

Tiivistelmä

- Terapiat etulinjaan -mallissa pyritään rakentamaan laadultaan ja rakenteiltaan ensiluokkaista koulutustoimintaa.
- Koulutusyhteistyötä toteutetaan sekä perusterveydenhuollossa että erikoissairaanhoidossa. Koulutusten laajuutta on mahdollista räätälöidä.
- Koulutukset rakentuvat verkko-opiskelusta, koulutushoidoista ja menetelmäohjauksesta.
- Yhteistyötä toteutetaan myös sisällöntuotannon näkökulmasta hyödyntäen koko maan osaamista.
- Yhteinen koulutusala ja tuetut prosessit mahdollistavat tehokkaan sisällöntuotannon ja laajalle levittyvän koulutustoiminnan.

Terapiat etulinjaan -malli

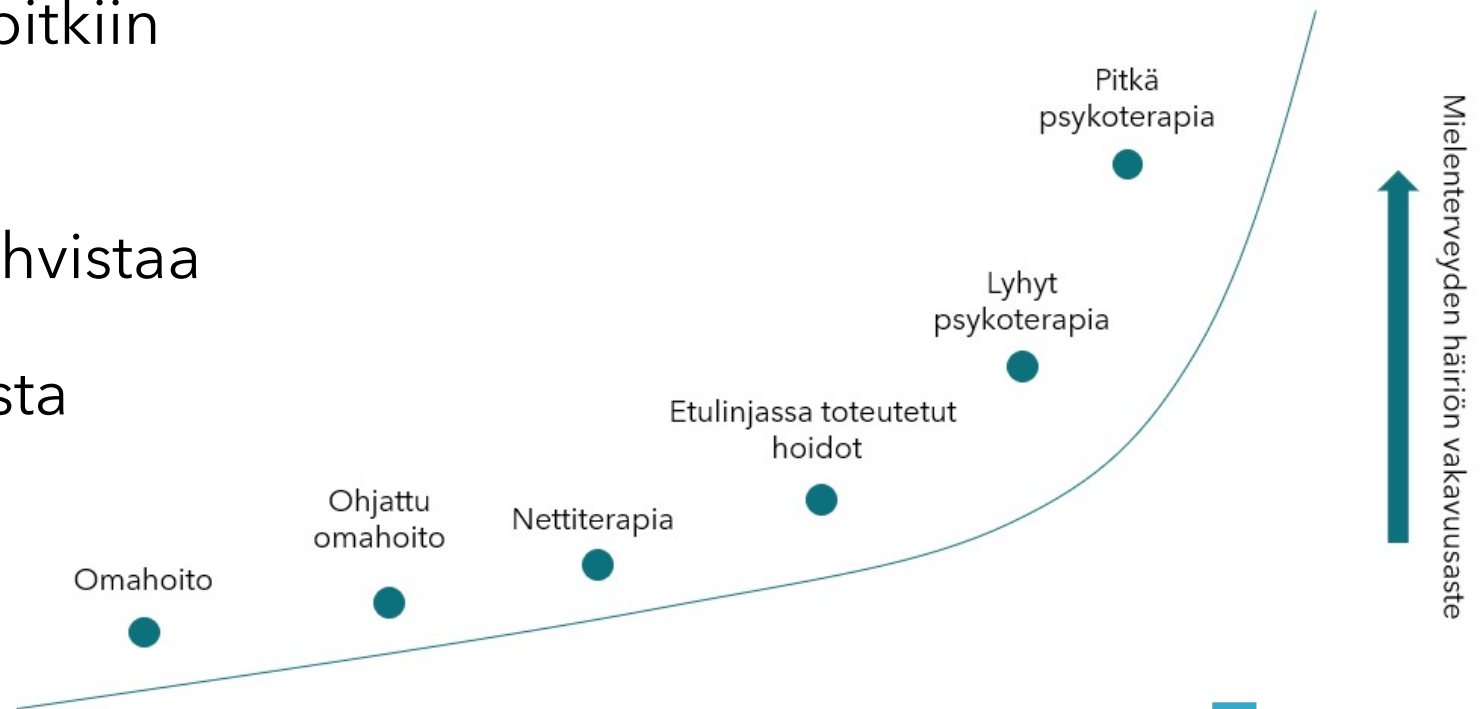
Koulutustoiminta ja koulutusportfolio

Kasper Mikkonen, kasper.mikkonen@hus.fi

2022

Miksi koulutusta?

- Psykososiaaliseen hoitoon pääsy viivästyy usein merkittävästi.
- Syynä tähän raskaisiin ja pitkiin hoitoihin keskittynyt palvelujärjestelmä.
- Kouluttamalla voidaan vahvistaa osaamistasoa ja tarjota porrasteisesti oikea-aikaista hoitoa useammalle.



Koulutustoimintaa - yhteistyössä

- Terapiat etulinjaan -koulutustoiminta sisältää koulutuksia ja toimintamalleja, joiden tarkoituksena on parantaa oikea-aikaisten psykososiaalisten hoitojen saatavuutta.
- Tavoitteena on hyödyntää koko maan osaamista rakentamalla yliopistosairaaloiden yhteinen koulutusala.
- Jokaisen koulutuksen sisällöstä vastaa erikseen sovittu yo-sairaala tai useamman yo-sairaalan yhteinen tiimi. HUSin rooli on tuottaa ja ylläpitää teknisesti koulutuksia.
- Terapiat etulinjaan -hankkeen/HUSin jo kehittämät ja ylläpitämät koulutussisällöt soveltuvat vaihteleviin tarpeisiin sekä perus- että erikoissairaanhoidon.

