

Teoria, käytäntö ja psykoterapia

Juhani Tiuraniemi

Psykoterapiassa teoria ja käytäntö yhdistyvät tehokkaasti. Tämä näkyy myös Verkkolehden artikkeleissa: teorian tai käsitteen esittely selkeytyy potilastapauksen avulla tai potilastyöhön liittyvä ilmiö tulee ymmärretyksi teoreettisen käsitteellistämisen kautta. Voiko artikkeli olla liian teoreettinen tai liian käytännöllinen? Hyvä teoreettinen artikkeli lisää psykoterapeutin ymmärrystä käytännön ilmiöistä ja siten palvelee käytäntöä. Mutta jokin käsite voi vaatia lisätutkimusta tai teoreettista jäsenystä ennen kuin se johtaa käytännön sovellukseen. Vastaavasti pelkkä käytännön esittely ei välttämättä vie eteenpäin psykoterapian alueella. Hyvä psykoterapeutti voi lukijana kuitenkin yhdistää kuvatun käytännön omaan viitekehykseensä ja siten muokata kuvattua ilmiötä psykoterapian toimivaksi käytännöksi.

Millaiset ilmiöt kuvaavat teorian puuttumista psykoterapeutin käytännöstä? Mikäli artikkeliä ei voi julkaista liiallisen potilaan tilanteen esittelyn vuoksi, syynä voi olla myös se, että teoria on kadonnut käytännön potilastyön alle. Hyvin moni Verkkolehden artikkeli perustuu psykoterapiakoulutettavien lopputöihin. Lopputyön avulla koulutettava osoittaa hallitsevansa teorian ja käytännön psykoterapiassa. Tarkemmat kuvaukset potilastyöstään koulutettavat tekevät koulutusterapioiden yhteenvetojen kautta: tällöin jäsennetty potilastyön kuvaus kertoo myös koulutettavan ammattitaidon kehittymisestä ja näitä yhteenvetoja tarkastelevat vain työnohjaaja ja kouluttaja. Lopputyöllä ja potilasyhteenvedoilla on erilainen tehtävä osana psykoterapiakoulutusta.

Teorian puutteellinen hallinta voi näkyä käytännön potilastyössä monella tavalla. Ahdistusta hallitakseen psykoterapeutti voi turvautua moniin menetelmiin tai lomakkeisiin tai hän voi kerätä valtavasti tietoa potilaastaan, koska kokee tiedon keräämisen helpommaksi kuin varsinaisen interventioon tähtäävän psykoterapeuttisen työskentelyn. Tämä voi johtaa epäsuhtaan työskentelyn sisältöjen osalta. Työ painottuu tiedon keruuseen, eikä resursseja riitä enää varsinaiseen hoitotyöhön. Pääasiassa Suomessa mielenterveystyötä tehdään asianmukaisesti, mutta joissakin yksiköissä työssä painottuu yksipuolisesti tiedon keruu. Pahimmillaan tuloksena on potilaan tulosyö eli laaja kuvaus ahdistuksen tai masennuksen syistä ja suosituksena potilaan toive hoidon saamisesta. Syynä tilanteeseen voi olla psykoterapeuttisen koulutuksen puute.

Omalta osaltaan Verkkolehti on tukemassa psykoterapeutiksi kouluttautuvien ammatillista kehitystä. Koulutettavien lopputöistään muokkaamat artikkelit lähtevät koulutettavien tarpeista ja tilanteista ja siinä mielessä tutustuminen muiden koulutettavien artikkeleihin antaa virikkeitä myös omaan psykoterapeuttina kehittymisen prosessiin. Osa Verkkolehden artikkeleista on pitkään toimineiden psykoterapeuttien kirjoittamia. Kun psykoterapeutti kirjoittaa oman työnsä pohjalta tieteellistä artikkelia, tuloksena on parhaimmillaan erittäin arvokasta pohdintaa psykoterapeuttien työstä. Toivottavasti jatkossakin Verkkolehti voi toimia foorumina psykoterapeuttien tieteelliselle keskustelulle ja kirjoittamiselle.

Turussa toukokuussa 2010

Juhani Tiuraniemi