

Kansainvälinen kognitiivisen psykoterapian kongressi Suomessa

Juhani Tiuraniemi

Syksyllä järjestettävässä vuoden 2008 EABCT:n kongressissa Helsingissä on lähes 500 suullista ja posteriesitystä. Keskeinen kongressin teema on kehitys. Tätä teemaa tarkastellaan näissä esityksissä hyvin monipuolisesti ja korkeatasoisen tutkimuksen keinoin. Hyvin paljon esityksiä on erilaisista oireyhtymistä (esimerkiksi pakko-oireet, ahdistus ja masennus), lapsuuteen ja nuoruuteen liittyvistä teemoista, terapiaprosessista sekä terapiasuhteesta. Kattavaa kuvausta on hyvin vaikea tehdä, joten parasta on tutustua tarjontaan kongressin sivuilla. Ohjelmassa on myös keynote-esityksiä erittäin paljon. Myös workshop-tarjonta on hyvin laajaa. Tutkijoita on Euroopan lisäksi muualtakin, muun muassa USA:sta, Australiasta ja Japanista. Mukana esiintymässä on kognitiivisen psykoterapian nimekkäimpiä kehittäjiä, kuten esimerkiksi Young, Greenberg, Liotti ja Wells. Tulossa on todella antoisa kongressi, johon suomalaisten psykoterapeuttien kannattaa osallistua. Osallistumismaksulla voi kuulla keynote-esitykset sekä rakentaa symposium-esitysten pohjalta itselleen laajan katsauksen kiinnostavista aiheista. Maksullisissa workshopeissa voi syventyä yhden vetäjän esittelemään teemaan joko kongressin aikana tai ennen kongressia jopa kokonaiseksi päiväksi. Samanaikaisesti saattaa olla menossa toistakymmentä esitystä, joten monta kertaa voi olla vaikeuksia tehdä valinta

eri symposium-esitysten välillä. Ohjelmaa rakennettaessa on pyritty siihen, että sieltä pystyisi kokoamaan ehjiä kokonaisuuksia. Esimerkiksi lasten terapiaa koskevat esitykset muodostavat yhden tällaisen kokonaisuuden. Näistä tiedotetaan järjestäjien toimesta erikseen.

EABCT:n kongressit ovat psykoterapeuttien tapaamisfoorumeja. Kongressissa voi tavata psykoterapeutteja eri puolilta Eurooppaa. Samalla kongressi on myös kansallinen psykoterapeuttien tapaaminen. Toivottavasti suomalaiset psykoterapeutit löytävät tiensä Helsinkiin syyskuussa. – Kongressissa esitellään uusinta korkeatasoista kognitiivisen psykoterapian tutkimusta. Tutkijoita on erityisesti Brittein saarilta, Hollannista, Espanjasta ja Saksasta. Suomalaisten tutkijoiden esitysten osuus on alle 10 prosenttia kaikista esityksistä. Tämä osuus voisi olla suurempi, sillä kansainvälisesti verrattuna suomalaisten psykoterapeuttien toimintamahdollisuudet ovat hyvät. Ehkä tulevaisuudessa suomalainen tutkimus laajenee ja ottaa paikkansa kansainvälisestikin.

Kognitiivisen psykoterapian koulutus on tutkimukseen perustuvaa ammatillista ja käytännöllistä koulutusta, joten psykoterapeuteille tulee tutuksi myös psykoterapian tutkimuksen kenttä. Lisäksi koulutettavat tekevät lopputyön, joiden taso on noussut jatkuvasti vuosien mittaan. Tässä lehdessä on esimerkkejä hyvistä lopputöistä. Olisiko tutkimuksen edistämiseksi tehtävissä vielä jotakin? – Suomessa lääketieteen ja psykologian alueella psykoterapian tutkimus on kasvanut viime vuosina. Psykologien erikoistumisjärjestelmässä psykoterapiaan erikoistuminen ja sitä kautta lisensiaatin tutkinnon suorittaminen johdattaa selvästi tutkimuksen suuntaan. Pitäisikö tätä järjestelmää kehittää edelleen, esimerkiksi erikoistuminen suoraan tohtoritutkinnon kautta. Kansainvälisen mallin mukaan tutkinto voisi olla käytäntöpainotteinen ja kriteerit myös samaa tasoa kuin kansainvälisesti.

Turussa, keväällä 2008

Juhani Tiuraniemi