Maksutonta psykoterapiakoulutusta koskeva kansalaisaloite – Kuntoutussäätiön lausunto ja kuuleminen eduskunnan sivistysvaliokunnassa

Valtiotieteiden tohtori, toimitusjohtaja Soile Kuitunen
Kuntoutussäätiö
15.2.2022



Kuntoutussäätiö

Mielenterveysongelmat ovat kansansairaus

- Mielenterveyden häiriöt ovat merkittävin yksittäinen työkyvyttömyyseläkkeiden syy. Joka viides suomalainen sairastaa jotakin mielenterveyden häiriötä, ja vuosittain 1,5 prosenttia suomalaisista sairastuu johonkin mielenterveyden häiriöön. Ainakin joka 10., jopa joka 5. suomalainen kokee elämänsä varrella ainakin yhden vakavan masennusjakson.
- Alle 30-vuotiaiden mielenterveysperusteisten työkyvyttömyyseläkkeiden määrä on yli kaksinkertaistunut 2000-luvulla. Vuonna 2000 niitä oli 6301, mutta vuonna 2019 yli kaksinkertainen määrä, 13 479.
- Mielenterveyden ongelmista aiheutuu paljon inhimillistä kärsimystä. Ne tulevat myös kalliiksi. OECD:n arvion mukaan mielenterveyden ongelmat maksavat Suomelle 11 miljardia euroa vuodessa.
- Koronavirusepidemia on lisännyt pahoinvointia niillä, joilla on ollut jo tätä aiemmin ongelmia. Koronavirusepidemia on lisännyt pahoinvointia erityisesti haavoittuvimmassa asemassa olevilla, kuten vammaisilla ja monisairailla.
- Mielenterveyspalveluille, niiden laajentamiselle ja kehittämiselle on Suomessa iso tarve ja kysyntä. Esimerkiksi psykoterapialle ja psykoterapeuteille on tarvetta enemmän kuin on tarjontaa. On arvioitu, että vain puolet mielenterveyden häiriötä sairastavista saa tarvitsemaansa hoitoa.
- Mielenterveyspalveluihin ei ole samalla tavalla panostettu kuin muuhun terveydenhuoltoon 2000-luvulla Suomessa. Esimerkiksi psykiatrian osuus erikoissairaanhoidon menoista on pienentynyt. Se oli 16,8 prosenttia vuonna 2000, mutta enää 11,1% vuonna 2021 (THL:n tilastot). Mielenterveyden häiriöissä on tärkeää suunnata voimavaroja riittävän varhaiseen tukeen, ongelmien ennaltaehkäisyyn ja myös lyhytkestoisempien terapia- ja muiden palveluiden tarjonnan parantamiseen.
- Julkisen ja yksityisten palvelutuottajien rinnalla toimii runsaasti järjestöjä ja yleishyödyllisiä säätiöitä, jotka antavat tukea ja apua mielenterveyden ongelmiin. Tarjolla on vertaistukea, erilaista ryhmätoimintaa ja kynnyksetöntä apua, johon on helppo hakeutua. Järjestöillä ja säätiöllä on syvällistä ja monipuolista osaamista mielenterveyden ongelmista ja tukimuodoista. Ne panostavat myös toimintansa jatkuvaan kehittämiseen.

Psykoterapeuttisten hoitojen tarve ja tarjooma

- Sosiaali- ja terveysministeriön terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvoston mukaan vaikuttaviksi todetut psykoterapeuttiset hoidot kuuluvat julkiseen palveluvalikoimaan ja niitä tulee olla tarjolla.

- Hoidollista psykoterapiaa tai muita mielenterveysongelmiin kohdennettuja psykososiaalisia hoitomuotoja ei ole käytännössä mahdollista saada perusterveydenhuollosta.

Kuntoutuksen asiakasmäärien kehitys 2016-2021 - Lakiperusteet

	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2016-2021
Kuntoutuksen lakiperuste	**Saajat**	**Saajat**	**Saajat**	**Saajat**	**Saajat**	**Saajat**	**Muutos (%)**
Yhteensä	**109 743**	**108 670**	**120 081**	**134 010**	**141 128**	**156 139**	**42 %**
Ammatillinen kuntoutus	19 534	20 369	21 620	27 499	30 718	35 051	79 %
Vaativa lääkinnällinen kuntoutus	28 258	30 744	33 383	35 502	37 760	40 782	44 %
Kuntoutuspsykoterapia	31 409	36 654	43 978	50 392	56 682	60 756	93 %
Harkinnanvarainen kuntoutus	34 174	24 621	25 632	26 752	22 174	27 089	-21 %

