä muistikuvia, joista olemme aiemminkin puhuneet.

Terapeutti: Onko sulla mitään muistikuvia tai ootko kuullut äidiltä, että millaista se oli, kun olit vauva? Tai millaista se mahtoi olla, että oliko äiti kuitenkin hoivaava?

Jaakko: En muista mitään läheisyyttä tai kosketusta äidiltä, eikä olla ikinä näistä puhuttu. Se on vaan kertonut, että olin fiksu ja herkkä. Ja että en itkenyt vauvana, olin niin kiltti. Se tuntuu oudolta ja surulliseltakin, kaikki vauvathan itkee. En muista yhtään sitäkään, että äiti olisi hoidellut pienempiä sisarusiani vauvana, vaikka tietysti se hoiti.

Terapeutti: Entäs kun katselet omaa äitiä nyt Eemilin kanssa tai silloin, kun hän oli pienempi vauva, niin miltä se tuntuu ja näyttää?

Jaakko: Äiti hellitteli Eemiliä sylissä ja lauloi hänelle paljon, kun hän oli pieni vauva... mutta kasvot aina pois päin, piti sillä tavalla sylissä selkää itseään vasten, niin ehkä äiti on samalla tavalla hellinyt minua, kun olin pieni. – – Mutta sitten kun Eemil itki, niin äkkiä yrittivät saada sen itkun loppumaan ja sanoivat että älä itke, sitä oli selvästi vaikea sietää.

Pohdimme yhdessä, onko Jaakon äidillä voinut olla masentuneisuutta Jaakon ollessa vauva ja miten nämä varhaiset suhdekokemukset ehkä

tuntuvat omassa vanhemmuudessa vauvan äärellä. Jaakko tunnistaa myös äitinsä hätäntymisen niin lapsuuden tilanteissa, joissa Jaakkoa oli sattunut, kuin nyt aikuisuudessaakin, ja yhdessä pohdimme, miten se on voinut vaikuttaa Jaakon omaan tunnesäätelyn kehitykseen. Jaakko tunnistaa myöhemmin, ettei ollut tuntenut oikein mitään Eemilin itkessä vauvana.

Jaakko: Sitten isompana ei kontaktia äidin kanssa ehkä olekaan ollut niin paljon, kun tuntuu, että kun Eemil on kasvanut, onkin vähemmän sitä syliä. Ja olen miettinyt, että äiti oli minulle vauvana ehkä enemmän läheisyyttä antava mutta sitten myöhemmin jopa ylisuojeleva, koska itse oli jäänyt vaille oman äidin läsnäoloa. Kun olin herkkä, niin sitten ei antanut oikein tilaa itsenäistyä ja saada sellaista pärjäävyyttä. Kun kasvoisin, oli enemmän isä se, joka leikkitti.

Keskustelemme Jaakon kanssa hänen äitinsä elämäntarinasta ja tämän varhaisista kokemuksista, joista hän tietää jonkin verran, ja hän pystyy hienosti peilaamaan niitä äitinsä vanhemmuuteen.

Terapeutti: Entäs kun katselet omaa isääsi Eemilin kanssa, millaista se on?

Jaakko: Isä konttailee ja hassuttelee, nyt kun vauva on kasvanut. Se on samanlaista kuin mitä itse muistan isän kanssa olleen. Isä on enemmän se leikkisä, kun äiti koko ajan puuhaa jotain.

Terapeutti: Mitäs ajattelet sellaisesta kolmistaan olemisesta; muistatko yhtään, että olisitte olleet äiti, isä ja sinä yhdessä tai tehneet jotain? Tai teidän koko perhe?

Jaakko: Kolmistaan olemisesta äidin ja isän kanssa en kyllä muista oikein mitään. Perheen yhteiset automatkat oli hyviä, silloin ei ehkä riideltä sillä tavalla ja on mukavia muistoja.

Terapeutti: Kun teitä kolmea katselee perheenä, niin te olette jotenkin voineet kunnioittaa ja katsella hyvällä sitä toisen vanhemmuutta, antaa sille tilaa ihan alusta asti. Että olisiko se kuitenkin jotain sellaista, mikä onkin ollut toimivaa siellä omassa perheessä, kun olet itse ollut vauva?

