

TERVEYSPSYKOLOGIAN ERIKOISPSYKOLOGIKOULUTUS (70 OP) JA TERVEYSPSYKOLOGIAN ERIKOISTUMISOPINNOT (30 OP)

OPETUSSUUNNITELMA 2022-2025

Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus (70 op) & erikoistumisopinnot (nk. moduuliopinnot, 30 op) terveydenhuollon ammattihenkilöille ja opetushenkilökunnalle tai henkilöstöhallinnossa tai vastaavissa soveltuvissa tehtävissä toimiville.

Sisällysluettelo

1. Yleiskuvaus
2. Koulutuskokonaisuudet
3. Valintaperusteet ja hakukelpoisuus: terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus ja terveyspsykologian erikoistumisopinnot (nk.moduuliopinnot)
4. Tavoitteet ja opiskelijan osaamiskuvaus
5. Koulutuksen toteutus
6. Opintojaksot
 - 6.1. Luettelo opintojaksoista
 - 6.2. Opintojaksokuvaukset

1. YLEISKUVAUS

Terveyspsykologia on yksi nopeimmin kehittyvistä psykologian sovellusalueista, joka tarkastelee ihmisen käyttäytymistä ja sen yhteyttä terveyteen, sairastamiseen ja hyvinvointiin biopsykososiaalisesta näkökulmasta. Teollisuusmaissa kasvava kroonisten sairauksien kuorma korostaa käyttäytymisen ja psykologisten tekijöiden tuntemisen ja niihin vaikuttamisen tärkeyttä. Monet terveysongelmat olisivat ratkaistavissa muuttamalla terveyskäyttäytymistä, toisin sanoen liikkumalla enemmän, vähentämällä tupakointia ja alkoholin juomista, syömällä suositusten mukaan, nukkumalla riittävästi sekä noudattamalla sairauksien hoitoon saatuja ohjeita. Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutusohjelma tuottaa opiskelijoille sekä teoreettisia että kliinisiä valmiuksia toimia potilas- ja asiakastyössä erilaisissa terveydenhuollon toimintaympäristöissä kuten perusterveydenhuollossa, yleis- ja psykiatrisissa sairaaloissa, työterveyshuollossa ja kuntoutusta tarjoavissa yksiköissä. Terveyspsykologian erikoistumisopinnot (nk. moduuliopinnot, 30 op) tarjoavat ajankohtaista tietoa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä.

Erikoispsykologikoulutusohjelman painopistealueita ovat terveyspsykologian teoriaperusta ja terveyden edistäminen sekä terveyspsykologian ajankohtaiset sovellusalat (stressi ja uni, ravitsemuspsykologia, kipu, työterveyspsykologia). Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus sisältää työterveyshuollon pätevoittävät opinnot (20 op). Tämä kokonaisuus antaa valmiudet toimia työterveyshuollon asiantuntijatehtävissä. Moduuliopinnot painottuvat ajankohdaksiin terveyspsykologian sovellusalueisiin (mm. hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, stressi ja uni, ravitsemuspsykologia, kivun psykologia). Edellä mainittujen sisältöalueiden lisäksi koulutusohjelmaan sisältyy kaikille erikoispsykologian alueille yhteisiä opintoja, joita on mahdollista koota ja painottaa opiskelijan työn ja kiinnostuksen mukaisesti.

2. KOULUTUSKOKONAISUUDET

Koulutuskokonaisuudet ovat Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus (70 op) psykologeille ja Terveyspsykologian erikoistumisopinnot (moduuliopinnot 30 op) terveydenhuollon ammattihenkilöille ja muille soveltuvan taustatutkinnon omaaville asiantuntijoille.

3. VALINTAPERUSTEET JA HAKUKELPOISUUS

Koulutukseen hyväksyttävien valintaperusteet ovat ne, joita hakijoilta tällä hetkellä edellytetään. Koulutusohjelmaan valittavalla tulee olla:

Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus (70 op)

1. Psykologian maisterin tutkinto
2. Valviran laillistus oikeudesta toimia terveydenhuollon ammattihenkilönä.
3. Työskentelymahdollisuus jollakin terveyspsykologian sovellusalueella, esimerkiksi terveydenhuollossa, työterveyshuollossa, sairaalassa, poliklinikalla tai kuntoutuksessa.

