

Profesionální kompetence evropského psychoterapeuta

Projekt Evropské psychoterapeutické asociace (EAP)
(Přijato na výročním zasedání EAP v Moskvě, červenec 2013)

Neformální předmluva:

Tyto klíčové kompetence lze používat jako:

- definici profese nezávislého psychoterapeuta v Evropě, která stanoví, co by evropský psychoterapeut měl být schopen dělat;
- informační zdroj a průvodce pro jiné evropské psychoterapeutické asociace, národní i celoevropské psychoterapeutické organizace a vzdělávací instituce;
- základní minimální standard pro každé odborné psychoterapeutické vzdělávání v Evropě.

Všechny uvedené klíčové kompetence mají být v rámci psychoterapie praktikovány na profesionální úrovni odpovídající vysokoškolskému vzdělání magistra a nejméně čtyřletému postgraduálnímu vzdělání, výcviku a supervidované praxe s důrazem na psychoterapeutovu schopnost kritické reflexe a hodnocení vlastní klinické praxe¹. Předpokládá se, že tyto kompetence budou v praxi užívány v souladu a v souvislosti s platnou verzí Štrasburské deklarace o psychoterapii a Etickým kodexem EAP, a že odborná příprava psychoterapeutů probíhá v souladu s se standardy popsány v Evropském certifikátu psychoterapie (ECP) vypracovaném EAP.

¹ Poznámka: Tato předmluva měla být zařazena v rámci návrhu předloženého na výročním zasedání v červenci 2013. Nebyla však sama o sobě schválena a výroční zasedání (AGM = Annual General Meeting) se zavázalo prostudovat a zařadit kritéria kvalifikačních úrovní EU schválených Evropským parlamentem a Komisí v roce 2008. Kromě toho je možné, že text ECP se bude upravovat vzhledem k tomu, jaký postoj EAP zaujímá k „přímému“ (vysokoškolskému) psychoterapeutickému vzdělání. Návrh však byl zařazen do tohoto dokumentu jako „neformální předmluva“, neboť zbylá část návrhu nastiňuje účel a kontext uvedených klíčových kompetencí.

Oblast 1: Odborná, samostatná a zodpovědná praxe

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§1.1 Založit odbornou praxi

o 1.1.1: Chovat se profesionálně: to znamená, být vždycky čistý, střizlivý a upravený; vůči klientům, kolegům a dalším osobám vystupovat jako profesionální psychoterapeut; dodržovat a splňovat všechny národní i místní předpisy a registrační požadavky; v maximální míře snižovat běžný stres, zajišťovat pravidelnou supervizi, pečovat o své zdraví, atd.; mít zajištěný vhodný zástup nebo jiné řešení pro případ, že psychoterapeut bude mimo pracoviště, na dovolené nebo pro případ mimořádných situací; mít „terapeutického náhradníka“; být členem profesní organizace, atd.

o 1.1.2: Vybudovat nezávislou praxi nebo se stát členem odborného týmu: to znamená v souladu se zákonnými požadavky si zajistit odpovídající pojištění; dodržovat veškeré relevantní zákony, etický kodex a pravidla pro výkon praxe i parametry poskytování služeb; přesně vědět, jaká je úloha a odpovědnost profesionálního psychoterapeuta; podat jasné a transparentní informace o svém vzdělání a praktických zkušenostech; ve styku s jinými odborníky a pracovišti projevovat osobní iniciativu, atd.

o 1.1.3: Pracovat podle přijatých profesních standardů: to znamená znát a jednat v souladu s etickým kodexem i pravidly pro výkon praxe; stížnosti vyřizovat podle dohodnutého postupu; znát a kriticky chápat, jak se profesionální koncepce, principy i směrnice pomocí různých metod mění v praktické jednání; řešit problémy způsobem, který odpovídá odbornosti psychoterapeuta a metodám profesionální praxe, atd.

o 1.1.4: Náležitě zaznamenávat informace: to znamená vytvořit a vést systém evidence; vést řádné a adekvátní záznamy ze všech terapeutických sezení s pacienty/klienty v souladu s etickými, zákonnými i organizačními požadavky; zaznamenávat veškeré relevantní informace a přijatá opatření; zajistit důvěrnost všech záznamů v souladu s relevantními pokyny a systémy; zajistit, aby pacienti/klienti věděli, že se vedou záznamy, a že režim důvěrnosti má své hranice; zajistit adekvátní prostory pro bezpečné uložení těchto záznamů na dostatečně dlouhou dobu; zajistit, aby v případě onemocnění či úmrtí psychoterapeuta byly záznamy bezpečně uloženy; atd.

o 1.1.5: Navazovat spolupráci s dalšími odborníky: to znamená (ve vhodných případech) se dohodnout na kriteriích výměny informací; seznámit s těmito kriterii pacienty/klienty; odpovídajícím způsobem zaznamenávat informace od

jiných služeb; zajistit, aby ostatní pracoviště znala etické principy, metody, rozsah i praktické zásady poskytované psychoterapie; spolupracovat s jinými odborníky a pracovišti atd. (viz také §7);

o 1.1.6: Rozpoznat u jiných osob v pracovním prostředí jejich potíže: to znamená rozpoznat nejrůznější možné symptomy; projednat tyto problémy s lidmi, jichž se týkají a (pokud je to zapotřebí) i s ostatními; učinit potřebné kroky, zejména nedojde-li ke změně daných okolností atd.

o 1.1.7: Sledovat, kriticky hodnotit a ověřovat počet pacientů na psychoterapeuta: to znamená zajišťovat, aby počet pacientů/klientů na jednoho psychoterapeuta odpovídal jeho možnostem; pracovat s maximální efektivitou a bez zbytečného stresu; pravidelně kontrolovat počet pacientů/klientů (s kolegy /přímým nadřízeným / supervizorem); zjišťovat problémy a veškeré další potřeby z hlediska dalšího výcviku nebo rozvoje; ve vhodných případech se radit s experty atd.

o 1.1.8: Různými způsoby si udržovat formu pro výkon své praxe: to znamená identifikovat a poznat veškerá omezení, konflikty nebo nevyřešené problémy; využívat kritické hodnocení a sebereflexi; má-li psychoterapeut nějaké potíže, mezi něž mohou např. patřit myšlenky na přerušování profesionální praxe, vyhledat vhodnou pomoc, podporu nebo vedení; zajistit další adekvátní výcvik a rozšíření znalostí v určité další pracovní oblasti atd.

