

Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας

Τριετές Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία
Πιστοποιημένο από την European Association for Behavioural and Cognitive
Therapies (EABCT)

www.gacbp.com/ Πληροφορίες: gacbpsecretary@gmail.com

1. Η Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας

Η Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας ιδρύθηκε το 1994 με έδρα τη Θεσσαλονίκη και με σκοπό την προαγωγή της Γνωστικής και Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας, και το 1995 έγινε Μέλος της European Association for Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT). Η ΕΕΓΣΨ διοργάνωσε στη Θεσσαλονίκη δυο ομολογουμένως πολύ επιτυχημένα συνέδρια: το 35^ο Ετήσιο Συνέδριο της EABCT (21-24 Σεπτεμβρίου 2005) και το 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Γνωσιακών Ψυχοθεραπειών (20-22 Ιανουαρίου 2012).

Από την ίδρυση της η ΕΕΓΣΨ έδωσε έμφαση στη Συνεχιζόμενη Επαγγελματική Εκπαίδευση (Continuous Professional Development) οργανώνοντας μια σειρά από Ημερήσια ή Διήμερα Εφαρμοσμένα Εργαστήρια (Workshops) με ομιλητές διαπρεπέστατους κλινικούς και ερευνητές από το χώρο της διεθνούς ΓΣΨ, όπως τους:

- Prof. Isaac M. Marks, University of London, στις «Αγχώδεις Διαταραχές»,
- Prof. Paul Salkovskis, University of Bath, στη «Διαταραχή Πανικού» και την «Ψυχαναγκαστική Καταναγκαστική Διαταραχή»,
- Dr Gillian Butler, Oxford University, στην «Κοινωνική Φοβία»,
- Prof. Christopher Fairburn, Oxford University, στις «Διαταραχές Πρόσληψης Τροφής»,
- Prof. Frank Dattilio, Harvard University, στη «Θεραπεία σε ζευγάρια»,
- Prof. Thomas Borkovec, Penn State University, στη «Διαταραχή Γενικευμένου Άγχους»,
- Prof. Stefan Hofmann, Boston University, στη «Διαταραχή Κοινωνικού Άγχους»,
- Dr Antonio Pinto, University of L'Aquila, στην «Ψύχωση»,
- Prof. David A. Clark, University of New Brunswick/Canada, στην «Ψυχαναγκαστική Καταναγκαστική Διαταραχή»

- Prof. Mehmet Sungur, Marmara University, στη “Θεραπεία σε ζευγάρια”,
- Prof. Arthur Freeman, Midwestern University, στις «Διαταραχές Προσωπικότητας»,
- Prof. Jeffrey Young, Columbia University, στη «Θεραπεία Σχημάτων»,
- Assoc. Prof. Nikolaos Kazantzis, Monash University/Australia, στη «Δουλειά στο σπίτι» και στη «Θεραπευτική σχέση»,
- Prof. Paul Gilbert, University of Derby, στην «Compassion Focused Therapy»,
- Prof. Ronald Rapee, Macquarie University/ Sydney, στις «Διαταραχές άγχους σε παιδιά και εφήβους», και
- Dr Alp Karaosmanoglu, PsychoNet/Istanbul, στη «Θεραπεία Σχημάτων στις Διαταραχές Άγχους».

Τους Stefan Hofmann, Frank Dattilio, καθώς και τους Robert Leahy, American Institute of Cognitive Therapy, και την Judith Beck, Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy, η ΕΕΓΣΨ φιλοξένησε και σε Διαδικτυακά Σεμινάρια (Webinars).

