

Ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti 50 op (osaamisperusteinen kuvaus)

Koulutuksen kuvaus

Koulutuksessa opiskelija muodostaa yleisnäkemyksen ihmisen kasvuun ja kehitykseen, psykiatriseen diagnostiikkaan, eri psykoterapian viitekehyksiin ja niiden käyttämiin teorioihin ja käytäntöihin, psykoterapian näyttöön sekä etiikkaan. Koulutuksen käytyään opiskelijalla on paremmat valmiudet toimia terapeuttisessa ja ohjaavassa työssä tuloksellisesti.

Koulutuksen aikana opiskelija oppii valmiudet toimia ratkaisukeskeisenä lyhytterapeutina. Koulutuskokonaisuus sisältää myös psykoterapiakoulutusten vaatimuksiin kuuluvat psykoterapeuttisten valmiuksien aihealueet. Koulutuksen hyväksytysti suorittanut opiskelija saa lyhytterapeuttipätevyyden, joka ei kuitenkaan ole Valviran laillistama terveydenhuollon ammattinimike.

Koulutus täydentää sosiaali- ja terveysalan tai muun soveltuvan alan perustutkintoa psykoterapeuttisten valmiuksien osalta ja antaa kelpoisuuden hakea yliopistolliseen psykoterapeuttikoulutukseen soveltuvan tutkinnon pohjalta. Koulutuksessa on huomioitu Valviran vaatimukset.

Lyhytterapeuttikoulutukseen sisältyvät psykoterapeuttiset valmiudet (30 op). Mikäli opiskelija haluaa suorittaa pelkät psykoterapeuttiset valmiudet, hänen ei tarvitse osallistua ratkaisukeskeisen lyhytterapian syventäviin prosessinohjaus- ja menetelmätaito-osuuksiin (20 op).

Opetus järjestetään monimuotokoulutuksena, johon sisältyy seminaariopetusta, pienryhmätyönohjausta, asiakasharjoittelua, itsenäisiä harjoituksia, asiakastyön videointia ja analysointia, vertaisryhmätyöskentelyä ja paritutorityöskentelyä lähijaksojen välissä sekä kirjallisia välitehtäviä.

Koulutus perustuu vahvaan aikuispedagogiikkaan, jossa itse- ja vertaisarviointilla sekä itseohjautuvalla työskentelyotteella on tärkeä rooli.

Kohderyhmä

Ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti koulutus soveltuu henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita psykoterapeuttisista ja ohjauksellisista työskentelymenetelmistä ja niiden tuloksellisesta soveltamisesta omien asiakkaiden kanssa. Peruskoulutukseksi soveltuu sosiaali-, terveys-, opetus- tai kasvatusalan ammatillisen opistoasteen, ammattikorkeakoulun- tai muun soveltuvan alan korkeakoulututkinto. Koulutus toimii sosiaali- ja terveysalan täydennyskoulutuksena.

Ydinsisällöt ja osaamistavoitteet

Koulutuksen painopistealueina ovat ratkaisukeskeinen taustafilosofia, voimavarakeskeiset työmenetelmät toipumisorientaatiota tuottavalla tavalla sekä yleisimmät mielenterveysdiagnoosit. Opiskelija perehtyy myönteisen mielenterveyden edistämiseen vuorovaikutuksellisessa ohjaustyössä.

Opiskelija osaa koulutuksen suoritettuaan lyhytterapeuttisen työskentelyotteen prosessin ja menetelmät, joita hän harjoittelee käytännössä oikeiden asiakkaiden kanssa. Työnohjauksella tuetaan opiskelijan

asiakastyön harjoittelua. Opinnäytetyössään opiskelija yhdistää teoreettisen tietämyksensä omaan käyttöteoriaansa, jonka muotoutumista tukee lyhytterapiaan liittyvä soveltava kehittämistehtävä.