§1.2: Vytvořit vhodné prostředí

o 1.2.1: Vytvořit bezpečné pracovní podmínky: to znamená dodržet veškeré zákonné požadavky na psychoterapeutickou pracovnu či kliniku (týkající se např. administrativních záležitostí, bezpečnosti a zdraví při práci, pojištění atd.); důsledně dodržovat stanovené postupy v případě nějaké hrozby nebo nebezpečí (pro pacienta/klienta, vlastní osobu nebo jiné lidi); přijmout vhodné strategie a postupy pro oblast řízení rizika nebo zvládnání chyb; znát postupy uplatňované v případech, kdy je ohrožena bezpečnost lidí (postupy při evakuaci nebo nouzové situaci apod.) atd.

o 1.2.2: Vytvořit psychoterapeutické prostředí: to znamená prokázat dobrou znalost potřeb pacientů/klientů; vytvořit a udržovat vhodné prostředí, v němž se může psychoterapie praktikovat, prostředí, které je bezpečné, vstřícné a je v souladu s étosem psychoterapie, prostředí, které v maximální míře uspokojuje potřeby pacientů/klientů; zajistit, aby první kontakt udělal na pacienta/klienta pozitivní, vstřícný a profesionální dojem; zajistit správné fyzické prostředí, efektivní administrativu, hygienická zařízení, čekárnu (pokud je to zapotřebí), vhodnou komunikaci; vytvořit a udržovat příznivou atmosféru atd.

o 1.2.3: Zajistit jasný postup: to znamená vypracovat jasný postup při sjednávání schůzek, kam patří i informování o čekacích dobách a čekacích seznamech; zajistit, aby uživatelé služeb byli včas informováni o všech změnách týkajících se jejich schůzky; zajistit, aby byl pacient/klient informován o veškerých nákladech/ respektive poplatcích, o možnosti úhrady ze systému veřejného či soukromého zdravotního pojištění a o všech možnostech speciálního přístupu či o slevách nebo snížených cenách; vypracovat postupy uplatňované při zrušení schůzky a způsob úhrady za sezení, na které se klient nedostavil; poskytnout relevantní informace o problémech pacienta/klienta, předpokládané délce psychoterapie a o druhu psychoterapie, která je nabízena, atd.

§1.3: Zajišťování kvality

o 1.3.1: Pravidelně hodnotit vykonávanou praxi: to znamená kriticky hodnotit uplatňovaný psychoterapeutický model; systematicky sledovat praxi a důsledně, konzistentně a náležitě hodnotit její výsledky; znát relevantní (jiné) metodologie a identifikovat vhodná kritéria i nástroje jejich hodnocení; podle potřeby se účastnit supervize (individuální, kolegiální, skupinové nebo jiné); zapojovat se do kritického hodnocení praxe; využívat zpětnou vazbu od manažerů, supervizorů, jiných odborníků i pacientů/klientů a odpovídajícím způsobem svou praxi modifikovat atd.

o 1.3.2: Ověřovat svou praxi: to znamená kriticky hodnotit, jaký účinek má vlastní hodnotový systém, přesvědčení, postoje a chování na vykonávanou odbornou práci; vést praxi, která je otevřena náležitě podrobné kontrole; účastnit se auditu klinické praxe a zajištění kvality; zapojit se do systému kontinuálního profesního rozvoje (CPD = Continuous Professional Development) atd.

§1.4: Pracovat na svém profesním rozvoji

o 1.4.1: Věnovat se kontinuálnímu profesnímu rozvoji (CPD): to znamená řídit se požadavky CPD národních a metodologických profesních sdružení; osobně se zavázat k dalšímu profesnímu rozvoji a různými způsoby pracovat na svém profesním růstu; vědět, jak se obor psychoterapie vyvíjí (z hlediska teorie, praxe nebo výzkumu); podle možností se účastnit mezinárodních konferencí, symposií, zasedání profesních asociací, seminářů, zapojovat se do výuky a přednášek a psát odborné příspěvky atd.

o 1.4.2: Uplatňovat odborné kvality: to znamená kriticky reflektovat výběr, flexibilitu a vhodnost vlastní odborné práce

a intervencí; kriticky hodnotit jejich dopad na pacienta/klienta, vyhodnotit, nakolik byly vhodné z hlediska jeho potřeb a procesu; upravovat svou odbornou práci tak, aby vyhovovala potřebám a problémům různých pacientů/klientů atd.

o 1.4.3: Reflektovat sebe sama i svou odbornou práci: to znamená kriticky se mezi jednotlivými sezeními zamýšlet nad rozsahem a dopadem vlastního já a vlastní odborné práce a na základě toho přezkoumat a zrevidovat svůj psychotherapeutický přístup a strategii; adekvátně využívat supervizi a (kolegiální) intervizi, zpětnou vazbu, zkušenosti, znalosti a dovednosti, jakož i každé další hodnocení atd.

o 1.4.4: Přenášet výzkumné poznatky do praktické činnosti: to znamená v rámci své praxe nebo výcviku věnovat náležitou pozornost současnému psychotherapeutickému i širšímu výzkumu a relevantní poznatky vhodně uplatňovat ve své praxi atd.

§1.5: Pracovat na osobním rozvoji

o 1.5.1: Rozvíjet takové osobní vlastnosti, díky nimž se člověk stává dobrým profesionálním psychotherapeutem: to znamená jednat vždycky zodpovědně, mravně a eticky; pěstovat takové osobní kvality, které umožňují jednat přímočaře, čestně a konzistentně, a díky kterým je člověk odolný a schopný zvládat složité a nepředvídatelné pocity; rozpoznat nejistotu a náležitě ji zvládat; snažit se stát nohama pevně na zemi; uvědomovat si vlastní identitu, původ a osobnost; rozvíjet schopnost být takový, aby se v jeho přítomnosti pacient/klient cítil bezpečně; rozvíjet schopnost empatie a porozumění, schopnost chovat se k ostatním lidem s respektem a schopnost řešit obavy a starosti jiných lidí tak, aby neměli pocit ohrožení či ponižování; rozvíjet schopnost činit rozhodnutí a tato rozhodnutí obhájit na základě jasného odůvodnění; pokud to situace vyžaduje, učinit odpovídající kroky tváří v tvář známým obavám, rizikům a nejistotám; uplatňovat kritický úsudek vycházející z psychotherapeutických či klinických znalostí, eventuelně ze zkušenosti nebo výzkumu atd.

o 1.5.2: Snažit se o náležitý vlastní rozvoj: to znamená uplatňovat učení zaměřené na sebe, osobní růst a rozvíjení zájmů; rozvíjet kritické poznávání svého „já“ a nalézat způsoby, jak sledovat změny ve vlastním „já“ a jak je hodnotit; využívat individuální psychotherapii, supervizi, zpětnou vazbu i další příležitosti k reflektování osobních problémů, růstu a rozvoje, jakož i k vyřešení různých osobních problémů nebo konfliktů; zůstat otevřený k tomu, co se nově člověk dozvídá o sobě a o své odborné práci a tyto poznatky vstřebávat; identifikovat vlastní osobní potřeby a nalézt způsob, jak je uspokojit mimo psychotherapeutický vztah; kriticky hodnotit teorie osobního rozvoje atd.

