

PRAVILNIK O EDUKACIJI

1. Uslovi za trening
2. Program edukacije - Trening obuka: sadržaj i oblici edukacije
 - Teorijske studje
 - Lični rad
 - Praksa
 - Supervizija
3. Kompetencije i evaluacija kandidata
4. Akreditacija terapeuta
5. Isključivanje ili napuštanje edukacije
6. Troškovi edukacije

1. USLOVI ZA TRENING

Trening obuka za psihoterapiju nastavlja se nakon bazičnog akademskog školovanja koje obezbeđuje osnovna profesionalna znanja neophodna za dalji rad u oblasti psihoterapije. Direktna prohodnost za trening obuku u psihoterapijskom modalitetu KBT omogućena je psiholozima i psihijatrima. Za ostale kandidate koji dolaze iz drugih humanističkih nauka vrši se pregled bazičnog studijskog programa i nakon procene da su pokrivene osnovne teorijske oblasti važne za dalji rad u oblasti psihoterapije, ovi kandidati imaju prohodnost. Kandidati koji ne zadovoljavaju ove kriterijume ili dolaze iz naučnih oblasti koje nisu u osnovi humanističke nauke, upućuju se na edukaciju iz Propedevtike kako bi savladavanjem definisanih predmeta stekli mogućnost za nastavak edukacije iz psihoterapije. Udruženje za bihejvioralne i kognitivne terapije Fokus prihvata, u skladu sa odlukama Saveza društava psihoterapeuta Srbije, akreditovane programe Propedevtike u Srbiji.

Trening za KBT traje četiri godine i odvija se po programskoj šemi koja je usklađena sa standardima koje određuje Evropska asocijacija za psihoterapiju (European Association for Psychotherapy – EAP) i Evropska asocijacija za bihejvioralne i kognitivne terapije (European Association for Behavioural and Cognitive Therapies – EABCT). Edukacija uključuje bazično profesionalno školovanje i period specijalističkog psihoterapijskog treninga i iskustva relevantnog za kognitivne i bihejvioralne terapije.

2. PROGRAM EDUKACIJE

TRENING OBUKA – SADRŽAJI I OBLICI EDUKACIJE (TEORIJSKI TRENING I TRENING VEŠTINA)

Program edukacije uključuje usvajanje teorijskih znanja i veština kroz strukturisano podučavanje i samostalno studiranje. Trening veština je suštinska komponenta dostizanja znanja i iskustva, i najvećim delom se ostvaruje kroz superviziranu kliničku praksu, radionice za sticanje veština, posmatranje i kliničku praksu. Metode učenja koje se koriste na trening obuci su: teorijska predavanja, čitanje stručne literature, igranje uloga, diskusija u grupi, izrada domaćih zadataka, istraživanja, pisanje eseja, samostalna izrada prezentacija i supervizirana grupna i individualna klinička praksa.

Edukacija traje četiri godine i organizovana je po semestrима. Zimski semestar: septembar, oktobar, novembar, decembar i januar i letnji: februar, mart, april, maj i jun. Na prvoj godini studija predavanja se organizuju u ciklusu jedan vikend mesečno. Na isti način je organizovana i nastava na drugoj godini. Na trećoj godini se realizuje teorijska nastava u zimskom semestru. Ovako organizovana nastava ispunjava predviđeni fond časova teorijske obuke. U drugom semestru treće godine i tokom četvrte godine treninga organizuje se supervizijski rad, grupni i individualni. Praksa se realizuje tokom treće i četvrte godine studija. Lični rad se u kontinuitetu odvija tokom trajanja treninga. Kriterijumi treninga uključuju sledeće elemente: teorijske studije (650 sati), lični rad (250 sati), praksu (300 sati) i supervizije (200 sati).

TEORIJSKE STUDIJE

Teorijske studije obezbeđuju usvajanje znanja iz oblasti ljudskog razvoja, psihologije, psihopatologije, teorija promene, socijalnih pitanja, tehnika procene i metodologije istraživanja psihoterapijske prakse. Specijalistički deo treninga zasnovan je na prezentovanju i usvajanju bihevioralnih i kognitivnih teorijskih i terapijskih modela, sa ciljem razumevanja teorijske osnove kognitivnih i bihevioralnih terapija i njihove primene na širok opseg problema.

Kandidat ima pravo na odsustvo sa jednog predavanja tokom semestra ili ga može nadoknaditi sa drugom trening grupom, Duže odsustvovanje regulisano je na drugom mestu u ovom Pravilniku.

