

Psykoterapeuttisten ja psykososiaalisten menetelmien osaamisen vahvistaminen, ylläpitäminen ja arviointi - tavoitteena asiakaslähtöisyys

Ehkäisevän mielenterveys-, päihde- ja väkivaltatyön yhteistyöryhmä
17.9.2024

Esittelijät:

Kehittämispäällikkö Solja Kuiri

Psykologi, psykoterapeutti Johanna Vesa, lasten ikäryhmä

Sairaanhoitaja Katja Ylikoski, nuorten ikäryhmä

Projektisuunnittelija Jenni Vähä, RRP3-hanke, aikuisten ikäryhmä

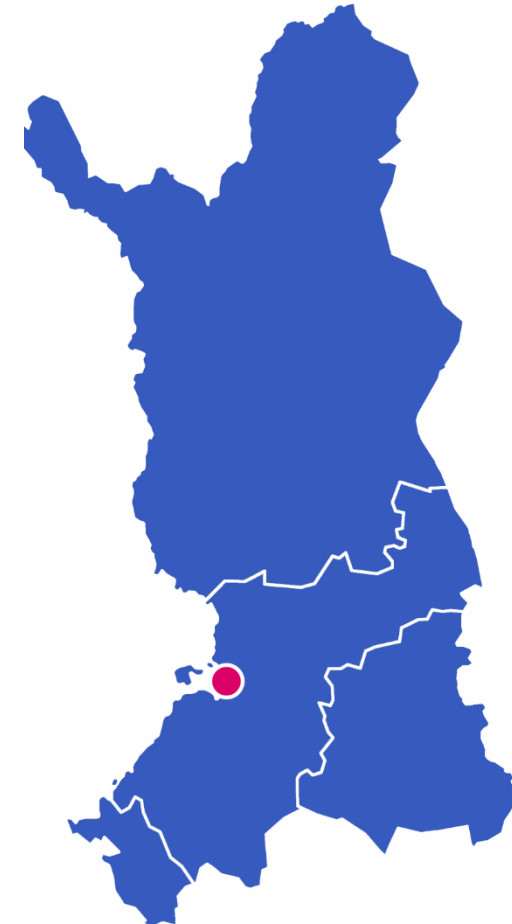
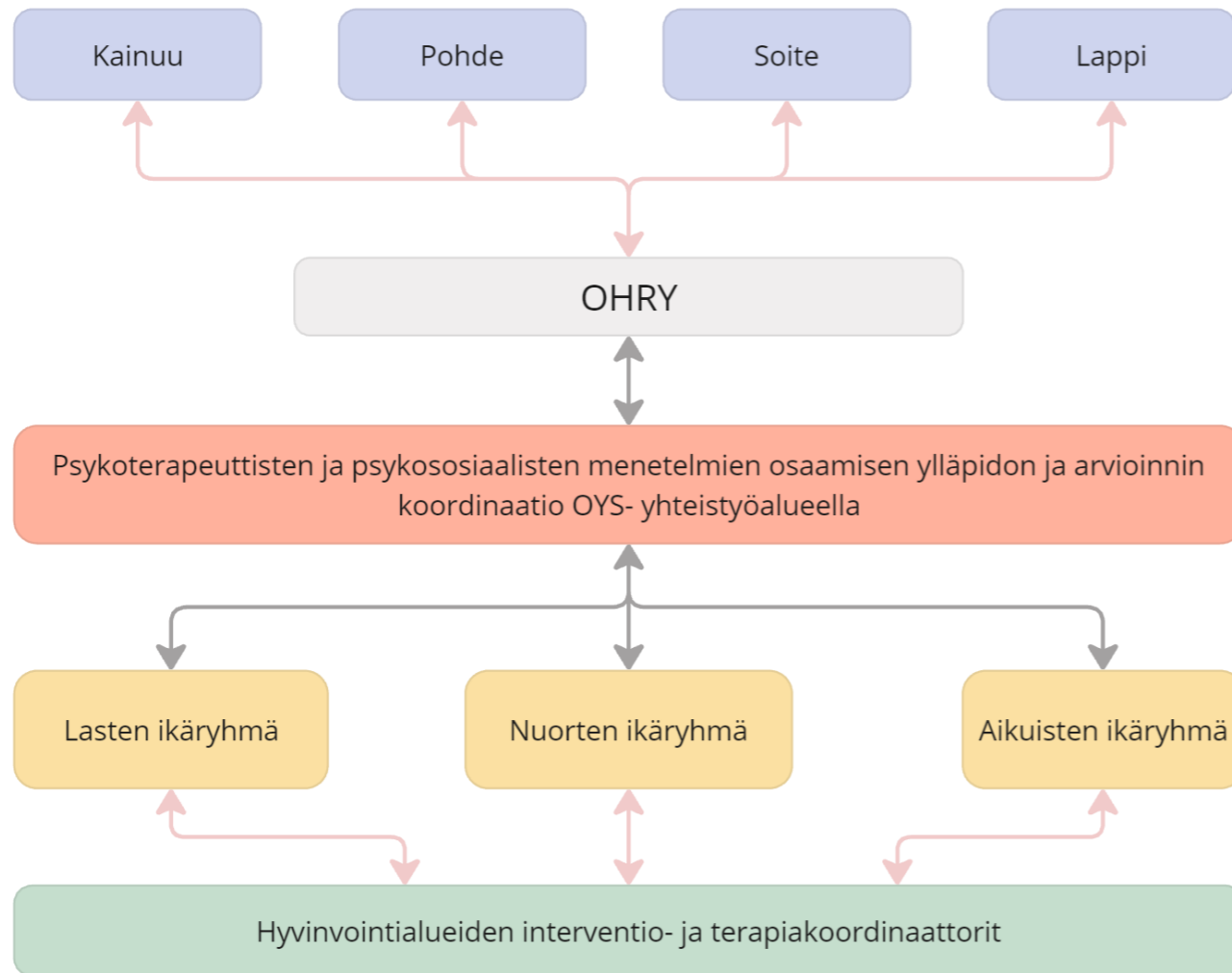
Psykoterapeuttisten ja psykososiaalisten menetelmien osaamisen ylläpidon ja arvioinnin koordinaatio Oys-yhteistyöalueella