Jaakko: Voi se olla... kun ei ole ollut oikein luontevaa kysellä näistä asioista vanhemmilta. Mutta se on tuntunut kyllä aika helpoltakin, hoitaa vauvaa yhdessä ja katsella sitä, kun puoliso hoivaa ja lohduttaa Eemiliä.

Terapeutti: Olet alkanut kuitenkin vähitellen tässä prosessissa enemmän muistaa ja löytää omia tunteita ja oloja; sitä, millainen olet. Siinä on oma lapsi ollut varmasti myös paljon apuna, kun ollaan oltu hänen äärellä ja olet halunnut isänä tavoittaa hänen persoonansa ja tarpeitaan, tutustua häneen sellaisena kuin hän on.

Jaakko: Nii-in... Tuntuu, että olenko edes ollut ole-massa aiemmin. Vasta nyt olen alkanut tunnistaa, kuka olen ja millainen, ja alkaa hahmottua, mitä oma elämäni on ollut ja miten se on minuun vaikuttanut.

Jaakko pohdiskelee jonkinlaista ulkopuolisuuden kokemustaan siitä, mitä äidin ja vauvan välillä on, mutta toisaalta näkee vauvan kasvaessa niitä hetkiä, joissa on merkityksellistä se, että hän toisena vanhempana tarjoaa vauvalle myös jotain erilaista kuin äiti. Tämä myönteinen kokemus ja mahdollisuus katsella hyvällä äidin ja vauvan välistä dyadista suhdetta mahdollisesti heijastelee Jaakon omaa varhaista kokemusta äitinsä tarjoamasta hoivasta. Jaakko pohdiskelee lapsen ollessa noin vuoden ikäinen, miten lapsi toisinaan tukeutuukin enemmän hänen suuntaansa. Hän kokee, että lapsi on ehkä leikkivämpi useammin hänen kanssaan, kun äidiltä lapsi hakee itkun kautta enemmän hoivaa ja lohduttelua. Toisaalta leikkisyys ja jaettu ilo ovat juuri sitä hyvää, mitä Jaakko on itse varhain saanut omalta isältään, kun taas vaikeissa oloissa hän ei ollut tullut ehkä autetuksi riittävällä tavalla.

Yhdessä lukeminen alkaa muodostua isän ja pojan yhteiseksi tärkeäksi hetkeksi. Kun lapsi kutsuu Jaakkoa lukuhetkeen tulemalla kirjan kanssa tämän luokse, Jaakko isänä siihen myös asettuu – ehkä samaan tapaan kuin oma isä oli kutsuttaessa tullut osaksi autoleikkejä. Jaakko pohtii reflektiivisesti, miten lapselle ei siinä hetkessä kirja ole se tärkein asia, vaan läheisyys ja yhteys. ”Tärkeää, kun Eemil ilmaisee, että kaipaa läheisyyttä, ja silloin laittaa omat hommat sivuun – se yhteys ja läheisyys on se juttu, eikä se, että avaa kirjan ja sanoo että lue itse.”

Jaakolle nousee isyydessä erityisen tärkeäksi aina työskentelyn alusta alkaen se, että hän

voisi välittää lapselleen kokemuksen emotionaalisisesta yhteydestä; siitä, jota itse kokee jääneensä jossain määrin vaille omassa lapsuusperheessään. Toisaalta omien vanhempien pohtiminen sekä hyvässä että siinä, mikä on ollut puutteellista, tuottaa Jaakolle ymmärrystä myös omaa isyyttä kohtaan. Kun psykoterapiaprosessi on kestänyt kahdeksan kuukauden ajan, pohtii Jaakko omaa isyyttään näin: ”Olla riittävän hyvä, ja olla aikanaan valmis ottamaan itse vastaan puutteet, kun lapsi niistä haluaa puhua. – Että elämään voi kuulua kaikenlaisia tunteita, ja kaikesta voi puhua.” Jaakko pohtii myös sitä, että hänen oma lapsensa saattaa aikanaan haluta hakeutua omaan psykoterapiaan ja että siihenkin on sanottu lupa. Tämä ymmärrys ylisukupolvisten toimintamallien siirtymisestä eteenpäin on mahdollinen, kun Jaakko pystyy katselemaan yhä realistisemmin omia vanhempiaan ja samalla sallimaan itselle epätäydellisyyden. Psykoterapiaprosessin myötä löytyy myös ymmärrys siihen, miten ylisukupolisesti ”vahvan ja horjumattoman miehen” malli on siirtynyt oman isän suvun historiassa alkaen evakkoon lähtemisestä. Tämä avaa Jaakolle vielä uudella tavalla ymmärryksen omaa isää kohtaan ja halun olla siirtämättä taakkaa eteenpäin omalle pojalleen.