Oblast 2: Psychotherapeutický vztah

Evropský psychotherapeut je způsobilý:

§2.1: Navázat psychotherapeutický vztah

o 2.1.1: Jasně komunikovat: to znamená mluvit jazykem, který je pro pacienta/klienta přístupný; vysvětlovat všechny termíny a pojmy, které pro něho mohou být neznámé; prodiskutovat étos a smysl psychotherapie včetně všech významných rozdílů v kulturních hodnotách; (v odpovídající míře) vysvětlit teoretický rámec a veškeré odlišné nebo jiné metody a teorie; vést pacienta/klienta k aktivní účasti a poskytování zpětné vazby; jasně a transparentně informovat o poskytované službě, včetně podrobností o různých formách hodnocení a dalších podmínkách; zajistit, aby měl pacient/klient z prvního kontaktu pozitivní, vstřícný a profesionální dojem atd.

o 2.1.2: Definovat roli psychotherapeuta a roli klienta: to znamená diskutovat roli psychotherapeuta v psychotherapii (jakožto profesionálního facilitátora, podporovatele, poskytovatele, průvodce atd.); vysvětlit rozdíly mezi „pacientem“ a „klientem“ jakožto „recipientem“ a jakožto osobou, která je aktivně zapojena do procesu; jasně stanovit hranice psychotherapeutického vztahu; popsat a vysvětlit veškerá omezení toho, že proces je důvěrný; uvědomit si možnost vzniku potencionálních problémů nebo potíží mezi psychotherapeutem a pacientem/klientem, včetně možnosti hrát duální roli; popsat možné problémy vznikající v důsledku rozdílnosti a rozmanitosti - tříd, kultur, rasy, náboženství, diverzity, sexuality, genderových preferencí, místa v hierarchii, statutu nebo nerovnováhy moci; informovat pacienta/klienta o etice a postupech při podávání stížností (viz také Oblast 9) atd.

o 2.1.3: Vytvořit atmosféru pracovního spolenectví: to znamená spolupracovat s pacientem/klientem; identifikovat společně dohodnuté krátkodobé a dlouhodobé cíle a začít pracovat na jejich dosažení; řešit pacientovy/klientovy potřeby; pomáhat pacientovi/klientovi k sebezpešení (self-empowerment), nezávislosti, samostatnosti a úlevě od (negativních) symptomů (tam, kde je to možné); a -dokonce i v případech, kdy psychotherapie je spíše „léčbou“ - respektovat pacientovu situaci a získat jeho informovaný souhlas atd. o 2.1.4: Dohodnout se na úkolech: to znamená prodiskutovat s pacientem/ klientem jeho úkoly a odpovědnost, včetně frekvence sezení, předpokládané délky psychotherapie, metodologie a finančních otázek (upravených -pokud je to možné - podle recipientových zdrojů),

způsobů rušení schůzky, způsobů kontaktování, zajištění služeb v době dovolených atd.; seznámit s veškerými zákonnými požadavky a povinnostmi; projednat další podrobnosti psychotherapeutického kontraktu (viz též Oblast 4); získat (pokud je to možné) pacientův/klientův informovaný souhlas v písemné podobě atd.

o 2.1.5: Vypracovat relevantní soubor hledisek: to znamená chápat věci různými způsoby z pohledu pacienta/klienta; zkoumat subjektivní svět pacienta/klienta; poznat důležité aspekty jeho fyzického, sociálního a kulturního prostředí; pochopit něco z dynamiky jeho původní rodiny; pochopit něco z jeho myšlenkového či hodnotového systému (náboženského a duchovního), atd.

o 2.1.6: Dávat najevo empatii a porozumění: to znamená pochopit, z čeho symptomy, obtíže a určitá chování vycházejí (co se za nimi skrývá); pochopit vnitřní referenční rámce nebo subjektivní situaci pacienta/klienta; být empatický k pacientovým/klientovým problémům; projevovat opravdovou snahu o to, aby mu bylo dobře; identifikovat problémy týkající se (emocionální i fyzické) jistoty a bezpečnosti; posilovat samostatnost, sebeúctu a nezávislost druhého člověka; respektovat jeho hranice, preference, kulturní rozdíly a to, na co je citlivý; respektovat jeho stávající situaci, to, o čem přemýšlí a jak se cítí, atd.

o 2.1.7: Vytvořit psychotherapeutickou realitu: to znamená společně s pacientem/ klientem vytvořit stabilní, pozitivní, nekritizující atmosféru; nemít pocit, že (jako psychotherapeut) musí reagovat na každé konkrétní pacientovo/klientovo vyjádření; vědět, že podstatou psychotherapie pro pacienta/klienta je setkat se (určitým způsobem) sám se sebou, prostřednictvím jeho vlastních procesů, jež jsou reflektovány nerušivou přítomností psychotherapeuta; dát pacientovi/klientovi možnost internalizovat pozitivní psychotherapeutický pohled od přijímající, zkoumající pozornosti až po pochopení jeho vlastních vnitřních procesů, atd. (viz též §5.2.2)

§2.2: Řídit a udržovat psychotherapeutický vztah

o 2.2.1: Řídit psychotherapeutický vztah: to znamená mluvit jazykem, který je pacientovi/klientovi srozumitelný a podle potřeby vysvětlovat veškeré pojmy, intervence nebo dynamiku procesu; být důsledný, naslouchat a poskytovat podporu; být důvěryhodný a autentický; být empatický a starostlivý; vždycky vytvářet psychotherapeutickou realitu; získávat od recipienta zpětnou vazbu a diskutovat proces i pokrok, kterého je během sezení dosahováno; poskytovat a získávat velmi komplikované, citlivé, případně i kontroverzní informace, atd.

o 2.2.2: Rozvíjet psychotherapeutický vztah, respektovat jej a cenit si ho: to znamená poskytnout pacientovi/klientovi čas a prostor k tomu, aby stanovil, co je pro něho vhodné; neurčovat tempo a zaměření pacientova/klientova procesu, spíše se mu přizpůsobit; být pro pacienta/klienta spíše jistou podporou, partnerem do diskuse, průvodcem, lidským zdrojem, nikoli psychotherapeutem nabízejícím léčbu; od pacienta/klienta se spíše dozvídat nežli ho poučovat; místo upozorňování na nedostatečný pokrok spíše oceňovat to, čeho již bylo v procesu dosaženo; uznat jeho potíže a diskutovat, jak by se daly co nejlépe vyřešit; vědět o různých nevědomých aspektech jeho procesu a pomoci mu si je uvědomit, atd.

o 2.2.3: Dosáhnout ve vztahu sebeuvědomění: to znamená používat kritickou sebereflexi, sledovat myšlenky, pocity, dojmy a chování; uplatňovat vůči pacientovým/klientovým problémům a volbám zralý přístup; vycházet z relevantních životních zkušeností; v psychotherapii náležitě využívat svého „já“, včetně vhodného sebe-otevření; v případě osobních potíží s pacientem/klientem být odolný, neoplácet mu jeho negativní projevy, ale reagovat adekvátně a profesionálně; rozpoznat nevyřešené emocionální konflikty ve vlastním životě a pacienta/klienta před nimi uchránit; náležitě zvládat vlastní emoce; v psychotherapeutickém vztahu udržovat potřebné hranice, atd.

o 2.2.4: Přiměřeně komunikovat: to znamená kriticky reflektovat klientovu zkušenost, terapeutovu zkušenost a rovněž vztah mezi pacientem/klientem a terapeutovým „já“; efektivně a s dostatečnou reflexí hovořit o vztahu i o pokroku s pacientem/klientem, ale též s dalšími relevantními osobami (např. odborníkem, který ho na dané pracoviště odeslal, poradcem, lékařem, týmem, dalšími odborníky, rodinnými příslušníky, atd.); komunikovat tak, aby pacient/klient rozuměl; v případě potřeby použít překladatele, atd.

