

INTEGRATIIVISEN PSYKOTERAPIAN PSYKOTERAPEUTTIKOULUTUS

KOULUTUSOHJELMA

Koulutusohjelma on hyväksytty kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunnassa 21.11.2023 ja on voimassa 31.12.2028 asti.

Integratiivisen 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 mielenterveyspalvelujen hoito- ja kuntoutusprosessia.

Integratiivisessa psykoterapiassa tavoitteena on työskentelytapa, joka huomioi asiakkaiden yksilölliset hoidolliset tarpeet hoidon eri vaiheissa mahdollisimman hyvin. Tähän pyritään erityisesti painottamalla eri psykoterapiamenetelmille yhteisiä, muutosta tutkitusti tuottavia tekijöitä, kuten hyvää yhteistyösuhdetta asiakkaan ja terapeutin välillä. Psykoterapeutti toimii asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaan soveltaen eri asiakkaiden hoitoon eri psykoterapiamenetelmien teoreettisia hahmotustapoja ja tekniikoita. Psykoterapian lähtökohtana on asiakkaan ja terapeutin välinen hyvä yhteistyösuhde. Hoito toteutuu yhteisenä neuvotteluna sopivista työtavoista ja tavoitteista. Integratiivisen psykoterapeutin ominaisuuksia ovat avoimuus ja joustavuus suhteessa eri psykoterapiateorioihin ja työtapoihin sekä vapaus koulukuntaisesta ajattelusta. Joustavan työotteensa vuoksi integratiivinen psykoterapia soveltuu kaikkien keskeisten mielenterveysongelmien hoitomenetelmäksi.

1. Opiskelijavalinta

Koulutuksessa noudatetaan hakuperusteita, jotka on määritelty valtakunnallisen yliopistojen psykoterapeuttikoulutuskonsortion suosituksessa asetuksen 1120/2010 pykälän 2a pohjalta.

Hakuohjeet, tiedot opiskelijavalinnasta ja hakukelpoisuudesta löytyvät Jyväskylän yliopiston Psykoterapeuttikoulutuksen hakuoppaasta.

2. Koulutusohjelman rakenne

Koulutusohjelman laajuus on 67 opintopistettä ja se koostuu teoria- ja menetelmäopintojen, työnohjauksessa tapahtuvan psykoterapeuttisen asiakastyön, koulutuspsykoterapian ja opinnäytetyön opintokokonaisuuksista. Opintokokonaisuudet koostuvat opintojaksoista.

Teoria- ja menetelmäopinnot 37 op

IPST100	Integratiivisen psykoterapian perusteet	4 op
IPST115	Psykoterapiaprosessin keskeiset elementit	6 op
IPST120	Psyykkisten häiriöiden kehityksellinen ymmärtäminen	4 op
IPST130	Psykoterapeuttiset lähestymistavat masennuksen ja ahdistushäiriöiden hoidossa	4 op
IPST145	Psykoterapeuttiset lähestymistavat persoonallisuushäiriöiden ja trauman hoidossa	5 op
IPST150	Psykoterapeuttiset lähestymistavat muissa psyykkisissä häiriöissä	5 op
IPST160	Psykoterapian tutkimus ja tutkimuksellinen ote omassa työssä	5 op
IPST170	Psykoterapeuttina toimiminen, kehittyminen ja oma työtap	4 op

Työnohjaus

IPST200	Psykoterapian työnohjaus	16 op
---------	--------------------------	-------

Koulutuspsykoterapia

IPST300	Yksilöllinen koulutuspsykoterapia	4 op
---------	-----------------------------------	------

Opinnäytetyö

IPST400	Opinnäytetyö	10 op
---------	--------------	-------

3. Koulutusohjelman opintojaksot

IPST100 Integratiivisen psykoterapian perusteet 4 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija on perillä psykoterapiasta hoitomuotona sekä sen käytön yleisistä sovelluksista, mahdollisuuksista ja rajoitteista. Hän tuntee psykoterapioiden integraation keskeistä kehittämistyötä, nykytilaa ja kehityshistoriaa, psykoterapioille yhteiset vuorovaikutukselliset ilmiöt ja on selvillä integratiivisen psykoterapian erityisluonteesta eri työtapoja ja teorioita yhdistelevänä työotteena.

