

# **AIKUISTEN PSYKOANALYYTTINEN YKSILÖPSYKOTERAPIAN JA KUVATAIDEPSYKOTERAPIAN KOULUTUSOHJELMA (100 op) 2023-2028**

**Suomen Kuvataidepsykoterapia ry ja Itä-Suomen yliopisto**

Aikuisten psykoanalyttinen yksilöpsykoterapian ja kuvataidepsykoterapian koulutusohjelma (100 op) johtaa sekä Valviran hyväksymään psykoterapeutin ammattinimikkeen käyttöoikeuteen että Suomen Kuvataidepsykoterapia ry:n hyväksymään kuvataidepsykoterapeutin pätevyyteen.

Suoritettuaan koulutuksen hyväksytysti opiskelijalle kirjoitetaan todistus, jolla hän voi hakea psykoterapeutin ammattinimikettä Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto Valviralta ja kuvataidepsykoterapeutin pätevyyttä Suomen Kuvataidepsykoterapia ry:ltä.

## **PSYKOANALYYTTINEN PSYKOTERAPIA JA KUVATAIDEPSYKOTERAPIA**

Psykoanalyttisen yksilöpsykoterapian tavoitteena on tyypillisesti oireiden vähenemisen rinnalla potilaan persoonallisuuden toimivuuden ja sosiaalisen toimintakyvyn lisääntyminen. Psykoanalyttisessa psykoterapiassa on keskeistä vuorovaikutusprosessi psykoterapeutin kanssa. Asiakas/ potilas kertoo mahdollisimman vapaasti kaikesta, mitä hänen mielessään liikkuu. Pyrkimyksenä on havainnoida ja ymmärtää asiakkaan/potilaan kokemiseen ja toimintaan vaikuttavia tekijöitä, jotka voivat olla myös tiedostamattomia ja menneisyyteen liittyviä.

Psykoanalyttinen kuvataidepsykoterapia on psykoanalyttisen psykoterapian erityismuoto. Kuvataidepsykoterapiassa vuorovaikutus asiakkaan ja terapeutinvälillä tapahtuu yhdistämällä kuvallinen ja sanallinen ilmaisu: mielikuvat saavat visuaalisen hahmon kuvataiteen menetelmillä. Potilas ja terapeutti pyrkivät yhdessä ymmärtämään sekä kuvallisen itseilmaisun prosessia että kuvallista tuotosta – niihin liittyviä tunteita, muistoja ja ajatuksia.

Sekä psykoanalyttisessa verbaalipsykoterapiassa että kuvataidepsykoterapiassa pyritään ymmärtämään potilaan oireiden taustalla olevia elämäntapahtumia, traumaattisia kokemuksia ja psyykkisiä vaille jäämisiä sekä läpityöskentelemään niitä. Tavoitteena on potilaan itsehavainnoinnin ja itseymmärryksen lisääntyminen ja siten psyykinen muutos: mielensisäiset ristiriidat, samoin kuin niihin liittyvät erilaiset ongelmat helpottuvat usein pysyvästi ja kesken jäänyt psyykkisen kehitys käynnistyy.

Psykoanalyttisessa psykoterapiassa ja kuvataidepsykoterapiassa huomioidaan asiakkaiden yksilölliset hoidolliset tarpeet hoidon eri vaiheissa mahdollisimman hyvin. Tähän pyritään erityisesti painottamalla psykoanalyttisen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian muutosta tutkitusti tuottavia tekijöitä. Psykoterapeutti/kuvataidepsykoterapeutti toimii asiakkaiden yksilöllisten tarpeiden mukaan soveltaen eri asiakkaiden hoitoon psykoanalyttisen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian teoreettisia lähestymistapoja ja interventiomuotoja. Psykoanalytti-

sen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian lähtökohtana on asiakkaan ja terapeutin välinen hyvä yhteistyösuhde.