Koulutus koostuu Ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessinohjaus- ja menetelmätaidoista sekä psykoterapeuttisista valmiuksista. Koulutuksen kaikkia osia työstetään sekä lähiopetusjaksoilla että ohjattuna etäopiskeluna.

- **Ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessinohjaus- ja menetelmätaidot (20 op)**
- **Psykoterapeuttiset valmiudet (30 op)**

Ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessinohjaus- ja menetelmätaidot (20 op)

1. Ratkaisukeskeisen lyhytterapian yleistaidot

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- nimetä ratkaisukeskeisen lyhytterapian peruseräatteen, käyttöalueet, mahdollisuudet, rajat ja haasteet
- toimia ratkaisukeskeisen lyhytterapian periaatteiden mukaan.
- kertoa ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessin eri vaiheisiin soveltuvista menetelmistä
- huolehtia asiakastapaamisissa ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessinomaisuudesta sekä yhden istunnon osalta että koko pidemmän prosessin kaari huomioiden.
- soveltaa yleisempiä ratkaisukeskeisen lyhytterapian työtapoja, menetelmiä ja kysymystyyppejä tarkoituksenmukaisesti ja oikea-aikaisesti kunkin asiakkaan yksilöllinen tilanne huomioiden.
- työskennellä ratkaisukeskeisesti
- esittää kysymyksiä, jotka edistävät asiakkaan omaa oivallusprosessia

2. Lyhytterapiaprosessin osa 1: Liittyminen ja yhteistyösuhteen muodostaminen

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- kertoa asiakkaalle keskusteluiden luottamuksellisuudesta ja salassapidosta
- luoda turvallisen ja rennon psyykkisen tilan terapiaprosessiin
- olla empaattinen, rauhallinen, läsnä oleva sekä asiakkaan tarpeita kuunteleva

3. Lyhytterapiaprosessin osa 2: Tavoitteellisen lyhytterapiatyöskentelyn varmistaminen

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- soveltaa ratkaisukeskeisen tavoitteistamisen periaatteita
- auttaa kysymysten avulla asiakasta muotoilemaan omia myönteisiä tavoitteitaan, jotka hän haluaa saavuttaa
- kysyä asiakaslähtöisiä ja toimijuutta tukevia kysymyksiä

4. Lyhytterapiaprosessin osa 3: Asiakkaan pystyvyysuskon ja motivaation kasvattaminen

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- kysyä asiakkaan voimavaroista, vahvuuksista, osaamisesta ja mahdollisuuksista
- sanoittaa myönteiset huomionsa asiakkaalle istunnon aikana
- kysyä asiakkaan näkemyksiä tämän aiemmista ratkaisukeinoista, vahvuuksista ja onnistumisista
- rakentaa asiakkaan itseluottamusta hänen vahvuksiensa varaan
- normalisoida asiakkaan kokemuksia mitätöimättä asiakkaan tunteita

5. Lyhytterapiaprosessin osa 4: Oivalluttava reflektointi ja muutoksen konkretisointi

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- etsiä aktiivisesti yhdessä asiakkaan kanssa uusia ja luovia tapoja helpottaa asiakkaan oloa
- kartoittaa asiakkaan edistymistä ja selviytymistä
- vastuuttaa asiakasta omassa myönteisessä muutoksessaan
- huomioida asiakkaan sosiaalisen kontekstin
- edistää asiakkaan mentalisaatiokykyä
- tarkastella asiakkaan kanssa hänen henkilöhistoriaansa oppimisen näkökulmasta.
- kirkastaa asiakkaan kanssa hänelle tärkeitä arvoja.