o 2.2.5: Hodnotit psychotherapeutický vztah: to znamená pravidelně a adekvátně jej posuzovat; používat odpovídající kritéria hodnocení a sledovat tak kvalitu i vývoj vztahu; hodnotit komunikaci, proces a metodologie používané při práci s pacientem/klientem; ve vhodných případech zapojovat pacienta/klienta do spolupráce s týmem při poznávání a řešení jeho problémů; využívat klinickou supervizi k nepřetržitému reflektování pacientova/klientova procesu; sledovat nejnovější výzkumy a odborné názory na různé relevantní „léčebné“ metody nebo nové přístupy; tam, kde je to vhodné, podávat zprávy a žádat o názory jiných (např. přímých nadřízených, doporučujícího lékaře, specialisty, jiných odborníků, na setkáních týmu, atd.); atd.

o 2.2.6: Řídit proces změny: to znamená kriticky reflektovat a hodnotit a tím také řídit psychotherapeutický proces změny v průběhu psychotherapie; projevovat svou způsobilost při různých intervencích; využívat údaje, jež jsou známé a srozumitelné a rovněž konzistentní s propracovanými teoretickými koncepcemi; pracovat v souladu se směrnicemi, standardy, etickými principy a potřebou být ohleduplný; pracovat v souladu s přáními a potřebami pacienta/klienta; vést

ho k tomu, aby odhalil své problémy, vyjádřil své hlubší pocity; a pracovat s jeho intelektovými, emocionálními i behaviorálními projevy; potvrdit změny, ke kterým už došlo a anticipovat možné budoucí změny; (viz též Klíčová kompetence §5.1.4) atd.

o 2.2.7: Zvládat kontakt mimo terapeutická sezení: to znamená s pacientem/ klientem takový kontakt projednat - může jít o emaily, dopisy, texty, telefonáty, návštěvy nebo neformální a neplánovaná setkání; připravit předem stanovený postup, který je pacientovi/klientovi sdělen a je integrován do psychotherapeutického vztahu; stanovit odpovídající strategii kontaktu pro dobu mezi jednotlivými sezeními nebo pro případ, kdy pacient/klient jedno sezení vynechá, či nenadále psychotherapii ukončí; být pozorný a rozpoznat možné nebezpečné signály, obzvláště dojde-li opakovaně ke kontaktu mimo terapeutické sezení či k nechtěnému kontaktu s pacientem/klientem; zvážit implikace každého pozvání nebo žádosti ze strany pacienta/klienta o setkání mimo běžnou psychotherapeutickou situaci a zachovat se adekvátně; atd.

o 2.2.8: Správně řešit pauzy a dovolenou: to znamená informovat pacienta/klienta s dostatečným předstihem o tom, co se bude odehrávat; stanovit postup a jasně se s pacientem/klientem dohodnout; zařídit, aby se v případě naléhavé situace pacientovi/klientovi dostalo v době nepřítomnosti psychotherapeuta potřebné podpory; uvědomit si, jakým způsobem mohou pauzy a dovolené zasáhnout psychotherapeutický vztah a náležitě to s pacientem/klientem prodiskutovat; naplánovat pravidelné pauzy a dovolené a podpořit tak vlastní duševní pohodu; atd.

§2.3: Zvládat různé obtíže psychotherapeutického vztahu

o 2.3.1: Řídit nepřetržitý proces změny: to znamená zkoumat a řídit psychotherapeutický proces změny v průběhu psychotherapie; projevovat svou způsobilost při vhodných intervencích; využívat údaje, jež jsou známé a srozumitelné a rovněž konzistentní s propracovanými teoretickými koncepcemi; pracovat v souladu se směrnicemi, standardy, etickými principy a potřebou být ohleduplný; pracovat v souladu s přáními a potřebami pacienta/klienta; vést ho k tomu, aby odhalil své problémy, vyjádřil své hlubší pocity; a pracovat s jeho intelektovými, emocionálními i behaviorálními projevy; potvrdit změny, ke kterým už došlo a anticipovat možné budoucí změny; (viz též Klíčová kompetence §5.1.4) atd.

o 2.3.2: Rozpoznat obtíže: to znamená rozpoznat obtíže již ve chvíli, kdy vznikají; společně s pacientem/klientem je rozebrat (v té míře, v které jsou relevantní pro psychotherapii); být schopen kriticky rozpoznat nevědomé procesy a v souladu s etickými zásadami analyzovat nejrůznější obtíže a reagovat na ně způsobem přijatelným pro pacienta/klienta; rozpoznat každou osobní (psychologickou, emocionální, behaviorální i fyzickou) reakci psychotherapeuta vůči pacientovi/klientovi, atd. a jeho problémům; rozpoznat každé osobní, profesionální nebo zkušenostní omezení a snažit se je překonat; snažit se o odpovídající změny, případně hledat vhodný způsob, jak tento (stávající) psychotherapeutický vztah ukončit a odeslat daného pacienta/klienta k vhodnějšímu odborníkovi atd.

o 2.3.3: Zvládat různé obtíže: to znamená řešit různé problémy - být schopen kriticky vyhodnotit a odstranit někdy velmi závažné překážky stojící v cestě přijetí; tam, kde klient/pacient vnímá sám sebe (nebo svou situaci) negativně pomoci mu tento postoj realisticky přehodnotit; postupovat jasně v rámci psychotherapeutické aliance; identifikovat a analyzovat tyto potíže hned ve chvíli, kdy se objeví; zvládnout každou intervenci, která by mohla způsobit zmatení, rozpaky, úzkost nebo urážku; kriticky hodnotit a řešit situace, které u pacienta/klienta vyvolávají stres nebo diskomfort kvůli hodnotám, přesvědčení nebo chování jiných (včetně psychotherapeuta); pracovat s pacienty/klienty, kteří mohou být potenciálně hostilní, antagonističtí, manipulativní nebo vysoce emotivní; kriticky si uvědomovat u pacienta/klienta veškerá omezení vyplývající z možných osobnostních problémů nebo psychopatologií; poznat, kdy jsou vhodné pouze podpůrné intervence; ve vhodných případech napomáhat sebeuvědomění, svépomoci, sebeposílení a řešení problémů; uvědomit si, kdy je psychotherapie pacientem/klientem zpochybňována - někdy nedostatečnou spoluprací nebo nemluvením - a správně reagovat; vyhodnocovat situaci s ohledem na různá rizika ohrožující pacienta/klienta, psychotherapeuta i ostatní; být připraven přiznat různé nedostatky nebo dokonce chyby a omluvit se za ně; zkoumat osobní i teoretická omezení, zejména u nedominantních kultur; sledovat a společně s pacientem/ klientem často ověřovat, že psychotherapeutickému procesu rozumí; být flexibilní pokud jde o intervence, volbu slov a časování (může jít o krátkou, středně dlouhou a dlouhodobou psychotherapii a v případě potřeby mohou sezení probíhat v různých intervalech); v případě, že potíže nastanou, uvědomit si a kriticky posoudit různé etické problémy, jakož i vhodné strategie, postupy a formalizované reakce; obrátit se na jiné zdravotnické odborníky (nebo supervizory) s žádostí o podporu nebo radu pro pacienta/klienta či pro něho samotného, díky které by pacient/klient zůstal zainteresovaný a zapojený do procesu; kriticky hodnotit situaci, kdy se pacient/klient dostane do kritické nebo naléhavé situace a vhodně na to reagovat; ve chvíli, kdy je momentální krize překonána, vyhodnotit situaci a informovat ostatní zainteresované osoby (viz též: Klíčová kompetence 5.1.5 a oblast 13); atd.