Kela|Fpa

Psykoterapian hyödyt

- Psykoterapia on osoitettu useissa psykiatrisissa häiriöissä lääkkeiden veroiseksi hoitomuodoksi (ks. Amick HR. et al. 2015). Lääke- ja terapiahoidon yhdistäminen on yleensä tuloksellisempaa kuin jompikumpi yksin (ks. Huhn M. et al. 2014). On kuitenkin huomattava, etteivät kaikki hyödy psykoterapiasta, ja psykoterapialla voi olla myös haittavaikutuksia (Daarker G. et al. 2014).
- On voitu osoittaa tutkittuun tietoon pohjautuen, että lyhytpsykoterapioissa (korkeintaan 20 käyntiä) noin puolet asiakkaista hyötyy terapiasta merkittävästi. Tutkimuksellista näyttöä on myös muiden lyhytterapioiden ja nettiterapioiden hyödyistä.

Psykoterapeuttikoulutus

- Psykoterapeuttikoulutus uudistui 31.12.2011 alkaen niin, että yliopistot vastaavat kokonaisuudessaan opiskelijavalinnoista ja koulutuksen toteuttamisesta.
- Yliopistot ovat lähes poikkeuksetta järjestäneet koulutusta yliopistolain (558/2009) tarkoittamana täydennyskoulutuksena. Korkeakoulut eivät voi käyttää julkista rahoitusta liiketaloudellisin perustein toteutettavan toiminnan tukemiseen, joten psykoterapeuttikoulutukset ovat osallistujille kalliita.
- Psykoterapeuttikoulutus kestää tyypillisesti 3,5 vuotta ja on laajuudeltaan 65-80 opintopistettä.
- Tällä hetkellä psykoterapeuttikoulutus on ainoita terveydenhuollon koulutuksia, jonka opiskelija joutuu kustantamaan kokonaan itse.
- Psykoterapeuttikoulutuksen kokonaiskustannus opiskelijalle on noin 25 000 –60 000 euroa riippuen psykoterapiasuuntauksesta. Koulutuksen hinta on noussut merkittävästi vuoden 2011 uudistuksen jälkeen, jolloin järjestäminen siirtyi yksinomaan yliopistoille.
- Koulutuksen korkea hinta uhkaa jo psykoterapeuttien laaja-alaisen pohjakoulutuksen säilymistä. Erityisesti sairaanhoitajien sekä sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneiden mahdollisuuksien hakeutua psykoterapiakoulutukseen on arvioitu heikentyneen koulutuksen korkean hinnan vuoksi.

Kuntoutussäätiön esitykset aloitteeseen liittyen

Kuntoutussäätiö

Esitys 1. Psykoterapeuttikoulutuksen muuttaminen maksuttomiksi on kannatettavaa

- Psykoterapeuttikoulutusten maksuttomuus tulisi toteuttaa Suomessa.
- Rinnalla esitämme tehtäväksi myös muita toimenpiteitä, joilla edistettäisiin psykoterapeuttien määrän ja terapiatarjonnan lisäämistä. Mikäli koulutuksen maksuttomuus opiskelijalle ei olisi (valtiontalouden näkökulmasta) mahdollista toteuttaa, tulisi joka tapauksessa tähdätä siihen, että valtion budjettivaroilla katetaan psykoterapeuttikoulutuksen kustannuksista edes osa.

Esitys 2. Psykoterapeuttikoulutuksen tasalaatuisuus tulee turvata jatkossakin

- Psykoterapeuttikoulutuksen tasalaatuisuudesta tulee pitää kiinni jatkossakin. Koulutuksen rakenteellinen yhteys yliopistoihin tulee säilyttää.
- Joissakin yhteyksissä on todettu, että psykoterapeuttikoulutus voitaisiin toteuttaa erikoistumiskoulutuksena ammattikorkeakouluissa ja yliopistoissa. Tällä hetkellä tämä ei ole mahdollista. Erikoistumiskoulutuksena voidaan järjestää vain koulutus, jonka perusteista, kuten tavoitteista, on sovittu yliopistojen tai ammattikorkeakoulujen keskinäisessä yhteistyössä. Erikoistumiskoulutuksia eivät ole ne koulutukset, joiden sisällöstä, tavoitteista tai toteuttamistavasta on erikseen säädetty. Näin ollen psykoterapeuttikoulutusta ei voida järjestää yliopistolain mukaisena erikoistumiskoulutuksena.
- Psykoterapeuttikoulutus ei ole Suomen kansalliseen tutkintojärjestelmään liittyvää koulutusta, vaan tutkinnon jälkeistä koulutusta, josta säädetään sosiaali- ja terveysministeriön hallinnonalalla. Vastaavantyyppisesti säädetään erikoislääkärikoulutuksesta. On tarkoituksenmukaista selvittää psykoterapeuttikoulutuksen asemoituminen suomalaiseen koulutusjärjestelmään ja siinä yhteydessä sen toteuttaminen myös erikoistumiskoulutuksena.