Parisuhteen eli äiti–isä-dyadin haasteet ovat paljon ilmassa ja työskentelyn kohteena myös varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa. Molemmilla vanhemmilla on omat syvät prosessinsa meneillään, ja niiden pyörteitä ja ilmaissuotoja pyrimme yhdessä ymmärtämään. Työskentelyssä on psykoterapeutilla vahvasti mielessä myös lapsen kokemus, ja sitä Jaakko isänä alkaa psykoterapian edetessä yhä enemmän myös tavoittaa niin käyntien aikana kuin kotitilanteissakin. Jaakko alkaa pohtia sensitiivisesti, miten lapsi saattaa katsoa silmät suurina vanhempiensa välisiä riitatilanteita ja miten lapsi väistämättä jää välillä vaille tarvitsemaansa huomiota. Eräässä tilanteessa, jossa molemmat vanhemmat olivat kuin jäätyneitä suhteessa toisiinsa, havaitsi Jaakko lapsen uppoutuvan viihdyttämään itseään leluillaan ja pohti tuon olevan surullinen kokemus lapselle. Lapsen kokemusmaailman tavoittaminen ja

sellainen emotionaalinen läsnäolo, jota Jaakko oli halunnutkin lapselleen tarjota, alkaa mahdollistua vaikeissakin hetkissä. Keskusteluissa pohditaan yhdessä paljon myös siitä, miten noiden tilanteiden jälkeen voi yhteyttä korjata, ja sitä perhe tekeekin. ”Jos olisi suurimman osan aikaa turvallista, niin kestäisi paremmin noita hetkiä”, Jaakko pohtii lapsen kokemusmaailmaa. Psykoterapiakäynneillä, yhdessä lattialla ollessa, on mahdollista myös psykoterapeutina sanoittaa ja tehdä näkyväksi tilanteita, joissa lapsi tulee vanhempien välisen lohdutuksen ja läheisyyden keskelle tai toisaalta tuntuu jäävän ulkopuoliseksi tarkkailijaksi.

Jaakon kanssa työskentelyssä kulkee rinnakkain omaan lapseen ja omaan itseensä tutustuminen, kummankin hyväksyminen sellaisena kuin on. Lapsen kasvaessa kohti taaperoikää Jaakko alkaa pohtia, miten pojasta voikin kasvaa hyvin erilainen kuin hän itse on ollut ja on tänä päivänä. Isä miettii riskiä siihen, että tulisi nyt tarjonneeksi lapselleen sellaista vanhemmuutta, jota itse olisi kaivannut, huomioimatta juuri oman lapsen yksilöllisyyttä ja tarpeita. Jos lapsi ei olisikaan hyvin herkkä vaan tarvitsisi vahvempaa rajojen pitämistä, olisi hänen isänä mukautettava vanhemmuuttaan sen mukaisesti. Näin Jaakon mieli kulkee omien varhaisten suhteiden tuottamista representaatioista kohti todellisen lapsen näkemistä. Lapsen kannalta mahdollistuu vapaus kasvaa ja tulla nähdyksi omana itsenään.

Jaakko: Jos Eemil onkin sellainen aika rohkea ja räväkä, kun se tuntuu sopeutuvan uusiin tilanteisiin hyvin. Niin osaako sitä sitten isänä olla sillä tavalla vähän tiukemmin rajoja asettava?

Terapeutti: Mitä ajattelet, että osaisitko? Kun olet kyllä hyvin tavoittanut varmaan itsesi löytämisen kautta myös sitä, millainen Eemil on. Ja toisinpäin. Se on kyllä arvokasta.

Jaakko: Sitä täytyy vaan ymmärtää, että hän on erillinen ja sillä tavalla ihan oma tyyppinsä, eikä mikään itseni kopio. Ja ettei vaan yritä antaa sitä, mitä itse olisi tarvinnut, vaan juuri sitä, mitä Eemil tarvitsee.