§2.4: Ukončit psychotherapeutický vztah

o 2.4.1: Poznat, že se blíží ukončení psychotherapie: to znamená, že během rozhovoru s pacientem/klientem je třeba se kriticky zamyslet a navrhnout, kdy a jak psychotherapeutický vztah ukončit; dojednat konečné datum a v souladu s

konzistentním, logickým a důkladným teoretickým pohledem poskytnout pacientovi/klientovi dost času na to, aby ukončení vztahu zpracoval; pokud je to zapotřebí a pokud je to možné, být schopen toto datum posunout; v případě, že je stanoven přesný počet sezení, zajistit uspokojivý způsob ukončení psychoterapie v dohodnutý den; uvědomit si, o jakou vztahovou vazbu (attachment) jde, jaký dopad má na psychotherapeutický vztah a vzít to v úvahu ve chvíli, kdy se psychoterapie ukončuje; analyzovat a zpracovat všechny aspekty pacientova/klientova životního příběhu, u nichž fenomén ukončení hraje významnou roli; pomoci pacientovi/ klientovi zvládnout smutek nad tím, že psychotherapeutický vztah končí; atd.

o 2.4.2: Zvládnout náhlé ukončení psychoterapie: to znamená v situacích, kdy psychotherapeutický vztah končí náhle a zejména pokud je to proti pacientově/klientově přání, prodiskutovat s ním implikace tohoto kroku a poznat jeho pocity; probrat tyto otázky s přímým nadřízeným nebo supervizorem psychotherapeuta a postupovat podle uplatňované koncepce/ stanovených pokynů; informovat pacienta/klienta o možných alternativách nebo odeslání na jiné pracoviště a projednat to s ním; atd.

o 2.4.3: Ukončit psychotherapeutický vztah: to znamená projednat s pacientem/klientem vhodné ukončení terapie ve chvíli, kdy se jeví jako dostatečná a vypadá to, že pacient je na to připraven; fázi ukončování vztahu využít k zamyšlení nad tím, jaký pokrok pacient/klient během psychoterapie udělal a čeho dosáhl; vypracovat strategie, pomocí nichž „se vyrovná“ s ukončením terapie, nebo bude moci fungovat bez psychotherapeutického vztahu; pohovořit o plánech činnosti s ohledem na jeho stávající situaci a ostatní vztahy; promyslet různé alternativy další podpory, odeslání na jiné pracoviště, poskytnutí informací nebo jiných psychotherapeutických intervencí v případě, že taková potřeba vyvstane; prozkoumat myšlenky a pocity a identifikovat jiné prožitky, jakož i jinak nezpracovaný materiál týkající se jiných situací, kdy něco „končilo“, „odcházel“ nebo „se ztrácelo“, pocitu „opuštění“, „samoty“ atd.; zamyslet se rovněž nad vlastní vztahovou vazbou vůči terapii, vůči pacientovi/ klientovi i nad pocity spojenými s tím, že něco končí, a prodiskutovat je se svým supervizorem; atd. (viz též §6.1.2)

o 2.4.4: Zaznamenat výsledek psychoterapie - to znamená zaznamenat kritické shrnutí, jež je připojeno k záznamu o případu včetně všech hodnocení nebo testů, šetření spokojenosti/nespokojenosti, odeslání na jiná pracoviště a sledování poté, kdy byla terapie ukončena; atd. Oblast 3: Vyšetření (posouzení, diagnostika a konceptualizace) Evropský psychotherapeut je způsobilý:

Oblast 3: Vyšetření (posouzení, diagnostika a konceptualizace)

Evropský psychotherapeut je způsobilý:

§3.1: Provést diagnostické vyhodnocení

o 3.1.1: Využívat nástroje diagnostického hodnocení: to znamená pro hodnocení si vytvořit jasnou strategii nebo používat postupy uplatňované na daném pracovišti; zajistit, aby byly v souladu s krátkodobými i dlouhodobými cíli a étosem organizace, jakož i s teorií; vytvořit si nebo používat nástroje předchozího hodnocení; pacienta/klienta jasně a transparentně informovat o psychoterapii i formách hodnocení; ve vhodných případech využít při vstupním diagnostickém interview různé předchozí informace a utvářet tak proces i výsledek pohovoru; atd.

o 3.1.2: Vést diagnostický pohovor: to znamená zajistit, aby byl proces vstupní diagnostiky transparentní a aby jej pacient/klient správně pochopil; vést diagnostický pohovor v souladu s krátkodobými i dlouhodobými cíli a étosem organizace, jakož i s teorií; odhalovat v maximální možné míře pacientovy/ klientovy starosti, problémy, potíže i to, jak nahlíží různé věci; odhalovat a zaznamenávat všechny minulé signifikantní události či předchozí psychologickou historii psychologických problémů či významná období stresu; zeptat se na předchozí zkušenosti s psychotherapeutickou pomocí; diagnostiku podrobně zaznamenat; atd.

o 3.1.3: Vyhodnotit riziko: to znamená znát všechny postupy hodnocení rizika, jež dané pracoviště/služba používá a na základě kritického zhodnocení používat všechny nástroje nebo zásady, včetně etických; rozpoznat jazyk používaný pacientem/klientem, který by mohl implikovat, že ubližuje sobě nebo jiným; klást přímé otázky ohledně toho, zda má v úmyslu ublížit sobě nebo jiným; pomoci pacientovi/klientovi v tom, aby byl schopen mluvit o konkrétních sebevražedných úmyslech a kvantifikovat pravděpodobnost uskutečnění takového kroku; probrat a vyhodnotit s pacientem/klientem celkový systém podpory; zapojit pacienta/ klienta do procesu na základě přímočarého a citlivého přístupu vedoucího k sebeposílení; atd.

§3.2: Stanovit diagnózu * (Poznámka: slovo „diagnóza“ se zde používá spíše v obecném smyslu, nikoli ve striktně lékařském či psychiatrickém smyslu.)

o 3.2.1: Rozpoznat a kriticky vyhodnotit možné problémy duševního zdraví /duševní nemoci: to znamená pozorně sledovat, zda se neobjevují nějaké signály ukazující na potřeby duševního zdraví nebo známky duševní nemoci či poruchy; vyhodnotit nebo diagnostikovat, zda pacient/klient nemá nějaké sociální, vztahové, somatické či emocionální problémy spojené s duševní /psychickou nemocí nebo poruchou; využít předchozí poznatky, studium i zkušenosti s psychopatologií; zapojit pacienta/klienta do procesu hodnocení duševního zdraví; zajistit, aby každé hodnocení nebo diagnostikování proběhlo v souladu s krátkodobými i dlouhodobými cíli a étosem teoretického/metodologického základu a v souladu se všemi lékařskými/psychiatrickými zásadami dané země; atd.

o 3.2.2: Reagovat na potřeby duševního zdraví/ nemoci: to znamená společně s pacientem/klientem v maximální možné míře prodiskutovat výsledky nebo strategie; poznat, zda je zapotřebí za účelem zajištění vhodné intervence rada, podpora nebo druhý názor ze strany supervizora, manažera či konzultanta; kriticky vyhodnotit jakékoli okamžité riziko pro klienta, sebe samého i ostatní, jež vyplývá ze zhoršení duševního zdraví/psychické nemoci nebo poruchy a v případě potřeby učinit nutné kroky; rozpoznat náznaky nadužívání léků /alkoholu/látek (včetně léků na předpis nebo léků volně prodejných) a v případě potřeby učinit nutné kroky; spolupracovat s jinými odborníky na duševní zdraví a postupovat v souladu s krátkodobými i dlouhodobými cíli a étosem svých teoretických znalostí a v souladu se všemi lékařskými /psychiatrickými zásadami dané země; atd.

