

Mezinárodní KBT Institut Odyssea

Podklady ke schvalovacímu řízení

Název vzdělávacího programu:

ODYSSEA, Mezinárodní KBT institut

Cílem vzdělávacího programu je provádění pětiletého výcviku v kognitivně behaviorální terapii u zdravotnických pracovníků (zdravotní sestry, lékaři, psychologové) a v sociální a poradenské oblasti (speciální pedagogové, sociální pracovníci).

Rozsah vzdělávacího programu: 570 hodin

- | | |
|----------------------------------|-----------|
| 1. Teoretické vzdělání v rozsahu | 120 hodin |
| 2. Praktický nácvik v rozsahu | 350 hodin |
| 3. Supervize v rozsahu | 120 hodin |

Výcvik odpovídá standardům Evropské asociace pro Kognitivně behaviorální terapii (EABCT).

Výcvik v KBT je plně v souladu s vědecké poznatky zjištěnými ve výzkumu psychotherapeutické efektivity u desítek psychických poruch a problémů. KBT je v současné době nejlépe prozkoumaným a ověřeným terapeutickým přístupem vůbec, studií jsou v dnešní době už tisíce a pokrývají nejširší oblast psychických poruch od mentálních retardací, přes psychotické poruchy, poruchy nálady, úzkostné poruchy, poruchy osobnosti, somatoformní poruchy až po poruchy spánku, psychické poruchy specifické pro dětský věk. Efektivita u většiny poruch je dobře prokázána. KBT je uvedeno ve všech doporučených postupech v celém světě. Sami trenéři žadajícího institutu publikovali v recenzovaných časopisech řadu kontrolovaných výzkumných prací, týkajících se efektivity KBT, vlivů KBT na funkci mozku apod.

Zdravotnický garant a garant programu: prof. MUDr. Ján Praško, CSc.

Garant programu (zároveň jeden z trenérů) je lékař s 2. atestací a funkční specializací v systematické psychoterapii, má 28letou klinickou psychotherapeutickou praxí, kterou vykonával na celý klinický úvazek po dobu 25 let, nyní ji vykonává v rozsahu 0,5 úvazku. Výcviky KVT vede 18 let. Kromě toho 18 let vedl také výcviky v psychodynamické skupinové psychoterapie v rámci SUR. Garant reprezentuje KBT v anglických i českých člancích (více než 400 recenzovaných publikací), v 48 monografiích. Vede KBT výcviky také na Slovensku, v Litvě, Polsku a Lotyšsku, vede výcvik v KBT supervizi. V letech 2002-2003 byl prezidentem Evropské asociace pro kognitivně behaviorální terapii (EABCT), je zároveň 14 let národním reprezentantem v (EABCT) a 12 let předsedou KBT společnosti v České republice. Je editorem a autorem řady postupů léčby psychických poruch, které vydává jak Česká neuropsychiatrická společnost tak Česká psychiatrická společnost (další viz CV v příloze). Rozsah jeho výukové aktivity je kolem 80%.

Institut se zavazuje k dodržování etického kodexu ČPS ČLS JEP

Jména trenérů: prof. MUDr. Ján P. Praško, CSc.

(životopisy v příloze) prim. MUDr. Petr Možný

Primář MUDr. Petr Možný je lékař s 2. atestací a funkční specializací v systematické psychoterapii. Má 26letou zkušenost s klinickou psychoterapeutickou praxí, kterou vykonával na celý úvazek po dobu 10 let, v dalších 14 letech na polovinu úvazku a od roku 2009, kdy se stal ředitelem psychiatrické léčebny, ji vykonává na 0,2 úvazku. Primář MUDr. Možný patří mezi čelné představitelé České KBT, byl 8 let prezidentem KBT společnosti a 2 roky jejím reprezentantem v EABCT. Výcviky KBT vede v Čechách a na Slovensku od roku 1995, přednášel také kurs KBT na FSS MU Brno v letech 2001 až 2004. Je spoluautorem 2 monografií týkajících se KBT a řady článků s KBT tematikou, včetně tematikou KBT supervize. Přeložil z angličtiny do češtiny 4 významné KBT monografie (další viz CV v příloze). Rozsah jeho výukové aktivity je kolem 80%.

Jména supervizorů: MUDr. Mirek Novotný

(životopisy v příloze) PhDr. Miloš Šlepecký, CSc.

Učitelé: prof. PhDr. Stanislav Kratochvíl, CSc.

(životopisy v příloze) Mgr. Jana Vyskočilová

doc. Libuše Stárková, CSc.

MUDr. Josef Benkovič

Navrhovatelé programu se zavazují, že na žádost zástupců příslušných výborů (psychoterapeutické společnosti, asociace klinických psychologů, psychiatrické společnosti) projednají případné etické otázky a problémy personálního nebo odborného charakteru a přijmou vhodná opatření, která z projednání vyplynou.

Externí supervizoři: PhDr. Daniela Pupiková

(absolventi výcviku v KBT supervizi) PhDr. Ján Záskalán

Mgr. Jana Pejčochová

Mgr. Roman Pešek

PhDr. Katarína Peterová

MUDr. Lucia Žlnayová, PhD

PhDr. Mária Carachová

PhDr. et Mgr. Petr Štípek

PhDr. Václava Nováková

Náplň výcvikového programu:

Program je členěný v souladu se Standardy EABCT na dva stupně:

1. základní modul (4 roky)

Teorie:

- teorie behaviorální a kognitivní terapie 100 hodin
- jiné psychoterapeutické směry 20 hodin

Praktický výcvik

- nácvik terapeutických dovedností 200 hodin
- sebezkušenost 150 hodin

Výuková supervize 20 hodin

2. supervizní modul (1 rok)

- individuální supervize 50 hodin
- skupinová supervize 50 hodin

Tématické okruhy základního modulu:

1. rok:

1. terapeutický vztah, přenos, protipřenos (Praško)
 2. základní psychoterapeutické směry (Praško)
 3. základy teorie učení (Možný)
 4. základy behaviorální terapie (Možný)
 5. základy kognitivní terapie (Praško)
 6. KBT vyšetření a hodnocení stavu pacienta (Možný, Vyskočilová)
 7. formulace případu a plánování cílů v KBT (Možný)
 8. vedení rozhovoru s pacientem, sokratické dotazování (Praško, Vyskočilová)
 9. plánování aktivity a relaxace (Praško)
 10. expoziční léčba (Praško)
 11. kognitivní restrukturalizace (Možný, Vyskočilová)
 12. KBT léčba specifických fobií (Možný)
 13. KBT léčba agorafobie a panické poruchy (Praško)
2. rok:
1. motivační rozhovor a jeho využití v KBT (Možný)
 2. využití příběhů a metafor v KBT (Možný)
 3. práce s kognitivními schématy (Vyskočilová)
 4. behaviorální experimenty v KBT (Možný)
 5. využití nácviku „všímavosti“ (mindfulness) v KBT (Možný)
 6. strategie řešení problémů (Praško)
 7. nácvik sociálních dovedností (Možný)
 8. imaginativní techniky v KBT (Praško)
 9. KBT léčba sociální fobie (Praško)
 10. KBT léčba generalizované úzkostné poruchy (Možný)

11. KBT léčba deprese (Praško)

12. KBT léčba obsedantně kompulzivní poruchy (Praško)

13. KBT u dětí (Stárková)

3. rok:

1. terapie zaměřená na schémata (Vyskočilová)

2. KBT nízkého sebevědomí (Praško)

3. KBT léčba posttraumatické stresové poruchy (Praško)

4. KBT léčba poruch spánku (Praško)

5. KBT léčba poruch osobnosti (Praško)

6. Náviková terapie sexuálních dysfunkcí (Kratochvíl)

7. Řešení manželských problémů (Kratochvíl)

8. KBT léčba somatoformních poruch (Praško)

9. KBT léčba závislosti (Benkovič)

10. KBT léčba psychóz (Možný)

4. rok:

1. zvládání impulzivního chování (Praško)

2. KBT léčba poruch příjmu potravy (Stárková)

3. behaviorální medicína (Praško)

4. KBT léčba bipolární poruchy (Praško)

5. KBT ve skupině (Praško)

6. obtížný a rezistentní pacient v KBT (Praško)

7. neurobiologické aspekty psychoterapie (Praško)

8. farmakoterapie a psychoterapie (Praško, Možný)

9. KBT přístupy k léčbě komorbidity (Praško)

10. rodinná KBT (Praško)
11. nové přístupy v KBT – „třetí vlna“ KBT (Možný)

Podrobnosti o výcvikovém a supervizním programu

Program probíhá v blocích, každý rok probíhá jeden 50hodinový a tři 20hodinové bloky. Základní modul obsahuje 16 bloků, supervizní 4 bloky, celkem tedy 20 výukových bloků.

V období mezi studijními bloky se od účastníků očekává, že vypracují samostatné eseje (3000 slov) na zadaná témata, které budou prezentovat v následujícím bloku. Celkem každý účastník vypracuje 8 esejů, z nichž 4 odpřednáší před ostatními frekventanty výcviku.

Osobní sebezkušenost frekventanta a jeho terapeutické dovednosti jsou základní částí výcviku. Každý účastník se učí pomocí strukturovaného programu definovat a řešit svoje vlastní životní problémy pomocí KBT metod za vedení výcvikových učitelů. Další důležitou součástí výcvikového programu je hraní rolí – jak terapeuta, tak pacienta. Každý účastník tedy v malé skupině před učiteli přehrává své dovednosti při vedení pacientů s různými problémy a poruchami, dostává zpětnou vazbu učitele i ostatních frekventantů a také zažívá roli pacienta, kterou následně reflektuje. Tato zážitková část výcviku se skládá ze 150 hodin přímé sebezkušenosti a 200 hodin hraní rolí.

Od druhého bloku požadujeme KBT vedení pacientů za výukové supervize. Na každý blok si účastník připraví podrobné kazuistiky KBT vedení dvou pacientů, které jsou průběžně supervidovány. Supervize probíhá několika způsoby:

- Individuální supervize: případ pacienta je podrobně probrán se supervizorem, účastník si přináší dokumentaci pacienta, vhodný je audio nebo video záznam sezení. V supervizi se případ nejen diskutuje, ale často se také využívá hraní rolí, kdy supervizor zaujímá v určité situaci roli pacienta a supervidovaný hraje terapeuta. Část těchto supervizních scének je nahrávána na video a účastník záznam supervize dostává. Zároveň jsou vybrané videozáznamy supervize supervidovány supervizory supervizorů.
- Skupinová supervize: účastník sděluje svoji kazuistiku a skupina a supervizor se k ní vyjadřují.
- Bálintovské skupiny
- Supervize dovedností – vybrané postupy a metody, které účastník uplatňoval v terapii, musí předvést při hraní rolí před supervizorem.

Každý účastník výcviku v jeho průběhu pod supervizí vypracuje nejméně 12 kazuistik, které by měly pokrývat co nejširší diagnostické spektrum. Ke zkoušce si tyto kazuistiky přináší – kazuistiky ke zkoušce bez supervize nejsou přijímány.

Supervizní modul je věnovaný plně supervizi supervizory, kteří nejsou trenéry základního výcviku. Povinností účastníka je projít 100 hodinami supervize: 50 hod. v individuálním a 50 hod. ve skupinovém formátu.

V polovině základního modulu, konkrétně v 10. bloku, si účastníci připraví návrh závěrečné práce, kterou vypracují a odevzdají na konci 20. bloku. Závěrečná práce může být výzkumně zaměřená, může jít o originální příručku pro pacienty, zaměřenou na KBT určité psychické poruchy nebo se může jednat o komentovaný překlad významné KBT publikace. Účastník si své téma závěrečné práce vybírá po konzultaci s trenéry. Závěrečná práce je poslána oponentovi a pokud ji tento schválí, účastník ji obhajuje při závěrečné zkoušce.

Závěrečná zkouška se skládá ze 4 částí: 1) obhajoba závěrečné práce, 2) teoretická část, ve které účastník odpovídá na 2 otázky, které si losuje ze 150 otázek, 3) probrání a zhodnocení 2 náhodně vybraných ze 12 supervidovaných kazuistik, a 4) zkoušky praktických terapeutických dovedností formou hraní rolí - zkoušený si vylosuje jednu ze 150 základních terapeutickými situací, zkoušející mu hraje pacienta.

Komise, která zkouší, je sestavena ze 4 výcvikových učitelů a dvou hostů z jiných terapeutických výcviků.

Předepsaná literatura:

Základní učebnice:

- Praško J, Možný P, Šlepecký M: Kognitivně behaviorální terapie psychických poruch, Triton, Praha 2007

Česká a slovenská:

- Kennerleyová, H.: Úzkostné stavy a jejich léčba. Portál, Praha, 1998
- Kratochvíl, S.: Základy psychoterapie. 5.vydání. Portál, Praha 2006.
- Kratochvíl, S.: Sexuální dysfunkce. Grada, Praha, 2008.
- Vymětal J.: Úvod do psychoterapie. Grada, Praha 2003
- Možný P. a Praško J: Kognitivně-behaviorální terapie: Úvod do teorie a praxe. Triton, Praha 1999.
- Murdoch, D., Barker, P.: Základy behaviorální terapie. Skripta Filosofické fakulty Masarykovy univerzity, Brno, 1996.
- Praško, J. a Šlepecký, M.: Kognitivně-behaviorální terapie depresivních poruch: Manuál pro terapeuty. Psychiatrické centrum Praha, 1995
- Praško, J., Kosová, J.: Kognitivně behaviorální terapie úzkostných stavů a depresí. Triton, 1998
- Praško, J., Kyralová, I., Minaříková V., Prašková, H.: Skupinová kognitivně-behaviorální terapie depresí. Psychiatrické centrum Praha, 1998
- Praško, J., Kosová, J., Pašková, B., Seifertová, D.: Sociální fobie a její léčba. Příručka pro vedení terapie. Psychiatrické centrum Praha, 1998
- Praško, J., Pašková, B., Horáček, J., Fremund, F. Somatoformní poruchy. Galén, Praha 2002
- Praško J., Prašková, H.: Asertivitou proti stresu. Grada, Praha 1996
- Praško J. (ed): Poruchy osobnosti. Portál, Praha 2003.
- Praško J: Úzkostné poruchy. Portál, Praha 2005.
- Greenberger D. a Padesky Ch.: Na emoce s rozumem. Portál, Praha 2003.
- Roder, V., Brenner H.D., Kienzle, N., Hodel, B.: Schizofrenie. Integrovaný psychoterapeutický program pro schizofrenní pacienty. Triton, Praha 1993.
- Beck A.T.: Kognitivní terapie a emoční poruchy. Portál, Praha 2005.
- Ronen T.: Psychologická pomoc dětem v nesnázích. Portál, Praha 2000.
- Wright J.H., Basco M.R. a Thase M.E.: Učenie sa kognitívno-behaviorálnej terapii. Vydavateľstvo F, Trenčín, 2008.

Anglická literatura:

- Beck A.T., Rush A.J., Shaw B.F. a Emery G.: Cognitive therapy of depression. Guilford Press, New York, 1979.
- Beck, A.T., Emery, G., Greenberg, R.L.: Anxiety Disorders and Phobias - a cognitive perspective. Basic Books, New York, 1985.
- Beck, A.T., Freeman, A. a spol.: Cognitive therapy of personality disorders. The Guilford Press, New York 1990, 396 s.
- Beck, J.S.: Cognitive therapy: Basics and beyond. New York, The Guilford Press 1995, nové vydání 2011.
- Haddock, G., Slade, P.D (eds.): Cognitive-behavioural interventions with psychotic disorders. Routledge, London, 1996.
- Kingdon D. a Turkington D.: Cognitive Therapy of Schizophrenia. Guilford Press, New York, 2005.

Seznam příloh:

CV Praško

CV Možný

CV Šlepecký

CV Novotný

CV Vyskočilová

CV Kratochvíl

CV Stárková

CV Benkovič

prof. MUDr. Ján Praško Pavlov, CSc.

Garant programu a trenér výcvikového institutu Odyssey – Mezinárodní institut KBT. Je lékař s 2. atestací a funkční specializací v systematické psychoterapii. Má 28letou klinickou psychoterapeutickou praxi. Výcviky KBT vede 18 let, taktéž výcviky v psychodynamické skupinové psychoterapie v rámci SUR. Publikačně reprezentuje KBT. Vede KBT výcviky na Slovensku, v Litvě, Polsku a Lotyšsku. Je jedním ze supervizorů výcviku v KBT supervizi. V letech 2002-2003 byl prezidentem EABCT. 14 let je národním reprezentantem v EABCT a 12 let předsedou KBT společnosti v ČR.

PhDr. Miloš Šlepecký, CSc.

Klinický psycholog, 37 let vedoucí klinický psycholog pracoviště klinické psychologie (Psychiatrické oddělení OÚNZ Liptovský Mikuláš, Psychagogia s.r.o. LM). Absolvoval výcvik v systematické psychoterapii v KBT, Biofeedback Certification International Alliance USA, psychodramatický výcvik, výcvik v hypnóze, transpersonální psychoterapii S. Grofa, výcvik v Gestalt terapii v Metanoia Institutu v Londýně. Je od roku 1976 aktivním psychoterapeutem, taktéž je certifikovaným terapeutem v biofeedback a neurofeedback metodách. Je supervizorem a lektorem výcviku v KBT v Čechách, výcviku v KBT supervizi, je garantem a hlavním lektorem ABC Institutu KBT na Slovensku. Supervizně vede Psychologický úsek OLÚP Predná Hora, vyučuje na Katedře psychologie UKF Nitra. Je publikačně činný. Je předním představitelem KBT na Slovensku.

Mgr. Jana Vyskočilová

Je supervizorkou ve zdravotnických a sociálních organizacích, její psychoterapeutická praxe začala v roce 2001 a trvá dosud. Má výcvik v KBT, dramaterapii, hypnóze. Absolvovala kurz v biofeedbacku, asertivitě. Od roku 2005 je lektorkou KBT výcviků v Čechách, supervizorkou KBT terapeutů a frekventantů KBT výcviků, zdravotníků na psychiatrických odděleních a pracovníků v domovech pro seniory. Je iniciátorkou vzniku výcviku v KBT supervizi a taktéž jeho supervizorkou. Iniciovala také vedení jedné KBT výcvikové skupiny s důrazem na sebezkušenost. Je spoluautorkou i autorkou několika publikací s tematikou KBT psychických poruch, supervize a etiky.

prim. MUDr. Petr Možný

Je ředitelem psychiatrické léčebny v Kroměříži od roku 2009. Je lékař s 2. atestací a funkční specializací v systematické psychoterapii. Má 26letou zkušenost s klinickou psychoterapeutickou praxí, kterou vykonával na celý úvazek po dobu 10 let, v dalších 14 letech na polovinu úvazku a od roku 2009 ji vykonává na 0,2 úvazku. Čelní představitel české KBT, byl 8 let prezidentem KBT společnosti a 2 roky jejím reprezentantem v EABCT. Výcviky KBT vede v Čechách a na Slovensku od roku 1995, přednášel také kurz KBT na FSS MU Brno v letech 2001 až 2004. Je spoluautorem knih s KBT tematikou. Přeložil z angličtiny do češtiny 4 významné KBT monografie.

MUDr. Miroslav Novotný

Lékař s druhou atestací a funkční specializací v systematické psychoterapii. Má 36 let praxe v oboru psychiatrie. Od roku 1993 privátní psychiatrická praxe CDZ Jeseník + Šumperk (akreditované školicí pracoviště IPVZ pro psychiatrii a psychologii). Od r. 2005 - supervizor Českého institutu pro supervizi v integrované psychoterapii. Má funkční specializaci v EEG diagnostice dospělých a psychoterapeutické výcviky v dynamické psychoterapii, v SUR, v KBT, v Hypnóze, v EEG-biofeedbacku, v Integrované supervizi. Lektor a supervizor výcviků KBT v ČR a na Slovensku, lektor v EEG biofeedbacku Praha, Polsko, supervizor výcviku v KBT supervizi. Publikačně činný. Od roku 2010 šéfredaktor internetového časopisu CogMed Journal.