Esitys 3. Suomessa tulee edistää myös lyhytterapioiden käyttöä ja kehittämistä

- Suomessa tulee edistää myös lyhytterapioiden kehittämistä. Vaikuttavia, näyttöön perustuvia, kustannuksia säästäviä lyhyt-, etä- ja nettiterapiamuotoja on kehitetty runsaasti Suomessa ja maailmalla. On voitu osoittaa, että on paljon ihmisiä, jotka hyötyvät lyhytterapioista.

- Suomalaisessa terveydenhuoltojärjestelmässä ei ole riittävästi otettu käyttöön lyhytterapiamuotoja. Hoitoon pääsyssä on myös isoja alueellisia ja yksilöiden välisiä eroja. Lyhytterapioiden käyttöönottoa tulisi lisätä ja poistaa rakenteellisia esteitä.

- Suomessa voitaisiin käynnistää kokeilu, jossa selvitettäisiin systemaattisesti lyhytterapian hyötyjä ja vaikutuksia suhteessa pidempiin psykoterapioihin sekä sitä, miten niillä kyetään vastaamaan asiakkaiden tarpeisiin. Saatujen kokemusten perusteella voitaisiin arvioida myös lainsäädäntömuutosten tarvetta erityisesti Kelan järjestämän kuntoutuspsykoterapian osalta.

- Lyhytterapiakoulutusten laadun varmistusta voitaisiin jatkossa tehdä esimerkiksi hyödyntämällä psykoterapeuttikoulutusten kouluttajien osaamista lyhytterapiakoulutuksissa. Myös yhteydet yliopistoihin olisivat tärkeitä lyhytterapiakoulutuksien toteuttamisessa. Olisi tärkeää selvittää myös lyhytterapiakoulutusten maksuttomuutta.

Esitys 4. Järjestöjen ja yleishyödyllisten säätiöiden osaaminen tulee huomioida terapiapalveluiden kokonaisuudessa

- Järjestöjen ja yleishyödyllisten säätiöiden toiminta, palvelut ja auttamistyö tulee huomioida terapiapalveluiden kehittämisen kokonaisuudessa.
- Järjestöissä ja säätiöissä on paljon osaamista, palveluita ja auttamistyötä mielenterveysongelmien ennaltaehkäisyssä ja ihmisten tukemisessa. Myös järjestöjen työntekijöiden kouluttaminen psykoterapian ja lyhytterapian osalta on tärkeää.

Lopuksi huomioitavaa

- Valtioneuvosto on asettanut kuntoutuksen koulutuksen ja tutkimuksen kehittämisfoorumin KunFon ajalle 2021-2023. KunFo luo suunnitelman kuntoutuksen koulutuksen ja tutkimuksen kehittämiseksi vuosille 2024–2030. Se ennakoi ja kuvaa kuntoutuksen osaamistarpeita sosiaali- ja terveydenhuollossa. Foorumi tekee ehdotuksen siitä, miten koulutus- ja tutkimusjärjestelmää tulisi kehittää, jotta se vastaisi kuntoutusosaamisen tarpeita.
- KunFossa hyödynnetään myös meneillään olevaa SOTEKO-hanketta ja sen tuloksia. SOTEKO:n tavoitteena on sosiaali- ja terveysalan tehtäviin suuntaavien alempiin ja ylempiin korkeakoulututkintoihin johtavan koulutuksen ja niitä täydentävän korkeakoulutuksen kehittäminen, sote-uudistuksen tavoitteiden tukeminen osaamista vahvistamalla sekä sote-alan koulutuksen vetovoiman ja harjoittelun kehittäminen.

@KuitunenSoile

www.kuntoutussaatio.fi

Kuntoutussäätiö