Uniohjaaja (SUS), CBT-I unettomuusterapeutti (SUS) ja Asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS) Kriteerit ja sertifiointihakemus

1. **PERUSTIEDOT**

Nimi:

Terveydenhuoltoalan tutkinto/koulutus:

Työpaikka:

Sähköpostiosoite:

1. **HAETTAVA SERTIFIKAATTI JA KRITEERIT**

Haen seuraavaa sertifikaattia ja vakuutan, että vaadittavat kriteerit täyttyvät:

❒ Perustason Uniohjaaja (SUS)

Kriteerit: Valviran rekisterissä oleva terveydenhuollon ammattihenkilö, jolla on sertifioitu CBT-I koulutus. SUS:n jäsenyys.

❒ Edistyneen tason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS)

Kriteerit: Valviran rekisterissä oleva, työssään unettomuushäiriöisiä hoitava terveydenhuollon ammattihenkilö, jolla soveltuva, vähintään AMK tasoinen terveydenhuollon koulutus (esimerkiksi psykoterapeutti, psykologi, sairaanhoitaja, terveydenhoitaja, lääkäri ja fysioterapeutti) ja sertifioitu edistyneen tason CBT-I koulutus. Koulutukseen kuuluu myös hyväksytysti suoritettu kliininen työnohjaus. Edistyneen tason hoitokokonaisuus on tyypillisesti 4-6 kerran ryhmämuotoinen hoitokokonaisuus, tai sitä vastaava yksilötyöskentelykokonaisuus. Edistyneen tason hoidot ovat pääsääntöisesti manualisoituja, tai muulla tavalla strukturoituja kokonaisuuksia. Koulutukseen sisältyvän kliinisen ohjauksen minimivaatimus on yksi ohjattu (ryhmätyönohjausta 8x 45-60min tai yksilötyönohjausta 4 x 45min) hoitokokonaisuus, jonka kirjallisen raportin ohjaaja hyväksyy ja SUS:n jäsenyys.

❒ Asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS)

Kriteerit: Täyttää CBT-I unettomuusterapeutti (SUS) kriteerit, lisäksi edellyttää laajempaa perehtyneisyyttä unihäiriöihin ja erityisryhmien hoitoihin, kahden vuoden kokemusta unettomuushäiriöiden hoidosta alemmilla tasoilla, vähintään kuusi kokopäiväistä unilääketieteellistä koulutusta (kansalliset, kansainväliset, paikalliset, alueelliset)**,** vähintään kaksi sertifioitua CBT-I koulutuskokonaisuutta tai muita toimikunnan arvioitavaksi lähetettäviä opintoja (yksi CBT-I-koulutuksista on suoritettu osana CBT-I unettomuusterapeutti-sertifikaattia) , työnohjausta vähintään kolmeen toteutuneeseen CBT-I kokonaisuuteen (yksilö- tai enintään 5 henkilön työnohjausryhmä), SUS:n jäsenyys.

1. **UNETTOMUUDEN HOITOON LIITTYVÄN KOULUTUKSEN PERUSTIEDOT** (koulutuksen nimi, järjestäjätaho, kouluttajat, ajankohta ja kesto):

**MIKÄLI KÄYMÄSI CBT-I KOULUTUS EI OLLUT SERTIFIOITU (SIIRTYMÄKAUSI 1.11.2023 ASTI) TÄYTÄ KOHDAT 4 ja 5.**

1. **MITÄ OHEISISTA OSA-ALUEISTA OSAAT KÄYTTÄÄ TAI TIEDÄT KOULUTUKSEN KÄYTYÄSI?** (suluissa vähimmäiskriteerit)

**KAIKKI SERTIFIKAATIT:**

❒ **Unettomuushäiriön diagnostiikassa ja erotusdiagnostiikassa käytettävät menetelmät** (tiedät unettomuuden diagnostiikan perusteet, osaat käyttää haastattelua, unipäiväkirjaa ja jotakin kyselyä unettomuuden arvioinnissa, tiedät yleisimmät unirekisteröintimenetelmät ja milloin niitä käytetään)

❒ **Unettomuushäiriön oheissairaudet** (tiedät keskeiset psykiatriset ja somaattiset sairaudet ja oireet sekä lääkkeet ja muut unihäiriöt, jotka tyypillisesti esiintyvät samanaikaisesti unettomuuden kanssa)

❒ **Edukatiiviset elementit** (osaat antaa manualisoituun CBT-I:n psykoedukaatiota ja unen huollon ohjausta)

❒ **Behavioraaliset elementit** (osaat ohjata manualisoituun CBT-I:n unirajoite- ja ärsykehallintamenetelmiä unipäiväkirjaseurantaan pohjautuen)

❒ **Unen mekanismit** (tiedät uni- ja valvetilan hermostollisten säätelyjärjestelmien perusteet, unen vaiheet, unen sirkadiaaniset ja homeostaattiset prosessit, unen yksilölliset piirteet, mihin unta tarvitaan sekä unen puutteen ja unettomuuden valveajan vaikutukset)

❒ **Unettomuushäiriön mekanismit** (tiedät unettomuuden altistavat, laukaisevat, ylläpitävät ja suojaavat tekijät, unettomuuden CBT-I teorian/noidankehän, ylivireyden yhteyden unettomuuteen, unettomuuden keskeiset muodot)

