MELLANRUMMET
NORDISK TIDSKRIFT FÖR BARN- OCH UNGDOMSPSYKOTERAPI
NORDIC JOURNAL OF CHILD AND ADOLESCENT PSYCHOTHERAPY

Desirée Sjöbom
Åbo/Turku

Lasten ja nuorten psykoterapeutti-koulutukset Turussa, Suomessa

Haastattelu kanssa Kristiina Ojanen-Järvikoski

Tapaan lasten, nuorten ja aikuisten psykoterapeutin Kristiina Ojanen-Järvikosken syksyisenä päivänä Turun keskustassa keskustellaksemme hänen kokemuksistaan ja ajatuksistaan psykoanalyyttisistä/psykodynaamisista lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksista Suomessa. Kristiina on toiminut vastuukouluttajana useissa suomenkielisissä psykoanalyyttisissä lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksissa, joita on järjestetty yhteistyössä Turun yliopiston lastenpsykiatrian kanssa.

Kristiina kertoo, että psykoanalyyttinen perinne oli Turussa vahva jo vuonna 1973, jolloin hän suoritti psykologiharjoitteluaan. Hän valmistui psykologiksi vuonna 1975 ja aloitti työnsä psykologina Turun perheneuvolassa. 1980-luvun alussa hän kouluttautui aikuispsykoterapeutiksi ja sai koulutukseen liittyen hoitaa aikuispotilaan lisäksi myös yhden lapsen koulutuspotilaana. Perheneuvolatyön ohessa hän perusti yksityisvastaanoton. 1990-luvulla hän kouluttautui lasten ja nuorten psykoterapeutiksi. Perheneuvolassa hän työskenteli tämän jälkeen myös lasten psykoterapioiden parissa sekä koordinoi lasten psykoterapiatyötä.

Muutaman vuoden kuluttua hän siirtyi työskentelemään yksinomaan yksityisenä psykoterapeuttina lasten, nuorten ja aikuisten

Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

kanssa. Hänestä tuli lasten ja nuorten psykoterapian koulutuspsykoterapeutti vuonna 1999 ja vuosina 2003–2023 hän on toiminut vastuukouluttajana viidessä suomenkielisessä lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksessa. Hän on myös työskennellyt pitkään työnohjaajana. Potilastyön hän lopetti muutama vuosi sitten, minkä jälkeen hän on keskittynyt koulutus- ja työnohjaustyöhön.

Koulutusohjelmasta

Kristiina kuvaa johtamiensa koulutusten rakennetta ja sisältöä. Keskeisenä perustana on koulutuspotilaiden hoitaminen. Koulutukseen kuuluu runsaasti tapausseminaareja, joissa opiskelijat seuraavat ja keskustelevat koulutuspotilaidensa työskentelystä. Opiskelijat saavat myös omaa työnohjausta koulutuspotilastyöhönsä.

Ensimmäisissä koulutuksissa, joissa Kristiina toimi vastuukouluttajana, opiskelijoilla oli koulutuspotilaina sekä alle 10-vuotias lapsi että 13–25-vuotias nuori. Myöhemmissä koulutuksissa on lisäksi vaadittu alle 6-vuotias koulutuspotilas. Alkuvaiheessa koulutuspsykoterapiat kestivät 2–3 vuotta, ja asiakkaat kävivät vastaanotolla kahdesti viikossa. Nykyisin terapiajakso on 1–2 vuotta, käyntitiheys on edelleen kaksi kertaa viikossa. Lisäksi opiskelijat tekevät 20 tuntia ohjattua vanhempientyöskentelyä.

Koulutukseen kuuluu lisäksi vauvaobservaatio, jossa opiskelija seuraa vuoden ajan vauvan kehitystä ja vuorovaikutusta ympäristönsä kanssa, sekä havainnoi itsessään heräämiä tunteita (vastatunteita).

