

## Formare în Psihoterapie cognitiv-comportamentale

Asociația ATCCPR, cu sediul în București, derulează **programul de formare de lungă durată "Psihoterapie cognitiv-comportamentală individuală și de grup"**

Programul este avizat de Colegiul Psihologilor din România (RF-II-B-229/09.11.2020) și respectă normele cu privire la formarea în psihoterapie.

**Începerea programului** – anual, luna noiembrie (în weekend).

**Interviul** de selecție are loc periodic, în funcție de înscrieri.

**ÎNSCRIERI:** *vă puteți înscrie pe toată durata anului*, până la începerea cursurilor și pe parcurs, în primele 3 luni (*în termen de 90 de zile după începerea stagiului de formare* - decembrie-februarie). Condiții: (1) interviul promovat, (2) respectarea cerințelor cu privire la promovarea cursurilor pierdute.

## CAPITOLUL 1. ACTIVITĂȚI

- (1) formarea de bază – 500 ore/ 31 module/ 2 ani și 9 luni (sau mai puțin, în funcție de nr. de ore echivalate\*\**vezi mai jos*),
- (2) dezvoltare personală (250 ore/ 31 module),
- (3) supervizare în psihoterapie cognitiv-comportamentală (minim 1 an și 6 luni/ minim 17 module).

### Formarea de bază

- a) **CURSAȚI standard:** durata 2 ani și 9 luni/ 31 module (cursuri, aplicații + ore de examinare).
- b) **\*\*Cursanți cu echivalări:**
  - **Durata 2 ani și 3 luni/ 25 module (echivalare: 6 luni/100 ore)** – studenții masterelor cu profil clinic și educațional - domeniul Psihologie, Universitatea din București, studenții masterelor cu profil clinic - domeniul Psihologie, Universitatea Alexandru Ioan Cuza din Iași.

- **Durata 1 an și 7 luni/ 19 module formare de bază (echivalare: 12 module/ 200 ore, incluzând examinări)** – studenții masterului Psihologia Sănătății, începând cu cei admiși la master în anul 2021 (domeniul Psihologie, Universitatea din București). Adicional, beneficiază de scutirea taxei de curs la 3 cursuri de formare continuă pe domeniul psihologiei sănătății (se achită doar taxa pentru creditele CPR): [Afecțiunile somatice: servicii psihologice și cazuistică](#), [Durerea somatică și dizabilitatea: servicii psihologice și cazuistică](#), [Repere în abordarea psihooncologică: mecanisme, servicii psihologice și cazuistică](#).
- **Durata 1 an și 5 luni/ 16+1 module (echivalare 50% din formare de bază/ 250 ore)** - studenții masterului Terapii cognitiv-comportamentale (FPSE, Universitatea din București). Obținerea atestatului de liberă practică pentru *nivel consiliere psihologică* presupune: 1. a urma un modul de inițiere, 2. parcurgerea a 150 ore de dezvoltare personală, 3. prezența la cursurile universitare. Studenții care vor dori atestat pentru consiliere psihologică beneficiază de ofertă după absolvirea masterului și până la 2 ani după absolvire. Dacă doresc atestat imediat după absolvirea masterului, trebuie să aibă parcurse orele de dezvoltare personală. Pentru *nivelul psihoterapie*, studenții vor beneficia de echivalarea a 250 de ore din formarea de bază, în condițiile promovării masterului.

*Notă: în calculul duratei formării, la cursanții cu echivalări, se iau în calcul și orele de examinare.*

- c) Pentru cetățenii Republicii Moldova:** durata 2 ani și 9 luni/ 31 module (cursuri, aplicații + ore de examinare), cu reducere la taxa de formare de bază. Pentru detalii, scrieți pe adresa asociatiatccpr@gmail.com.

*Notă: Oferta se aplică unui singur criteriu, la alegere - cetățenie sau cursant cu echivalări.*

### \*\*\* Alte beneficii:

- 1) cursanții programului de formare în psihoterapie beneficiază de **reducere 25% pentru supervizarea în psihologie clinică**.
- 2) cursanții care au intrat la stagiul de supervizare clinică cu taxa întreagă (și se înscriu ulterior la formarea de bază în TCC) au **reducere 20% pentru supervizarea în psihoterapie**.

