

CRITERIS MÍNIMS DE FORMACIÓ PER A L'OBTENCIÓ DE L'ACREDITACIÓ COM A TERAPEUTA COGNITIVO-CONDUCTUAL

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament (SCRiTC)

INTRODUCCIÓ

La *Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament* (SCRiTC) ha definit uns Criteris Mínims de Formació que especifiquen el nivell mínim de coneixements i experiència que ha d'haver assolit un terapeuta per a ser acreditat formalment com a terapeuta cognitivo-conductual per aquesta societat.

Els Criteris Mínims de Formació pretenen:

- Proporcionar a les persones que segueixen una formació en teràpia cognitivo-conductual els criteris mínims que cal que assoleixin durant el seu aprenentatge.
- Proporcionar informació a les institucions que ofereixen formació en teràpia cognitivo-conductual sobre els requisits que ha de complir el seu programa d'aprenentatge per tal d'assolir els Criteris Mínims de Formació que requereix l'acreditació.
- Proporcionar als centres i persones que contractin a terapeutes cognitivo-conductuals un coneixement detallat de les competències i habilitats que poden esperar dels professionals que han adquirit una formació acreditada en teràpia cognitivo-conductual.
- Proporcionar a la SCRiTC uns criteris normatius que li permetin decidir si una persona pot ser acreditada formalment com a terapeuta cognitivo-conductual.

Els Criteris Mínims de Formació de la SCRiTC segueixen els Criteris Mínims de Formació proposats al març de 2001 per la *European Association for Behavioural and Cognitive Therapies*.

1. REQUISITS D'ACCÉS A L'ACREDITACIÓ

- 1.1 Llicenciatura en psicologia. Metges especialistes en psiquiatria i MIR en psiquiatria un cop finalitzat el seu sgon anys de especialitat.
- 1.2 Els aspirants a l'acreditació hauran d'haver cursat un mínim de dos anys de formació específica posterior al requisit d'entrada esmentat al punt 1.1.
- 1.3 Els aspirants a l'acreditació hauran de demostrar experiència suficient en l'aplicació de tractaments psicològics treballant directament amb clients.
- 1.4 Els aspirants a l'acreditació estaran utilitzant la teràpia cognitivo–conductual com a model fonamental de tractament psicològic.

2. DURACIÓ DE LA FORMACIÓ

- 2.1 El període d'aprenentatge inclourà tant una formació bàsica que prepari al professional per al treball psicoterapèutic com una formació especialitzada i pràctica en teràpia cognitivo–conductual.
- 2.2 El període d'adquisició de les competències necessàries per a ser acreditat com a terapeuta cognitivo–conductual es desenvoluparà en dues fases. En primer lloc, s'hauran d'haver adquirit els coneixements bàsics sobre el comportament humà, la psicopatologia i les intervencions terapèutiques que formen part del període de formació professional bàsica. En segon lloc s'haurà de realitzar un període de formació específica que permeti adquirir el coneixement dels models cognitiu i conductual, i de les capacitats terapèutiques necessàries per a l'aplicació d'una teràpia cognitivo–conductual.
- 2.3 El període mínim de formació reconegut per la SCRiTC com a suficient per a l'acreditació com a terapeuta cognitivo–conductual no serà inferior a 6 anys. Aquest període de temps es mesura des de l'inici dels estudis universitaris, sempre que aquests permetin assolir el grau i tipus de coneixements especificats en la primera fase del procés de formació. El període de formació específica no serà en cap cas inferior a 650 hores repartides en, al menys, dos anys.

3. FORMACIÓ TEÒRICA I PRÀCTICA

- 3.1 El període de formació (bàsica i específica) inclourà l'adquisició de coneixements fonamentals sobre la rellevància dels estudis sobre el desenvolupament humà, psicopatologia, psicologia, qüestions socials i pràctica basada en proves científiques (“*evidence based*”).
- 3.2 El període de formació específica inclourà l'adquisició de coneixements i habilitats propis del model cognitivo–conductual sobre una àmplia gamma de problemes i el seu tractament. Els coneixements adquirits durant aquest període de formació capacitaran al professional per a realitzar una avaluació conductual, un diagnòstic, i la planificació i aplicació del tractament cognitivo–conductual corresponent. El número mínim d'hores d'adquisició de coneixements i habilitats propis del model cognitivo–conductual sobre els trastorns mentals i el seu tractament no serà inferior a 450. D'aquestes, el número dedicat a docència directa per part de terapeutes cognitivo–conductuals acreditats no serà inferior a 200 i les restants es complementaran mitjançant cursos, seminaris, workshops i/o jornades reconeguts per la SCRiTC.
- 3.3 L'adquisició d'habilitats i experiència clínica és un aspecte fonamental d'aquesta fase de formació que haurà de ser realitzat mitjançant la pràctica clínica supervisada, els tallers específics, la observació i la pràctica clínica.
- 3.4 Els terapeutes hauran de ser capaços d'entendre i interpretar la bibliografia científica relacionada amb la teràpia cognitivo–conductual.

