

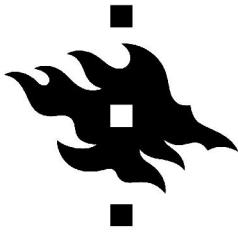
HELSINGIN YLIOPISTO

PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUS

KOGNITIVINEN LASTEN JA NUORTEN YKSILÖPSYKOTERAPIAN
KOULUTUSOHJELMA 70 OP, 2017-2020

Psykologia
Medicum
Lääketieteellinen tiedekunta

Psykiaatria
Clinicum
Lääketieteellinen tiedekunta



HELSINGIN YLIOPISTO

KOULUTUKSEN JÄRJESTÄJÄT

Helsingin yliopiston lääketieteellisen tiedekunnan psykologian oppiaine ja psykiatrian osasto yhdessä Kognitiivisen psykoterapian yhdistys ry:n sekä Luote Oy:n kanssa.

TAUSTA

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.

KOGNITIIVINEN LASTEN JA NUORTEN YKSILÖPSYKOTERAPIA JA KOULUTUKSEN TAVOITE

Koulutusohjelman tavoitteena on antaa tiedolliset ja taidolliset valmiudet toimia erityisesti lasten ja nuorten kognitiivisena yksilöpsykoterapeuttina. Lasten ja nuorten kognitiivinen terapia ottaa kuitenkin huomioon keskeisesti myös lapsen ja nuoren kehitysympäristöt kuten perheen ja esimerkiksi koulun, joten kognitiivinen lasten ja nuorten terapeutti työskentelee usein paitsi yksilön, myös perheen ja verkoston kanssa.

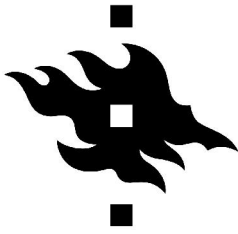
Koulutuksen suoritettuaan koulutettava pystyy itsenäisesti arvioimaan kognitiivisen psykoterapian sovellettavuutta, määrittelemään lapsen ja nuoren keskeiset hoidettavat ongelmat tai mielenterveyden häiriöt ja kokonaistilanteen sekä hoitamaan asiakkaitaan kognitiivisen psykoterapian menetelmin ja arvioimaan kognitiivisen psykoterapian mahdollisuuksia ja vaikuttavuutta. Koulutusohjelma

antaa valmiudet toteuttaa kehityssensitiivisesti tapauskäsitteellistämisen pohjalta toteutettuja lyhyt- tai pitkäkestoisia, tavoitteiltaan määriteltyjä kognitiivisia yksilöpsykoterapioita ja niihin liittyvää vanhempien kanssa työskentelyä/vanhempainohjausta.

Kognitiivinen psykoterapia sisältää useita psykoterapiamuotoja. Näillä on yhteiset juuret, mutta painotukset ja työskentelytavat vaihtelevat. Psykoterapiassa keskeisiä työskentelyn kohteita ovat asiakkaan ongelmia tuottavat ajatukset tai uskomukset ja näihin liittyvät tunteet. Kognitiivisen psykoterapian perusajatuksena on, että kognitiot ja emootiot liittyvät toisiinsa ja että muokkaamalla kognitioita joustavampaan suuntaan saadaan aikaan muutosta tunnekokemuksessa ja toiminnassa. Viime vuosikymmeninä on ymmärretty tunteiden keskeinen merkitys ihmisen kokemusten organisoitumisessa sekä siten myös psykoterapeuttisessa työskentelyssä. Myös käyttäytymisen konkreettista, aktiivista muuttamista pidetään tärkeänä, kun psykoterapiassa halutaan saavuttaa pysyvää muutosta. Koulutuksessa opiskellaan yleisten psykoterapeuttisten taitojen ja valmiuksien lisäksi erityisesti lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapian teoriaa ja menetelmiä.

Lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapian menetelmien tuloksellisuudesta on saatu näyttöä useiden keskeisten lasten ja nuorten mielenterveydenhäiriöiden hoidossa, mistä syystä kognitiivista psykoterapiaa puolletaan monissa kansallisissa ja kansainvälisissä hoitosuosituksissa. Koulutusohjelma käsittelee näitä sisältöjä ajankohtaisen kliinisen ja tutkimus tiedon valossa tukien myös opiskelijan kykyä arvioida ja hyödyntää kognitiivisessä viitekehyksessä tehtyä psykoterapiatutkimusta samoin kuin hyödyntää tutkivaa asennetta omassa työssään.

