



**EDUKACIJA IZ  
KOGNITIVNO  
BIHEVIORALNE TERAPIJE  
OKTOBAR 2018.**

**UDRUŽENJE ZA PSIHOLOŠKU PROCJENU, POMOĆ I  
SAVJETOVANJE – *DOMINO* U SARADNJI SA *HUBIKOT*-OM  
VRŠI UPIS NOVE GENERACIJE EDUKANATA NA EDUKACIJU  
IZ KOGNITIVNO BIHEVIORALNE TERAPIJE**

---

ULICA ALIJE ISAKOVIĆA 3, SARAJEVO

---

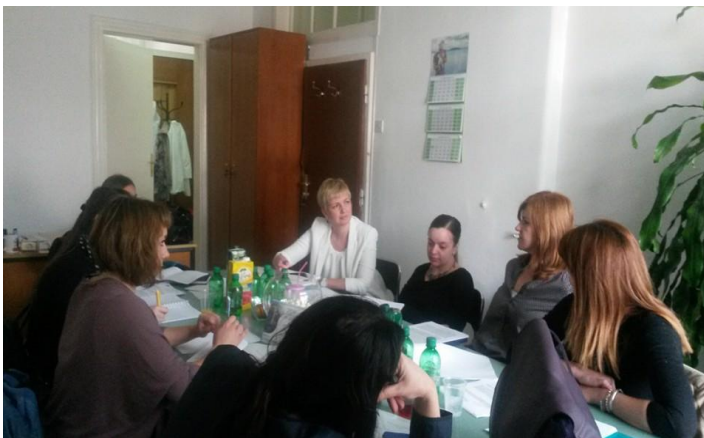
KONTAKT: [prijava.domino@gmail.com](mailto:prijava.domino@gmail.com), 061/539-477

Kognitivno-bihevioralna terapija (KBT) predstavlja psihološki pristup koji je zasnovan na naučnim principima za koja su znanstvena istraživanja pokazala efikasnost u tretiranju širokog raspona problema. Pristup je obično usmjeren na teškoće ovdje i sada, a klijenti i terapeuti rade zajedno na identificiranju i razumijevanju problema u terminima odnosa između misli, osjećanja i ponašanja.



Ovakav pristup rješavanju teškoća vodi određivanju individualiziranih, vremenski ograničenih ciljeva i strategija tretmana koji se kontinuirano nadgledaju i evaluiraju. Kognitivno-bihevioralni terapeuti rade sa pojedincima, obiteljima i grupama. Preporuke državnih istraživačkih institute Velike Britanije, Francuske i Holandije jasno indiciraju KBT kao prvi izbor u tretmanu glavnih problema mentalnog zdravlja, kao što su depresija i anksioznost.

Ova psihoterapijska edukacija je u skladu s minimalnim standardima Evropskog udruženja za kognitivno-bihevioralne terapije, čiji je HUBIKOT aktivni član od 1997. godine. Od 2010. godine program edukacije ima akreditaciju Evropskog udruženja za bihevioralno-kognitivne terapije.



Cijena jedne radionice iznosi **150KM** (ili prema programu prvog stepena 8 radionica 80 sati= 8X150KM) .  
Moguće je platiti na račun ili lično prilikom dolaska na radionicu. **Obavezno je prisustvo**

**na 80% radionica. Plaća se svaka radionica posebno, a ne cjelokupan iznos. Edukacija se održava u Sarajevu i uvijek za vrijeme vikenda. To je najčešće subota od 10h-17:30h.**

Pravo upisa imaju:

- diplomirani/master psiholozi (studenti V godine sa položenom grupom kliničkih predmeta)
- liječnici (magistri medicine)
- psihijatri

Cjelokupna edukacija se odvija kroz tri praktikuma:

- **Praktikum I** – Prvi stepen edukacije sastoji se od 8 jednodnevnih radionica u ukupnom trajanju od 80 sati. Tokom prvog stepena edukacije, učesnici se upoznavaju sa osnovnim teorijskim postavkama, područjima primjene i praktičnim smjernicama za tretman. Svaka dnevna radionica sadrži teorijska predavanja, prikaze slučajeva klijenata, te radionice na kojima se demonstriraju i uvježbavaju specifične terapijske tehnike.

Program Praktikuma I po radionicama:

1. *Uvod u bihevioralnu terapiju; Uvod u kognitivnu terapiju; Funkcionalna analiza ponašanja; Bihevioralni intervju*
2. *Procjena u KBT; Procjena indikacija za KBT; Izbor ciljeva*
3. *Modeli anksioznosti u KBT; KBT tretman anksioznosti; KBT tehnike u tretmanu anksioznosti; Relaksacijske tehnike*
4. *Modeli depresivnosti u KBT; KBT tretman depresivnosti; Identifikacija automatskih misli; KBT tehnike u tretmanu depresivnosti*
5. *Savjetovanje u KBT; Problem-solving tehnike*
6. *Evaluacija tretmana; Sprječavanje povrata simptoma*
7. *Znanstvena utemeljenost KBT; Modeli istraživanja; Specifičnosti u KBT*
8. *Savremeni modeli za razumijevanje psihopatologije; Biološki pristup razumijevanju i tretmanu poremećaja*

Praktikum I završava pismenim ispitom koji obuhvata obrađeno gradivo.

