

Certyfikat psychoterapeuty

Certyfikat psychoterapeuty jest dokumentem potwierdzającym kompetencję i samodzielność w zawodzie psychoterapeuty. Aby go uzyskać, trzeba zwykle przejść kompletne wykształcenie w zawodzie psychoterapeuty. Ale certyfikat certyfikatu nierówny. Różne stowarzyszenia psychoterapeutyczne mają różne standardy szkolenia i certyfikowania.

Jak można porównać psychoterapeutę, który musi mieć zaledwie 2 lata praktyki z kimś, od kogo się wymaga 5 lat? Czy psychoterapeuta, który ma zaledwie 100 godzin self-experience, i to w postaci np. „zgrupowania dydaktyczno treningowego” albo treningu interpersonalnego, będzie miał takie kompetencje osobowościowe, jak ten, który przeszedł 300-400 godzin regularnej psychoterapii lub psychoanalizy?

Jak długo trwa kształcenie w zawodzie psychoterapeuty

Zarówno w renomowanych organizacjach europejskich, jak i polskich przyjęto, że minimum 4 lata po studiach. Polskie minimum wynosi 1200 godzin, europejskie 1400, niemniej jednak sporo organizacji polskich ma wyższe wymagania niż owe 1200 godzin czy 4 lata.

Praktycznie przygotowanie samodzielnego psychoterapeuty, który pracuje z dostosowaniem do indywidualności pacjenta, a nie według sztywnych protokołów czy podręcznika, trwa około 7 lat. Gdy rozmawiałam na ten temat z kolegami psychoanalytami wskazywali na raczej 7-10 letni czas szkolenia.

Na ironię, więc zakrawa, że międzynarodowa organizacja psychologów, w której afiliowane jest Polskie Towarzystwo Psychologiczne, rości sobie prawo do prowadzenia psychoterapii po zaledwie 400 godzinach szkolenia. Takie rozwiązanie może być niebezpieczne dla pacjentów. Na szczęście w Polsce jeszcze się nie rozpowszechniło.

Prawdziwi psychoterapeuci przechodzą szkolenie trwające około 1200- 3000 godzin.

Kiedy można rozpocząć specjalistyczne kształcenie w zawodzie psychoterapeuty

W Polsce kształcenie w zawodzie psychoterapeuty rozpoczyna się najczęściej po ukończeniu studiów magisterskich. Niektórzy świątli i przewidujący studenci rozpoczynają je wcześniej, ale tacy stanowią mniejszość. Zwykle ci, którzy chcą zostać psychoterapeutą idą na studia psychologiczne, ale na uczelniach spotykają się często, mówiąc oględnie, z dezinformacją na temat zawodu psychoterapeuty, wynikłą z tego, że uczą tam niezmiernie mało kompetentnych psychoterapeutów, którzy by mogli im dobrze doradzić. W rezultacie przyszli kandydaci do zawodu psychoterapeuty albo przesypiają czas studiów, albo trafiają do miejsc, gdzie się wiele nie uczą.

Polskie organizacje szkolące i certyfikujące w psychoterapii wypracowały w sprawie czasu trwania kształcenia zawodowego wspólne stanowisko – że szkolenie ma trwać co najmniej 4 lata po uzyskaniu tytułu magistra lub lekarza medycyny. Stąd szkolenie podczas studiów uniwersyteckich jest merytorycznie dobrym wyborem, ale „nie liczy się” do owych 4 lat.

Jakie są stopnie kompetencji psychoterapeutycznej

Część stowarzyszeń psychoterapeutycznych ma kilka stopni kompetencji psychoterapeutycznej, np. Analityka Praktyka i Analityka Członka Szkoły, albo Analityka i Analityka Treningowego, bądź Psychoterapeuty Rekomendowanego i Psychoterapeuty Certyfikowanego. Stowarzyszenia psychoanalityczne też zajmują się psychoterapią, ale zachowują swoją tradycyjną terminologię. Kolejnym poziomem umiejętności w zawodzie psychoterapeuty jest funkcja superwizora lub nauczyciela psychoterapii (ang. psychotherapy trainer). Jeszcze większych kompetencji wymaga superwizowanie i kształcenie superwizorów.

Ale często psychoterapeuci w trakcie szkolenia do certyfikatu, którzy jeszcze nie mają certyfikatu psychoterapeuty, też są już bardzo kompetentni i skuteczni. Rozważając skorzystanie z usług takich osób sprawdzić czy rzeczywiście pozostają w regularnym szkoleniu

w placówce szkolącej i czy mają superwizję. Niektóre organizacje szkolące corocznie weryfikują poziom kompetencji swoich studentów, niektóre mają system tutorów i indywidualnych opiekunów, a wszystko po to, by na bieżąco monitorować rozwój umiejętności swoich adeptów.