Terveyspsykologian erikoistumisopinnot (30 op), kaksi vaihtoehtoa:

a)

1. Valviran myöntämä oikeus toimia terveydenhuollon ammattihenkilönä
2. Työskentelymahdollisuus terveydenhuollossa, työterveyshuollossa, sairaalassa, poliklinikalla tai kuntoutuksessa.

b)

1. Soveltuva ylempi korkeakoulututkinto (maisteri tai ylempi amk-tutkinto)
2. Työskentelymahdollisuus opetus- tai kuraattoritehtävissä kouluissa tai henkilöstöhallinnossa tai muussa vastaavassa soveltuvassa työssä koulutuksen aikana.

4. TAVOITTEET JA OPISKELIJAN OSAAMISKUVAUS

Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus (70 op) ja terveyspsykologian erikoistumisopinnot (moduuliopinnot 30 op) toteuttavat valtioneuvoston asetuksessa 1439/2014 määritellyjä erikoistumiskoulutuksen yleisiä tavoitteita. Molempien koulutusten keskeisiä osaamistavoitteita on tieteellisen tiedon ja kokemuksellisen osaamisen integraatio. Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutuksen suorittaneilla on ajankohtaiseen tutkimustietoon perustuvat taidot arvioida terveyden edistämisen haasteita ja mahdollisuuksia asiakkaan / potilaan näkökulmasta ja huomioida terveydenhuollon toimintaympäristöön liittyvät tekijät. Koulutuksen käyneillä on tarvittavat taidot monipuolisten terveyskäyttäytymisen muutosta tukevien menetelmien käyttöön, uusien ratkaisujen innovointiin ja käyttämiensä menetelmien kriittiseen tarkasteluun. Terveyspsykologian erikoistumisopinnot suorittaneilla on ajankohtaiseen tutkimustietoon perustuvaa osaamista, jota voi hyödyntää omassa työkontekstissaan.

Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutuksen (70 op) käynyt opiskelija osaa tunnistaa asiakkaille/potilaille haasteelliset, muutosta edellyttävät kehityskohteet, arvioida heidän yksilöllisiä muutosprosessejaan, tunnistaa puutteelliseen tai virheelliseen aikaisempaan tietoon perustuvat ongelmat ja antaa heille oikea-aikaista psykososiaalista tukea. Tämän lisäksi erikoispsykologiopiskelijalla on hallussaan eri yhteistyötahojen tuntemus, verkostoitumisen taidot, oman asiantuntijuuden hyödyntäminen ja muiden asiantuntijuuden vastaanottaminen. Lisäksi hänellä on käytössään taitoja moniammatilliseen työskentelyyn sekä vuorovaikutukselliset taidot ja kyky ymmärtää erilaisista lähtökohdista tulevien yhteistyökumppaneiden, potilaiden/asiakkaiden ja heidän läheistensä näkemyksiä. Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus antaa valmiudet kehittää, analysoida, arvioida ja seurata oman erikoisalan tiede- ja tutkimusperustaisia ammattikäytäntöjä. Koulutuksen käytyään opiskelija on terveyden edistämisen ja hyvinvoinnin psykologian asiantuntija.

Terveyspsykologian erikoistumisopinnot (30 op) toteuttaa valtioneuvoston asetuksessa 1439/2014 määritellyjä erikoistumiskoulutuksen yleisiä tavoitteita. Koulutus antaa valmiudet huomioida, hyödyntää ja seurata terveyspsykologian tiede- ja tutkimusperustaisia käytäntöjä esimerkiksi terveydenhuollossa, kouluympäristöissä ja henkilöstöhallinnossa tai muussa soveltuvassa vastaavassa työkontekstissa, jossa taustakoulutus vaatimus täyttyy. Lisäksi koulutus edistää moniammatillisen työskentelyn valmiuksia. Koulutuksen käytyään opiskelija osaa hyödyntää terveyspsykologista tietoa terveydenhuollossa sekä hyvinvoinnin ja terveyden ja edistämisessä.

5. KOULUTUKSEN TOTEUTUS

Koulutus järjestetään kolmen vuoden välein. Hausta ilmoitetaan Psykologilehdessä, Psykonetin internetsivuilla osoitteessa www.psykonet.fi sekä psykologian oppiaineiden ja terveydenhuollon oppilaitosten ilmoitustauluilla. Lisätietoja koulutuksesta, sen aloittamisesta ja hakumenettelyistä saa Itä-Suomen yliopiston erikoispsykologikoulutuksen erikoisalasihiteeriltä.

