

GESTALT-PSYKOTERAPIAN PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUS KOULUTUSOHJELMA

Koulutusohjelma on hyväksytty kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunnassa 25.3.2025 ja on voimassa 31.12.2030 asti.

Gestalt-psykoterapian koulutusohjelma on Valtioneuvoston asetuksen 1120/2010 tarkoittama psykoterapeuttikoulutus, joka antaa psykoterapeuttina toimimisen edellyttämän osaamisen ja mahdollistaa psykoterapeutin ammattinimikkeen käyttöoikeuden hakemisen. Osaaminen osoitetaan näytöllä. Koulutusohjelman suoritettuaan opiskelija pystyy yksilöpsykoterapeuttisen hoidon itsenäiseen läpiviemiseen osana aikuisten ja nuorten mielenterveyspalvelujen hoito- ja kuntoutusprosessia.

Koulutuksen tavoitteena on kouluttaa itsenäisesti toimivia Gestalt-psykoterapeutteja. Gestalt-psykoterapian ajattelun mukaan ihminen syntyy suhteistaan ympäristöön ja näiden suhteiden tiedostaminen on Gestalt-psykoterapian työskentelyn keskiössä. Näin ollen koulutus antaa hyvät valmiudet yksilöterapeuttisen työskentelyn lisäksi työskennellä myös ryhmien, pariskuntien ja perheiden kanssa.

Koulutus koostuu teoriaopintojen, kokemuksellisen työskentelyn, työnohjauksen tuella tapahtuvan psykoterapeuttisen asiakastyön, koulutuspsykoterapian ja opinnäytetyön opintokokonaisuuksista. Koulutus toteutetaan kahden päivän seminaareissa kahdeksan kertaa vuodessa (neljä seminaaria syyslukukaudella ja neljä seminaaria kevätlukukaudella). Seminaareja on yhteensä 29 kolmen ja puolen vuoden (seitsemän lukukauden) aikana.

Työskentelytapa seminaareissa on pääasiassa interaktiivista ja kokemuksellista, minkä avulla pyritään kokemuksellinen työskentelyn kautta integroimaan teoriaa käytännön terapiatyöhön. Materiaali kokemukselliseen oppimiseen tulee opiskelijoiden asiakastyöstä, omasta elämästä sekä ryhmässä tapahtuvasta työskentelystä. Kiinteänä osana opiskelua on jatkuva dialoginen palauteprosessi, missä opiskelija itse, opiskelijakollegat sekä kouluttajat yhdessä tukevat oppimisprosessin mahdollisimman sujuvaa etenemistä. Koulutus virittää opiskelijat jatkuvan oppimisen asenteeseen, joka jatkuu myös psykoterapiakoulutuksen jälkeen. Osaaminen osoitetaan näytöllä.

1. Opiskelijavalinnat ja hakukelpoisuus

Opiskelijavalintaa koskevat tiedot löytyvät Jyväskylän yliopiston Psykoterapeuttikoulutuksen hakuoppaasta.

2. Koulutusohjelman rakenne

Koulutuksen laajuus on 76 op, ja se koostuu teoria- ja menetelmäopintojen, työnohjauksessa tapahtuvan psykoterapeuttisen asiakastyön, koulutuspsykoterapian ja opinnäytetyön opintokokonaisuuksista:

GPT 1 Teoria- ja menetelmäopinnot 48 op

GPT 2 Työnohjaus 12 op

GPT 3 Koulutuspsykoterapia (toteutetaan sekä ryhmä- että yksilöpsykoterapiana) 6 op

GPT 4 Opinnäytetyö 10 op

GPT 1 Teoria- ja menetelmäopintojen opintojaksot 48 op

GPT 1.1 Psykoterapiaopintoihin orientoituminen 5 op

- Gestalt-terapian peruskäsitteet, ihmiskäsitys, historia ja tutkimus
- Terapiasuhte ja terapian tavoitteet

GPT 1.2 Gestalt-psykoterapian perusteet 6 op

- Dialogisuus ja fenomenologinen työote
- Gestalt-terapian ihmiskäsitys
- Taustateoriat terapiakäytännössä

GPT 1.3 Syventävät opinnot 23 op

- Terapia prosessina
- Tiedostaminen terapian tavoitteiden palveluksessa
- Arvostava fenomenologinen työote ja dialogi
- Kokemusjatkumo ja keskeytykset – jäykistyneisyydestä joustavuuteen
- Kontakti ja kontaktihäiriöt
- Traumatyöskentely
- Kehollisuus ja kehotyöskentely Gestalt-terapiassa
- Kokeilut kontaktin, tiedostamisen ja eheytyksen palveluksessa