Lapsen ollessa hieman yli vuoden ikäinen taaphtuu vastaanotolla tilanne, jossa Eemil säi-

kähtää, hakeutuu isänsä syliin ja itkee pitkään isänsä olkapäätä vasten. Kaikki kolme aikuista sanoittavat Eemilille hänen tunnettaan, lupaa itkeä ja sitä, että kaikki on jälleen hyvin. Eemilin rauhoituttua ja hakeuduttua äitinsä syliin keskustelemme tilanteesta.

Jaakko: Eemil ei ole koskaan itkenyt noin pitkään minun sylissäni.

Terapeutti: Niinkö? Mikähän mahdollisti sen nyt?

Jaakko: Oli varmaan turvallinen olo, ja kun kaikki sanottiin, että saa itkeä.

Terapeutti: Onkohan sinuun tullut myös uudenlaista läsnäoloa suhteessa Eemiliin; sitä, mitä puoliso kuvaa?

Jaakko: Ehkä... kun Eemil oli pienempi, en tuntenut oikein mitään, kun hän itki. Pidin kyllä lähellä ja lohdutin. Mutta oli varmaan itselle aika vierasta. Nyt tässä on jotenkin erilaista olla.

Terapeutti: On mahdollista olla paremmin läsnä myös vaikeiden olojen äärellä. Teille molemmille.

Jaakko: Niin varmasti on.

Jaakon prosessissa varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa ja isyystilan teemoihin peilaten nousee erityisen vahvasti esiin omien varhaisten kokemusten mieleen ja käsittelyyn nouseminen vauvan läsnäolon kautta. Prosessi etenee hitaasti, koska Jaakon mieli alkaa vasta vähitellen tunnistaa omien lapsuuskokemusten moninaisuutta ja sitä kautta yksittäisiä tunnemuistoja. Jaakko työstää asioita vahvasti myös tapaamisten välillä. Sekä vauvan että puolison läsnäolo ovat merkittävässä roolissa muistamisessa, yhteyksien tavoittamisessa ja samalla uudenlaisen emotionaalisen läsnäolon mahdollistumisessa. Yhtä lailla Jaakon merkitys puolison prosessissa ja koko perheen vuorovaikutussuhteiden rakentumisessa on merkittävä. Jaakko päättyy hoidon aikana hakeutumaan omaan yksilöpsykoterapiaan, kuten usein tapahtuukin, kun vanhemmuus on aukaissut uudella tavalla omaa hoivahistoriaa ja varhaisia suhteita tietoisemmiksi ja jatkokäsittelyyn. Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapia jatkuu koko perheen vuorovaikutussuhteiden hoitona edelleen siten, että Jaakko isänä osallistuu käynteihin mahdollisuuksien mukaan oman psykoterapiansa rinnalla.

Isyystilan kliininen merkitys varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa

Edellä esitellyssä isäksi tulemisen prosessin jäsennyksessä ja isyystilan formulaatioissa nousee esiin erityisinä teemoina ulkopuolisuuden ja avuttomuuden kokemus, identiteetin muutos sekä omien varhaisten hoivakokemusten käsittelyyn aktivoituminen ja niiden pohtiminen suhteessa siihen, millainen isä haluaa itse olla. Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapian ydintä on olla vanhemman oman hoivahistorian äärellä, auttaa vanhempaa yhdistämään omaa menneisyyttään ja suhdekokemuksiaan nykyhetkeen ja löytämään oma vauvansa sellaisena kuin tämä on. Psykoterapeutin mielessä on keskeisenä tavoittaa ja ymmärtää niin isän kuin äidinkin – tai kahden isän tai kahden äidin – representaatioita vauvasta ja itsestään vanhempana ja pyrkiä vaikuttamaan näihin vauvan kehitystä mahdollistavalla ja vapauttavalla tavalla (Sarkkinen & Savonlahti 2022b).