Η ΕΕΓΣΨ οργάνωσε για πρώτη φορά το Τριετές Πρόγραμμα Εκπαίδευσης στη ΓΣΨ το 2008, πρόγραμμα το οποίο πιστοποιήθηκε από την ΕΑΒCT το 2012

2. Το Πρόγραμμα εκπαίδευσης στη ΓΣΨ της ΕΕΓΣΨ: Βασική περιγραφή

Με βάση τα κριτήρια για την Εκπαίδευση στη ΓΣΨ της European Association for Behavioural and Cognitive Therapies, η ΕΕΓΣΨ οργάνωσε Τριετές Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα στη Γνωστική Συμπεριφορική Ψυχοθεραπεία το οποίο ξεκίνησε για πρώτη φορά τον Οκτώβριο του 2008. Με βάση τα παραπάνω, η ΕΑΒCT πιστοποίησε την ΕΕΓΣΨ και το Τριετές Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα της τον Σεπτέμβριο του 2012, όταν δηλαδή είχε κλείσει με επιτυχία ο πρώτος τριετής κύκλος εκπαίδευσης.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει τόσο Θεωρητικό, όσο και Πρακτικό/Κλινικό μέρος. Το θεωρητικό μέρος καλύπτεται στο Α και Β έτος Εκπαίδευσης, ενώ το Πρακτικό/Κλινικό μέρος καλύπτεται στο Β και Γ έτος εκπαίδευσης. Τα Θεωρητικό μέρος περιλαμβάνει συμμετοχή σε σεμινάρια και διαλέξεις, ενώ το Πρακτικό/Κλινικό μέρος περιλαμβάνει παρακολούθηση

κλινικών περιστατικών στους συνεργαζόμενους φορείς, καθώς και ατομικές συνεδρίες εποπτείας.

3. Σκοπός του Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Το Πρόγραμμα της ΕΕΓΣΨ έχει ως σκοπό το να παρέχει στους εκπαιδευόμενους κλινικούς, πρώτα ένα στέρεο, αλλά και ένα πολύπλευρο υπόβαθρο των θεωρητικών προσεγγίσεων του χώρου των Γνωστικών και Συμπεριφορικών Θεωριών. Ο δεύτερος και ακόμη πιο σημαντικός σκοπός του προγράμματος είναι το να παρέχει και μια άρτια και ολοκληρωμένη κλινική εκπαίδευση που ξεκινάει από την αξιόπιστη διαγνωστική διαδικασία και καταλήγει στην εφαρμογή στην πράξη evidence-based και αποτελεσματικών τεχνικών και πρωτοκόλλων της Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας κάτω από ατομική καθοδήγηση και εποπτεία.

Αυτονόητος σκοπός κατά συνέπεια είναι η απόκτηση εκείνων των δεξιοτήτων που απαιτούνται για την Πιστοποίηση των συμμετεχόντων στο Πρόγραμμα ως Γνωστικών Συμπεριφορικών Θεραπευτών από την European Association of Behavioral and Cognitive Therapies.

4. Δομή του Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Το πρόγραμμα έχει τριετή διάρκεια.

Το κύριο βάρος της εκπαίδευσης στη διάρκεια του 1ου έτους και του 2^{ου} έτους είναι στη θεωρητική προετοιμασία, ενώ κατά τη διάρκεια του 2ου έτους και του 3^{ου} έτους είναι στην κλινική δουλειά με προοδευτικά αυξανόμενης δυσκολίας περιστατικά.

Τα θεωρητικά μαθήματα γίνονται τόσο με διαλέξεις των εκπαιδευτών, όσο και με τη μορφή σεμιναρίων όπου οι εκπαιδευόμενοι παρουσιάζουν εκ περιτροπής επιλεγμένα άρθρα και κεφάλαια βιβλίων της σχετικής βιβλιογραφίας. 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.

Το θεωρητικό μέρος παρέχεται σε ένα πεντάωρο μια φορά (ένα απόγευμα) την εβδομάδα σε ένα σύνολο 32 εβδομάδων κατ' έτος. Έτσι δίνεται η δυνατότητα παρακολούθησης και αυτών οι οποίοι απασχολούνται σε πρωινή δουλειά. Τα εφαρμοσμένα εργαστήρια απόκτησης δεξιοτήτων (Video-workshops) οργανώνονται σε πέντε (5) Σαββατο-Κύριακα το έτος (ένα το μήνα από Δεκέμβριο μέχρι Απρίλιο)

Η κλινική εκπαίδευση (πρακτική) αποτελεί ένα σημαντικό μέρος του συνολικού εκπαιδευτικού προγράμματος και σε αυτήν 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.