GPT 1.4 Psykoterapeutti henkilönä 4 op

GPT 1.5 Gestalt-ryhmäpsykoterapia 6 op

GPT 1.6 Gestalt-pari- ja perheterapia 2 op

GPT 1.7 Gestalt-psykoterapeuttina monimuotoisessa kentässä ja verkostoissa 2 op

3. Teoria- ja menetelmäopintojen opintojaksot

GPT 1 Teoria- ja menetelmäopinnot 48 op

GPT 1.1 Psykoterapiaopintoihin orientoituminen 5 op

GPT 1.1.1 Gestalt-terapian peruskäsitteet, ihmiskäsitys, historia ja tutkimus 3 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija on tutustunut Gestalt-terapian peruskäsitteisiin ja työskentelyotteeseen. Hän tuntee myös keskeisiltä osiltaan Gestalt-terapian kehityshistorian ja nykytilan.

Sisältö:

Gestalt-psykoterapian peruskäsitteet ja teoriat (mm. dialogisuus, fenomenologinen menetelmä, holismi, muutos, eksistentialismi, kenttäteoria, gestalt-psykologia, tässä-ja-nyt-periaate, tiedostaminen, kontakti, kuvio-tausta-kenttä). Gestalt-psykoterapia psykoterapiakoulukuntien kentässä, kehityshistoria ja nykypäivä. Gestalt-terapian tutkimusnäyttö.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennako-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Yontef (2006): Introduction to Gestalt Therapy. Julkaistu teoksessa Awareness, Dialogue and Process. The Gestalt Journal Press, Gouldsboro. (PDF)

Yontef (2007): The power of immediate moment in Gestalt Therapy. Journal of Contemporary Psychotherapy. 37:17-23. (PDF)

Wheeler & Axelsson (2015): Gestalt Therapy. American Psychological Association. Washington, DC.

Wampold (2015): How important are the common factors in psychotherapy? An update. World psychiatry. 14(3): 270-7. (PDF)

Elliot et al. (2012): Research on humanistic experiential psychotherapies. (PDF) Julkaistu teoksessa M.J. Lambert (Ed.), Bergin & Garfield's Handbook of psychotherapy and behavior change (6th ed.). Wiley, New York.

GPT 1.1.2 Terapiasuhteet ja terapian tavoitteet 2 op

Osaamistavoitteet:

Opiskelijalla on alustava ymmärrys terapeutin muutoksen tavoitteistamisesta ja toteuttamisesta Gestalt-psykoterapiassa. Opiskelija ymmärtää psykoterapiasuhteen aloittamiseen, ylläpitoon ja lopettamiseen liittyvät keskeiset periaatteet ja osaa suhtautua luottavaisesti ja hyväksyvästi myös terapiaprosessiin kuuluvaan epävarmuuteen sekä yllättäviin tilanteisiin. Opiskelija ymmärtää epävarmuuden sietämisen ja hyväksymisen merkityksen psykoterapiaprosessissa. Opiskelija on saanut alustavan käsityksen Gestalt-psykoterapian suhteesta sisältöön ja prosessiin. Opiskelija on riittävästi perillä myös alan lainsäädännöstä ja eettisistä ohjeista.

Sisältö:

Terapiaprosessin hahmottaminen ja toteuttaminen (mm. tavoite, kontakti, kokemuksellisuus, kokeilut, tässä-ja-nyt-periaate, inkluusio, dialogi). Gestalt-psykoterapiassa tapahtuvaan kehitykselliseen muutokseen liittyvät näkemykset. Gestalt-psykoterapian muutostyöskentelyn peruskäsitteet ja periaatteet ja tavat tehdä terapiatyötä. Psykoterapian toteuttamiseen liittyvä lainsäädäntö (mm. psykoterapeutin pätevyysvaatimukset, potilaan asema ja oikeudet, henkilötietolainsäädäntö, sairaskertomus, salassapito- ja ilmoitusvelvollisuus) ja eettiset kysymykset sekä valmius näiden huomioimiseen itsenäisessä psykoterapiatyössä.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen ja terapiaprosessiin liittyvään videomateriaaliin tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Woldt & Toman (toim.) (2005): Gestalt Therapy. History, Theory and Practice. Luvut 1,2,3, 5,6 ja 12 (ss. 3-64, 81-116, 219-236). Sage Publications, Inc., Thousand Oaks, CA.
European Association of Gestalt Therapy: Code of Ethics and professional practice. Soveltuvin osin. (PDF)

GPT 1.2 Gestalt psykoterapian perusteet 6 op**GPT 1.2.1 Dialogisuus ja fenomenologinen työote 2 op****Osaamistavoitteet:**

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on hyvä perustason ymmärrys dialogisuudesta ja fenomenologisesta teoriasta sekä näiden molempien toteuttamisesta psykoterapiakäytännössä.