### Echivalări - condiții:

- 1) Certificatul de absolvire a programului de formare se eliberează în condițiile existenței dovezii de absolvire a masterului (diploma de master/ adeverință de absolvire).
- 2) Absolvirea masterului în maxim 2 ani de la termenul de finalizare (eliberarea certificatului are loc când există diploma de master sau adeverința de absolvire; eliberarea

certificatului fără diploma de absolvire a masterului se face dacă cursantul urmează tot stagiul de formare de bază).

3) Înscrierea la formare în termen de 2 ani de la finalizarea masterului (se vor verifica documentele universitare).

4) Un cursant poate beneficia de o singură formă de echivalare, neputându-se cumula mai multe echivalări.

## Programul de dezvoltare personală

**Durata totală:** 31 module/ 250 de ore pentru toți cursanții.

Se derulează în paralel cu formarea de bază – o dată pe lună, vineri seara.

**Mod de lucru:** 22 de module sub îndrumare, celelalte module individual – teme, autoanaliză și dezvoltare personală.

**Cine se poate înscrie:** cursanții care sunt în programul de formare de bază la ATCCPR, alți psihologi care au formarea de bază în psihoterapie la alte asociații.

## Supervizare în psihoterapie cognitiv-comportamentală

**Durata minimă:** 1 an și 6 luni/17 module/ 150 de ore.

**Mod de lucru:** se derulează în cadru de grup, după finalizarea stagiului de formare de bază și obținerea atestatului de psihoterapeut sub supervizare (de la Colegiul Psihologilor din România).

**Cine se poate înscrie:** cursanții care au promovat formarea de bază la ATCCPR, alți psihoterapeuți care au terminat formarea la alte asociații.

## CAPITOLUL 2. TAXE

Repere de calcul:

Formare = 280 RON/ modul (aprox. 57 Euro) + dezvoltare personala = 140 RON/ modul (aprox 29 Euro). Total lunar = **420 RON/lună** (aprox. 85 Euro)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Reper estimativ pentru contractul de 31 module. Vezi tabelul cu taxele totale și estimează costul lunar în cazul tău.

**Total contract formare de bază** (31/25/22/17 module) + **dezvoltare personală** (31 module) – calcul rotunjit:

Cursanți - standard	Cursanți-echivalare 100 ore	Cursanți-echivalare 200 ore	Cursanți-echivalare 250 ore
2.600 Euro	2.250 Euro	1935 Euro	1850 Euro

**Taxă supervizare** în psihoterapie cognitiv-comportamentală (contractul se stabilește pe întreg stagiul): 1000 Euro.

## CAPITOLUL 3. ORGANIZARE

**Activități online sau față în față** (*în funcție de reglementările CPR*)

**Formarea de bază:** un weekend pe lună (sâmbătă: orele 10.00-18.00 sau 13.00-21.00; duminică: orele 10.00-18.00 sau 13.00-21.00, în acord cu opțiunea grupei de formare). Cursanții care au echivalare vor participa (în primii 2 ani/ pe parcursul masterului) la modulele indicate.

### Dezvoltare personală

Începere din anul întâi de formare, *concomitent cu formarea de bază – vineri seara înainte de formare*. Se parcurg maxim 31 de ghiduri; întâlniri vineri după-amiaza, înainte de cursul de formare. Se adaugă teme pentru acasă. Exercițiile și cerințele din ghid sunt flexibile (program fundamentat științific – auto-analiză și dezvoltare personală). Lunar se redactează protocolul/ raportul de progres și se trimite formatorului. Programul are la bază principiile autodeterminării și autoanalizei (nu presupune expuneri de/ în grup).

\*Cursanții pot solicita sesiuni individuale de analiză și dezvoltare personală.

### Supervizare în psihoterapie cognitiv-comportamentală

Pentru a intra în supervizare, cursantul trebuie să aibă *atestat de libera practică, treapta practicant sub supervizare, în psihoterapii cognitiv-comportamentale*.

**Organizare:** minim 17 module (durata minimă 1 an și 6 luni) și teme pentru acasă. Organizarea se va stabili în grupul de supervizare. Cursanții primesc ghidul de sarcini, lucrează individual la cazuri, au întâlniri de supervizare cu formatorii (o dată pe lună sau mai des), trimit rapoartele de progres formatorului și primesc feedback.