§3.3: Konceptualizovat a zvolit si přístup

o 3.3.1: Využívat klinické zkušenosti, teoretické a metodologické poznatky i nástroje pro hodnocení: to znamená vytvořit si jasnou strategii hodnocení nebo uplatňovat postupy daného pracoviště; zajistit, aby odpovídala pacientovým/klientovým potřebám i probíhajícímu psychotherapeutickému vztahu; uskutečňovat proces hodnocení způsobem, který je vhodný pro pacienta/klienta a který je v souladu s étosem psychotherapie; integrovat všechny předchozí informace a identifikovat relevantní problémy; atd.

o 3.3.2: Pochopit potřeby pacienta/klienta: to znamená identifikovat a kriticky vyhodnotit potenciální problémové oblasti včetně (i) (pozitivních nebo negativních) situací zjištěných na základě nebo během procesu hodnocení, (ii) motivaci pacienta/klienta, (iii) různé individuální potřeby z hlediska např. kultury, víry, etnického původu, jazyka, sexuality, postižení, věku apod., (iv) všechny potenciální rizikové oblasti (sebevražda, sebepoškozování, agresivita nebo násilné chování vůči jiným), (v) možný negativní přenos, a atd.; používat dovednosti kritického hodnocení a dobrat se kritického pochopení toho, jak pacient/klient prezentuje své problémy; „diagnostikovat“, zda za tím nejsou skryté nebo dlouhodobé problémy, jež by mohly vyžadovat další (možná odbornou) diagnostiku; zhodnotit a prodiskutovat, zda nabídnutý typ psychotherapie nebo konkrétní služby bude pro pacienta/klienta vhodný a užitečný a pokud ne, učinit konstruktivní a podložené návrhy ohledně odeslání na jiné vhodné pracoviště; atd.

o 3.3.3: Na základě diagnostiky učinit rozhodnutí: to znamená stručně a kriticky zformulovat to, co pacient/klient prezentuje; kriticky analyzovat a interpretovat všechny formy informací získané během diagnostického procesu; využít všechny dostupné informace (včetně výpovědi pacienta/klienta a jeho odpovědí během diagnostického interview) a na základě nich dojít k závěru ohledně možných vhodných intervencí; prodiskutovat s pacientem/klientem výsledek diagnostiky a přitom mluvit takovým jazykem, aby bylo jasné, že rozumí; odhadnout délku psychotherapie a frekvenci sezení nebo jiného kompetentního „plánu péče“, kontraktu či odeslání k jinému odborníkovi v rámci služby; jasně vysvětlit, jaké jsou možnosti uspokojení potřeb pacienta/klienta; pokud je to vhodné, odeslat pacienta/klienta jinam a jasně vysvětlit důvody; konzultovat s jinými kolegy/ zdravotnickými odborníky, zejména objevují-li se signály potencionálního rizika; atd.

o 3.3.4: Uzavřít diagnostiku: to znamená, že dohodne-li se psychotherapeut s pacientem/klientem na zahájení psychotherapie, naprosto otevřeně s ním prodiskutovat jeho očekávání, úkoly, dohody, platby atd.; tam, kde je to vhodné, dát pacientovi/klientovi možnost zhodnotit jeho zkušenost s diagnostickým procesem a reagovat na něj; zaznamenat výsledek vstupního diagnostického pohovoru; atd.

Oblast 4: „Dojednání“ kontraktu (stanovení cílů, plánů a strategií)

Evropský psychotherapeut je způsobilý:

§4.1: „Dojednat“ s pacientem/klientem kontrakt

o 4.1.1: Zformulovat hlavní otázky: to znamená kriticky reflektovat hodnocení (a někdy i protikladné informace v něm obsažené) i informace z jiných zdrojů; být schopen všechny tyto pohledy propojit; formulovat nejdůležitější pacientovy/klientovy problémy a jejich možný původ; předložit (nebo zpětně reflektovat) tyto pohledy pacientovi/klientovi vhodným a citlivým způsobem tak, aby tomu rozuměl a přijal je; ověřit si přesnost těchto formulací; zajistit, aby tyto

formulace byly v souladu s hlavním étosem daného postupu i s teorií; atd.

o 4.1.2: Stanovit dosažitelné cíle, plány a strategie: to znamená zapojit předešlou historii a pacientovy/klientovy ekonomické, sociální, emocionální, intelektuální i psychologické možnosti a schopnosti; identifikovat jakékoli potenciační kontraindikace či rizikové faktory; v souvislosti s jakýmkoli plánovaným průběhem intervencí prodiskutovat délku, frekvenci, cenu, parametry externího prostředí (včetně pacientových/klientových vnějších vztahů); prodiskutovat všechny otázky spojené se zachováním důvěrnosti; rozlišit mezi tím, co je rozumně dosažitelné a co v rámci pacientova/klientova procesu dosažitelné být nemusí; atd.

o 4.1.3: Prodiskutovat motivaci pacienta/klienta: to znamená pochopit jeho touhu a motivaci ke změně a rovněž faktory, které by ho k ní mohly dovést; poznat a vyhodnotit úroveň pacientova/klientova uvědomění si seba sama i ostatních; uznat, že (patrně) existuje několik faktorů, které mohou bránit tomu, aby se mohl plně zapojit do psychotherapeutického procesu; poznat, jakou má schopnost rozpoznat a pochopit úroveň psychologického fungování; jakož i schopnost převzít odpovědnost za svůj individuální proces; atd.

o 4.1.4: Rozhodnout, kolik psychotherapie a v jakém rozsahu bude zapotřebí: to znamená kriticky vyhodnotit povahu pacientova/klientova hlavního problému; nejprve jasně vysvětlit, zda existují nějaká omezení při pořádání psychotherapeutických sezení (ze strany pracoviště nebo z důvodu zdravotního pojištění atd.); objasnit, že v určitých fázích procesu se bude ověřovat, zda by nebyl vhodnější otevřenější „kontrakt“; učinit informované a vzájemně odsouhlasené rozhodnutí ohledně toho, zda bude vhodnější krátká psychotherapie a pokud ne, dohodnout se na počtu sezení; atd.

o 4.1.5: Uzavřít kontrakt: to znamená vzít v úvahu pacientovy/klientovy životní okolnosti; dojednat s pacientem/klientem oboustranně přijatelné podmínky a náležitosti; stanovit postupy pro zrušení schůzky nebo „nedostavení se“, řešení dovolených a případného onemocnění, jaké implikace to bude mít z hlediska poplatků a ceny za psychotherapii, rušení některých sezení, frekvenci sezení a případně též strategii pro odeslání na jiné pracoviště, kdyby „kontrakt“ nefungoval; atd.

