

ΤΡΙΕΤΕΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΣΤΗ ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΟ ΑΠΟ ΤΗΝ
**EUROPEAN ASSOCIATION FOR BEHAVIORAL
& COGNITIVE THERAPIES (EABCT)**



ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ 2019-2020

www.gacbp.com

1. ΓΕΝΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Η ΕΕΓΣΨ

Η ΕΕΓΣΨ ιδρύθηκε το 1994 στη Θεσσαλονίκη με σκοπό την προαγωγή της Γνωστικής και Συμπεριφορικής ψυχοθεραπείας και από το 1995 είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Εταιρίας για την Συμπεριφορική και Γνωστική Θεραπεία (European Association of Behavioural and Cognitive Therapies – EABCT). Η EABCT αριθμεί σήμερα πάνω από 36 επιμέρους επιστημονικές εταιρείες με παραπάνω από 25.000 μέλη σε όλα σχεδόν τα Ευρωπαϊκά κράτη, γεγονός που την καθιστά ως μια από τις μεγαλύτερες εταιρείες ψυχοθεραπείας στην Ευρώπη (www.eabct.com).

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΑΒCT

Η ΕΑΒCT προτείνει τη δομή και το περιεχόμενο ενός εκπαιδευτικού προγράμματος στη ΓΣΨ και έχει διαμορφώσει τα απαραίτητα κριτήρια τα οποία πρέπει να πληροί ένα πρόγραμμα για να έχει την πιστοποίηση της.

Κάθε πρόγραμμα εκπαίδευσης στη ΓΣΨ σύμφωνα με την ΕΑΒCT πρέπει να περιλαμβάνει δύο στάδια:

A. Γενικές θεραπευτικές δεξιότητες και κατανόηση της ψυχοπαθολογίας

B. Εκπαίδευση στη ΓΣΘ: Θεωρητική κατανόηση του ΓΣ μοντέλου και απόκτηση δεξιοτήτων που είναι απαραίτητες για την αποτελεσματική ΓΣ θεραπευτική κλινική πράξη. Η εκπαίδευση στη ΓΣΘ περιλαμβάνει τόσο θεωρητική όσο και κλινική εκπαίδευση. Αναλυτικότερα:

α. Θεωρητική εκπαίδευση (συνολικά 450 ώρες). Θα έπρεπε να περιλαμβάνει 200 ώρες διδασκαλίας από αναγνωρισμένους γνωστικούς συμπεριφορικούς εκπαιδευτές μέσα από ένα δομημένο/ αναγνωρισμένο οργανωμένο πρόγραμμα και 250 ώρες εκπαίδευσης με άλλο τρόπο, όπως ατομική μελέτη, προετοιμασία υποχρεώσεων κλπ.

β. Κλινική εκπαίδευση: Θα πρέπει να αποτελεί ένα σημαντικό μέρος του συνολικού εκπαιδευτικού προγράμματος και σε αυτή συμπεριλαμβάνονται επιβλεπόμενη κλινική άσκηση, εφαρμοσμένα εργαστήρια απόκτησης δεξιοτήτων, παρατήρηση και κλινική άσκηση. Στη φάση της κλινικής εκπαίδευσης απαιτούνται 200 ώρες επιβλεπόμενης αξιολόγησης και θεραπείας (assessment and therapy). Στη διάρκεια αυτής της φάσης κάθε εκπαιδευόμενος θα έχει διεκπεραιώσει 8 τουλάχιστον περιστατικά (από τη διάγνωση μέχρι το τέλος της θεραπείας), με κατά προτίμηση 3 διαφορετικά είδη προβλημάτων. Τρία από αυτά τα περιστατικά θα επιβλεφθούν στενά.

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗ ΓΣΨ ΤΗΣ ΕΕΓΣΨ

Το Πρόγραμμα Εκπαίδευσης στη ΓΣΨ διαμορφώθηκε με βάση τις συστάσεις/ απαιτήσεις της European Association of Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT), έτσι ώστε να ανταποκρίνεται στα κριτήρια (Training Standards), ενός αναγνωρισμένου από την EABCT εκπαιδευτικού προγράμματος. Η ολοκλήρωση του προγράμματος εκπαίδευσης στη ΓΣΘ πιστοποιείται τόσο από την ΕΕΓΣΨ, όσο και από την EABCT.

Η εκπαίδευση απευθύνεται σε επαγγελματίες του χώρου της ψυχικής υγείας (όπως ψυχιάτρους, ψυχολόγους, ειδικευόμενους ψυχιάτρους). Η παρακολούθηση του προγράμματος απαιτεί από τους συμμετέχοντες την ανάλογη άδεια ασκήσεως επαγγέλματος. Κατ' εξαίρεση μπορούν να συμμετέχουν στο πρόγραμμα τελειόφοιτοι τμημάτων ψυχολογίας, με την προϋπόθεση ότι μέχρι την ολοκλήρωση του Πρώτου Έτους εκπαίδευσης στη ΓΣΘ θα έχουν πάρει το πτυχίο τους και την άδεια ασκήσεως επαγγέλματος.

ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα έχει τριετή διάρκεια. Το κύριο βάρος της εκπαίδευσης στη διάρκεια του 1ου έτους είναι στη θεωρητική προετοιμασία, ενώ κατά τη διάρκεια του 2ου έτους και έπειτα είναι στην κλινική δουλειά με προοδευτικά αυξανόμενης δυσκολίας περιστατικά. Εντούτοις, η θεωρητική εκπαίδευση συνεχίζεται και στο 2ο έτος (αλλά και στο 3ο με τη μορφή του Journal Club) με προοδευτικά μειούμενο αναλογικά χρόνο.

Τα θεωρητικά μαθήματα γίνονται κυρίως με τη μορφή σεμιναρίων όπου οι εκπαιδευόμενοι παρουσιάζουν εκ περιτροπής επιλεγμένα άρθρα και κεφάλαια βιβλίων της σχετικής βιβλιογραφίας. Η καλή γνώση της αγγλικής γλώσσας είναι απαραίτητη λόγω του ότι η βιβλιογραφία είναι κυρίως στην αγγλική γλώσσα. Η σεμιναριακή μορφή της εκπαίδευσης δίνει στους εκπαιδευόμενους όχι μόνο την ευκαιρία της εξοικείωσής τους με την αγγλική βιβλιογραφία και ορολογία, αλλά ανταποκρίνεται και στο κριτήριο των προσωπικών ωρών μελέτης που απαιτεί η EABCT.

Στη διάρκεια της θεωρητικής εκπαίδευσης γίνεται επίσης παρουσίαση περιστατικών από μια ποικιλία ψυχικών διαταραχών, όπως επίσης και το ανάλογο παίξιμο ρόλων. Οι εκπαιδευόμενοι εξοικειώνονται έτσι με την κλινική διαγνωστική συνέντευξη, τη θεραπευτική σχέση και τη θεραπευτική διαδικασία της ΓΣΘ.

ΩΡΕΣ ΚΑΙ ΗΜΕΡΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ

Οι ώρες είναι απογευματινές και αφορούν εκπαιδευτικό 5ωρο (17:00 έως 21:15) κατά προτίμηση Παρασκευή για το πρώτο έτος, εκπαιδευτικό 4ωρο- (18:00 έως 21:15) κατά προτίμηση Τετάρτη για το δεύτερο έτος, καθώς και πρωινές ώρες (9:00-14:00) ένα Σαββατο-Κύριακο το μήνα.

Ο αριθμός συμμετεχόντων ανά έτος είναι περιορισμένος. Οι υποψήφιοι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να συμπληρώσουν την Αίτηση/ Βιογραφικό σημείωμα που βρίσκεται στην ιστοσελίδα της Εταιρείας. Στη συνέχεια οι υποψήφιοι θα κληθούν σε προσωπική συνέντευξη, στην οποία επίσης θα πρέπει να φέρουν αντίγραφα του πτυχίου τους και της άδειας ασκήσεως επαγγέλματος.

ΠΕΡΙΛΗΠΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

	Θεωρητικά	Workshops	Θεραπεία	Επίβλεψη (διαγν/κής διαδικασίας)	Επίβλεψη (θεραπ/κής διαδικασίας)
Α έτος	160	60	-	-	-
Β έτος	128	60	100(-150)	50	50
Γ έτος	16	20	150	50	50
Σύνολο	304	140	250 (-300)	100	100
Σύνολο θεωρητικής εκπαίδευσης: 304 ώρες (σε αυτές μπορούν να προστεθούν πολλές ώρες ατομικής ή ομαδικής μελέτης, προετοιμασίας σεμιναρίων, διπλωματικής κλπ)					
Σύνολο επίβλεψης σε αξιολόγηση και θεραπεία: 200 ώρες					
Σύνολο κλινικής εκπαίδευσης (πλην της επίβλεψης): 390-440 ώρες					

ΑΝΑΛΗΨΗ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥΣ

Αναφορικά με την κλινική άσκηση, όσοι από τους συμμετέχοντες έχουν πρόσβαση σε κατάλληλα θεραπευτικά περιστατικά (από γραφείο, ιατρείο, Κέντρο Υγείας κοκ) μπορούν να αναλαμβάνουν τα περιστατικά τους από αυτές τις πηγές.

