

Program i sposób organizacji 4-letniego szkolenia w psychoterapii poznawczo-behawioralnej, przygotowującego do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty poznawczo-behawioralnego PTPPB, w Szkole Psychoterapii Centrum CBT EDU

1. Celem 4-letniego szkolenia w psychoterapii poznawczo-behawioralnej, realizowanego w Szkole Psychoterapii Centrum CBT EDU jest wyposażenie osób szkolących się w wiedzę i kompetencje wymagane do prowadzenia psychoterapii poznawczo-behawioralnej, w tym umiejętność diagnozowania, rozumienia i formułowania problemów pacjenta (dokonywania konceptualizacji) zgodnie z modelami poznawczo-behawioralnymi, z uwzględnieniem kontekstu kulturowego i środowiskowego, planowania postępowania terapeutycznego, prowadzenia samodzielnej pracy psychoterapeutycznej i stosowania odpowiednich interwencji poznawczo-behawioralnych, budowania, podtrzymywania i podsumowywania relacji terapeutycznej
2. Szkolenie realizowane jest zgodnie z atestowanym przez PTPPB (Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczo-Behawioralnej) programem, trwa nie mniej niż **4 lata** i obejmuje **1200 godzin**, poświęconych teorii i praktyce podejścia poznawczo-behawioralnego, w tym **840 godzin** zajęć teoretyczno-praktycznych (**432 godzin** zajęć teoretyczno-warsztatowych, **288 godzin** superwizji, **120 godzin** rozwoju osobistego realizowanego w formie oddziaływań grupowych) oraz **360 godzin** stażu klinicznego

Zajęcia teoretyczno-praktyczne (432 h)	
Teoria i praktyka w modelu poznawczo-behawioralnym	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Wprowadzenie do terapii poznawczo-behawioralnej: założenia, zastosowania, skuteczność i naukowe postawy terapii poznawczo-behawioralnej. Relacja terapeutyczna. Trzecia fala terapii poznawczo-behawioralnej (terapia schematów, dialektyczna terapia behawioralna, terapia oparta na akceptacji i zaangażowaniu).	36h
Terapia behawioralna – techniki. Eksperyment behawioralny	18 h
Terapia poznawcza - techniki	18 h
Relaksacja, mindfulness	9 h
Techniki doświadczeniowe	18 h

Podstawy psychoterapii, główne kierunki w psychoterapii	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Zagadnienia etyczne i prawne w psychoterapii (w tym związane z procedurami prawnymi dotyczącymi dziecka i jego rodziny). Czynniki socjokulturowe w psychoterapii. Psychoterapia indywidualna, grupowa, rodzinna - kryteria wyboru metody i formy w leczeniu. Główne kierunki w psychoterapii (założenia, zastosowania, skuteczność i ograniczenia, teoria procesu psychoterapeutycznego z uwzględnieniem czynników leczących w podejściach). Podstawy dobrej praktyki, w tym zasady praktyki opartej na dowodach. Wybrane elementy wiedzy o rozwoju człowieka w cyklu życia, czynniki kształtujące rozwój człowieka i osobowości, rozwój poznawczy, emocjonalny, społeczny, rozwój języka i komunikacji.	18h
Terapia grupowa. Jak efektywnie pracować z grupą	18h
Główne kierunki w psychoterapii c.d. - terapia systemowa. Genogram.	36 h
Wybrane elementy wiedzy medycznej, psychopatologia, diagnoza nozologiczna i leczenie zaburzeń psychicznych	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Psychopatologia, diagnoza nozologiczna (ICD, DSM) zaburzeń i chorób psychicznych, zaburzeń osobowości i zachowania osób dorosłych oraz zaburzeń i chorób psychicznych, zaburzeń rozwoju, zaburzeń emocjonalnych i behawioralnych wieku rozwojowego na przestrzeni poszczególnych faz rozwojowych. Mechanizmy i przyczyny powstawania zaburzeń i chorób psychicznych, zaburzeń osobowości i zachowania, zaburzeń rozwoju. Leczenie zaburzeń i chorób psychicznych, zaburzeń osobowości i zachowania wieku dorosłego. Zasady leczenia zaburzeń i chorób psychicznych, zaburzeń rozwoju, zaburzeń emocjonalnych i behawioralnych wieku rozwojowego. Podstawy farmakoterapii. Organizacja opieki psychiatrycznej w Polsce, w tym lecznictwa psychiatrycznego dla dzieci i młodzieży.	18 h
Podstawy wiedzy psychologicznej	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Diagnoza psychologiczna i neuropsychologiczna z ukierunkowaniem na wykorzystanie w planowaniu terapii poznawczo-behawioralnej	18 h
Terapia poznawczo-behawioralna zaburzeń psychicznych i problemów emocjonalnych, w tym terapia poznawczo-behawioralna specyficznych problemów wieku rozwojowego	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Zaburzenia afektywne - modele i leczenie w podejściu poznawczo-behawioralnym	18 h