Η κλινική εκπαίδευση γίνεται σε συνεργασία με

α)το Κέντρο Συμβουλευτικής και Θεραπείας ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ (www.mentalhealth-cbt.gr),

β)το Κέντρο Συμβουλευτικής και Στήριξης Φοιτητών του Πανεπιστημίου Μακεδονίας, το οποίο η ΕΕΓΨ στελεχώνει από το 2012 με μέλη της

γ)την Α΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική του ΑΠΘ στο Νοσοκομείο Παπαγεωργίου.

Η παρακολούθηση περιστατικών μπορεί επίσης να γίνεται στον φορέα εργασίας/προσωπικό γραφείο/ιατρείο του εκπαιδευόμενου.

Οι εποπτείες παρέχονται σε ατομική κυρίως εβδομαδιαία βάση από Πιστοποιημένους ΓΨΨ θεραπευτές. Είναι πρόσωπο με πρόσωπο, χωρίς εντούτοις να αποκλείονται εναλλασσόμενες εποπτείες μέσω διαδικτύου για όσους εκπαιδευόμενους ζουν και εργάζονται μακριά από τη Θεσσαλονίκη.

Στη διάρκεια του εκπαιδευτικού προγράμματος παρέχεται η δυνατότητα συμμετοχής σε ομάδα προσωπικής ανάπτυξης. Το Πρόγραμμα δεν περιλαμβάνει υποχρεωτική προσωπική θεραπεία του συμμετέχοντα. Αν εντούτοις υπάρχουν προβλήματα, τότε ο εκπαιδευόμενος μπορεί να παραπεμφθεί για προσωπική θεραπεία, ανεξάρτητα όμως από το Πρόγραμμα.

Το σύνολο της θεωρητικής εκπαίδευσης αντιστοιχεί σε 360 ώρες (σε αυτές μπορούν να προστεθούν πολλές ώρες ατομικής ή ομαδικής μελέτης, προετοιμασίας σεμιναρίων,

διπλωματικής κλπ), το σύνολο της επιβλεπόμενης αξιολόγησης και θεραπείας είναι 200 ώρες, ενώ το σύνολο της κλινικής εκπαίδευσης (πλην των ωρών της εποπτείας) αντιστοιχεί σε 400 περίπου ώρες.

5. Κριτήρια και οι προϋποθέσεις συμμετοχής στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα

Η εκπαίδευση απευθύνεται σε επαγγελματίες του χώρου της ψυχικής υγείας που μπορούν να ασκούν την ψυχοθεραπεία, όπως ψυχιάτρους, ψυχολόγους, ψυχιάτρους παιδιών και εφήβων, ειδικευόμενους ψυχιάτρους).

Για τους ψυχολόγους η παρακολούθηση του θεωρητικού μέρους του προγράμματος απαιτεί πτυχίο ψυχολογίας. Για την παρακολούθηση όμως του κλινικού μέρους απαιτείται από τους συμμετέχοντες η ανάλογη άδεια ασκήσεως επαγγέλματος ψυχολόγου (απόφοιτοι ελληνικών ΑΕΙ ή Πανεπιστημίων του εξωτερικού) ή η αναγνώριση των επαγγελματικών προσόντων του ψυχολόγου (απόφοιτοι κολλεγίων).

Κατ' εξαίρεση μπορούν να συμμετέχουν στο πρόγραμμα τελειόφοιτοι τμημάτων ψυχολογίας, με την προϋπόθεση ότι μέχρι την έναρξη του Δευτέρου Έτους εκπαίδευσης στη ΓΣΘ ή πριν την θεραπευτική τους ενασχόληση με περιστατικά θα έχουν πάρει το πτυχίο τους και την άδεια ασκήσεως επαγγέλματος ψυχολόγου.

Την αποστολή της Αίτησης συμμετοχής στο Πρόγραμμα ακολουθεί μια διαδικασία τριών συνεντεύξεων για την διαπίστωση της ικανότητας του υποψηφίου να ανταποκριθεί στο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα.

