



Luote Oy

Kognitiivisen psykoterapian keskus

Psykoterapeuttikoulutukset

- ***Pitkäaikainen kokemus psykoterapeuttikoulutusten toteuttamisesta***
- ***Asiantunteva ja laaja kouluttaja-, työnohjaaja- ja koulutuspsykoterapeuttikunta***
- ***Pääkouluttaja koulutusprosessin ohjaajana***
- ***Koulutusohjelman monipuolisuus***
- ***Koulutuksen rakenne –eri osiot etenevät prosessina toisiaan tukien***
- ***Koulutusten jatkuva kehittämistyö ja kouluttajien kouluttaminen***
- ***Kansainvälinen yhteistyö***
- ***Kouluttajakoulutukset (Vaativan erityistason koulutukset)***
- ***Opiskelijoiden arvioita koulutuksesta***

Psykoterapeuttikoulutukset

Vuoden 2012 alusta koulutuksien järjestäminen on siirtynyt yliopistojen tehtäväksi. Yhdistyksen yliopistoille tekemät koulutustarjoukset ovat tässä kuvattujen periaatteinen, käytäntöjen, sisältöjen ja rakenteen mukaisia. Lopulliset koulutusohjelmat vahvistetaan yliopistoilla. **Yliopistokohtaisesti koulutusohjelmissa ja käytännöissä voi siten olla jonkin verran eroavuuksia.**

Pitkäaikainen kokemus psykoterapeuttikoulutusten toteuttamisesta

Kognitiivisen psykoterapian yhdistys ry on perustettu 1977. Yhdistys on koko olemassa olonsa ajan toteuttanut psykoterapeuttikoulutuksia, aluksi erityistason koulutuksina ja 1990-luvulta lähtien ylempään erityistason koulutuksina eri yhteistyötahojen kanssa. Vaativan erityistason koulutuksia yhdistys on toteuttanut 1982 lähtien. Yhteistyötahoina ovat toimineet mm. Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus, Jyväskylän yliopiston psykologian laitos, psykoterapian opetus- ja tutkimuskeskus, Turun yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus Brahea, Helsingin yliopiston Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia, Oulun yliopiston Koulutus- ja Tutkimuskeskus, Etelä-Karjalan kesäyliopisto. Koulutuksissa yhdistys on vastannut koulutusohjelmien sisällöstä nimeämiensä koulutuksenjohtajien ja kouluttajiensa kautta. Vuoden 2012 alusta lähtien koulutukset toteutuvat yhteistyössä yliopistojen kanssa.

Yhteensä yhdistys on toteuttanut yli 30 ET/YET-tasoista koulutusta. VET-tasoisia koulutuksia on toteutunut 10. Kaikki koulutusohjelmat Valvira on hyväksynyt psykoterapeutti-ammattinimikkeen saamisen oikeuttaviksi.

Vuonna 2009 Kognitiivisen psykoterapian yhdistys perusti oman yhtiön Kognitiivisen psykoterapian keskus Luote Oy:n, joka on mukana koulutuksien järjestämisessä.

Asiantunteva ja laaja kouluttaja-, työhjoaja- ja koulutuspsykoterapeuttikunta

Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen psykoterapeuttikoulutuksissa kouluttajilla on Valvira:n rekisteröimä vaativan erityistason psykoterapeuttipätevyys.

Teoriaseminaarien kouluttajilla on laaja kokemus kliinisestä työstä ja tieto-taitoa juuri heidän kouluttamiensa teemojen alueelta esim. ahdistuneisuushäiriöistä kouluttaa tähän alueeseen perehtynyt kouluttaja ja persoonallisuushäiriöiden eri hoitomalleista kouluttaa juuri ko. hoitomalleihin perehtynyt kouluttaja. Koulutusohjelman aikana teoriaosuuksia pitävätkin useat kouluttajat, neljän vuoden aikana kouluttajina koulutusohjelmassa toimiikin usein jopa 10 alansa asiantuntijaa.

Koulutuksissa työhjoaus nivoutuu tiiviisti integroituen teoriakoulutuksen etenemiseen. Myös kaikki työhjoajat ovat Valvira:n rekisteröimiä vaativan erityistason psykoterapeutteja ja heillä on vankka kliininen kokemus. Koulutuksissa on valmiiksi rekrytoitu työhjoajat. Työhjoaukset toteutuvat ryhmissä, suositeltava ryhmäkoko on neljä opiskelijaa. Pienellä ryhmällä taataan riittävä tila jokaisen omalle ohjaukselle, toisaalta ryhmätyöskentely tuo monipuolisuutta oppimiseen jokaisen ryhmäläisen terapiaprosessien kautta.

