

Terapeuttinen ote

Yleislääkäripäivät 25.11.2016

Sirpa Lindroos

Psykiatri, psykoterapeutti (perheterapia)

Sidonnaisuudet

Perheterapeuttikouluttaja, Dialogic Oy/
Jyväskylän yliopisto

Osakas Koulutus Oy Profus

Luentoja Janssen

Advisor board Lundbeck

Perhelääketieteen yhdistyksen pj

Suomen perheterapiayhdistyksen johtokunnan
jäsen

Terapeuttinen ote?

- 1) Cruz M ja Pincus H A,
vv 1950–2001 (MEDLINE ja PsycINFO): meta-
analyysi vuorovaikutuksen merkityksestä
- 2) PRACTICAL/PARANTUOS
- 3) Dialogisuus
- 5) Oman itsensä tunteminen

Meta-analyysi

"Cure systems", asiantuntijuus

"Care systems"

- kommentit psykososiaalisesta tilanteesta
- äänen sävyt
- puheen virheet , tauot, kesken jääneet lauseet
- lääkärin käyttäytyminen, jossa potilas ainutkertainen persoona eikä "tapaus"
- käyttäytyminen, joka luo tai vahvistaa positiivista potilas-lääkärisuhdetta

PRACTICAL/PARANTUOS

Potilaan osuus

Prior to consultation

potilas lääkäriä ”edellä”

omat ajatukset, muiden mielipiteet

Relationship

liittyminen, ”luvananto”

Anxieties

potilaan odotukset, huolet ja pelot

kognitiivinen taso/ tunteet

todellinen syy vastaanotolle tuloon

Dialogisuus

Jokainen tarvitsee mahdollisuuden ilmaista itseään, sanoa sanottavansa, tulla kuulluksi ja ymmärretyksi, saada vastauksen sanoilleen ja tekemisilleen

Dialogisuus (Bahtin)

- ▶ Rakenna puheenvuorosi vastauksena edellä sanottuun (pahinta, mikä puhetta voi kohdata on jäädä ilman vastausta)
- ▶ Toista puhekumppanisi sanoja, pyydä kertomaan tarkemmin
- ▶ Luulo varmasta tiedosta lopettaa dialogin. Kun alat tietää menetät mahdollisuuksia
- ▶ Luulo ymmärryksestä on myös dialogin este-ymmärrä se, että et voi vielä tietää mistä on kysymys ja mikä on toisen kokemus

Dialogisuutta edistää

- ▶ Aitous (saa olla oma itsensä)
- ▶ Avoimuus (kaikki mielipiteet ja tunteet ovat sallittuja)
- ▶ Turvallisuus (ei mitään hätää, vaikeistakin asioista voi puhua)
- ▶ Kiireettömyys (meillä on aikaa)
- ▶ Pakottomuus (ei tarvitse tietää)
- ▶ Samanarvoisuus(mikään ääni ei ole toista parempi)
- ▶ Kiinnostuneisuus (haluan kuulla ajatuksistasi, kokemuksistasi)
- ▶ Jaettavuus (pohditaan yhdessä)
- ▶ Joustavuus (olen valmis muuttumaan, muuttamaan käsityksiäni ja työtapojani)
- ▶ Vastuullisuus (olen vastuussa sekä itsestäni että toisten huomioonottamisesta)

Terapeuttinen ote

Konsensuslausuma ; Psykoterapia 2006, Duodecim

”Kaikilla psykoterapioilla on yhteisiä tekijöitä, joilla on vaikutusta hoitotulokseen. Keskeisimpänä näistä pidetään terapeuttista vuorovaikutusta ja yhteistyösuhdetta. Yhteisiin tekijöihin kuuluvat myös psykoterapeutin kyky toimia tietyn psykologisen käsitejärjestelmän puitteissa uskottavasti, vahvistaa potilaan myönteisiä odotuksia ja aktiivista osallistumista hoitoprosessiin, edistää luottamuksen tunnetta, antaa tukea, jäsentää potilaan elämäntilannetta ja lisätä hänen itsehavainnointikykyään ja helpottaa muutoksen toteutumista.”

Terapeuttinen ote

Aktiivinen kuuntelu

Läsnäolo

Kunnioitus

Kiinnostus (uteliaisuus)

Ihmettely

Kiiitos !