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

**Finlands familje- och parterapiföreningens bulletin om FAMILJE- OCH PARTERAPI SOM REHABILITERINGSPSYKOTERAPI OCH KRÄVANDE MEDICINSK REHABILITERING (efter finsk bulletin)**

**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 noussut esiin merkittäviä vaikuttavuuseroja.

**Perhe- ja pariterapia ovat tuloksellisia sekä kustannustehokkaita m**ieliala- 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 hoitomyöntyvyyttä 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 alkoholinkäytön 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, j**oi**sta yksilöterapioita oli 55 536 ja perhe- ja pariterapioita 858, ryhmäterapioita 420.Vaa**t**i**vana 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 lääkinnällisenä kuntoutuksena**

* Vaativana kuntoutuksena voi saada erilaisia yksilöllisesti suunniteltuja terapioita, 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
* terapioita 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 lääkinnällisesti kuntoutuksesta kuntoutujalle ei tule maksettavaksi omavastuuta

**Finlands familje- och parterapiföreningens bulletin om FAMILJE- OCH PARTERAPI SOM REHABILITERINGSPSYKOTERAPI OCH KRÄVANDE MEDICINSK REHABILITERING**

**Familje- och parterapi** är former av psykoterapi som behandlar psykiska störningar och interpersonella relationer. De kan användas som behandlings- och rehabiliteringsformer för psykiska störningar, särskilt i samband med sjukdomar som kräver stöd för hela familjens eller parrelationernas samspel, föräldraskap, relationen mellan barn och föräldrar, situationer där en familjemedlem insjuknat eller i svåra konfliktsituationer.Precis som inom individuell terapi finns det flera olika teoretiska referensramar inom familje- och parterapi. Till exempel systemisk, kognitiv och psykodynamisk. Forskning visar inga signifikanta skillnader i effektivitet mellan olika referensramar.

**Familje- och parterapi är ger effekt och är kostnadseffektivt vi**d behandling av psykisk ohälsa och psykiatriska tillstånd, så som ångest, depression och andra humörsvängningar, ätstörningar, schizofreni, missbruksproblem och psykisk ohälsa förorsakad somatiska sjukdomar. Familje- och parterapi kan vara huvudformen av rehabilitering eller en del av vården. Familje- och parterapi kan användas också stödjande behandling i situationer fortsättning av annan behandling eller patientföljsamhet äventyras av en låst interaktion i familjen. Att arbeta med familj och relationer ingår i God medicinsk praxis- rekommendationerna för humör, ångest, ät- och missbruksstörningar och schizofreni.

I gruppen som fick parterapi återhämtade sig patienterna bättre än kontrollergruppen, mätt med depressions symtom, allmän funktionsförmåga, psykisk hälsa och alkoholanvändning. Upp till 40 % av deprimerade partner har psykiska symtom och är i behov av hjälp. Partners lämnas ofta utan stöd.

**Familje- och parterapi är underutnyttjade former av psykoterapi s**om stöds av FPA jämfört med deras fördelar och utbud. År 2020 beviljades 56 814 vuxna personer rehabiliterande psykoterapi i hela landet, varav 55 536 var individuell psykoterapi, 858 familje- och parterapi och 420 gruppterapi.

Som krävande medicinsk rehabilitering fick 350 klienter familjeterapi och 3 271 klienter individuell terapi. (FPA 2020 statistik).

**Familje- och parterapi som rehabiliterande psykoterapi**

* Familje- och parterapi kan fås som rehabiliterande psykoterapi
* Vid sidan om individuell psykoterapi, kan man få perioder av familje- och parterapi
* och vid sidan om familje- och parterapi kan man få perioder av individuell
* psykoterapi
* Som kriterier finns FPA:s ramar för rehabiliterande psykoterapi

◦ max 80 besök per år

* max 200 besök per tre år
* besökens karaktär kan variera
* Individuell och familjepsykoterapi kan ansökas med samma ansökan och
* utlåtande, när behovet för dessa är individuellt motiverad i rehabiliteringsplanen
* Ifall behovet ändrar mitt i rehabiliteringen, kan man göra ett tilläggsutlåtande och
* ansökan.

• FPA:s ersättning för familje- och parpsykoterapi är 63,91€ /60min ja 95,87/90min

**Familje- och parterapi som krävande medicinsk rehabilitering**

* Som krävande medicinsk rehabilitering kan man få olika individuellt planerade terapier, om sjukdom eller funktionsnedsättning medför stora svårigheter att klara av och delta i dagliga aktiviteter.
* På basis av rehabiliteringsplanen kan man beviljas krävande medicinsk rehabilitering för ett år i sänder. Helhetstiden utvärderas individuellt av en special läkare, olika terapier kan kombineras.
* Man har själv rätt att välja vilken serviceproducent som genomför din rehabilitering. Serviceproducenten ska ha ett avtal med FPA.
* Vid sidan om familje- eller parpsykoterapi kan amman också ansöka om individuell psykoterapi, dessa kan sökas med samma ansökan och utlåtande. Det individuella behovet av olika former av terapi skall vara definierade i rehabiliteringsplanen.
* Föräldrahandledning för barnets/ungas individuella psykoterapi kan sökas till samma terapeut eller skilt till en familjeterapeut. Dessa kan göras med samma utlåtande och ansökan.
* För krävande medicinsk rehabilitering finns ingen egen ekonomisk självriskandel.

Yhteyshenkilöt/Kontaktpersoner:

Finlands familje- och parterapiförening:

Ordförande Tanja Pihlaja: ﷟anja@tuntumaa.fi Viceordförande/ Kommunikatör Terhi Kotilainen ﷟HYhi@terapia-tyonohjaus.fiAnsvarig för svenska ärenden Mia Montonen: ﷟HYPEontonen@gmail.com

Lähteet/Källor:Aaltonen, J 2012: Perheterapia. Teoksessa: Psykoterapiat (Huttunen&Kalska) Duodecim Borchers, P & Kuhlman, I 2018: Pariterapian vaikuttavuusCarr, A 2019; Family therapy and systemic interventions for child-focused problems: the current evidence baseCarr, A 2014; The Evidence base for couple therapy, family therapy and systemic interventions for adult-focused problemsLindfors, O. 2014: Pari- ja perheterapiat masennuksen hoidossaMoore, A&Crane, R 2014; Relational Diagnosis and Psychotherapy Treatment Cost EffectivenessSeikkula. J., Aaltonen, J., Kalla, O., Saarinen. P & Tolvanen, A. (2012), Couple Therapy for Depression in a Naturalistic Setting in Finland: A 2-year Radomized Trial. Journal of Family Therapy.