Teoriaosuus käsittelee muun muassa lasten ja nuorten normaalia ja poikkeavaa kehitystä, terapiaprosessia ja psykoanalyyttisen psykoterapian keskeisiä käsitteitä. Lisäksi opetuksessa käsitellään tutkimusta sekä muita lapsen kehitykseen liittyviä teemoja. Opiskelijat laativat lopputyön, joka käsittelee lasten ja nuorten psykoterapiatyöhön liittyvää aihetta.

Opiskelijoiden tulee myös käydä omassa psykoterapiassa vähintään 250 tuntia, kahdesti viikossa. Suosituksena on psykoanalyysi ja monet opiskelijoista ovatkin valinneet sen.

Kristiina kertoo, että hänen toimiessaan vastuukouluttajana lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksissa hänelle on ollut erityisen tärkeää, että opiskelijat saavat tietoa lasten ja nuorten normaalista ja patologista psyykkistä kehitystä psykoanalyyttisen teorian näkökulmasta. Hän painottaa, että lasten ja nuorten psykoterapiassa on tärkeää, ettei normaalia kehitystä aleta virheellisesti pitää patologiana. On olennaista hallita analyyttinen tekniikka ja tuntea psykoanalyyttisen terapian keskeiset peruskäsitteet. Kristiina korostaa psykoanalyyttista teoriaa psykoterapiatyön perustana – se tarjoaa rakenteita, joiden avulla psykoterapeutti voi hahmottaa ja ymmärtää lasten vaikeuksia ja tarpeita sekä tehdä tarvittavia interventioita terapiassa.

Vanhempien kanssa tehtävä työ lasten ja nuorten psykoterapiassa on tärkeää

Kristiina kertoo, että työskentely vanhempien kanssa ja vanhemmuuden tukeminen ovat aina olleet keskeisiä osia hänen työssään lasten ja nuorten psykoterapeuttina. Hän mainitsee, että Erna Furman vieraili Suomessa useita kertoja 2000-luvun taitteessa ja opetti lasten psykoterapiasta. Furman korosti, kuinka tärkeää intensiivinen yhteistyö vanhempien kanssa on lapsen psykoterapian aikana. Lapsen tai nuoren psykoterapeutti tapasi usein myös vanhemmat. Kristiinaa inspiroi myös psykoterapeuttinen kirjallisuus, jossa kuvattiin, miten keskeistä on tehdä työtä vanhempien kanssa samanaikaisesti lapsen terapian rinnalla.

Turussa järjestetyt koulutukset ovat olleet Suomessa edelläkävijöitä korostamassa, että

MELLANRUMMET © 2025 • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen. Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

lapsen psykoterapeutin tulee tavata vanhempia säännöllisesti. Tapaamisten tavoitteena on tukea vanhempia kehittymään kyvyssään vastata lapsensa tai nuorensa kehitystarpeisiin. Koulutuksiin sisältyy lisäksi uusi työtapa ”Lapsen hoito vanhemman kautta”, joka on osa koulutusosiota ”Työskentely vanhempien kanssa”.

Kristiina kuitenkin toteaa, että kun sama terapeutti työskentelee sekä lapsen että vanhempien kanssa, voi syntyä lojaalisuuskonfliktin riski – voi olla vaikeaa nähdä tilannetta yhtä aikaa sekä lapsen että vanhemman näkökulmasta ja ymmärtää molempia. Joissakin erityistapauksissa onkin parempi, että lapselle ja vanhemmille nimetään omat terapeutit.

Myös nuorten terapiassa vanhempien kanssa tehtävä työ on tärkeää, kuten muun muassa Kerry Kelly Novick & Jack Novick ovat korostaneet teoksessaan *”Working with Parents make Therapy Work”*. Kristiina kertoo, että tässäkin on tapahtunut muutosta niiden 20 vuoden aikana, joina hän on ollut koulutuksista vastuussa. Hän huomauttaa, että joskus työskentely sekä lapsen että vanhempien kanssa voi olla raskasta, mutta silloin kun yhteistyö toimii hyvin, se helpottaa myös psykoterapiatyötä lapsen tai nuoren kanssa. Kristiina pohtii, että aiemmin vanhempia ehkä osallistettiin vähemmän lapsen terapiaan, koska terapiassa oli tuolloin usein psyykkisesti paremmin voivia lapsia – työ vanhempien kanssa ei ehkä ollut yhtä keskeistä kuin nykyisin, kun psykoterapiaan ohjautuu useammin lapsia, joilla on varhaisia ja vakavia kehityksellisiä häiriöitä.

