



УКРАЇНСЬКИЙ ІНСТИТУТ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

Від турботи про психічне здоров'я окремої особи, родини – до більш здорового та гармонійного суспільства...



Українська
асоціація
когнітивно-
поведінкової
терапії

УАКПТ

УКРАЇНСЬКИЙ ІНСТИТУТ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

у співпраці з

ОКСФОРДСЬКИМ ЦЕНТРОМ КОГНІТИВНОЇ ТЕРАПІЇ,
та за підтримки

УКРАЇНСЬКОГО КАТОЛИЦЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ,
НАВЧАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ «ДЖЕРЕЛО»,
МЕДИКО-СОЦІАЛЬНОГО ЦЕНТРУ «ДІАЛОГ»
УКРАЇНСЬКОЇ АСОЦІАЦІЇ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

презентують у Львові

ТРЬОХРІЧНУ НАВЧАЛЬНУ ПРОГРАМУ

«КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВА ТЕРАПІЯ»

розроблену у відповідності до Європейських стандартів освіти когнітивно-поведінкової терапії, ідентичну по кількості годин та змісту навчальної програми такій ж програмі з КПТ Оксфордського центру когнітивної терапії, що реалізується ним у співпраці з Оксфордським університетом

розробники програми: Олег Романчук (Львів) та Денис Угрин (Лондон)

консультант з розробки програми: Дейвід Вестбрук, директор Оксфордського центру когнітивно-поведінкової терапії (Великобританія)

керівник програми: Олег Романчук (Львів)

Офіційний сайт програми: www.i-cbt.org.ua

Адреса для листування: i.cbt.org.ua@gmail.com

Зміст

Вступ.....	3
Навчальні цілі програми	6
Складові програми	8
Організація та зміст навчальної програми	10
Загальна схема-календар навчальної програми	14
Процедура оцінювання та сертифікації.....	15
Умови вступу та процедура зарахування на програму.....	17
Вартість навчання	18

Вступ

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним з провідних, сучасних, науковообґрунтованих методів психотерапії. Вона базується на усвідомленні того, що при багатьох психіатричних розладах та психологічних проблемах спотворене сприйняття реальності (себе, інших людей, майбутнього і т.п.), а також неадекватні дії у відповідь на існуючі проблеми є основними факторами, що підтримують розвиток, утримання існуючих проблем та розладів. Відповідно критично переосмислюючи своє сприйняття дійсності та свою поведінку, з допомогою психотерапевта клієнт намагається змінити дисфункційні, негативні взірці та цикли мислення та поведінки на більш реалістичні та такі, що сприятимуть покращенню емоційного стану, вирішенню міжособистісних та інших проблем, зміні життєвої ситуації на краще. Когнітивно-поведінкова терапія базується на стосунку партнерської співпраці між клієнтом та терапевтом. У процесі спільного дослідження існуючих проблем терапевт та клієнт вибудовують спільне розуміння проблеми/розладу, формулюють цілі та тоді співпрацюють над їх досягненням. Це передбачає активну участь клієнта у процесі терапії, виконання ним домашніх завдань, орієнтацію на те, щоб зрештою змогти бути собі самому «психотерапевтом». Когнітивно-поведінкова терапія використовує широкий, інтегративний арсенал технік та втручань (у тому числі з інших методів психотерапії), використовуючи їх у індивідуальному випадку кожного клієнта на досягнення терапевтичних цілей (детальнішу презентацію методу КПТ див. на сайті програми).

Ефективність когнітивно-поведінкової терапії при багатьох психіатричних розладах встановлена ґрунтовними науковими дослідженнями. У сучасну еру доказової медицини КПТ має наукові докази ефективності щодо ряду найбільш поширених психіатричних розладів. Відповідно сучасними протоколами професійних асоціацій психіатрів та психотерапевтів, рекомендаціями міністерств охорони здоров'я та ВООЗ вона є включена як одне з «втручань першого вибору» при депресії, обсессивно-компульсивному розладі, панічному розладі з агорафобією, генералізованому тривожному розладі, соціальній та інших фобіях, посттравматичному стресовому розладі, розладах харчової поведінки та ін. Сучасна КПТ має багато напрямків та модифікацій, вона ефективна у роботі з дітьми, підлітками, дорослими та людьми похилого віку. Вона розвивається на даний момент у напрямках допомоги людям з розладами особистості, психотичними порушеннями, міжособистісними проблемами (як от подружні конфлікти), зловживанням/залежністю од алкоголю/наркотиків та ін. КПТ застосовується у форматі індивідуальної, сімейної та групової роботи. На основі КПТ розроблені також чисельні програми самопомоги у формі книг, відео та он-лайн програм. КПТ з повагою ставиться до інших напрямків психотерапії, є відкритою до діалогу та інтеграції знань із суміжних областей психіатрії, психопатології, нейробіології та ін. КПТ з повагою ставиться до релігійного досвіду людини, духовних практик. Існує ряд програм допомоги, у яких КПТ є поєднана з християнськими духовними практиками, традицією медитації/молитви та ін. КПТ не є монолітною, у її руслі є багато напрямків, «течій», вона динамічно розвивається.

