



Avoin kirje psykoterapeuttikouluttajayhteisöille

Hyvät kollegat,

Traumapsykoterapeuttien määrä on kasvanut viime vuosina, ja haluamme tässä yhteydessä esitellä nykyistä traumapsykoterapeuttikoulutusta teille, alan toimijoille.

Koulutusta on järjestetty vuodesta 2015 lähtien. Sen perustana ovat yleiset psykoterapian vaikuttavuuteen liittyvät tekijät: psykoterapioiden yhteiset vaikuttavat tekijät, terapeutin ja asiakkaan ominaisuudet, terapiasuhteen merkitys sekä eettiset kysymykset.

Teoreettinen viitekehys on integratiivinen. Keskeisiä taustateorioita ovat:

- **kiintymyssuhdeteoria**
- **persoonallisuuden rakenteellisen dissosiaation teoria**
- **psykobiologinen tutkimustieto traumatisoitumisesta ja sen vaikutuksista**

Lisäksi koulutuksessa painottuvat keholliset menetelmät sekä EMDR-työskentely.

Koulutus antaa valmiudet hoitaa laajasti erilaisia, joiden taustalla on kiintymysaasteita – kuten kelpaamattomuuden, kohtaamattomuuden, riittämättömyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia – tai eriasteista traumatisoitumista aika yksittäisistä traumaattisista kokemuksista monimuotoiseen, vakavaan kiintymyssuhdetraumaan.

Koulutuksen rakenne

Koulutus rakentuu kolmelle osa-alueelle:

1. **Persoonalliset valmiudet** – oma hoito (yksilöterapia väh. 60 h, sukupuutyöskentely, kaksi internaattia), yhteensä vähintään 120 tuntia.
2. **Tiedollinen osaaminen** – teoria- ja menetelmäopinnot (40 op), etukäteislukemiset, oppimispäiväkirjat ja lukupiirit.
3. **Taidollinen osaaminen** – terapiatyön harjoittelu (väh. 300 h), työnohjaus pienryhmissä (24 op) sekä opinnäytetyö.

Hoitomalli

Traumapsykoterapeuttinen työskentely pohjautuu kansainvälisiin suosituksiin ja vaiheorientoituneeseen malliin. Työskentely etenee yleensä kolmen vaiheen kautta:

1. **Vakauttaminen ja oireiden lievittäminen**
2. **Traumamuistojen hoito**
3. **Uudelleen suuntautuminen**

Käytännössä hoito ei etene lineaarisesti, vaan vaiheiden välillä liikutaan spiraalimaisesti asiakkaan tarpeiden mukaan. Esimerkiksi kompleksisessa traumassa saatetaan palata vakauttamiseen, jos traumamuistot aktivoituvat enemmän kuin on mahdollista sillä hetkellä käsitellä. Toisaalta vakauttavalle työskentelylle ei aina ole tarvetta, jolloin traumamuistojen käsittely on mahdollista välittömästi. Näin voidaan toimia myös kiintymysaasteita työstettäessä.

Traumapsykoterapeuttikouluttajat toimivat mielellään vierailevina kouluttajina myös muissa koulutusohjelmissa. Traumapsykoterapia voi soveltua joustavasti omahoidoksi myös muiden koulutusohjelmien opiskelijoille heidän tarpeidensa mukaisesti.

Kirjeen tarkoitus on tarjota teille selkeä kuva traumapsykoterapeuttikoulutuksen sisällöstä ja lähestymistavasta. Toivomme, että se tukee keskustelua ja avaa yhteistyötä kouluttajayhteisöjen välillä.

Jos kiinnoistuit tai sinulla heräsi kysyttävää, olethan yhteydessä!

Suomen Traumapsykoterapiakouluttajayhdistys ry:n puolesta

Anne Pelkonen, puheenjohtaja

anne.pelkonen@yhteys.me

www.stpky.fi
info@stpky.fi