Koulutusohjelmassa järjestetään lähiopetuspäiviä ja/tai verkkokursseja noin 2-3 kertaa lukukaudessa ja 4-6 vuodessa. Lähiopetuspäivien ja verkkokurssien lisäksi työnohjausryhmät (vain terveyspsykologian erikoispsykologikoulutuksen osallistujat) kokoontuvat joko 2 kertaa vuodessa järjestettäviin työohjauspäiviin tai ryhmässä tapahtuvaan työnohjaukseen 8 kertaa vuodessa. Tästä sovitaan tarkemmin sitten kun koulutuksessa aloittavien opiskelijoiden määrä on tiedossa. Lisäksi suositellaan, että erikoispsykologiopiskelijoilla olisi työnohjausta myös oman työn kautta koulutuksen aikana. Kaiken aikaa rinnalla kulkee omassa työssä tapahtuva koulutuksen teemojen ja taitojen harjoittelu ja niiden reflektiivinen arviointi.

Terveyspsykologian erikoispsykologikoulutus toteutetaan psykologien osalta yhtenäisenä kolme vuotta (70 op) kestäväenä prosessina siten, että opiskelijat muodostavat yhden koulutusryhmän, johon he kuuluvat koulutuksen alusta sen loppuun saakka. Erikoistumisopinnoita suorittavat osallistuvat yhdessä erikoispsykologiopiskelijoiden kanssa koulutusryhmään/koulutukseen siten, että heidän osaltaan opetussuunnitelman mukaiset (30op) terveyspsykologian erikoistumisopinnot täyttyvät. Koulutukseen osallistumisesta pidetään opintorekisteriä. Pitempiin katkoksiin liittyen opiskelijan tulee esittää koulutuksen järjestäjille koulutuksen täydentämissuunnitelma.

6. OPINTOJAKSOT

Osa opintojaksoista on tarkoitettu kaikille terveyspsykologian opintoja suorittaville. Jotkut kurssit on tarkoitettu vain erikoispsykologiopiskelijoille ja jotkut ovat valinnaisia. Seuraavana on luettelo näistä.

6.1. Luettelo opintojaksoista

YHTEISET OPINTOJAKSOT SEKÄ ERIKOISPSYKOLOGIOPISKELIJOILLE ETTÄ TERVEYSPSYKOLOGIAN ERIKOISTUMISOPINTOJA SUORITTAVILLE (30 OP)

TRVE1 Hyvinvoinnin ja terveyden paradigmat ja lähestymistavat (5 op)

TRVE2 Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (5 op)

TRVE3 Stressi ja uni (5 op), tarjotaan myös työ- ja organisaatiopsykologian opiskelijoille

TRVE4 Ravitsemuspsykologia (5 op)

TRVE5 Kivun psykologia (5 op)

TRVE6 Ajankohtaiset terveyspsykologiaan liittyvät kysymykset (5op)

OPINTOJAKSOT VAIN ERIKOISPSYKOLOGIOPISELIJOILLE

Työterveyshuollon asiantuntijatyöhön pätevöittävät opinnot: työterveyspsykologin pätevyys (20 op) TRVE7A-7D. Osallistujina opintojaksoilla 7A-7D ovat terveystieteiden erikoispsykologit sekä työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologit.

TRVE7a Työhyvinvoinnin edistäminen 5 op (järjestäjä Tampereen yliopisto)

TRVE7b Työn analysointi ja kehittäminen 5 op (järjestäjä Tampereen yliopisto)

TRVE7c Työterveyshuolto henkilöstövoimavarojen tukena 5 op (sis. lainsäädännön; järjestäjä Tampereen yliopisto)

TRVE7d Työkyvyn arviointi (5op), (järjestäjä UEF)

TRVE8 Erikoispsykologi asiantuntijana (5 op). Näitä 5 op:n opintojaksoja voi käydä useampia eri yliopistojen tarjoamana.

TRVE9 Lopputyö 5 op

Lopputyö tehdään kirjallisuuskatsauksena tai työpaikalla toteutettavana kehittämis- tai koulutushankkeena. Lopputyö sisältää raporttiosuuden sekä omakohtaiseen oppimiseen liittyvän oppimisportfolion.