Psykoanalyttinen psykoterapia ja kuvataidepsykoterapia soveltuvat kaikkien ikäryhmien ja hyvin erilaisten psyykkisten, psykosomaattisten ja neurologisten häiriöiden hoitoon ja kuntoutukseen. Kuvataidepsykoterapiassa potilaalta ei edellytetä taiteellista lahjakkuutta tai harrastuneisuutta; oleellista on potilaan oma halu käyttää kuvallista itseilmaisua hoidossaan itsetuntemuksen kasvun tarkoituksessa.

### **Psykoanalyttisen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian vaikuttavuus**

Lyhytkestoisen psykodynaamisen psykoterapian vaikuttavuus ei viimeaikaisten laadukkaiden katsaustutkimusten mukaan ole osoittautunut poikkeavan muiden vaikuttavaksi todettujen psykoterapioiden tuloksellisuudesta (Leichsenring ym. 2015, Steinert ym. 2017). Suurin osa tutkimuksista on kohdistunut depression hoitoon ja muita keskeisiä ryhmiä ovat ahdistuneisuus-, syömis- ja persoonallisuushäiriöt.

Pitkäkestoisen (yli 50 käyntikertaa) psykoanalyttisen/ dynaamisen psykoterapian on laajassa meta-analyysissä todettu olevan lyhyempiä hoitomenetelmiä vaikuttavampia, erityisesti potilaille, joilla on 'kompleksisia ongelmia', mm. pitkittynyttä tai vaikeahoitoista masennusta, ahdistuneisuutta ja persoonallisuushäiriöitä (Leichsenring ja Rabung 2011). Psykodynaamiset keskipitkän tai pitkän hoitomallin terapiat, transferenssikeskeinen terapia (Clarkin ym. 2007, Doering ym. 2010) ja mentalisaatioterapia (Bateman ja Fonagy 2008) on osoitettu vaikuttaviksi epävakaa persoonallisuushäiriön hoidossa useissa satunnaistetuissa kliinisissä kokeissa.

Pitkä psykodynaaminen psykoterapia on suomalaisessa metodologisesti korkeatasoisessa tutkimuksessa (N=326) (satunnaistettu asetelma, iso ryhmäkoko, koulutetut terapeutit, monipuoliset ja luotettavat arviointimenetelmät) todettu 5 vuoden seurannassa lyhyempiä terapioiden vaikuttavammaksi ja tuloksiltaan pysyvämmäksi mieliala- ja ahdistuneisuushäiriö-potilailla, joiden työ- ja toimintakyky on heikentynyt (Knekt ym. 2008, 2010, 2011). Lisäksi menetelmän toimivuudesta on lukuisia seuranta- ja prosessitutkimuksia. Menetelmän optimaalinen, kustannusvaikuttava kohdentuminen edellyttää potilaan soveltuvuuden ja hoidollisten tarpeiden arviointia (Lindfors ja Heinonen 2019).

Psykoanalyttinen kuvataidepsykoterapia perustuu psykoanalyttiseen teoriaan ja siten myös sen vaikuttavuutta voidaan perustella pitkälle samoilla tutkimuksilla kuin psykoanalyttisen verbaalipsykoterapiaa. Kontrolloituja tutkimuksia kuvataidepsykoterapian vaikuttavuudesta on melko niukasti ja niiden laatu on vaihteleva (Holmqvist ja Persson 2011). Iso-Britanniassa NICE:n suositusten mukaan kuvataideterapia on yksi suositeltava hoitomuoto psykoottisten potilaiden hoidossa. Psykoanalyttisesti suuntautuneella kuvataidepsykoterapialla on tässä potilasryhmässä osoitettu saavutettavan tavanomaista hoitoa suotuisampi tulos itsereflektiokyvyn ja tunnetietoisuuden lisääntymisen alueilla (Montag ym. 2014).