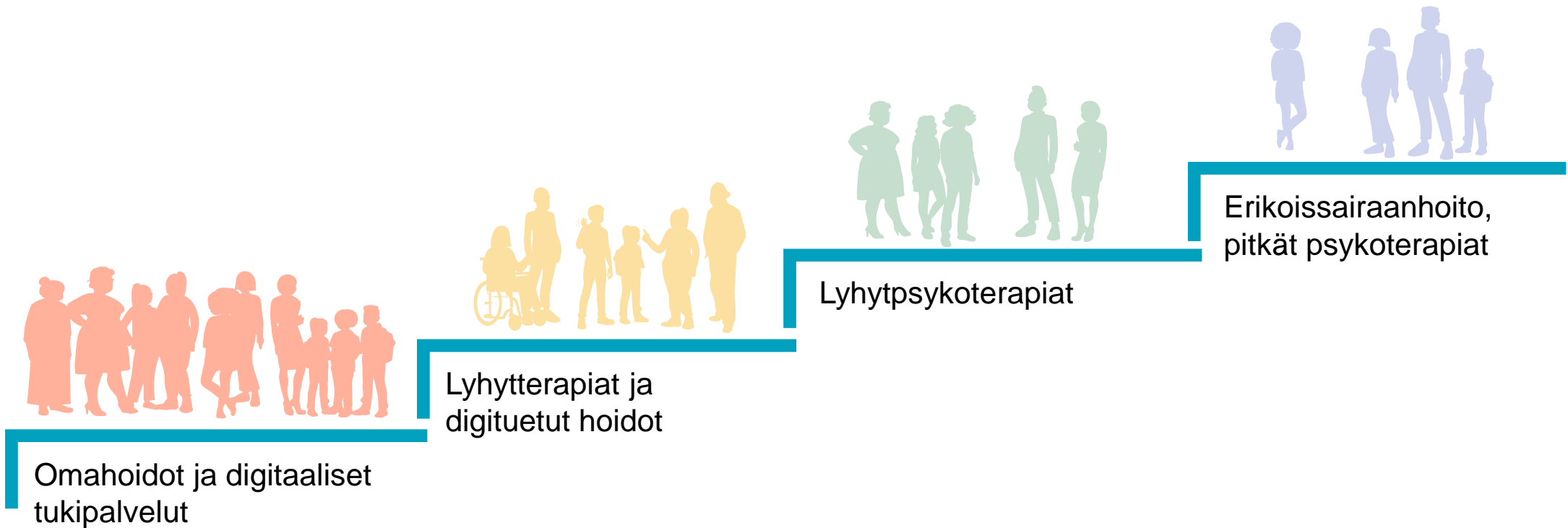
Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue





Porrastetussa hoitojärjestelmässä hoito alkaa nopeasti ja resurssit riittävät





Toimi näin

1

Aloita täyttämällä Terapianavigaattori

Täytä Terapianavigaattori, jos se on sinulle mahdollista. Se helpottaa hoidon tarpeen arviointia. Ota talteen koodi, jonka saat lopuksi. Jos haluat, voit antaa koodin vastaanotolla ammattilaiselle. Ammattilainen näkee sen avulla tuloksesi.