6. Ημερομηνία έναρξης, προθεσμία δήλωσης συμμετοχής και Χρονική Διάρκεια του Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Χρονική Διάρκεια:

Η διάρκεια του Προγράμματος είναι τριετής

Ημερομηνία Έναρξης:

Παρασκευή 19 Οκτωβρίου 2018

Προθεσμία Δήλωσης Συμμετοχής:

Επειδή ο αριθμός των συμμετεχόντων στο Πρόγραμμα είναι περιορισμένος, οι ενδιαφερόμενοι θα έπρεπε να υποβάλουν την Αίτηση τους όσο γίνεται νωρίτερα. Η Αίτηση βρίσκεται στην ιστοσελίδα της ΕΕΓΣΨ στο www.gacbp.com.

8. Πιστοποίηση Εκπαιδευτικού Προγράμματος

Οι απόφοιτοι του Προγράμματος πιστοποιούνται ως Γνωστικοί Συμπεριφορικοί Ψυχοθεραπευτές από την Ελληνική Εταιρεία Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας και την European Association for Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT).

9.Επαγγελματική Σταδιοδρομία

Οι απόφοιτοι του Προγράμματος μπορούν να απασχοληθούν σε οποιονδήποτε φορέα ή πλαίσιο απαιτείται ένας κλινικός (ψυχίατρος, παιδοψυχίατρος ή ψυχολόγος) με καλή κατανόηση της ψυχοπαθολογίας και ικανότητα αποτελεσματικής (και σχετικά άμεσης) αντιμετώπισης των προβλημάτων της με τη χρήση της Γνωστικής Συμπεριφορικής Ψυχοθεραπείας, της ψυχοθεραπείας με την ισχυρότερη evidence-based αποτελεσματικότητα.

Τα ίδια βεβαίως ισχύουν και για όσους αποφοίτους επιλέξουν το ατομικό επάγγελμα (ιατρείο ή γραφείο) και όπου η στιβαρή θεραπευτική τους ταυτότητα του Γνωστικού Συμπεριφορικού Θεραπευτή θα διασφαλίσει την αυτόνομη και αποτελεσματική κλινική τους πράξη.

10. Σχόλια/Επαινοι για το Πρόγραμμα μας

"The three-year cognitive-behaviour therapy training program offered by the Greek Association of Cognitive-Behavioural Psychotherapies offers an outstanding curriculum of cutting edge training and supervision. The course curriculum has selected only the best materials in the professional literature and offer comprehensive training and supervision by one of the most noted cognitive-behaviour therapists in Europe. In my opinion, Dr. Simos has done an outstanding job at assembling a top rate program and is to be commended. I highly recommend

this program to anyone seeking introductory and advanced training in cognitive-behavioural therapy."

Frank M. Dattilio, Ph.D. ABPP
Department of Psychiatry
Harvard Medical School and the University of Pennsylvania School of Medicine

"My father, Aaron T. Beck, and I are so pleased about the progress of Cognitive Behavior Therapy in Greece. We understand that you have three professional CBT associations, two CBT training programs accredited by the European Association of Behavioral and Cognitive Therapies (EABCT), and many certified cognitive behavior therapists. This progress is impressive.... We especially appreciate the contributions of Gregoris Simos in bringing CBT to Greece., he has worked hard to support the Greek Association for Cognitive Behavioural Psychotherapies; he has established a CBT training program in Greece; and he has written important CBT books for the international community."

Judith S. Beck
President, Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy (www.beckinstitute.org)
Clinical Associate Professor of Psychology in Psychiatry, University of Pennsylvania
Από τον Πρόλογο της στην ελληνική έκδοση του βιβλίου της "Εισαγωγή στη Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία" (Νέα Έκδοση), Εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ, Σειρά Βιβλιοθήκη της Ψυχοθεραπείας, Αθήνα 2016

"The Three Year Training program, offered by GACBP, will provide professionals with the best available training in the major CBT approaches. This training program covers in-depth review of the major theoretical and clinical models, video workshops by international leaders in the field, supervision of clinical cases, and assessment of skills. Trainees will acquire the state-of-the-art expertise in CBT. I highly recommend this training program."

Robert L. Leahy, Ph.D.
Director, American Institute for Cognitive Therapy
Clinical Professor of Psychology, Department of Psychiatry,
Weill-Cornell University Medical College, New York