Sisältö: Psykoterapia ja psykoterapian integraation keskeiset käsitteet ja niiden kehitys. Psykoterapian eri suuntauksia, niiden teoreettiset viitekehykset ja työtavat. Psykoterapeutiksi kouluttautuminen.

Opetusmuodot: Seminaariopetus ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 1. Aloitusseminaari
- 2. Integratiivisen psykoterapian perusteet

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin

Eronen, S. & Lahti-Nuuttila, P. (toim.) (2012). Mikä psykoterapiassa auttaa? Integratiivisen lähestymistavan perusteita. Helsinki: Edita. (osin myös opintojaksolla IPST160)

Huttunen, M. & Kalska, H. (toim.) (2020, 4. uudistettu painos). Psykoterapiat. Helsinki: Duodecim.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST115 Psykoterapiaprosessin keskeiset elementit 6 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija tietää ja tunnistaa terapisuhteeseen vaikuttavat tekijät, osaa luoda ja ylläpitää terapisuhdetta ja ratkaista vuorovaikutuksessa syntyneitä ongelmia. Hän osaa arvioida asiakkaan terapiaedellytykset ja räätälöidä terapian asiakkaan tarpeiden ja tavoitteiden mukaisesti. Hän on omaksunut perustiedot terapeuttisesta muutoksesta ja käsitteellistämisestä eri terapiaviitekehyksissä.

Sisältö: Yhteistyösuhte, käsitteellistäminen ja muutos psykoterapiassa.

Opetusmuodot: Seminaariopetus, asiakastyöhön ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 3. Terapisuhde psykoterapeuttisen työskentelyn perustana

- 4. Käsitteellistäminen ja psykoterapiaprosessi
- 5. Muutos psykoterapiassa
- 6. Terapeuttisten yhteistyötaitojen kehittäminen

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin

Safran, J.D. & Muran, J.C. (2000). Negotiating the therapeutic alliance. New York: Guilford.

Turpeinen, P. & Nurmento, R. (2016). Terapiasuhteessa olemisen taito. Helsinki: Edita.

Quatman, T. (2015). Essential Psychodynamic Psychotherapy. An acquired art. New York: Routledge.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST120 Psyykkisten häiriöiden kehityksellinen ymmärtäminen 4 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija ymmärtää mielenterveyden ja sen häiriöiden kehityksellisen luonteen ja merkityksen psykoterapiassa. Opiskelijalla on valmiudet tarkastella keskeisiä psyykkisiä häiriöryhmiä kehityksellisestä näkökulmasta ja eri teoreettisista viitekehyksistä ymmärrettyinä. Hän on perehtynyt kehityspsykologian keskeisiin teorioihin ja käsitteisiin. Hän tuntee mielenterveyden ja sen häiriöiden psykologisen, sosiaalisen ja biologisen perustan ja on selvillä niistä yhteiskunnallisista ja kulttuurisista olosuhteista, joilla on vaikutusta yksilöiden ja perheiden elämään.

Sisältö: Kehityspsykologian keskeiset käsitteet, normaalikehitys ja häiriökehitys, kehityksen sosiaalinen konteksti, varhainen vuorovaikutus. Kehityshistorian merkitys aikuisen toiminnassa.

Opetusmuodot: Seminaariopetus, asiakastyöhön ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 7. Varhainen vuorovaikutus ja lapsen kehitys
- 8. Varhaisen vuorovaikutuksen ja lapsuuden kehityksen häiriöt ja aikuisen mielenterveys

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin

Teyber, E. & Teyber, F. (2017, 7. painos tai uudempi). Interpersonal process in therapy. An integrative model. Boston: Cengage.