o 4.1.6: Posuzovat průběh plnění kontraktu: to znamená v pravidelných intervalech „kontrakt“ kriticky hodnotit a ověřovat a opětně vyhodnocovat cíle; naslouchat pacientovým/klientovým pocitům a zážitkům; tam, kde je to vhodné, ověřovat si věci se supervizory a přímými nadřízenými; brát v úvahu měnící se životní okolnosti pacientova/klientova života i podmínky psychotherapeutické praxe; atd.

o 4.1.7: Umožnit odeslání pacienta/klienta na jiné pracoviště: to znamená ověřovat si u pacienta/klienta, že je se svým psychotherapeutem spokojen; mít jasno ohledně toho, do jaké míry je pravděpodobné, že potřeby pacienta/klienta jsou skutečně uspokojovány; otevřeně pacientovi/klientovi nabídnout jiné možnosti a tyto možnosti vysvětlit; facilitovat odeslání pacienta/klienta k jinému psychotherapeutovi či jinému odborníkovi na duševní zdraví; prodiskutovat jiné možnosti; atd.

§4.2: Plánovat psychotherapii

o 4.2.1: Využívat důkazy účinné praxe: to znamená kriticky hodnotit vhodnou a účinnou terapii zaměřenou na řešení konkrétních problémů, s nimiž se pacient/ klient potýká; poskytovat pacientovi/klientovi informace o doporučených strategiích; zajistit, aby uplatňovaná konkrétní metodika byla z hlediska pacientova/klientova specifického problému dostatečně podložena důkazy; atd

o 4.2.2: Vycházet z psychotherapeutické teorie: to znamená kriticky reflektovat a hodnotit teoretická východiska použité metody, jež se vztahuje k celkové situaci pacienta/klienta a může mu pomoci, ale současně si být vědom, že existují i jiné teoretické pohledy; vycházet z teoretických východisek vztahujících se ke konkrétním problémům pacienta/klienta; toto všechno pacientovi/klientovi vysvětlit tak, aby tomu snadno porozuměl; naznačit implikace těchto teoretických aspektů, neboť s nimi souvisí vypracování strategie psychotherapeutického procesu; atd.

o 4.2.3: Rozhodnout se pro psychotherapeutický přístup nebo strategii: to znamená prodiskutovat s pacientem/klientem různé možnosti; vysvětlit pro a proti jednotlivých strategií; na základě klinické zkušenosti a výzkumných výsledků nabídnout možné strategie vedoucí pravděpodobně k úspěšným výsledkům; společně se dohodnout na přístupu nebo strategii, jež se jeví pro pacienta/klienta a řešení jeho konkrétních problémů jako nejvhodnější; zabudovat do procesu prvek nepřetržitě sebereflexe na obou stranách, který strategii monitoruje a rozvíjí, nebo k této sebereflexi vybízet; atd.

o 4.2.4: Posuzovat plán nebo strategii: to znamená kriticky reflektovat a vyhodnocovat zkušenost spočívající v tom, že člověk je nejdůležitější komponentou psychotherapeutického procesu, která ovlivňuje některé teoretické a praktické aspekty, jež v určitých chvílích nabývají na relevantnosti; využívat aspekty sebereflexe klinické zkušenosti, odborné praxe, vlastní terapie a supervize k tomu, aby člověk jakožto psychotherapeut zvládal a „řídil“ vlastní „afekt“ a především vlastní volbu intervencí [N.B. to, do jaké míry tato sebereflexe vede nebo řídí průběh psychotherapie, závisí

především na modalitě, v jejímž rámci člověk jako psychoterapeut pracuje; být citlivý a flexibilní vůči momentální situaci a emocionálnímu stavu pacienta/klienta a umožnit, aby to ovlivnilo v dané chvíli vaši volbu, aniž byste se přitom nutně odchýlili od celkového plánu; atd.

Oblast 5: Různé techniky a intervence

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§5.1: Využívat standardní techniky a intervence

o 5.1.1: Vytvořit „pracovní spojenectví“: to znamená využívat spolupráci a součinnost pacienta/klienta a psychoterapeuta; využívat jednotlivé prvky kontraktu a naplánované strategie; opakovaně ujišťovat pacienta/klienta ve chvílích, kdy se může momentálně cítit špatně nebo mít krizi, že nemusí být „duševně nemocný“ a že se pravděpodobně zlepší (tj. že se symptom/y stresu pravděpodobně zmírní); že tyto symptomy stresu mohou ukazovat na nějaký hlubší proces, jenž vyžaduje řešení; a že hlubší problémy mohou dokonce být jistou formou „uzdravování“ v důsledku psychoterapeutických sezení; celkově zapojit pacienta/klienta do týmové spolupráce tak, aby poznal své potíže a řešil je; pečlivě poslouchat to, co má pacient/klient na srdci a občas náležitě reflektovat, co psychoterapeut slyšel, respektive pochopil; nahlížet na pacienta/klienta jako na člověka a nikoli jako na „soubor“ symptomů; využívat empatii a porozumění vůči pacientovi/klientovi a současně si přitom udržet postavení profesionála; uznávat autonomii pacienta/klienta a respektovat jeho hranice a přitom zajišťovat rovnováhu s odbornými znalostmi, dovednostmi a zkušenostmi; zvládat veškeré fenomény přenosu; soustřeďovat veškerou práci na přání a potřeby pacienta/klienta; konstruktivně využívat dosažený pokrok; uvědomovat si nejruznější otázky vyplývající z kulturní nebo sociální rozdílnosti a případně otázky spojené s mocí a rovností a pracovat s nimi konstruktivně; podporovat naději na zlepšení; atd.

o 5.1.2: Zjistit, které techniky nebo intervence jsou nejvhodnější: to znamená opírat se o dříve provedenou diagnostiku problémů nebo potíží pacienta/klienta, a rozhodnout, které ze „standardních“ technik a intervencí by mohly být pro řešení problémů tohoto člověka nejvhodnější (např. člověk v depresi může potřebovat motivační techniky, zatímco pro úzkostného člověka budou vhodnější techniky relaxační); uvědomovat si, jaké jsou kontraindikace těchto „standardních“ technik a intervencí; informovat pacienta/klienta o těchto technikách a intervencích a zjistit, které jsou pro něho nejvhodnější; potvrdit pacientovi/klientovi jeho silné stránky a podpořit ho ve zvládnutí potíží, s nimiž se potýká; uvědomit si, že s největší pravděpodobností nepůjde o jednu jedinou techniku či intervenci, jež může být úspěšná, ale nejspíš půjde o celou sérii kroků prováděných na různých úrovních jedinečným způsobem právě u tohoto klienta/pacienta; atd.

o 5.1.3: Zjistit, jaké formy interakce jsou vhodné: to znamená být ve svém přístupu flexibilní; být schopen svůj přístup upravit nebo přizpůsobit; někdy pacienta/klienta podporovat a povzbuzovat, jindy působit spíše direktivně a výchovně a někdy ho dokonce konfrontovat - to všechno podle konkrétní situace; nalézt správnou rovnováhu mezi intervencí ze strany psychoterapeuta a důrazem na samostatnost pacienta/klienta - rovnováhu, která se bude v čase neustále měnit podle okolností; uvědomovat si rozdíly mezi tradičním „lékařským modelem“ pacienta vyžadujícího léčbu a „humanističtější modelem“ klienta, který se rozhodl využít odborných služeb psychoterapeuta; atd.