Дана навчальна програма є «цілісною» освітньою програмою у методі когнітивно-поведінкової терапії. Вона розроблена у повній відповідності до стандартів освіти КПТ Європейської Асоціації КПТ (ЕАВСТ – див. www.eabct.com – «Standards for Training and Accreditation of Cognitive and/or Behaviour Therapists», 2009). Український інститут когнітивно-поведінкової терапії подав заявку на членство у ЕАВСТ та планує у найближчому майбутньому акредитувати дану навчальну програму, що уможливить отримання випускниками даної програми європейського сертифіката з когнітивно-поведінкової терапії. Дана програма є програмою «післядипломної» освіти – вона не дає первинної спеціалізації у психотерапії/консультуванні, але дає можливість фахівцям, які мають відповідну, визнану державою освіту, яка дозволяє займатися практикою психотерапії чи клінічного консультування, отримати додаткову спеціалізацію у цьому сучасному, ефективному методі

психотерапевтичної допомоги. З огляду на те, що когнітивно-поведінкова терапія є доволі новим для України методом, основними викладачами даної програми запрошено провідних фахівців з когнітивно-поведінкової терапії європейської професійної спільноти – Оксфордського центру КПТ, Британської, Голландської асоціацій КПТ (вони викладатимуть щонайменше 8 з 12 запланованих модулів – у перекладі на українську мову, інші чотири модулі викладатимуться тренерами УІКПТ). Залучення провідних експертів з КПТ, у тому числі з різних напрямків КПТ, спеціалізованих у окремих галузях її застосування, дає можливість створити навчальну програму, що гарантуватиме справді європейського рівня освіти у цьому психотерапевтичному напрямку та сприятиме встановленню високих стандартів освіти та практики психотерапії в Україні.

Відповідно до рекомендацій Європейської Асоціації КПТ дана програма включає у себе:

- **Вивчення теоретичних засад та практичних методів КПТ** (загалом 450 навчальних год.). 200 з цих годин – шляхом безпосередньої участі у дванадцятьох теоретично-практичних семінарах (кількість семінарів може бути більшою чи меншою у залежності від тривалості семінарів у днях, але такою, що забезпечує необхідні 200 академічних годин – разом не менше 25 днів по 8 академічних годин), які викладатимуться провідними викладачами КПТ і які будуть націлені на те, щоби допомогти учасникам освоїти теорію КПТ та її застосування при різного роду психіатричних розладах та проблемах, а також на практичне відпрацювання основних технік та втручань (цьому буде присвячено щонайменше 50% часу семінарів). Інші 250 годин учасники здобудуть шляхом опрацювання відповідної літератури (обов'язковими є чотири базові підручники з КПТ виконанням домашніх завдань, роботою в групах відпрацювання практичних навичок та інтерв'язії, опрацюванням онлайн навчальних ресурсів та ін.). Додатковою опцією для учасників даного проекту буде навчання через дистанційну он-лайн навчальну програму Оксфордського центру КПТ.
- **Супервізовану практику когнітивно-поведінкової терапії** – загалом 200 годин клінічної практики щонайменше з восьма клієнтами з трьома різними типами розладів/проблем. Ця практика буде супервізуватися з обов'язковим представленням аудіо/відео матеріалів на супервізію у щонайменше трьох випадках, які студент має «провести» від початку до завершення терапії. Загальна кількість годин супервізій – 64 (1 академічна година = 45 хв). Поруч з супервізіями студенти матимуть також нагоду взаємної підтримки та допомоги у інтерв'язійних групах.
- **Періодичне оцінювання набутих знань та навиків** – шляхом тестування, оцінки аудіо/відеозаписів сесій за допомогою стандартизованої шкали компетентності КПТ-терапевта, оцінки письмових робіт (двох описів випадки і дипломної роботи).

Партнерами даного проекту є ряд організацій об'єднаних бажанням сприяти розвитку когнітивно-поведінкової терапії та сфери охорони психічного здоров'я в Україні на основі високих європейських професійних стандартів якості, наукової обґрунтованості, гуманістичних цінностей та морально-етичних стандартів праці у даній сфері. Усі партнери даного проекту розділяють переконання, що психічне здоров'я особи є тісно пов'язане з психічним здоров'ям суспільства – тому без демократизації та оздоровлення українського суспільства, звільнення від наших багатьох соціальних та ментальних недуг, неможливо вирішувати проблеми психічного здоров'я окремої особи. Усі партнери даного проекту розділяють переконання, що для України нагально важливим у її розвитку є суспільний діалог, пошук порозуміння та об'єднання зусиль. Відповідно дана програма інтегрує «дари» партнерів-організаторів даного проекту та ставить собі за мету сприяти діалогу різних сфер науки, суспільного життя та психотерапії.