Sisältö:

Eksistentiaalinen dialogi -teoria. Dialogisuus terapiatyössä; inkluusio, läsnäolo ja dialogiin luottaminen. Dialogisuuden eri ilmenemismuodot (puhe, kehonkieli, rytmyisyys yms.). Fenomenologisuus psykoterapian näkökulmasta. Erilaisten näkökulmien ja subjektiivisten todellisuuksien arvostaminen, intersubjektiivisuus. Kokemusjatkumon seuraaminen ja yksityiskohtaistaminen.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Woldt & Toman (toim.) (2005): Gestalt Therapy. History, Theory and Practice. Luku 4 Phenomenology, Existentialism and Eastern Thought in Gestalt therapy (Crocker). . Sage Publications, Inc., Thousand Oaks, CA.
Hycner (1991): Between Person and Person: Toward a Dialogical Psychotherapy. The Gestalt Journal Press, Inc. Gouldsboro, ME.

GPT 1.2.2 Gestalt-terapian ihmiskäsitys 2 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on hyvä perustason ymmärrys ihmiskäsityksestä, joka muodostuu Gestalt-psykoterapian taustateorioista. Opiskelija näkee ihmisen kokonaisvaltaisena, aktiivisena toimijana kentässä ja ymmärtää, että yksilöä ei voida tarkastella ilman, että tarkastellaan myös hänen ympäristöään. Siten opiskelija opintojakson suoritettuaan osaa tarkastella yhdessä asiakkaan kanssa tämän suhteita ympäristöön sisältäen myös terapiasuhteen olosuhteet.

Opintojaksolla opiskelija oppii, että havaitseminen, tiedostaminen ja merkityksenannot ovat aina suhteessa taustalla oleviin tekijöihin. Hän näkee ihmisen pyrkimyksen täydentää osatekijät kokonaisuuksiksi ja tunnistaa, miten tämä voi vaikuttaa havaitsemiseen. Lisäksi opiskelija käsittää, kuinka keskeneräisyydet (kuten traumakokemukset tai toistuvat vahingollisest vuorovaikutuskuviot) vaikuttavat havaintoihin, kokemuksiin ja toimintaan ja siten ylläpitävät pahoinvointia (kärsimystä).

Sisältö:

Organismi-ympäristö -kenttä. Organismi sisäisesti järjestäytyneenä prosessina. Kokemusmaailma (kognitio-tunne-keho) subjektiivisena käsityksenä olosuhteista. Vuorovaikutuksellisuus, suhteissa ja suhteista rakentuminen. Kokemuksen ja toiminnan organisoituminen kentässä. Luova sopeutuminen. Vastuullisuus ja valintojen mahdollisuudet kokemusmaailmassa. Kuvio-tausta - suhde - ja tämän vaikutus merkityksenannossa. Tarpeet ja niiden tunnistaminen. Jähmettyminen ja kuvion hajoaminen. Keskeneräisten ilmiöiden merkitys ja ihmisen pyrkimys täydentää keskeneräisyys valmiiksi kokonaisuudeksi. Ilmiöiden hahmottaminen (merkityksellisinä) kokonaisuuksina. Holistinen näkemys ihmisestä.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Kaiser & Schulze (2018). Person-Environment Analysis: A framework for participatory holistic Research. Gestalt theory 40(1):59-74 (PDF)

Francesetti, G. (2018): The Field perspective in clinical practice. Towards a Theory of Therapeutic Phronēsis. Teoksessa P. Bownell (toim.), Handbook of theory, research, and practice in gestalt therapy (2nd ed): 268-302. Cambridge Scholars Publishing (PDF)

Partlett, M. (1991): Reflections on Field Theory. British Gestalt Journal, 1(1):68-91.

Luentomateriaalit.

GPT 1.2.3 Taustateoriat terapiakäytännössä 2 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on hyvä perustason ymmärrys Gestalt-psykoterapian taustateorioista sekä siitä, miten ne yhdessä muodostavat Gestalt-psykoterapeuttisen viitekehyksen. Hän alkaa soveltaa näitä näkökulmia terapiatyössä ja siten myös Gestalt-

psykoterapiatyön kokemuksellinen ymmärrys on alkanut muodostua. Hän pystyy hyödyntämään taustateorioiden luomaa viitekehystä asiakkaan kokemusten ja toiminnan tarkastelemisessa yhdessä asiakkaan kanssa.

Sisältö:

Gestalt-psykoterapian taustateorioiden integroituminen terapiakäytäntöä ohjaavaksi viitekehyyksi. Kirjallisuudessa ja videomateriaaleissa kuvattujen tapausten, omien asiakassuhteiden sekä seminaareissa toteutettujen demonstraatioiden reflektointi viitekehyyksen näkökulmasta.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Videomateriaaliin tutustuminen ja sen analysointi. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus

Mann D (2024). Gestalt Therapy. The Basics. Routledge, New York, NY.
Videomateriaalia.