6. Lyhytterapiaprosessin osa 5: Yhteenveto ja opitun soveltaminen käytäntöön

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- rohkaista asiakasta luomaan itselleen sopivia terapian välitehtäviä
- hyödyntää saamansa asiakaspalautetta
- analysoida terapian tuloksia istunnon ja terapian alussa asetettuihin tavoitteisiin yhdessä asiakkaan kanssa
- laatia asiakkaan kanssa turva- tai jatkosuunnitelman
- käyttää lopetusrituaaleja tarkoituksenmukaisesti
- pitää huolta omasta hyvinvoinnistaan päästämällä henkisesti irti asiakkaan tilanteesta

7. Lyhytterapia-ammatti-identiteetti, itsetuntemus ja etiikka

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- sanoittaa omat vahvuutensa ja kehittämiskohteensa kirjallisesti oman lyhytterapia-ammatti-identiteetin itsereflektioonsa
- analysoida henkilökohtaisia haasteitaan, omia moraalireaktioitaan, tunteitaan ja motiivejaan asiakastyössä
- osaa noudattaa alan eettisiä periaatteita
- tunnistaa omat rajansa ja kuormitustekijänsä.
- hakea tarvittaessa apua omaan työhyvinvointiinsa

8. Työnohjaus ja asiakastyön dokumentointi & reflektointi

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- kommentoida opiskelukollegoidensa tapausesimerkkejä ratkaisukeskeisen lyhytterapia- kuvakulmista.
- soveltaa ratkaisukeskeistä lyhytterapia- viitekehystä erilaisten asiakkaiden kanssa.
- nimetä yläkäsitteet ratkaisukeskeisille lyhytterapia- interventioille.
- analysoida työnohjauksessa omia tunnereaktioitaan, ajatuksiaan ja toimintayllyykeitään.
- kuvata kirjallisesti asiakastyötään ratkaisukeskeisessä viitekehyksessä

Psykoterapeuttiset valmiudet (30 op)

1. Ihmisen kasvu ja kehitys

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- kuvailla erilaiset kiintymyssuhteet, niiden erityispiirteet ja ilmenemismuodot.
- kuvailla lasten ja nuorten yleisimmät mielenterveysongelmat ja niiden ilmenemismuodot.

2. Psykiatrinen diagnostiikka

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- nimetä yleisimmät mielenterveyden häiriöt

3. Hoitojärjestelmä ja lainsäädäntö

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- nimetä keskeisimmät lait, jotka ohjaavat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöitä
- kertoa pääpiirteet mielenterveyden häiriöiden hoidon palvelujärjestelmästä ja sen eri hoitotasosta.

4. Psykoterapian viitekehykset

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- kuvata psykoterapia-alan keskeisimmät käsitteet ja psykoterapian erot muihin ohjaustyön muotoihin.
- selittää keskeisimmät psykoterapioiden viitekehykset ja niiden eroavaisuudet ja painopisteet

5. Psykoterapian etiikka

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- selittää etiikan merkityksen psykoterapian kontekstissa.
- analysoida monipuolisesti eettisiä dilemmoja omassa työssään.
- reflektoida omaa ammattietiikkaansa.

6. Psykoterapiassa vaikuttavat tekijät

Koulutuksen suorittuaan opiskelija osaa:

- summata, mitkä tekijät saavat aikaan tuloksellisen psykoterapia-asiakkuuden
- analysoida psykoterapeuttisen allianssin merkitystä eri kuvakulmista

Suoritustapa

Koulutus on laajuudeltaan 50 opintopistettä ja se järjestetään monimuotokoulutuksena, johon sisältyy 20 lähiopetuspäivää ja lisäksi 20 tuntia (10 päivänä) asiakastyönohjausta pienryhmissä, itsenäisiä harjoituksia, vertaisryhmätyöskentelyä lähijaksojen välissä, soveltavan kirjallisuuden lukemista, sekä kirjallisia välitehtäviä. Koulutuksen aikana opiskelija suorittaa myös 100 tuntia dokumentoitua lyhytterapeuttista työskentelyä oikeiden asiakkaiden kanssa. Opiskelija tekee opintojen aikana opinnäytetyön ja ratkaisukeskeisen lyhytterapian kehittämistehtävän.