Koulutustoimintaa - yhteistyössä

Yhteistyötä sisällöntuotannossa

TE/HUS: etulinjan lyhytterapia,
ohjattu omahoito, IPC, Cool Kids

Yliopistosairaala

Useamman
yliopistosairaalan tiimi

Yhteinen koulutusala: yhteiset
kouluttamisen periaatteet,
moderni verkkopedagogiikka,
helppo päivitys, joustava
toteutus, skaalautuvuus

TE/HUS auttaa sisällön teknisessä
ylläpidossa.

Yhteistyötä koulutustoiminnassa

Kliiniseen
toimintaympäristöön
sopiva ja räätälöity
koulutuskokonaisuus

Terapiat etulinjaan koulutusportfolio

Ohjatut omahoidot	Terapeuttiseen työskentelyyn orientoituminen	Kohderyhmään orientoituminen	Hoitomallit		Ammatillinen kehittyminen
Ohjattu omahoito: aikuiset	Terapeuttisen työn ydintaidot	Lyhytterapiat: nuorisotyö	Ahdistuksen hoitomalli (KT)	Masennuksen hoitomalli (KT)	Jatkuva kehittyminen
Ohjattu omahoito: nuoret	Motivoiva haastattelu	Lyhytterapiat: erikoissairaanhoido	Masennuksen hoitomalli (IPT)	Pitkäaikaisen masennuksen hoitomalli (CBASP)	Oma hyvinvointi ja jaksaminen
Assisterad egenvård	Kriisin kohtaaminen	Lyhytterapiat: vanhustyö	Unettomuuden hoitomalli	Riippuvuuksien hoitomalli	
	Ryhmähoitojen toteuttaminen		Paniikkihäiriön hoitomalli	Sosiaalisten tilanteiden pelon hoitomalli	
			IPC-koulutus (nuoret)	Cool kids -koulutus (nuoret)	
			Lastenpsykiatrian koulutukset		

Koulutuksien ydinfilosofia



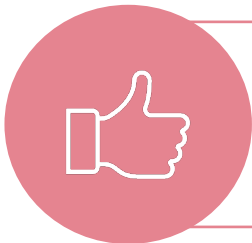
Näyttöön perustuva, ajankohtainen & täydentyvä

Seurataan viimeisintä tieteellisintä näyttöä. Emme ole sitoutuneita yksittäisiin teoreettisiin viitekehyksiin vaan pyrimme jatkuvasti tarjoamaan parhaat mahdolliset työkalut opiskelijoille.



Tarpeita kuunteleva

Koulustoimintaa rakennetaan räätälöiden yhteistyötahon tarpeita kuunnellen. Olemme joustavia koulutusprosesseissa ja koulutusten läpiviennissä.



Helppokäyttöinen & joustava

Koulutuksiin osallistuminen on ammattilaisen näkökulmasta helppoa. Koulutusrakenteemme mahdollistavat kouluttautumisen kiireen keskellä ja että koulutuksien sisällöt kääntyvät nopeasti hyödyksi.



Palautetietoinen

Koulutuksien aikana kerättyä tietoa hyödynnetään koulustoiminnan arvioimisessa, sisällönkehityksessä, mutta ennen kaikkea kohdennetumman ja laadukkaamman hoidon takaamiseksi.

Koulutustoiminnan periaatteet

Verkkomuotoinen itseopiskelu

- Valtaosa koulutukseemme sisältyvästä opetuksesta järjestetään modernia koulutusalaamme hyödyntäen.
- Osa koulutuksista järjestetään kokonaan verkkomuotoisina kursseina.

Koulutushoidot

- Koulutukseen sisältyy useassa tapauksessa taitojen ja hoitoprosessien harjoittelua aidossa toimintaympäristössä.
- Koulutushoidoista kerätään systemaattisesti tietoa.

Menetelmäohjaus

- Menetelmäohjauksessa käydään läpi koulutushoidoissa esiintulleita asioita, simuloidaan potilastilanteita ja harjoitellaan konkreettisia taitoja.

Koulutusalueista

Verkkopedagogiikka terapeuttien taitojen opetuksessa

- Verkkopedagogiikan hyödyntäminen **EI** tarkoita oppimistuloksista tinkimistä.
- Psykososiaalisiin hoitoihin liittyvät tiedot karttuvat yhtäläisesti verkkopohjaisilla itseopiskelumenetelmillä tavanomaisiin luentoisiin ja seminaareihin verrattuna.
- Ammattillinen kehitys ja taito-oppiminen kehittyvät parhaiten ohjauksessa ja taitoja harjoiteltaessa. Tästä syystä koulutukset sisältävät usein myös muita oppimismuotoja verkko-oppimisen lisäksi.

Terapiat etulinjaan koulutusalueelta

- Koulutusalueelta mahdollistaa koulutuksien järjestämisen osana kiireistä arkea.
 - Pitkiä seminaaripäiviä ei tarvitse varata kalenteriin, vaan opiskelu toteutuu pienissä pätkissä silloin, kun kalenterissa on tilaa.
- Tekstisisältöjen lisäksi alustassa hyödynnetään runsaasti erilaisia demovideoita ja oppimistehtäviä.
 - Alusta sisältää myös kaikki työkalut, joita ammattilainen tarvitsee hoitojen toteuttamiseen ja seurantaan.
- Alusta on käytettävissä myös pitkään koulutusten päättymisen jälkeen. Tavoitteena työväline jatkuvan ammattillisen kehittämisen mahdollistamiseen.

