

HELSINGIN YLIOPISTO

PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUS

AIKUISTEN JA NUORTEN INTEGRATIIVISEN YKSILÖPSYKOTERAPIAN KOULUTUS-
OHJELMA 68 OP, 2018-2021



KOULUTUKSEN JÄRJESTÄJÄT

Helsingin yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan psykiatria ja psykologia yhdessä integratiivisen psykoterapian kouluttajapsykoterapeuttien kanssa.

TAUSTA

Tämä koulutus on asetuksen terveydenhuollon ammattihenkilöistä (VNA 1120/2010) §2a mukaista psykoterapeutin ammattinimikkeeseen johtavaa koulutusta, joka on arvioitu ja jonka toteutumista seurataan Helsingin yliopistossa. **Suoritettuaan koulutuksen hyväksytysti opiskelija saa Sosiaali- ja terveydenalan lupa- ja valvontaviranomaiselta Valviralta psykoterapeutin ammattinimikkeen.** Opiskelijat otetaan Helsingin yliopiston (täydennyskoulutus)opiskelijoiksi ja he suorittavat Helsingin yliopiston opetuksesta ja asian tuntijaorganisaation opetuksesta muodostuvan koulutuksen.

INTEGRATIIVINEN YKSILÖPSYKOTERAPIA JA KOULUTUKSEN TAVOITE

Integratiivisessa psykoterapiassa asiakas ja terapeutti neuvottelevat yhdessä potilaan yksilöllisistä tavoitteista ja hänelle soveltuvista työtavoista. Psykoterapian lähtökohtana on potilaan ja terapeutin välinen hyvä yhteistyösuhde, jonka puitteissa neuvottelu työtavoista ja tavoitteista toteutuu. Integroiva lähestymistapa mahdollistaa sen, että psykoterapeutti mukauttaa työöteensä potilaan muutosvalmiuden, preferenssien ja hoidossa tapahtuvan edistymisen mukaan. Integratiivinen psykoterapia voidaan toteuttaa sekä lyhyempänä, hoidollisesti suuntautuvana, että pidempikestoisena kuntoutuspsykoterapiana. Hoidon tavoitteena on aina oirelievityksen lisäksi potilaan itsetuntemuksen ja toimintakyvyn lisääntyminen.

Koulutuksen suoritettuaan opiskelija pystyy yksilöpsykoterapeuttisen hoidon itsenäiseen läpiviemiseen osana aikuisten ja nuorten mielenterveyspalvelujen hoito- ja kuntoutus-

prosessia soveltaen integratiivisen psykoterapian periaatteita ja työtettä. Opiskelija tuntee eri psykoterapiasuuntausten teoreettisia hahmotustapoja ja psykoterapiamenetelmille yhteiset, muutosta tutkitusti tuottavat tekijät ja osaa soveltaa näihin perustuvia työtapoja ja tekniikoita potilaiden kulloistenkin tarpeiden mukaan. Opiskelijalla on laajat valmiudet yksilöpsykoterapialla tyypillisesti hoidettavien häiriöryhmien, kuten ahdistuneisuushäiriöiden, mielialahäiriöiden ja lievempien persoonallisuushäiriöiden hoidossa, hyvät valmiudet vaikeampien persoonallisuushäiriöiden, syömishäiriöiden, traumaperäisten ja muiden kompleksisten häiriöiden hoidossa ja perusvalmiudet psykoosien, neuropsykiatristen häiriöiden, riippuvuussien ja muiden vaikeiden mielenterveyshäiriöiden hoidossa.

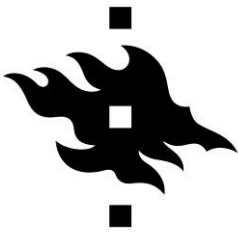
VALINTAPERUSTEET

Hakukelpoisuuden kriteerit esitetään Helsingin yliopiston psykoterapeuttikoulutuksen erillisessä hakuoppaassa. Kriteerit noudattavat asetuksen terveydenhuollon ammattihenkilöistä (VNA 1120/2010) §2 a asettamia ehtoja hakijan taustakoulutuksesta sekä työkokemuksesta. Lisäksi hakija osallistuu asetuksen edellyttämään soveltuvuuden arviointiin. Arvioinnin valintaperusteet ilmevät hakuoppaasta.