4. PRÀCTICA CLÍNICA SUPERVISADA

- 4.1 Els terapeutes hauran d'haver realitzat un mínim de 200 hores d'avaluació i teràpia cognitivo–conductual supervisada durant el segon any de la formació pràctica posterior a la llicenciatura i com a terapeuta principal o individual.
- 4.2 Tant les avaluacions com els tractaments cognitivo–conductuals aplicats pels terapeutes durant el període de formació hauran estat supervisats per un terapeuta-supervisor cognitivo–conductual

acreditat. Es requereixen dos tipus de supervisió: la supervisió basada en la discussió i retroalimentació regular de casos, i la supervisió basada en la observació en viu o gravada en àudio o vídeo del terapeuta en formació.

4.3 Durant el període de formació, el terapeuta haurà avaluat i tractat de forma supervisada un mínim de 8 pacients que pateixin al menys 3 tipus de problemes diferents i que es corresponguin amb les gran àrees de classificació de la psicopatologia i problemes de salut (per exemple, trastorns d'ansietat, afectius, de l'alimentació, dolor crònic...). Al menys tres d'aquests casos hauran estat supervisats mitjançant la observació en viu o gravada descrita en el punt 4.2.

4.4 La descripció específica de les avaluacions, els tractaments i la supervisió clínica quedaran emmagatzemats en un registre de la formació del centre.

5. TERÀPIA/DESENVOLUPAMENT PERSONAL

5.1 El període de formació inclourà mòduls opcionals de teràpia/desenvolupament personal.

5.2 No obstant el caràcter optatiu d'aquests mòduls, tant el terapeuta en formació com els seus supervisors han de garantir que el primer sigui capaç d'identificar i controlar adequadament la seva implicació personal en el procés terapèutic.

5.3 Tant el terapeuta en formació com els seus supervisors han de ser capaços de detectar si el primer necessita cercar ajut d'un altre professional, i recomanar-lo en el cas de que el terapeuta no sigui capaç de controlar la seva implicació personal i actuació professional en el procés terapèutic (per exemple, manca d'empatia, abús d'autoritat, abús de poder, intrusió en decisions personals del pacient).

6. ACREDITACIÓ DE TERAPEUTES COGNITIVO-CONDUCTUALS

6.1 Els terapeutes que compleixen els Criteris Mínims de Formació, mantinguin un nivell adequat de formació continuada en teràpia cognitivo-conductual i compleixin els requeriments legals nacionals seran acreditats per la Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament (SCRITC) com a terapeutes cognitivo-conductuals sota el marc de l'European Association for Behavioural and Cognitive Therapies.

6.2 La SCRITC revisarà l'estat i la renovació de l'acreditació cada cinc anys, per tal de garantir la pràctica i formació continuades.

6.3 La SCRITC desenvoluparà un procediment que permeti que els terapeutes acreditats que hagin assolit un elevat nivell de competència i experiència obtinguin el grau de supervisor i puguin supervisar o formar a altres terapeutes que vulguin aconseguir l'acreditació com a terapeutes cognitivo-conductuals.

6.4 Els supervisors hauran de posseir un mínim de 5 anys d'experiència clínica en teràpia cognitivo-conductual posterior a l'obtenció de l'acreditació com a terapeuta, experiència docent reconeguda per la SCRITC i una formació addicional que els capaciti com a entrenadors/supervisors.

7. AVALUACIÓ DELS CRITERIS MÍNIMS DE FORMACIÓ

7.1 Els terapeutes hauran de demostrar la seva capacitat per entendre els aspectes teòrics de la teràpia cognitivo-conductual superant una prova d'avaluació formal.

7.2 La pràctica clínica supervisada serà avaluada mitjançant informes que descriguin el diagnòstic i tractament de 3 casos corresponents a tres tipus de trastorns diferents. El contingut dels informes de cada cas no serà inferior a 3000 paraules.

7.3 La comprensió de la pràctica basada en proves (“*evidence-based*”) serà avaluada mitjançant l'estudi d'un cas, l'elaboració d'una tesi o tesina o la publicació d'un article com a primer signant.

7.4 El candidat a l'acreditació seguirà un programa estructurat de formació reconegut per l'SCRITC. L'avaluació es podrà efectuar en un centre acreditat per l'SCRITC.

7.5 Cal mantenir un registre de la formació on s'especifiqui la seva duració i número d'hores dedicat a cada aspecte de l'aprenentatge, així com dels tutors o supervisors que hagin participat.