

Kansalaisaloitteen otsikko

Psykoterapian puolesta – Kansalaisaloite psykoterapiakoulutuksen muuttamisesta maksuttomaksi

Aloitteen päiväys

15.9.2020

Aloitteen muoto

Ehdotus lainvalmisteluun ryhtymisestä

Aloitteen sisältö

Me allekirjoittaneet äänioikeutetut Suomen kansalaiset vaadimme, että psykoterapiakoulutusohjelma uudistetaan Suomessa maksuttomaksi koulutukseksi. Esitämme, että tämän kansalaisaloitteen pohjalta käynnistetään valmistelu sellaisen lainsäädännön luomiseksi, joka mahdollistaa tasa-arvoisemman psykoterapiakoulutukseen pääsyn, ensisijaisesti ammatillisen kyvykkyyden mukaan, taloudellisesta asemasta riippumatta.

Koulutusoikeuksien ja mielenterveyspalveluiden turvaaminen on kaikkien etu –

Ei ole olemassa terveyttä ilman mielenterveyttä.

#PSYKOTERAPIANPUOLESTA

Perustelut

YLEISESTI

Psykoterapia on todettu vaikuttavaksi, työkykyä ylläpitäväksi ja palauttavaksi hoidoksi niin lasten, aikuisten kuin erityisryhmienkin osalta (Mielenterveyspooli 2019). Tällä hetkellä tarve ja tarjonta eivät kohtaa, sillä psykoterapeutteja ei ole asiakkaiden tarpeisiin ja terapian kysyntään nähden riittävästi.

Terveystalouteen tarvitaan lisää psykoterapeutteja, toimivampaa hoitoonohjausta ja varhaista puuttumista, joka edellyttää maksuttoman koulutuksen mahdollistamista. (Kansanuutiset 2019.)

Lisäksi psykoterapian ammattiin soveltuvien opiskelijoiden mahdollisuus psykoterapiakoulutuksiin on turvattava, sillä tällä hetkellä kohtuuttoman kallis koulutusmaksu on merkittävä este uusien psykoterapeuttien kouluttautumiselle.

EPÄKOHDAT

Psykoterapiakoulutus on tällä hetkellä Suomessa ainoita harvoja terveysalan koulutuksia, joka on erikseen maksullinen opiskelijalle. Psykoterapiakoulutus maksaa tällä hetkellä esimerkiksi pääkaupunkiseudulla n. 30 000 – 60 000 euroa, riippuen valitusta suuntauksesta (ks. Helsingin Yliopisto 2020).

Psykoterapiakoulutus on siirtynyt ainoastaan yliopistojen järjestämäksi, kun aiemmin koulutuksen pystyivät tarjoamaan myös yksityiset toimijat. Tavoitteena uudistukselle olivat koulutuksen laadukkuuden valvonta ja

alueellisten erojen tasoittaminen, mutta koulutuksen rahoitus jäi käsittelemättä uudistuksessa ja maksaa nykypäivänä kohtuuttoman paljon opiskelijalle.

Psykoterapiakoulutuksen alle jakautuu monia koulutusohjelmia, jotka edustavat erilaisia kohderyhmiä ja viitekehyksiä (ks. Helsingin Yliopisto 2020). Jokaisella koulutusohjelmalla on oma hintansa, joka aiheuttaa eettisiä ongelmia; valintaan saattaa vaikuttaa ensisijaisesti kustannukset, eikä sisäinen motivaatio enää määrittele koulutusohjelman suuntautumista. Psykoterapiakoulutukseen pääsyn edellytyksenä tulisi ensisijaisesti olla ammatillisen kyvykkyys, eikä taloudelliset resurssit – tällä hetkellä moni ammattiin soveltuva henkilö jää ilman koulutusta kohtuuttoman suuren koulutusmaksun vuoksi.