KOULUTTAJAT

Kouluttajina ja työnohjaajina toimivat integratiivisen psykoterapian kouluttajapsykoterapeutit: Katja Kurri (PsT, psykoterapian erikoispsykologi, psykoterapeutti VET, vastuukouluttaja), Leena Ehrling (VTT, psykoterapeutti VET), Misa Kokkonen (PsL, psykoterapian erikoispsykologi, psykoterapeutti VET), Minna-Leena Seilonen (PsL, psykoterapian erikoispsykologi, psykoterapeutti VET), Harri Valkonen (PsL, psykoterapian erikoispsykologi, psykoterapeutti VET) ja Jarl Wahlström (PsT, psykoterapeutti VET).

Lisäksi koulutusohjelman Helsingin yliopiston vastuuhenkilönä toimii professori



Anu-Katriina Pesonen, joka osallistuu ohjelman ohjausryhmän toimintaan ja koulutuksen seuraamiseen. Helsingin yliopiston psykiatrian ja psykologian professorit ja yliopistonlehtorit vastaavat yliopiston kaikkien koulutusohjelmien opiskelijoille yhteisestä opetuksesta.

KOULUTUSMAKSUT

Koulutuksen teoria- ja menetelmäopintojen koulutusmaksu määräytyy siihen osallistuvien opiskelijoiden lukumäärän mukaan. Minimiryhmäkoko on 16 ja maksimiryhmäkoko 24 opiskelijaa. Koulutus aloitetaan vain, mikäli ryhmän minimikoko täyttyy. Maksut ovat 10 500,- €/16 opiskelijaa, 9 280,- €/20 opiskelijaa ja 8 470 €/24 opiskelijaa (ALV 0%*). Koulutusmaksut vahvistetaan lopullisen opiskelijamäärän selvittyä ja ne jakautuvat seitsemälle lukukaudelle maksettavaksi. Koulutusohjelmaan kuuluva työnohjaus maksaa 4900,- €, jonka työnohjaaja laskuttaa osissa.

*) mikäli verosäädöksissä tai niiden tulkinnaissa tapahtuu muutoksia koulutuksen toteutusaikana, hintaan lisätään arvonlisävero.

Koulutusohjelmaan kuuluvan koulutuspsykoterapian kustannukset eivät sisälly yllämainittuun hintaan, vaan opiskelija suorittaa maksun koulutuspsykoterapeutille. Koulutusohjelman kahden haastattelijan suorittama soveltuvuusarviointi maksaa 120,- euroa (sis. alv), joka ei kuulu koulutusohjelman hintaan. Haastattelut maksetaan niiden yhteydessä.

Koulutuksen kustannuksista vastaavat koulutettava tai hänen työnantajansa. Koulutusta suunnittelevan suositellaan neuvottelevan hänen työnantajansa kanssa koulutuskustannuksiin osallistumisesta.

Koulutukseen otetaan 16, 20 tai 24 opiskelijaa ja se aloitetaan vain, mikäli ryhmän minimikoko täyttyy.

KOULUTUKSEN ALKAMINEN JA OPE- TUSTILAT

Koulutus alkaa syyskuussa 2018 ja se toteutetaan Helsingin yliopiston tiloissa. Lukuvuoden 2018-2019 opetuspäivämäärät julkaistaan kevään 2018 loppuun mennessä.

KOULUTUKSEN RAKENNE JA SISÄL- TÖ

Koulutusohjelma on laajuudeltaan 68 op ja kestää 3,5 vuotta. Lähiopetus toteutetaan seitsemän lukukauden aikana. Koulutusohjelma koostuu teoria- ja menetelmäopintojen, työnohjauksessa tapahtuvan psykoterapeuttisen asiakastyön, koulutuspsykoterapian ja opinnäytetyön opintokokonaisuuksista:

1) Teoria- ja menetelmäopinnot 40 op:

Teoreettinen ja menetelmäkoulutus muodostavat prosessinomaisen yhtenäisen kokonaisuuden, jossa teorian ja menetelmien lisääntyvä hallinta ovat vuorovaikutuksessa opiskelijan henkilökohtaisten taitojen ja itsen tuntemisen kehittymisen kanssa.