Jossain määrin on kertynyt myös kontrolloituihin tutkimuksiin perustuvaa näyttöä kuvataidepsykoterapian käytöstä ei-psykoottisista mielenterveyden häiriöistä kärsivien potilaiden hoidossa: Uttleyn ym. (2015) systemaattiseen katsaukseen sisältyi kaikkiaan 11 satunnaistettua kliinistä tutkimusta, pääosin masennus- ja ahdistuneisuushäiriöstä kärsivien potilaiden hoidossa. Suuntauksesta riippumatta potilaat kokivat kuvataideterapian yleisesti hyväksyttäväksi ja sen vaikutukset olivat myönteisiä verrattuna hoitoa odottaviin tai tavanomaista hoitoa saavaan ryhmään. Vaikuttavuus masennuksen hoidossa ei eronnut verrattaessa perinteistä verbalista psykoanalyttista psykoterapiaa sovellettuun kuvataidepsykoterapiaan (Thyme ym. 2009). Choin ym. (2020) RCT-tutkimuksessa jo kuuden viikon kuvataidepsykoterapia ja lääkehoito helpottivat merkittävästi masennuspotilaiden oireita verrattuna pelkkään lääkehoitoon. Seurantatutkimukset ja lukuisat tapaustutkimukset ovat osoittaneet, että psykoanalyttista kuvataidepsykoterapiaa voidaan onnistuneesti ja vaikuttavasti käyttää mm. masennuksesta, persoonallisuushäiriöistä ja traumaista kärsivien potilaiden hoidossa (Eren ym. 2014, Greenwood 2011).

#### Lähteet:

Bateman A, Fonagy P. Randomized controlled trial of outpatient mentalization-based treatment versus structured clinical management for borderline personality disorder. *Am J Psychiatry* 2009;166: 1355–64.

Clarkin JF, Levy KN, Lenzenweger MF, Kernberg OF. Evaluating three treatments for borderline personality disorder: a multiwave study. *Am J Psychiatry* 2007;164: 922–8.

Choi, H., Jung, D-J, Jeon, Y-H, Kim, M.J. (2020). The effects of combining art psychotherapy with pharmacotherapy in treating major depressive disorder: Randomized control study. *The Arts in Psychotherapy*, Vol. 70, September 2020

Doering S, Hörz S, Renrop M ym. Transference-focused psychotherapy vs. treatment by community psychotherapists for borderline personality disorder: a randomized controlled trial. *Br J Psychiatry* 2010; 196:389–95.

Eren, N. et. al. (2014). Psychosocial, symptomatic and diagnostic changes with long-term psychodynamic art psychotherapy for personality disorders. *The arts in psychotherapy* 41, 375-385.

Gabbard GO. Long-term psychodynamic psychotherapy. A basic text. American Psychiatric Publishing, Washington DC. 2004.

Greenwood, H. (2015). Pitkäkestoinen yksilötaidepsykoterapia varhaisessa vuorovaikutussuhteessa syntyneen trauman hoidossa. *Taideterapia – Kuvataideterapia varhaisten psyykkisten häiriöiden hoidossa*, 19-31. Helsinki: Suomen Taideterapiayhdistys ry. (Greenwood H. Long term individual art psychotherapy. ART for art's sake: the effect of early relational trauma; *Int J Art Therapy* 2011; 16: 41-51.)

Holmqvist G, Lundqvist Persson C. Is there evidence for the use of art therapy in treatment of psychosomatic disorders, eating disorders and crisis? A comparative study of two different systems for evaluation. *Scand J Psychol* 2011; 53: 47-53.

Knekt P, Lindfors O, Laaksonen MA, Renlund C ym. Quasi-experimental study on the effectiveness of psychoanalysis, long-term and short-term psychotherapy on psychiatric symptoms, work ability and functional capacity. *J Affect Disorders* 2011;132:37-47.

Knekt P, Lindfors O, Laaksonen M. Helsingin Psykoterapiatutkimus – psykoterapioiden vaikuttavuus viiden vuoden seurannassa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, raportti 33/2010.