Terapeutin aitouden (läsnäolo, kuuntelutaito, kohtaaminen ym.) on osoitettu olevan yksi keskeinen hyvää hoitotulosta ennustava tekijä psykoterapiassa. Valtaosa psykoterapian vaikuttavuudesta selittyykin psykoterapeutin lämpimän empatian, myönteisen itseluottamuksen, sekä luottamussuhteesta ja hyvästä yhteistyöstä asiakkaan kanssa. (Huttunen 2014, 16-17). Raha ei ratkaise psykoterapeutin kyvykkyyttä, vaan sisäinen motivaatio ja kyky hallita ammattiin vaadittavat taidot.

Psykoterapian saatavuus on kriisissä. Yhteiskunnallinen startup-yritys Minduu kartoitti kyselyllä terapiapalveluiden saatavuutta Suomessa. 37 prosenttia psykoterapiapalveluiden saatavuudesta on arvioitu heikoksi, tai erittäin heikoksi (Sulonen & Ollikainen 2015). Terveystieteiden tutkimuskeskus on arvioitu heikoksi, tai erittäin heikoksi (Sulonen & Ollikainen 2015). Terveystieteiden tutkimuskeskus tarvitsee lisää psykoterapeutteja, toimivampaa hoitoonohjausta ja varhaista puuttumista. Edellä mainitun tutkimuksen mukaan uusia asiakkaita vastaanottavia psykoterapeutteja tarvitaan merkittävästi enemmän ja myös psykoterapeutit itse toivovat, että psykoterapeutteja koulutettaisiin lisää.

Sulosen ja Ollikaisen (2015) laatima tutkimusraportti psykoterapeuttien vastauksista osoitti, että asiakkaat kokevat hoitoon pääsemisen hankalaksi. Valtaosa psykoterapeuteista itse ovat tutkimusten mukaan sitä mieltä, että asiakkaat nimenomaisesti hyötyisivät olennaisesti nopeasta hoitoon pääsemisestä, joka ei kuitenkaan tällä hetkellä toteudu. Tarvitaan helposti lähestyttäviä palveluita niin, että ne myös taloudellisesti ovat kaikkien tavoitettavissa, ja tämä edellyttää psykoterapeuttien lisäämistä.

Tarve ja tarjonta eivät kohtaa – psykoterapeutteja ei riitä tarpeeseen nähden, jonka lisäksi joka neljäs psykoterapeutti on jo eläkeikäinen – tästä syystä tarjonta tulee entisestään vähentymään tulevaisuudessa. Lisäksi asiakkaiden yksilölliset terapiatarpeet eivät täyty, ja tarjonnan tulisikin sisältää laajempi kirjo koulutettuja toimijoita erilaiset kohderyhmät ja tarpeet huomioiden.

Psykoterapeuttien puute heijastuu myös peruspalveluihin turhana kuormittumisena (Talvitie 2019). Mikäli erityistukea kaipaavat asiakkaat ohjattaisiin ajoissa tarvitsemansa terapeuttisen hoidon piiriin, jäisi matalan kynnyksen asiakkaille ja muille avopalvelun kohderyhmille enemmän aikaa ja tilaa peruspalveluissa. Psykoterapeutteja lisäämällä jokaisen tilanne paranee, niin asiakkaiden kuin ammattilaistenkin.

Esitämme, että tämän kansalaisaloitteen pohjalta käynnistetään valmistelu sellaisen lainsäädännön luomiseksi, jolla mahdollistetaan maksuton psykoterapiakoulutus kaikille ammattiin soveltuville henkilöille (ks. lainsäädäntö -osio*). Hyväksyessään tämän kansalaisaloitteen eduskunta edellyttää valtioneuvostoa ryhtymään lainvalmisteluun asiassa.

LAINSÄÄDÄNTÖ

Lainsäädäntömme mukaan mielenterveyspalveluiden järjestäminen (ml. psykoterapia) on kuntien vastuulla. Mielenterveyspalveluiden järjestämisestä säädetään mielenterveyslain (1116/1990) 1 luvun 3 §:ssa.

Mielenterveyslain 1 luvun 1 §:ssa määritellään, että mielenterveystyöhön kuuluu väestön elinolosuhteiden kehittäminen siten, että elinolosuhteet ehkäisevät ennalta mielenterveydenhäiriöiden syntyä, edistävät mielenterveystyötä ja tukevat mielenterveyspalvelujen järjestämistä.