TRVE10 Työnohjaus 5 op (30h)

Työnohjausta tarjotaan koulutuksen aikana erillisinä työnohjauspäivinä. Myös opiskelijan työpaikalla annettua työnohjausta voidaan hyväksyä osaksi tätä suoritusta (ryhmäohjauksen kerroin 0,8 ja yksilöohjauksen kerroin 1,0). Vastuuohjaaja: Professori Taina Hintsa.

VALINNAISET OPINTOJAKSOT (vain erikoispsykologio opiskelijoille, toteutetaan mikäli osallistujia opintojaksolla on vähintään 10 henkilöä)

TRVV1 Teemaseminaari: Työnohjaus (5 op), tarjotaan myös työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologio opiskelijoille

TRVV2 Terveystieteiden arviointi ja tutkimus (5 op)

6.2 Opintojaksokuvaukset

TRVE1 Hyvinvoinnin ja terveyden paradigmat ja lähestymistavat (5 op)

Pakollinen terveystieteiden erikoispsykologio opiskelijoille ja terveystieteiden erikoistumisopinnot opiskelijoille.

Sisältö: Terveyden paradigmojen ja lähestymistapojen esittely

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- tuntee terveystieteiden keskeiset käsitteet ja paradigmat
- tuntee terveystieteiden historian pääpiirteet
- tunnistaa erilaisia terveystieteiden lähestymistapoja ja tutkimusmenetelmiä
- ymmärtää terveyden erilaisten paradigmojen käyttömahdollisuuksia

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät tai verkkokurssi tai näiden yhdistelmä, joka sisältää asiantuntijaluentoja ja harjoituksia sekä ryhmätyöskentelyä ja itsenäistä työskentelyä sisältäen mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä. Lisäksi opintojaksoon sisältyy

myös ennakko- ja lopputehtävä. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuuopettajat: Professori Taina Hintsu ja yliopistonlehtori Petri Karkkola.

Pakollinen kirjallisuus (yksi seuraavista):

- Sinikallio, S (toim.) 2019 Terveyden psykologia. PS-Kustannus, Jyväskylä.
- Odgen J. (2012). Health Psychology. Open University Press
- Glanz, K., Rimer, B.K. & Lewis, F.M. (2008). Health Behavior and Health Education. (4rd ed.) York: Wiley & Sons, Inc.
- Scheid T.A (2011). Handbook for the Study of Mental Health: Social Contexts, Theories, and Systems Paperback Cambridge University Press.
- Sarafino, E.P. (2014). Health psychology: Biopsychological interactions. New York: Wiley & Sons.
- Morrison V & Bennett P. (2016). Introduction to health psychology. Harlow: Pearson Education Limited.
- Reich, J.W., Zautra, A.J. & Hall, J.S. (2012). Handbook of adult resilience.
- Pakollisen kirjallisuuden lisäksi 3-5 tieteellistä artikkelia, jotka ilmoitetaan kurssin alussa

TRVE2 Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (5 op)

Pakollinen terveystieteiden erikoispsykologiapiskelijoille ja terveystieteiden erikoistumisopinnojen opiskelijoille.

Sisältö: Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen mahdollisuudet

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- tuntee ehkäisevän sekä terveyttä ylläpitävän ja edistävän työn muotoja
- tuntee terveyden edistämisen teoreettisia malleja ja tutkimusmenetelmiä
- ymmärtää erilaisten terveyden edistämisen mallien käyttömahdollisuuksia
- tunnistaa terveyden edistämisen mallien sovellusmahdollisuuksia omassa työssä

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät tai verkkokurssi tai näiden yhdistelmä, joka sisältää asiantuntijaluentoja, workshop-työskentelyä, itsenäistä työskentelyä, kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä sekä ennakko- ja lopputehtävän. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuuopettajat: Professori Taina Hintsu ja terveystieteiden yliopistonlehtori Petri Karkkola.

Pakollinen kirjallisuus (valitse yksi seuraavista):

- Sinikallio, S (toim.) 2019 Terveyden psykologia. PS-Kustannus, Jyväskylä.

- Conner, M. & Norman, P. (eds) (2005). Predicting health behaviour: Research and practice with social cognition models (2nd ed.) Open University Press.
- Glanz, K., Lewis, F. M. & Rimer, B. K. (eds) (2008). Health behavior and health education: theory, research, and practice. San Francisco: Jossey-Bass Publisher.
- Hankonen, N. (2011). Psychosocial Processes of Health Behaviour Change in a Lifestyle Intervention. Influences of Gender, Socioeconomic Status and Personality. Research 51, National Institute for Health and Welfare.
- Pakollisen kirjallisuuden lisäksi 3-5- tieteellistä artikkelia: ilmoitetaan kurssin alussa.