❒ **Unettomuushäiriön hoidon ja porrasmallin perusteet** (tiedät Unettomuuden Käypä hoito suosituksen ydinasiat sekä unettomuuden eri hoitovaihtoehdot ja -portaat, unettomuuden arvioinnin, hoidon ja seurannan kokonaisuuden)

**UNETTOMUUSTERAPEUTTI-SERTIFIKAATIT**

❒ **Kognitiiviset elementit** (osaat käyttää manualisoituun CBT-I:n kognitiivista rekonstruktiota, huolihetkeä ja jotain muuta kognitiivista menetelmää)

❒ **Rentoutumismenetelmät ja mindfulness** (osaat käyttää ainakin yhtä manualisoituun CBT-I:n kuuluvaa rentoutus- tai mindfulness-menetelmää)

❒ **CBT-I soveltaminen erityisryhmiin** (osaat soveltaa manualisoitua CBT-I-hoitoa jossain erityisryhmässä, esim. lapset, nuoret, raskaana olevat, menopaussi-ikäiset, vanhukset, vuorotyöntekijät, psykiatriset potilaat, uniapneapotilaat)

❒ **Manualisoidun CBT-I hoidon toteuttaminen** (osaat toteuttaa manualisoidun CBT-I-hoitokokonaisuuden ja sinulla on käytössä tähän manuaali tai ohjeistus)

❒ **Unilääkityksen vähentäminen ja lopettaminen** (tiedät keskeiset unettomuuden hoidossa käytettävät lääkeaineet ja haittavaikutukset sekä tiedät missä tilanteissa voit ohjata lääkevähennystä ja miten se toteutetaan ja seurataan)

**ASIANTUNTIJATASON CBT-I UNETTOMUUSTERAPEUTTI:**

❒ **Yksilöllisen CBT-I hoidon toteuttaminen** (osaat toteuttaa yksilölliseen arvioon pohjautuen yksilöllisen CBT-I:n ja muihin tarvittaviin hoitomenetelmiin pohjautuvan unettomuuden hoitokokonaisuuden)

❒ **Muut CBT-I elementit** (motivoivan työskentelyn perusteet ja jokin emotionaalinen interventio)

❒ **Muu mahdollinen CBT-I-osaaminen (kuvaa tähän):**

1. **VUOROVAIKUTTEINEN OPETUS UNETTOMUUSKOULUTUKSESSA** (kuvaa millaista, jos sisälsi):

1. **UNETTOMUUSKOULUTUKSEEN LIITTYVÄ KLIININEN (=Terveydenhuollon hoitosuhteessa) TYÖNOHJAUS**

❒ EI SISÄLTYNYT

❒ SISÄLTYI TAI HANKITTU ERIKSEEN:

Ohjaajan/ohjaajien nimi ja pätevyys (Huom! Työnohjaajan tulee olla sertifioitu asiantuntijatason CBT-I unettomuusterapeutti (SUS)):

Ohjauksen muoto ja kesto:

\_\_\_\_\_\_\_ t yksilöohjausta

\_\_\_\_ t ryhmäohjausta (ryhmän henkilömäärä: )

❒ Ohjaus tuki hoitoprosessin toteutumista

❒ Ohjattavalta edellytettiin tapausselostusta tai vastaavaa kirjallista dokumentointia hoitoprosessista

❒ Dokumentoitujen hoitokokonaisuuksien vaadittava lukumäärä määritelty (kappalemäärä: \_\_\_ kpl)

1. **ASIANTUNTIJATASON HAKEMUKSISSA LISÄKSI**

❒ Selostus työkokemuksesta unihäiriöiden parissa, unilääketieteen koulutuksista ja muista suoritteista edellä olevan lisäksi (liitteeksi UNI-CV sisältäen todistukset)

❒ Selostus toteutuneista hoitokokonaisuuksista

1. **SUOMEN UNITUTKIMUSSEURAN JÄSENYYS** (sertifikaatin saaminen edellyttää jäsenyyttä ja vähintään, että jäsenyys on hyväksytty hallituksen kokouksessa, ja olet saanut siitä tiedon)

❒ Olen jäsen

❒ En ole jäsen

1. **LIITTEET**

❒ Todistus/todistukset CBT-I koulutuskokonaisuudesta (tarvittaessa myös erikseen esim. työnohjauksesta ja hoitokokonaisuuksista)

❒ CBT-I koulutuksen/koulutuksien ohjelmat

❒ Todistus terveydenhuoltoalan tutkinnosta/koulutuksesta

❒ UNI-CV asiantuntijatason hakemuksissa

Hakemus lähetetään [cbti@sus.fi](mailto:cbti@sus.fi) ja hakemukset käsittelee SUS:in nimittämä CBT-I koulutustoimikunta. Toimikunta kokoontuu neljännesvuosittain, jolloin saapuneet hakemukset käsitellään. Hakemuksen tulee olla toimikunnalla vähintään kaksi vuorokautta ennen kokousta, jotta se ehtii käsittelyyn. Sertifikaatista saa todistuksen.

**KUN SERTIFIKAATTI ON MYÖNNETTY, SAAKO NIMESI JA TYÖPAIKKASI JULKAISTA SUS:N VERKKOSIVULLA KOSKIEN MYÖNNETTYJÄ SERTIFIKAATTEJA:**

❒ Kyllä

❒ Ei

**CBT-I KOULUTUSTOIMIKUNNAN PÄÄTÖS:**

❒ Sertifikaatti myönnetään

❒ Sertifikaattia ei myönnetä

Perustelut ja täydennystarpeet