Український інститут когнітивно-поведінкової терапії, як розробник даної програми насамперед пильнуватиме якість навчальної програми, її відповідність Європейським стандартам освіти у КПТ.

Український Католицький Університет, приймаючи учасників даної програми у своїх стінах, намагатиметься гостинно забезпечити належні умови для навчального процесу, а також вільний, відкритий простір для діалогу КПТ з іншими галузями науки, релігії та суспільного життя. **Навчально-реабілітаційний центр «Джерело»** вносить у цей проект свій стандарт якості послуг - «Професіоналізм та людяність», свій багатий досвід організації навчальних програм та проектів у сфері охорони психічного здоров'я дітей та підлітків та втілення інноваційних, європейських моделей соціальних послуг. **Українська Асоціація Когнітивно-поведінкової терапії (УАКПТ)** рада підтримати даний проект та процес творення, об'єднання професійної спільноти фахівців у сфері КПТ в Україні. **Медико-соціальний центр «Діалог»** як інноваційний заклад, що намагається розвивати сучасні комплексні програми допомоги підліткам з проблемами у сфері психічного здоров'я пропонує свою клінічну базу тим студентам, які потребуватимуть допомоги у знаходженні місця для проходження клінічної практики. **Оксфордський центр когнітивно-поведінкової терапії**, як провідний європейський освітній заклад у сфері підготовки фахівців з КПТ з 18 річним досвідом викладання КПТ, разом з іншими західноєвропейськими викладачами, що викладатимуть у даній програмі, радий підтримати розвиток КПТ в Україні, сприяти якості освіти та налагодженню містків співпраці між українською та світовою спільнотою когнітивно-поведінкових терапевтів. Відповідно усі партнери даного проекту запрошують і його учасників до творення спільноти, відкритого, доброзичливого простору, який є таким необхідним як для формування та розвитку окремого фахівця, стосунків взаємної підтримки, так і загалом ідей, творчих задумів та процесів, на які, ми сподіваємося, буде багата дана програма.

Навчальні цілі програми

У процесі навчання студенти даної програми повинні набути загальне розуміння теорії когнітивно-поведінкової терапії, розуміння у світлі цієї теорії моделі основних психіатричних розладів та стратегій і методів когнітивно-поведінкової терапії щодо того чи іншого розладу. Дана програма готує студентів до роботи з основними психіатричними розладами: депресією, тривожними розладами, посттравматичним стресовим розладом, розладами харчової поведінки, зловживанням/ залежністю від психоактивних речовин у дорослих, а також специфічним застосуванням технік КПТ у роботі з дітьми та підлітками з вищезгаданими розладами, а також окремими поведінковими розладами (розлад гіперактивності з дефіцитом уваги, розлади поведінки та ін.). Дана навчальна програма дає також базові знання щодо роботи у моделі КПТ з розладами особистості, комплексним посттравматичним розладом, людьми з психотичними розладами, застосуванням КПТ щодо інтерперсональних проблем (подружжі та ін.), знайомить з новітніми напрямками КПТ (схема-терапія, «майдфулнес»-підхід, терапія орієнтована на співчуття та ін.), втім дана програма не дає повної підготовки щодо роботи у даних підходах чи з даною проблематикою. Вона лиш дає основу, на якій випускники програми у майбутньому зможуть здобувати подальшу спеціалізацію. Дана програма не готує також викладачів/супервізорів методу КПТ – для цього потрібний належний практичний досвід та додаткова освіта, супервізійна підтримка.

В процесі навчання очікується, що студенти набудуть наступні знання та навички:

1. Уміння обстежувати, розуміти та будувати діагностичне формулювання кожного клінічного випадку у КПТ- моделі:
 - a. Демонструвати належні навички ефективного проведення діагностичної бесіди з використанням відповідних навичок слухання, інтерв'ювання, відповідного вербального та невербального спілкування.
 - b. Уміти використовувати відповідні діагностичні методики та інструменти (опитувальники, рейтингові шкали, техніки спостереження та ін.) та належним чином їх інтерпретувати.
 - c. Розуміти проблеми пацієнта у робочій моделі КПТ.
 - d. Уміти спільно з пацієнтом будувати діагностичне формулювання, встановлювати терапевтичні цілі і планувати терапію.
 - e. Підсумовувати, порівнювати, співставляти теоретичну модель КПТ з іншими моделями психіатричних розладів у такий спосіб, щоб досягати оптимального розуміння кожного випадку та вибору найбільш ефективних стратегій та методів допомоги кожному клієнту.
2. Уміти належно застосовувати широкий спектр когнітивних та поведінкових втручань:
 - a. Демонструвати належні знання і практичні навички щодо застосування КПТ-втручань, які є науково обґрунтовані та щодо яких є докази їх ефективності при тому чи іншому психіатричному розладі.
 - b. Бути освіченим у суміжних спеціальностях та загалом науці психіатрії та психотерапії, розуміти внесок і цінність інших підходів, наявність відповідних наукових даних та доказової бази щодо їх ефективності при тому чи іншому психіатричному розладі.
 - c. Уміти співпрацювати з клієнтом у процесі психотерапії, пояснюючи йому відповідні аспекти праці, узгоджуючи цілі і стратегії, навчаючи клієнта відповідних технік, делегуючи йому належну частину праці у формі домашніх завдань, допомагаючи йому з часом ставати «самому собі психотерапевтом».
 - d. Використовувати відповідний арсенал методик оцінювання (опитувальники, шкали та ін.) для моніторингу ефективності терапії.