TRVE3 Stressi ja uni (5 op)

Pakollinen terveystieteiden erikoispsykologiopiskelijoille ja terveystieteiden erikoistutkijoiden jatko-opiskelijoille.

Valinnainen (avoin) myös työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologiopiskelijoille.

Sisältö: Opintojakson aikana perehdytään stressiin ja nukkumisen psykofysiologiaan. Opintojaksolla esitellään psykoneuroimmunologian näkökulmaa ja tutkimustuloksia sekä keskeisiä psykologisia stressin ja unettomuuden hoitomenetelmiä.

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- tuntee stressin ja unen psykofysiologisen perustan ja niiden merkityksen ihmisen terveydelle ja hyvinvoinnille
- tuntee psykoneuroimmunologisen uni- ja stressitutkimuksen virustanpylväitä
- tuntee stressin ja unen ongelmien psykologisessa hoidossa käytettäviä kognitiivis-behavioraalisia työskentelymenetelmiä ja osaa soveltaa näitä omassa työssään

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät tai verkkokurssi tai näiden yhdistelmä, joka sisältää asiantuntijaluentoja, workshop-työskentelyä, itsenäinen työskentelyä (mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä) sekä ennakko- ja lopputehtävän. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistutkijoiden jatko-opiskelijoille laadukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuunopettajat: Professori Taina Hintsa ja yliopistonlehtori Petri Karkkola.

Pakollinen kirjallisuus:

- Segerström, S.C. (toim.) (2012). The Oxford handbook of psychoneuroimmunology. Oxford University Press.
- Sandström, Marita: Psyky ja aivot toiminta Neurofysiologinen näkökulma. Helsinki: WSOYpro, 2011.
- Räisänen Kirsi: Työstressirokotus. Työterveyslaitos, 2012.
- Kajaste Soili, Markkula Juha. Hyvää yötä – apua univaikeuksiin. Kirjapaja, 2011.
- Järnefelt Heli, Hublin Christer: Työikäisten unettomuuden hoito. Työterveyslaitos, 2018.
- Kajaste Soili. Unihäiriöt. Kirjassa: Kognitiivinen psykoterapia. Kähkönen S, Karila I, Holmberg N (toim.) 3. uudistettu painos. Kustannus Oy Duodecim, Helsinki 2008: 332-45.
- Pakollisen kirjallisuuden lisäksi 3-5- tieteellistä artikkelia: ilmoitetaan kurssin alussa.

TRVE4 Ravitsemuspsykologia (5 op)

Pakollinen terveystieteiden erikoispsykologiapöytäkirjoille ja terveystieteiden erikoistutkimusopintojen opiskelijoille.

Sisältö: Opintojakson aikana perehdytään syömiskäyttäytymiseen vaikuttaviin psykologisiin ja fysiologisiin tekijöihin sekä ympäristötekijöihin ja opitaan niiden merkitys psykologisessa ravitsemusohjauksessa. Opintojaksolla käsitellään mm. syömisen homeostaattista ja hedonista säätelyä, syömiskäyttäytymiseen vaikuttavia ympäristötekijöitä sekä niihin liittyviä emotionaalisia ja kognitiivisia tekijöitä sekä näihin tekijöihin vaikuttamista.

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- tuntee perustiedot syömiskäyttäytymiseen vaikuttavista psykologisista, fysiologisista ja ympäristötekijöistä ja ymmärtää näiden tekijöiden merkityksen psykologisessa ravitsemusohjauksessa
- osaa tunnistaa ja arvioida ongelmallista syömiskäyttäytymistä
- tuntee yleisimmät kognitiivis-behavioraaliset ja ratkaisukeskeiset menetelmät, joilla syömiskäyttäytymiseen voidaan vaikuttaa ja osaa soveltaa näitä omassa työssään

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät tai verkkokurssi tai näiden yhdistelmä, joka sisältää asiantuntijaluentoja, harjoituksia ja workshop-työskentelyä. Opintojakso sisältää myös itsenäistä työskentelyä: mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä sekä ennako- ja lopputehtävien. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistutkimuskoulutuksen laatukselliset, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuuopettajat: Professori Taina Hintsu ja yliopistonlehtori Petri Karkkila.