Yhdistyksessä on yhteensä noin 100 vaativan erityistason psykoterapeuttia, jotka voivat toimia koulutuspsykoterapeutteina. Koulutuspsykoterapia koostuu ryhmämuotoisesta psykoterapiasta ja yksilöpsykoterapiasta. Ryhmämuotoinen koulutuspsykoterapia ajoittuu koulutuksen alkupuolelle ja toimii pohjana yksilöpsykoterapialle. Koulutuspsykoterapeuttinsa opiskelijat valitsevat itse käytettävissä olevien yksilö- ja a ryhmämuotoisen koulutuspsykoterapian terapeuttien joukosta.

Pääkouluttaja koulutusprosessin ohjaajana

Koulutuksille on nimetty aina yksi tai kaksi pääkouluttajaa. Pääkouluttajat vastaavat koulutusprosessin kokonaisuuden ohjaamisesta ja jatkuvuuden luomisesta siihen. Pääkouluttaja osallistuu seminaareihin ja seuraa opiskelijoiden edistymistä.

Koulutusohjelman monipuolisuus

– kognitiivisesta-käyttäytymisterapiasta kognitiivisen psykoterapian integratiivisiin sovelluksiin
HUOM! Yliopistokohtaisesti koulutusohjelmissä ja käytännöissä voi olla jonkin verran eroavuuksia.

Psykoterapeuttikoulutukset tarjoavat sisällöllisesti monipuolisen näkemyksen kognitiivisen psykoterapian kenttään. Kognitiivinen psykoterapia on laajasti tieteellisesti tutkittua ja sovelluksineen perustuu tieteelliseen näyttöön.

Koulutusohjelmat sisältävät:

- kognitiivisen käyttäytymisterapian (kognitiivis-behavioraalinen terapia) teoriapohjan ja työskentelytavat
- kehityspsykologisen ja kiintymyssuhdenäkökulman psyykkisten vaikeuksien rakentumiseen
- terapiasuhteen ja terapeuttisen vuorovaikutuksen ilmiöihin perehtymisen
- valikoidusti kognitiivisen psykoterapian integratiivisia ja laajentuneita sovelluksia esim. DKT-terapia, skeematerapeuttinen työskentely, emootiopainotteinen ja kognitiivis-konstruktivistinen psykoterapia

Useimpiin koulutusohjelmiin sisältyy myös ulkomaisten alan asiantuntijoiden seminaareja (kts. kappale Kansainvälinen yhteistyö).

Joihinkin koulutusohjelmiin sisältyy myös mahdollisuus erikoistua lasten ja nuorten kanssa tehtävään psykoterapiaan.

Koulutusohjelmat ovat nelivuotisia ja sisältävät vuosittain kuusi kahden päivän seminaaria eli 360 tuntia seminaariopetusta. Lisäksi kirjallisuuteen perehtymiseen ja lopputöiden ohjaukseen käytetään pienryhmäopetusta koulutusohjelman aikana. Ryhmätyönohjausta koulutuksessa edellytetään 170 tuntia neljän hengen ryhmässä. Koulutuspsykoterapia jakautuu ryhmämuotoiseen ja yksilöpsykoterapiaan, molempia edellytetään 40 tuntia. Ryhmämuotoinen psykoterapia toteutetaan yhden-kolmen päivän mittaisina intensiivijaksoina.

Koulutuksen rakenne –eri osiot etenevät prosessina toisiaan tukien

Psykoterapeuttikoulutus rakentuu teoriaopetuksesta (seminaarit, pienryhmäopetus, kirjallisuuteen perehtyminen, ennakkotehtävät) sekä työnohjatusta potilastyöstä, omasta koulutuspsykoterapiasta ja kirjallisesta opinnäytetyöstä. Koulutuksen sisältö on suunniteltu siten, että se etenee perusasioiden opiskelusta ja hallinnasta laajempiin kognitiivisen psykoterapian sovelluksiin sekä toisaalta oman erikoistumisen kautta tiettyjen teemojen syvenevään ymmärrykseen ja hallintaan.

Teoriaopetus ja työnohjaus on suunniteltu sisällöllisesti toisiaan tukeviksi. Työnohjaajat tuntevat koulutusohjelman sisällön, ja teoriassa omaksuttuja asioita voidaan siten työnohjauksen kautta integroida omaan potilastyöhön mielekkäillä tavoilla. Omaan koulutuspsykoterapiaan sisältyy ryhmämuotoinen osio sekä yksilöpsykoterapia. Ryhmämuotoinen osio ajoitetaan koulutuksen alkupuolelle ja se toimii pohjan rakentajana omalle henkilökohtaiselle psykoterapialle. Oman koulutuspsykoterapian kokemukset myös tukevat ammatillista kehittymistä ja muissa osioissa omaksuttujen ilmiöiden sisäistymistä.

Koulutusten jatkuva kehittäminen ja kouluttajien kouluttaminen

Kognitiivisen psykoterapian yhdistys ja Luote Oy järjestävät kahdesti vuodessa koulutuspäivän 'kouluttajafoorumin'. Nämä koulutuspäivät takaavat koulutuksien sisällön ja toimintapojen jatkuvan kehittämisen, lisäksi niiden kautta huolehditaan kouluttajakunnan ammatillisesta kehittämisestä tarjoten koulutusta juuri kouluttajana, työnohjaajana ja koulutuspsykoterapeuttina toimimiseen.

