

PSYKOTERAPIAKESKUS MIND REPRESSION OY

Psykoterapia ei ole kulu. Se palauttaa ihmisiä työelämään.

Psykoterapiakeskus Mind Repression Oy toteutti Kelan kuntoutuspsykoterapian loppusuoralla oleville asiakkailleen asiakastyytyväisyyskyselyn, jonka mukaan 98,3 % asiakkaista kokee terapian tukeneen jaksamistaan, 91,5 % on pysynyt opiskelu- ja työkykyisenä tai palautunut opiskelu- tai työkykyiseksi, ja useampi vastaaja kertoo suoraan olevansa elossa terapian ansiosta. Nämä eivät ole abstrakteja tuloksia, vaan vastaukset antoivat ihmiset, jotka ovat oppineet elämään ilman itsemurha-ajatuksia, palanneet työelämään ja rakentaneet uudelleen ihmissuhteensa.

KELAN RIITTÄVÄN PITKÄ KUNTOUTUSPSYKOTERAPIA ON TEHOKAS HOITOMUOTO

Riittävän pitkät psykoterapiat takaavat hyvät kliiniset hoitotulokset. Asiakastyytyväisyyskyselyn perusteella 30,5 % asiakkaista kokee kolmivuotisen terapiajakson liian lyhyeksi.

Hoitamaton mielenterveysongelma aiheuttaa yhteiskunnalle moninkertaisia kustannuksia työkyvyttömyysjaksoina, päivystyskäynteinä ja menetettyinä verotuloina.

On tärkeää, että kuntoutuspsykoterapian valtakunnalliseen resursointiin panostetaan myös jatkossa.

Perustuu 59 asiakkaan vastauksiin, maaliskuu 2026
Psykoterapiakeskus Mind Repression Oy

PSYKOTERAPIAKESKUS MIND REPRESSION OY

Asiakastyytyväisyyskysely

Analyysiraportti, huhtikuu 2026

Vastaajia: 59

Kyselyjakso: 03/2026

Raportti laadittu: 20.4.2026

Sisällysluettelo

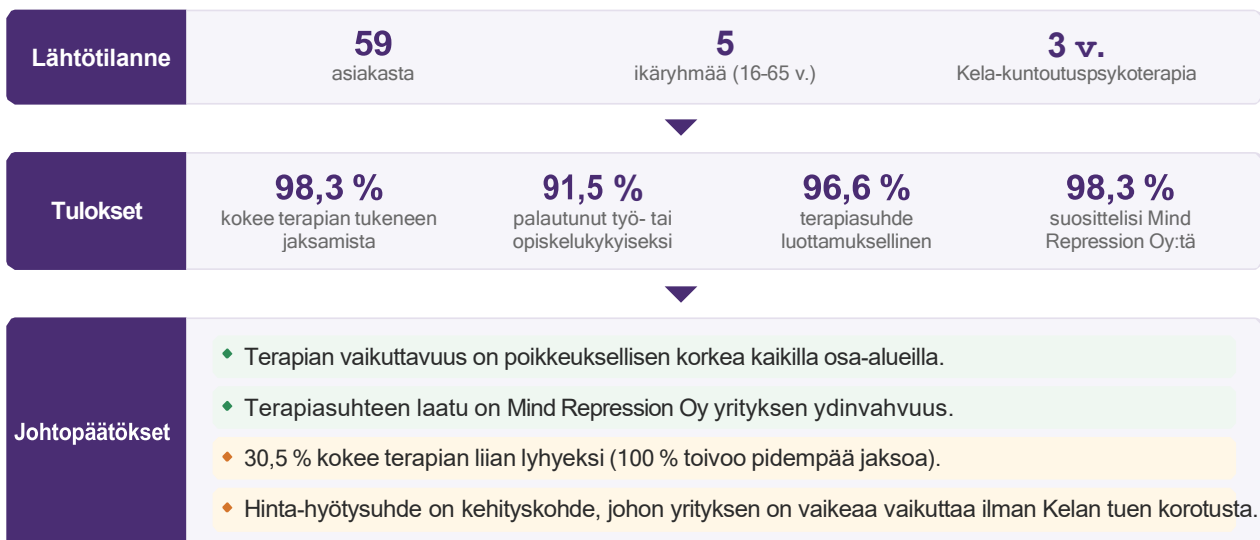
1. Raportin yhteenveto
2. Vastaajien taustatiedot
3. Terapian vaikuttavuus (kysymykset 1-12)
4. Terapiasuhte (kysymykset 13-14)
5. Terapian kesto (kysymys 15)
6. Kokonaistyytyväisyys ja suosittehalukkuus (kysymykset 16-17, 22)
7. Palvelukokemus (kysymykset 18-20)
8. Avointen vastausten analyysi