GPT 1.3 Syventävät opinnot 23 op**GPT 1.3.1 Terapia prosessina 3 op****Osaamistavoitteet:**

Opintojakson suoritettuaan opiskelijan hahmottaa terapian prosessiluonteen, joka rakentuu merkitykselliseksi kokonaisuudeksi tavalla, jota ei voi ennalta tarkkaan määritellä.

Sisältö:

Terapian prosessiluonne: tiedostaminen prosessin mahdollistajana, esiin tulevan arvostaminen ja tutkiminen, epävarmuuden sietäminen, ei-tietäminen, prosessiin luottautuminen, kehityksellinen muutos, suhde tavoitteellisuuteen Gestalt-psykoterapiassa, eheät kokemukset ja jatkuvuus, metaprosessin (terapian prosessin) rakentuminen yksittäisistä prosesseista.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely. Oman koulutuspsykoterapian (yksilö) terapiapäiväkirja (jaksoon kuuluvan koulutuspsykoterapiapäiväkirja palautetaan sitten kun oma koulutuspsykoterapia on käyty). Jaksosta tulee 1 opintopiste oman yksilöterapian päiväkirjasta.

Kirjallisuus:

Dreizel, H. P (2021): Human interaction and emotional awareness in Gestalt Therapy. Routledge, New York, NY ja Abingdon, OX.

GPT 1.3.2 Tiedostaminen terapian tavoitteiden palveluksessa 2 op**Osaamistavoitteet:**

Opintojakson suoritettuaan opiskelija hallitsee eri tiedostamisalueet ja ymmärtää eron Gestalt-psykoterapian tekniikoiden ja menetelmän välillä. Hän on tutkinut oman tiedostamisprosessinsa

rajoja ja kykenee työskentelemään tiedostamisprosessinsa vahvistamiseksi. Näiden taitojen seurauksena hän osaa edistää asiakkaan tiedostamisprosessia, mikä on keskeistä terapeutissa muutoksessa.

Sisältö:

Tiedostaminen menetelmänä. Tiedostamisalueet teoriassa sekä opiskelijassa kokemuksellisesti itsessään. Kokeilut tiedostamisen palveluksessa.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Tiedostamistehtävät ja niiden reflektointi. Oppimispäiväkirja. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Stevens (2007): Awareness. Exploring, Experimenting, Experiencing (ss 5-58). Gestalt Journal Press, Gouldsboro.

Polster, E & M (1974): Gestalt therapy integrated (ss. 207-232). Random House, Inc. New York.

GPT 1.3.3 Arvostava fenomenologinen työote ja dialogi 3 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija hahmottaa jo terapian prosessiluonteen sekä kykenee fenomenologisella työotteella mahdollistamaan terapeutista dialogia perustasoa edistyneemmin sekä ymmärtää terapeutin muutoksen luonnetta. Hän ymmärtää asiakaslähtöisyyden fenomenologian ja dialogisuuden näkökulmista.

Sisältö:

Dialogi käytännössä - dialogisen suhteen rakentumisen haasteet. Dialogisuus terapeutin suhteen mahdollistajana. Dialogisen suhteen tukemisen tavat terapiasuhteessa. Fenomenologinen työskentelyote ja sen karikot - sekä terapeutin että asiakkaan väliin tulevat tekijät. Sulkeistaminen. Fenomenologisen työskentelyotteen ja dialogisuuden välinen suhde. Muutoksen paradoksaalinen teoria. Philip Lichtenbergin Dialogin edistäminen -kuvio

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Jacobs (2016): Dialogue and Double Consciousness: Lessons in Power and Humility. (PDF)

Jacobs & Hycner (1995): The Healing Relationship in Gestalt Therapy. The Gestalt Journal Press, Inc. Gouldsboro, ME.

GPT 1.3.4 Kokemusjatkumo ja keskeytymiset - jäykistyneisyydestä joustavuuteen 2 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija tunnistaa ja pystyy tarkastelemaan asiakkaan kanssa, miten tarve organisoi kenttää. Hän ymmärtää tästä lähtökohdasta kokemusjatkumon luonteen sekä pystyy seuraamaan ja tutkimaan yhdessä asiakkaan kanssa tämän kokemusjatkumoa sekä jatkumon mahdollisia keskeytyksiä. Hän pystyy myös auttamaan asiakasta tiedostamaan tämän introjisoimia kokemisen, reagointien ja toimintojen tapoja, jotka tuottavat hänelle haasteita

elämismaailmassaan - jäykistyneitä gestalteja. Hän pystyy edistämään yhdessä asiakkaan kanssa tämän vastuunottoa luovasta sopeutumisesta ja psyykkistä joustavuutta.