3. Будувати, підтримувати та завершувати терапевтичний стосунок:
 - a. Уміти будувати з клієнтом партнерський стосунок співпраці щодо досягнення цілей психотерапії.
 - b. Встановлювати і утримувати належні професійні границі.
 - c. Уміти оцінювати наявність ризику/небезпеки для пацієнта, терапевта чи інших осіб і ефективно реагувати у відповідних випадках.
 - d. Бути свідомими та належним чином дотримуватися етичних та юридичних аспектів психотерапевтичної практики.
 - e. Усвідомлювати можливий вплив власного психологічного стану, особистісних характеристик, моральних, релігійних цінностей на психотерапевтичний процес та терапевтичний стосунок – і уміти в належний спосіб (при потребі залучаючи допомогу у формі супервізії та ін.) вирішувати можливі проблеми та загрози.

Складові програми

1. Навчання теорії та практики когнітивно-поведінкової терапії. Загалом 450 навчальних годин. Воно буде реалізовуватися шляхом:
 - a. Теоретично-практичних семінарів-модулів (загалом 12, звичайно двох-трьохденних, чотири семінари в рік). Передбачено 12 модулів, загальною тривалістю 200 академічних годин (загалом 25 днів по 8 академічних годин).
 - b. Роботою у малих групах (обговорення теорії, відпрацювання практичних навичок та інтерв'язії випадків, обговорення теорії та ін.) – не менше 125 годин.
 - c. Самостійним опрацюванням рекомендованої літератури (студенти отримують список рекомендованої літератури та деяку літературу у електронному вигляді), виконанням домашніх завдань та ін. – 125 год.
 - d. Додаткова опція для бажаючих (за окрему плату): самостійне опрацювання учасниками програми он-лайн навчальних семінарів Оксфордського центру когнітивно-поведінкової терапії (субтитрованими на російську мову): семінарів базового рівня – протягом першого року навчання і семінарів поглибленого рівня – протягом другого-третього року навчання.
2. Супервізованою практикою КПТ:
 - a. Студент повинен собі самостійно організувати клінічну практику у ролі психотерапевта.
 - b. Протягом трьох років навчання студент повинен набрати щонайменше 200 годин клінічної роботи методом КПТ щонайменше з восьма клієнтами і щонайменше з трьома типами психічних розладів (для прикладу, депресія, ОКР, соціальна фобія, булімія та ін.).
 - c. Щонайменше у трьох випадках студент має отримати письмову згоду на аудіо/відео запис терапевтичних сесій (з дотриманням усіх вимог конфіденційності) для представлення цих записів на супервізію та оцінювання. Відповідно щонайменше три випадки студент має «провести» від початку до завершення терапії під супроводом супервізора.
3. Супервізії:
 - a. Загалом щонайменше 64 годин супервізій (8 днів по 8 академічних годин орієнтовно).
 - b. Від студентів очікується представлення власного випадку на кожній супервізії.
 - c. Супервізії відбуватимуться у групах, орієнтовно чотири рази на рік протягом другого та третього року навчання (супервізійний день приєднуватиметься до двохденного теоретично-практичного семінару, можливе також проведення окремих двох-трьохденних супервізійних семінарів).
 - d. Важливу роль у супервізіоному супроводі відіграватимуть також інтерв'язії, що відбуватимуться протягом усіх трьох років навчання, орієнтовно один раз на місяць у малих групах – по місцю проживання студентів або дистанційно у скайп-режимі.
4. Індивідуальна навчальна терапія (рекомендована усім учасникам програми, по можливості у методі КПТ) та робота над власним розвитком, поглибленням саморозуміння та застосування принципів КПТ до власного життя. Попри те, що власна навчальна терапія є необов'язковою, а лиш рекомендованою, усі студенти повинні продемонструвати належне розуміння себе, своєї особистості та своїх можливих особистісних труднощів, які можуть бути заторкнуті в умовах психотерапії та здатність до адекватного їх вирішення, «самопсихотерії».
5. Оцінювання – у формі тестів, письмових робіт, аналізу записів терапії та ін. (див. нижче).

Вимоги до учасників програми:

Планується набір групи із максимум 30 студентів.