1. Raportin yhteenveto

Maaliskuun 2026 asiakastyytyväisyyskyselyyn saatiin 59 vastausta kaikista ikäryhmistä 16-vuotiaista 65-vuotiaisiin. Kysely lähetettiin kolmentoista Mind Repression Oy:ssä toimivan psykoterapeutin yhteensä 131 Kelan kuntoutuspsykoterapian loppusuoralla olevalle tai terapian juuri päättäneelle asiakkaalle (vastausprosentti 45 %).

Kysely toteutettiin anonyyminä sähköpostikyselynä. Vastausaikaa oli kaksi viikkoa.

Tulokset osoittavat, että Kela-kuntoutuspsykoterapia Mind Repression Oy:n toteuttamana tuottaa poikkeuksellisen vahvoja tuloksia oireiden helpottumisessa ja työkyvyn palautumisessa sekä elämänlaadun parantumisessa.



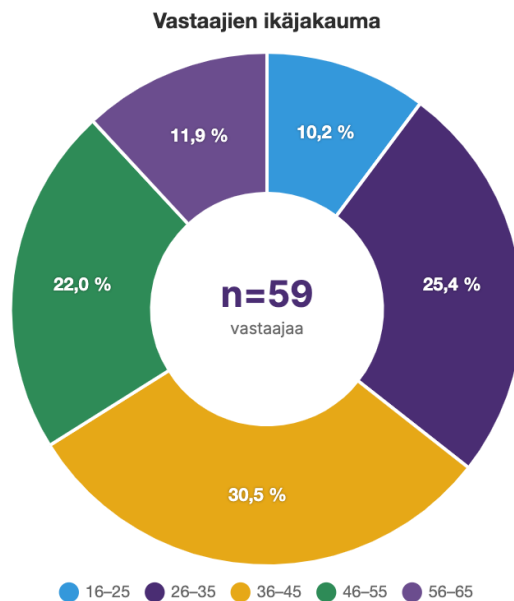
Keskeisimmät löydökset: lähes jokainen psykoterapia-asiakas kokee hyötynensä terapiasta. Avoimissa vastauksissa useampi kertoo olevansa elossa terapian ansiosta.

Konkreettisempina kehityskohteina toivottiin mm. E-laskua, joka kyllä on käytössä, mutta tieto siitä ei ole selvästikään tavoittanut kaikkia asiakkaita.

Yrityksen ydinpalvelu toimii erinomaisesti.

2. Vastaajien taustatiedot

Kyselyyn vastasi 59 henkilöä. Vastaajat jakautuvat laajasti eri ikäryhmiin, painottuen 26-55-vuotiaisiin.