Knox, J. (2011). Self-agency in psychotherapy. Attachment, autonomy and intimacy. New York: W.W. Norton & Co.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST130 Psykoterapeuttiset lähestymistavat masennuksen ja ahdistushäiriöiden hoidossa 4 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on perustiedot masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden psykologisesta olemuksesta ja psykiatrisesta diagnostiikasta. Hän kykenee erottamaan masennuksen ja ahdistuneisuushäiriöiden erilaiset ilmenemismuodot ja tuntee niiden keskeisimmät psykologiset selitysmallit sekä yhteyden muihin psyykkisiin häiriöihin. Hän hallitsee eri psykoterapiamenetelmien mukaisten hoitojen soveltuvuuden arvioinnin asiakkaalle, käsitteellistämisen, hoitosuunnitelman laatimisen ja keskeiset työskentelytavat. Hän osaa arvioida käyttämäänsä hoitomenetelmää ja yhteistyökysymyksiä asiakkaan kokonaishoidon kannalta.

Sisältö: Psykoterapeuttiset lähestymistavat masennuksen ja ahdistushäiriöiden hoidossa.

Opetusmuodot: Seminaariopetus, asiakastyöhön ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 9. Masennus ja mielialahäiriöt psykoterapeuttisen hoidon kohteina
- 10. Ahdistushäiriöt psykoterapeuttisen hoidon kohteina

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin.

Kähkönen, S., Karila, I., Koivisto, M. & Holmberg, N. (toim.) (2020, 9. uudistettu painos). Kognitiivinen psykoterapia. Helsinki: Duodecim. (osin myös opintojaksolla IPST150)

ja

Greenberg, L.S. & Paivio, S. (1997). Working with emotions in psychotherapy. New York: Guilford.

tai

Greenberg, L. & Goldman, R. (Eds.) (2018). Clinical handbook of emotion-focused therapy. Washington DC: APA.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST145 Psykoterapeuttiset lähestymistavat persoonallisuushäiriöiden ja trauman hoidossa 5 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija tuntee eri psykoterapiamenetelmien käsityksiä persoonallisuushäiriöistä ja erityisesti epävakaasta persoonallisuushäiriöstä. Hän kykenee arvioimaan persoonallisuushäiriötasoisten ongelmien vakavuusastetta, tunnistamaan psykiatrisen tautiluokituksen mukaiset persoonallisuushäiriöt ja erottamaan ne toisistaan. Hän hallitsee eri psykoterapiamenetelmien mukaisten hoitojen soveltuvuuden arvioinnin asiakkaalle, käsitteellistämisen, hoitosuunnitelman laatimisen ja keskeiset työskentelytavat. Hän osaa arvioida käyttämäänsä hoitomenetelmää ja

yhteistyökysymyksiä asiakkaan kokonaishoidon kannalta. Opiskelijalla on perustiedot traumaperäisen oireilun tunnistamisesta, psykologisesta ymmärtämisestä ja arvioinnista sekä trauman psykoterapeuttisesta hoidosta.

Sisältö: Psykoterapeuttiset lähestymistavat persoonallisuushäiriöiden ja trauman hoidossa.

Opetusmuodot: Seminaariopetus, asiakastyöhön ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 11. Persoonallisuushäiriöiden ilmenemismuodot, kehityksellinen tausta ja tasodiagnostinen arviointi
- 12. Persoonallisuushäiriöiden psykoterapeuttinen hoito
- 13. Traumatyöskentely psykoterapiassa

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin.