”Uran alkuvuosina terapiaan ohjattiin useammin paremmin strukturoituneita lapsia ja nuoria”, Kristiina sanoo. ”Terapian painopiste oli silloin enemmän puolustusmekanismien tutkimisessa ja sisäisten konfliktien käsittelyssä.”

Nykyään psykoterapiaan tulevilla lapsilla on yhä useammin kehityksellisiä puutteita ja varhaisten kokemusten aiheuttamia vaurioita, jotka ovat estäneet tervettä kehitystä. Näissä tilanteissa psykoterapeutti pyrkii toimimaan potilaalle kehityksellisenä objektina, ja terapiasuhde voi parhaimmillaan jatkaa ja tukea kehitystä, joka on aikaisemmin keskeytynyt. Varhain traumatisoituneita lapsia ja nuoria voidaan auttaa mentalisaatiota painottavalla työskentelyotteella. Hyviä tuloksia on saavutettu erityisesti silloin, kun terapiassa on aiempaa laajemmin mukana paitsi vanhemmat, myös lapsen muu verkosto.

Oma koulutuspsykoterapia

Pohdimme yhdessä, mikä merkitys omalla psykoterapialla on lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksessa. Kristiina toteaa, että oma psykoterapia on opiskelijoille ratkaisevan tärkeä heidän kehittyessään lasten ja nuorten psykoterapeuteiksi. Hän sanoo oppineensa omassa psykoanalyysissaan kaikkein eniten itse psykoterapiasuhteesta – sellaista, mitä ei voi oppia millään muulla tavalla. On erittäin tärkeää, että tuleva psykoterapeutti oppii tuntemaan oman taustansa ja ymmärtämään, miten se vaikuttaa häneen nykyhetkessä. Kouluttautuvan psykoterapeutin on tarpeen ymmärtää omia sisäisiä ristiriitojaan sekä tunnistaa ja pohtia transferenssi- ja vastatransferenssitunteitaan.

Kristiina muistuttaa, että terapeutin on oltava mahdollisimman tietoinen omista haavoittuvista kohdistaan, jotka voivat aktivoitua kohdatessa lapsen vaikeuksia. Se ei ole helppoa, eikä kukaan onnistu siinä täysin, mutta tieto omasta haavoittuvuudesta auttaa työssä psyykkisesti hauraitten lasten ja nuorten kanssa.

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

Työ lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutusten vastuuopettajana

Kysyn Kristiinalta, miten työ opettajana lasten ja nuorten psykoterapeuttikoulutuksissa on vaikuttanut häneen. Hän kertoo työn olevan henkilökohtaisella tasolla hyvin palkitsevaa – on antoisaa saada kouluttaa uusia terapeutteja, jotka usein ovat lahjakkaita ja motivoituneita oppimaan.

”Olen nähnyt monien kehittyvän psykoterapeuteiksi ja olen saanut työnohjauksessa seurata heidän ammatillista kehitystään myöhemminkin. Se on ollut hyvin kiinnostavaa ja antoisaa. On myös innostavaa ja rikastuttavaa tehdä yhteistyötä kollegoiden kanssa, jotka toimivat koulutuksissa opettajina.”

Kristiinan mukaan lasten ja nuorten psykoterapian opettaminen ei ole vaikeaa, jos opiskelijoiksi valitaan henkilöitä, joilla on kapasiteettia, kykyä kehittyä ja halua oppia. Silti voi olla opiskelijoita, jotka valmistumisen jälkeen kokevat työn raskaaksi. Kristiina muistuttaa, että työ lasten kanssa vaatii rohkeutta, luovuutta ja joustavuutta – ja opiskelijoiden on tärkeää tunnistaa omat vahvuutensa.