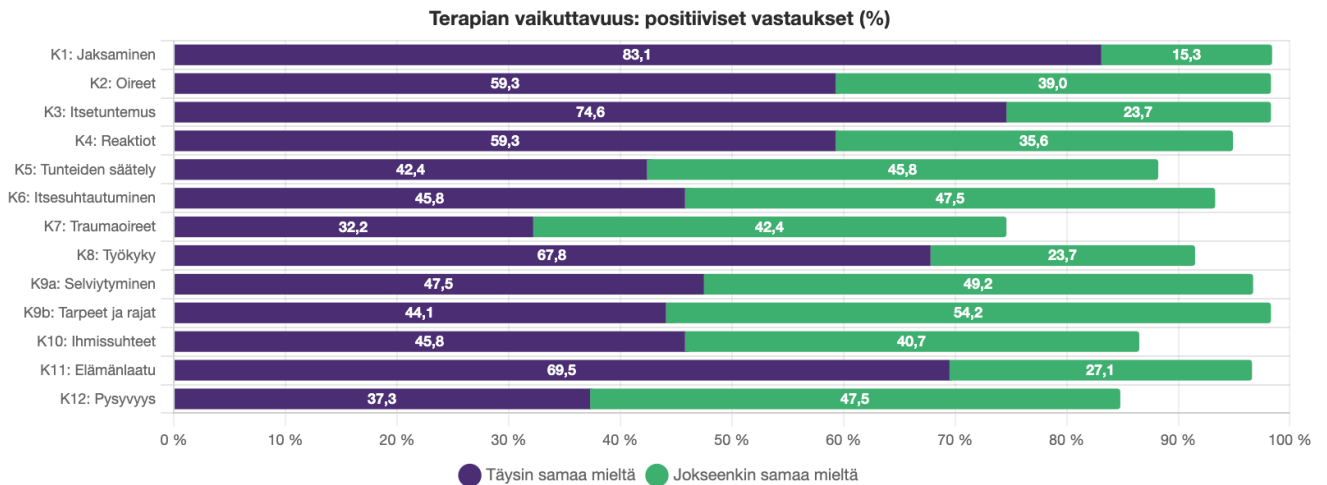


Ikäryhmä	Osuus	Lukumäärä
16-25	10,2 %	6
26-35	25,4 %	15
36-45	30,5 %	18
46-55	22,0 %	13
56-65	11,9 %	7

Huomio: Suurin vastaajaryhmä on 36-45-vuotiaat (30,5 %), toiseksi suurin 26-35-vuotiaat (25,4 %). Nuorimman ikäryhmän (16-25) osuus on pienin (10,2 %), mikä voi heijastaa Kela-terapian aloittamisen tyypillistä ikäjakaumaa.

3. Terapian vaikuttavuus

Kysymykset 1-12 mittaavat terapian koettua vaikuttavuutta eri osa-alueilla. Vastausasteikko: täysin eri mieltä (1) ... täysin samaa mieltä (5).



#	Väittäjä	Täysin samaa mieltä	Joks. samaa mieltä	Yhteensä +	Arvio
1	Terapia on tukenut jaksamistani ja edistänyt psyykkistä vointiani	83,1 %	15,3 %	98,3 %	Erinomainen
2	Terapia on helpottanut oireitani	59,3 %	39,0 %	98,3 %	Erinomainen
3	Terapia on lisännyt itsetuntemustani	74,6 %	23,7 %	98,3 %	Erinomainen
4	Tunnistan haitallisia reaktioitani paremmin	59,3 %	35,6 %	94,9 %	Erinomainen
5	Pystyn säätelemään voimakkaita tunteita paremmin	42,4 %	45,8 %	88,1 %	Hyvä
6	Suhtautumiseni itseeni on muuttunut myönteisemmäksi	45,8 %	47,5 %	93,2 %	Erinomainen
7	Traumaattiset oireet ovat vähentyneet	32,2 %	42,4 %	74,6 %	Hyvä*
8	Opiskelu-/työkyvyn säilyminen tai palautuminen	67,8 %	23,7 %	91,5 %	Erinomainen
9a	Luottamus omiin kykyihin selviytyä vaikeista tilanteista	47,5 %	49,2 %	96,6 %	Erinomainen
9b	Oppinut ilmaisemaan tarpeitaan ja rajojaan selkeämmin	44,1 %	54,2 %	98,3 %	Erinomainen
10	Myönteinen vaikutus ihmissuhteisiin	45,8 %	40,7 %	86,4 %	Hyvä
11	Myönteinen vaikutus elämänlaatuun	69,5 %	27,1 %	96,6 %	Erinomainen
12	Muutokset tuntuvat pysyviltä	37,3 %	47,5 %	84,7 %	Hyvä