Sisältö:

Tarve-halu-toive, kokemusjatkumo ja sen seuraaminen, erilaiset keskeyttämisen tavat, kaavamaisiksi muodostuneet toiminnan ja kokemuksen tavat, hedelmällinen tyhjiö. Luova sopeutuminen kaavamaisuuden vastakohtana.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen sekä videomateriaalin analysointi. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Smith, E. (2011): Embodied Gestalt Practice. (ss. 165-178, 189-192) The Gestalt Journal Press, Inc. Gouldsboro, ME.

Beisser (1970): The Paradoxical Theory of Change. Teoksessa Fagan, J.& Shepherd, I.L (toim). Gestalt therapy now. Harper & Row, New York, 77-80. (PDF)

Tiedostamisharjoituksia kirjasta Stevens (2007): Awareness. Exploring, Experimenting, Experiencing. Gestalt Journal Press. Gouldsboro.

Videomateriaalia kokeneiden terapeuttien/kouluttajien Gestalt-psykoterapiaistunnoista.

GPT 1.3.5 Kontakti ja kontaktihäiriöt 4 op**Osaamistavoitteet:**

Opintojakson suoritettuaan opiskelija on syventynyt kontaktin käsitteeseen. Kontaktin eri funktiot, kontaktirajat ja kontaktihäiriöt ovat hänelle tuttuja. Opiskelija osaa soveltaa ymmärrystään kontaktista sekä tutkia sitä psykoterapeuttisessa suhteessa. Hänellä on valmiudet myös edistää asiakkaan omaa ymmärrystä kontaktin rakentumisesta sekä kontaktissa olemisen tavoista. Yhteinen, jaettu tila - me-kokemus tulee opiskelijalle tutuksi.

Sisältö:

Kontakti, kontaktijatkumo ja -episodit, kontaktin eri funktiot. Kontaktihäiriöiden havaitseminen ja vaikutusten ymmärtäminen, kontaktirajat, luova sopeutuminen kontaktissa, vastuu ja vapaus.

Minä-sinä/minä-se-suhteet. Tutustutaan myös käytännön kokeiluihin teemaan:

Etäisyyden/läheisyyden säätely, vuorovaikutuksen rytmi ja ajoitus, kosketus psykoterapiassa, tilassa olemisen ja tilaan asettumisen tavat ja niiden tutkiminen.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Polster, E & M (1974): Gestalt therapy integrated (ss.70-201) Random House, Inc. New York.

Smith, Clance & Imes (1998): Touch in Psychotherapy: Theory, Research, and Practice. The Guilford Press, NY.

GPT 1.3.6 Traumatyöskentely 4 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija ymmärtää Gestalt-terapeuttisen näkökulman traumojen syntyyn. Hänellä on valmius tunnistaa asiakkaan traumatisoitumisen aiheuttamia jäykistyneitä prosesseja (fixed gestalt) sekä edistää näiden purkamista. Opiskelijalla on valmius tunnistaa traumatisoitumisen ilmiöitä ja vaikutuksia sekä terapiakontaktissa että asiakkaan muissa suhteissa.

Sisältö:

Kehosuhde, dissosiaatioilmiöt, psykoottiset kokemukset, takauamat, jäykistyneet prosessit, vireystila, vakauttaminen, kontaktin vahvistaminen, mielikuvatyöskentely, eläytymisen merkitys trauman hoidossa.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Taylor M (2014): Trauma Therapy and Clinical Practice: Neuroscience, Gestalt and the Body. Open University Press, Maidenhead, UD.

Kepner, J.I. (2003): Healing Tasks: Psychotherapy with Adult Survivors of Childhood Abuse. The Analytic Press, Hillsdale, NJ.

GPT 1.3.7 Kehollisuus ja kehotyöskentely Gestalt-psykoterapiassa 3 op

Osaamistavoitteet:

Opintojaksolla opiskelija syventää ja jäsentää taitoaan huomata ja ymmärtää kehollisuutta ja kehon tapahtumia terapiakontekstissa. Hänen osaamisensa vahvistuu kehokeskeisten interventoiden ja kokeiluiden räätälöimisessä terapiasuhteen aikana. Opiskelija ymmärtää tiedostavan fyysisen läsnäolon vahvistumisen palvelevan integroitumista.

Sisältö:

Oman kehon tapahtumien, liikkeiden ja kokemusten tiedostamisen vahvistaminen. Kokemusten ja muistojen kehollinen ulottuvuus, kokemuksen holistisuus. Kehollisten reaktioiden liittyminen ulkoisiin tapahtumiin, ajatuksiin ja tunteisiin. Kehollisuus terapiakontaktissa.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Kepner (1999): A Gestalt Approach to Working With The Body in Psychotherapy. Gestalt Press, Cleveland.