Knekt P, Lindfors O, Laaksonen MA, Raitasalo R ym.. Effectiveness of short-term and long-term psychotherapy on work ability and functional capacity – a randomized clinical trial on depressive and anxiety disorders. *J Affect Disorders* 2008;107:95-106.

Knekt P, Lindfors O, Renlund C, Sares-Jäske L ym. Use of auxiliary treatment during a 5-year follow-up among patients receiving brief or long-term psychotherapy. *J Affect Disorders* 2011, 135:221-30.

Leichenring F, Luyten P, Hilsenroth M ym. Psychodynamic psychotherapy meets evidence-based medicine: a systematic review using updated criteria. *Lancet Psychiatry* 2015;2:648–60.

Leichsenring F, Rabung S. Long-term psychodynamic psychotherapy in complex mental disorders: update of a meta-analysis. *Br J Psychiatry* 2011;199:15-22.

Lindfors O, Heinonen E. Psykodynaamisen psykoterapian vaikuttavuus. *Suomen Lääkärelehti* 2019;12:37-41.

Montag C, Haase L, Seidel D, Bayerl M, Gallinat J, Herrmann U, Dannecker K. Pilot RCT of Psychodynamic Group Art Therapy for Patients in Acute Psychotic Episodes: Feasibility, Impact on Symptoms and Mentalising Capacity. *PLoS ONE* 9(11): e112348. doi:10.1371/journal.pone.0112348

Steinert C, Munder T, Rabung S, Hoyer J, Leichsenring F. Psychodynamic therapy: as efficacious as other empirically supported treatments? A meta-analysis testing equivalence of outcomes. *Am J Psychiatr* 2017;174:943–53.

Thyme et. al. (2007). The outcome of short-term psychodynamic art therapy compared to short-term verbal psychodynamic therapy for depressed women. *Psychoanalytic Psychotherapy* 21:3, 250-264.  
Uttley L, Stevenson M, Scope A, Rawdin A, Sutton A. The clinical and cost effectiveness of group art therapy for people with non-psychotic mental health disorders: a systematic review and cost-effectiveness analysis. *BMC Psychiatry* 2015; 15:151. doi: 10.1186/s12888-015-0528-4

## **KOULUTUSOHJELMAN LAAJUUS, KESTO ja KOULUTUSPAIKKA**

Koulutusohjelma laajuus on 100 op. Koulutusohjelma kestää neljä (4,5) lukuvuotta ja koostuu yhteensä 83 seminaaripäivästä. Joulukuussa -23 on orientoiva päivä, minkä jälkeen seminaaripäiviä on 8-11 lukukaudessa. Koulutuspaikka on Helsingin Aikuisopisto, Runeberginkatu 22-24, Helsinki. Yksi seminaaripäivä pidetään etäkoulutuksena.

## **SEMINAARIPÄIVIEN ALUSTAVA AIKATAULU**

10.15 - 11.45 Teoriaseminaari

11.45 - 12.30 Lounastauko

12.20 - 14.00 Teoriaseminaari

14.00 - 14.15 Kahvitauko

14.15 - 15.45 Menetelmäseminaari

## **KOULUTUSOHJELMAN SISÄLTÖALUEET**

Koulutusohjelman laajuus on 100 opintopistettä ja se koostuu teoria- ja menetelmäopintojen, työnohjauksessa tapahtuvan psykoterapeuttisen asiakastyön, koulutuspsykoterapian ja opin-  
näytetöiden opintokokonaisuuksista sekä kuvataideopinnoista. Opintokokonaisuudet koostu-  
vat opintojaksoista.

