

Kansaneläkelaitos/Johtoryhmä

Vastine Kelan suositukselle kuntoutusryhmäpsykoterapian keskeyttämisestä koronavirusepidemian aikana

Kansaneläkelaitos on päätöksellään 24.3.2020 kuntoutuspalvelujen toteuttamisesta vallitsevassa poikkeustilanteessa suosittanut, että yksilö- pari- ja perhekuntoutuspsykoterapiaa toteutetaan etäkuntoutuksena, mutta että niitä voidaan toteuttaa myös kasvokkain. Kuntoutusryhmäpsykoterapian osalta sitä vastoin etäkuntoutuksen mahdollisuus suljetaan pois ja suosituksena on, että ryhmäpsykoterapiat keskeytetään toistaiseksi.

Psykoterapiaryhmiin hakeudutaan yleensä psyykkisten ongelmien vuoksi. Monet kuntoutuspsykoterapiaryhmän jäsenet ovat jo lähtökohdiltaan ajautuneet tilanteeseen, jossa he kokevat jääneensä yhteiskunnan ulkopuolelle ja tuntevat yksinäisyyttä ja epätoivoa omassa elämässään. Psykoterapiaryhmä on usein äärimmäisen tärkeä ja ainoa kontakti toisiin ihmisiin. Sekä ryhmäpsykoterapeuttien että potilaiden kokemusten mukaan potilaat ovat pääsääntöisesti hyötynet ryhmäpsykoterapiasta merkittävästi.

Tehdyllä päätöksellä pahimmillaan romutetaan psykoterapiaprosessin kuluessa rakentunutta psyykkistä eheytymistä, itsetunnon vahvistumista ja selviytymiskykyä arjen elämässä. Lisäksi poikkeustilanne jo itsessään voi lisätä kuntoutusryhmäpsykoterapiassa kävijöiden psyykkisiä ongelmia, jolloin he erityisesti tarvitsevat psykoterapiaryhmäänsä.

Psykoterapian lopettamista työtetään aina pitkään, koska yhtäkkinen lopettaminen tai keskeyttäminen on potilaille traumaattinen kokemus, mikä voi aktivoida hylkäämisen, luopumisen ja kuoleman kokemuksia. Jos kuntoutusryhmäpsykoterapiaryhmät keskeytetään Kelan ohjeiden mukaan, aiheutetaan ryhmien jäsenille uusia traumoja.

On kohtuutonta, mikäli poikkeustilanteessa ei mahdollisteta poikkeuksellisia toimintatapoja myös kuntoutusryhmäpsykoterapian osalta: sen toteuttamista etäkuntoutuksena.

Tarkoituksena ei ole ryhtyä soveltamaan uutta menetelmää ryhmäpsykoterapiassa yleisesti, vaan mahdollistaa potilaille kannatteleva hoitokontakti poikkeustilanteen aikana. Ryhmäpsykoterapiaa etäkuntoutuksena on sovellettu hyvillä tuloksilla. Se ei ole siis uusi ja vieras toimintatapa vaan testattu toimivaksi käytännössä¹.

Tällä hetkellä käynnissä olevissa ryhmissä on noussut voimakas tarve ylläpitää kontakti psykoterapiaryhmään ja valmiutta sekä halua on sen toteuttamiselle myös etäkuntoutuksena poikkeustilanteen aikana. Tähän on olemassa toimivia ja suojattuja järjestelmiä, joiden käyttöönotto on osoittautunut varsin helpoksi. Olemme tietoisia siitä, että useat ryhmäpsykoterapeutit jatkavat psykoterapiaryhmiään etäkuntoutuksena omalla kustannuksellaan. Tämä ei liene tarkoitus kuntoutuspsykoterapian osalta, että palveluntuottaja joutuu ottamaan taloudellisen vastuun psykoterapiaprosessin jatkuvuuden varmistamiseksi.

Efpp Suomen kansallinen verkosto ry:n hallitus esitti kannanotossaan 18.3.2020, että kuntoutusryhmäpsykoterapia tulee voida järjestää etäkuntoutuksena koronavirusepidemian aikana. Vetoamme Kansaneläkelaitokseen vielä kerran, jotta ryhmäpsykoterapia saataisiin samaan asemaan kuin muutkin psykoterapiamuodot ja mahdollistettaisiin etäkuntoutusmahdollisuus kaikille.

Helsingissä 30.3.2020

EFPP Suomen Kansallinen verkosto ry:n hallitus

psta

Kirsi Huttula

Puheenjohtaja

¹Viitteet:

Andersson, G. (2018). Internet interventions: Past, present and future. *Internet interventions* 12, 181-188.

Andersson, G., Carlbring, P., Holmström, A., Sparthán, E., Furmark, T., Nilsson-Ihrfelt, E., Ekselius, L. (2006). Internet-based self-help with therapist feedback and in vivo group exposure for social phobia: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74:4, 677–686.

Barak, A., & Grohol, J.M. (2011). Current and Future Trends in Internet-Supported Mental Health Interventions. *Journal of Technology in Human Services*, 29:3, 155-196.

Brooks, S. K., Webster R.K, Smith, L. E., Woodland, L., Wessely F., Greenberg, N., et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 395, 912–920

Dunn, K. (2014). The therapeutic alliance online. In P. Weitz (ed.) *Psychotherapy 2.0: Where Psychotherapy and Technology Meet*, 75-88. London: Karnac.

Gentry, M. T., Lapid, M. I., Clark, M. M., & Rummans, T. A. (2019). Evidence for telehealth group-based treatment: A systematic review. *Journal of telemedicine and telecare* 25: 6, 327-342.

Goldschmidt, K. (2016). Tele-Mental Health for Children: Using Videoconferencing for Cognitive Behavioral Therapy (CBT). *Journal of pediatric nursing* 31:6, 742.

Khatri, N., Marziali, E., Tchernikov, I., & Shepherd, N. (2014). Comparing telehealth-based and clinic-based group cognitive behavioral therapy for adults with depression and anxiety: a pilot study. *Clinical interventions in aging* 9, 765.

Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., et al. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Netw Open*, 3:3, S. e203976

Liu, L., Thorp, S. R., Moreno, L., Wells, S. Y., Glassman, L. H., Busch, A. C. & Agha, Z. (2019). Videoconferencing psychotherapy for veterans with PTSD: Results from a randomized controlled non-inferiority trial. *Journal of Telemedicine and Telecare*, 1357633X19853947

Mariano, T. Y., Wan, L., Edwards, R. R., Lazaridou, A., Ross, E. L., & Jamison, R.N. (2019). Online group pain management for chronic pain: Preliminary results of a novel treatment approach to teletherapy. *Journal of telemedicine and telecare*, 1357633X19870369

Oei, T. P., & Dingle, G. (2008). The effectiveness of group cognitive behaviour therapy for unipolar depressive disorders. *Journal of Affective Disorders* 107, 5-21.

Rosen, C. S., Chard, K. M., Resick, P., & Frueh, B. C. (2014). Cognitive processing therapy for posttraumatic stress disorder delivered to rural veterans via telemental health: a randomized noninferiority clinical trial. *J Clin Psychiatry*, 75:5, 470-476.

Weinberg, H. & Rolnik, A. (2019). *Theory and Practice of Online Therapy: Internet-delivered Interventions for Individuals, Groups, Families, and Organizations*. London, New York: Routledge.