Frank (2022): The Bodily Roots of Experience in Psychotherapy. Routledge, Abingdon, OX.

GPT 1.3.9 Kokeilut kontaktin, tiedostamisen ja eheytyksen palveluksessa 2op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on kyky soveltaa ja räätälöidä erilaisia kokeiluja, jotka vahvistavat tiedostamista. Hän ymmärtää kokeiluja käyttäessään asiakkaan rajojen kunnioittamisen tärkeyden ja kykenee tukemaan asiakasta hänen tarpeidensa mukaisesti kokeiluissa. Opiskelija tiedostaa kokeilujen merkityksen ja soveltamisen tiedostamisen palveluksessa pelkän ekspressiivisyyden sijaan.

Sisältö:

Kokeilut tiedostamisen edistäjinä, asiakkaan rajojen kunnioitus ja rohkaiseminen, polariteetit, samaistuminen, ekspressiivisyys tiedostamisen palveluksessa, terapiasuhde kokeiluna, erilaiset kokeilut Gestalt-psykoterapiassa.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Stevens (2007): Awareness. Exploring, Experimenting, Experiencing. The Gestalt Journal Press, Inc. Gouldsboro, ME.

Polster, E & M (1974): Gestalt therapy integrated (ss. 233-284). Random House, Inc. New York.

GPT 1.4 Psykoterapeutti henkilönä 4 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija on entistä tietoisempi omista motiiveistaan toimia psykoterapeuttina. Hän osaa ottaa huomioon omat luonteet ja toimivat tapansa olla kontaktissa ja tehdä terapiatyötä. Hän osaa tunnistaa rajat omissa tiedoissaan ja taidoissaan sekä osaa hakea aktiivisesti tietoa. Hän tunnistaa tuen tarpeensa sekä hakee tarvitsemaansa tukea monipuolisesti. Opiskelija rohkaistuu käyttämään taitojansa omalla yksilöllisellä tavallaan.

Opiskelijalla on opintojakson suoritettuaan kyky olla kontaktissa mahdollisimman aidosti, rooleista ja statuksista vapaana sekä nähdä asiakas/asiakkaat henkilöinä esim. potilaan roolin tai sairastajan roolin sijasta. Hän tiedostaa omaa luontevaa tapaansa olla kontaktissa erilaisten henkilöiden kanssa eri kokoonpanoissa. Opiskelija hahmottaa tapaansa olla tilassa fyysisesti ja psykologisesti ja tapaansa jakaa sitä muiden kanssa. Opiskelija osaa hyödyntää vahvuuksiaan ja myös ottaa huomioon omat haavoittuvuutensa terapiakontekstissa. Hän osaa tunnistaa ja käsitellä (tarvittaessa hakee myös tukea tähän) hämmennyksensä kohdatessaan itselleen oudon tai tuntemattoman ilmiön, jotta asiakkaan prosessi ei häiriinny.

Sisältö:

Motiivit terapiatyöhön: arvomotiivit, teoreettinen kiinnostus ja henkilökohtaiset motiivit. Henkilökohtaisen työskentelytavan löytäminen psykoterapeuttisessa kontaktissa ja kontekstissa eri viitekehysten (kerroksellisuusteoria, fokuoitumisen alueet, osallistumisen tyyli) avulla. Terapeutin rajat. Dialoginen kontakti.

Aitous, myötätunto, epävarmuuden sieto ja vakaus, kyky myötäelää iloisissa asioissa, kannustavuus ja rohkaisuus, läsnäolo, hyväksyvä suhde itseen, muihin ja maailmaan, kriittisyyden, erillisyyden ja erilaisuuden arvostaminen, kyky seurata dialogisesti toisen ihmisen prosessia, kyky yhdessä asiakkaan kanssa luoda yhteisymmärrys asiakkaan kärsimyksestä ja siitä toipumisprosessista, valmius jakaa omia kokemuksiaan terapiakontaktissa asiakasta hyödyttävällä tavalla, spontaanius ja leikillisuus, toivon ja luottamuksen ylläpidon kyky, joustavuus ja kyky terapeutin työskentelyn räätälöintiin, inhimillisen kontaktin ja olemuksen kauneuden taju, kyky ja rohkeus olla intensiivisessä kontaktissa, kyky tukea ja pitää huolta asiakkaasta häntä palvelevalla tavalla, kyky itsensä tiedostamiseen ja tutkimiseen, oman kehitymisprosessin arviointi.

Opintojaksolla pääpaino on kokemuksellisessa työskentelyssä käyttäen materiaalina kokemuksia opiskeluryhmän, asiakkaiden kanssa tapahtuvan, oman terapian sekä työnohjauksen työskentelyistä; reflektiivisiä ryhmiä sekä ajantasaisista kokeilusta että kuva- ja äänitallenteista ja lisäksi hyödynnetään palautetta kokemusasiantuntijoilta.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennako-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely. Kirjallisen terapiaesitteen laatiminen gestalt-terapia-asiakkaalle.

