



# Kognitiivisen terapian lähestymistavat mielenterveys- ja päihdetyössä

29.9, 27.10 ja 24.11.2010

*Tervetuloa syventämään ja ylläpitämään kognitiivisen terapian osaamistasi. Tämä kurssi on tarkoitettu päihde- ja mielenterveystyössä asiakastyötä tekeville henkilöille, joilla on perustiedot / kokemusta kognitiivisesta työskentelystä.*

*Kurssin tavoitteena on että osallistuja osaa soveltaa kognitiivis-behavioraalisia lähestymistapoja ja sen työmetelmiä mielenterveys- ja päihdetyössä. Nämä lähestymistavat sopivat työskentelyyn mm. masentuneisuudesta, ahdistuneisuushäiriöistä ja persoonallisuushäiriöistä kärsivien mielenterveys- ja päihdeongelmaisten kanssa.*

*Kurssin kouluttajat ovat  
Nils Holmberg, psykologi, psykoterapeutti, VET  
Teemu Ryhänen, psykoterapeutti, DKT-intensiivikoulutettu terapeutti, Jorvin sairaala  
Jyri Tamminen, psykologi, psykoterapeutti VET  
Riitta Latvakangas, fysioterapeutti, Järvenpään sosiaalisairaala*

**Keskiviikko 29.9.2010, Marjo Kolkka ja Ansa Mikkola**

- 9.00 Koulutuksen avaus ja järjestäytyminen
- koulutukseen ilmoittautuminen
  - kahvit
  - koulutuksen avaus
- 9.30 Kognitiivisen käyttäytymisterapia peruskäsitteet ja lähestymistavat -hyväksymis- ja muutosstrategiat  
Psykoterapeutti DKT, Teemu Ryhänen
- 12.00 Ruoka (omakustanteinen)
- 13.00 Aihe jatkuu  
Kahvitauko
- 15.30 Tehtäväsianto ja koulutuspäivän päätös

**Keskiviikko 27.10.2010, Marjo Kolkka ja Ansa Mikkola**

- 9.00 Kognitiivinen näkökulma mielenterveys ja päihdetyössä
- lähtökohdat -käsitteiden määrittely
  - teoreettinen taustoitus
- Nils Holmberg, psykologi, psykoterapeutti, VET  
Kahvitauosta sovitaan työskentelyn kuluessa
- 11.30 Ruoka (omakustanteinen)
- 12.30 Mindfulness, harjoitus, keskustelu ja perusteet  
Riitta Latvakangas, fysioterapeutti
- 15.30 Koulutuspäivän päätös

**Etukäteistehtävä:**

**Lyhyt autobiografia: Kognitiiviset lähestymistavat minun ammatillisessa elämäkerrassani. Teksti lähetetään kouluttajille sähköpostilla osoitteeseen [marjo.kolkka@diak.fi](mailto:marjo.kolkka@diak.fi) 27.9. mennessä.**

**Keskiviikko 24.11.2010 Marjo Kolkka ja Ansa Mikkola**

- 9.00 Case työskentely yhteisesti konsultaatioryhmissä valittujen tapausten perusteella Nils Hombergin johdolla.
- 10.00 Tauko
- 10.15 Case työskentely jatkuu.
- 12.15 Ruoka
- 13.00 Case –työskentely jatkuu
- 13.45 Jyri Tamminen: Teemana Arki haastaa  
- Työskentely epävakaisten asiakkaiden kanssa.  
Kognitiivisen lähestymistavan soveltaminen  
mielenterveys- ja päihdetyössä
- 15.15 Mitä tämän jälkeen?
- 15.30 Koulutuksen päätös

**Välitehtävä:**

Case-tehtävä, jossa käsitellään omaa asiakastapausta: Kotitehtävänä tarkastellaan ydinstrategioiden (validaatio ja ongelmanratkaisu) käyttöä asiakastyössä. Tehtävien pohjalta tehdään kirjallinen asiakastapauksen kuvaus. Se lähetetään viikkoa ennen viimeistä jaksoa osoitteeseen [marjo.kolkka@diak.fi](mailto:marjo.kolkka@diak.fi).

- Sisältö:** 3 seminaaripäivää  
sekä soveltavia tehtäviä ja lukemista
- Opintojen laajuus:** 4 opintopistettä
- Osallistumismaksu:** 175 eur
- Aikataulu:** Seminaaripäivät: 29.9, 27.10 ja  
24.11.2010 klo 9-15.30
- Vastuuhenkilöt:** Marjo Kolkka, yliopettaja, Diak Etelä  
Ansa Mikkola, koulutus suunnittelija,  
Seurakuntaopisto  
Pirjo Kuisma, sosiaalityöntekijä,  
Sosiaalisairaala
- Paikka:** Sosiaalisairaala, kartano
- Ilmoittautuminen:** Saat linkin webropol -hakulomakkeelle  
osoitteesta  
[kurssit@seurakuntaopisto.fi](mailto:kurssit@seurakuntaopisto.fi)



Kurssin järjestää Seurakuntaopisto, Diak Etelä,  
Järvenpään sosiaalisairaala ja A-klinikkasäätiö