

KOGNITIIVISEN TERAPIAN OPINTO-OHJELMA

Perustaidot ja lyhytterapian erityispätevyystutkinto

Helsinki - Oulu - Turku

Opinto-ohjelma antaa valmiudet käyttää helposti omaksuttavia ja nopeasti käyttöön otettavia kognitiivisen terapian työtapoja ja välineitä, jotka ovat käyttökelpoisia kaikissa asiakas- tai potilassuhteissa, joissa ihmiset ovat rakentamassa laadullisesti parempaa elämää, tekemässä terveyttä ja hyvinvointia edistäviä elämäntapamuutoksia tai etsimässä toimivampaa suhdetta itseensä ja toisiin. Kognitiivinen terapia on kysytyin hoitomuoto psykoterapioiden alueella ja aktiivisen, kohdennetun ja ajallisesti rajatun otteensa vuoksi se on myös kustannustehokkain. Se tukee asiakkaan omaa itseyttä ja itsehoitoa ja vähentää siten palvelujen tarvetta ja ammattihenkilöiden kuormittumista. Kognitiivinen työote auttaa asiakkaita löytämään elämälleen mielekkään suunnan, tunnistamaan ja ylittämään toimintansa esteitä ja sitoutumaan aktiiviseksi toimijoiksi omien arvojensa hyväksi. Työtavat auttavat voittamaan tunne-elämän ongelmia, kohtaamaan akuutteja kriisejä ja takaiskuvaiheita, selvittämään konflikteja, vapautumaan haitallisista riippuvuuksista, vähentämään oireiden ja sairauksien uusiutumisriskiä, parantamaan unen laatua ja muuttamaan terveystottumuksia, rakentamaan parempia ihmissuhteita, tekemään opintoja tai työtä koskevia valintoja, murtautumaan ulos itseään toistavista tunnelukoista ja opettelemaan itsenäisen elämän hallintaa.

KOULUTUSOHJELMA SOVELTUU

- kaikille, jotka haluavat hyödyntää kognitiivisia menetelmiä omassa työssään ja elämässään
- uutta ammatillista tutkintoa hakeville
- psykoterapeuttisten valmiuksien pohjakoulutukseksi pitempään psykoterapeuttikoulutukseen hakeutuville
- täydennyskoulutukseksi eri alojen terapeuteille (psykoterapeutit, toimintaterapeutit, fysioterapeutit, puheterapeutit), jotka haluavat täydentää osaamistaan uusimmilla kognitiivisen terapian työtapoilla.

Koulutusohjelmassa on opiskellut mm. eri alojen lääkäreitä (työterveys, yleislääketiede, kivun hoito, psykiatria, gynekologia ym.), työterveyshoitajia ja -psykologeja, ohjaus- ja neuvonta-palveluissa toimivia, koulukuraattoreita ja psykologeja, kuntoutuspalveluissa toimivia ohjaajia ja eri alojen terapeutteja.

TOTEUTUS

Monimuoto-opiskelu sisältää ohjattua itseopiskelua ja mahdollisuuden verkko-opetukseen, lähiopiskelupäivän lukukausien aikana noin kuukauden välein, mahdollisuuden pienryhmäopetukseen/ohjaukseen joko videosillan kautta tai luokassa sekä työtapojen kokeilemisen omakohtaisesti, kurssikansion ja kaikki terapiassa käytettävät apuvälineet, lukemistot ja lomakkeet, opintojen ohjausta ja kurssisihteerin palvelut tarvittaessa.

Opinto-ohjelmaan sitoudutaan vuodeksi kerrallaan. Ohjelmasta voi saada osallistumistodistuksen tai työnäytteisiin perustuvan tutkintotodistuksen. Lähiopetusta/pienryhmäopetusta on toteutettu useammalla paikkakunnalla, kuten Helsingissä, Hämeenlinnassa, Oulussa, Tampereella, Turussa ja Vaasassa.

JÄRJESTÄJÄT

Opintojakson toteuttaa VKT-säätiö ja Suomen kognitiivisen terapian instituutti (Integrum Institute for cognitive therapies Finland®), joka on ensimmäinen ja ainoa rekisteröity kognitiivisen terapian instituutti Suomessa. Vuonna 1982 perustetun instituutin opinto-ohjelmiin on osallistunut kaikkiaan yli 1000 ammattihenkilöä. Instituutin rekisteröimät tutkinnot ovat olleet arvostettuja palvelujen tuottajien, asiakkaiden/potilaiden ja palvelujen rahoittajien taholta. Koulutusohjelmien johtajana toimii psykoterapian kouluttaja, vaativan erityistason psykoterapeutti (VET) Juhani Laakso, jolla on kokemusta psykoterapeuttisesta työstä yli 35 vuoden ajalta. Muina kouluttajina toimii oman alansa asiantuntijoita.

HINTA

Ensimmäisen opintovuoden (kognitiivisen terapian perustaidot -tutkinto) hinta sisältäen opetuksen, verkko-opiskelun ja jaettavat materiaalit on 660 euroa/lukukausi, yhteensä 1320 euroa/lukuvuosi. Kliinisen pienryhmäopetuksen hinta on 48 euroa ohjaustunnilta osallistujaa kohden (ohjaustunteja on yhteensä 16).

Kurssimaksut voi suorittaa useammassa erässä. Kurssimaksut ovat verovähennyskelpoisia siltä osin kuin työnantaja tai muu maksajataho ei ole osallistunut niihin.

Opiskelua ovat työnantajien lisäksi tukeneet mm. TE-keskukset ja oppisopimustoimistot. ELY-keskukset ovat tukeneet osallistumista yrittäjille ja erikseen tehtävillä oppisopimuksilla työsuhhteessa toimiville.

Uudet jaksot alkavat syksyisin. Haku on jatkuva ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Tilaa ilmoittautumislomake s-postitse, integrum@netti.fi

LISÄTIEDOT JA ILMOITTAUTUMINEN

kurssisihteeriksi Kirsi Salopäälle, integrum@netti.fi tai 02-2516 596 sekä

kouluttajaa Juhani Laaksolle, juhanila@netti.fi tai 0400-824 156 www.netti.fi/integrum/koulutus