На програму можуть бути зараховані особи, які відповідають наступним вимогам:

1. Мають завершену вищу освіту, підтверджену відповідним дипломом, сертифікатом у наступних спеціальностях: лікар-психіатр, лікар-психотерапевт, лікар дитячий та підлітковий психіатр, психолог, соціальний працівник.
2. Мають належний рівень знань, відповідно до здобутої освіти, у сфері психології розвитку, психопатології, психіатрії та наркології, соціальної нейробіології, основних теоріях психотерапії та основах клінічного консультування.
3. Мають належні комунікативні вміння та практичні навички консультування відповідно до здобутої освіти (побудова терапевтичного стосунку, активне слухання, невербальне спілкування та ін.)
4. Бути особистісно зрілими людьми. Мати добре сформовані навички «самопсихотерапії» (інтроспекція, розуміння себе, праця над завданнями внутрішнього розвитку, усвідомлення власних психологічних труднощів чи проблем та належна робота над ними і т.п.).
5. Добре розуміти і дотримуватися у клінічній практиці етичних стандартів психотерапевтичної практики.
6. Мати розуміння основ когнітивно-поведінкової терапії та належну мотивацію щодо поглибленого її вивчення та застосування у клінічній практиці.
7. Мають можливість реалізувати усі вимоги даної програми (зокрема бути присутніми на усіх семінарах, брати участь у супервізіях та інтервізійних групах, час на опрацювання рекомендованої літератури, можливість організувати собі належну клінічну практику з відповідними категоріями клієнтів, кошти на оплату вартості навчання, готовність до виконання письмових робіт, можливість аудіо/відео запису окремих терапевтичних сесій та ін.).
8. Мають базову комп'ютерну грамотність, швидкісний доступ до мережі Інтернет (необхідно для участі в он-лайн семінарах Оксфордського центру КПТ), мають встановлену програму Skype і уміють користуватися нею (необхідно буде для окремих супервізій).

Окремі винятки щодо цих критеріїв можливі за рішенням організаторів програми.

Організація та зміст навчальної програми

Структурно даний проект розбито на три роки – три рівні навчання: вступний, базовий та поглиблений. (Представлена нижче програма є орієнтовною, можливі незначні зміни у розкладі/тематичі семінарів.)

Перший рік: вступний.

Студенти отримують базове розуміння теорії КПТ та набувають досвіду та вправності у застосуванні основних технік КПТ.

За цей рік студенти повинні оволодіти навиками проведення діагностичного інтерв'ю та побудови діагностичного формулювання у моделі КПТ. Вони повинні оволодіти також навиками побудови терапевтичного стосунку, «соціалізації» клієнта у модель КПТ, встановлення терапевтичних цілей, структуруванню терапії та окремої терапевтичної сесії, техніки Сократівських діалогів, основним технікам когнітивного реструктурування (у роботі з негативними автоматичними думками, перцептивними спотвореннями, дисфункційними правилами та припущеннями та негативними глибинними переконаннями/схемами), а також основним поведінковим втручанням.

Протягом першого року студенти візьмуть участь у чотирьох навчальних семінарах:

Календар семінарів першого року навчання			
Перший (вступний) модуль	Другий модуль	Третій модуль	Четвертий модуль
Вступ у теорію КПТ Обстеження та формулювання	Загальна організація терапевтичного процесу у моделі КПТ (робочий стосунок, структурування сесій і терапії, постановка цілей, психоедукація, «соціалізація» клієнта у модель КПТ, домашні завдання, моніторинг ефективності, використання шкал, метод Сократівських діалогів та ін.)	«К» у КПТ – основні когнітивні втручання	«П» у КПТ – основні поведінкові втручання

Протягом цього року студенти опрацьовують книжку Джудіф Бек «Когнітивна психотерапія: початки і далі».

Так само студенти інтенсивно зустрічаються у групах (які будуть організовані відповідно до складу студентів та їх регіонального представництва) для відпрацювання практичних навичок, обговорення теорії та інтервізії. Групи будуть відповідно організовані і структуровані.

Додаткова опція (за окрему плату). Протягом першого року навчання бажаючі студенти, що здійснили відповідну додаткову оплату, та, відповідно, отримали аккаунт у онлайн-бібліотеці Оксфордського центру КПТ, матимуть можливість опрацювати базові модулі онлайн-навчальної програми:

- David Westbrook «Вступ у КПТ. Обстеження та формулювання»
- Gillian Butler «Стосунок співпраці»
- James Bennett-Levy «Постановка цілей»
- James Bennett-Levy «Поведінкові експерименти»
- Helen Kennerley «Сократівські діалоги» та «Робота з глибинними переконаннями»

Другий рік: базовий.

Протягом цього року студенти вивчатимуть теоретичні та практичні основи роботи методом КПТ з основними, найбільш поширеними психіатричними розладами щодо яких є доказова база ефективності методі КПТ – це депресія та тривожні розлади (обсесивно-компульсивний, генералізований тривожний, панічний розлад з агорафобією, соціальна фобія та специфічні фобії, «тривога за здоров'я» та ін.). Також студенти детальніше вивчатимуть застосування КПТ у різних вікових групах, зокрема з дітьми та підлітками щодо основних емоційних та поведінкових розладів щодо яких КПТ є ефективною.

Протягом цього року відбудеться чотири теоретично-практичних модулі присвячених вищезгаданім темам.