Hänen mukaansa psykoterapiatyö helpottuu vuosien myötä: itsevarmuus kasvaa kokemuksen myötä. Työ ei ole helppoa, mutta se on hyvin tyydyttävää. ”Kouluttajana koen saavani enemmän kuin annan – oppii jatkuvasti uutta”, hän sanoo.

Tutkimus psykoanalyyttisessä lasten ja nuorten psykoterapiassa

Kysyn vielä Kristiinalta: Miten näet tutkimuksen ja teorian psykoanalyyttisessa lasten ja nuorten psykoterapiassa? Kristiina vastaa, että on valitettavaa, kuinka vähän psykoanalyyttisestä lasten psykoterapiasta on tutkimusta. Hyvän tutkimuksen tekeminen on myös erittäin vaikeaa, ja alalle tarvittaisiin paljon enemmän tutkimusta. On kuitenkin olemassa lupaavaa tutkimusta, erityisesti vaikeiden häiriöiden alueella.

Kristiina nostaa esimerkiksi Peter Fonagyn tutkimuksen niin kutsutusta *”Sleeper effect”* -ilmiöstä, jonka mukaan psykoterapian myönteiset vaikutukset voivat jatkua ja jopa vahvistua vielä terapian päättymisen jälkeen.

Kristiina sanoo vielä: ”Sisimmässäni tiedän, että terapia auttaa. Oirekeskeisessä hoidossa puuttuu usein kehityksen näkökulma. Psykodynaamisessa terapiassa terapeutti toimii lapselle tai nuorelle kehityksellisenä objektina. Juuri psykoterapiasuhteessa voi syntyä myönteinen muutos lapsen tai nuoren elämässä.”

Hän kertoo, että vuosien myötä hänen uskonsa psykoterapian merkitykseen ja oman terapian arvoon on vahvistunut entisestään. Uran alkuvaiheissa hänelle oli tärkeää ”tehdä oikein” ja noudattaa psykoanalyyttisia sääntöjä tarkasti. Kokemuksen karttuessa ja teoreettisen ymmärryksen laajentuessa – muun muassa Anne Alvarezin kautta – hänen työotteensa on vapautunut. ”Voi tehdä paljon, kunhan tietää mitä tekee,” hän sanoo.

”Joskus olen käyttänyt myös kognitiivisia elementtejä, kehumista, palkitsemista ja käytännön ohjausta. Työ lasten kanssa on muuttunut joustavammaksi. Työ- ja elämänkokemus tuovat rohkeutta kokeilla erilaisia menetelmiä, ja jotkin teoreettiset käsitykset ovat myös muuttuneet.”

Tulevaisuus

Lopuksi kysyn vielä Kristiinalta hänen ajatuksiaan lasten ja nuorten psykoterapian tulevaisuudesta. Hän myöntää tuntevansa huolta tulevasta. Ajan myötä on käynyt selväksi, että moni lapsi ei saa riittävän pitkäkestoista apua, vaikka psykodynaaminen psykoterapia voisi sitä tarjota. Siksi tutkimusnäyttö on niin tärkeää. Lyhyet terapiat eivät riitä kaikille. Ly-

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

hytterapioita on helpompi tutkia myös psykodynaamisessa viitekehyksessä, mutta ne eivät aina ole riittäviä.

”En usko, että psykodynaaminen psykoterapia katoaa, mutta edessä on haastavampi aika. Siksi on ratkaisevaa, että koulutuksiin saadaan rekrytoitua uusia opiskelijoita”, Kristiina toteaa lopuksi.

Desirée Sjöbom
Toimittaja Mellanrummet
Turku/Åbo

Käännös

Emilia Paajanen
Toimittaja Mellanrummet
Turku/Åbo

Liite 1

Psykoterapeuttikoulutusten järjestäminen Suomessa

Suomessa ”psykoterapeutti” on suojattu ammattinimike, mikä tarkoittaa, että nimikkeen käyttö edellyttää asianmukaista koulutusta ja Valviran hyväksyntää. Valvira eli Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto toimii sosiaali- ja terveysministeriön alaisena keskusviranomaisena ja valvoo sosiaali- ja terveydenhuollon toimintaa. Psykoterapeutiksi haluavan on siis täytettävä koulutusvaatimukset ja rekisteröidyttävä Valviraan voidakseen käyttää nimikettä.

