

PROGRAM NAUCZANIA
NIEPUBLICZNEJ PLACÓWKI KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO
„KRAKOWSKIE CENTRUM EDUKACYJNE COGITO” W KRAKOWIE

I. Nazwa formy kształcenia:

CAŁOŚCIOWY PODYPLOMOWY KURS PSYCHOTERAPII

II. Czas trwania, liczba godzin kształcenia i sposób jego realizacji:

Kurs trwa 5 lat, czyli 10 semestrów i obejmuje **1200** godzin zajęć dydaktycznych w tym własne doświadczenie terapeutyczne i superwizji grupowe. Kurs odbywa się w formie zaocznej tj. w weekendy (sobota, niedziela) oraz część zajęć (psychodrama, superwizja) od piątku do niedzieli.

W ramach Kursu realizowane są zajęcia teoretyczne i praktyczne:

- zajęcia teoretyczne i praktyczne - **850 godzin zajęć dydaktycznych**
- własne doświadczenie terapeutyczne - **300 godzin zajęć dydaktycznych**
- superwizja grupowa – **50 godzin zajęć dydaktycznych.**

III. Wymagania wstępne dla uczestników:

Kryteria rekrutacji, które muszą być spełnione łącznie:

- 1) **tytuł zawodowy lekarza lub tytuł zawodowy magistra** psychologii lub pielęgniarstwa, pedagogiki lub socjologii lub resocjalizacji,
- 2) **doświadczenie kliniczne** – minimum rok, polegające na odbyciu stażu, wolontariatu w placówkach zajmujących się leczeniem osób z zaburzeniami psychicznymi, lub pracy w tychże placówkach,
- 3) wysoka motywacja do rozpoczęcia kursu.

Spełnianie kryteriów weryfikowane będzie podczas **rozmowy kwalifikacyjnej** oraz na podstawie przedstawionych dokumentów potwierdzających wykształcenie, odbycie praktyki/stażu/wolontariatu lub przedstawienie zaświadczenia o zatrudnieniu w danej placówce zajmującej się terapią osób z problemami zdrowia psychicznego.

IV. Cele kształcenia:

Celem kształcenia jest:

- a) uzyskanie umiejętności i kompetencji w zakresie oddziaływań psychoterapeutycznych mających zastosowanie w leczeniu zaburzeń zdrowia, prowadzonymi metodami udowodnionej naukowo skuteczności, w szczególności:
 - metodą terapii psychodynamicznej i systemowej terapii rodzin,
 - uzupełniająco metodą behawioralno-poznawczą i humanistyczną,

- terapią własną prowadzoną metodą psychodramy Moreno oraz poprzez pracę z własnym genogramem.
- b) uzyskanie umiejętności i kompetencji w zakresie stosowania psychoterapii w stosunku do osób z różnymi problemami zdrowia psychicznego, a także osobisty rozwój przyszłego psychoterapeuty poprzez pracę własną w terapii treningowej (psychodrama) i superwizji grupowej,
- c) przygotowanie do egzaminu certyfikującego psychoterapeuty przeprowadzanego przez Sekcję Naukową Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

V. Plan nauczania

1. PODEJŚCIE PSYCHODYNAMICZNE - 190 godzin zajęć dydaktycznych

a) Część teoretyczna:

- 1) Narzędzia teoretyczne używane w psychoterapii dynamicznej: teorie rozwojowe i rekapitulacja, objawy zaburzenia psychicznego (dekompensacja) jako forma regresji, symbolizacja jako proces rozwojowy przeciwny do regresji
- 2) Koncepcja procesów pierwotnych i wtórnych
- 3) „Konflikt wewnętrzny” według teorii popędowych (Freud, Klein, Horney)
- 4) „Konflikt wewnętrzny” według teorii związków z obiektem (Klein, Bion)
- 5) „Konflikt wewnętrzny” według teorii strukturalnych ego (Hartmann)
- 6) Związek terapeutyczny (*therapeutic alliance*) jako narzędzie pracy psychoterapeuty: przeniesienie, przeciwprzeniesienie i procesy leczące w związku
- 7) Dynamiczne rozumienie zaburzeń nerwicowych: „nerwice wojenne”, reakcje dezadaptacyjne i „neurotyczna osobowość” (psychonerwice)
- 8) Mechanizmy obronne oraz powstawanie objawów nerwicowych.
- 9) Dynamiczne rozumienie zaburzeń afektywnych: wkład teorii rozwojowych i teorii strukturalnych ego.
- 10) Dynamiczne rozumienie dekompensacji psychotycznych, w szczególności schizofrenii.
- 11) Zaburzenia osobowości.
- 12) Utrata i żałoba a struktura psychiczna.