Psykoterapeuttisessa työssä isien ja isyystilan äärellä on Jonesin (2019, 50–63) mukaan keskeistä auttaa isää ymmärtämään ja työstämään omia defensesejään ja sisäisiä konfliktejaan oman lapsuuden käsittelemisen kautta ja siten auttaa isää löytämään sellaista isyyden kokemusta, joka on tyydyttävää ja toimivaa. Tämä tapahtuu Jonesin mukaan ja myös varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa työskentelemällä äidin, vauvan ja perheen dyadien ja triadin äärellä. Baradon ja Campbell (2023) nostavat esiin isän omien sisäisten konfliktien ja toisaalta vanhempien välisen suhteen heijastumisen suhteeseen vauvan kanssa, mikä vaatii terapeuttista suuntaamista myös isyyden kokemukseen. Vanhempien kanssa yhdessä työskentely näyttyy merkittävänä myös siksi, ettei kumpikaan vanhempi estäisi tai tukahduttaisi toisen vanhemman ja vauvan välistä suhdetta, vaan pystyisi tukemaan toisen vanhemman merkitystä ja omanlaista tapaa toimia vauvan kanssa.

Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapeutti liikkuu sekä äidin, isän että vauvan hoivakokemusten ja representaatioiden sekä kaikkien

perheenjäsenten välisen vuorovaikutuksen välillä. Tämä edellyttää samanaikaisesti monen mielen mielessä pitämistä, monen tarinan kantamista ja yhdistämistä tähän hetkeen (Sarkkinen & Savonlahti 2022a). Jaakon perheen kanssa kannateltavana ja mielessä pidettävänä oli traumataustaisen äidin, omaa prosessiaan työstävän isän ja kehittyvän lapsen kokemusmaailmat, representaatiot, tarinat ja mielet sekä samalla perheen dyadisit ja triadisit vuorovaikutussuhteet ja niissä tässä ja nyt tapahtuva.

Leikkisyyden, huumorin ja uteliaisuuden teema nousi myös yhdeksi teemaksi varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa Jaakon kanssa osana juuri hänen omanlaistaan suhdetta vauvaansa. Tämä teema nousee esiin lähinnä psykoanalyttisessa vanhempi–vauvaterapiakirjallisuudessa sekä Sarkkisen ja Savonlahden (2022b) isyystilan formulaatioissa, vaikka se kliinisessä työssä näyttyy monen isän erityisenä vahvuutena ja samalla lapsen kehityksen mahdollistajana. Jaakon perheessä vauvan äiti pystyi tukemaan ja katselemaan hyvällä isän ja pojan välistä leikkisyyttä, mikä varmasti osaltaan mahdollisti omanlaisen suhteen muodostumista lapseen. Toki varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa äidin ja vauvan kanssa olimme paljon olleetkin myös tämän teeman äärellä, mikä saattoi osaltaan mahdollistaa lapsen erillisyyttä äidistä ja suhdetta isään.

Erilaiset perhemuodot ja ”kolmantena henkilöinä” oleminen

Kirjallisuudessa nostetaan asianmukaisesti yhä enemmän esiin myös samansukupuolisten vanhempien roolien ymmärtämistä. Perhemuotoja on erilaisia, ja äitiydestä tai isyydestä puhuttaessa onkin tärkeää muistaa se, että huomattavan moni lapsi kasvaa ja kehittyy nykyään perheessä, jossa voi olla kaksi isää tai kaksi äitiä – tai vain yksi vanhempi. Golombok (2017, 76–80) toteaa katsauksessaan nykytutkimuksen osoittavan sen, että huolimatta vanhempien sukupuolesta vaikuttaa vanhemmuuteen siirtymä lisäävän hoivaavuutta ja että

samansukupuolisten vanhempien perheessä kasvavilla lapsilla on yhtä hyvä mielenterveys kuin heteroparien lapsilla. Tutkimusten mukaan vanhemmuuden roolit vaikuttavat jakautuvan samansukupuolisten vanhempien perheissä tasaisemmin kuin heteroperheissä (Golombok 2017, 76–78; Carneiro ym. 2023, 1–13).

Kirjallisuutta tai tutkimustietoa siitä, miten vanhemmuuteen siirtymä mahdollisesti eroaa seksuaalivähemmistövanhempien perheissä äitiystilassa ja isyystilassa kuvattuna, löytyy vielä vähäisesti. Raphael-Leff (2019, 64–84) pohtii Golombokin tutkimustuloksiin viitaten yhteisvanhemmuuden laadun olevan merkityksellisempää kuin vanhempien sukupuolen ja lapsen saavan ”isällistä” tai ”äidillistä” hoivaa myös kanssahoivaajiltaan, jotka voivat olla esimerkiksi sukulaisia, ystäviä tai muita tärkeitä aikuisia. Hän viittaa myös havaintoihin, joiden mukaan työelämässä olevat äidit leikkivät lapsensa kanssa stimuloivampia leikkejä kuin kotiäidit ja samoin koti-isät leikkivät hoivavampia leikkejä kuin työssäkäyvät, ja hän pohtii roolien muotoutumista myös ei-biologiselta pohjalta.