Kansainvälinen yhteistyö

Kognitiivisen psykoterapian yhdistys on kattojärjestö EABCT:n (European Association for Behavioural and Cognitive Therapies) jäsen. EABCT:n kautta yhdistys osallistuu kognitiivisen psykoterapian ja sen kouluttamisen kehittämiseen kansainvälisesti. Yhdistys järjesti yhteistyössä Suomen käyttäytymisanalyysin ja kognitiivisen käyttäytymisterapian yhdistys ry:n (SKY) kanssa EABCT:n 38:n vuosikongressin Finlandia-talossa Helsingissä 10.-13.9.2008. Kongressiin osallistui 1177 henkilö 43 maasta. Aiemmin yhdistys on ollut järjestämässä kansainvälisiä kongresseja mm. pohjoismainen Behaviour Therapy kongressi vuonna 1986 ja 1994.

1980-luvulta lähtien Kognitiivisen psykoterapian yhdistys on tuonut lähes vuosittain Suomeen ulkomaisia alan huippuasiantuntijoita kouluttamaan. Ulkomaisten asiantuntijoiden seminaarit ovat kuuluneet osana yhdistyksen psykoterapeuttikoulutusohjelmiin. Ulkomaisien kouluttajien seminaarit ovat tuoneet aina osaksi psykoterapeuttikoulutuksia kognitiivisen psykoterapian uusia kehittyviä sovelluksia.

Tässä joitakin esimerkkejä ulkomaalaisista kouluttajista:

- 1987 Prof. Lars-Göran Öst, Tukholman yliopisto, Ruotsi, workshop aiheena Terapian tuloksellisuus.
- 1988 Prof. Arthur Freeman, Center for Cognitive Therapy at the University of Pennsylvania, Philadelphia, USA, teema Cognitive therapy
- 1991 Prof. Paul Salkovskis, Oxfordin yliopisto, UK, teema Panic Disorders ja Obsessive-compulsive disorders
- 1993 Prof. Michael J. Mahoney, University of North Texas, USA workshop Constructivistic therapy techniques
- 1994 MD Vittorio Guidano, Centro di Psicoterapia Cognitiva, Rooma, Italia, teema Post-rational therapy/post-rationalistic cognitive therapy

1997	Prof. Leslie Greenberg, Toronto, Kanada, teema Emotion in Psychotherapy ja teema Psychotherapy Research: recent developments
2001	Prof. Jeremy D. Safran, The New School for Social Research, New York, USA, teema Negotiating the therapeutic alliance :impasse and transformation in psychotherapy,
2003	Prof. James McCullough, Jr., Virginia Commonwealth University, USA, teema Kroonisen depression/CBASP hoitomalli
2003	Principal Research Therapist Paul French, Dept. of Psychology, Mental health services of Salford, Manchester, UK, teema Cognitive Behavioural Therapy for Psychosis
2004	Ph.D. Jeffrey Young, Cognitive Therapy Center of New York, USA, teema Schema therapy for borderline & narcissistic Personality Disorders
2009	Ph.D. Christine Padesky, Center for Cognitive Therapy, USA teema A New Paradigm for Cognitive of Personality Disorders
2010	Prof. Paul Gilbert, University of Derby, UK, teema Working with Shame and Developing Inner Compassion

Vaativan erityistason koulutukset/Kouluttajakoulutukset

Jatkona psykoterapeuttikoulutukselle on mahdollisuus hakea vaativan erityistason koulutukseen/kouluttajakoulutukseen (1.1.2012 alkaen). Kestoltaan kouluttajakouluus on yleensä noin 2-2,5 vuotta. Koulutus antaa mahdollisuuden oman kliinisen asiantuntijuuden syventämiseen ja kouluttajapätevyyteen.

Opiskelijoiden arvioita koulutuksesta

Kahden vuonna 2012 päättyneen Kognitiivisen psykoterapian yhdistyksen psykoterapeuttikoulutuksen opiskelijat ovat arvioineet koulutusta ja sen osa-alueita seuraavasti:

Arvioi asteikolla 1-10

1 = en ollenkaan tyytyväinen 5 = kohtalaisen tyytyväinen..... 10 = erittäin tyytyväinen

Miten tyytyväinen olet ollut koulutuksen

	Keskiarvo annetuista arvioista
• yleiseen rakenteeseen ja suunnitteluun	8,5
• koulutuksen johtamiseen	9,0
• seminaareihin	8,6
• tutorseminaareihin/pienryhmäopetukseen	8,3
• työnohjaukseen	8,8
• oman koulutuspsykoterapian ryhmämuotoiseen osuuteen	8,5
• omaan koulutusyksilöpsykoterapiaan	9,0
• koulutukseen kokonaisuutena	9,0