- **Praktikum II** – Drugi stepen edukacije organiziran je kroz 20 jednodnevnih radionica u ukupnom trajanju od 200 sati teorijske i praktične nastave. Pored toga, polaznici imaju obavezu 100 sati samostalnog učenja i 100 sati praktičnog rada sa klijentima.

Program Praktikuma II po radionicama:

1. *Kognitivna konceptualizacija; Bihevioralno-kognitivni tretman fobija; Tretman socijalne fobije*
2. *Struktura prve terapijske seanse; Bihevioralno-kognitivni tretman paničnog poremećaja*
3. *Struktura druge i ostalih seansi; Bihevioralno-kognitivni tretman opsesivno-kompulzivnog poremećaja*
4. *Bihevioralno-kognitivni modeli i tretman generaliziranog anksioznog poremećaja; Specifičnosti bihevioralno-kognitivnog tretmana anksioznosti u djece*

5. *Problemi u strukturiranju seanse; Uvježbavanje bihevioralno-kognitivnih tehnika u tretmanu anksioznosti*
6. *Identifikacija automatskih misli; Bihevioralno-kognitivni tretman depresije*
7. *Identificiranje emocija; Bihevioralno-kognitivni tretman dječje i adolescentne depresije*
8. *Bihevioralna aktivacija; Procjena suicidalnog rizika; Uvježbavanje bihevioralno-kognitivnih tehnika u tretmanu depresije*
9. *Kognitivne intervencije: Evaluacija automatskih misli i Reagirane na automatske misli*
10. *Posredujuća vjerovanja; Bihevioralno-kognitivni tretman partnerskih problema*
11. *Bazična vjerovanja; Bihevioralno-kognitivni tretman niskog samopoštovanja*
12. *Ostale kognitivne i bihevioralne tehnike; Bihevioralno-kognitivne intervencije za kontrolu ljutnje*
13. *Domaće zadaće; Bihevioralno-kognitivni tretman agresivnosti kod djece*
14. *Imaginacija; Unutrašnje kondicioniranje*
15. *Tehnike instrumentalnog uvjetovanja; Bihevioralno-kognitivni tretman hiperaktivnosti*
16. *Završavanje terapije i prevencija povrata simptoma; Problem-solving tehnike*
17. *Planiranje tretmana; Grupni bihevioralno-kognitivni tretmani*
18. *Bihevioralni eksperimenti*
19. *Bihevioralno-kognitivni tretman poremećaja ličnosti*
20. *Ponavljanje gradiva i priprema za ispit*

Drugi stepen završava ispitom koji se sastoji od pismene provjere teoretskog znanja te evaluacije praktičnog rada s klijentima preko snimljenog KBT intervjua.

- **Praktikum III (Supervizija)** – Treći stepen edukacije uključuje 200 sati supervizije( u grupi i individualno), 200 sati praktične prakse, te 150 sati samostalnog rada u trajanju od dvije do tri godine. Grupni supervizijski rad uključuje superviziju primjera rada sa klijentima (procjena problema, procjena indikacija, postavljanje ciljeva, izvođenje tretmana), kao i obradu specifičnih dodatnih područja primjene. Supervizijskim radom obuhvaćen je i rad na vlastitim kognicijama i emocijama polaznika. Od polaznika se očekuje da na superviziju dolaze sa 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. Jedan od prikaza treba uključivati rad sa “teškim” klijentom u bilo kojoj fazi tretmana (npr. nesuradljiv klijent, višestruki komorbiditet, ozbiljna psihopatologija, specifičnosti klijenta i sl.). Od polaznika se tokom ovog stepena edukacije zahtijeva prezentiranje barem 10 završenih prikaza slučaja.



*Treća generacija polaznika*

## **Diploma i akreditacija**

Završetkom trećeg stepena edukacije polaznici dobivaju potvrdu Udruženja za psihološku procjenu, pomoć i savjetovanje - Domino, HUBIKOT-a, kao i akreditaciju Evropskog udruženja za bihevioralno-kognitivne terapije za samostalno provođenje kognitivno-bihevioralnih tretmana. U procesu edukacije su uključeni različiti stručnjaci iz kognitivno-bihevioralne terapije kako iz Bosne i Hercegovine, tako i iz Hrvatske i šire.

Također, upisom na edukaciju, svi polaznici dobijaju kompletan pristup KBT biblioteci koja sadrži preko 350 knjiga usko vezanih za primjenu kognitivno-bihevioralne terapije.