Etusivu Koulutukset Tauno Testiukkeli

ETUSIVU

KOULUTUKSENI

Etulinjan lyhytterapia **0%**

0 KONTAKTIT

Hallinnoi kontakteja

Kirjoita jotain

Koulutus Kunniamerkki Sertifikaatti

Olet ajan tasalla

Tauno Testiukkeli
05 Tammikuu 2022 - 10:32

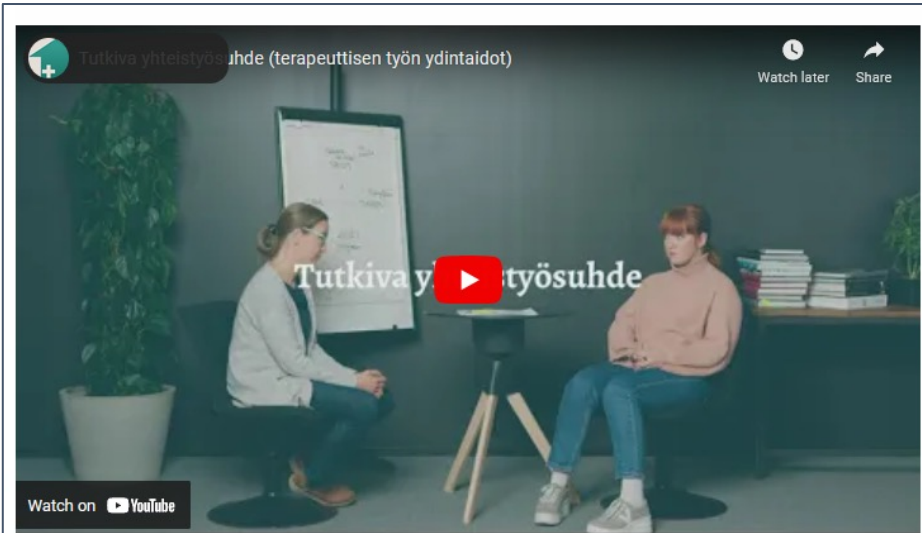
Kirjoittelen tähän omia ajatuksiani muille nähtäväksi.

1 Tykkää Kommentti

TAUNO TESTIUKKELI
Opiskelija

Trendit
Viimeiset 7 päivää

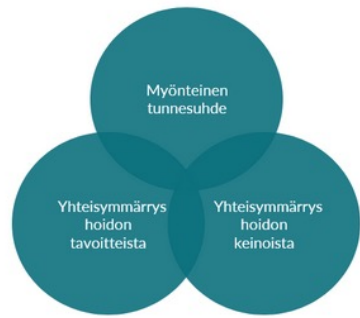
Läpäistyt koulutukset	-->
Keskeneräiset koulutukset	2 +2
Saadut sertifikaatit	-->
Koulutukseen käytetty aika	-->



TERAPEUTTINEN ALLIANSSI

Terapiatyön perustana on terapeutin allianssi eli yhteistyösuhde, jonka muodostaminen ja ylläpitäminen on terapeutin keskeinen tehtävä. Terapeutin allianssi muodostuu kolmesta osatekijästä:

1. Myönteisestä tunnesuhteesta ammattilaisen ja potilaan välillä
2. Yhteismääräyksestä hoidon tavoitteiden suhteen
3. Yhteismääräyksestä hoidossa käytettyjen keinojen suhteen



MYÖNTEINEN TUNNESUHDE

Myönteisellä tunnesuhteella tarkoitetaan potilaan kokemusta ammattilaisesta empaattisena, turvallisena yhteistyökumppanina; siis kokemusta siitä, että tämän ihmisen kanssa on mukava olla tekemisissä ja työskennellä yhteisen tavoitteen eteen. Jossain määrin sen syntymiseen vaikuttavat niin sanotut "henkilökemiat", eli esimerkiksi se, kuinka rytmiltään samanlaisia, samanlaisella huumorintajulla varustettuja tai muuten helposti toisiinsa sovitettavia potilas ja ammattilainen sattuvat olemaan.

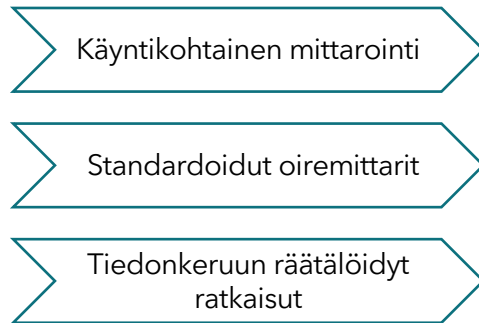
Myönteisen tunnesuhteen rakentumiseen on kuitenkin aina mahdollista myös vaikuttaa tietoisesti. Oleellista on ystävällinen, kiinnostunut ja kunnioittava perusasenne. Seuraavassa osiossa kuvattavat empatia ja validointi ovat myös tärkeitä työkaluja myönteisen tunnesuhteen luomisessa ja ylläpitämisessä.