b) Część praktyczna

(kształcenie umiejętności praktycznych w podejściu psychodynamicznym)

1) Terapia indywidualna w podejściu psychodynamicznym:

- diagnoza i kwalifikacja do terapii psychodynamicznej
- tworzenie epikryzy wstępnej
- zawieranie kontraktu;
- tworzenie i dynamika relacji terapeutycznej;
- zjawisko przeniesienia i przeciwprzeniesienia;
- zjawisko oporu;
- rozumienie dialogu terapeutycznego;

- interpretacja i inne interwencje terapeutyczne
- uzyskiwanie wglądu;
- przepracowanie, przeuczenie
- kończenie terapii

2) Psychoterapia grupowa w podejściu psychodynamicznym:

- grupy otwarte i zamknięte;
- grupy homogeniczne i heterogeniczne
- grupy ambulatoryjne i szpitalne
- Kwalifikacja i czynniki dyskwalifikujące
- Spotkanie przygotowujące do grupy i kontrakt wstępny
- Pierwsze spotkanie grupowe i wypracowywanie norm grupowych
- dynamika grupowa;
- rola terapeuty i ko-terapeuty w grupie;
- zjawisko oporu grupowego
- Interwencje wykorzystujące i nakierowane na proces
- Dodatkowe techniki psychoterapii grupowej.

Nabyte umiejętności:

- 1) umiejętność prowadzenia psychoterapii indywidualnej – od zawarcia kontraktu z pacjentem poprzez rozumienie procesu psychoterapeutycznego, relacji terapeutycznej i adekwatnych, wyćwiczonych na kursie interwencji psychoterapeutycznych,
- 2) umiejętność przeprowadzenia kwalifikacji do grupy, rozumienie dynamiki grupowej i umiejętność adekwatnych interwencji w grupie terapeutycznej.

Łącznie - 190 godzin

2. PODEJŚCIE SYSTEMOWE - 140 godzin zajęć dydaktycznych + 40h genogram (self)

a) Część teoretyczna:

- 1) Rodzina w świetle teorii systemów.
- 2) Transgeneracyjne podejścia do terapii rodzin.
- 3) Podejście strukturalne.
- 4) Mediolańska szkoła terapii rodzin.
- 5) Konstrukcjonizm społeczny.
- 6) Terapia systemowa a psychoedukacja.
- 7) Terapia systemowa w kontekście występowania patologii.
- 8) Praca z parą w obszarze seksualności
- 9) Praca z niestandardowymi systemami rodzinnymi

b) Część praktyczna:

(kształcenie umiejętności praktycznych w terapii rodzin i małżeństw)

- 1) Dostrzeganie i rozumienie kontekstu rodzinnego indywidualnych pacjentów/klientów.
- 2) Dostrzeganie i rozumienie procesów zachodzących w rodzinach.
- 3) Przeprowadzanie konsultacji rodzinnych.
- 4) Dokonywanie pierwszych kroków w terapii rodzinnej przy wsparciu superwizyjnym, rozumienie własnego przekazu transgeneracyjnego i jego znaczenia dla praktyki terapeutycznej.
- 5) Wskazania, specyfika procesu terapeutycznego, zasady przebiegu sesji terapeutycznej.

