



Hrvatsko udruženje za bihevioralno-kognitivne terapije

## EDUKACIJA IZ BIHEVIORALNO-KOGNITIVNIH TERAPIJA

Hrvatsko udruženje za bihevioralno-kognitivne terapije provodi psihoterapijsku edukaciju u skladu sa standardima Europskog udruženja za bihevioralno-kognitivne terapije (The European Association for Behavioural and Cognitive Therapies; EABCT), kao njezin aktivni član od 1997. godine. Od 2010. godine program edukacije ima akreditaciju Europskog udruženja za bihevioralno-kognitivne terapije.

Edukacija je namijenjena diplomiranim psiholozima i liječnicima te je Hrvatska liječnička komora i Hrvatska psihološka komora vrednuju kao oblik trajnog usavršavanja svojih članova.

Redoviti edukatori su: mr. sc. Nada Anić, dr. sc. Ivanka Živčić-Bećirević, dr. sc. Nataša Jokić-Begić, dr. sc. Alessandra Pokrajac-Bulian, Dragica Barbarić, prof. psih. i Dragana Markanović, prof. psih. U edukaciju se povremeno uključuju i drugi psiholozi i liječnici, stručnjaci iz područja bihevioralno-kognitivnih terapija.

Edukacija se provodi kroz tri stupnja u ukupnom trajanju od 1400 sati.

### 1. stupanj

Tijekom prvog stupnja (Praktikum I), u trajanju od 80 sati (8 jednodnevnih radionica, obično organiziranih kroz 4 vikenda), sudionici se upoznaju s osnovnim teorijskim postavkama, područjima primjene i praktičnim smjernicama za tretman. Svaka dnevna radionica sadrži teorijska predavanja, prikaze slučajeva pacijenata, te radionice u kojima se demonstriraju i uvježbavaju specifične terapijske tehnike. Od ukupnog fonda sati, 10 sati posvećeno je radu na osobnom terapijskom iskustvu. Pored toga, polaznici imaju obavezu 50 sati samostalnog učenja kroz domaću zadaću (20 sati), samostalnu primjenu terapijskih tehnika na sebi (10 sati) i pripremu za pismeni ispit na kraju Praktikumuma I (20 sati).

Cijena prvog stupnja je 800,00 eura (6027,60 kn)

Završetkom prvog stupnja edukacije polaznici stječu temeljna teorijska i praktična znanja iz područja bihevioralno-kognitivnih terapija.

Završetkom prvog stupnja edukacije polaznici ne stječu izravno pravo na upis drugog stupnja. Prilikom prijave za upis drugog stupnja prilaže se ispunjen motivacijski upitnik.



## 2. stupanj

Drugi stupanj edukacije (Praktikum II) organizira se kroz 20 jednodnevnih radionica u ukupnom trajanju od 200 sati teorijske i praktične nastave. Od ukupnog fonda sati, 40 sati posvećeno je radu na osobnom terapijskom iskustvu. Pored toga, polaznici imaju obavezu 150 sati samostalnog učenja, 100 sati samostalne primjene terapijskih tehnika na sebi i 100 sati praktičnog rada s klijentima.

Na radionicama se obrađuju teme o bihevioralno-kognitivnom tretmanu anksioznih i depresivnih poremećaja, tretmanu niskog samopoštovanja, problema u partnerskim odnosima, hiperaktivnog poremećaja, poremećaja ličnosti, kontrole ljutnje, radu s djecom i roditeljima, primjeni tehnika rješavanja problema i imaginativnih tehnika te se uvježbavaju specifične terapijske vještine.

Tijekom drugoga stupnja očekuje se aktivnije sudjelovanje polaznika kroz pripremu predavanja, prikaze slučajeva iz osobne prakse te izradu domaćih zadataka između pojedinih susreta.

Drugi stupanj završava ispitom koji se sastoji od pismene provjere teoretskog znanja te evaluacije praktičnog rada s klijentom preko snimljenog intervjua (audio ili video snimka) uz kratki pismeni prikaz slučaja.

Cijena drugog stupnja trenutno iznosi 2.250,00 eura (16.952,63 kn). Iznos uključuje 20 radionica i jedan izlazak na ispit u iznosu od 250,00 eura. Cijene su podložne izmjenama.

Završetkom drugog stupnja polaznici stječu sljedeće kompetencije: poznavanje bihevioralno-kognitivnih modela i teorijskih koncepata te osnovne terapijske vještine za primjenu bihevioralno-kognitivnih tretmana pod stručnom supervizijom.