Kirjallisuus:

Smith (2000): The person of the therapist. McFarland & Company, Inc, Publishers, North Carolina.

GPT 1.5 Gestalt ryhmäpsykoterapia 6 op

Osaamistavoitteet:

Opintojaksolla opiskelija oppii käsitteellistämään koulutuksen ryhmäpsykoterapeuttista prosessia. Hän hallitsee gestalt-ryhmäpsykoterapian periaatteet. Hän kykenee myös hahmottamaan sekä ryhmäilmiöiden suhdetta yksilöiden toimintaan että ryhmän osallistujien välisten suhteiden vaikutuksia ryhmässä. Hän osaa myös kiinnittää sekä oman että ryhmän jäsenten huomion ryhmän dialogisuuteen ja yksilöiden toipumiseen liittyviin olennaisiin ilmiöihin. Opiskelijalle kehittyy taito edistää ehyttä yhteisöllisyyden kokemusta ryhmässä. Opiskelija oppii tukemaan kontaktin vahvistumista ryhmän jäsenten kesken.

Sisältö:

Ryhmän aloittaminen, ryhmästä poistuminen, ryhmään tuleminen ja ryhmän lopettaminen. Ryhmän jäsenten keskinäisten suhteiden hahmottaminen, ryhmäilmiöiden ja yksilön toiminnan välinen suhde, holistinen näkökulma vuorovaikutukseen, konfliktien käsittely, kenttäteoria ryhmäpsykoterapiassa, tässä-ja-nyt -periaate, kokeilut ryhmässä, ryhmän tarjoama tuki, kontaktin vahvistamisen tavat, psykoterapeutin rooli ryhmässä.

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Kirjallisuuteen tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennako-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Feder & Frew (2008): Beyond the Hot Seat Revisited: Gestalt Approaches to Group. Gestalt Institute press, Highland, NY.

Yalom & Leszcz (2005): The Theory and Practice of Group Psychotherapy. Basic Books, NY.

GPT 1.6 Gestalt-pari- ja perheterapia 2 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija ymmärtää kontaktin keskeisen merkityksen pari- ja perhesuhteissa ja hänellä on valmiudet edistää pari- ja perhesuhteiden ravitsevaa kontaktia.

Sisältö:

Tässä-ja-nyt -periaate, holistinen näkökulma vuorovaikutukseen, konfliktien käsittely, kontaktin vahvistamisen tavat, kontaktihäiriöt, dialogin edistäminen, erillisyyt, kokemuksellisuuden jakaminen, vastuullisuus pari- ja perhesuhteissa, parisuhteen ja perheen latautuneiden ilmiöiden työstäminen (esim. seksuaalisuus, vaietet toiveet, elämänkaaren vaiheiden muutokset).

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Etukäteismateriaaleihin tutustuminen. Oppimispäiväkirja sekä mahdolliset muut kirjalliset ennakko-, väli tai lopputehtävät. Pienryhmätyöskentely.

Kirjallisuus:

Videomateriaalikonaisuus Gestalt-pariterapiasta: Silverman: Keeping it real. A Therapist's Guide to Working with Couples.

Schulz (2017): Gestalt couples therapy. British Gestalt Journal. 27(1):21-30 (PDF)

Lynch & Lynch (2005): Family and couples therapy from a Gestalt perspective (ss. 201-219).

Teoksessa Woldt & Toman (toim.): Gestalt Therapy. History, Theory and Practice. Sage, Thousand Oaks, CA.

GPT 1.7 Gestalt-psykoterapeuttina monimuotoisessa kentässä ja verkostoissa 2 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on valmiuksia toimia monimuotoisessa kentässä niin asiakkaiden kuin ammattilaistenkin kanssa. Hän osaa perustella fenomenologisen ja dialogisen työotteen itselleen, asiakkailleen, työtovereilleen sekä verkostoilleen. Hänellä on kokemus ja näkemys verkostoitumisen eduista sekä omasta mahdollisuudesta tuoda esille gestalt-terapian näkökulmia ja menetelmää ammatillisen toiminnan kentässä. Hänellä on kyky omalta osaltaan vahvistaa dialogista yhteistyötä eri ammatti- ja koulukuntien edustajien kanssa ja arvostaa näiden näkökulmien erilaisuutta.