Pakollinen kirjallisuus:

- Pietiläinen, Kirsi (toim) Lihavuus. Duodecim, 2015.
- Lappalainen Raimo, Lappalainen Päivi: Painon ja mielen psykologiaa. SKT, 2011
- Keski-Rahkonen A ym: Irti ahminnasta – kohti tasapainoista suhdetta ruokaan. Duodecim, 2016.
- Pakollisen kirjallisuuden lisäksi 3-5- tieteellistä artikkelia: ilmoitetaan kurssin alussa.

TRVE5 Kivun psykologia (5 op)

Pakollinen terveystieteiden erikoispsykologiapöytäkirjoille ja terveystieteiden erikoistutkimuskoulutuksen opiskelijoille.

Sisältö: Opintojakson aikana perehdytään kivun psykologiaan ja moderniin psykologiseen kivun tutkimukseen ja hoitoon. Opintojaksolla käsitellään kipua biopsykososiaalisena ilmiönä, kognitiivis-behavioraalista viitekehystä kivun hoidossa sekä kipupotilaan kohtaamisen ja tutkimisen erityiskysymyksiä.

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- on perehtynyt kivun psykologian keskeiseen teoreettiseen taustaan ja nykypäivitykseen kivusta biopsykososiaalisena ilmiönä

Työterveyshuollon päteväkoulutus: työterveyspsykologin pätevyys (20 op) **TRVE7A-7D**

Pakollinen työterveyspsykologian erikoispsykologiopiskelijoille. Katso myös työ- ja organisaatio-psykologian opinto-opas. Tätä kokonaisuutta ei tarjota työterveyspsykologian erikoistumisopin-tojen suorittajille (moduuliopinnot 30 op).

TRVE7a (UEF) Työhyvinvoinnin edistäminen 5 op (vastuuyksikkö/järjestäjä Tampereen yliopisto, ks. työ- ja organisaatio-psykologian erikoispsykologikoulutuksen opinto-opas)

Tavoite ja sisältö: Kurssin tavoitteena on lisätä opiskelijan ymmärrystä työhyvinvoinnin moninaisista ilmiöistä ja niiden keskinäisistä riippuvuuksista. Kurssilla tarkastellaan erilaisia työhyvinvoinnin teemoja mm. työstressiä ja -uupumusta sekä niiden hallintaa ja ehkäisyä. Lisäksi voidaan tarkastella esim. työkykyyn, työuriin, työmotivaatioon sekä työn ja perheen väliseen tasapainoon liittyviä kysymyksiä ja/tai niihin liittyviä interventioita. Luentoihin ja kirjallisuuteen perustuvassa jälkätehtävässä syvennetään itse valittua näkökulmaa. Kurssin jälkeen opiskelija ymmärtää työhyvinvoinnin keskeisiä ilmiöitä ja osaa soveltaa niitä omassa työssään.

Suoritustapa: Ennakkotehtävä, luennot ja seminaari (2 pv) ja jälkätehtävä.

Kirjallisuus:

- Mäkikangas, A., Mauno, S., & Feldt, T. (2017). Tykkää työstä. Työhyvinvoinnin psykologiset perusteet. PS-kustannus.
- Peeters, M., de Jonge, J., & Taris, T. ym. (2014). An Introduction to contemporary work psychology. UK, Chichester Wiley Blackwell.
- Muu kirjallisuus (esim. tieteelliset artikkelit) ilmoitetaan myöhemmin.

TRVE7b (UEF) Työn analysointi ja kehittäminen 5 op (vastuuyksikkö/järjestäjä Tampereen yliopisto, ks. työ- ja organisaatio-psykologian erikoispsykologikoulutuksen opinto-opas)

Tavoite ja sisältö: Kurssin tavoitteena on tarjota opiskelijalle valmiuksia työn analysointiin ja työn kehittämiseen ja lisätä ymmärrystä siitä, mitä käyttökohteita työn analysoinnilla voi olla. Kurssilla perehdytään esim. työn analysoinnin ja kehittämisen lähestymistapoihin ja käytännön työväliseisiin. Kurssilla keskitytään toimintaympäristön, työprosessien ja organisaation arviointiin, palautteen antoon ja kehittämisen tukemiseen. Kurssilla voidaan tarkastella myös kognitiivista ergonomiaa työssä em. teemoihin niveltäen.