”Kolmantena henkilönä” oleminen, triangulaatiokehityksen ja eriytymisen tukena oleminen ei liittynyt niinkään sukupuoleen kuin vanhempien erilaisiin rooleihin ja niiden hyväksymiseen. Kliinisessä psykoterapiatyössä samansukupuolisten vanhempien kanssa tämä roolijako on joskus näyttäytynyt hyvinkin luontevasti muodostuvana, joskus taas on tarvittu apua synnyttäneen ja ei-synnyttäneen vanhemman konstellaatioiden rakentumiseen ja sen tavoittamiseen, että raskaaksi tulleen, raskaana olleen, synnyttäneen ja mahdollisesti imettäneen vanhemman kokemus vanhemmuuteen siirtymisestä ja varhaisesta vanhemmuudesta on omanlaisensa. Vanhemmaksi tuleminen prosessissa vaikuttavat aina omat varhaiset hoivakokemukset ja se, miten hyvin niitä on voinut työstää ja käsitellä. Merkityksellisenä on kuvautunut sen tunnistaminen ja hyväksyminen, että vanhempien erilaisuus ja erilaiset suhteet vauvaan ovat tärkeitä myös lapsen

kehityksen kannalta aivan kuten perheissä, joissa on äiti ja isä. Isyystilan ja äitiystilan elementtejä ja funktioita on tunnistettavissa vanhemmissa sukupuolesta ja seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta. Tulevina vuosina kuvautuukin erityisen tärkeänä pyrkiä ymmärtämään syvemmin erilaisten ja eri tavoin vanhemmiksi tulleiden prosesseja ja kokemuksia sekä heidän psykoterapeuttisessa hoidossansa erityisesti nousevia teemoja. Tästä teemasta tiedämme ja ymmärrämme vielä vähän.

Varhaisen isyyden huomioiminen psykoterapiassa

Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapiassa isän (tai toisen vanhemman) tiivis hoidossa mukana oleminen on ollut käytäntönä jo vuosien ajan. Isyystilan erityisyyden ymmärtäminen, sen ulkopuolisuuden ja avuttomuuden kokemuksen tavoittelemisen, jota isät tutkimusten ja kliinisen kokemuksen mukaan kokevat, avaa psykoterapeutille yhä syvempää mahdollisuutta olla isille avuksi heidän suuressa siirtymässään pojasta ja kumppanista isäksi. Äitiystilassa vahvasti latautuva suhde omaan äitiin ja kaikki siinä koettu on varhaisen vuorovaikutuksen ydintä. Isyystilasta nousevat varhaisten hoivasuhteiden kokemukset ovat yhtä lailla merkityksellisiä tulla tavoitetuiksi. Vauvan läsnäolo nostaa sekä isillä että äideillä varhaisia kehollisia muistoja ja kokemuksia avaten erityisen ikkunan myös sen tiedostamiseen ja työstämiseen, mikä on ollut vanhemmalle itselleen omissa hoivasuhteissaan kivuliasta tai mitä on ehkä jäänyt vaille. Psykoterapeutilla onkin merkittävä rooli siinä, että hän kohtaa myös isän, kiinnostuu tämän prosessista kaikkine huolineen ja odotuksineen, ehkä osaa tarjotakin aiheita, joita isäksi ensi kertaa tullessa voi nousta käsittelyyn. Tämä edellyttää myös psykoterapeutilta oman koetun isyyden ja isyyteen liittyvien käsitysten ja määrittelyiden reflektiota. (Sarkkinen & Savonlahti 2022b.)

Isien kokeman ulkopuolisuuden – sen, mitä äiti on ja isä ei voi olla – ääneen puhuminen, hyväksyminen ja terapeuttisessa suhteessa käsitteleminen on erityisen tärkeää tänä aika-

na, kun isyyteen kohdistuu monenlaisia odotuksia. Isille luvan antaminen erityisyyteen, omanlaiseen vanhemmuuteen ja rooliin suhteessa omaan vauvaan on tärkeää ja helpotusta tuottavaa (Sarkkinen & Savonlahti 2022b). Toisen vanhemman merkitys erillisyyden, rohkeuden ja leikkisyyden fasilitoijana voi auttaa kumpaakin vanhempaa kokemaan tyydytystä ja hyväksyntää vanhempien erilaisten roolien osalta.

