

Suomen Perhe- ja Pariterapiayhdistysten tiedote PERHE- JA PARITERAPIAA KUNTOUTUSPSYKOTERAPIANA JA VAATIVANA LÄÄKINNÄLLISENÄ KUNTOUTUKSENA

Perhe- ja pariterapia ovat psyykkisiä häiriöitä ja vuorovaikutussuhteita hoitavia psykoterapiamuotoja. Niitä voidaan käyttää mielenterveyshäiriöiden hoito- ja kuntoutusmuotoina erityisesti silloin tarkasti määritettävissä olevien sekä sairauksien yhteydessä, kun tarvitaan tukea koko perheen tai parisuhteen vuorovaikutukseen, vanhemmuuteen, lapsen ja vanhempien väliseen suhteeseen, perheenjäsenen sairauden kuormittaviin tilanteisiin tai perheen vaikeisiin konfliktitilanteisiin. Perhe- ja pariterapiassa kuten yksilöterapiassakin, on useita teoreettisia lähtökohtia mm. systeeminen, kognitiivinen ja psykodynaaminen – eri suuntausten välillä ei ole tutkimuksissa nousnut esiin merkittäviä vaikuttavuuseroja.

Perhe- ja pariterapia ovat tuloksellisia sekä kustannustehokkaita mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöiden, syömisongelmien, skitsofrenian, päihdeongelmien ja somaattisten sairauksien aiheuttamien psyykkisten oireiden hoidossa. Perhe- ja pariterapia voi olla pääasiallinen kuntoutusmuoto tai osa hoitokokonaisuutta. Tukihoitona perhe- ja pariterapiaa voidaan käyttää myös tilanteissa, joissa muun hoidon tuloksellista jatkumista tai hoitomyyntyvyyttä vaikeuttaa perheen vuorovaikutuksen lukkiutuminen. Perheen sekä parisuhteen kanssa työskentely ovat mukana mieliala-, ahdistuneisuus-, syömis- ja päihdehäiriöiden sekä skitsofrenian Käypä hoito -suosituksissa.

Pariterapiaa saaneessa ryhmässä potilaat toipuivat verrokkeja paremmin masennusoireiden, yleisen toimintakyvyn, mielenterveyden sekä alkoholin käytön mittareilla. Masentuneiden kumppaneista jopa 40 % oirehtii psyykkisesti ja on avun tarpeessa. Kumppanit jäävät usein vaille tukea.

Perhe- ja pariterapia ovat KELA:n tukemina psykoterapiamuotoina vajaakäytössä niiden hyötyihin ja tarjontaan nähden. Vuonna 2020 koko maassa aikuisten kuntoutuspsykoterapioita myönnettiin 56 814, joista yksilöterapioida oli 55 536 ja perhe- ja pariterapioita 858, ryhmäterapioida 420. Vaativana lääkinnällisenä kuntoutuksena perheterapiaa sai 350 ja yksilöterapiana 3271 asiakasta. (KELA 2020 tilastot).

Perhe- ja pariterapia kuntoutuspsykoterapiana

- Perhe- ja pariterapiaa voi saada kuntoutuspsykoterapiana
- Yksilöterapian rinnalle voi saada perhe- ja pariterapiajaksoja ja myös perhe- ja pariterapian rinnalle voi saada yksilöpsykoterapiajaksoja
- Kriteereinä on KELA:n määrittämät raamit kuntoutuspsykoterapialle:
 - Käyntejä voi olla vuodessa enintään 80
 - 200 käyntiä kolmessa vuodessa ei saa ylittyä
 - Käyntityypit voivat vaihdella
 - Yksilö- ja perheterapian jaksot voi hakea samalla lausunnolla ja hakemuksella, kun näiden tarve on yksilöllisesti perusteltu kuntoutussuunnitelmassa
 - Mikäli tarve muuttuu kesken kuntoutuksen, voidaan tehdä lisälausunto ja hakemus
- Kelan korvaus perheterapiassa on 63,91€ /60min ja 95,87/90min

Perhe- ja pariterapia vaativana lääkinällisenä kuntoutuksena

- Vaativana kuntoutuksena voi saada erilaisia yksilöllisesti suunniteltuja terapioida, jos sairaus tai vamma rajoittaa merkittävästi toimintakykyä ja vaikeuttaa arkea
- Kuntoutussuunnitelman perusteella myönnetään yleensä vuodeksi kerrallaan ja kokonaiskesto arvioidaan erityislääkärin lausuman yksilöllisen tarpeen mukaan, eri terapioida voidaan jaksottaa ja yhdistellä
- Palvelun saajalla on oikeus valita palvelun tuottava psykoterapeutti Kelan hyväksymistä sopimuspalveluntuottajista
- Perhe- ja pariterapiaa rinnalle voidaan hakea myös yksilöterapiaa – nämä voi hakea yhdellä hakemuksella ja lausunnolla, kuntoutussuunnitelmassa tulee määritellä yksilölliset tarpeet eri terapiamuotoihin
- Vanhempainohjaus lasten/nuorten yksilöterapiaan voidaan hakea samalle terapeutille tai erikseen perheterapeutille – nämä voi tehdä samalla lausunnolla ja hakemuksella
- Vaativasta lääkinällisesti kuntoutuksesta kuntoutujalle ei tule maksettavaksi omavastuuta

Yhteyshenkilöt: Suomen Perheterapiayhdistys:
Tiedottaja Terhi Kotilainen/ terhi@terapia-tyonohjaus.fi
Alueyhdistysvastaava Tanja Pihlaja/ tanja@tuntumaa.fi
Suomen Pariterapia yhdistys:
Puheenjohtaja Kirsi Heikinheimo/ kirsi.heikinheimo@supli.fi

Lähteet:

Aaltonen, J 2012: Perheterapia. Teoksessa: Psykoterapiat (Huttunen&Kalska) Duodecim

Borchers, P & Kuhlman, I 2018: Pariterapian vaikuttavuus

Carr, A 2019; Family therapy and systemic interventions for child-focused problems: the current evidence base

Carr, A 2014; The Evidence base for couple therapy, family therapy and systemic interventions for adult-focused problems

Lindfors, O. 2014: Pari- ja perheterapiat masennuksen hoidossa

Moore, A&Crane, R 2014; Relational Diagnosis and Psychotherapy Treatment Cost Effectiveness

Seikkula, J., Aaltonen, J., Kalla, O., Saarinen, P & Tolvanen, A. (2012), Couple Therapy for Depression in a Naturalistic Setting in Finland: A 2-year Randomized Trial. Journal of Family Therapy.