|  |
| --- |
| **\* = kaikki tasot****\*\* = edellytetään advanced-tasolta alkaen****\*\*\* = edellytetään expert-tasolta alkaen** |
| **UNETTOMUUSHÄIRIÖN LÄÄKKEETTÖMÄN HOIDON (CBT-I) KOULUTUS - SERTIFIOINTIHAKEMUS** |
| PERUSTIEDOT KURSSISTA  |
| KOULUTUKSEN NIMI  |  |
| JÄRJESTÄVÄ ORGANISAATIO |  |
| OSALLISTUJIEN KANSALLISUUS/ OPETUSKIELI |  |
| KURSSIN VASTUUHENKILÖ(t) | NIMI:PÄTEVYYDET: |
| KURSSIN KUVAUS LYHYESTI |
| KURSSIN TAVOITTEET: |  |
| KURSSIN KESTO: |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| KURSSIMUOTO (esim. lähi- ja/tai etäopetus): |  |
|  |  |
|  |  |
| KOHDERYHMÄ: |  |
|  |  |
| KOULUTUKSEN TASO[[1]](#footnote-1) | ❒ Perustaso❒ Edistynyt taso❒ Expert-taso  |
| KURSSIN SISÄLTÖ (moduulit) |
| Unettomuushäiriön diagnostiikassa ja erotusdiagnostiikassa käytettävät menetelmät \* | ❒ EI SISÄLLYSISÄLTYY SEURAAVAT:❒ kyselylomakkeet❒ unipäiväkirja❒ aktigrafia, ❒ unipolygrafia, polysomnografia❒ muut:Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto (teoreettinen vs. interaktiivinen):  |
| Unettomuushäiriön oheissairaudet (esim. mitkä muut unihäiriöt, psykiatriset häiriöt, somaattiset sairaudet tai oireet tai lääkkeiden haittavaikutukset jne. käydään koulutuksessa läpi)\* | ❒ EI SISÄLLYSISÄLTYY SEURAAVAT:Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Edukatiiviset elementit (unen ja unettomuuden psykoedukaatio, unen huolto, jne.)\* | ❒ EI SISÄLLYSISÄLTYY SEURAAVAT:❒ unen ja unettomuuden psykoedukaatio❒ unen huolto ❒ muut:Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Behavioraaliset elementit (unirajoite, ärsykehallinta, jne.)\* | ❒ EI SISÄLLYSISÄLTYY SEURAAVAT:❒ unirajoite ❒ ärsykehallinta ❒ muut:Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Unen mekanismit (unen fysiologia ja psykologiset tekijät)\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT:Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Unettomuushäiriön mekanismit (patofysiologia ja psykologia)\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Unettomuushäiriön hoidon porrasmallin perusteet \* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYYModuuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Kognitiiviset elementit \*\*  | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Rentoutumismenetelmät ja mindfulness (progressiivinen rentoutus, mielikuvarentoutus, kehomeditaatio jne.) \*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| CBT-I soveltaminen erityisryhmiin (lapset, nuoret, raskaana olevat, menopaussi-ikäiset, vanhukset, vuorotyöntekijät, psykiatriset potilaat, uniapneapotilaat jne.)\*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Manualisoidun ja/tai yksilöllisen unettomuuden lääkkeettömän hoidon toteuttaminen \*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Muut CBT-I elementit (esim. motivoiva työskentely, emotionaaliset interventiot jne.)\*\*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Unilääkityksen vähentäminen/ lopettaminen\*\*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| Muu sisältö (tarkenna) | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVAT: Moduuliin käytetty aika: Kouluttaja: Opetusmuoto:  |
| KOULUTTAJAT  |
| NIMI | PÄTEVYYS | KOULUTUSAIHEET |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| VUOROVAIKUTTEINEN KOULUTUS JA TAPAUSTEN KLIININEN OHJAUS (seikkaperäinen selostus siitä miten tämä moduuli on toteutettu) |
| Vuorovaikutteinen opetus\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVASTI: |
| Kliininen työnohjaus\*\* | ❒ EI SISÄLLY**SISÄLTYY:**❒ Kliinisten ohjaajien nimet ja pätevyydet: ❒ Ohjauksen muoto ja kesto: \_\_\_\_\_\_\_ t yksilöohjausta \_\_\_\_\_\_\_ t ryhmäohjausta (ryhmän koko: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) ❒ Ohjaus tukee hoitoprosessin toteutumista❒ Ohjattavalta edellytetään tapausselostusta tai vastaavaa dokumentointia hoitoprosessista❒ Dokumentoitujen hoitokokonaisuuksien vaadittava lukumäärä määritelty (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ kpl) |
| **LOPPUKUULUSTELU\*\*\*** |
| Kirjallinen koe\*\*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVANLAINEN: |
| Käytännön osaamisen osoittaminen\*\* | ❒ EI SISÄLLY❒ SISÄLTYY SEURAAVALLA TAVALLA: |
| Lisää hakemuksen liitteeksi koulutuksen ohjelma.  |

 Unilääketieteen laajempi osaaminen, myös CBT-I:n kognitiivisten elementtien osaaminen, motivoivan työskentelyn ja emotionaalisten strategioiden hallitseminen, yksilöllisesti räätälöityjen unettomuuden hoitojen (erityisryhmät) osaaminen ja vähintään kolme työnohjattua tapausta 3-6 kk:n aikajänteellä eksperttitasoisella työnohjaajalla.

1. Yksittäinen koulutus ei voi yksinään antaa pätevyyttä expert-tasolle, ks. Suomalaiset vaatimukset [↑](#footnote-ref-1)