SADRŽAJ EDUKACIJE

I godina

1. Psihoterapija - istorijski razvoj. Teorijske postavke psihoterapije. Osnovni principi. Ključni pojmovi u psihoterapiji. Ciljevi. Socijalni kontekst psihoterapije. Kulturalni aspekt psihoterapije. Socijalni konstruktivizam. Etički kodeks.
2. Bihevioralne teorije. Konceptualizacija razvoja iz ugla teorije učenja. Vrste učenja: klasično (traumatsko) i instrumentalno (operantno) uslovljavanje i učenje po modelu.
3. Osnovni principi motoričkog, emocionalnog i kognitivnog učenja. Pojam ponašanja u bihevioralnoj terapiji. Funkcionalna analiza ponašanja.
4. Kognitivne teorije. Konstruktivizam. Kognitivno restrukturiranje. Teorija kognitivnog reprocesuiranja. Teorija atribucije. Metakognicija. Kognitivna terapija. Kognitivne strukture i produkti. Racionalno-emosivna bihevioralna terapija. Teorijska osnova. Osnovne postavke ABC modela.
5. Kognitivna konceptualizacija. Automatske misli. Disfunkcionalna verovanja. Kognitivne sheme. Identifikacija, karakteristike i izmena automatskih misli, disfunkcionalnih i sržnih uverenja. Racionalna i iracionalna uverenja. Principi, mehanizam i strategija promene. Terapijski metod i terapijski proces.
6. Provera raspoloženja. Prepoznavanje emocija. Teškoće sa prepoznavanjem emocija. Kontrola emocija.
7. Bihevioralne tehnike: Sistematska desenzitizacija.
8. Bihevioralne tehnike: Terapija preplavlivanjem. Implozivna terapija. Pozitivno/negativno potkrepljenje. Averzivna terapija. Negativna praksa. Token ekonomija. Biofeedback. Terapija stopiranja misli. Praćenje rasporeda aktivnosti. Bihevioralna proba. Sistematska upotreba potkrepljenja.
9. Asertivni trening. Trening relaksacije.

10. Kognitivne tehnike: Sokratov metod. Svakodnevno beleženje misli. Distrakcija. Analiza: prednosti-nedostaci. Kartice za suočavanje. Tehnika: strelica na dole. Imaginacija. Vođeno otkriće. Bihevioralni eksperiment. Terapijske intervencije u REBT-u. Oспорavanje: kognitivne, imaginativne, emocionalne i bihevioralne strategije.
11. Dodatne kognitivne i bihevioralne tehnike: Solving tehnika - rešavanje problema. Trening veština. Donošenje odluka. Stresni inokulacioni trening. Mindfulness.
12. Psihoterapijski odnos. Terapijski uslovi. Terapijski savez. Stil i karakteristike KBT terapeuta.
13. Struktura prve terapijske seanse. Postavljanje dnevnog reda. Identifikacija problema ili identifikacija ponašanja i postavljanje početnih ciljeva. Edukacija klijenta o KBT. Faza procene. Osmišljavanje inicijalne KBT konceptualizacije i plan lečenja.
14. Druga seansa i nadalje: struktura i format. Prvi deo seanse, srednji deo i konačni rezime i povratne informacije. Struktura sesije. Problemi sa struktuiranjem terapijskih seansi. Jačanje terapijske alijanse. Evaluacija seansi.
15. Prevencija relapsa. Rane aktivnosti. Aktivnosti tokom terapije. Aktivnosti na kraju terapije. Ostvarivanje užih i širih terapijskih ciljeva. Završetak terapije.
16. Teškoće tokom tretmana. Problemi u terapiji.

II godina

1. KBT agorafobije. KBT specifične fobije. KBT socijalne fobije (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
2. KBT paničnog poremećaja. KBT generalizovanog anksioznog poremećaja (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
3. KBT opsesivno-kompulzivnog poremećaja (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
4. KBT depresije (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
5. KBT posttraumatskog stresnog poremećaja (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)

6. KBT poremećaja ličnosti (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
7. KBT poremećaja ishrane (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
8. KBT seksualnih poremećaja (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
9. KBT psihotičnih poremećaja (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol)
10. KBT bolesti zavisnosti od psihoaktivnih supstanci (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
11. KBT bihevioralnih zavisnosti (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
12. KBT za rad sa nesanicom. KBT za hronični bol. (operacionalizacija problema, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi - terapijski protokol i igranje uloga)
13. KBT partnerskih problema, KBT za rad sa niskim samopoštovanjem, KBT za kontrolu ljutnje. (operacionalizacija problema, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol i igranje uloga)
14. KBT i problemi tokom životnog veka: pristup kognitivno-razvojnog životnog zadatku.
15. Specifičnosti rada sa decom i posebni protokoli KBT. KBT specifičnih razvojnih poremećaja govora i jezika. KBT specifičnih razvojnih poremećaja školskih veština. KBT pervazivnih razvojnih poremećaja. (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol)
16. KBT hiperkinetičkog poremećaja. KBT poremećaja ponašanja. KBT dečje i adolescentne depresije. KBT anksioznosti kod dece. KBT tik poremećaja. KBT enureze i enkopreze. KBT mucanja. (kriterijumi za postavljanje dijagnoze - operacionalizacija problema, etiologija, konceptualizacija, izbor tehnika za terapijski rad, prikaz slučaja, demonstracija rada, praktičan rad u grupi – terapijski protokol)

