

Kotimaista kirjallisuutta kirjallisuusterapiasta

Juhani Ihanus: Altaalla



Tieteiden ja taiteiden, faktojen ja fiktioiden välillä liikkuvat kirjoittajat ovat kokoontuneet altaalle refleктоimaan, kuvittelemaan ja ihmettelemään.

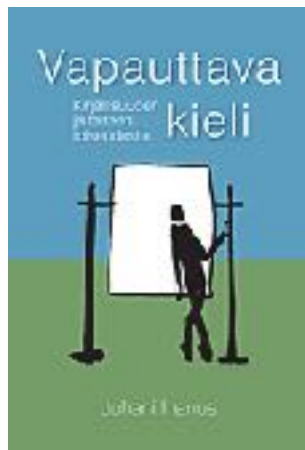
Moniääniset tekstit seurustelevat keskenään ja juhlistavat määrittelemättömien totuuksien ja todellisuuksien äärellä sanojen vuolasta virtaavuutta.

Sanat on lähetetty vastaanottajalle satunnaisessa järjestyksessä.

Psykoanalyysistä, psykohistoriasta, kirjallisuudesta, runoudesta ja terapiasta syntyy polveilevia vuoropuheluja, jotka avautuvat koskettamaan yllätyksiä, aiemmin hämärään jääneitä ulottuvuuksia.

Tiedon ja ei-tiedon lähteiltä kehkeytyy kulttuuripsykologi Juhani Ihanuksen 60-vuotisjuhlakirjassa tekemisen ja kokemisen nautintoa.

**Juhani Ihanus: Vapauttava kieli: Kirjallisuuden ja taiteen toiseudesta.
2010. BTJ.**



Kirjallisuuden ja taiteen kielet avaavat ikkunoita yksilön ja yhteisön tiedostamattomaan. Vapauttava kieli sukeltaa syvälle kirjallisuuden ja taiteen maailmoihin.

Ensimmäinen osa käsittelee kulttuuripsykologian ja -historian näkökulmista tunnettuja kirjailijoita ja filosofeja Franz Kafkasta Jacques Derridaan ja Karl Krausista Uno Kailaaseen. Teoksen toinen osa keskittyy tarkastelemaan toiseuden, poikkeavuuden ja eksentrisyyden teemoja taiteessa.

Juhani Ihanus kuuluu kirjallisuusterapian pioneereihin Suomessa. Hän on kulttuuripsykologian dosentti ja Avoimen yliopiston lehtori Helsingin yliopistossa, taidekasvatuksen ja taidepsykologian dosentti Aalto-yliopistossa sekä aate- ja oppihistorian dosentti Oulun yliopistossa.

Juhani Ihanus (toim.): Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. 2009. Helsinki: Duodecim.



Kirjoittaminen on yksinkertainen ja vivahteikas menetelmä terveyden ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Kiinnostus sen terapeuttisiin mahdollisuuksiin on lisääntynyt ja ulottuu terveysterapeuttisilta opetus- ja kasvatusaloilta sekä suuren yleisön kirjallisiin harrastustoimintoihin.

Kirjoittaminen lisää itseymmärrystä, pystyvyyden kokemusta ja omanarvontuntoa sekä solmii tunnesiteitä ja sosiaalis-kulttuurisia yhteyksiä.

Sanat että hoitaisimme on ensimmäinen suomalainen teos kirjoittamisen terapeuttisista mahdollisuuksista ja vaikuttavuudesta. Teos perehdyttää myös kirjallisuusterapian teoreettisiin taustoihin ja kertomusmenetelmiin.

Kirjallisuusterapiaa ja terapeuttista kirjoittamista käsitellään useista eri näkökulmista. Teorioiden ja käytännön menetelmien ja sovellusten lisäksi teoksessa kiinnitetään erityistä huomiota terapeuttisen ja ilmaisevan kirjoittamisen vaikuttavuuden tieteelliseen arviointiin.

Silja Mäki & Pirjo Arvola (toim.): Satu kantaa lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1. 2009. Helsinki: Duodecim.



Satu kantaa lasta – Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 1 on ensimmäinen maassamme ilmestynvä lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaa käsittelevä käytännönläheinen opas, jossa kirjallisuusterapeuttista menetelmää lähestytään erilaisten tarinoiden kautta. Teoksessa perehdytään kirjallisuusterapiaan sekä ennalta ehkäisevänä että hoidollisena toimintana. Kirjallisuusterapeuttisten menetelmien käyttöä sairaalassa tarkastellaan somaattisesti ja psyykkisesti sairaiden lasten sekä nuorten syömishäiriöiden näkökulmasta.

Lisäksi tutustutaan erilaisiin tapoihin käyttää kerronnallisia menetelmiä osana lasten ja nuorten toimintaterapiaa ja yhdistettynä kuvataideterapiaan. Kirjassa kuvataan myös virtuaalimaailman mahdollisuuksia lasten sairaalahoidon helpottajana.

Silja Mäki & Pirjo Arvola (toim.): Tarina tukee lasta. Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaa 2. 2009. Helsinki: Duodecim.