Završetkom drugog stupnja polaznici ne stječu izravno pravo za upis trećeg stupnja edukacije, već se prije uključena u superviziju s kandidatima provodi intervju s ciljem provjere njihove motivacije.

## 3. stupanj

Treći stupanj edukacije uključuje:

- 200 sati supervizije (u grupi i individualno) od čega 150 sati uključuje superviziju primjera rada s pacijentima (procjena problema, procjena indikacija, postavljanje ciljeva, izvođenje tretmana) kao i obradu specifičnih dodatnih područja primjene dok se 50 sati odnosi na različite načine rada na sebi, poticanje osobnog razvoja, kao i na prepoznavanje i mijenjanje nefunkcionalnih obrazaca mišljenja i ponašanja, čime se stječe osobno iskustvo u ulozi klijenta.,



- 300 sati samostalnog rada od čega se 100 sati odnosi na različite načine rada na sebi, poticanje osobnog razvoja, kao i na prepoznavanje i mijenjanje nefunkcionalnih obrazaca mišljenja i ponašanja, čime se stječe osobno iskustvo u ulozi klijenta.
- 220 sati kliničke prakse, u trajanju od dvije do tri godine.

Od polaznika se očekuje da na superviziju dolaze s pripremljenim prikazima slučajeva. Svi primjeri predstavljeni na superviziji moraju biti predani i u pismenom obliku koji treba sadržavati: konceptualizaciju primjera, pitanje za superviziju te daljnje smjernice i preporuke (dodaju se na superviziji). Jedan od prikaza treba uključivati rad s “teškim” klijentom u bilo kojoj fazi tretmana (npr. nesuradljiv klijent, višestruki komorbiditet, ozbiljnija psihopatologija, specifičnosti klijenta i sl.).

Od polaznika se tijekom ovoga stupnja edukacije zahtijeva prezentiranje najmanje 10 završenih prikaza slučaja:

- prikazi trebaju biti s raznolikom problematikom (najmanje tri vrste problema);
- od 10 klijenata vođenih od početka do zaključivanja tretmana najmanje 5 mora biti supervizirano na grupi, a barem 3 puta treba donijeti audio snimku seanse (odabrani relevantni dijelovi intervjuja);
- završeni primjeri moraju biti cjelovito pismeno prikazani po sljedećoj shemi: konceptualizacija, ciljevi i plan tretmana, primijenjene tehnike, teškoće i zapreke tijekom tretmana te kako su prevladane, trajanje (broj i dinamika seansi), evaluacija postignutih rezultata.

Najmanje 10 sati supervizije treba biti posvećeno neposrednoj superviziji (tzv. “close supervision”) koja podrazumijeva rad uživo sa supervizorom ili pregledavanje i slušanje audio i video snimki pojedinih seansi.

Od polaznika se također očekuje:

- jedno od sljedećeg po izboru:
  - a) objavljivanje jednog članka iz područja BKT-a u stručnoj literaturi
  - b) publikacija popularnog članka u novinama ili na internetskom portalu na temu BKT-a u svrhu popularizacije pristupa
  - c) održavanje javnog predavanja za građane s ciljem popularizacije BKT-a
  - d) objava popularne psihoedukativne publikacije na temu BKT-a (brošura, priručnik, booklet i sl.)
- aktivno sudjelovanje na stručnom skupu (kongres, konferencija, seminar) s radom iz područja BKT-a
- sudjelovanje na nižim stupnjevima edukacije iz BKT-a



Hrvatsko udruženje za bihevioralno-kognitivne terapije

Cijena jedne cjelodnevne supervizijske radionice od 10 školskih sati trenutno iznosi 100,00 eura (753,45 kn), poludnevne supervizijske radionice od 5 školskih sati 70,00 eura (527,42 kn), a cijena individualne supervizije od dva školska sata je 110,00 eura (828,80 kn). Od ukupno 200 sati supervizije, najmanje 10 sati treba odraditi kroz individualne supervizije, a po želji i više, dok se preostali sati mogu odraditi kroz grupne supervizijske radionice. Cijene su podložne izmjenama.

Završetkom trećega stupnja edukacije polaznici dobivaju diplomu HUBIKOT-a te ostvaruju pravo na akreditaciju Europskog udruženja za bihevioralno-kognitivne terapije za samostalno provođenje bihevioralno-kognitivnih tretmana.