Sisältö:

Asiantuntijuus terapiatyössä ja verkostoissa, dialogisuus, asiakaslähtöisyys ja näiden edistäminen monimuotoisissa yhteistyöverkostoissa ja erityistilanteissa (mm. monikulttuurisuus, ammatilliset kulttuurit)

Opetusmuodot:

Seminaariopetus. Seminaareissa ja välitehtävänä käytävät keskustelut eri ammatti- ja koulukuntien edustajien kanssa sekä näiden suullinen ja kirjallinen reflektointi. Oppimispäiväkirja. Pienryhmätyöskentely. Esittely omista sidosryhmistä ja verkostoista. Lyhyesti esitettävän Gestalt-terapian esittelypuheen laatiminen ammatillisia verkostoja varten (mitä on Gestalt-terapia?).

4. Opintokokonaisuudet GPT 2 – GPT 4

GPT 2 Psykoterapian työnohjaus 12 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa soveltaa Gestalt-psykoterapian teoriaa ja työtapoja asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Hänellä on hyvät valmiudet toteuttaa yksilöpsykoterapiaprosessi itsenäisesti osana asiakkaiden hoito- tai kuntoutusprosessia. Hän kykenee refleктоimaan oman toimintansa vaikutuksia psykoterapiaprosessissa.

Sisältö:

Vähintään 300 tuntia ohjattua asiakastyötä sisältäen vähintään kolme terapiaa, joista ainakin yksi on kestoltaan yli vuoden. Asiakastapaukset käsitellään työnohjauksessa pienryhmissä (120 tuntia). Opiskelija pitää työnohjauksista oppimispäiväkirjaa ja laatii prosessin lopussa terapiayhteenvedon.

Opetusmuoto:

Työnohjaus pienryhmissä koulutusseminaarien yhteydessä vähintään 120 tuntia.

GPT 3 Koulutuspsykoterapia 6 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on kokemus psykoterapiasta myös asiakkaan näkökulmasta. Koulutuspsykoterapian kautta opiskelija oppii tiedostamaan holistisesti itseään suhteessa toisiin ihmisiin ja ympäristöön Gestalt-psykoterapian viitekehyksen näkökulmasta. Hän oppii myös oman kokemuksensa kautta, miten tiedostamisen avulla suotuista muutoksia voi tulla mahdolliseksi.

Sisältö:

Ryhmässä työskennellessään opiskelija oppii integroimaan yksilölliset kokemukset ja terapeutitiset oivallukset osaksi sosiaalista kontekstia. Toisten työskentelyn seuraaminen ja niissä mukana olominen mahdollistaa erilaisen omien kokemusten reflektoinnin. Lisäksi tapahtuu psykoterapeuttisen työskentelyn tapojen rikastumista. Opiskelija oppii myös kokemuksen kautta itsessään tunnistamaan ryhmään liittyviä ilmiöitä ja työstämään näitä itsessään sekä yhdessä ryhmän muiden jäsenten kanssa.

Yksilöterapiassa opiskelija saa omakohtaisen kokemuksen yksilöterapia-asiakkaana olemisesta. Hän kokee yksilöterapeuttisen suhteen luottamuksen ja turvallisuuden rakentumisen sekä työstää intensiivisesti oman elämänsä asioita tietoisuuttaan laajentaen sekä omaa itsetukea ja myös kokemuksensa ja ilmaisunsa vapautta vahvistaen.

Nämä tekijät ovat edellytyksenä riittävän tasapainoiselle psykoterapeuttina työskentelylle. Näiden tekijöiden avulla opiskelijalle mahdollistuu myös entistä parempi hyvinvointi.

Opetusmuoto:

Yhteensä 127 tuntia, 6 op koulutuspsykoterapiaa, joista 87 tuntia toteutetaan ryhmässä ja 40 tuntia yksilöllisesti. Koulutuspsykoterapian toteuttavat kouluttajapsykoterapeutit. Koulutuspsykoterapiaansa opiskelija reflektoi kirjallisesti.

GPT 4 Opinnäytetyö 10 op

Osaamistavoitteet:

Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa lähestyä psykoterapian eri ilmiöitä tutkivalla otteella. Hän osaa myös reflektoida, jäsentää ja suunnitella työskentelyään psykoterapiaprosessissa. Hän osaa hakea tarpeen mukaisesti sekä lukea kriittisesti arvioiden tutkimuskirjallisuutta ja tuntee tutkimusraportoinnin perusteet.

Sisältö:

Itsenäisesti suunniteltu, toteutettu ja kirjallisesti raportoitu opinnäytetyö, enintään 25 sivua.

Opetusmuoto:

Osallistuminen opinnäytetyön ohjaukseen ryhmässä.

5. Osaamisen osoittaminen näytöllä

Koulutusohjelmassa hankittu osaaminen osoitetaan näytöllä, joka muodostuu sovitulla tavalla koulutuksen kuluessa kertyvästä opiskelijan oppimispäiväkirjasta, oman koulutuspsykoterapiatyöskentelyn reflektoinnista, terapiayhteenvedoista, lopputyöstä sekä näyttökokeesta.