Opinnot jäsentyvät lukukauden mittaisina opintojaksoina. Lähiopetuspäiviä on 17 kahden päivän seminaaria (2 seminaaria syyslukausina ja 3 seminaaria kevätluku-kausina, yhteensä 272 opetustuntia). Kirjallisuusopinnot toteutetaan vertaisryhmissä ja tietoverkossa. Lisäksi ohjelmaan kuuluu 5 pv kaikille yliopiston koulutettaville yhteistä lähiopetusta.

Koulutuksen pääasiallinen opetuskieli on suomi. Kirjallisuus on niin suomen- kuin englanninkielistä.

Kaikkiin seminaareihin liittyy ajankohtaisista tutkimusartikkeleista koostuvaa ennakko-lukemista. Teoriasisältöjen lisäksi käsitellään vuorovaikutusasetelmiin, terapeutin omiin tunnereaktioihin ja näyttöön perustuvien tekniikoiden käyttöön liittyviä asioita seminaarikohtaisesti luentojen, videoiden, esi-



merkkien, pienryhmätyöskentelyn ja harjoitusten avulla.

Kirjallisuusopinnot suoritetaan pienryhmätyöskentelynä, jossa ryhmä käsittelee kirjallisuutta annettujen tehtävien pohjalta ja laatii työskentelystään raportit sähköiseen oppimisympäristöön. Ryhmät työstävät ja raportoivat kuuden ensimmäisen lukukauden aikana kolme etätehtävää lukukautta kohti.

2) Opinnäytetyö 10 op:

Koulutukseen kuuluu kaikkia sen opintokokonaisuuksia integroiva opinnäytetyö, joka on esimerkiksi johonkin ko. psykoterapiasuuntauksen erityiskysymykseen laaja-alaista perehtymistä vaativa, tieteellisen kirjoittamisen periaatteita noudattava kirjallinen tuotos. Opinnäytetyö on itsenäisesti toteutettu ja kirjallisesti raportoitu pienoistutkimus, jolla opiskelija osoittaa osaavansa tutkimuksellisesti lähestyä eri psykoterapian ilmiöitä ja havainnoida ja eritellä omaa työtapaansa ja osuuttaan hoitoprosessien kulussa. Hän osaa hakea ja lukea kriittisesti arvioiden tutkimuskirjallisuutta ja tuntee tutkimusraportoinnin perusteet.

Opinnäytetyön ohjaus tapahtuu neljän opiskelijan pienryhmissä, 24 tuntia ryhmää kohti. Opiskelijat esittävät opinnäytetyönsä koulutuksen päätösseminaarissa.

3) Psykoterapeuttisen potilastyön työohjaus 14 op:

Työohjaus, jonka tulee perustua vähintään 300 tuntiin psykoterapeuttista potilastyötä, toteutetaan ryhmätyöohjauksena neljän (4) opiskelijan ryhmissä. Kullakin ryhmällä on kaksi eri työohjaajaa. Ohjausaika on 20 tuntia ryhmää ja lukukautta kohti, eli yhteensä 140 tuntia. Työohjaukseen tulee tuoda vähintään kolme potilastapausta ja ainakin yhden hoidon tulee olla vähintään vuoden kestävä.

4) Koulutuspsykoterapia 4 op:

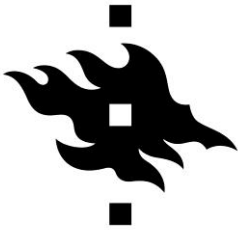
Opiskelijalla tulee olla pääsääntöisesti koulutuksen aikana käyty koulutuspsykoterapia, vähintään 80 terapiatuntia yksilöpsykoterapiaa vaativan erityistason (VET) psykoterapeutilla. Koulutuspsykoterapian psykoterapeutin suuntaus tulee olla integratiivinen, psykodynaaminen, kognitiivinen tai kognitiivis-analyttinen.