Terapianavigaattori on verkkokysely

Terapianavigaattori kartoittaa mielenterveys- ja päihdeongelmien luonnetta. Kyselyn voi täyttää kuka tahansa 18 vuotta täyttänyt henkilö. Se vie aikaa noin 20–30 minuuttia.

TERAPIANAVIGAATTORI →

www.terapianavigaattori.fi



Terapiat
etulinjaan

Terapianavigaattori

Tervetuloa käyttämään Terapianavigaattoria!

Tässä kyselyssä kartoitetaan sinun elämäntilannettasi sekä ongelmia tai vaikeuksia, joita olet saattanut kokea. Näitä tietoja kootaan, jotta sinut voidaan ohjata sopivimman avun/tuen pariin.

Huomioi seuraavat asiat:

1. **Terapianavigaattori täytetään anonyymisti.** Älä kirjoita vastauksiin esimerkiksi nimeä, henkilötunnusta tai mitään yhteystietojasi.
2. **Varaa aikaa täyttämiseen 20-30 minuuttia.** Vastauksia ei voi tallentaa kesken täyttämisen.
3. **Ota talteen henkilökohtainen koodi,** jonka saat täytettyäsi Terapianavigaattorin loppuun. VINKKI! Ota koodista kuvakaappaus tai kuva puhelimesi.
4. **Toimita koodi terveydenhuollon ammattilaiselle,** joka tarkastelee Terapianavigaattorin tuloksia kanssasi. Koodi toimii yhden kuukauden ajan

! Jos sinulla on itsetuhoisia ajatuksia tai olet epävarma turvallisuudestasi, kerro asiasta suoraan läheiselle ja ammattilaiselle sekä hakeudu suoraan terveydenhuollon ammattilaisen arvioon esimerkiksi terveysasemalle, työterveyteen tai opiskeluterveydenhuoltoon. Kerro ammattilaiselle myös itsetuhoisista ajatuksistasi, jotta saat tilanteeseesi parhaan mahdollisen avun.

Jos olet tilanteessa, jossa tarvitset välitöntä apua, soita tai pyydä läheistäsi soittamaan numeroon 112.

- Hyväksyn antamani tietojen käsittelyn tietosuojaselosteen mukaisesti

Hallituksen esitysluonnos sosiaali- ja terveydenhuollon lainsäädännön muutoksiksi lasten ja nuorten terapiatakuun toteuttamiseksi

- Lasten ja nuorten terapiatakuun piiriin kuuluvaa hoitoa ja tukea tarjottaisiin sekä sosiaali- että terveydenhuollossa ja se koskisi lapsia ja alle 23 vuotiaita nuoria. Takuun piiriin kuuluisi perusterveydenhuollon lyhytpsykoterapioita ja varsinaista psykoterapiaa lyhyempiä psykososiaalisia menetelmiä, jotka on tarkoitettu lievempien oireiden hoitoon ja häiriöitä ehkäisevään tukeen.
- Takuun piiriin kuuluva hoito tai tuki olisi aloitettava kuukauden kuluessa siitä, kun tarve on todettu. Lapsi, nuori tai perhe voisi hakeutua hoidon tai tuen piiriin esimerkiksi opiskeluhuoltopalveluiden, oman terveystaseman tai lapsiperheiden sosiaalipalveluiden kautta. Apu olisi maksutonta.
- Terapiatakuulla vahvistettaisiin lasten ja nuorten mielenterveyden häiriöiden ehkäisyä ja hoidon saatavuutta perusterveydenhuollossa ja mielenterveyden tuen saatavuutta sosiaalihuollon perustason palveluissa. Terapiatakuun toimeenpanoon osoitettaisiin 35 miljoonaa euroa vuodessa. Lait tulisivat voimaan 1.5.2025.
- Esityksellä toimeenpantaisiin Petteri Orpon hallitusohjelman kirjaus, jonka mukaan "turvataan lainsäädännöllä lasten ja nuorten yhdenvertainen pääsy perustasolla lyhytpsykoterapiaan tai muihin vaikuttaviin psykososiaalisiin hoitoihin (hallituksen mallin mukainen lasten ja nuorten terapiatakuu)" Terapiatakuu on osana kansallista palvelureformia.