Suoritustapa: Ennakkotehtävä, luennot ja seminaari (2 pv), ja jälkätehtävä.

Kirjallisuus:

- Lindström, K. & Leppänen, A. (toim.) (2002). Työyhteisön terveys ja hyvinvointi. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Huotilainen, M., & Saarikivi, K. (2018). Aivot työssä. Otava.
- Wilson, M. ym. (2012). The handbook of work analysis: Methods, applications and science of work measurement in organizations. UK: Roudledge.
- Muu kirjallisuus (esim. tieteelliset artikkelit) ilmoitetaan myöhemmin.

TRVE7c (UEF) Työterveyshuolto henkilöstövoimavarojen tukena 5 op (sis. lainsääd.) (vastuuyksikkö/ järjestäjä Tampereen yliopisto, ks. työ- ja organisaatio-psykologian erikois-psykologikoulutuksen opinto-opas)

Tavoite ja sisältö: Kurssin jälkeen osallistujat tuntevat työterveyshuollon toimintakentän ja lainsäädännön pääpiirteet erityisesti psykologin toimintaan vaikuttavilta osilta. Myös psykologin rooli ja vastuu työterveyshuollossa sekä työpaikkaselvitykset ja työterveyshuoltotiimin toimintatavat ovat keskeisiä kurssin aiheita. Myös yhteistyötä hyvinvoinnin edistämiseksi asiakasorganisaation kanssa tarkastellaan osana työterveyshuollon toimintaa, joka tukee henkistövoimavarojen kehittämistä.

Suoritustapa: Ennakkotehtävä, luennot ja seminaari (2 pv), ja jälkitehtävä.

Kirjallisuus:

- Ahola, K., Kivistö, S. & Vartia, M. (toim.) (2006). Työterveyspsykologia. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Uitti, J. (2014). Hyvä työterveyshuoltokäytäntö. Helsinki: Työterveyslaitos.
- Manninen, P, Laine, V, Leino, T, Mukala, K. & Husman, K. (2007). Hyvä työterveyshuoltokäytäntö. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö ja Työterveyslaitos.
- Kaski, S. (2012). Työterveyshuollon psykologiset käytänteet. Edita.
- Ojala, L. & Ahonen, G. (2005). Työhyvinvointi tuloksen tekijänä. Helsinki: WSOYpro.
- Muu kirjallisuus (mm. lainsäädäntö) ilmoitetaan myöhemmin.

TRVE7d Työkyvyn arviointi (5op), (vastuuyksikkö/järjestäjä UEF)

Tavoite ja sisältö: Opintojakson aikana perehdytään työkyvyn arviointiin erilaisissa psykologin työn konteksteissa. Näistä konteksteista tarkastelussa on työterveyshuolto, psykiatria ja yleissairaalapsykiatria. Lisäksi tarkastellaan erityiskysymyksenä terveydenhuollon ammattihenkilön työkyvyn arviointia. Opintojakson aikana tarkastellaan työkyvyn kannalta keskeisiä mielenterveyden ongelmia, sairastumisriskiä ja sairastamista sekä vakavien mielenterveyshäiriöiden tunnistamista ja arviointia.

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- on perehtynyt moniulotteisesti psyykkisen työkyvyn arviointiin
- tunnistaa työkyvyn kannalta keskeisiä riskitekijöitä ja työkyvyn ylläpitämiseen yhteydessä olevia mekanismeja
- tutustunut somaattisten ja psykiatristen sairauksien komorbiditeetin merkitykseen työkyvyssä.

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät, joihin sisältyy asiantuntijaluentoja, harjoituksia ja workshop-työskentelyä. Opintojakso sisältää myös itsenäistä työskentelyä, johon sisältyy mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä sekä ennako- ja lopputehtävän. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatuksiteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuuopettajat: Professori Taina Hintsu ja yliopistonlehtori Petri Karkkola.

Pakollinen kirjallisuus: Lausunointiopas psykologeille 2007 ja muu etukäteen ilmoitettava kirjallisuus.

TRVE8 Erikoispsykologi asiantuntijana (5 op)

Pakollinen erikoispsykologiopiskelijoille.