Koulutushoidot ja menetelmäohjaus

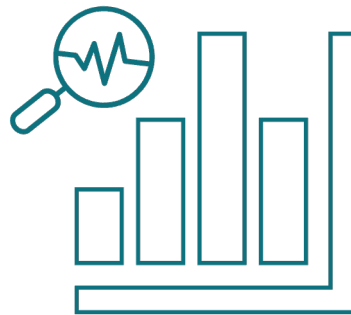
Koulutushoidot & menetelmäohjaus

- Koulutushoittojen avulla koulutuksista saatava hyöty pyritään tuomaan heti potilaiden saataville.
 - Koulutushoittojen avulla helpotetaan myös koulutettavien periaatteiden ja prosessien jalkautumista.
- Menetelmäohjaus ei ole perinteistä työhöjhausta, vaan opetustilanne, jossa koulutushoittojen läpikäymisen lisäksi mallinnetaan ja harjoitellaan koulutuksissa opeteltavia taitoja.
- Ryhmämuotoinen menetelmäohjaus on turvallinen tilanne, joka mahdollistaa oman työn kriittisen tarkastelun.

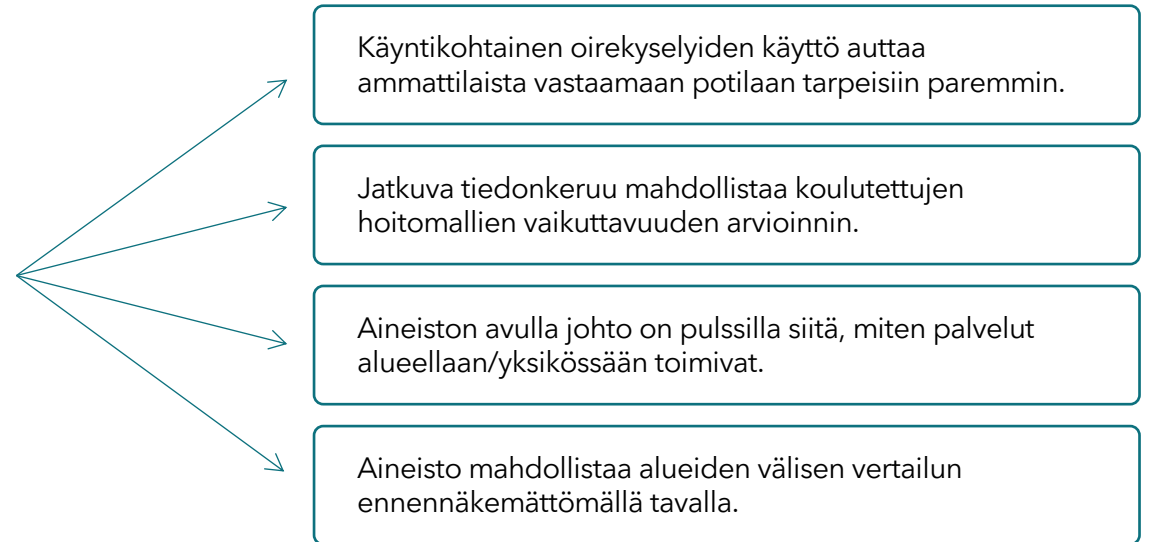
Palautetietoinen hoito ja jatkuva tiedonkeruu



Koulutuksissa noudatetaan korkealaatuisia tiedonkeruun periaatteita.



Koulutustoiminnasta kertyy tietoa ja ymmärrystä.



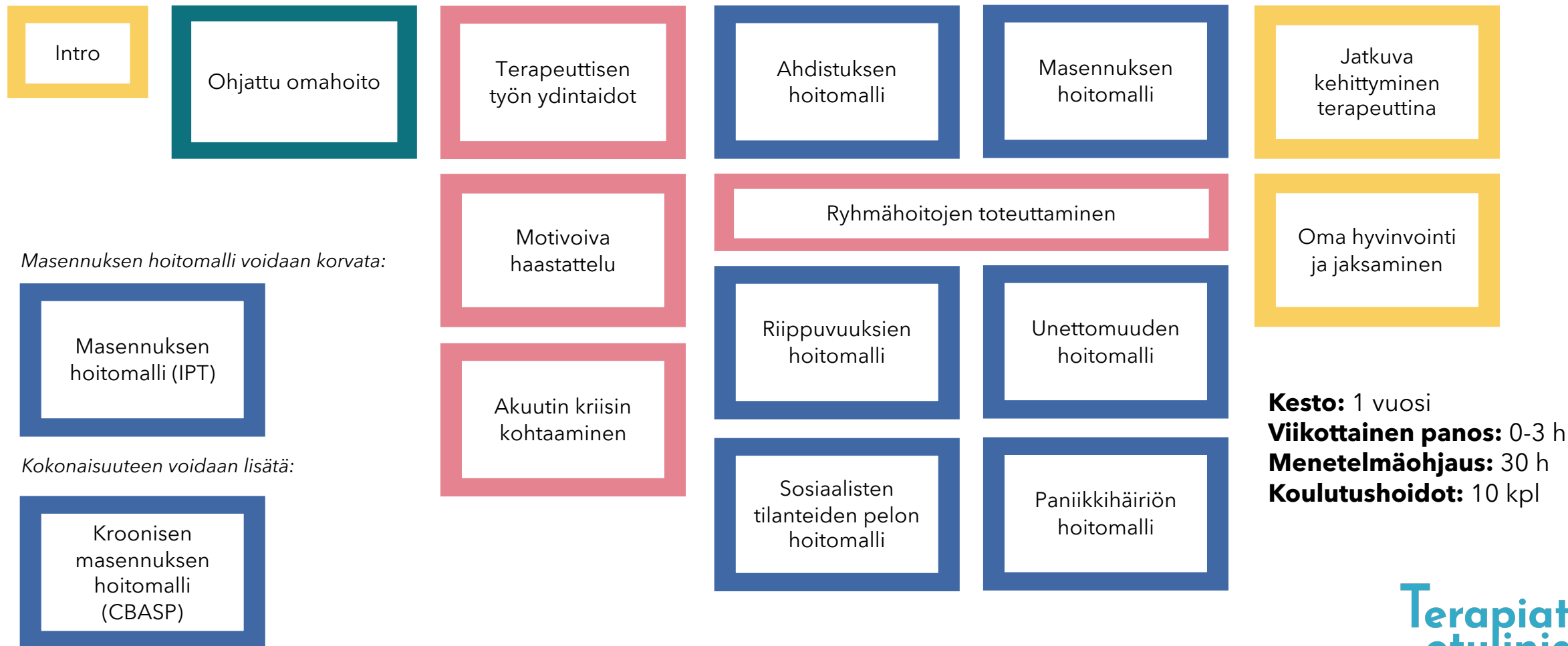
Tietoa hyödynnetään monin eri tavoin potilaiden hoidon ja organisaatioiden kehittymisen tukena.