Äitiys- ja isyytilan kautta työskentelyssä myös parisuhteen ja yhteisen vanhemmuuden teemat nousevat yleensä työstöön ja tarjoavat mahdollisuuden rakentaa eheämpää yhteistä tarinaa. Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapeutin erityinen haaste – ja samalla ehkä sen syvin kiehtovuus – onkin kantaa mielessä sekä äidin, isän että vauvan mieltä ja kokemusmaailmaa, pyrkien hakemaan ymmärrystä näistä jokaiseen ja löytämään yhdessä perheen kanssa helpotusta suhteissa tuntuviin haasteisiin ja haavoihin. Vuorovaikutussuhteissa tapahtuvan helpotuksen näkee usein nopeasti tässä ja nyt: sanoissa, katseissa, kosketuksessa ja muussa kehon kielessä. Erityisesti helpotus tuntuu vauvassa, jonka edessä on vielä koko elämä ja mahdollinen tuleva oma vanhemmuus – äitiys-, isyys- ja yhteisvanhemmuustiloiheen.

Kirjallisuus

- Allen, Sarah M. & Hawkins, Alan J.** (1999). Maternal gatekeeping: Mothers' beliefs and behaviors that inhibit greater father involvement in family work. *Journal of Marriage and Family*, 61(1), 199–212.
- Baldwin, Sharin; Malone, Mary; Sandall, Jane & Bick, Debra** (2018). Mental health and wellbeing during the transition to fatherhood: a systematic review of first time fathers' experiences. *JB I Database of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 16(11), 2118–2191.
- Baradon, Tessa**, (toim.) (2019). *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*. Lontoo & New York: Routledge.
- Baradon, Tessa & Campbell, Chloe** (2023). *Psychoanalytic parent-infant psychotherapy and mentalization*. Lontoo & New York: Routledge.
- Barrows, Paul** (2004). Fathers and families: Locating the ghost in the nursery. *Infant Mental Health Journal*, 25(5), 408–423.
- Berman, Sarah & Long, Carol** (2022). Towards a formulation of the fatherhood constellation: Representing absence. *Qualitative Research in Psychology*, 19(3), 784–805.
- Bevington, Dickon** (2019). A Journey into fatherhood. The art of failing gracefully. Teoksessa Baradon, Tessa (toim), *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*, 1–13. Lontoo & New York: Routledge.
- Carneiro, Francis; Tasker, Fiona; Salinas-Quiroz, Fernando; Leal, Isabel & Costa, Pedro A.** (2023). Are the fathers alright? A systematic and critical review of studies on gay and bisexual fatherhood. *Frontiers in Psychology*, 8, 1636
- Emanuel, Louise** (2008). Father “there and not there”: the concept of a “united couple” in families with unstable partnerships. Teoksessa Bradley, Elizabeth & Emanuel, Louise (toim.), *What can the matter be? Therapeutic interventions with parents, infants, and young children*, 187–199. New York: Karnac.
- Feldman, Ruth** (2003). Infant-mother and infant-father synchrony: The coregulation of positive arousal. *Infant mental health*, 24, 1–23.
- Fraiberg, Selma; Adelson, Edna & Shapiro, Vivian** (1975). Ghosts in the nursery: A psychoanalytic approach to the problems of impaired infant-mother relationships. Teoksessa Fraiberg, Selma (toim.), *Ghosts in the nursery. A psychoanalytic approach*, 164–169. Lontoo: Tavistock.
- Genesoni, Lucia & Tallandini, Maria Anna** (2009). Men's psychological transition to fatherhood: An analysis of the literature, 1989-2008. *Birth*, 36, 305–318.
- Ghaleiha, Amin; Barber, Carrie; Tamatea, Armon J. & Bird, Amy** (2022). Fathers' help seeking behavior and attitudes during their transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*, 43(5), 756–768.
- Golombok, Susan; MacCallum, Fiona; Murray, Clare; Lycett, Emma & Jadva, Vasanti** (2006). Surrogacy families: parental functioning, parent-child relationships and children's psychological development at age 2. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47(2), 213–222.
- Golombok, Susan** (2017). Parenting in new family forms. *Current Opinion in Psychology*, 15, 76–80.
- Griffith, Derek M.; Jaeger, Emily C.; Pepperman, Perri; Chustz, Karen A.; Frazier, Deborah; Wilson, Amber & Brown, Haywood L.** (2023). Fathers' perspectives on

fatherhood and paternal involvement during pregnancy and childbirth. *Health Education & Behavior*, 50(6), 802–809.