Psykoterapeutti- ja psykoanalyytikkokoulutuksia ohjaavat kansallisten konsortioiden suositukset, jotka määrittävät koulutusten rakenteellisia linjauksia. Määräykset ovat erityisen merkittäviä koulutuspsykoterapeuttien koulutuksessa.

Suomen yliopistot voivat itse järjestää psykoterapeuttikoulutuksia, mutta käytännössä koulutukset toteutetaan usein yhteistyössä ulkopuolisten asiantuntijaorganisaatioiden kanssa (esimerkiksi psykodynaamisten/psykoanalyyttisten tai muiden psykoterapiayhdistysten kanssa). Yliopisto vastaa koulutuksesta muodollisesti.

Pääsy psykoterapeuttikoulutuksiin edellyttää soveltuvaa ylempää korkeakoulututkintoa tai vastaavaa koulutusta. Lisäksi hakijoilta vaaditaan työkokemusta esimerkiksi psykiatriasta, päihdetyöstä tai lastensuojelusta. Tarvittavan kokemuksen määrä vaihtelee, mutta yleensä vaaditaan vähintään kahden vuoden

MELLANRUMMET © 2025 • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.

työhistoria ennen hakemista. Jos hakijalla ei ole psykiatriaan erikoistuneen lääkärin, lääkärin, psykologin tai psykiatrisen sairaanhoitajan pätevyyttä, edellytetään lisäksi vähintään 30 opintopisteen psykologian tai psykiatrian opintoja.

Hyväksytyt hakijat osallistuvat 1–3 soveltuvuushaastatteluun, joiden perusteella heidät valitaan koulutukseen. Psykodynaamisissa koulutuksissa opiskeluryhmät koostuvat tavallisesti 6–12 opiskelijasta. Suomessa järjestetään sekä suomen- että ruotsinkielisiä psykoterapeuttikoulutuksia.

Psykoterapeuttikoulutukset ovat täydennyskoulutuksia, ja niiden rinnalla on tarkoitus pystyä työskentelemään. Koulutus kestää keskimäärin 3–4 vuotta. Opiskelijalle koulutus on maksullinen ja kokonaiskustannukset ovat yleensä 15 000 eurosta ylöspäin, sisältäen lukukausimaksut, työnohjauksen sekä oman psykoterapian/psykoanalyysin. Psykodynaamisissa psykoterapeuttikoulutuksissa vaatimukset omasta psykoterapiasta on yleensä vähintään 250 t. Näitä vaatimuksia asettavat psykodynaamiset psykoterapiayhdistykset, jotka käytännössä vastaavat psykodynaamisten koulutusten toteuttamisesta. Kansalliset konsortiot edellyttävät vähintään 80 tuntia psykoterapiaa, joka voidaan jakaa 40 tunnin omaan psykoterapiaan ja 40 tunnin ryhmäpsykoterapiaan. Kun koulutus on suoritettu ja kaikki vaatimukset täytetty, voi hakea Valviralta oikeutta käyttää psykoterapeutin nimikettä.

Tämän jälkeen on mahdollista hakeutua vielä 3–4 vuoden jatkokoulutukseen koulutuspsykoterapeutiksi, mikä antaa kelpoisuuden toimia psykoterapeuttikoulutusten kouluttajana.

Käännös
Erja Hellsten
Toimittaja Mellanrummet
Turku/Åbo

MELLANRUMMET © 2025 BY-NC-ND • ISSN 2000-8511 • WWW.MELLANRUMMET.NET • INFO@MELLANRUMMET.NET
Copyright. Alla rättigheter förbehållna. Mångfaldigandet av innehållet, annat än för privat bruk, är enligt lag om upphovsrätt (1960:729) förbjudet utan medgivande av redaktionen.
Ansvarig utgivare: Respektive författare/Institutt for barne- og ungdomspsykoterapi (IBUP). Original: mbj.