III godina

1. KBT sa parom. KBT sa porodicom. Grupna KBT. Kratka KBT.
2. Terapijski modaliteti: Psihoanaliza. Psihoanalitička psihoterapija. Grupna analitička psihoterapija. Jungijanska (analitička) psihoterapija. Sistemska porodična terapija.
3. Terapijski modaliteti: Psihodrama. Transakciona analiza. Geštalt terapija. Konstruktivistička psihoterapija. Egzistencijalistička psihoterapija. Integrativna psihoterapija.
4. Procena u KBT. Faze procene: inicijalna procena, monitoring terapije i završetak terapije. Testovi. Upitnici. Skale procene. Terapijski protokoli.
5. Proces, vrste i ciljevi istraživanja psihoterapije. Modeli i metode istraživanja u psihoterapiji. Kvantitativna i kvalitativna istraživanja (strukture i procedure). Evidence-Based Practice. Publikovanje naučnog rada.
6. Motivacioni intervju. Teorija promene. Metod MI: angažovanje, fokusiranje, izazvanje i planiranje. Tok MI. Veštine i strategije.
7. Treći talas u KBT: Bihevioralna aktivacija. Dijalektička bihevioralna terapija. Terapija prihvatanjem i posvećenošću.
8. Treći talas u KBT: Shema terapija. Kognitivna terapija bazirana na punoj svesnosti. Terapija usmerena na saosećanje. Metakognitivna terapija.
9. Farmakologija - osnovne postavke farmakoterapije. Vrste poremećaja i lekovi izbora. Interakcija između farmakoterapije i psihoterapije. Mehanizmi dejstva KBT (neuroplastičnost, habituacija i senzitizacija, stimulacija). KBT i farmakoterapija.

III godina – drugi semestar

Supervizije

IV godina

Supervizije

LIČNI RAD / RAZVOJ

Trening programi za kognitivne i bihevioralne terapije sadrže neki vid lične terapije / razvoja (individualnu ličnu terapiju i/ili grupne radionice ličnog razvoja i/ili biblioterapiju) koje vode iskusni praktičari. Terapeuti moraju biti sigurni da su u stanju da identifikuju i da na odgovarajući način upravljaju svojim ulaskom u proces kognitivne i bihevioralne terapije.

PRAKSA

Praksa uključuje terapijsku praksu u institucijama ili psihoterapijskim ordinacijama i podrazumeva neposredan rad sa klijentima. Tokom rada sa klijentima kandidat je dužan da obavesti klijente i osobe sa kojima dolazi u profesionalni kontakt da je na edukaciji i da nije akreditovani psihoterapeut.

SUPERVIZIJA

Svi kandidati tokom treninga imaju superviziju procene i terapije, koju vode kompetentni kognitivni i bihevioralni terapeuti. Supervizija se sastoji od redovnih diskusija i povratnih informacija. Supervizija se organizuje kao grupna i individualna supervizija. Metode za procenu kompetencija mogu biti: direktna opservacija terapijskih sesija od strane supervizora, video ili audio snimljene seanse, diskusije tokom supervizije, usmene prezentacije, pismene prezentacije kliničke prakse (rada sa slučajevima), protokol vođenja terapije, ispit. Da bi se smatralo da je kandidat završio trening, potrebno je da tokom treninga samostalno tretira najmanje 10 klijenata, i to od procene do završetka tretmana, uz dokumentovani-pisani kompletan KBT protokol sa evidencijom i izvodima sa svih seansi. Ti slučajevi treba da pokriju najmanje tri tipa problema. Grupne supervizije uključuju minimum 20 terapijskih seansi. Značajan deo treninga treba da bude intenzivna supervizija koja obuhvata korišćenje živog, audio ili video materijala. Neophodno je dostaviti i dve pisane studije slučaja, od 2000 do 4000 reči. Supervizirana klinička praksa i klinički slučajevi se registruju u Protokolu treninga.

3. KOMPETENCIJE I EVALUACIJA KANDIDATA

PROCENA KANDIDATA (trening standarda)

Od kandidata se očekuje da pokaže poznavanje teorijskih aspekata bihevioralne i kognitivne terapije i njene primene putem formalne procene u vidu ispita, eseja i naučnog rada ili istraživačkog projekta.