Koivisto, M, Korkeila, J., Stenberg, J-H. & Taiminen, T. (toim.) (2020). Epävakaa persoonallisuus. Helsinki: Duodecim.

tai

Livesley, W.J., DiMaggio, G. & Clarkin, J.F. (Eds.) (2015). Integrated treatment for personality disorder: A modular approach. New York: Guilford Press.

ja

Allen, J. G. (2013). Mentalizing in the development and treatment of attachment trauma. London: Karnac Books.

tai

Paivio, S.C. & Pascual-Leone, A. (2010). Emotion-focused therapy for complex trauma: An integrative approach. Washington DC: APA.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST150 Psykoterapeuttiset lähestymistavat muiden psyykkisten häiriöiden hoidossa 5 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelijalla on perustiedot syömishäiriöiden, riippuvuuksien, somatisointiongelmien, neurologisten häiriöiden ja psykoosien ja psykoottisen oireilun tunnistamisesta, psykologisesta ymmärtämisestä ja arvioinnista ja niiden psykoterapeuttisesta hoidosta. Opiskelijalla on myös perustietoa seksuaalisuuteen ja sukupuolisuuteen liittyvien kysymysten kohtaamisesta psykoterapiassa. Hän hallitsee eri psykoterapiamenetelmien mukaisten hoitojen soveltuvuuden arvioinnin asiakkaalle, käsitteellistämisen, hoitosuunnitelman laatimisen ja keskeiset työskentelytavat. Hän osaa arvioida käyttämäänsä hoitomenetelmää ja yhteistyökysymyksiä asiakkaan kokonaishoidon kannalta.

Sisältö: Psykoterapeuttiset lähestymistavat syömishäiriöiden, riippuvuuksien, psykoosien ja psykoottisen oireilun, neurologisten häiriöiden ja somatisointiongelmien hoidossa sekä seksuaalisuuteen ja sukupuolisuuteen liittyvien kysymysten huomioiminen psykoterapiassa.

Opetusmuodot: Seminaariopetus, asiakastyöhön ja kirjallisuuteen liittyvät ennakkotehtävät. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 14. Seksuaalisuus, sukupuoliuus ja somatisointi psykoterapiassa
- 15. Syömishäiriöiden ja riippuvuuksien psykoterapeuttinen hoito
- 16. Psykoosit ja neurologiset häiriöt psykoterapiassa

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin

Bateman, A. & Fonagy, P. (2019). Handbook of mentalizing in mental health practice. Washington DC: APA.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST160 Psykoterapian tutkimus ja tutkimuksellinen ote omassa työssä 5 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija tuntee psykoterapian tutkimiseen liittyviä kysymyksiä ja asetelmia ja psykoterapiatutkimuksen keskeisiä tuloksia. Hän osaa soveltaa tutkimuksellista otetta omaan työskentelyynsä, osaa huomioida eettiset näkökohdat omassa terapia- ja tutkimustyössään ja osoittaa tietämystä tutkimustiedon yhteydestä ammatilliseen näyttöön ja käytäntöön.

Sisältö: Psykoterapiatutkimuksen menetelmät ja tulokset. Opinnäytetöiden ohjaus.

Opetusmuodot: Tutkimus- ja opinnäytetyöseminaarit. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 17. Psykoterapian tutkimus
- 18. Opinnäytetöiden ohjausseminaari
- 19. Opinnäytetyöseminaari

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvin osin

McLeod, J. (2010). Case study research in counselling and psychotherapy. London: Sage.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST170 Psykoterapeuttina toimiminen, kehittyminen ja oma työtapana 4 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa havainnoida omaa terapeutiksi kehittymistään ja sen jatkuvaa prosessinomaista luonnetta ja osatekijöitä omalla kohdallaan. Hän kykenee myös kuvailemaan omaa integratiivista työtapaansa. Hänellä on valmius edelleen kehittää terapeuttisia taitojaan ja hakea ammatillista tukea terapeuttisesti haastavissa tilanteissa. Hän on tietoinen psykoterapeuttisen työn rasittavuustekijöistä ja osaa huolehtia omaan työssä jaksamiseen vaikuttavista tekijöistä. Hän tuntee alan lainsäädännön, eettiset ohjeet ja säännöt.