Koulutusportfolio

Etulinjan lyhytterapia -koulutus

- Etulinjan lyhytterapia -koulutus on kokonaisvaltainen koulutuskokonaisuus perusterveydenhuollon ammattilaisille.
- Koulutukseen voivat osallistua kaikki mielenterveyden häiriöitä kohtaavat ammattilaiset koulutuksesta tai kokemusvuosista riippumatta.
- Etulinjan lyhytterapia- hoitomuoto on keskimäärin 7 kontaktikerran pituinen hoito, jonka avulla voidaan hoitaa lieviä- ja keskivaikeita mielenterveyden häiriöitä.

Etulinjan lyhytterapia -koulutus



Ohjattu omahoito -koulutukset

- Ohjattu omahoito -koulutukset voidaan järjestää kokonaan itsenäisesti toteutettavina verkkokoulutuksina.
 - Opiskelua voidaan tukea kick-off -tapaamisilla ja walk-in -menetelmäohjauksella.
- Ohjattu omahoito on hyödyllinen työväline monissa toimintaympäristöissä.
 - Perusterveydenhuolto: monissa tapauksissa ohjattu omahoito on riittävää hoitoa tai erinomainen ensimmäinen tavoitteellinen hoito.
 - Erikoissairaanhoido: ohjattu omahoito on erinomainen tapa standardisoida hoidon alkua ja psykoedukaatiota sekä varmistaa, että tietyt perustaidot ja niiden harjoittelu on esitelty potilaalle.

Mitä ohjattu omahoito on?

- Ohjattu omahoito on 1-3 käyntikerran hoito, jonka tärkein tekijä on potilaan omahoitotyöskentely Mielenterveystalossa.
- Työskentelyä tukee ammattilainen avustamalla sopivan omahoito-ohjelman valitsemisessa, tavoitteen asettelussa ja hoidoissa keskeisten taitojen harjoittelussa.
- Ohjatun omahoidon on todettu tuottavan lievien ja keskivaikeiden mielenterveydenhäiriöiden lyhytpsykoterapioihin (n. 10 käyntiä) verrattavia tuloksia.

Mitä ohjattu omahoito on?

Aloituskäynti (30-45min)

Tavoitteet: mielenterveys puheeksi, sopivan omahoito-ohjelman löytäminen, tavoitteiden asettaminen potilaan kanssa, potilaan motivointi, yhteinen harjoittelu. Ohjaus- ja lopetuskäynnin varaaminen.

Ohjauskäynti (15-30min)

Tavoitteet: potilaan tilanteen läpikäynti. Kuinka paljon potilas on tehnyt omahoito-ohjelmaa? Mitkä ovat potilaan kokemukset omahoito-ohjelmista? Sisältöjen läpikäynti, yhteinen harjoittelu ja potilaan motivointi.

Lopetuskäynti (15-30min)

Tavoitteet: potilaan kokemusten läpikäynti, potilaan tarpeiden ja toiveiden kartoitus. 'Sisältöjen kertaus, jatkohoidon tarpeen määrittäminen ja jatkosuunnitelman tekeminen.

2-4 viikkoa

Oirekyselyt: PHQ-9 / GAD-7

Cool Kids -menetelmäkoulutus

Kesto: 1 vuosi

Cool Kids valmistava koulutus:
Kognitiivisen
käyttäytymisterapian perusteet
1 pv.

Cool Kids hoito-ohjelman
peruskoulutus: Teoria ja
workshopit
2 pv.