Ispiti se sprovode nakon svakog semestra teorijske nastave i imaju formu psimenog testa (pitanja sa višestrukim izborom i pitanja dopunjavanja).

Esej je kraća prozna forma u kojoj se kritički obrađuje određena tema iz oblasti bihevioralnih i kognitivnih teorija i terapija, sa akcentom na analitičko razmišljanje i zaključivanje.

Naučni rad iz oblasti KBT se publikuje u relevantnom časopisu, kao prvi autor.

Istraživački rad se sprovodi samostalno ili u okviru akreditovanih projekta i prezentuje se istraživačkom disertacijom.

Formalna procena supervizirane prakse procenjuje se pomoću dve pisane studije slučaja, nezavisno od drugih definisanih zahteva tokom supervizije. Ove pisane studije koriste se kao Završni rad, koji se polaže usmeno pred Komisijom.

Tokom edukacije neophodno je voditi Protokol treninga kojim se registruju: vreme i dužina studiranja, broj sati svakog elementa trening obuke (teorijske studije, lični rad, praksa i supervizije), predmeti teorijske nastave, evidencija o ličnom radu, supervizirani protokoli, imena predavača i supervizora koji su učestvovali u treningu i materijali i ocene formalnih metoda procene.

KOMPETENCIJE KANDIDATA

Sposobnost za procenu i formulisanje klijentovih problema prema KBT modelu:

- 1) razumevanje osnovnih postavki kognitivnih i bihevioralnih teorija i terapija
- 2) razumevanje procesa nastanka i održavanja problema
- 3) demonstracija veštine intervjuisanja i slušanja
- 4) upotreba KBT metoda procene i razumevanje njihove validnosti
- 5) upoređivanje i diferenciranje KBT u odnosu na druge terapije, radi procene da li su primenjene odgovarajuće intervencije.

Sposobnost za primenu kognitivnih i bihevioralnih intervencija:

- 1) prezentovanje znanja i veština brojnih bihevioralno-kognitivnih intervencija koje su zasnovane na naučnim dokazima
- 2) usvojeno znanje iz oblasti psihologije i drugih naučnih disciplina koje doprinosi znanju kognitivnih i bihevioralnih terapija
- 3) razumevanje i poznavanje normalnog i abnormalnog ponašanja, odnosno psihopatologije
- 4) veština kognitivno-bihevioralnog psihoterapeuta da uspostavi terapijski odnos/savez sa klijentom, saradnički odnos u kome klijentu prezentuje relevantnost korišćenih intervencija
- 5) upotreba metoda procene, terapijskih protokola i metoda evaluacije radi procene preduzetih intervencija.

4. AKREDITACIJA TERAPEUTA

Kandidati koji zadovolje ove Trening standarde, uspešno polože ispite, odbrane završni rad i pokazuju kontinuirani profesionalni razvoj, biće akreditovani od strane Udruženja za bihejvioralne i kognitivne terapije – Fokus i Saveza društava psihoterapeuta Srbije. Definisanom procedurom biće u mogućnosti da dalje apliciraju za Evropski sertifikat psihoterapeuta i Evropski sertifikat za kognitivno-bihejvioralnog terapeuta.

Supervizori i iskusni praktičari koji imaju 5 godina terapijske prakse nakon zadovoljavanja ovih Trening standarda, imaju mogućnost za dalji trening koji će ih osposobljavati za trenere / supervizore.

5. NAPUŠTANJE ILI ISKLJUČIVANJE SA EDUKACIJE

U slučajevima kada kandidat privremeno napušta edukaciju iz opravdanih razloga (bolest, preseljenje, promena posla i sl.) dužan je da pisanim putem tražiti od Udruženja odobrenje o privremenom prekidu.

Ukoliko kandidat želi da potpuno napusti edukaciju potrebno je da pisanim putem, uz obrazloženje razloga napuštanja, o tome obavesti Udruženje. U slučaju da kasnije želi da nastavi edukaciju individualno će se razmatrati uslovi i način uključivanja u edukaciju.

Kandidat se isključuje iz edukacije kada:

- ne ispunjava zahteve određene Pravilnikom o edukaciji
- ne poštuje pravila ili ometa izvođenje edukacije
- prekine superviziju
- krši etički kodeks
- ne izvršava svoje finansijske obaveze

Konačnu odluku o isključenju sa edukacije donosi Upravni odbor. Odluka je konačna.

6. TROŠKOVI EDUKACIJE

Troškovi edukacije regulisani su Cenovnikom edukacije Udruženja. Kandidat se obavezuje da uplati definisan iznos troškova po godini studija, na žiro račun udruženja, Troškovi edukacije uključuju: semestralnu nastavu, supervizije i ispite.