Tarina tukee lasta – Opas lasten ja nuorten kirjallisuusterapiaan 2 on jatkoa kirjalle Satu kantaa lasta. Tämä kirja painottuu koulumaailmaan sekä sen liepeillä toimiviin luoviin ja terapeutisiin yhteyksiin. Näkökulma on pääasiassa ennaltaehkäisevä. Kirjassa luodaan katsaus satujen ja myyttien historiaan sekä tarkastellaan ihmisen tarvetta tuntea juurensa. Satujen ja tarinoiden käyttöä esitellään koulussa ja päiväkodissa ja avataan näkökulmia tarinateatterin, sanataiteen ja draaman käytön mahdollisuuksiin hoidollisessa mielessä.

Silja Mäki – Terhikki Linnainmaa (toim.): Hoitavat sanat – kirjallisuusterapiaopas. Duodecim 2005.



Lukeminen ja kirjoittaminen voivat olla kasvun ja eheytyksen lähteitä. Sanojen avulla on mahdollista löytää voimavaroja arkeen ja apukeinoja ihmisten väliseen kanssakäymiseen sekä välineitä työstää vaikeitakin elämäkokemuksia.

Hoitavat sanat – aikaisemmista suomenkielisistä alaa käsittelevistä kirjoista poiketen – on ensimmäinen maassamme ilmestyvä käytännönläheinen kirjallisuusterapiaopas. Kirja esittelee kirjallisuusterapiaa yleisesti ja kertoo menetelmän käyttömahdollisuuksista eri ikäkausina lapsuudesta vanhuuteen.

Opas on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat tutustua itseensä paremmin tai tarkastella jotakin elämänsä osa-aluetta uusin silmin. Kirja on hyödyksi myös kirjallisuusterapeuttien ryhmien ohjaajille, näitä metodeja käyttävien muunlaisten ryhmien ohjaajille sekä terveys-, opetus- ja sosiaalialojen ammattilaisille.

Hoivasanat – opas kirjallisuusterapiaan, on Hoitavien sanojen pokkariversio. Duodecim 2008.

Eeva Reinilä: Kirjoituksia itselle. Terapeuttinen päiväkirjaprosessi. Helsinki: Kirja kerrallaan 2011.

Kirja kertoo terapeuttisesta kirjoittamisesta ja luontaisesta itseanalyysistä. Prosessia tarkastellaan psykodynaamisesta viitekehyksestä käsin emootioita ja kognitiivisia toimintoja käsittelevien teorioiden valossa.

Kirja sisältää omakohtaisia päiväkirjapöytäkirjoja, jotka tarjoavat ikkunan koettuun prosessiin. Se soveltuu terapeuttisen kirjoittamisen avuksi, alan opiskelijoiden käyttöön sekä kirjallisuusterapiatyöhön. Kirjoittaja toimii psykologina ja työnohjaajana Helsingissä.

Kati Sarvela: Mielentilojen treenikirja – terapoi itsesi eheäksi 2010.

Kati Sarvelan sisäisestä prosessista syntyi kirja.

Lisätietoja: [Kati Sarvelan blogi](#)

**Liisa Girard, Juhani Ihanus, Riitta Laine & Mari Ropponen (toim.):
Suhteessa kuvaan – kuvataideterapian teoriaa ja käytäntöä 2009.
Helsinki: Artteli.**

Voivatko kuvat auttaa? Mitä kuvat tekevät terapiassa? Mitä kuvataideterapia on? Kirjassa käsitellään taiteellisen työskentelyn mahdollisuuksia psyykkisten ongelmien hoidossa.

Alan ammattilaiset perehdyttävät lukijan muun muassa kuvataideterapian historiaan, nykyiseen teoreettiseen ajatteluun ja käytäntöihin.

**Juhani Ihanus: Järjen äänestä minäkertomuksiin. Psykyen ja
psykoterapioiden muodonmuutoksia. Yliopistopaino 2005.**

Teoksessa selvitetään psykiatrian, psykoanalyysin ja muiden psykoterapioiden ihmis- ja hoitokäsityksiä sekä kansainvälisissä että suomalaisissa yhteyksissä. Romanttisten ja rationalististen traditioiden erilaiset terapianäkemykset suhteutetaan historiallisesti ja kulttuurisesti. Teos tarjoaa myös oivaltavia kosketuksia nykypäivän ilmiöihin, kuten minä- ja mediakertomuksiin, virtuaalisuuteen ja hoidon verkottumiseen. Siirtymä järjen äänestä minäkertomuksiin kuvaa muutosta kohti uusia hoitokeinoja ja käsityksiä psyykestä.

**Juhani Ihanus (red.): Att tiga eller att tala. Litteraturterapi-ett sätt att
växa. Helsingfors: Föreningen för biblioterapi i Finland & BTJ
Kirjastopalvelu Oy 2004.**

Ensimmäinen ruotsinkielinen kirja kirjallisuusterapiasta. Kirjaa saatavana BTJ Kirjastopalvelusta.

Juhani Ihanuksen aikaisempi tuotanto:

- **Koskettavat tarinat. Johdantoa kirjallisuusterapiaan. BTJ Kirjastopalvelu Oy 2002.**
- **Vaieta vai sanoa. Kirjallisuusterapia kasvutyössä. BTJ Kirjastopalvelu Oy 1995.**
- **Toinen. Kirjoituksia psyykestä, halusta ja taiteista. Gaudeamus 1995.**
- **Päiväkirjasta hypermediaan. Kirjastopalvelu Oy 1991.**
- **Kantavat sanat. Kirjastopalvelu Oy 1989.**
- **Sanojen liikkeitä. Kirjastopalvelu Oy 1985.**