

Sisällys

Lukijalle	9
1 Onko Suomesta tullut terapiayhteiskunta?	11
Miksi psykoterapian tarve lisääntynyt.....	12
Tiikerisalvaa mustelmiin?.....	12
Väkivalta huolestuttaa.....	14
Miksi nuoret tytöt ahdistuvat ja masentuvat.....	16
Minne keskittymiskyky katosi?	17
Onko digipelaaminen haitallista?.....	19
Lasten liiallinen suojele johtaa haavoittuvuuteen	20
Kasvatuskulttuuri on muuttunut	22
Leikkiin perustuvasta lapsuudesta on päädytty puhelimeen perustuvaan lapsuuteen.....	23
Nuorten ahdistuneisuuteen on monia syitä	25
2 Psykoterapiat Suomessa	29
Moni saa apua psykoterapiasta	30
Psykoanalyysi ja psykodynaaminen terapia.....	33
Kognitiivinen psykoterapia ja kognitiivinen käyttäytymisterapia.....	36
Ratkaisukeskeinen psykoterapia	39
Kognitiivis-analyttinen psykoterapia (KAT)	42
Perheterapia	43
Kriisi- ja traumaterapia	45
Integratiivinen psykoterapia	48
Muita terapiasuuntauksia	49
Terapeutin ominaisuudet ratkaisevat.....	50
Psykoterapioiden sukupuu	52
Vieläkö psykoanalyysia tarvitaan?	53
3 Psykoterapian tuloksellisuustutkimukset: huteja ja osumia	59
Onko psykoterapia turhaa puuhaa?	60
Muutamia keskeisiä ongelmia	61
Tutkimusryhmissä on sisäistä vaihtelua.....	63
Kaksi psykoanalyttista pitkittäistutkimusta: yllätyksiä luvassa.....	65

Psykoterapian tuloksellisuuteen vaikuttavia tekijöitä.....	68
RCT, psykoterapiatutkimuksen mörkö.....	71
Hyvän allianssin ominaisuudet.....	73
Terapiassa syntyy kahdenlaisia tunnesiteitä.....	74
Terapeuttisen muutoksen tekijät	76
Psykodynaamisen terapian tuloksista on tieteellistä näyttöä.....	77
Tapausselostusten anti	79
4 Sigmund Freud: elämä ja teot.....	89
Vieläkö Freud on voimissaan?	90
Lapsuus ja varhaisvaiheet	92
Isähahmot Brücke ja Charcot.....	93
Psykkisten häiriöiden luonnetta ei ymmärretty	94
Kasvatuksen tavoitteena oli lapsen tahdon nujertaminen.....	95
Viettely vai fantasia.....	97
Vähitellen syntyi kultti.....	99
Psykoanalyysin voittokulku USA:ssa	100
Psykoanalyysin myöhempiä vaiheita.....	104
Freudin kuuluisat potilaat	106
Freud terapeuttina	113
Onnistuneita hoitoja	115
Entä se neutraalius?	118
Psykoanalyysin villit varhaisvuodet	119
Hurjia tarinoita	119
Saako potilaaseen koskea?	122
Kaksi psykoanalyysin sammunutta tähteä.....	124
Psykoanalyysin kritiikkiä	126
Murskakritiikkiä Freud-kirjaston uumenista	126
Psykoterapia vallankäyttönä	127
Kritiikin kritiikkiä Ranskasta	128
Suomalaista psykoanalyysin arvostelua.....	129
Alkuykseys – onko sellaista?	131
Löytyykö viisautta neuropsykoanalyysista?	132
5 Lapsia psykoterapiassa	135
Eri mieltä lapsianalyysista	136
Peter-poika analyysissa.....	137
Melanie Klein	139

Pikku Rita psykoanalyysissa	141
Terapeutti joka vihasi minua	142
Lastenpsykoterapian myöhemmät vaiheet	144
Kiintymyssuhdeteorian anti lastenpsykoterapialle	146
Psykoteraapia kiintymyssuhteena	148
Psykoteraapia mentalisaation tukena	149
Lastenpsykoterapian indikaatioista ja kontraindikaatioista.....	151
Adoptoidun tai sijoitetun lapsen yksilöpsykoterapia	153
Lapsen varhaiskehityksen ymmärtäminen on tärkeää.....	154
Miten ihmislapsi kehittyy?	154
Käsitys vauvasta on muuttunut.....	155
Mielikuvat vauvasta ja taaperosta.....	157
Lastenpsykoterapia Suomessa	160
Lastenpsykoterapian tuloksellisuustutkimukset	162
Lapsen pitää tietää, miksi hän on psykoterapiassa.....	162
Miten löytää terapiaan sopivat lapset ja nuoret?.....	163
6 Kunnasniemeltä kajahtaa.....	167
Maalaiskylästä maailmalle	168
Pieni ja yksin	170
Gazzelloni, Fellini, ja Sienan kesät	173
Lausannassa oli mukavaa asua ja opiskella.....	175
Christian Müllerin rohkea ratkaisu	177
Joensuu, Kuopio ja Helsinki.....	179
Vuodet Helsingin Lastenlinnassa	181
Pat Crittenden sai aikaan kiintymyssuhdeherätyksen	183
7 Kokemuksia terapeutina.....	185
En päivääkään vaihtaisi pois	186
Eteenpäin Dibsin viitoittamalla tiellä.....	186
Peleistä on moneksi.....	187
Pieni ja iso samassa tilassa.....	189
Kuka määrää terapiassa, lapsi vai aikuinen?	189
Myöhästely ja tunneilta lintsaminen	190
Rajojen asettaminen terapiassa	192
Aggression sietämisestä.....	194
Entä koskettaminen?	196
Voiko tunnilla syödä tai juoda?.....	198

Vanhemmat ja muut lapsesta tai nuoresta huolta pitävät aikuiset	199
Leikki ja huumori.....	200
Mitä terapeutti voi kertoa itsestään	202
Psykoedukaatiota?.....	203
Entä terapian jälkeen?.....	204
Työnohjaus on aina hyödyllistä.....	205
Isätön poika miesterapeutilla.....	207
Varhainen kolmenkeskisyys.....	208
Kolmenkeskisyyden merkitys.....	209
Isän puuttuminen on mutkikkaan ongelmavyöhdin osa	211
Terapeutti isän puutetta paikkaamassa	215
8 Lopuksi.....	219
Ammatillinen kanssakulkija	219