Miksi psykososiaalisia interventioita tarvitaan?

- ”Meillä on Suomessa lasten ja nuorten mielenterveyskriisi” (Mieli ry)
- ”Jopa joka neljännellä nuorella on jokin mielenterveyden häiriö” (Kela)
- ”Noin joka kolmas tyttö ja joka viides poika kokee ahdistuneisuutta tai masennusta, joka vaikuttaa heidän toimintakykyynsä” (Kouluterveyskysely 2023)



Lasten psykososiaalisia interventioita

Hoidon porrastus ja lasten interventionavigaattori

- ✓ Hoidon porrastustyö aloitettu Pohteella
- ✓ Lasten interventionavigaattorin pilotointi käynnistymässä kansallisesti

Ohjattu omahoito

- ✓ 1-3 (5) käyntiä vanhemmille
- ✓ Pienten lasten ja lasten ohjatut omahoidot, lisäksi mm. raskausaikaan ja vanhempien omaan vointiin suunnattuja ohjelmia
- ✓ Pohteella koulutettu 17 hlöä, lisäksi aloittanut 10 ryhmää (7-16 hlöä/ryhmä, lapset ja nuoret)

Omahoidot ja digitaaliset tukipalvelut

Ahdistuksen lyhytinterventio

- ✓ 3-8 käyntiä
- ✓ Pohteella koulutettu 10 hlöä

Lyhytterapiat ja digituetut hoidot

Cool Kids

- ✓ Näyttöön perustuva ahdistuneisuuden hoito-ohjelma
- ✓ 10 käyntiä
- ✓ Toteutus ryhmämuotoisena perhehoitona tai yksilöllisenä perhehoitona
- ✓ Pohteella koulutettu 25 hlöä (lasten työntekijät), kesken yksi uusi ryhmä

TF-KKT (Traumafokusoitu kognitiivinen käyttäytymisterapia)

- ✓ Näyttöön perustuva traumahäiriön hoito-ohjelma
- ✓ Noin 10-18 käyntiä
- ✓ Sisältää työskentelyn sekä lapsen että vanhempien kanssa
- ✓ Pohteella koulutettu 19 hlöä

KLT-L (Kognitiivinen lyhytterapia)

- ✓ Ahdistuneisuus, mielialan lasku ja käyttäytymisen ongelmat
- ✓ Sisältää 8-15 (20) käyntiä
- ✓ Pohteella pilotissa 3 hlöä

Erikoissairaanhoido

Lyhytpsykoterapeuttiset interventiot

NUORTEN INTERVENTIOT PORTAITTAISESSA HOITONOHJAUSMALLISSA POHTEEN ALUEELLA

Hoidon porrastus ja interventionavigaattori

- ✓ Navin pilotit käynnistyneet Pohteella 2 eri alueella, pilotin päätös 1/25
- ✓ Hoidon porrastus kesken

Cool Kids

- ✓ Ahdistuksen hoitoon
- ✓ 44 koulutettua
- ✓ koulutetut ammattiryhmät mm. sairaanhoitaja, psykologi, toimintaterapeutti
- ✓ 10-12 käyntiä
- ✓ Toteutus ryhmämuotoisena perhehoitona tai yksilöllisenä perhehoitona

KLT-N (kognitiivinen lyhytterapia)

- ✓ Hoitomalleja: ahdistus, masennus, paniikki, sosiaalinen jännittäminen, unettomuus, riippuvuudet
- ✓ Pilotti esh alkanut 3/24
- ✓ Kouluttautujia 12 (pth) + 4 (esh)
- ✓ 7 käyntiä/pth ja 14 käyntiä/esh
- ✓ Toteutus yksilöhoitona tai ryhmähoitona

Ohjattu omahoito

- ✓ koulutettua
- ✓ Mielenterveystalo.fi >40 omahoito-ohjelmaa, joita kaikkia voi toteuttaa ohjatusti
- ✓ 1-3 käyntiä

IPC (Interpersonaalinen ohjaus)