### **Teoria- ja menetelmäopinnot 51,5 op**

- Psykoanalyttisen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian perusta 11 op
- Psykoanalyttinen kehityspsykologia ja kuvallisten mielikuvien ja kuvallisen ilmaisun  
kehitys  
3,5 op
- Psykoanalyttinen yksilöpsykoterapia ja kuvataidepsykoterapia varhaisten psyykkis-  
ten häiriöiden hoidossa 5,5 op
- Masentuneen potilaan psykoterapia ja kuvataidepsykoterapia 3 op
- Psykoanalyttinen yksilöpsykoterapia ja kuvataidepsykoterapia neuroottisten häiriöi-  
den hoidossa 3,5 op
- Psykoanalyttinen yksilöpsykoterapia ja kuvataidepsykoterapia psykosomaattisten ja  
somaattisten sairauksien hoidossa 2 op
- Eryityskysymykset psykoterapiassa ja kuvataidepsykoterapiassa 4 op
- Psykiatria, muut psykoterapiamuodot ja yhteistyö 3 op
- Psykoanalyttisen psykoterapeutin ja kuvataidepsykoterapeutin identiteetti, ammatti ja  
siinä kehittyminen 13 op
- Tutkielmaseminaarit 3 op

#### Opetusmuodot:

Luennot, keskustelu, pienryhmätyöskentely, kirjallisuuteen perehtyminen, kirjalliset tehtävät,  
kuvalliset itseilmaisu- ja vuorovaikutusharjoitukset, kokemuksellinen ryhmä.

### **Opinnäytetyö 10 op**

Psykoanalyttisen psykoterapian ja kuvataidepsykoterapian teoriaa ja kliinistä materiaalia  
integroiva tieteellinen tutkielma

#### Opetusmuodot:

- tutkielman suunnittelu ja kirjoittaminen: Tutkielmaseminaarien teoriaseminaarit, ryhmätyöt,  
etukäteistehtävät, kirjallisuuteen perehtyminen, kouluttajan antama ohjaus/palaute, lisäksi  
henkilökohtainen ohjaus/palaute kirjoitusprosessin eri vaiheissa.

## **Psykoterapian työnohjaus 16 op**

Koulutusohjelmaan sisältyvän psykoterapian ja työnohjauksen vähimmäisvaatimukset: potilastyö/psykoterapia 400 tuntia, työnohjaus 160 tuntia (16 op), kolmella eri työnohjaajalla:

1. Kaksi (2) vuotta kestävä psykoterapeuttinen potilastyö verbaalipsykoterapiamenetelmällä tiiviydellä 2 x viikossa, 160 terapiatuntia, työnohjausta 60 tuntia. Psykoterapia-prosessista tehdään tapausselostus.
2. Kaksi (2) vuotta kestävä psykoterapeuttinen potilastyö kuvataidepsykoterapiamenetelmällä tiiviydellä 2 x viikossa, 160 terapiatuntia, työnohjausta 60 tuntia. Kuvataidepsykoterapiaprosessista tehdään tapausselostus.
3. Yksi-kaksi (1-2) vuotta kestävä psykoterapeuttinen potilastyö joko verbaalipsykoterapiamenetelmällä tai kuvataidepsykoterapiamenetelmällä tiiviydellä 1-2 x viikossa 80 terapiatunteja, työnohjausta 40 tuntia.

### Opetusmuodot

- yksilöllinen työnohjaus vähintään 160 tuntia
- 2 tapausselostusta: työnohjaajien palautteet kirjoitusprosessin eri vaiheissa

## **Koulutuspsykoterapia 12,5 op**

Psykoanalyttinen yksilöpsykoterapia tai kuvataidepsykoterapia vaativan erityistason psykoterapeutilla tai psykoanalyttikolla (nykyinen kouluttajataso) vähintään tiiviydellä kaksi kertaa viikossa ja yhteensä vähintään 250 tuntia. Koulutuspsykoterapiasta tarvitaan kirjallinen todistus.

Koulutuspsykoterapia voi olla käytynä ennen koulutusohjelman alkamista tai se voi olla meillä tai se tulee aloittaa ensimmäisen lukukauden aikana. Mikäli oman psykoterapia on päättynyt ennen koulutusohjelmaan hakeutumista, valintahaastattelussa arvioidaan sen riittävyys suhteessa koulutusohjelman tavoitteisiin. Jos oman psykoterapian päättymisestä on kuluunut yli 10 vuotta, terapiaa ei voida hyväksilukea edes osittain. Koulutusohjelman vastuukouluttajat eivät voi toimia koulutuspsykoterapian antajina.