Czy kształcenie psychoterapeuty kończy się w momencie uzyskania certyfikatu

Nie. W renomowanych organizacjach psychoterapeuta jest zobowiązany do stałego rozwoju zawodowego. Niektórzy profesorowie medycyny w Polsce krzewią pogląd, że jak ktoś już raz zostanie psychoterapeutą, to już się nie musi rozwijać. No comment. Dlatego lepiej jest korzystać z usług osób zrzeszonych w stowarzyszeniach psychoterapeutycznych, bo te organizacje dbają o stały rozwój swoich członków. Ten wymóg przybiera różne nazwy: „odnawiania certyfikatu”, „Stałego Rozwoju Zawodowego” itd., ale oznacza wymóg wobec psychoterapeutów certyfikowanych, by co kilka lat dokumentowali swój rozwój zawodowy. To może przybrać postać własnej psychoterapii, superwizji, czynnego i biernego udziału w konferencjach i zjazdach naukowych, udziału w warsztatach psychoterapeutycznych, prowadzenia szkolenia i superwizji, publikacji naukowych w zakresie psychoterapii czy publikowania książek popularnonaukowych. Za wymogiem stałego rozwoju zawodowego stoi przeświadczenie, że psychoterapeuta powinien zarówno rozwijać się osobiście jak i śledzić rozwój psychoterapii jako nauki. W Polsce, o ile pierwszy wymóg jest zwykle realizowany, to ten drugi – śledzenie aktualnych doniesień naukowych, jest mało rozpowszechniony.

Czy wszystkie certyfikaty psychoterapeuty są takie same?

Konkretny certyfikat jest wart tyle, ile są warte wymogi, jakie musiał spełnić aplikujący. Nie wszystkie niepsychoterapeutyczne organizacje certyfikujące miały zawsze wysokie wymagania. Niektóre 15 lat temu nie wymagały niemal niczego, a 36% swoich certyfikatów psychoterapeuty i ponad 50% certyfikatów superwizorskich rozdało bez egzaminów

kolegom. A owi koledzy, niepokojąco często nie przeszli ani normalnego szkolenia, ani własnej psychoterapii. A potem szkolą innych i prowadzą psychoterapię psychoterapeutów. A ponieważ platformą wpływu w psychoterapii i superwizji jest relacja psychoterapeutyczna (superwizyjna), ich uczniowie prawdopodobnie w najlepszym razie powielą deficyty swoich nauczycieli, o ile nie doznają znaczniejszej szkody. Dlatego jeśli nie ma się ochoty na dogłębne i żmudne weryfikowanie kompetencji swojego psychoterapeuty, bezpieczniej jest zwracać się do psychoterapeutów mających certyfikat organizacji psychoterapeutycznych, zwykle afiliowanych w międzynarodowych organizacjach psychoterapeutycznych, które od początku prezentowały dużą dbałość o standardy szkolenia.

Jakie organizacje w Polsce wydają certyfikaty psychoterapeuty

Takie organizacje, zrzeszone obecnie w Polskiej Radzie Psychoterapii, można podzielić na dwie kategorie:

1. Stowarzyszenia modalnościowe, które same szkolą albo certyfikują absolwentów akredytowanych szkół, uczących jednolitego modelu psychoterapii (np. Gestalt, terapii psychodynamicznej czy integratywnej)
2. Organizacje zrzeszające psychoterapeutów różnych modalności i kierunków psychoterapeutycznych

W Polsce trwa spór o to, jak zapewnić najlepszą weryfikację umiejętności osób szkolonych. Organizacje modalnościowe podnoszą, że wobec zróżnicowania modalności psychoterapeutycznych, tylko ci, którzy są wysoko wyszkoleni w danym podejściu, mogą adekwatnie ocenić kompetencje kandydata. Z kolei przedstawiciele „melanżowych” organizacji twierdzą, że członek komisji certyfikacyjnej (zwykle doświadczony psychoterapeuta) jest w stanie prawidłowo ocenić pracę psychoterapeuty z jakiegokolwiek modelu teoretycznego. Oba poglądy mają uzasadnienie i kontrargumenty. „Modalnościowi” mogą mieć tendencję do niekonicznego puryzmu, a „melanżowi” do nieuprawnionego eklektyzmu. Dodatkowo jednak ważne jest, że proces certyfikacji w organizacjach modalnościowych jest wieloletni, oparty na gruntownej wielowymiarowej znajomości kandydata, podczas gdy w organizacjach „melanżowych” ocena kompetencji jest oparta na jednorazowym spotkaniu z kandydatem, zwykle zestresowanym, co znacznie zawęża podstawę oceny.

Zawsze jednak o jakości oceny przesądza jakość członków komisji egzaminacyjnej. Znany w środowisku jest przypadek problemów z certyfikatem kandydata reprezentującego podejście Gestalt,

odrzuconego stanowczo przez członka komisji (reprezentującego terapię psychodynamiczną i poznawczą), tylko dlatego, że uprawiał terapię Gestalt. A skądinąd tajemnicą poliszynela było, że ów oceniający niegdyś nie został przyjęty na szkolenie w ośrodku terapii Gestalt.

Ogólnie jednak standardy certyfikacyjne we polskich organizacjach psychoterapeutycznych są odpowiednie i posiadanie ich certyfikatu psychoterapeuty lub ekwiwalentu wskazuje na rzetelne kompetencje.

Krótko mówiąc: **psychoterapeuta posiadający certyfikat psychoterapeuty lub jego ekwiwalent, bądź pozostający w szkoleniu certyfikacyjnym, powinien figurować na liście stowarzyszenia psychoterapeutycznego lub psychoanalitycznego.**

Milena Karlińska-Nehrebecka