- ✓ IPC on ensisijaisesti lievän masennuksen ja mielialaoireiden ennaltaehkäisyn menetelmä
- ✓ 124 koulutettua
- ✓ Koulutetut ammattiryhmät; mm. kuraattori, terveydenhoitaja
- ✓ 3-6 käyntiä

IPT-N (Interpersonaalinen terapia)

- ✓ IPT on masennuksen ja mielialaoireilun hoitomalli
- ✓ 19 koulutettua
- ✓ koulutetut ammattiryhmät; mm. sairaanhoitaja, psykologi
- ✓ 12-16 käyntiä
- ✓ A-luokan näytönaste

Erikoissairaanhoito, pitkät psykoterapiat

Lyhytpsykoterapiat

Lyhytterapiat ja digituetut hoidot

Omahoidot ja digitaaliset tukipalvelut

Tulevat/alkaneet koulutukset:

NOOH-koulutus

IPC-koulutus

IPC-MO-koulutus

KLT-N koulutus

Alueen tarpeen mukaan koulutusten järjestäminen.

KOULU- JA OPISKELUHUOLTO, TERVEYDENEDISTÄMISTOIMINTA

PERUSTASON SOTE-PALVELUT

ERITYISTASON PALVELUT

Psykososiaalisten menetelmien osaamisen vahvistaminen Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueella, aikuiset

Terapianavigaattori ja ensijäsennyskoulutus

- **248** koulutettu/koulutuksessa
- Käytössä koko Pohteen alueella
- Verkko-opinnot 2-3h

Ohjattu omahoito

- **309** koulutettu/koulutuksessa
- Mielenterveystalo.fi >40 omahoito-ohjelmaa, joita kaikkia voi toteuttaa ohjatusti
- 1-3 käyntiä

Omahoidot ja digitaaliset tukipalvelut

Tunnekeskeinen pari-interventio

- **17** koulutettu kasvatus- ja perheneuvonta
- 5 käyntiä
- Perustuu tunnekeskeisen pariterapian tutkittuun malliin parisuhteen negatiivisesta kehästä.

IPC (Interpersonaalinen ohjanta)

- Koulutettu/koulutuksessa: IPC **195**, menetelmäohjaajia **29**
- 3-6 käyntiä
- IPC on ensisijaisesti lievän masennuksen ja mielialaoireiden ennaltaehkäisyn menetelmä

Lyhytterapiat ja digituetut hoidot

KLT (kognitiivinen lyhytterapia)

- Koulutettu/koulutuksessa: KLT **73**, menetelmäohjaajia **9**
- Keskimäärin 7 käyntiä
- Hoitomalleja: ahdistus, masennus, paniikki, sosiaalinen jännittäminen, unettomuus, riippuvuudet

IPT (Interpersonaalinen terapia)

- **29** koulutettu
- 12-16 käyntiä
- IPT on masennuksen ja mielialaoireilun hoitomalli

Lyhytpsykoterapiat

Käynnistyvät koulutusaallot syksyllä 2024:

- Ohjatun omahoitokoulutukset tarpeiden mukaisesti
- Terapianavigaattori ja ensijäsennys tarpeiden mukaisesti
- Kognitiivinen lyhytterapia ja menetelmäohjaakoulutus
- Kognitiivinen lyhytterapia erikoissairaanhoidon
- Interpersonaalinen ohjanta
- Mentalisaatioterapia (MBT-koulutus) yhteistyössä RRP3-hanke: Mentalisaatioterapian (MBT-menetelmän) vaikuttavuus osana porrasteista mielenterveyspalvelujärjestelmää (STM:n rahoittama)

