

Psykoterapian tutkimuksesta

Juhani Tiuraniemi

Psykoterapian tutkimus näyttää olevan maailmalla tasoltaan erinomaista ja määrältään kasvavaa. Esimerkiksi *Psychotherapy Research* -lehdessä on jatkuvasti erittäin mielenkiintoisia tutkimustuloksia ja artikkeleita. Mukana on myös kognitiivisen psykoterapian tutkijoita, esimerkiksi norjalaisten (Hoffart et al 2005) tutkimuksessa saatiin mielenkiintoista näyttöä terapeutin ja potilaan alkuvaiheen yhteyden merkityksestä skeematerapian lopputuloksen kannalta. Myös muissa psykoterapian tutkimuksen keskeisissä lehdissä on valtavasti mielenkiintoisia tutkimuksia (esimerkiksi *Clinical Psychology and Psychotherapy*, *Journal of Psychotherapy Practice and Research*, *Journal of Psychotherapy Integration*). Näissä tutkimuksissa tulee selvästi esille myös se, että pienten tutkimusaineistojen metodologiassa on oltava tarkkana. Kuitenkin myös kvantitatiiviset tutkimukset tuottavat tuloksia, joilla on selvästi huomattava vaikutus myös psykoterapian käytäntöihin.

Kvalitatiivinen tutkimus on myös aktivoitunut huomattavasti. Tästä on esimerkkinä kaksi uutta lehteä, *Clinical Case Studies* ja *Pragmatic Case Studies in Psychotherapy*. Näissä

lehdissä on myös ohjeistettu case-tutkimusten esittelyä tavalla, joka ansaitsee huomion. Esimerkiksi [PCSP](#) ohjeistaa artikkelin otsikot seuraavalla tavalla: ”1. Case Context and Method, 2. The Client, 3. Guiding Conception with Research and Clinical Experience Support, 4. Assessment of the Client's Problems, Goals, Strengths, and History, 5. Formulation and Treatment Plan, 6. Course of Therapy, 7. Therapy Monitoring and Use of Feedback Information, and 8. Concluding Evaluation of the Therapy's Process and Outcome.” Potilaan esittely on artikkelin alussa ja sen jälkeen seuraa keskeisten käsitteiden ja käytäntöjen esittely sekä varsinaisen terapian kuvaus. Nämä ohjeet voisivat olla mallina esimerkiksi terapiakoulutusten lopputöiden tekemisessä. Erityisen hyvin ohjeet soveltuvat lyhyiden terapioiden esittelyyn. Varsinainen haaste onkin löytää kuvaustavat myös pitkille terapioille. Myös eettiset näkökulmat ovat tärkeitä, sillä tutkimusten raportointi edellyttää todellakin potilastapausten esittelyä monella tavalla. Onkin tärkeää sopia potilaan kanssa tarkkaan, miten esimerkiksi tunnistetiedot häivytetään artikkelissa.

Kokonaisuudessaan psykoterapeutin olisi hyvä seurata myös psykoterapian tutkimusta, koska tänä päivänä psykoterapian tutkimuksen alueella tulee valtavasti uutta tietoa. Tutkimuksissa on kuvattu myös sellaisia käytäntöjä, joita käytännön psykoterapeutit voivat ottaa välittömästi käyttöönsä. Toivottavasti myös Verkkolehtemme voisi palvella lukijoitaan tässä tehtävässä tulevaisuudessa.

Turussa, kesäkuussa 2006

Juhani Tiuraniemi