Nabyte umiejętności:

- 1) umiejętność adekwatnych interwencji w terapii rodzinnej lub terapii małżeństw
- 2) rozumienie dynamiki rodzinnej i umiejętność adekwatnych interwencji w rodzinie,
- 3) rozumienie własnego systemu rodzinnego i przekazów pokoleniowych i jej znaczenia dla własnej praktyki,
- 4) rozumienie procesów zachodzących w rodzinie w której jeden z członów jest osobą z zaburzeniami,
- 5) umiejętność przeprowadzenia konsultacji rodzinnych,
- 6) rozumienie procesów zachodzących w terapii rodzin i par,
- 7) umiejętność stosowania podstawowych interwencji systemowych.

Łącznie - 140 godzin

3. PODEJŚCIE POZNAWCZO - BEHAWIORALNE – 60 godzin zajęć dydaktycznych

a) Realizowane zagadnienia

- 1) Historia kierunku - koncepcja poznawcza.
- 2) Koncepcja Alberta Ellisa.
- 3) Koncepcja Aarona Becka.
- 4) Główne założenia terapii cbt (cognitive-behavioral therapy).
- 5) Techniki poznawcze.
- 6) Techniki behawioralne.
- 7) Konzeptualizacja.
- 8) Struktura sesji cbt.
- 9) Zaburzenia nastroju w koncepcji cbt.
- 10) Zaburzenia lękowe w koncepcji cbt.
- 11) Schizofrenia w koncepcji cbt.
- 12) Zaburzenia osobowości w koncepcji cbt - terapia schematu, terapia poznawczo - behawioralna
- 13) Terapia Akceptacji i Zaangażowania ACT

Nabyte umiejętności:

- 1) Nauka rozumienia i konceptualizowania problemu pacjenta w paradygmacie poznawczo - behawioralnym.

- 2) rozumienie i stosowanie modeli poznawczych, konkretnych zaburzeń
- 3) umiejętność stosowania podstawowych technik poznawczych i behawioralnych
- 4) Rozumienie głównych założeń psychoterapii 3 fali cbt (terapii schematu i terapii akceptacji i zaangażowania)

Łącznie - 60 godzin

4. PODEJŚCIE HUMANISTYCZNE – 40 godzin zajęć dydaktycznych

a) Realizowane zagadnienia

- 1) Granice psychoterapii w ujęciu egzystencjalnym.
- 2) Cele logoterapii V. E. Frankla.
- 3) Rozumienie związku terapeuta - pacjent w psychoterapii egzystencjalnej.
- 4) Przegląd głównych metod i technik logoterapii.

Nabyte umiejętności:

- 1) rozumienie relacji terapeutycznej i psychoterapii grupowej specyficznej dla tego podejścia,
- 2) umiejętność podstawowych interwencji w psychoterapii grupowej i indywidualnej.

Łącznie - 40 godzin

5. PODSTAWOWE ELEMENTY WIEDZY MEDYCZNEJ DLA PSYCHOLOGÓW lub PODSTAWOWE ELEMENTY WIEDZY Z ZAKRESU PSYCHOLOGII KLINICZNEJ DLA LEKARZY – 70 godzin zajęć dydaktycznych

a) Realizowane zagadnienia w formie wykładów i warsztatów

- 1) Ogólne wprowadzenie do psychoterapii.
- 2) Elementy wiedzy medycznej dla psychologów: psychopatologia; objawy psychotyczne, nerwicowe, zaburzenia osobowości, uzależnienia i inne.
- 3) Elementy wiedzy dla lekarzy- podstawowe pojęcia związane z procesami rozwojowymi człowieka; koncepcje osobowości.

Nabyte umiejętności:

- 1) Umocnienie wiedzy z zakresu psychopatologii i umiejętność rozróżniania i nazywania objawów w poszczególnych zaburzeniach.

Łącznie – 70 godzin

6. ETYKA – 10 godzin zajęć dydaktycznych

a) Realizowane zagadnienia:

- 1) Zagadnienia etyczne związane z zawodem psychoterapeuty, kodeks etyczny psychoterapeuty

Nabyte umiejętności:

- 1) wiedza o istniejących zasadach etycznych, dylematach związanych ze stosowaniem psychoterapii.