Календар семінарів другого року навчання			
П'ятий модуль	Шостий модуль	Сьомий модуль	Восьмий модуль
КПТ депресії, біполярного розладу, робота з суїцидальними пацієнтами	КПТ тривожних розладів	КПТ з дітьми та підлітками	КПТ посттравматичного стресового розладу

Протягом цього року студенти опрацюють розділи присвячені КПТ тривожних розладів з книги Девіда Барлоу «Клінічне керівництво по лікуванню психіатричних розладів» та книжку Аарона Бека «Когнітивна терапія депресії».

Так само студенти продовжують зустрічатися у групах для відпрацювання практичних навичок, обговорення теорії та інтервізії.

Протягом цього року студенти приступають до супервізованої клінічної практики та ведуть у терапії щонайменше чотирьох клієнтів з депресією та тривожними розладами (відносно «прості», без виражених коморбідностей та особистісних порушень випадки). Так само студенти беруть участь у супервізіях (звичайно додатковий супервізійний день після теоретично-практичного семінару) та групах інтервізії та відпрацювання практичних навичок (згідно встановленого режиму (орієнтовно – один раз на місяць). До кінця другого року студенти мають подати супервізорам письмовий опис одного з випадків, що вони ведуть у терапії (див. нижче). Так само до кінця другого року навчання студенти повинні подати на аналіз та оцінювання супервізором аудіо або відеозапис однієї своєї терапевтичної сесії.

Додаткова опція (за окрему плату). Протягом другого року навчання бажаючі студенти, що здійснили відповідну додаткову оплату, та, відповідно, отримали аккаунт у онлайн-бібліотеці Оксфордського центру КПТ, матимуть можливість опрацювати наступні модулі онлайн-навчальної програми:

- Ann Hackman, Freda McManus «Використання роботи в уяві та поведінкових експериментів для збільшення ефективності КПТ у роботі з панічним розладом з агорафобією»
- Norma Morrison «КПТ при obsесивно-компульсивному розладі»
- Emilie Holmes «Використання уяви, образів у КПТ – для діагностичного формулювання і для терапії»
- Martina Mueller «Сприяти покращеному, інтегративному пережиттю травматичної події при посттравматичному стресовому розладі»

Третій рік: поглиблений рівень КПТ.

Протягом цього року студенти вивчатимуть застосування КПТ з більш складними категоріями клієнтів: такими, що мають більш виражені особистісні порушення, з особами, що зловживають психоактивними речовинами, з розладами харчової поведінки посттравматичним стресовим розладом та досвідом хронічної травматизації у дитинстві та ін. Протягом цього року студенти будуть також «орієнтовані» щодо специфічних підходів у КПТ та її сучасних напрямків розвитку (так званої «третьої хвилі») – зокрема схема-терапії розладів особистості, «майдфулнес»-основаної КПТ, КПТ орієнтованої на співчуття собі, - а також специфічними застосуваннями КПТ у роботі з психотичними пацієнтами, груповій формі роботи, роботі з подружжями, людьми похилого віку та ін. Очікується, що студенти навчатимуться краще розуміти типові труднощі, що можуть зустрітися у роботі з більш складними випадками, відповідно уміти будувати діагностичне формулювання для таких складних випадків, даватимуть ефективно раду з труднощами у терапевтичному стосунку в таких випадках, а також вироблять навички застосування більш складних і багатогранних терапевтичних втручань.

Календар семінарів третього року навчання (орієнтовний, теми можуть мінятися, може бути один модуль виключно супервізійний)			
Дев'ятий модуль	Десятий модуль	Одинадцятий модуль	Дванадцятий модуль
<p>Можливі теми:</p> <p>КПТ з розладами особистості.</p> <p>КПТ розладів харчової поведінки</p> <p>КПТ з інтерперсональними проблемами (подружня терапія та ін.)</p> <p>КПТ при психотичних розладах</p> <p>КПТ з особами, що зловживають психоактивними речовинами групами</p> <p>КПТ з дітьми та підлітками II (додатковий, спеціалізований модуль)</p> <p>КПТ з людьми похилого віку</p> <p>КПТ з особами хронічно/термінально хворими, неповносправними та ін.</p> <p>КПТ груп.</p> <p>«Третя» хвиля КПТ: майдфулнес, орієнтована на співчуття та ін.</p>			

Протягом цього року студенти опрацьовують книжку Аарона Бека «Когнітивна психотерапія розладів особистості», а також окремі розділи присвячені КПТ розладів харчової поведінки, ПТСР, роботи з особами, що зловживають психоактивними речовинами, роботі з подружніми парами, психотичними пацієнтами та ін. з книги Девіда Барлоу «Клінічне керівництво по лікуванню психіатричних розладів».

Так само студенти продовжують зустрічатися у групах для відпрацювання практичних навичок, обговорення теорії та інтервізії.