1 luvun 4 §:ssa säädetään puolestaan mielenterveyspalveluiden periaatteista ja esitetään, että kunnan tai kuntayhtymän on huolehdittava siitä, että mielenterveyspalvelut järjestetään sisällöltään ja laajuudeltaan sellaisiksi kuin alueella esiintyvä tarve edellyttää. Saman luvun 5 §:n mukaan sairaanhoitopiirin kuntayhtymän ja sen alueella toimivien terveyskeskusten yhdessä kunnallisen sosiaalihuollon ja erityispalveluja antavien kuntayhtymien kanssa huolehdittava siitä, että mielenterveyspalveluista muodostuu toiminnallinen kokonaisuus. (L1116/1990)

*Psykoterapeutin opintoihin soveltuvalta opiskelijalta edellytetään lain mukaan seuraavat seikat, johon kuitenkin ei ole sisällytetty nykyisin vaadittua kymmenien tuhansien eurojen taloudellista varallisuutta;

Ammattinimikkeen käyttöönoton edellytyksenä on soveltuvan tutkinnon suorittamisen jälkeen ennen psykoterapeuttikoulutuksen aloittamista hankittu vähintään kahden vuoden työkokemus mielenterveyspalveluissa tai sitä vastaavassa tehtävässä ja että ennen psykoterapeuttikoulutusta on suoritettu:

- 1) soveltuva ylempi korkeakoulututkinto tai soveltuva sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto; tutkintoon tulee sisältyä tai sen lisäksi olla suoritettuna yhteensä 30 opintopisteen psykologian tai psykiatrian opinnot;
- 2) sairaanhoitajan opistoasteen tutkinto ja tutkinnon lisäksi erikoistuminen psykiatria, jos tutkintoon ei ole sisällytetty psykiatrian opintoja; tai
- 3) muu 1 tai 2 kohtaa vastaava ulkomailla suoritettu koulutus.

VAIKUTTAVUUS

Psykoteraapia on tutkitusti toimiva hoitomuoto, jonka tarve ylittää tarjonnan moninkertaisesti.

Psykoterapialla hoidettujen potilaiden tilanne hoidon jälkeen on parempi kuin 80 %:lla hoidotta jääneistä. Psykoteraapia tuottaa tavallisesti vähintään yhtä hyviä tuloksia kuin aktiivinen vertailuhoito, esim. lääkehoito. (Konsensuslausuma 2006, 6.) Lisäksi on selvää, ettei lääkehoito voi koskaan korvata täysin inhimillistä, läsnä olevaa ammatillista hoitoa – toisen ihmisen kohtaamista, ihmiseltä ihmiselle.

Myös lääketieteen tohtori, professori, psykiatri ja psykoterapeutti Matti O. Huttunen (2014, 17) esittää Wamboldiin (2001) viitaten, että psykoterapia on masennustilojen ja ahdistuneisuushäiriöiden hoidossa teholtaan vähintään psyykenlääkkeiden veroinen. Lisäksi toistuvimpien tutkimustulosten mukaan erilaisten psykoterapiamenetelmien välillä ei ole eroa tuloksellisuudessa. (Wahlström 2012a, 35.)

Psykoterapian vaikuttavuus on tunnustettu myös monissa kansainvälisissä tutkimuksissa. Tutkimukset osoittavat psykoterapian tuoneen positiivisia vaikutuksia yleisissä psykiatrisissa ongelmassa, persoonallisuuden häiriöissä ja sosiaalisen toimintakyvyn haasteissa. Kyseiset toimintahäiriöt aiheuttavat paitsi subjektiivista kärsimystä, myös suuria kustannuksia yhteiskunnalle. (mm. Knekt, Lindfors & Laaksonen 2010; Leichenring ym. 2015, 655.)

#PSYKOTERAPIANPUOLESTA

Vastuuhenkilöt

Tatja Jukuri

Sanni Rajala

Heidi Närhi

Hanna Poutanen

Marianne Syvänen