Alkutapaaminen ja
ryhmämuotoinen
mentelmäohjaus

- Tarkoitettu työntekijöille, joilla ei ole aiempaa koulutusta kognitiiviseen tai kognitiiviseen käyttäytymisterapiaan.
- Hoito-ohjelman ja sen toteuttamisen läpikäyminen
- Harjoitukset tärkeimpiin taitoihin - kognitiivinen uudelleenmuotoilu ja altistaminen.
- Kokemusten jakaminen ja kokemusasiantuntija.
- Alkutapaaminen (3h)
 - Arviointi, mittaaminen ja seuranta
 - Hoitojen aloittamisen tukeminen
- Menetelmäohjaus 12 x 90-120min

IPC -koulutus

Kesto: 1 vuosi

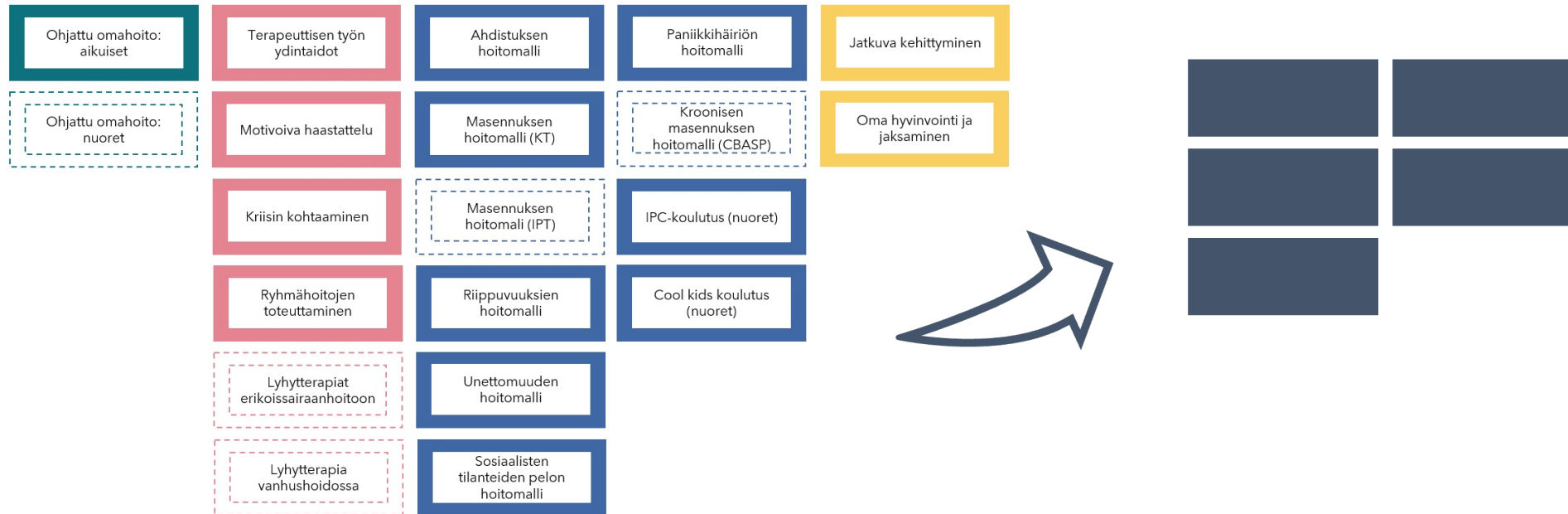
IPC-teoriakoulutus
3 pv.

- Nuoren kohtaaminen
- Nuoruusikäisen masennuksen tunnistaminen ja arviointi.
- IPC-intervention teoriatausta
- Interventiojakson eteneminen
- Käytettävien menetelmät ja tekniikat

IPC-menetelmäohjaus
12 krt.

- Koulutettu IPC-menetelmäohjaaja ryhmän vetäjänä
- Case-painotteista työnohjausta
- Toteutuu 5-6 hengen ryhmistä
- Ryhmäkoosta riippuen 90-120 min/kerta
- Kolmen viikon frekvenssi

Räätälöidyt kokonaisuudet



Koulutusportfoliosta on mahdollista luoda räätälöity kokonaisuus yhteistyötahon tarpeita kuunnellen. Räätälöity kokonaisuus sekä siihen sisältyvät koulutushoidot ja menetelmäohjauksen määrä keskustellaan tapauskohtaisesti.