HENKILÖKOHTAINEN OPINTOSUUNNITELMA (HOPS)

Jokainen opiskelija laatii aloitusseminaarissa annettavan ohjeistuksen pohjalta HOPSin, joka sisältää eri opintokokonaisuuksien suoritustavan ja ajoituksen sekä henkilökohtaiset oppimis- ja kehittymistavoitteet. Opintojen edistyminen ja kehittymistavoitteiden saavuttaminen arvioidaan kahteen otteeseen kahdenvälisissä HOPS-keskusteluissa.

OSAAMISEN OSOITTAMINEN NÄYTÖLLÄ

Koulutusohjelmassa hankittu osaaminen osoitetaan näytöllä, joka muodostuu koulutuksen kuluessa kertyvästä opiskelijan näytösalkusta ja koulutuksen loppuvaiheessa suoritettavasta, tapausjäsenyykseen perustuvasta näyttökokeesta. Näytösalkku sisältää selosteet koulutuksen aikaisista työohjaustapauksista ja opiskelijan reflektiivinen kuvaus omasta kehityksestään psykoterapeuttina ja koulutuksen ja koulutuspsykoterapian osuudesta siinä. Näytösalkun esittäminen ja tarkastus tapahtuvat työohjausryhmän viimeisessä istunnossa ja sen tarkastamisen suorittavat ryhmän molemmat työohjaajat yhdessä. Näyttökoe suoritetaan seminaarin 16 yhteydessä ja sen tarkistaa yksi kouluttaja yhdessä psykoterapeuttikoulutuksen johtoryhmän edustajan kanssa.



KOULUTUKSEN SISÄLTÖ LUKUVUOSITTAIN:

1. lukukausi: Integratiivisen psykoterapian perusteet

Osaamistavoitteet: Opiskelija ymmärtää psykoterapian vuorovaikutuksellisen ja vastavuoroisuuden perustavana hoitomuotona ja hänellä on alustavat valmiudet käyttää teoreettisia käsitteitä psykoterapiaprosessin läpiviemisen ja havainnoinnin välineenä.

Sisältö: Integratiivisen psykoterapian erityispiirteet ja suhde perinteisiin psykoterapiamenetelmiin, psykoterapioiden integraation keskeiset käsitteet, muodot ja jännitteet. Psykoterapian teorioiden kehittymisen historiallinen prosessi, teorioiden muutos ja kehittyminen keskeisissä psykoterapeuttisissa traditioissa, niihin sisältyvät kuvaukset ihmisen psyykkisestä organisoitumisesta sekä toisistaan eriävät näkökulmat terapeuttisen muutoksen tekijöihin. Toimijuus ja sen ongelmat integroivana käsitteenä. Opintojaksolla opiskelija reflektoi omaa ja työorganisaationsa ymmärrystä siitä mikä tuottaa psyykkistä muutosta.

Seminaari 1: Aloituseminaari: Mitä psykoterapia on?

Seminaari 2: Integratiivisuus psykoterapiassa. Psykoterapiateorian historia ja jännitteet.

2. lukukausi: Terapiasuhte ja psykoterapian aloitus

Osaamistavoitteet: Opiskelija ymmärtää potilaan kontekstin, odotusten ja potilaan omalle tilanteelleen luomansa ymmärryksen merkityksen psykoterapiaprosessin kannalta. Hän tuntee terapiasuhteen keskeiset ulottuvuudet ja ymmärtää oman osuutensa niiden muodostumisessa. Opiskelija osaa tehdä tapausjäsennyksen potilaan psyykkisen tilan/häiriön muodostumisesta ja ylläpysymisestä ja arvioida muutoksen edellytyksiä ja haasteita ja ottaa ne huomioon vuorovaikutukseen asettumisen tavoissaan.

Sisältö: Terapeuttisen yhteistyösuhteen luominen, ylläpitäminen ja korjaaminen. Psykoterapian aloittaminen ja psykoterapia-

soveltuvuuden arvioiminen. Terapiasuhteen erityiskysymykset nuorten kanssa työskennellessä. Käsitteellistämisen merkitys psykoterapeutin työvälineenä ja yhteisenä jaettuna ymmärryksenä potilaan kanssa. Käsitteellistämisen keskeiset painopisteet psykodynaamisessa, kognitiivisessa ja kognitiivis-analyttisessä viitekehyksessä. Tuloksellisuuden jatkuva seuranta ja terapiaprosessin edistymisen havainnointi.