Koulutus soveltuu mielenterveystyön ammattilaisille koulu- ja opiskelijaterveydenhuollossa, oppilashuollossa, neuvoloissa, sosiaali-toimessa ja järjestöjen palveluissa sekä psykiatristen (keskeisesti lastenpsykiatristen ja



HELSINGIN YLIOPISTO

nuorisopsykiatristen) poliklinikoiden ja muiden yksidiöiden henkilöstölle, jotka voivat työsään hyödyntää kognitiivisen psykoterapian menetelmiä.

HAKUEDELLYTYKSET JA 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, joka toteutetaan kahdella erillisellä soveltuvuushaastattelulla. Arvioinnin valintaperusteet ilmenevät hakuoppaasta.

KOULUTTAJAT

Kouluttajina koulutusohjelmassa toimivat vaativan erityistason (VET eli kouluttaja-) psykoterapeutit Reetta Valjus, Jyri Tamminen, Sanna-Kaija Nuotio, Pia Charpentier, Anne Kauppi, Ari Leinonen, Arja Suovesi-Pöysti, Katri Salo, Jochen Knoll, Maaria Koivisto, Tarja-Sisko Saastamoinen, Irena Miettinen, Minna Katajarinne, Minna Koskinen, Klaus Ranta (varavastuukouluttaja) ja Jorma Fredriksson (vastuukouluttaja) joilla kaikilla on VET/kouluttajapätevyys kognitiivisen psykoterapian viitekehuksesta.

Koulutusohjelmalla on lisäksi Helsingin yliopiston nimeämä vastuuhenkilö. Helsingin yliopiston psykiatrian ja psykologian professorit ja yliopistonlehtorit vastaavat yliopiston kaikkien koulutusohjelmien opiskelijoille yhteisestä opetuksesta.

KOULUTUSMAKSUT

Koulutus on yliopistojen maksullista täydennyskoulutusta. Koulutuksen maksu on 14.750,- euroa opiskelija (24 opiskelijan ryhmä) ja 16.350,- euroa opiskelija (20 opiskelijan ryhmä) (ALV 0%*) sisältäen koulutuksen

teoria- ja menetelmäopinnot. Teoria- ja menetelmäopintojen koulutusmaksu määräytyy siihen osallistuvien opiskelijoiden lukumäärän mukaan. Koulutusmaksut vahvistetaan opiskelijavalinnan tuloksen selvittyä ja ne jakautuvat seitsemälle lukukaudelle (noin 2.110,- tai 2.336,- €/lukukausi).

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

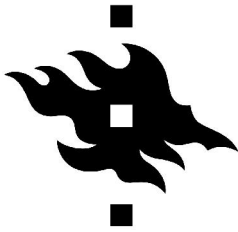
Koulutusohjelmaan kuuluu lisäksi opiskelijan oma koulutuspsykoterapia (ryhmäpsykoterapia 40t ja yksilö-psykoterapia 40t) sekä psykoterapeuttisen potilastyön työohjaus. Niiden kustannukset eivät sisälly yllämainittuun hintaan vaan opiskelija suorittaa ne koulutuspsykoterapeutille tai työnohjaajalle suoraan. Ryhmäpsykoterapian hinta on 1200€/5 hengen ryhmässä ja 1500 €/4 hengen ryhmässä. Yksilöpsykoterapian hinta määräytyy koulutuspsykoterapeutin taksan mukaan. Työnohjaus maksaa (130/t) 4.875,- euroa/opiskelija, alv 0% mikäli opiskelija on terveydenhuollon ammattihenkilö, muussa tapauksessa hintaan lisätään alv 24%. Lisäksi koulutusohjelman soveltuvuusarviointi ja valinta maksaa 150 euroa (sis 24% alv), joka ei kuulu koulutusohjelman hintaan. Soveltuvuusarviointi maksetaan haastattelujen yhteydessä.