Η ΕΕΓΣΨ δίνει τη δυνατότητα στους εκπαιδευόμενους, οι οποίοι δεν ιδιωτεύουν ή δεν απασχολούνται σε δομές που παρέχουν ψυχοθεραπευτικό έργο, να αναλαμβάνουν περιστατικά για την κλινική τους άσκηση από τις δομές με τις οποίες συνεργάζεται η ΕΕΓΣΨ, συμπεριλαμβανομένου του Κέντρου Συμβουλευτικής και Στήριξης Φοιτητών (ΚΣΣΦ) στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας ή του Κέντρου Συμβουλευτικής και Θεραπείας "Ψυχική Υγεία" στη Θεσσαλονίκη. Η επιλογή των περιστατικών γίνεται πάντα σε συνεννόηση με τον εκάστοτε επόπτη προκειμένου να ανταποκρίνεται στο επίπεδο των κλινικών δεξιοτήτων του εκπαιδευομένου και στο στάδιο της πρακτικής του εκπαίδευσης (βαθμιαία ανάληψη πιο απαιτητικών περιστατικών).

ΚΟΣΤΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ 2019-2020

Οι σημαντικές μειώσεις διδάκτρων που επιτεύχθηκαν τα τελευταία χρόνια διατηρούνται στο νέο ακαδημαϊκό έτος 2019-2020. Αναλυτικότερα, το κόστος για την εκπαίδευση έχει διαμορφωθεί ως εξής: Α' έτος: 1900€, Β' έτος: 1900€ και Γ' έτος: 600€. Στο κόστος συμπεριλαμβάνονται θεωρητικά σεμινάρια , video workshops και ομάδα αυτογνωσίας.

Υπάρχει επίσης το κόστος των εποπτειών το οποίο δεν είναι σταθερό, εφόσον εξαρτάται από τον αριθμό των εποπτειών που θα χρειαστεί ο κάθε εκπαιδευόμενος. Μπορείτε να υπολογίζετε ότι το κόστος αυτό είναι περίπου 40-50€ για κάθε ατομική εποπτεία, και μοιράζεται ανάλογα στο δεύτερο και τρίτο έτος εκπαίδευσης, ή και στο τέταρτο αν ο εκπαιδευόμενος δεν έχει τελειώσει νωρίτερα τις απαραίτητες διαγνωστικές και θεραπευτικές συνεδρίες του κάτω από εντατική εποπτεία. Το κόστος της κάθε εποπτείας πληρώνεται στον επόπτη.

2. ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

ΠΡΩΤΟ ΕΤΟΣ

A. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ (5 ώρες/εβδομάδα επί 32 εβδομάδες /σύνολο 160 ωρών)

Αποτελείται από 4 μέρη, διάρκειας 8 εβδομάδων (σύνολο 40 ώρες/καθένα)

1. Λήψη ιστορικού-Θεραπευτική σχέση
2. Ψυχοπαθολογία-Διάγνωση
3. Θεωρίες μάθησης- Θεραπεία Συμπεριφοράς
4. Εισαγωγή στη Γνωστική Θεραπεία

B. ΚΛΙΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ - ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ-Video Workshops
(Σύνολο 60 ωρών)

Δίνεται στους εκπαιδευόμενους η δυνατότητα να παρακολουθήσουν μέσω video, έξι μαγνητοσκοπημένα workshops που οργανώθηκαν από την ΕΕΓΣΨ. Γίνονται το πρώτο Σάββατο-Κύριακο κάθε μήνα (9:00- 14:00 το Σάββατο , 9:00-14:00 την Κυριακή) τους μήνες Ιανουάριο-Ιούνιο.

ΔΕΥΤΕΡΟ ΕΤΟΣ

A. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ (4 ώρες την εβδομάδα επί 32 εβδομάδες /σύνολο 128 ωρών)

Περιλαμβάνει τα θέματα:

1. ΓΣΘ και Φαρμακοθεραπεία
2. Χρήση ερωτηματολογίων Αξιολόγησης
3. Η θεραπευτική προσέγγιση στις διαταραχές άγχους
4. Η θεραπευτική προσέγγιση στις διαταραχές διάθεσης
5. Η θεραπευτική προσέγγιση στις διαταραχές πρόσληψης τροφής
6. Η θεραπευτική προσέγγιση στις σεξουαλικές διαταραχές
7. Η θεραπευτική προσέγγιση στα προβλήματα ζευγαριών
8. Η θεραπευτική προσέγγιση στα προβλήματα του παιδιού και της οικογένειάς του
9. Η θεραπευτική προσέγγιση στην ψύχωση
10. Η θεραπευτική προσέγγιση στις διαταραχές της προσωπικότητας
11. Σχολές γονέων και γνωστική συμπεριφορική προσέγγιση

B. ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ-Video Workshops (Σύνολο 60 ωρών)

Δίνεται στους εκπαιδευόμενους η δυνατότητα να παρακολουθήσουν μέσω video, έξι μαγνητοσκοπημένα workshops που οργανώθηκαν από την ΕΕΓΣΨ. Γίνονται το τρίτο Σάββατο-Κύριακο κάθε μήνα (9:00- 14:00 το Σάββατο , 9:00-14:00 την Κυριακή) τους μήνες Δεκέμβριο-Μάιο.