Koulutus jakautuu seuraaviin kokonaisuuksiin:

Ratkaisukeskeisen lyhytterapian prosessinohjaus- ja menetelmätaidot (20 op)

- Syventävä ratkaisukeskeinen kirjallisuus (3 op)
- Pienryhmätyönohjaus (2 op)
- Vertaisryhmätapaamiset (0,6 op)
- Asiakastyöskentely (7,4 op)
- Lyhytterapeuttina kasvun reflektio (1 op)
- Paritutorointi (1 op)
- kehittämistehtävä (5 op)

Psykoterapeuttiset valmiudet (30 op)

- Opinnäytetyö (5 op)
- Teoriaseminaarit ja kirjallisuus (25 op)

Yhteenveto koulutuksen työtavoista:

- 20 seminaariopetuspäivää
- välityöskentely ja -tehtävät
 - kirjallisuus (noin 14 kirjaa)
 - alan lainsäädäntöön tutustuminen
- opinnäytetyö (terapia-alan tietopainotteinen kirjallinen työ)
- soveltava oman työn ratkaisukeskeinen kehittämishanke
- asiakastyö (100 h, vähintään 10 eri asiakasta)
 - vähintään kaksi videoitua, litteroitu ja analysoitu asiakastapaaminen
 - ratkaisukeskeisen viitekehyksen dokumentointi jokaisesta asiakastyön tunnista
- pienryhmätyönohjaus (10 x 2 h)
 - aktiivinen ja soveltava työskentely, 100% läsnäolovelvollisuus
- vertaisryhmätapaamiset (8 x 2 h)
- paritutorointi
 - oman parin kirjallisten töiden lukeminen ja reflektointi sähköisellä oppimisalustalla
- soveltava kirjallisuus

Arviointi

Opiskelijan osaaminen koulutuksessa arvioidaan hyväksytty / hylätty- asteikolla. Koulutus on suoritettu hyväksytysti, kun opiskelijan osaaminen koulutuksen päätyttyä voidaan arvioida vähintään koulutuksen osaamisperusteiden tasoiseksi.

Osaamisen arviointi

- Osaamisen arviointi perustuu: kirjallisiin välitehtäviin, paritutorointityöskentelyyn, vertaisryhmätyöskentelyyn, työnohjauksessa asiakastyöskentelyn raportointiin/dokumentointiin, videoituun asiakastyöskentelyyn, ammatti-identiteetin kirjalliseen reflektioon, tentteihin, seminaarijaksoille osallistumiseen ja opinnäytetyöhön sekä kehittämistehtävään.
- Koulutuksen hyväksytty suorittaminen edellyttää aktiivista osallistumista (100% läsnäolo) sekä kaikkien vaadittavien suoritteiden hyväksyttävää arviointia.
- Opiskelijan osaaminen viedään Koski-tietovarantoon, mikäli opiskelija näin haluaa. Koulutuksessa hankittu osaaminen on tunnistetavissa ja tunnustettavissa esim. myöhemmissä opinnoissa tai työelämässä.

Arviointitavat

Opiskelijan osaamisen arvioinnin kohteet

- Osaa osoittaa perehtyneisyytensä lyhytterapian tietoperustaan
- Osaa käyttää työtehtävissään lyhytterapia-alan käsitteitä asiantuntevasti ja johdonmukaisesti
- Osaa käyttää lyhytterapiaopinnoissa opittuja prosesseja, menetelmiä ja välineitä toiminnassaan tarkoituksenmukaisesti.
- Osaa toimia erilaisissa lyhytterapian ammatillisissa tilanteissa.
- Osaa havainnoida ja kuvata omaa ja toisten toimintaansa ja niiden vaikutuksia
- Osaa käyttää palautetietoa lyhytterapiaosaamisen kehittämiseen
- Osaa toimia tarkoituksenmukaisesti erilaisissa viestintä- ja vuorovaikutustilanteissa
- Osaa toimia lyhytterapia-alan eettisen ohjeiston mukaisesti
- osaa toimia hyvien tapojen ja ryhmän pelisääntöjen mukaan.