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

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

KOULUTUKSEN ALKAMINEN JA OPETUSTILAT

Koulutus alkaa aloitusseminaarilla 17-18.8. 2017 ja kestää 3,5 vuotta (7 lukukautta) vuotta työn ohessa suoritettuna. Ensimmäisen lukukauden yksi seminaari toteutetaan internaat-



tina opiskelijoiden ryhmäytymisen tukemiseksi. Kansainvälisen asiantuntijan seminaarit järjestetään pääkaupunkiseudulla erikseen ilmoitetuissa tiloissa. Muilta osin koulutuksen seminaariopetus järjestetään pääosin Helsingin yliopiston tiloissa Helsingin keskustassa.

KOULUTUKSEN RAKENNE JA SISÄLTÖ

Lähiopetus toteutetaan pääosin syys- ja kevätlukukausien aikana 1-2 kuukauden välein olevina kahden päivän seminaareina (torstai-perjantai). Kullakin seminaarilla on tiedollisia, taidollisia ja opiskelijan reflektion kehittymiseen liittyviä tavoitteita, joita havainnollistaa tässä esitteessä seminaarin 1 tavoitteenasettelu. Kunkin seminaarin tiedolliset ja taidolliset tavoitteet rakentuvat kyseisen seminaarin aiheen ympärille.

Koulutus sisältää ryhmämuotoista teorian opiskelua, pienryhmäytymisohjausta, verkko-työskentelyä toteutettavia kirjallisuuspienryhmiä sekä yksilö- ja ryhmämuotoista koulutuspsykoterapiaa. Teoriaosioon kuuluu lähiopetuksen lisäksi alan kirjallisuuteen perehtymistä, välitehtäviä ja muuta omatoimista, koulutusohjelmaan sisältyvää opiskelua. Koulutukseen kuuluu sen opintokokonaisuuksia integroiva opinnäytetyö, joka on esimerkiksi johonkin lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapiasuuntauksen erityiskysymykseen laaja-alaista perehtymistä vaativa, tieteellisen kirjoittamisen periaatteita noudattava kirjallinen tuotos. Lisäksi koulutusohjelmaan kuuluu asetuksen terveydenhuollon ammattihenkilöistä (VNA 1120/2010) edellyttämä osaamisen osoittaminen näytöllä. Koulutusohjelman pääasiallinen opetuskieli on suomi mutta koulutusohjelman kirjallisuus on pääosin englanninkielistä. Kaksi koulutusohjelman seminaareista on ulkomaisen kognitiivisen psykoterapian asiantuntijan pitämiä.

Koulutusohjelma koostuu seuraavista kolmesta opintojaksosta:

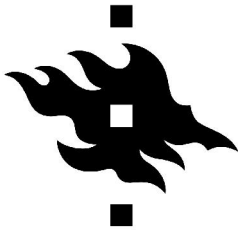
1) Teoria- ja menetelmäopinnot:

- a) Teoria- ja kliinisiä seminaareja sekä kontaktiopetusta pienryhmissä (326t) sekä muuta oma-toimista teoria- ja menetelmä-opiskelua 38 op: Lähiopetus jakaantuu 20:een kahden päivän seminaariin jonka lisäksi siihen sisältyy viisi verkko-opetuksena toteutettavaa kirjallisuustutorryhmää.
- b) Opinnäytetyö 10op
- c) Yliopiston kaikkien koulutus-ohjelmien opiskelijoille yhteiset opinnot 5op: 5pv kaikille yliopiston psykoterapeuttikoulutettaville yhteistä opetusta.

2) Psykoterapeuttisen potilastyön ryhmäytymisohjaus 13 op: ohjataan vähintään kaksi yli vuoden kestoista /yli 40t ja neljä alle vuoden kestoista /yli 20t pituista psykoterapiaa, jotka opiskelija on valmistellut. Työnohjausta on kerrallaan 4t, 9-10krt/vuosi. Psykoterapeuttista potilastyötä tulee olla koulutuksen aikana yhteensä vähintään 300 tuntia. Potilastyötä ei lasketa opintopisteisiin. Työnohjausryhmät ja työohjaajat sovitaan koulutuksen alettua