7. PSYCHOPATOLOGIA I ZASTOSOWANIE PSYCHOTERAPII WOBEC POSZCZEGÓLNYCH ZABURZEŃ PSYCHICZNYCH – 340 godzin zajęć dydaktycznych

a) Psychopatologia i psychoterapia schizofrenii (60 godzin):

- Wstęp do psychoterapii psychoz – wykład – 20 godzin
- Część praktyczna (40 godzin)
 - 1) prowadzenie indywidualnej psychoterapii psychoz:
 - ✓ specyfika związku terapeutycznego;
 - ✓ kształtowanie milieu terapeutycznego;
 - ✓ rola terapeuty w okresie remisji i nawrotu objawów psychotycznych;
 - ✓ timing i dynamika relacji.
 - 2) prowadzenie grupowej psychoterapii psychoz:
 - ✓ specyfika funkcjonowania grupy terapeutycznej;
 - ✓ dynamika grupy;
 - ✓ opór i sposoby pracy z oporem;
 - ✓ osobowość terapeuty i jego rola;
 - ✓ techniki psychoterapii grupowej.

Nabyte umiejętności:

- rozumienie zaburzeń psychotycznych,
 - umiejętność kontaktu z osobą chorą,
 - rozumienie specyfiki prowadzenia psychoterapii indywidualnej i grupowej osób z zaburzeniami psychotycznymi
- ### **b) Psychopatologia wieku rozwojowego i psychoterapia zaburzeń tego okresu (60 godzin) (w podejściu systemowym)**
- Koncepcja przywiązania
 - Anoreksja, bulimia – rozumienie w kontekście rodzinnym
 - Zaburzenia zachowania – między szkołą a rodziną – procesy wzajemnie zależne
 - Zaburzenia depresyjne u młodzieży
 - Psychoterapia indywidualna i rodzinna- sesje z jedną rodziną, pierwsze interwencje.

Nabyte umiejętności:

- rozumienie zaburzeń okresu rozwojowego, umiejętność pierwszej interwencji terapeutycznej.
- ### **c) Psychopatologia i psychoterapia zaburzeń osobowości (w podejściu psychodynamicznym) (100 godzin)**
- Zaburzenia osobowości – wykład (20 godzin)
 - Terapia pacjenta ze strukturą borderline (40 godzin)

- Narcyzm i mechanizmy narcystyczne (20 godzin)
- Osobowość niedojrzała (20 godzin)
- d) Psychopatologia i psychoterapia depresji (20 godzin)**
- e) Psychopatologia i psychoterapia uzależnień (40 godzin)**
- f) Psychopatologia i psychoterapia zaburzeń seksualnych (20 godzin)**
- g) Psychoterapia zaburzeń związanych z traumą (20 godzin)**

8. WŁASNE DOŚWIADCZENIA TERAPEUTYCZNE - 350 godzin zajęć dydaktycznych

a) „SELF EXPERIENCE” (300 godzin):

- Grupa psychodramatyczna (260 godzin)
- Grupa genogramowa (40 godzin)

Nabyte umiejętności:

- 1) rozumienie swoich procesów emocjonalnych, relacji z innymi, rozumienie swoich rodzin i swojego miejsca w rodzinach, rozumienie przekazów transgeneracyjnych;
- 2) umiejętność rozeznania się w swoich uczuciach w procesie psychoterapeutycznym i relacji z pacjentem
- 3) umiejętność rozumienia i analizy procesu grupowego i swojej roli w grupie

b) SUPERWIZJA GRUPOWA (50 godzin)

- Grupa superwizyjna (50 godzin)

Nabyte umiejętności:

- 1) umiejętność prowadzenia procesu psychoterapii indywidualnego pacjenta lub rodziny

VI. Wykaz literatury oraz niezbędnych środków i materiałów dydaktycznych:

- 1) Nancy McWilliams “Psychoterapia psychoanalityczna”, 2010, wyd. Harmonia
- 2) Nancy McWilliams „Diagnoza psychoanalityczna” 2017 GWP.
- 3) Glen O. Gabbard „Długoterminowa psychoterapia psychodynamiczna”, 2012, WUJ
- 4) Glen O. Gabbard, Sallye Wilkinson „Przeciwprzeniesienie w terapii pacjentów borderline” 2011 Imago
- 5) Andrzej Kokoszka, Piotr Drozdowski (red) Wprowadzenie do psychoterapii” WAM 1993
- 6) Czesław Czabała „Czynniki leczące w psychoterapii”, 2008, PWN
- 7) Jerzy Pawlik „Psychoterapia psychoanalityczna”, 2008 Eneteia
- 8) Nelvile Symington „Narcyzm. Nowa teoria”
- 9) D. W. Winnicot „Zabawa a rzeczywistość” Imago 2011
- 10) D. W. Winnicot „Dom jest punktem wyjścia” Imago 2010
- 11) Psychoterapia 1-3tom red naukowa Lidia Grzesiuk, wyd. ENETEIA Warszawa 2005
- 12) Bogdan de Barbaro „Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny” WUJ

- 13) Herbert Goldenberg, Irene Goldenberg „Terapia rodzin”, 2006, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
- 14) Katarzyna Shier „Dorośle dzieci. Psychologiczna problematyka odwrócenia ról”2014, Wydawnictwo naukowe Scholar.
- 15) Katarzyna Shier „Piękne brzydactwo”2009, wyd.Scholar
- 16) Artykuły w kwartalniku „Psychoterapia”
- 17) Agnieszka Popiel, Ewa Pragłowska „Psychoterapia poznawczo-behawioralna. Teoria i praktyka. Wydawnictwo Paradygmat, Warszawa 2008
- 18) Antoni Kępiński „Schizofrenia”, „Poznanie chorego”, „Melancholia”, „Nerwice”
- 19) Jerzy Zadęcki „JA we wczesnej schizofrenii”, WUJ, Kraków 2015
- 20) Ch. J. Gelso, Jeffrey A. Hayes „Relacja terapeutyczna” GWP, Gdańsk 2004
- 21) Koncepcja przywiązania.Od teorii do praktyki klinicznej. Pod red. Barbary Józefik, Grzegorza Iniewicza. Wydawnictwo UJ Kraków, 2008.
- 22) Buber, M., Rogers, C. R., Anderson, R., & Cissna, K. (1977). The Martin Buber–Carl Rogers dialogue: A new transcript with commentary. Albany: State University of New York Press.
- 23) Enright, J. E. (1984). Terapia i poradnictwo bez oporu, w: Santorski J. (red.) Nowe strategie i techniki pomocy psychologicznej. Warszawa: PTHP; 88-112.
- 24) Houston, G. (2006). Gestalt. Terapia krótkoterminowa. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- 25) Kobayashi, M. M. (2011). Psychoterapia egzystencjalna osób z zaburzeniami nerwicowymi i związanymi ze stresem. w: Grzesiuk L., Suszek H. (red.) Psychoterapia. Problemy pacjentów. Warszawa: Eneteia Wydawnictwo Psychologii i Kultury; 85-105.

VII. Sposób i forma zaliczenia:

Uczestnik kursu otrzymuje zaświadczenie o ukończeniu kursu po łącznym spełnieniu następujących warunków:

- obecność na zajęciach dydaktycznych objętych programem nauczania kursu,
- samodzielne przygotowanie i przedstawienie czterech prac pisemnych w trakcie trwania zajęć z psychodramy,
- samodzielne przygotowanie i przedstawienie opisu przypadku zawierającego historię choroby, rozumienie psychopatologii w kontekście rozwoju pacjenta i interwencji terapeutycznych zastosowanych przez uczestników kursu,
- przygotowanie i dwukrotne przedstawienie na forum grupy własnego genogramu rodzinnego

VIII Opis efektów kształcenia:

Osoba, która ukończyła kurs i uzyskała zaświadczenie o ukończeniu kursu o którym mowa w pkt. VII programu po spełnieniu pozostałych wymogów określonych przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne może przystąpić do egzaminu certyfikującego przeprowadzanego przez Sekcję Naukową Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego umożliwiającego uzyskanie certyfikatu psychoterapeuty. Zaleca się, aby superwizorem był

superwizor Sekcji Naukowej Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.
Szczegółowe warunki przystąpienia do egzaminu certyfikującego do zapoznania na stronie PTP.