Протягом цього року студенти ведуть у терапії щонайменше чотирьох клієнтів з різними психіатричними розладами. Так само студенти беруть участь у супервізіях згідно встановленого графіку. Під кінець цього навчального року студенти мають подати супервізорам письмовий опис одного з випадків, що вони ведуть у терапії та свою дипломну письмову роботу (див. нижче). Так само протягом року студенти повинні подати на аналіз та оцінювання супервізором аудіо або відеозапис ще однієї своєї терапевтичної сесії.

Додаткова опція (за окрему плату). Протягом третього року навчання бажаючі студенти, що здійснили відповідну додаткову оплату, та, відповідно, отримали аккаунт у онлайн-бібліотеці Оксфордського центру КПТ, матимуть можливість опрацювати наступні модулі онлайн-навчальної програми:

- Melanie Fennell «Робота з низькою самооцінкою у КПТ»
- Deborah Lee «КПТ орієнтована на розвиток співчуття»

Загальна схема-календар навчальної програми

Форма навчання	Перший рік навчання	Другий рік навчання	Третій рік навчання	Разом:
Навчальні семінари - тематика	Огляд теорії КПТ Процес обстеження у КПТ Діагностичне формулювання Терапевтичний стосунок Постановка цілей Структурування сесій і терапії Домашні завдання у КПТ Сократівські діалоги Основні когнітивні втручання у КПТ Основні поведінкові втручання у КПТ: теорія і практика поведінкової терапії 72 год. (9 днів)	КПТ при депресії, біполярному розладі, суїцидальності КПТ тривожних розладів (обсесивно-компульсивний, генералізований тривожний, панічний розлад з агорафобією, соціальна фобія та специфічні фобії, «тривога за здоров'я» та ін.) КПТ з дітьми та підлітками 64 год. (8 днів)	КПТ розладів харчової поведінки, посттравматичного стресового розладу, особистісних розладів, КПТ з особами, що зловживають психоактивними речовинами. «Третя хвиля» у КПТ: майдфулнес, орієнтована на співчуття та ін. КПТ з подружжями, психотичними пацієнтами, групами, людьми похилого віку та ін. 64 год. (8 днів)	200 год. (25 днів по 8 академічних годин)
Робота у групах інтервізії та відпрацювання практичних навичок	25 год.	50 год.	50 год.	125 год
Клінічна практика КПТ		120 год. Пацієнти з тривожними розладами (бажано різними), депресією	120 год. Пацієнти з розладами харчової поведінки, ПТСР, коморбідними депресія/тривожний розлад та ін.	200 год. Щонайменше вісім пацієнтів, щонайменше 3 різних види проблем
Супервізії		32 год. (4 дні)	32 год. (4 дні)	64 год. (8 днів по 8 академічних годин)
Опрацювання літератури	Д. Бек «Когнітивна терапія»	А. Бек «КПТ депресії», Д. Барлоу «Клінічне керівництво по лікуванню психіатричних розладів» А. Бек «КПТ розладів особистості»		4 базових підручники 125 годин
Оцінювання	Тестування	Тестування Один аудіо/відеозапис Письмовий опис випадку	Тестування Один аудіо/відеозапис Письмовий опис випадку Дипломна робота	Два аудіо/відеозаписи Два описи випадків Дипломна робота

Процедура оцінювання та сертифікації

У процесі навчання теоретичні знання та практичні навички учасників програми будуть оцінюватися з метою визначення того, чи студент набуває очікуваних знань та навичок (див. розділ навчальні цілі програми) і відповідно, чи він може бути представлений до сертифікації, як «психотерапевт за напрямком когнітивно-поведінкова психотерапія».

Оцінювання відбуватиметься наступним засобами:

1. Супервізор оцінює клінічну практику супервізованого студента за допомогою стандартизованої міжнародної шкали CTS (Cognitive Therapy Scale) – при цьому студент має набрати щонайменше 40 балів (за останній випадок протягом третього року). Для цього протягом другого і третього років навчання студент повинен подати супервізору два (по одному кожного року) відео (бажано) чи аудіо записи психотерапевтичної сесії (сесії мають бути не діагностичними, а терапевтичними, представлені у повній тривалості сесії від початку до кінця (орієнтовно 50 хв.). До цього супервізор подає на кожного студента характеристику, у якій вказані результати цих тестувань, а також загальна оцінка супервізором набутих студентом практичних навичок та теоретичних знань у відповідності до навчальних цілей даної програми, загальну характеристику супервізанта, його здатність до належного розуміння себе, своєї особистості та своїх можливих особистісних труднощів, які можуть бути заторкнуті в умовах психотерапії та здатність до адекватного їх вирішення, «самопсихотерії» - і відповідно загальну рекомендацію до акредитації як когнітивно-поведінкового терапевта.
2. Студент подає до оцінювання два описи випадків власної практики (кожен 2-4 тис. слів орієнтовно), у якому представлено випадок, розроблено діагностичне формулювання, представлено цілі терапії, терапевтичний план та висвітлено перебіг щонайменше п'яти сесій з описом застосованих втручань.
3. До окремих модулів, а також до групи модулів викладачами може бути додано міні-іспити у формі тестування та ін. (на розгляд викладачів). Про умови та тематику проміжного контролю знань студентам програми буде повідомлено завчасно.
4. Вкінці третього року навчання студент подає письмову дипломну роботу (20000 слів), яка сфокусована на висвітленні певного аспекту застосування КПТ (наприклад, КПТ обсессивно-компульсивного розладу), включає у себе аналіз доказових практик та підходів КПТ щодо даної проблеми та супроводжується детальним аналізом одного клінічного випадку, власне по даній темі. Темі дипломних робіт узгоджуються із супервізорами на початку третього року навчання.