Model i terapia poznawczo-behawioralna zespołu lęku uogólnionego, napadów paniki, fobii prostych, fobii społecznej	36 h
Terapia poznawczo-behawioralna zaburzenia stresowego pourazowego i zaburzeń związanych z czynnikami stresowymi	9 h
Zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne i zaburzenia z nim związane w paradygmacie poznawczo-behawioralnym	18 h
Zaburzenia somatyzacyjne i konwersyjne - koncepcja i terapia poznawczo behawioralna	18 h
Terapia poznawczo-behawioralna zaburzeń odżywiania	18 h
Zaburzenia i dysfunkcje seksualne	9 h
Zastosowania terapii poznawczo-behawioralnej w leczeniu zaburzeń z kręgu schizofrenii	9 h
Podejście poznawczo-behawioralne w leczeniu uzależnień	18 h
Osobowość i jej zaburzenia w koncepcji poznawczo-behawioralnej, terapia nieprawidłowo kształtującej się osobowości	18 h
Poznawczo-behawioralna terapia par	18 h
Odrębności prowadzenia terapii poznawczo-behawioralnej w przypadku pacjentów w wieku rozwojowym, zaburzenia lękowe i depresyjne u dzieci i młodzieży - model i terapia w podejściu poznawczo-behawioralnym	9 h
Zastosowanie terapii poznawczo-behawioralnej w przypadku samookaleczeń i prób samobójczych	9 h
Zaburzenia eksternalizacyjne dzieci i młodzieży - model i terapia w podejściu poznawczo-behawioralnym	9 h
Całościowe zaburzenia rozwoju (autyzm, zespół Aspergera) - zakres i możliwości stosowania technik poznawczo-behawioralnych	9 h
Superwizja i konceptualizacja przypadków (288 h)	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Tworzenie sformułowania przypadku w podejściu poznawczo-behawioralnym w oparciu o dane z wywiadu i diagnozę zaburzeń i problemów psychicznych z uwzględnieniem konceptualizacji poznawczo-behawioralnej (wstępna konceptualizacja)	18 h

<p>Praktyka psychoterapeutyczna pod superwizją (superwizja przypadków*)</p> <p>* Superwizja obejmuje dyskusję i informacje zwrotne na temat prowadzonych procesów terapeutycznych w oparciu o prezentowane opisy konceptualizacji i terapii przypadków, obserwację terapii i/lub nagranych materiałów z sesji (audio lub wideo), odgrywanie ról. W trakcie szkolenia osoba szkoląca się jest zobowiązana do zrealizowanych 8 superwizji procesów terapeutycznych, prowadzonych od momentu diagnozy do ukończenia terapii lub znacznego stopnia zaawansowania terapii, z zaprezentowaniem co najmniej 3 rodzajów problemów klinicznych wg aktualnej klasyfikacji zaburzeń. Konieczne jest poddanie tzw. superwizji bezpośredniej (przez przekazanie nagrania audio, wideo lub przeprowadzenia sesji terapeutycznej w obecności superwizora) minimum 3 przypadków.</p>	270 h
Rozwój osobisty (120h)	
Tematy zajęć	Liczba godzin
Grupa otwarcia	20 h
Trening interpersonalny	50 h
Trening intrapsychiczny	50 h

3. Osoba uczestnicząca w szkoleniu zobowiązana jest do samodzielnego zrealizowania w czasie jego trwania **360 godzin** stażu klinicznego, w tym **120 godzin** psychiatrycznego stażu klinicznego w oddziale psychiatrycznym (całodobowym lub dziennym) lub w izbie przyjęć przy oddziale psychiatrycznym oraz **240 godzin** stażu klinicznego w placówce prowadzącej postępowanie diagnostyczne i terapeutyczne osób z różnego rodzaju zaburzeniami psychicznymi (pod opieką merytoryczną psychiatry, psychologa klinicznego, certyfikowanego psychoterapeuty lub ordynatora oddziału).
4. Zajęcia teoretyczno-praktyczne prowadzone są przez osoby posiadające Certyfikat Psychoterapeuty Poznawczo-Behawioralnego PTPPB (w większości), posiadające Certyfikat Superwizora-Dydaktyka PTPPB, posiadające Certyfikat Psychoterapeuty Poznawczo-Behawioralnego PTPPB, będącego w trakcie szkolenia w superwizji do uzyskania Certyfikatu Superwizora-Dydaktyka PTPPB lub osoby będące superwizorami uznanych towarzystw zagranicznych terapii poznawczo-behawioralnej.
5. Zajęcia poświęcone rozwojowi osobistemu prowadzone są przez osoby, nie będące stałymi wykładowcami - nauczycielami lub egzaminatorami Szkoły Psychoterapii Centrum CBT
6. Czas trwania zajęć i ich tematyka, podpisy wykładowców i superwizorów oraz szczegóły dotyczące przebiegu superwizji i rodzaju przypadków, a także inne informacje dokumentujące przebieg szkolenia, odnotowywane są w Indeksie oraz Karcie Superwizji, prowadzonych przez każdą z osób kształcących się.

7. Program i harmonogram szkolenia ustalony jest przez powołany w Centrum CBT EDU zespół do spraw szkolenia i podawany do wiadomości na stronie internetowej pod adresem <https://cbt.pl/szkola-psychoterapii/>