Seminaari 3: Terapiasuhte ja psykoterapiaprosessi

Seminaari 4: Tapausjäsennyksen ja muutos 1

Seminaari 5: Tapausjäsennyksen ja muutos 2

3. lukukausi: Kehittyvä mieli, vuorovaikutus ja psyykkiset häiriöt

Osaamistavoitteet: Opiskelija tuntee ihmisen kehityksen psykologian varhaisen vuorovaikutuksen, kehityspsykologian keskeisen tutkimuksen ja eri psykoterapiateorioiden näkökulmista. Hän ymmärtää kehitysympäristön ja yksilön kehityksen välisen vastavuoroisuuden. Hän osaa hahmottaa omia vuorovaikutuksessa herääviä ja vuorovaikutusta ohjaamaan pyrkiviä tunteitaan ja osaa ammatillisesti säädellä omaa vuorovaikutukseen osallistumistaan potilasta hyödyttävällä tavalla.

Sisältö: Lapsen kehityksen merkitys aikuisuuden hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja mielenterveyden kannalta. Nuoruusvuosien psyykkinen kehitys. Relationaalinen lähestymistapa, objektsuhdeteoria, mentalisaatio-teoria ja kiintymyssuhdeteoria, näiden integratiivinen ymmärtäminen ja merkitys psyykkisten häiriöiden muodostumisen ja psykoterapian kannalta.

Seminaari 6: Kehittyvä mieli ja vuorovaikutus

Seminaari 7: Kehittyvä mieli ja psyykkiset häiriöt

4. lukukausi: Psyykkiset häiriöt ja vuorovaikutukselliset asetelmat: ahdistus, masennus ja traumaperäiset häiriöt



Osaamistavoitteet: Opiskelija tuntee ahdistus- ja mielialahäiriöiden sekä traumaperäisten häiriöiden kehityksellisen taustan ja ilmentymisen tavat aikuisuudessa ja nuoruudessa. Hän osaa huomioida eri häiriöihin liittyvien yksilöllisten vuorovaikutusasetelmien muodostumista potilaan elämäntilanteissa ja psykoterapiassa.

Sisältö: Ahdistus-, mieliala- ja traumaperäisten häiriöiden biologinen ja vuorovaikutuksellinen kehitystausta. Terapia-suhteen, allianssikatkosten ja transferenssi-asetelmien erityispiirteet näissä häiriöissä. Masentuneen, ahdistuneen ja traumapotilaan psykoterapeuttinen hoito. Näyttöön perustuvat tekniikat, niiden oikea-aikainen käyttö ja niveltymisen terapiavuorovaikutukseen.

Seminaari 8: Masennus ja vuorovaikutuksen rakentuminen

Seminaari 9: Ahdistus ja vuorovaikutuksen rakentuminen

Seminaari 10: Trauma ja vuorovaikutuksen rakentuminen

5. lukukausi: Psykkiset häiriöt ja vuorovaikutukselliset asetelmat: persoonallisuushäiriöt

Osaamistavoitteet: Opiskelija tuntee persoonallisuushäiriöiden kehityksellisen taustan ja ilmentymisen tavat aikuisuudessa ja niitä ennakoivat käyttäytymispiirteet nuoruudessa. Hän osaa huomioida eri persoonallisuushäiriöihin liittyvien yksilöllisten vuorovaikutusasetelmien muodostumista potilaan elämäntilanteissa ja psykoterapiassa.

Sisältö: Eri persoonallisuushäiriöiden biologinen ja vuorovaikutuksellinen kehitystausta. Tasodiagnostinen arviointi ja sen merkitys psykoterapiaa ohjaavana jäsenyyksenä. Terapiasuhteen, allianssikatkosten ja transferenssiasetelmien erityispiirteet eri persoonallisuushäiriöissä. Eri persoonallisuushäiriöistä kärsivien potilaiden psykoterapeuttinen hoito. Näyttöön perustuvat tekniikat, niiden oikea-aikainen käyttö ja niveltymisen terapiavuorovaikutukseen.