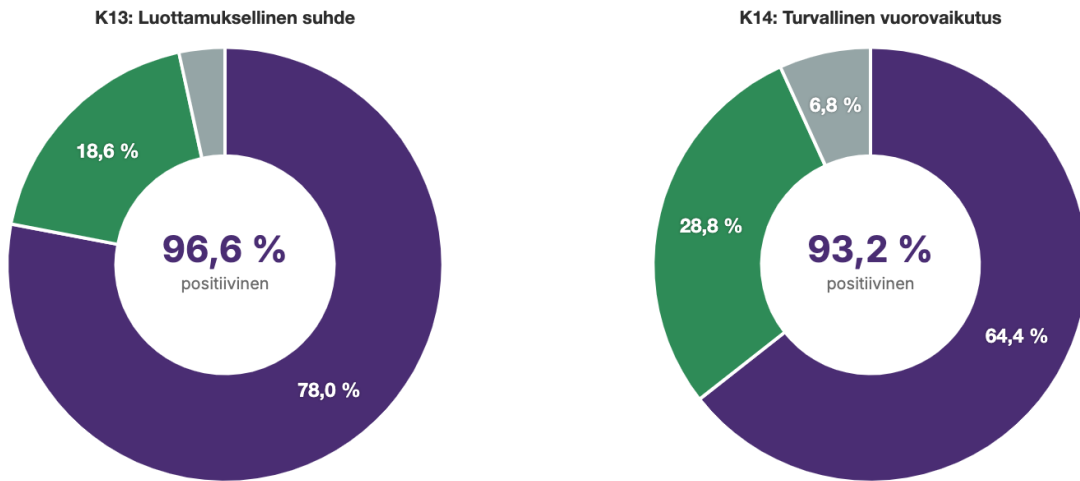
* Kysymys 7: 11,9 % vastaajista ilmoittaa, ettei heillä ole traumaattisia kokemuksia, mikä laskee yhteenlaskettua prosenttiosuutta. Traumakokemuksia omaavien vastaajien keskuudessa positiivinen tulos on 84,6 %.

Vahvimmat osa-alueet: Jaksamisen tukeminen (98,3 %), oireiden helpottuminen (98,3 %), itsetuntemuksen lisääntyminen (98,3 %) ja tarpeiden ilmaiseminen (98,3 %) saavat lähes yksimielisen positiivisen arvio.

Kehityskohteet vaikuttavuudessa: Tunteiden säätely (88,1 %) ja muutosten pysyvyys (84,7 %) saavat suhteellisesti matalimmat arviot. Nämä ovat kuitenkin psykoterapian vaativimpia tavoitteita, ja tulokset ovat silti selvästi positiivisia. Muutosten pysyvyyden kokemus (84,7 %) saattaa liittyä huoleen terapian päättymisestä.

4. Terapiasuhte

Terapiasuhteen laatu on useiden toisistaan riippumattomien tutkimusten perusteella psykoterapian vaikuttavuuden tärkein yksittäinen ennustaja. Myös Mind Repression Oy:n asiakastytyväisyyskyselytulokset tällä osa-alueella ovat erittäin vahvat.

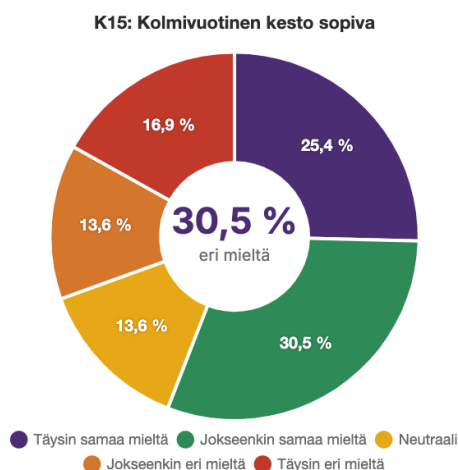


#	Väittämä	Täysin samaa mieltä	Joks. samaa mieltä	Yhteensä +
13	Terapiasuhte oli luottamuksellinen, avoin ja aito	78,0 %	18,6 %	96,6 %
14	Terapiasuhte tarjosi uudenlaisen kokemuksen turvallisesta vuorovaikutuksesta	64,4 %	28,8 %	93,2 %

Merkittävä havainto: Terapiasuhteen laatu on koko kyselyn vahvin osa-alue. Lähes jokainen vastaaja (96,6 %) kokee suhteen luottamukselliseksi ja aidoksi. Tämä viittaa siihen, että Mind Repression Oy:n psykoterapeuttien ydinosoaminen ja työmoraaali ovat korkealla tasolla.

5. Terapian kesto

Kysymys 15 mittaa kokemusta kolmivuotisen Kela-kuntoutuspsykoterapian keston riittävydestä.