3) Koulutuspsykoterapia 4op: 40t yksilöpsykoterapiaa (noin vuoden ajan) sekä 40 t ryhmäpsykoterapiaa, yht. 80t sekä niihin valmistautuminen. Ryhmämuotoisen koulutuspsykoterapian osuus toteutetaan kahtena intensiivijaksona, joista toinen kestää kaksi ja toinen kolme kokonaista päivää. Yksilöpsykoterapeutin löytämisessä tuetaan koulutusohjelman alettua, mikäli opiskelijalla ei ole tiedossa koulutuspsykoterapeuttia. Koulutuspsykoterapian tulee olla kognitiivista ja vaativan erityistason (VET) / kouluttajapsykoterapeutin antamaa.

Teoreettinen ja menetelmäkoulutus muodostavat prosessinomaisen yhtenäisen kokonaisuuden, jossa teorian ja menetelmien lisääntyvä hallinta ovat vuorovaikutuksessa opiskelijan henkilökohtaisten taitojen ja itsen tunteamisen kehittymisen kanssa. Koulutuksen alkaessa opiskelijat saavat koko koulutusohjelman.



HELSINGIN YLIOPISTO

Koulutusohjelma sisältää seuraavat teoria- ja menetelmäopintojen opintojaksot, joiden tarkemman sisällön opiskelija saa koulutusohjelman alkaessa:

I Orientoiva osuus: kognitiivisen psykoterapian perusteet ja kehityssensitiivinen lähestymistapa. Orientoivan opintojakson muodostavat kolme kahden päivän seminaaria (joista yksi toteutetaan internaattimuotoisesti), työnohjausryhmien muodostaminen (4 hengen ryhmät), kirjallisuusverkkokurssin aloittaminen (5 hengen ryhmät). Jakson aikana tutustutaan kognitiivisen psykoterapian perusteisiin (sokraattinen dialogi, altistaminen, tunteiden ja ajatusten tunnistaminen, ajattelun uudelleenmuotoilu) sekä kiinnitetään huomiota koulutettavien ryhmäytymiseen. Seminaarit:

Seminaari 1 /17-18.08.2017) Koulutukseen orientoituminen sekä kognitiivinen psykoterapia, periaatteet, käsitteellistäminen ja keskeiset työtavat

Keskeiset tavoitteet: opiskelija saa perustiedot kognitiivisesta psykoterapiasta (tiedollinen tavoite) , opiskelija alkaa kokea itsensä yhdeksi koulutusryhmän jäseneksi ja tulevaisuutta psykoterapeutiksi (reflektiivinen tavoite). Opiskelija oppii käsitteellistämisen perusasiat ja saa kokemusta kognitiivisen psykoterapian perustyötavoista (taidollinen tavoite)

Seminaari 2: Kognitiivinen lasten ja nuorten psykoterapia

Seminaari 3: Kehityspsykologia ja kognitiivinen psykoterapia

II Perusosuus: koulutuksen perusosuus koostuu lukukausista 2, 3 ja osin 4 ja sisältää perehtymisen lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapian tavallisimpiin sovellusalueisiin ja työtapoihin sekä perehtymistä joihinkin uudempiin sovellusalueisiin ja lähestymistapoihin. Tavanomaisimpia sovellusalueita ovat ahdistuneisuushäiriöt ja depressio. Näiden yhteydessä käsitellään myös kognitiivisen psykoterapian lähestymistapoja aikuisten kanssa

työskenneltäessä ja verrataan niitä lasten ja nuorten kanssa työskentelyyn. Seminaari:

Seminaari 4. Arviointi lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapian yhteydessä.

Seminaari 5: Lasten ja nuorten ahdistuneisuushäiriöiden kognitiivinen psykoterapia

Seminaari 6: Lasten ja nuorten depression kognitiivinen psykoterapia.

Seminaari 7: Vanhempien kanssa työskentely ja vanhempainohjaus lasten ja nuorten kognitiivisen psykoterapian tukena tai vaihtoehtona.