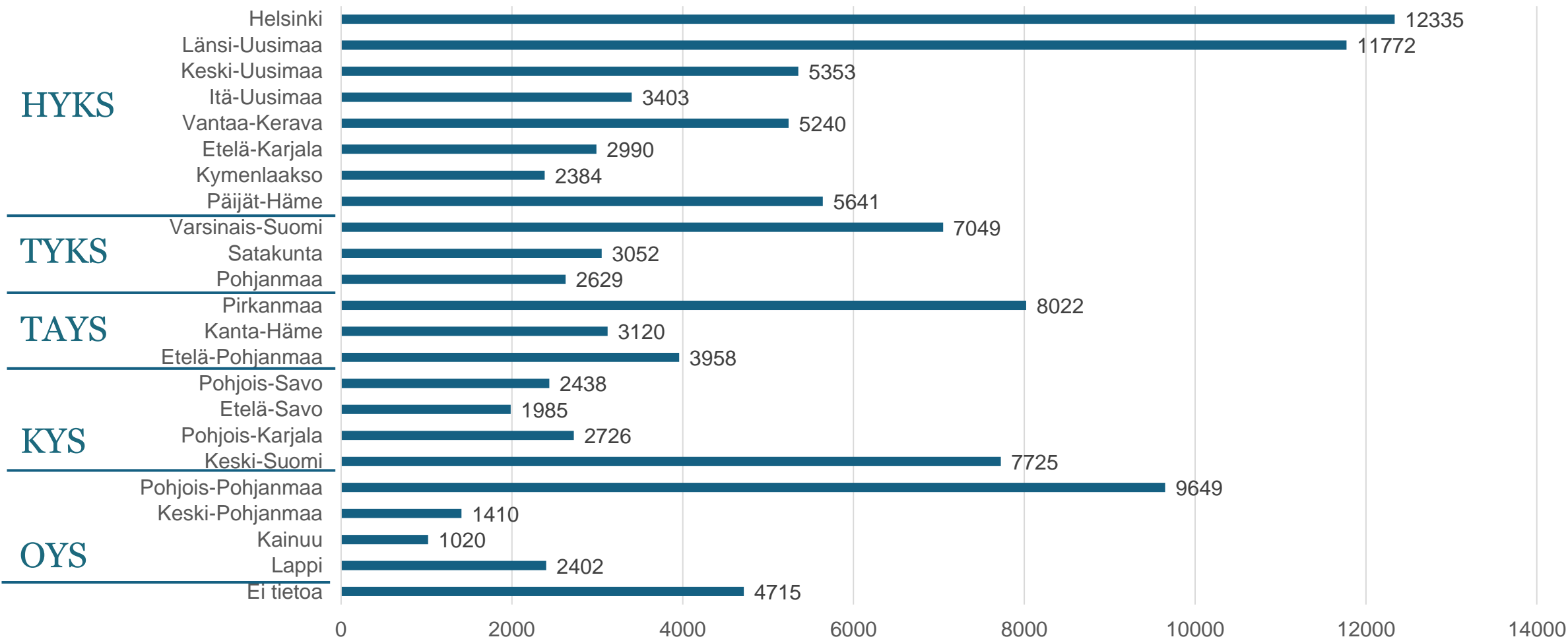
Mentalisaatioterapia (MBT)

- **20** koulutettua
- 0.5- 1,5(2) vuotta
- MBT on hoitomalli monimuotoisiin ongelmiin (mm. tunnesäätelyn vaikeudet ja haasteet vuorovaikutussuhteessa) ja pidempikestoistaiseen toimintakyvyn heikentymiseen.

Erikoissairaanhoido,
pitkät psykoterapiat

Terapianavigaattorin täytöt

17.5.2023 – 31.08.2024 (yht. 111 018 täyttäjää)



PSYKOSOSIAALISTEN JA PSYKOTERAPEUTTISTEN INTERVENTIOIDEN JUURTUMINEN

OSAKSI PALVELUKOKONAISUUTTA POHTEEN ALUEELLA

Johdon tuki

Jatkuvan
koulutustarjonnan
seuranta, koulutettavien
valinta, tuki
kouluttautuvalla

**Osaamisen
tukirakenteet;**
työnohjaus,
menetelmäohjaus
, konsultaatiotuki;
interventioiden
käytön hiipuminen

**Palvelu- ja
hoitopolut;** navi
gaattoreiden ja
palveluvalikon
yhdistäminen

Vaikuttavuuden
& käytön
seuranta,
tiedolla
johtaminen

**Viestintä ja
tiedottaminen;**
koulutettavien ja
esihenkilöiden
saavutettavuus

**Resursointi ja
tarkoituksenm
ukaisuus;**
interventioiden
käyttö
suunnitellusti
osaksi
työnkuvaa

Esihenkilöstölle
suunnatut
implementaatio-
koulutukset
säännön-
mukaiseksi osaksi
kokonaisuutta

Jatkotavoitteita ovat muun muassa:

- ✓ Interventioiden käytön ja tuloksellisuuden seuranta
- ✓ Arviointi- ja hoitoonohjausprosessien selkiyttäminen
- ✓ Interventioiden juurtumiseksi ja ylläpitämiseksi tarvitaan pitkäjänteistä työtä ja oikeanlaiset rakenteet
- ✓ Tutkimusta tarvitaan interventioiden vaikuttavuuden ja laadun varmistamiseksi