Γ. ΚΛΙΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ-ΚΛΙΝΙΚΟ ΕΡΓΟ

1. Ανάληψη περιπτώσεων - παρακολούθηση ασθενών. Συνιστάται η αρχική ανάληψη περιστατικών να περιλαμβάνει 1-2 ταυτόχρονα περιστατικά κάτω από επίβλεψη/εποπτεία, με προοδευτική αύξηση της ταυτόχρονης παρακολούθησης 2-4 περιστατικών (περίπου 100-150 ώρες/χρόνο).
2. Επίβλεψη Διαγνωστικής Διαδικασίας: Συναντήσεις της ομάδας των εκπαιδευομένων με τους εκπαιδευτές και παρουσίαση κάθε νέου περιστατικού (ιστορικό, διαγνωστικές προτάσεις, case formulation). Εφόσον υπάρχει συνεχής ροή νέων περιστατικών, η συνάντηση αυτή γίνεται σε τακτή μέρα και ώρα της εβδομάδας (περίπου 50 ώρες/χρόνο)
3. Επίβλεψη/εποπτεία: Εντατική (εβδομαδιαία) ατομική επίβλεψη (περίπου 50 ώρες/χρόνο).

ΤΡΙΤΟ ΕΤΟΣ

A. ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ - Journal Club: Περιλαμβάνει παρουσίαση πρόσφατων άρθρων της βιβλιογραφίας σε μια ποικιλία θεμάτων (διάρκειας 2 ωρών μια φορά το μήνα/ σύνολο 16 ωρών).

B. ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ - Video Workshops (Σύνολο 20 ωρών)

Δίνεται στους εκπαιδευόμενους η δυνατότητα να παρακολουθήσουν μέσω video, δύο μαγνητοσκοπημένα workshops που οργανώθηκαν από την ΕΕΓΣΨ. Γίνονται το τρίτο Σάββατο-Κύριακο κάθε μήνα (9:00- 14:00 το Σάββατο , 9:00-14:00 την Κυριακή) τους μήνες Οκτώβριο-Νοέμβριο.

Γ. ΚΛΙΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ-ΚΛΙΝΙΚΟ ΕΡΓΟ

1. Ανάληψη περιπτώσεων - παρακολούθηση ασθενών. Ταυτόχρονη παρακολούθηση, κάτω από επίβλεψη/εποπτεία, 2-4 περιστατικών (περίπου 150 ώρες/χρόνο).
2. Επίβλεψη Διαγνωστικής Διαδικασίας: Συναντήσεις της ομάδας των εκπαιδευομένων με τους εκπαιδευτές και παρουσίαση κάθε νέου περιστατικού (ιστορικό, διαγνωστικές προτάσεις, case formulation).

Εφόσον υπάρχει συνεχής ροή νέων περιστατικών, η συνάντηση αυτή γίνεται σε τακτή μέρα και ώρα της εβδομάδας (περίπου 50 ώρες/χρόνο).

3. Επίβλεψη/εποπτεία: Εντατική (εβδομαδιαία) επίβλεψη (περίπου 50 ώρες/χρόνο).

Δ. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Για τη διαδικασία αξιολόγησης του εκπαιδευόμενου είναι απαραίτητη η συμμετοχή του στα παρακάτω:

1. Θεωρητική αξιολόγηση (Διπλωματική εργασία): Συγγραφή δοκιμίου θεωρητικού περιεχομένου ή ερευνητική εργασία
2. Κλινική αξιολόγηση I: Εκτενή συγγραφή μιας περιπτώσεως με ταυτόχρονη κριτική παρουσίαση των σχετικών με την περίπτωση θεωρητικών και ερευνητικών/θεραπευτικών δεδομένων
3. Κλινική αξιολόγηση II: Συγγραφή του ιστορικού-διαγνωστικής διαδικασίας-θεραπευτικής πορείας δύο τουλάχιστον περιπτώσεων (2.000-4.000 λέξεις η κάθε μια)

***ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Ενδέχεται να υπάρχουν τροποποιήσεις στο περιεχόμενο των θεωρητικών μαθημάτων ή/και των video workshops στο νέο ακαδημαϊκό έτος.