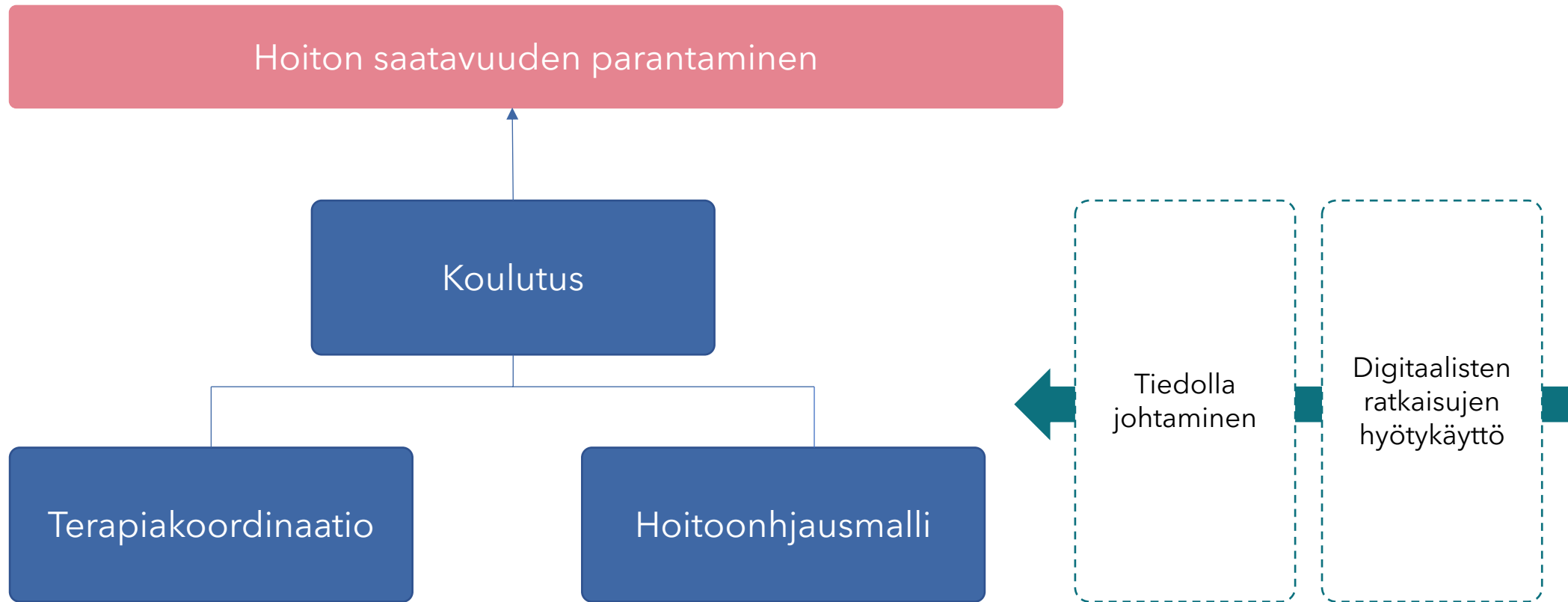
Myös yksittäisiä moduuleja tai moduulipareja voidaan hyödyntää erillisinä koulutuksina.

Kehittyvät koulutussisällöt

- Vuoden 2022 aikana kehitetään palautteiden ja tarvekartoituksen pohjalta uusia koulutussisältöjä.
- Interpersoonallinen työote (IPT) -koulutusmoduuli tarjoaa vaihtoehtoisen hoitomallin näyttöön perustuvaan masennuksen hoitamiseen.
- Kroonisen masennuksen hoitomalli (CBASP) tuo näyttöön perustuvan hoidon tarpeeseen, joka on varsin yleinen sekä perusterveydenhuollossa että erikoissairaanhoidossa.
- Kehitetään koulutusmoduuleja, jotka auttavat soveltamaan koulutusten sisältöjä ja hoitomalleja paremmin spesifin kohderyhmän tarpeisiin (nuoret, ikäihmiset).
- Lastenpsykiatrian osallistaminen aikuis- ja nuorisopsykiatrian tavoin on tavoitteena ja työn alla. Tilanne on vielä kuitenkin täysin avoin.

Yhteistyön aloittaminen

Terapiat etulinjaan -malli



Koulutuksista saatava hyöty kasvaa merkittävästi, mikäli se tehdään samanaikaisesti hoidon porrastusta ja alueellista palvelurakennetta tarkastellen ja kehittäen. Tiedon kerääminen ja sen hyötykäyttö sekä digitaalisten ratkaisujen laaja hyödyntäminen nostavat koulutustoiminnan laatua.

Koulutukseen liittyviä rakenteita

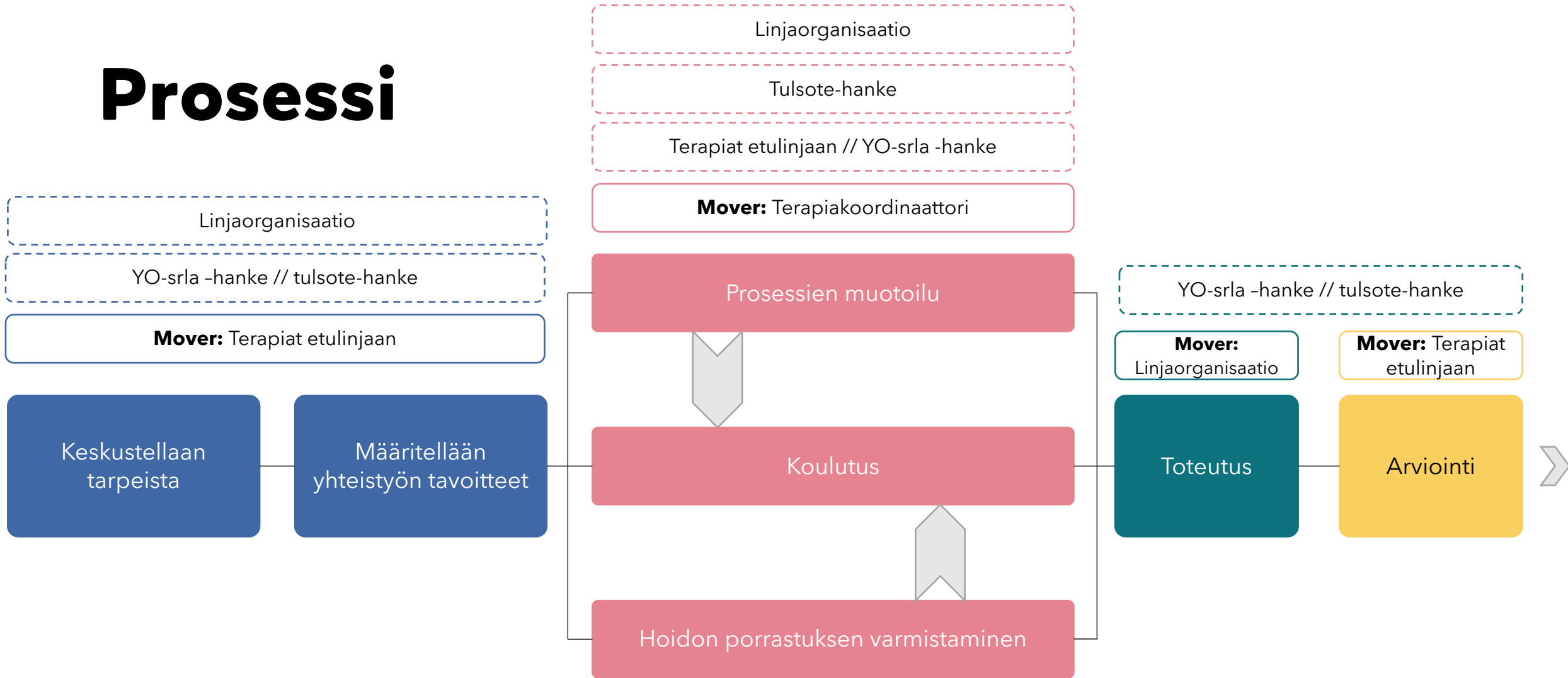
- **Hoitoonohjausmalli ja hoidon porrastus**