Hazen, Nancy; McFarland, Laura; Jacobvitz, Deborah & Boyd-Soisson, Erin (2010). Father's frightening and sensitive caregiving: Relations with fathers' attachment representations, father-infant attachment, and children's later development of emotion regulation and attention problems. *Early Development and Care*, 180, 51–69.

Hopkins, Juliet (1992). Infant-parent psychotherapy. *Journal of Child Psychotherapy*, 18, 5–17.

Horrell, Nathan D.; Acosta, Melina C. & Saltzman, Wendy (2021). Plasticity of the paternal brain: Effects of fatherhood on neural structure and function. *Developmental Psychobiology*, 63(5), 1499–1520.

Jones, Amanda (2019). When working therapeutically with a baby's father is not possible. Teoksessa Baradon, Tessa (toim.), *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*, 50–63. Lontoo & New York: Routledge.

Lindstedt, Johanna; Korja, Riikka; Sointu, Vilja & Ahlqvist-Björkroth, Sari (2021). Fathers' prenatal attachment and representations and the quality of father-child interaction in infancy and toddlerhood. *Journal of Family Psychology*, 35(4), 478–488.

Partanen, Eino; Salonen, Anna; Flykt, Marjo; Malkki, Veera; Rosenström, Tom H. & Saarni, Suoma E. (2024). Finnish model of brief parent-infant psychotherapy on maternal mental health and psychosocial functioning – a pilot study. *Psychiatria Fennica*, 55, 64–79.

Raphael-Leff, Joan (2019). Paternal orientations and the art of being a father. Teoksessa Baradon, Tessa (toim.), *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*, 64–84. Lontoo & New York: Routledge.

Rilling, James K. & Mascaró, Jennifer S. (2017). The Neurobiology of fatherhood. *Current Opinion in Psychology*, 15, 26–32.

Sarkkinen, Mirja & Savonlahti, Elina (2014). Raskaustajan vuorovaikutuspsykoterapia. *Psykoterapia*, 33(2), 93–110.

Sarkkinen, Mirja & Savonlahti, Elina (2022a). Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapian synty ja kehittyminen Suomessa. Juhlaluento Varhaisen vuorovaikutuksen psykoterapia ry:n ”Vuorovaikutus valoikeilassa” -seminaarissa Helsingissä 13.5.2022.

Sarkkinen, Mirja & Savonlahti, Elina (2022b). Varhainen isyystila. Luento varhaisen vuorovaikutuksen kouluttajapsykoterapeuttikoulutuksessa Turussa 1.9.2022.

Schoppe-Sullivan, Sarah J.; Brown, Geoffrey L.; Cannon, Elizabeth A.; Mangelsdorf, Sarah C. & Sokolowski, Margaret S. (2008). Maternal gatekeeping, coparenting quality, and fathering behavior in families with infants. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 289–298.

Segal, Yael (2019). The therapist and the father in parent-infant psychotherapy. Teoksessa Baradon, Tessa (toim.), *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*, 107–116. Lontoo & New York: Routledge.

Silva, Catarina; Pinto, Candida & Martins Cristina (2021). Transition to fatherhood in the prenatal period: a qualitative study. *Ciencia & Saude Coletiva*, 26(2), 465–474.

Stern, Daniel (1995). *The motherhood constellation: A unified view of parent-infant psychotherapy*. Lontoo: Karnac.

von Klitzing, Kai (2019). The role of fathers in early child development. Teoksessa Baradon, Tessa (toim.), *Working with fathers in psychoanalytic parent-infant psychotherapy*, 14–27. Lontoo & New York: Routledge.

Winnicott, Donald W. (1956/1984). *Primary maternal preoccupation, in through paediatrics to psychoanalysis: Collected papers*. Lontoo: Karnac.