Seminaari 11: Persoonallisuushäiriöt ja niiden tausta

Seminaari 12: Persoonallisuushäiriöt ja vuorovaikutuksen rakentuminen

6. lukukausi A: Psykkiset häiriöt ja vuorovaikutukselliset asetelmat: syömishäiriöt, riippuvuudet ja psykoosit

Osaamistavoitteet: Opiskelija tuntee syömishäiriöiden, erilaisten riippuvuuksien, keuhollisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyvien häiriöiden ja psykoosien kehityksellisen taustan ja ilmentymisen tavat aikuisuudessa ja nuoruudessa. Hän osaa huomioida näihin häiriöihin liittyvien yksilöllisten vuorovaikutusasetelmien muodostumista potilaan elämäntilanteissa ja psykoterapiassa.

Sisältö: Syömishäiriöiden, riippuvuuksien ja psykoosien biologinen ja vuorovaikutuksellinen kehitystausta. Kehollisuuden ja seksuaalisuuden ongelmien kehityksellinen tausta. Terapiasuhteen, allianssikatkosten ja transferenssiasetelmien erityispiirteet näissä häiriöissä. Eri syömishäiriöistä, riippuvuuksista ja eri keuhollisuuteen ja seksuaalisuuteen liittyvistä häiriöistä kärsivien potilaiden psykoterapeuttinen hoito. Näyttöön perustuvat tekniikat, niiden oikea-aikainen käyttö ja niveltymisen terapiavuorovaikutukseen. Psykoterapia osana psykoottisten potilaiden hoitoa.

Seminaari 13: Syömishäiriöt, keuhollisuus, seksuaalisuus ja vuorovaikutuksen rakentuminen

Seminaari 14: Riippuvuudet, psykoosit ja vuorovaikutuksen rakentuminen

6. lukukausi B: Psykoterapiataitojen integroiminen

Osaamistavoitteet: Opiskelijaa osaa integroida aikaisemmissa opintojaksoissa oppimansa osaksi terapeuttisia työskentelytaitojaan ja jäsentää oman integratiivisen työotteensa.

Sisältö: Opiskelijoiden oppimispäiväkirjojen läpikäyminen. Kouluttajien paneelikeskustelu tapauskohtaisista jäsenyyksistä.



Seminaari 15: Psykoterapiaprosessin integroiva ymmärtäminen

7. lukukausi: Psykoterapeutin identiteetti ja etiikka sekä tutkimuksellinen ote terapeutin työssä

Osaamistavoitteet: Opiskelijalla on valmiudet reflektoida omaa psykoterapeutti-identiteettiään ja arvioida omassa työssä heittäviä kuormittavia eettis-moraalisia kysymyksiä ja ristiriitoja. Hän osaa arvioida psykoterapiatutkimuksen merkitystä oman työn kannalta ja soveltaa tutkimuksellista otetta sen tarkastelussa.

Sisältö: Opiskelijoiden terapiatyössään kohtaamien asioiden työstämistä tapauspohjaisesti. Arvio omista vuorovaikutustaidoista, konfrontaatioharjoituksia, itselle erityisen haastavat potilaat ja vastatunteet. Tutkittu tieto psykoterapeutiksi kasvamisesta ja työssä jaksamisesta. Opiskelijoiden omaan terapiatyöhön kohdistuvien opinnäytetöiden käsittely.

Seminaari 16: Psykoterapeutin identiteetti. Eettiset ja moraaliset ulottuvuudet psykoterapeutin työssä ja psykoterapeutin jaksaminen

Seminaari 17: Päätösseminaari: opinnäytetyöt

KOULUTUKSEEN HAKEMINEN

Koulutuksen hakuaika ja haun yhteydessä tarvittavat lomakkeet ja todistukset ilmenevät Helsingin yliopiston psykoterapeuttikoulutuksen verkkosivuilta hakuoppaasta.

Sähköinen hakulomake julkaistaan haun alkaessa helmikuussa 2018.

TIEDUSTELUT

Psykoterapeuttikoulutuksen koulutussuunnittelija, psykoterapeuttikoulutus@helsinki.fi