**Cursanți:** absolvenți ai programului de formare organizat de ATCCPR; absolvenți ai altor asociații formatoare în terapii cognitiv-comportamentale.

## Libera practică

- După finalizarea formării de bază, cursanții pot obține de la CPR atestat de liberă practică în psihoterapii cognitiv-comportamentale, treapta practicant sub supervizare.
- După terminarea supervizării în psihoterapie, cursanții pot obține de la CPR atestat de liberă practică în psihoterapii cognitiv-comportamentale, treapta practicant autonom.

## Contact

Pentru cereri de înscriere și CV: [asociatiatccpr@gmail.com](mailto:asociatiatccpr@gmail.com)

**ADMITERE** – În urma înscrierii pe email, veți fi contactat pentru **interviul de selecție (verificarea cunoștințelor de bază, aspecte privind cariera)**. **Nu se percepe taxă de interviu.**

În mesajul de înscriere, atașați CV-ul din care să reiasă studiile pe care le aveți și experiența profesională (daca e cazul). Echipa noastră va lua legătura cu dvs. pentru a vă programa la un interviu.

**DOSAR:** După promovarea interviului, este necesar să ne transmiteți pe email:

- Formular GDPR
- Copie act de identitate
- Copii de pe actele de studii (diploma de licență, de master și foile matricole aferente)

- Copii de pe diplome/certificate care atestă promovarea altor programe de formare, cursuri de specializare sau alte forme de perfecționare profesională (unde este cazul)
- Cerere scrisă de echivalare a unor ore de formare de bază sau dezvoltare personală, în condițiile în care aplicantul este eligibil pentru echivalare.

## Eligibilitate pentru program

- Reglementări: vezi normele metodologice ale Legii 213/2004.
- Absolvenții cu licență în Psihologie și absolvenții cu licență în domenii conexe Psihologiei, cu condiția completării studiilor de licență (până la finalul stagiului), conform legislației (Normele privind atestarea profesională a psihologilor cu drept de liberă practică, publicate în MO nr. 1104/ 19 noiembrie 2021).

## Anexa 1. Tematica programului de formare de baza

### Tematică generală:

- Bazele psihoterapiei cognitiv-comportamentale
- Metode și tehnici de evaluare în psihoterapie
- Tehnici de intervenție în psihoterapia cognitiv-comportamentală
- Protocoale de intervenție în tulburările psihice
- Protocoale de intervenție la copii și adolescenți
- Protocoale de intervenție la persoanele cu afecțiuni somatice
- Protocoale de intervenție focalizată pe problemă
- Psihoterapia cognitiv-comportamentală de grup
- Al treilea val de psihoterapiei cognitiv-comportamentale
- Psihoterapia online

### Teme specifice (unele teme se vor lucra în mai multe module)

- Introducere în principiile și serviciile din aria psihoterapiei
- Terapia schemelor cognitive disfuncționale
- Evaluarea psihologică în psihoterapie
- Analiza de caz în psihoterapie și în reabilitare (codurile OMS, implicații în evaluare și intervenție)
- Hipnoză clinică și relaxare
- Psihoterapia de grup
- Psihoterapia cognitiv-comportamentală în tulburările depresive

- Terapia tulburărilor anxioase
- Terapia tulburării obsesiv-compulsive
- Terapia tulburărilor de comportament alimentar
- Terapia în tulburările legate de consumul de substanțe și dependențe
- Intervenții terapeutice în tulburările psiho-emoționale la copii și adolescenți
- Intervenția psihologică și terapia ocupațională în tulburările de neurodezvoltare
- Practica în psihologie clinică, consiliere și psihoterapie
- Aplicații cognitiv-comportamentale (focalizate pe contextul profesional și organizații)
- Psihoterapia în tulburările de personalitate
- Intervenții în afecțiunile somatice, psihosomatice, oncologice
- Psihoterapia disfuncțiilor sexuale și problemelor de cuplu
- Programe de reabilitare cognitivă și comportamentală
- Intervenții în tulburările neurocognitive
- Dezvoltări în psihoterapie
- Practica în specialitate
- Examinare finală