- Mielen terveyden palveluiden järjestäminen porrastetusti optimoi hoidosta saatavaa kustannusvaikuttavuutta.
- Koulutuksella saadaan nostettua henkilöstön osaamistasoa. Osaamistaso kääntyy kuitenkin tehdyiksi hoidoiksi ainoastaan silloin, jos organisaation rakenteet tukevat tätä ja hoitoihin ohjautuu oikeita potilaita.
- Tässä keskeistä ovat yhdenmukaiset hoitoonohjauksen periaatteet ja standardoitujen työvälineiden käyttö.

- **Terapiakoordinaattori**

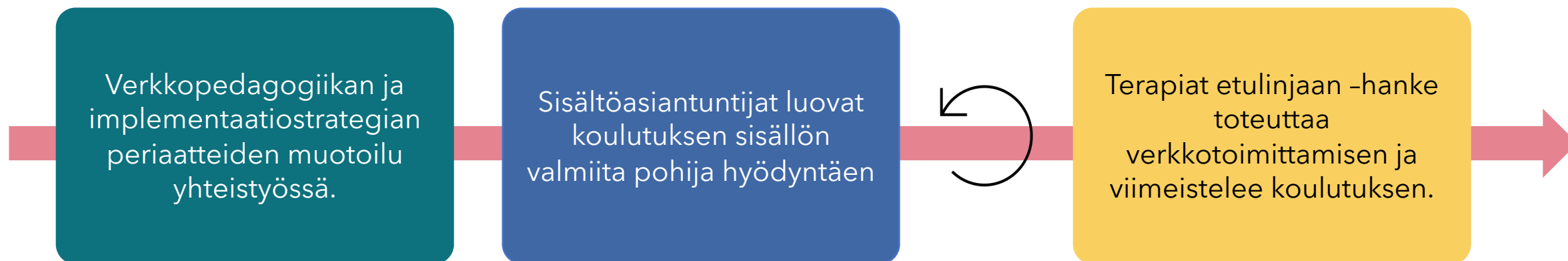
- Alueellinen muutosagentti
- Tukee koulutuksen onnistumista menetelmäohjauksella
- Katselmoi koulutusten jalkautumista ja huolehtii hoitoonohjausmalliin ja hoidon porrastukseen liittyvän kehitystyön etenemisestä.

Prosessi



Yhteistyö kulkee läpi **suunnittelu**-, **yhteistoiminta**-, **toteutus**- ja **arviointivaiheiden**. Osapuolien vastuut etenemisestä vaihtelevat vaiheesta toiseen.

Yhteistyö: sisältökehitys



Kommentointi ja iterointi yhteistyössä

Terapiat etulinjaan -hanke auttaa luomaan psykiatrian/psykologisten hoitojen alalla huippulaatuisia koulutuskokonaisuuksia yhteistyössä sisältöasiantuntijoiden kanssa. Yhteistyön kautta on mahdollista toteuttaa koulutuksia, jotka otetaan käyttöön kansallisesti. Vakiintuneet sisällöntuotannon ja tuen prosessit mahdollistavat ketterän kehityksen.

Yhteistyö: koulutusalausta

- Ensisijainen koulutusyhteistyön toimintamalli jossa Terapiat etulinjaan -hanke tarjoaa:
 - Koulutuksen sisällön
 - Sähköisen koulutusalan
 - Koulutuksen laadun varmistuksen ja sertifiointin (HUSin kehittämien koulutusten osalta)
 - Teknisen ja sisällöllisen tuen
 - Menetelmäohjaajien kouluttamisen
- Yhteistyökumppanin järjestettäväksi jää koulutuskokonaisuuteen liittyvän menetelmäohjaukseen ja koulutushoitoihin liittyvien rakenteiden järjestäminen.
- Joustavin ja helpoin toteutustapa, jossa voidaan hyödyntää myös organisaatioiden omia resursseja ohjauksen järjestämisessä.