## **Kuvataiteen opinnot 10 op**

Kuvataiteen opinnot vähintään 270 h / 10 op. Kuvataiteen opintojen sisällöstä ja suoritustavasta annetaan erillinen ohje. Taideopinnot eivät sisälly koulutusohjelman lähiopetukseen - opiskelija suorittaa ne kuvataidekoulutusta antavassa, pääkouluttajan/vastuukouluttajien hyväksymässä opiskelupaikassa.

## **KOULUTTAJAT**

### **Vastuukouluttajat**

Kirsi Huttula (pääkouluttaja/koulutusohjelman johtaja), TtM, kouluttajapsykoterapeutti, psykoterapiakouluttaja, kuvataidepsykoterapeutti; Mervi Leijala-Marttila PsL, psykoanalyytikko, koulutuspsykoanalyytikko, kuvataidepsykoterapeutti; Marja-Leena Roine, FM, psykoanalyytikko, koulutusryhmäpsykoanalyytikko, psykoterapiakouluttaja, kuvataidepsykoterapeutti

### **Muut koulutusohjelman opettajat**

Marjo Aura, FM, kouluttajapsykoterapeutti; Kaj Davidkin, FM, koulutuspsykoanalyytikko, koulutusryhmäpsykoanalyytikko Vera Gerkov, PsT psykoterapeutti; Heli Halkosalmi, Toimintaterapeutti, kouluttajapsykoterapeutti, kuvataidepsykoterapeutti, Arja Huttunen, Sosiaalityöntekijä, kouluttajapsykoterapeutti, psykoterapiakouluttaja; Riitta Kellosalo, Psykiatrian erikoislääkäri, koulutuspsykoanalyytikko; Esko Klemelä, TM, koulutuspsykoanalyytikko, koulutusryhmäpsykoanalyytikko; Merja Koskelainen, FT, kouluttajapsykoterapeutti, psykoterapiakouluttaja; Eeva-Liisa Lahti-Helttula, KL, TtM, ryhmäanalyytikko, kuvataidepsykoterapeutti; Johannes Lehtonen, LKT, psykiatrian emeritus professori, psykoanalyytikko; Olavi Lindfors, PsT, Dos., psykoanalyytikko; Antto Luhtavaara, PsM, VM, kouluttajapsykoterapeutti; Vesa Manninen, FM, koulutusanalyytikko; Teemu Ollikainen, Psl, psykoterapeutti; Arja Pakarinen, TM, sairaanhoitaja, kouluttajapsykoterapeutti; Sanna Pikku-Pyhältö, PsM, kouluttajapsykoterapeutti, kuvataidepsykoterapeutti; Liisa Roine-Reinikka, Erik. lääkintävöimistelija, koulutuslastenpsykoterapeutti, perhepsykoterapeutti; Eila Saarinen, PsM, psykoanalyytikko; Miia Summanen, PsM, psykoterapeutti, kuvataidepsykoterapeutti; Hannu Säävälä, LT, psykiatrian erikoislääkäri, koulutuspsykoanalyytikko; Pirjo Tuhkasaari, Esh, kouluttajapsykoterapeutti, pari- ja perhepsykoterapeuttikouluttaja

## **LISÄTIETOJA**

Koulutusohjelman johtaja Kirsi Huttula  
puheenjohtaja@suomenkuvataidepsykoterapia.fi

Suunnittelija Annamari Lastunen  
annamari.lastunen@uef.fi  
050 441 2179

Suunnittelusihteeri Soile Virtanen  
soile.virtanen@uef.fi  
040 355 2304

<https://www.uef.fi/fi/jatkuva-oppiminen/aikuisten-psykoanalyttinen-yksilopsykoterapian-ja-kuvataidepsykoterapian-koulutusohjelma>