Sisältö: Psykoterapeutin oman työtavan tarkastelu, koulutusprosessin reflektointi.

Opetusmuodot: Seminaariopetus. Oman oppimisen reflektointi itsenäisesti ja pienryhmissä. Kirjallisuusopinnot verkkoympäristössä.

Seminaarit:

- 19. Psykoterapeuttina toimiminen, kehittyminen ja oma työtapana
- 20. Psykoterapeuttikoulutusten yhteinen seminaari: lainsäädäntö ja etiikka
- 21. Päätösseminaari

Kirjallisuus: Seuraavat teokset tai vastaavat soveltuvien osien.

Kottler, J. (2022, 6. painos). On being a therapist. New York: Oxford University Press.

Skovholt, T.M. (2012). Becoming a therapist: On the path to mastery. Hoboken: Wiley.

Lisäksi seminaarikohtaista kirjallisuutta.

IPST200 Psykoterapian työnohjaus 16 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa soveltaa psykoterapian teorioita ja työtapoja asiakkaan yksilöllisten tarpeiden mukaisesti. Hän osaa toteuttaa yksilöpsykoterapiaprosessin itsenäisesti osana asiakkaiden hoito- tai kuntoutusprosessia. Hän osaa arvioida omaa toimintaansa ja sen suhdetta hoidon vaikutuksiin.

Sisältö: Vähintään 300 tuntia ohjattua asiakastyötä, kahden työnohjaajan ohjaamana sisältäen vähintään kolme terapiaa, joista vähintään yksi yli vuoden kestävä. Työnohjauksissa käsitellyistä tapauksista jokaisesta tehdään terapiayhteenveto.

Opetusmuoto: Työnohjaus pienryhmissä 136 - 160 tuntia ryhmäkoosta riippuen (3-4 opiskelijaa).

IPST300 Yksilöllinen koulutuspsykoterapia 4 op

Osaamistavoitteet: Opintojaksot suoritettuaan opiskelija tunnistaa oman elämäkokemuksensa yhteyden henkilökohtaisiin toimintatapoihinsa ja tunnereaktioihinsa sekä osaa käyttää tätä hyväksi asiakassuhteiden muodostamisessa ja ylläpitämisessä ja hoitoprosessien läpiviemisessä. Hän pystyy ymmärtämään asiakkaiden kokemusta hoitotapahtumassa.

Opetusmuoto: Vaativan erityistason tai kouluttajapätevyyden omaavan yksilöpsykoterapeutin antama koulutuspsykoterapia vähintään 80 tuntia koulutuksen aikana. Koulutuspsykoterapian kirjallinen reflektointi.

IPST400 Opinnäytetyö 10 op

Osaamistavoitteet: Opintojakson suoritettuaan opiskelija osaa tutkimuksellisesti lähestyä eri psykoterapian ilmiöitä ja havainnoida ja eritellä omaa työtapaansa ja osuuttaan hoitoprosessin kulussa. Hän osaa hakea ja lukea kriittisesti arvioiden tutkimuskirjallisuutta ja tuntee tutkimusraportoinnin perusteet.

Sisältö: Itsenäisesti toteutettu ja kirjallisesti raportoitu opinnäytetyö.

Opetusmuoto: Artikkelimuotoisen opinnäytetyön suunnittelu, toteutus ja kirjoittaminen. Osallistuminen opinnäytetyön ryhmämuotoiseen ohjaukseen.

4. Osaamisen osoittaminen näytöllä

Koulutusohjelmassa hankittu osaaminen osoitetaan näytöllä, joka muodostuu sovitulla tavalla koulutuksen kuluessa kertyvästä opiskelijan näyttösalkusta (ml. työnohjauksessa tai seminaareissa tehtyjen näyttöjen raportit, terapiayhteenvedot, opinnäytetyön tiivistelmä).