

PÄIVITÄ TIETOSI DIALEKTISESTA KÄYTTÄYTYMISTERAPIASTA

Aika: 2.-3.12.2010

Kouluttajat: Maaria Koivisto ja Anna-Liisa Tsokkinen

Maaria Koivisto on psykiatrian erikoislääkäri ja kognitiivinen psykoterapeutti VET 2010. Anna-Liisa Tsokkinen on toimintaterapeutti. Molemmat ovat työskennelleet HYKS Jorvin DKT-projektissa vuodesta 2006 ja saaneet DKT-intensiivikoulutuksen Seattlessa USA:ssa.

Dialektinen käyttäytymisterapia on Marsha Linehanin epävakaan persoonallisuuden ja itsetuhokäyttäytymisen hoitoon kehittämä monitekijäinen avohoitomalli. Linehanin seuraajat, kuten Alan Fruzzetti, ovat kehittäneet hoitomallia ja sen sovelluksia edelleen. DKT on tällä hetkellä epävakaan persoonallisuuden hoitomuodoista tutkituin. Sen tuloksellisuus epävakaasta persoonallisuudesta ja itsetuhoisuudesta kärsivien naisten hoidossa on vakuuttavasti osoitettu: vaikeaoireisten potilaiden itsetuhokäyttäytymisen taajuus ja vakavuus, sairaalahoidon tarve ja päivystyskäynnit ovat merkittävästi vähentyneet vuoden mittaisen hoidon seurauksena. Suomessa on viime vuosina ilmennyt lisääntyvää kiinnostusta DKT-menetelmää kohtaan. HYKS Jorvissa tämä hoito-ohjelma on toiminut kevästä 2006 alkaen.

DKT:n keskeisimpänä tavoitteena on auttaa epävakaasta persoonallisuudesta kärsivää omaksumaan uudenlaista kyvykkyyttä, minkä seurauksena hänen elämänlaatunsa voi lisääntyä. DKT:ssa esimerkiksi tunteiden tunnistamista, itsen hyväksymistä tai itsevalidaatiota ymmärretään harjoiteltavissa olevina taitoina. Terapeutin tehtävänä on pysyä ”hyväksymismoodissa”, ts. radikaalisti hyväksyä potilaansa ja tämän ongelmat sekä samanaikaisesti puskea häntä jatkuvasti kokeilemaan uudenlaista, toimivaa käyttäytymistä. Konsultaatiotiimi auttaa terapeuttia tarkastelemaan ilmiötä moniulotteisesti, pitämään validaatio- ja muutosväliintulot sopivassa tasapainossa ja pysymään motivoituneena ja potilaaseensa sitoutuneena vaikeinakin hetkinä.

Koulutuksen tavoitteena on päivittää DKT-tietoja ja -taitoja. Koulutuksessa käsitellään DKT:n perusteita, periaatteita ja erityiskysymyksiä. Fokus on erityisesti DKT:n ”hoitofilosofiassa”, terapeutin tyylistrategioissa sekä tietoisien läsnäolon, tunnesäätely- ym. taitojen oppimisessa ja opettamisessa. Koulutus hyödyntää myös Jorvin projektista saatuja kokemuksia. Menetelminä käytetään luento-opetusta, videota, simulaatioita, taitoharjoittelua ja keskustelua menetelmien soveltamisesta omassa työskentelyssä. Koulutus on tarkoitettu työryhmille, jotka harkitsevat DKT-ohjelman käynnistämistä sekä yksittäisille terapeuteille, jotka haluavat syventää DKT-osaamistaan.