Jakautuminen

Täysin samaa mieltä (sopiva kesto)	25,4 %
Jokseenkin samaa mieltä	30,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	13,6 %
Jokseenkin eri mieltä	13,6 %
Täysin eri mieltä	16,9 %

Kriittinen havainto: Tämä on koko kyselyn selvästi polarisoiduin kysymys. Lähes kolmannes (30,5 %) vastaajista kokee, ettei kolme vuotta riitä. Jatkokysymyksessä (15.1) kaikki 17 tyytymätöntä vastaajaa, **100 %, pitävät terapiaa liian lyhyenä**, ei yksikään liian pitkänä. Tämä on rakenteellinen haaste, joka liittyy Kelan kuntoutuspsykoterapian raameihin eikä Mind Repression Oy:n toimintaan.

6. Kokonaistyytyväisyys ja suositteluhalukkuus

98,3 %

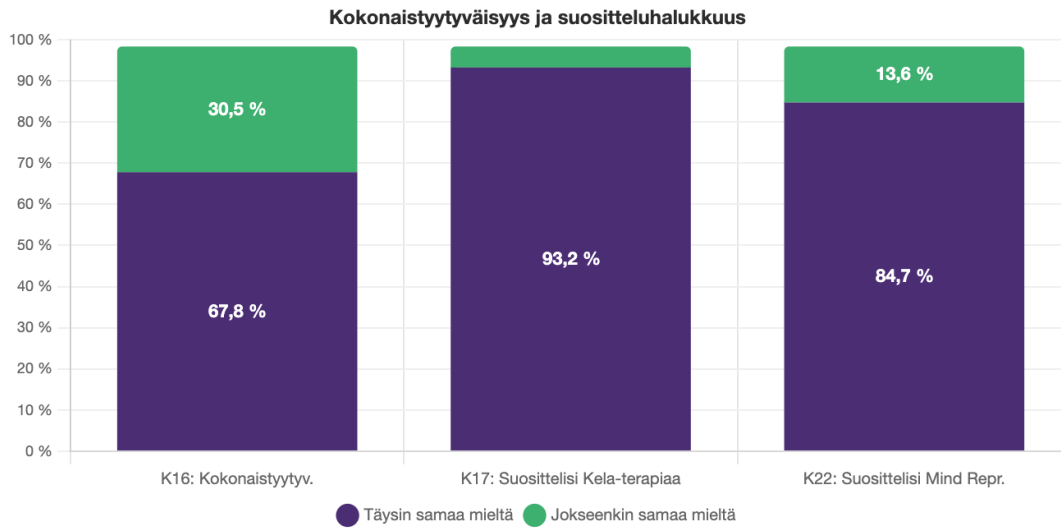
Tyytyväinen terapiaan kokonaisuutena
(K16)

98,3 %

Suosittelisi Kela-kuntoutuspsykoterapiaa
(K17)

98,3 %

Suosittelisi Mind Repression Oy:tä (K22)



Poikkeuksellinen tulos: Kokonaistyytyväisyys 98,3 % ja suositteluhalukkuus 98,3 % ovat erittäin korkeita lukuja terveyspalvelualalla. Käytännössä vain yksi vastaaja 59:stä ei suosittelisi yritystä. Tämä osoittaa johdonmukaista palvelun laatua koko organisaatiossa.

7. Palvelukokemus

#	Väittämä	Täysin samaa mieltä	Joks. samaa mieltä	Yhteensä +	Arvio
18	Laskutuskäytännöt toimivat sujuvasti	72,9 %	20,3 %	93,2 %	Erinomainen
19	Toimitilat ovat siistit ja viihtyisät	76,3 %	13,6 %	89,8 %	Hyvä
20	Hinnan ja hyödyn suhde on sopiva	40,7 %	35,6 %	76,3 %	Hyvä

Hinnoittelu nousee esiin:

Kysymys 20 (hinta-hyötysuhde) saa kyselyn toiseksi matalimman positiivisen tuloksen (76,3 %).

Psykoteraapiavastaanoton hinta vaihtelee Mind Repression Oy:ssä 105–120 euron välillä per käynti psykoterapeutin koulutuksesta ja kokemuksesta riippuen. Kela korvaa kuntoutuspsykoterapia-asiakkaalle 57,60 euroa per käynti, jolloin asiakkaan maksettavaksi jää 47,40–62,40 euroa käyntiä kohden.

Mind Repression Oy:n toimistomaksu, joka lisätään kaikille asiakkaille kerran kuukaudessa tapahtuvan laskutuksen yhteydessä, on 12,80 € (20.4.2026). Vaikka tämä saattaa tuntua yksittäisestä asiakkaasta suurelta, se on todellisuudessa matala verrattuna muiden psykoterapiaa tarjoavien yritysten vastaavaan hinnoitteluun.