Порядок сертифікації:

1. На початку навчання студент отримує залікову книжку (в українській та англійській мові, розроблену у відповідності до стандарту акредитаційної заявки ЕАВСТ), у якій відзначається кількість годин семінарів, супервізій, практики, результати оцінювання та ін.
2. Студенти, що за додаткову плату активували доступ до онлайн-семінарів Оксфордського центру КПТ, отримають окремі додаткові сертифікати участі у семінарах від Оксфордського центру КПТ.
3. Студенти, які успішно завершили дану навчальну програму, виконали усі її вимоги, отримали належні бали в обов'язкових оцінюваннях, вкінці отримають підсумковий сертифікат, що є від Українського інституту когнітивно-поведінкової терапії (УІКПТ). У сертифікаті буде зазначено успішне проходження програми спеціалізації у когнітивно-поведінковій терапії та присвоєння

кваліфікації «когнітивно-поведінковий терапевт» відповідно до Європейських стандартів освіти у КПТ з зазначенням сумарної кількості годин навчання, супервізій, практики та ін.

4. В ході наступних двох років, сподіваємося, дана програма Українського інституту когнітивно-поведінкової терапії пройде успішно акредитацію у ЕАВСТ, тому ті студенти, які її успішно завершать, знову ж таки – лише сподіваємося, але на разі не гарантуємо - зможуть отримати також і сертифікат від Європейської асоціації КПТ (який за умови членства УІКПТ в ЕАВСТ та акредитації навчальної програми УІКПТ буде видаватися на основі сертифікату УІКПТ).

Умови вступу та процедура зарахування на програму

Фахівці, що бажають взяти участь у даній програмі, після ретельного ознайомлення з умовами даної програми та етичними стандартами УІКПТ повинні заповнити апікаційну заявку (форму можна завантажити за адресою www.i-cbt.org.ua) і надіслати її разом із відсканованим державним дипломом/сертифікатом про освіту (психіатра, лікаря-психотерапевта, психолога, соціального працівника) на електронну адресу: i.cbt.org.ua@gmail.com

Прийом апікаційних заявок відкрито до 15 грудня 2011 року.

Після завершення прийому заявок встановлюється дата проведення співбесід. Співбесіди очні для осіб, що проживають у Львові, та «скайп»-бесіди для осіб з інших регіонів України.

Відбір учасників відбуватиметься відповідно до «вимог до учасників програми» вказаних вище. У разі наявності більшої кількості апікантів, ніж наявних місць (30), перевага віддаватиметься тим учасникам, які мають більшу попередню освіту у КПТ та клінічний досвід. За рівних умов перевага віддаватиметься учасникам, які швидше подали апікаційну заявку.

На програму набирається група із максимум 30 чоловік (за рішенням організаторів програми кількість учасників може бути і меншою). Список учасників буде оголошено на веб-сайті програми 30 грудня 2011 року.

Остаточне зарахування на програму відбуватиметься після того, як учасники програми підписують угоду щодо навчання та сплачують внесок за перше півріччя першого року навчання.

Вартість навчання

Вартість одного навчального року даної програми становить 7000 грн. Ця сума сплачується у два внески (по 3500 грн) на початку кожного півріччя навчання.

Вартість супервізій включена у цю суму, втім, якщо студент з власної вини не використав належну кількість супервізійних годин протягом відповідного навчального року, вартість додаткових супервізій сплачується додатково.

Учасники програми, які мають бажання пройти додаткову он-лайн навчальну програму Оксфордського центру КПТ (на разі вона доступна англійською мовою, але сподіваємося, що у 2012 році буде також доступна російською), повинні додатково оплатити вартість доступу до он-лайн бібліотеки Оксфордського центру КПТ – 2500 грн (доступ до усіх модулів). Для учасників нашої програми нашими партнерами з Оксфорду зроблено суттєву знижку (звичайна ціна доступу до усіх модулів – близько 9000 грн).

Примітка: ГО "Український інститут когнітивно-поведінкової терапії" є неприбутковою організацією. УІКПТ ініціював даний навчальний проект, є розробником даної навчальної програми, втім самі платні послуги пов'язані з організацією навчання надаються фізичною особою підприємцем, з яким укладається відповідна угода і який є отримувачем платежів та відповідно несе відповідальність за організацію послуг відповідно до розробленої УІКПТ навчальної програми та навчальних стандартів.