Sisältö: Antaa tietoa ja valmiuksia sellaisissa kaikille erikoistuville psykologeille tarpeellisissa ammatillisissa taidoissa, johon perustutkinto, oman erikoisalan muut opinnot tai työpaikkakoulutus antaa riittäviä valmiuksia. Seminaarien teemat vaihtelevat (esim. oikeuspsykologia, työnohjaus)

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaari, luennointi ja workshop-työskentely, itsenäinen työskentely sisältäen mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä ja sekä ennako- ja lopputehtävän. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuupettajat: Ks. Psykonetin sivuilta erikoispsykologikoulutuksien eri yliopistojen tarjonta ja seuraa kurssikalenteria.

TRVE9 Lopputyö 5 op

- 1) Asiantuntijuuden osoittaminen ja arviointi omassa työkontekstissa
- 2) Portfoliotyöskentely

TRVE10 Työnohjaus 5 op (30h)

Työnohjaus toteutetaan ryhmätyönohjauksena (4 henkilöä/ryhmä) 8 kertaa vuodessa tai järjestämällä työnohjauspäiviä isommalle ryhmälle (esim. 6-8 henkilöä) kaksi kertaa vuodessa. Tätä toteutustapaa tarkennetaan kun koulutuksessa olevien lukumäärä on selvillä. Työpaikassa hankittu työnohjaus voidaan hyödyntää tässä opintojaksossa (todistus työnohjauksesta ohjaajalta).

VALINNAISET OPINNOT (vain erikoispsykologiopiskelijoille)

TRVV1 Teemaseminaari: Työnohjaus (5 op)

Tämä valinnainen opintojakso tarjotaan terveystieteiden erikoispsykologiopiskelijoiden lisäksi myös työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologiopiskelijoille. Järjestetään jos osallistujia on vähintään 10.

Sisältö: Antaa tietoa ja valmiuksia työnohjaustyöskentelystä ja työnohjouksesta.

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivä tai verkkokurssi, joka sisältää asiantuntijaluennon/tietopakettin, ryhmätöitä ja työnohjausharjoituksia. Itsenäinen työskentely sisältää mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä sekä ennako- ja lopputehtävän. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuopettaja: Professori Taina Hintsu.

Kirjallisuus:

- Alhanen Kai, Kansanaho Anne ja Ahtiainen Olli-Pekka. Työnohjauksen käsikirja, 2011 Tammi tai uudempi painos.
- 3-5- työnohjaukseen liittyvää artikkelia: ilmoitetaan kurssin alussa.

TRVV2 Terveyspsykologinen arviointi ja tutkimus

Sisältö: Terveyspsykologisten arviointimenetelmien soveltaminen ja ajankohtaiseen soveltaan tutkimukseen tutustuminen.

Osaamistavoitteet: Opintojakson jälkeen opiskelija

- tuntee terveystieteellisiä arviointimenetelmiä
- kykenee tarkastelemaan useita psykologisia arviointimenetelmiä terveystieteellisessä kontekstissa
- osaa kuvata, kuinka käyttää työssään terveystieteellisiä arviointimenetelmiä asiakastyössä
- tuntee ajankohtaista terveystieteilijästä sovellettavaa tutkimusta ja osaa arvioida sen merkitystä omassa työssään

Opetuksen toteuttamistavat: Seminaaripäivät tai verkkokurssi tai näiden yhdistelmä, joka sisältää asiantuntijaluento- ja harjoituksia sekä ryhmätyöskentelyä ja itsenäistä työskentelyä sisältäen mm. kirjallisuuteen ja tutkimukseen perehtymistä. Lisäksi opintojaksoon sisältyy myös ennako- ja lopputehtävä. Kaikki materiaali on saatavilla yliopiston verkko-oppimisympäristöstä lukuun ottamatta osaa kirjallisuudesta.

Arviointitavat: Arvioinnin perusteet julkaistaan ennen kurssin aloittamista. Sen perustana toimivat yliopiston asettamat erikoistumiskoulutuksen laatukriteerit, opetussuunnitelma ja opiskelijan henkilökohtaiset tavoitteet. Kaikki koulutuksen aikana annetut tehtävät tulee suorittaa hyväksytysti ennen opintorekisterimerkinnän ja todistuksen saamista.

Vastuopettajat: Professori Taina Hintsu ja yliopistonlehtori Petri Karkkola

Pakollinen kirjallisuus:

- Andrasik, F., Goodie, J. & Peterson, A. (2015). Biopsychosocial assessment in health psychology. Guilford Press.
- Lisäksi kurssin alussa ilmoitettavia tieteellisiä artikkeleita.