Vaikka kuluttajalle omavastuu voi tuntua korkealta, etenkin mikäli hän kamppailee ajankohtaisesti talousvaikeuksien kanssa, yhteiskunnallisesti yksityisesti tuotettu psykoterapia on varsin edullista. Käyntimaksuilla ja toimistomaksuilla katetaan kaikki psykoterapeuttien palkka-, sosiaaliturva-, eläke ja loma-ajankulut sekä kaikki terveyspalveluyrityksen hallinnolliset ym. kulut, kuten laskutus, perintä, kirjanpito, assistenttipalvelut, yrityksen henkilöstöhallinnon kulut, asiakastarjoilu, siivous, tilavuokrat, vakuutukset, Kanta -maksut, potilastietojärjestelmät, tietoturva- ja tietokoneet, ohjelmistot ja niiden lisenssit, it-tuki, toimistotarvikkeet ja henkilökunnan kehittämis- ja virkistystoimet.

Olisi kohtuullista, että Kelan kuntoutuspsykoterapian korvausta asiakkaalle nostettaisiin nykyisestä tasosta. Nykyinen taso 57.60 €/käynti otettiin Kelassa käyttöön 1.1.2016.

8. Avointen vastausten analyysi

Kysymys 23: Mikä terapiassa on ollut erityisen hyödyllistä? (19 vastausta)

Avoimista vastauksista nousee selkeästi esiin kolme pääteemaa:

Teema	Mainintoja	Keskeinen sisältö
Turvallinen terapiasuhde	13/19	Kuulluksi tuleminen, empatia, tuomitsemattomuus, luottamuksellisuus, sopivan empaattinen terapeutti
Itsetuntemus ja toimintamallien tunnistaminen	9/19	Haitallisten mallien tunnistaminen, rajojen asettaminen, itsestä huolehtiminen, jaksamisen hälytysmerkit
Konkreettinen elämänmuutos	6/19	Itsemurha-ajatusten loppuminen, elämän tasapaino, traumakokemuksista toipuminen, syyllisyydestä vapautuminen

Elämää pelastava vaikutus: Useampi vastaaja kertoo avoimesti, että ilman terapiaa he eivät välttämättä olisi enää elossa. Tämä korostaa palvelun humaania yhteiskunnallista merkitystä yli liiketoiminnallisten mittareiden.

9. Keskeiset havainnot ja toimenpidesuosituks

Vahvuudet (säilytettävä)

- Terapiasuhteen laatu on poikkeuksellisen korkea (96,6 %) ja muodostaa yrityksen ydinkilpailuedun
- Terapian vaikuttavuus koetaan erittäin hyväksi kaikilla osa-alueilla (keskimäärin 93 % positiivisia)
- Suositteluhaluukkuus on erittäin korkea, ja orgaaninen kasvu on mahdollista
- Terapeuttien ammattitaito ja empatia nousevat toistuvasti esiin avoimissa vastauksissa
- Terveydenhuollon ammattilaisten läheteet kertovat toimivasta yhteistyöstä sidosryhmien kanssa

Yhteenveto

Mind Repression Oy:n asiakastyytyväisyystulokset ovat kokonaisuutena erinomaisella tasolla. Yrityksen suurin vahvuus, terapiasuhteen laatu, on juuri se tekijä, joka tutkimuskirjallisuuden mukaan ennustaa parhaiten terapian tuloksellisuutta.

Tulokset osoittavat, että Mind Repression Oy:n tarjoama psykoterapia tukee psykoterapialle asetettuja keskeisiä vaikuttavuustavoitteita. Korkea arvio terapeuttien asiantuntijuudesta sekä terapian koetusta hyödystä viittaa laadukkaaseen ja ammatillisesti korkeatasoiseen palveluun.

Kelan kuntoutuspsykoterapia tarjoaa turvallisen tilan muutokselle

Asiakastyytyväisyyskyselyn tuloksia voidaan kokonaisuudessaan pitää suuntaa antavana yleisenä näyttönä psykoterapeuttisen työskentelyn merkityksestä psyykkisen toimintakyvyn vahvistamisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä.