

## **CERTYFIKACJA TERAPEUTY SCHEMATU W ISST[1] z 2015 R.**

Kwalifikacje niezbędne do aplikowania o certyfikację dla osób kończących szkolenie po 31 Grudnia 2014 r.:

Aby ubiegać się o certyfikat Terapeuty Schematu, osoba musi spełnić dwa poniższe wymagania:

Wykształcenie akademickie: Posiadanie co najmniej tytułu magistra z psychologii, klinicznej pracy społecznej, pielęgniarstwa psychiatrycznego lub obszaru pracy społecznej prowadzącego do uzyskania tytułu zawodowego; lub posiadanie tytułu lekarza i rezydentury w szpitalu psychiatrycznym (lub ekwiwalentu do rezydentury psychiatrycznej, jeżeli jest ona inaczej definiowana w danym kraju).

Licencja lub certyfikat wykonywania zawodu: W krajach regulujących powyższe zawody certyfikatami lub licencjami osoba musi posiadać taki certyfikat lub licencję, wydaną jej przez odpowiedni organ rządowy lub profesjonalną organizację. Jeżeli w danym kraju nie obowiązują tego typu regulacje, osoba musi spełniać standardy jednej z narodowych lub międzynarodowych profesjonalnych organizacji psychoterapeutycznych.

Jeżeli należysz do innej grupy uprawnionej licencją lub certyfikatem do prowadzenia psychoterapii w twoim kraju, prosimy o przesłanie potwierdzenia swojej przynależności do takiej grupy wraz ze swoimi kwalifikacjami akademickimi w celu rozpatrzenia aplikacji o certyfikat.

Jesteśmy w trakcie dodawania kategorii certyfikatów dla osób które nie są samodzielnie pracującymi psychoterapeutami, a profesjonalistami w dziedzinie opieki zdrowia psychicznego, pracującymi w zespole lub w zatwierdzonym programie leczenia prowadzonym przez terapeutów schematu posiadających certyfikat Zaawansowany (Advanced). Przygotowujemy także Podstawowy Dyplom Terapii Schematu dla osób zainteresowanych kształceniem się w TS, które nie spełniają kryteriów wymaganych do otrzymania certyfikatu.

## Minimalne Wymagania

### Doświadczenia do Certyfikatu ISST na rok 2014

(Aby poprawnie zrozumieć tę tabelkę, zapoznaj się z wyjaśnieniami poniżej)

Rodzaj wymagań	Certyfikat standardowy	Certyfikat zaawansowany
<b>Godziny Dydaktyczne</b>	25 godzin	25 godzin w sumie (brak wymogu dodatkowych godzin po uzyskaniu Certyfikatu Standardowego)
<b>Odgrywanie ról w parach pod superwizją</b>	Minimum 15 Godzin	Minimum 15 godzin w sumie (brak wymogu dodatkowych godzin po uzyskaniu Certyfikatu Standardowego)
<b>Superwizja</b>	<b>20 sesji superwizji (50-60 minut każda)</b> (Superwizja Indywidualna lub Grupowa, uznawana według przelicznika – patrz niżej)	<b>40 sesji superwizji (50-60 minut każda)</b> (Superwizja Indywidualna lub Grupowa, uznawana według przelicznika – patrz niżej)
<b>Terapia własna jako część superwizji</b>	Wysoce Wskazane: Maksimum 3 z 20 sesji superwizji mogą być poświęcone terapii własnej	Wysoce Wskazane: Maksimum 6 z 40 sesji superwizji mogą być poświęcone terapii własnej
<b>Uczestnictwo w rówieśniczej grupie superwizyjnej (Peer Supervision)</b>	Wysoce Wskazane	Wysoce Wskazane
<b>Minimalna Wymagana Ilość Przypadków Prowadzonych w TS</b>	80 sesji	160 sesji
<b>Długość Bycia w Superwizji</b>	Przynajmniej 1 rok	Przynajmniej 1 rok
<b>Oceny Kompetencji Terapii Schematu na Sesji (skala STCRS[1])</b>	1 sesja z minimalnym wynikiem 4.0 na skali STCRS i konceptualizacja przypadku	2 sesje z minimalnym wynikiem 4.5 na skali STCRS i 2 konceptualizacje przypadku
	<b>Kandydat musi otrzymać wyniki nie mniejsze niż 4.0 na pozycjach 6-9 na skali STCRS.</b>	

[1]

International Schema Therapy Society = Międzynarodowe Stowarzyszenie Terapii Schematów

## Ważne Wyjaśnienia i Uwagi

### Wyjaśnienie 2 Stopni Certyfikacji

**1. Standardowy Certyfikat Międzynarodowy:** Terapeuci na tym poziomie posiadają certyfikat uprawniający do prowadzenia terapii schematu, brania udziału w badaniach empirycznych testujących skuteczność psychoterapii (outcome studies) oraz do udzielania treningu i superwizji innym terapeutom na podstawowym poziomie, wyłącznie pod superwizją trenera-superwizora posiadającego certyfikat Zaawansowany, w ramach zatwierdzonego programu treningowego. Nie są upoważnieni do przeprowadzenia programu treningowego, oceniania sesji, ani superwizowania wymagających przypadków.

**2. Zaawansowany Certyfikat Międzynarodowy:** Daje uprawnienia do pracy ze wszystkimi pacjentami, brania udziału w badaniach empirycznych testujących skuteczność psychoterapii (outcome studies), do aplikowania o certyfikację jako superwizor/trener, oceniania sesji, oraz, po zdobyciu trzech lat doświadczenia w pracy jako certyfikowany terapeuta schematu, do przeprowadzenia programu treningowego.

Każdy kraj samodzielnie podejmuje decyzję na temat tego, który z powyższych 2 stopni treningu będzie oferował (włączając w to inne kursy, nie kończące się otrzymaniem certyfikatu).

### ZATWIERDZONY TRENING CERTYFIKUJĄCY

ISST bierze udział w zatwierdzaniu lub wystawianiu zaświadczeń o uczestnictwie tylko w przypadku tych warsztatów lub treningów, które **stanowią część sylabusu Zatwierdzonego Programu Treningu Certyfikacyjnego ISST** i które są prowadzone przez Certyfikowanych Trenerów ISST związanych z tym programem. **Wszelkie inne treningi**, nawet, jeżeli są tematycznie związane z TS i/lub są prowadzone przez Certyfikowanych Trenerów ISST, **nie są uznawane jako spełniające wymagania certyfikacyjne**. Warsztaty z TS prowadzone przez Certyfikowanych Trenerów ISST poza sylabusem programu certyfikacyjnego **mogą być uznane tylko jako część dalszej edukacji**, niedawno wprowadzonej jako wymóg konieczny do utrzymania certyfikatu Terapeuty Schematu.

Obecnie istnieją **dwa sposoby** spełnienia wymogów treningowych otrzymania certyfikatu ISST:

1. **Wzięcie udziału w całości zatwierdzonego przez ISST Programu Treningowego TS**, na przykład zatwierdzonego przez ISST Międzynarodowego Programu Treningowego TS prowadzonego przez Instytut TS w Nowym Jorku i New Jersey. W tym przypadku organizatorzy programu są odpowiedzialni za upewnienie się, że spełnia on wszystkie wymagania sylabusu Certyfikacji ISST.
2. Złożenie własnego programu treningu certyfikacyjnego poprzez **samodzielną naukę**. Ten sposób wymaga uważnego **połączenia treningów będących częściami różnych Zatwierdzonych Programów Certyfikacyjnych ISST tak, aby spełnić wszystkie wymagania sylabusu Certyfikacji ISST**. Dodatkowo **będziesz potrzebować okazać certyfikaty uczestnictwa w poszczególnych modułach tych treningów**. W niektórych krajach, na przykład w Niemczech, jest to łatwe do zrobienia, ponieważ wykorzystywany jest wspólny sylabus i plan warsztatów. W innych krajach może to być natomiast trudniejsze. Aplikując o certyfikat drogą samodzielnej nauki, twoim obowiązkiem jest zdobycie wszystkich wymaganych certyfikatów i przesłanie ich skanów do Koordynatora Treningów i Certyfikacji ISST.
3. W przypadku samodzielnej nauki, **tylko warsztaty prowadzone przez Certyfikowanych Trenerów ISST którzy są związani z Zatwierdzonymi Programami Treningowymi ISST** lub którzy zostali zaproszeni przez zatwierdzony program do poprowadzenia określonego modułu należącego do sylabusu certyfikacji ISST wliczają się do wymaganych do certyfikacji 25 godzin edukacji. Dodatkowo, powinieneś otrzymać od prowadzących warsztaty **certyfikat modułu**, który wymienia pokryte przez moduł elementy sylabusu i liczbę uczestników. Certyfikat modułu powinien być także podpisany przez Certyfikowanego Trenera prowadzącego warsztaty oraz przez przewodniczącego Zatwierdzonego Programu Certyfikującego ISST, który organizuje ten trening.

## Zawartość Programów Treningowych

### Sylabus Wymaganych 25 Godzin Dydaktycznych:

#### 1. **Konceptualizacja przypadku**

##### 1.1 **Teoria i koncepcje schematów**

- Schematy, style radzenia sobie i tryby: Definicje i rozróżnienia
- Diagnoza: wywiad, kierowane wyobrażenie, kwestionariusze
- Psychoedukacja na temat potrzeb i praw dziecka

- Czynniki temperamentalne

## **1.2. Formułowanie planu terapii i konceptualizacja przypadku**

- Opisywanie celów i potrzeb w kategoriach schematów i/lub trybów
- Konceptualizacja przypadku w kategoriach schematów i/lub trybów

## **2. Relacja terapeutyczna**

- Ograniczone rodzicielstwo (Limited re-parenting)
- Empatyczna konfrontacja (Empathetic confrontation)
- Ustalanie granic (Limit setting)
- Schematy terapeuty: Radzenie sobie z przeszkodami w terapii wynikającymi z aktywacji schematów terapeuty w reakcji na niektórych pacjentów.
- Adekwatne stosowanie odkrywania siebie przez terapeutę

## **3. Techniki terapii schematu**

### **3.1 Techniki poznawcze**

- Pamiętniki
- Flasz karty

### **3.2. Techniki doświadczeniowe I (Praca na wyobrażeniach)**

- Wyobrażenia i modyfikowanie wyobrażeń
- Łączenie schematów/trybów z doświadczeniami z wczesnego dzieciństwa
- Stosowanie ograniczonego rodzicielstwa w pracy z trybami Dziecka, szczególnie z trybem Skrzywdzonego i Rozzłoszczonego Dziecka

### **3.3 Techniki doświadczeniowe II (np. Dialog między trybami i ogywanie ról)**

- Dialogi między schematami i trybami
- Empatyczna Konfrontacja/ustalenie granic dla niedaptacyjnych Trybów radzenia sobie
- Konfrontowanie i ustalanie granic dla trybów Karzącego i Wymagającego Rodzica
- Odgrywanie ról

### **3.4 Zadania domowe i strategie zmian behawioralnych**

## **4. Specyficzne populacje pacjentów TS**

#### **4.1. Praca z Trybami Schematów z pacjentami cierpiącymi na zaburzenia osobowości**

- Osobowość chwiejna emocjonalnie- BPD (wymagane)
- Narcystyczne zaburzenie osobowości
- Wiązka C zaburzeń osobowości
- Inne zaburzenia osobowości
- Wiedza na temat poszczególnych zaburzeń osobowości staje się wymagana wraz z przyrostem dowodów naukowych na skuteczność TS w ich leczeniu

#### **4.2 Terapia Schematu dla Par (Opcjonalnie)**

**4.3 Grupowa Terapia Schematu (opcjonalnie, ponieważ istnieje oddzielny proces certyfikacji dla grupowej TS)**

**4.4 Terapia Schematu dla innych zaburzeń pierwszoosobowych (opcjonalna do czasu zgromadzenia bazy dowodów empirycznych na skuteczność TS w ich leczeniu)**

- Uzależnienia
- Zaburzenia odżywiania się
- PTSD
- OCD

#### **5. Literatura**

- Reinventing Your Life [Program zmiany sposobu życia. Uwalnianie się z pułapek psychologicznych]
- Schema Therapy: A Practitioner's Guide [Terapia Schematów: Przewodnik Praktyka]
- Inne materiały

#### **Sylabus 15 Wymaganych Godzin Treningu w Parach:**

Ćwiczenia z udziałem całej grupy lub z losowym dobieraniem w pary są wskazane i zaliczają maksimum 2 godziny wymogu treningu w parach pod warunkiem, że uczestniczyć w nich będzie cała grupa. Ćwiczenia z udziałem całej grupy są dobrym sposobem demonstracji technik w przygotowaniu do ćwiczeń w parach.

Ćwiczenia w Parach: Terapeuci dobierają się w pary i kolejno odgrywają rolę pacjenta i terapeuty (przez ok. 30 minut w każdej roli). Jeżeli grupa liczy wiele osób i nie posiada wystarczającej liczby superwizorów dla par, do pary może dołączyć trzecia osoba i odgrywać rolę obserwatora/trenera. Trzecia osoba powinna jednak być w roli obserwatora/trenera tylko raz, aby miała jak najwięcej okazji aktywnego ćwiczenia.

Ćwiczenia w parach muszą obejmować: Ograniczone rodzicielstwo dla trybów Dziecka, szczególnie dla trybów Skrzywdzonego i Rozzłoszczonego Dziecka; konfrontowanie trybu Kontratakującego Obrońcy; konfrontowanie trybów Karzącego (Wymagającego) Rodzica, stosowanie Empatycznej Konfrontacji, pracy na wyobrażeniach, ustalania granic i pracy nad relacją terapeutyczną.

Schematy Terapeutów: Radzenie sobie z przeszkodami w terapii wynikającymi z aktywacji schematów terapeutów w reakcji na niektórych pacjentów.

### **Proporcja Trenerów wobec Uczestników Treningu**

Trening w grupie więcej niż 40 osób zalicza maksimum 6 godzin wymagania komponentu dydaktycznego treningu do certyfikacji.

Dla odgrywania ról w parach wymagany jest przynajmniej jeden trener na 20 uczestników treningu (optymalnie jeden trener powinien przypadać na 10 uczestników treningu).

Zdajemy sobie sprawę, że wymóg ten jest trudny do spełnienia w krajach, gdzie liczba terapeutów schematu z certyfikatem Zaawansowanym jest mała. W takich przypadkach przydatne może okazać się wyznaczanie oddzielnych terminów treningu w parach dla mniejszych grup. Razem z indywidualną i grupową superwizją, trening w parach jest jedną z najważniejszych części programu treningowego. Wymagane jest więc aby ćwiczenia odgrywania ról w parach były prowadzone przez superwizorów posiadających certyfikat Zaawansowany terapii schematów.

### **Wymagania Superwizji**

**20 Godzin dla Standardowego stopnia certyfikatu** (w niektórych programach superwizorzy oglądają dodatkowo 2 godziny nagranych sesji)

**40 Godzin dla Zaawansowanego stopnia certyfikatu** (w niektórych programach superwizorzy oglądają dodatkowo 4 godziny nagranych sesji)

W niektórych programach (na przykład w programie Nowojorskim/New Jersey), superwizorom przekazywane są dodatkowe 2-4 godziny nagranych sesji, które w trakcie superwizji są poddawane ocenie i dyskusji. W takich przypadkach superwizorzy oglądają nagrania przed sesjami superwizji. (Obejrzenie przez superwizora nagrań przed sesją superwizji nie wlicza się do wymogu odbytych godzin superwizji)

### **Treść Sesji Superwizji**

Całość superwizji powinna uwzględniać analizę aktywacji własnych schematów w kontekście pracy z poszczególnymi pacjentami.

Dodatkowa terapia własna koncentrująca się na kwestiach przeciwprzeniesienia w pracy z poszczególnymi pacjentami jest wskazana w razie potrzeby.

STCRS – co będzie wymagane od końcowych ocen nagrań

Dokładne i wyczerpujące stosowanie formularzy konceptualizacji i streszczenia przypadku

Wymagania wstępne do Terapii Schematów – (Sprawdzanie obecności trudności takich jak ograniczone zasoby finansowe, ograniczony dostęp do pacjenta, współuczestnictwo w innych terapiach, tendencje samobójcze, interwencje kryzysowe, stosowanie środków farmakologicznych.)

Przekazywanie uczestnikom pozytywnych i negatywnych informacji z szacunkiem

Radzenie sobie z problemami w superwizji wynikającymi z aktywacji i schematów

Konfrontowanie w superwizji unikania i trybu Odciętego Obrońcy

Ćwiczenie z kandydatami odgrywania ról

Wdrażanie ćwiczeń z programów treningowych, mających pomóc kandydatom „doświadczyć” aktywacji własnych schematów i nieadaptacyjnych trybów

Nacisk na pracę z trybami

**Przeliczanie Godzin Superwizji Grupowej na Godziny Superwizji Indywidualnej**



Wypracowaliśmy (skomplikowany) system przeliczania godzin superwizji grupowej na godziny superwizji indywidualnej (dla grup superwizyjnych liczących od 2 do 6 osób). Podstawą przeliczania jest uznanie 3 godzin (180 minut) superwizji grupowej z 6 członkami za równoważne jednej „godzinie” (50 minut) superwizji indywidualnej.

Na przykład, jeżeli grupa liczy 6 członków, zakładamy, że każdemu z nich poświęcona jest 1/6 całego czasu trwania sesji superwizji. Tak więc jeżeli dana sesja trwa 2 godziny (120 minut), każdemu jej członkowi udzielone jest 20 minut *bezpośredniej* superwizji. Jest to równoważne 20 minutom superwizji indywidualnej. Pozostałe 100 minut każdy członek grupy spędza na obserwowaniu superwizji innych członków. Drogą głosowania zdecydowaliśmy, że czas spędzony na *obserwacji* superwizji innych członków grupy jest równoważny 20% czasu spędzonego na otrzymywaniu superwizji *własnej*. Tak więc 100 minut obserwacji superwizji innych jest równoważne 20 minutom superwizji indywidualnej (20%).

**Poniższa formuła pozwoli ci na obliczenie ilości otrzymanej superwizji własnej, wliczającej się do wymogu sylabusa, dla każdej liczebności grupy.**

**Dla każdych 60 minut superwizji grupowej:**

2 członków grupy = 36 minut superwizji własnej

3 członków grupy = 28 minut superwizji własnej

4 członków grupy = 24 minut superwizji własnej

5 członków grupy = 22 minut superwizji własnej

6 członków grupy = 20 minut superwizji własnej

(60 minut superwizji indywidualnej = 60 zaliczonych minut)

**Uwaga: Aby otrzymać certyfikat, kandydaci mogą zaliczyć wymóg superwizji częściowo poprzez superwizję indywidualną i częściowo poprzez grupową. Superwizja indywidualna jest wskazana, lecz nie obowiązkowa.**

**Oceny Sesji**

**Wymagane Końcowe Oceny Nagrań**

1. Aby otrzymać certyfikat Standardowy, nagranie musi przedstawiać pracę z pacjentem, dla którego Terapia Schematów jest odpowiednim leczeniem z powodu głębokości problemu, chroniczności problemu, porażki poprzedniej terapii lub nawrotu objawów. Aby otrzymać certyfikat Zaawansowany, nagranie musi przedstawiać pracę z jednym pacjentem cierpiącym na zaburzenie osobowości lub wykazującym znaczące objawy zaburzeń osobowości oraz z innym pacjentem dla którego Terapia Schematów jest odpowiednim leczeniem z powodu głębokości problemu, chroniczności problemu, porażki poprzedniej terapii lub nawrotu objawów. Od kandydatów oczekuje się przedstawienia nagrań pracy z dwoma różnymi pacjentami i wykazania biegłości w pracy z trybami Kontrataku Obrońcy, Posłusznego Poddanego i Odciętego Obrońcy. Nagrania wideo są preferowane ponad nagrania audio.
2. **Dwa nagrania wymagane do otrzymania certyfikatu Zaawansowanego muszą być ocenione przez dwóch różnych sędziów.**

Kontakt z Sędziami Niezależnymi powinien być domyślnie zapewniony przez placówkę oferującą program treningowy.

**Definicja Sędziego Niezależnego** dla ocen na skali STCRS wymaganych do otrzymania certyfikatu. Na Posiedzeniu Zarządu ISST dn. 28.05.2013 Sędzia Niezależny został zdefiniowany jako certyfikowany przez ISST superwizor/trener nie będący jednocześnie przewodniczącym programu treningowego kandydata, którego nagrania ocenia ani superwizorem/trenerem części dydaktycznych i odgrywanych w grupach programu. Zdajemy sobie sprawę z potencjalnego istnienia sytuacji, gdzie powyższy wymóg nie będzie mógł być całkowicie spełniony – na przykład w kraju gdzie istnieje tylko jeden program treningowy, gdzie liczba certyfikowanych superwizorów/trenerów jest mała lub w placówkach o charakterze sądowym, gdzie obowiązują ograniczenia dotyczące nagrywania lub udostępniania nagrań poza placówką. **W powyższych przypadkach prosimy o kontakt z koordynatorem treningu ISST w celu uzyskania zwolnienia z powyższego wymogu.**

Zdecydowaliśmy się na wprowadzenie powyższego wymogu aby zabezpieczyć się przed nieświadomym zniekształcaniem ocen w sytuacji pokrywania się ról trenera i Sędziego Niezależnego.

4. Skala STCRS i wyznaczone dla niej punkty odcięcia są wciąż w stadium pilotażowym. W przeciągu następnych kilku lat planujemy udoskonalić

narzędzie i punkty odcięcia w oparciu o dowody naukowe. Jesteśmy także w trakcie empirycznej walidacji skali STCRS oraz ustalania dla niej standardu zgodności sędziów (inter-rater reliability), który będzie wymagany do osiągnięcia przez Sędziów Niezależnych.

5. Poza wymogiem uzyskania oceny co najmniej 4.0 (dla certyfikatu Standardowego) lub 4.5 (dla certyfikatu Poszerzonego) na skali STCRS – **kandydat musi otrzymać wyniki nie mniejsze niż 4.0 na itemach 6-9.**

(Uzupełnione przez Joan Farrell o decyzje Zarządu ISST z dn. 12.02.2013)

[\[1\]](#) International Schema Therapy Society = Międzynarodowe Stowarzyszenie Terapii Schematów

[\[2\]](#) Schema Therapist Competency Rating Scale – Skala Oceny Kompetencji Terapeuty Schematu