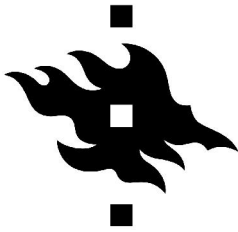
Seminaari 8: Ulkoistuvat häiriöt (tarkkaavaisuushäiriö, uhmakkuushäiriö, käytöshäiriö) ja kognitiivinen psykoterapia

Seminaari 9. Kiintymyssuhde, terapiasuhde ja kognitiivinen psykoterapia

Seminaari 10: Käsitteellistäminen ja keskeiset työtavat kognitiivisessa aikuisten ja lasten ja nuorten psykoterapiassa, taitoharjoitusseminaari

III Laajentava ja syventävä osuus: Laajentavassa ja syventävässä kokonaisuudessa perehdytään kognitiivisen psykoterapian käyttöön mm. syömishäiriöiden, kompleksisten traumojen, neuropsykiatristen häiriöiden ja muiden kognitiivisen psykoterapian kannalta monimutkaisempien lasten ja nuorten psyykkisten häiriöiden hoidossa. Lisäksi käsitellään nuorten kanssa työskentelyn erityiskysymyksiä kuten alkava persoonallisuushäiriö-problematiikka, itsetuhoinen käyttäytyminen, riippuvuudet. Tässä koulutusosuudessa koulutettavat voivat myös etsiä omia kiinnostuskohteita ja perehtyä niihin. Koulutettavat perehtyvät myös kognitiivisen psykoterapian nykyisiin kehityssuuntiin.

Seminaari 11: Ulkomaisen kognitiivisen psykoterapian kouluttajan seminaari



HELSINGIN YLIOPISTO

Seminaari 12. Syömishäiriöiden kognitiivinen psykoterapia

Seminaari 13: Lasten ja nuorten posttraumaattisen stressihäiriön kognitiivinen psykoterapia.

Seminaari 14. Lopputyöt käynnistävä seminaari, lisäteemana terapeutin oma jaksaminen

Seminaari 15: Neuropsykiatriset häiriöt ja kognitiivinen psykoterapia sekä lasten ja nuorten pakko-oireinen häiriö ja kognitiivinen psykoterapia

Seminaari 16: Nuoruusiän vakava masennus, itsetuhoisuus, ja alkavat persoonallisuushäiriöt: Kognitiivinen psykoterapia ja DKT.

Seminaari 17: Lasten ja nuorten kognitiivisen terapian suuntauksia: Tietoisien läsnäolon taitoihin perustuva terapia. Skeematerapia.

Seminaari 18. ulkomaisen kouluttajan pitämä seminaari

IV Koulutuksen viimeistelevä osuus (noin 8 op): Osuudessa orientoidaan opiskelijat työskentelyyn psykoterapeutteina (omasta jatkuvasta kehityksestä ja työssä jaksamisesta huolehtiminen, lainsäädännölliset kysymykset). Lisäksi viimeistelykokonaisuuteen kuuluu lopputyöseminaari, joissa opiskelijat apukouluttajan asemasta käsin esittelevät lopputyönsä ensin suunnitelmana ja sitten valmiina työnä ryhmälle. Seminaarit:

19. Seminaari: Lopputyöt esittelevä seminaari

20. Päätösseminaari: psykoterapeuttina työskentely eri konteksteissa

Tämän lisäksi koulutusohjelmaan kuuluu 5 op Helsingin yliopiston kaikille psykoterapeuttikoulutusohjelmille yhteisesti järjestämiä opintoja.

KOULUTUKSEEN HAKEMINEN

Hakemusten tulee olla perillä viimeistään 28.2.2017 klo:16.15 mennessä. Tarkemmat hakuohjeet (sähköinen hakemus ja liitteet): <http://www.helsinki.fi/psykoterapeuttikoulutus/opiskelu/hakuajat.htm>.

Soveltuvuushaastattelut järjestetään pääosin huhtikuussa 2017 Helsingin keskustassa. Haastattelukutsut lähetetään niihin valituille erikseen. Haastattelupäiviä ovat pe 31.3.2017, to 6.4.2017, pe 21.4.2017 ja la 22.4.2017.

TIEDUSTELUT

Tuula Rantala, koulutussuunnittelija
psykoterapeuttikoulutus@helsinki.fi
puh. +358-294 140 963

Sekä vastuukouluttajat:
JormaFredriksson
sp. jorma.fredriksson@gmail.com ja

Klaus Ranta
sp. klaus.ranta@hus.fi