o 5.1.4: Monitorovat a řídit proces změny: to znamená uvědomovat si pacientův/klientův vývoj a proces, jakož i to, že v různých chvílích má různé potřeby; ocenit změny, které již nastaly a anticipovat možné budoucí změny; strategie a intervence využívat flexibilně podle toho, jak se mění proces i prostředí; při práci se důsledně držet směrnic, standardů, etických zásad a citlivého přístupu (viz též §2.2.6); atd.

o 5.1.5: Zvládat nejruznější obtíže: to znamená pracovat přesně v rámci psychoterapeutické aliance; identifikovat a analyzovat každou vzniklou obtíž; zvládat intervence, jež by mohly vyvolat zmatení, pocit studu, úzkost nebo urážku; zvládat situace, při nichž pacient/klient pociťuje stres nebo diskomfort ve vztahu k hodnotám, přesvědčení nebo chování jiných lidí (včetně psychoterapeuta); flexibilně přistupovat k intervencím, formulacím i načasování (krátká, střednědobá a dlouhodobá psychoterapie a v určitých případech i měnící se intervaly mezi sezeními); být si vědom toho, že existují i jiné techniky a intervence a zamyslet se nad možností jejich použití; (viz též §2.2.7) atd.

§5.2: Zvládat emocionalitu sezení

o 5.2.1: Napomáhat zpracování emocí: to znamená uznat různé úrovně pacientových/klientových emocí; pomoci mu překonat zábrany a odpor k projevení pocitů tam, kde je to relevantní a vhodné; pomoci pacientovi/klientovi zvládnout emoci, která je příliš silná nebo příliš slabá pro zachování komfortu; zvládat emocionální problémy, které zasahují do psychoterapeutického vztahu nebo procesu terapie (např. úzkost, hostilita, přílišná zlost, vyhýbání se afektu, atd.);

pomoci pacientovi/klientovi rozebrat vlastní emoce tak, aby to napomohlo procesu; nabádat pacienta /klienta, aby odlišil emoce, které se opakují a jsou negativní a neproduktivní; pomoci pacientovi/klientovi zapojit své emoce komplexně a produktivně; atd.

o 5.2.2: Udržovat psychoterapeutickou realitu: to znamená „být s“ pacientem/ klientem kdykoli bez ohledu na to, v jakém emocionálním stavu se nachází; nenechat se zaplést do žádných pacientových/klientových emocionálních komplikací; udržet si rozumnou míru vlastní smyslové i tělesné receptivity; uvědomovat si, být pozorný a soustředěný; být k dispozici a nenechat odvést svou pozornost k vlastním interním procesům nebo zájmům; není nutno reagovat na každý výrok pacienta/klienta; držet se v maximální možné míře přítomné chvíle, neposuzovat, přijímat a být empatický; být co nejvíce autentický (nedefensivní, souhlasný); pokoušet se o to, aby vlastní emocionální prožívání psychoterapeuta nemělo dopad na emocionální prožívání pacienta/klienta, anebo najít zdravou rovnováhu mezi vlastním emocionálním stavem a stavem pacienta/klienta; atd.

o 5.2.2: Zvládat extrémní emoce: to znamená být schopen vyhodnotit riziko a vědět, co je potřeba udělat, pokud začne být pacient/klient hypermanický, panický, násilný nebo suicidální; jestliže psychoterapeut pracuje v situacích, kde pacienti/klienti prožívají extrémní emoce pravidelně, měl by absolvovat potřebný výcvik; atd.

§5.3: Využívat jiné techniky a intervence

o 5.3.1: Využívat výzkumem podložené techniky a intervence: to znamená mít přehled o současném vývoji v psychoterapii, nových metodologiích a přístupech i o výzkumech jejich efektivity a účinnosti; využívat jen ty techniky a intervence, které jsou vhodné pro daného pacienta/klienta v dané konkrétní situaci; zajistit, aby se používaly řádně a profesionálně na základě výcviku, supervize a zkušenosti; atd.

o 5.3.2: V souvislosti s nimi zajistit řádný výcvik a supervizi: to znamená, že v případě potřeby se psychoterapeut zapojí do dalšího výcviku a bude mu poskytnuta supervize ze strany kvalifikovaných supervizorů pro tyto nové nebo odlišné techniky a intervence tak, aby je mohl používat profesionálně a bezpečně; atd.

Oblast 6: Řízení změny, krize a práce s traumatem

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§6.1: Řídit změnu a krizi

o 6.1.1: Uvědomovat si těžké chvíle: to znamená uvědomit si, kdy mohou v procesu pacientovy/klientovy psychoterapie nastat (jako třeba při výročí nebo v souvislosti s jinými spouštěči emočního stresu, apod.); být v takových chvílích obzvláště citlivý a flexibilní; uvědomovat si různé fáze procesu změny v psychoterapii nebo jeho dynamiku tak, aby byl člověk schopen pacienta/klienta tímto procesem provést; uvědomovat si, že změna nemusí probíhat vždycky lineárně, postupně nebo průběžně; znát teorie o dynamice změny; atd.

o 6.1.2: Řídit proces změny: to znamená pomáhat pacientovi/klientovi získat vhled do jeho procesu a porozumět mu; poskytovat intervence vhodné pro konkrétní fázi pacientova/klientova procesu; pomáhat (možná intenzivněji) v obzvláště obtížných fázích nebo ve chvílích, kdy se pacient/klient v nějaké fázi tzv. „zasekne“; být si vědom vnějších, sociálně politických a ekonomických faktorů, které mohou pacientův/ klientův proces ovlivňovat (pozitivně nebo nepříznivě); navrhnout případné postupy, které by mohly pacientovi/klientovi v jeho procesu pomoci; atd.

§6.2: Práce s lidmi v krizi

o 6.2.1: Vědět, co je krizová intervence: to znamená znát roli a zásady krátkodobé psychoterapie a krizové intervence a znát různé přístupy a typy podpory poskytované v takových případech; znát služby poskytované speciálními krizovými pracovišti, v rezidenčních krizových centrech a jinde; atd.

o 6.2.2: Pracovat s lidmi v krizi: to znamená být schopen náležitě reagovat na pacienta/klienta v krizi; udržet psychoterapeutický vztah, přestože je pacient/klient v krizi a může mu být dočasně poskytována jiná specializovaná péče; v případě nutnosti terapeutický vztah po krizi upravit; pomoci po krizi napravit nebo obnovit vztahy (s jinými lidmi) a dalšími kontakty (pokud je to možné); pomoci pacientovi/klientovi pochopit příčiny (nebo spouštěče) jeho krize, seznámit ho se způsoby, jak předcházet jejímu opakování v budoucnu a podívat se, zda se z takové krize nelze nějak poučit; atd.

§6.3: Pracovat s traumatizovanými osobami

o 6.3.1: Vědět, jak se pracuje s traumaty: to znamená znát možné příčiny a dopady traumatu a symptomů post traumatické (stresové) poruchy; vědět, jaké jsou parametry pro práci s osobami v traumatických stavech; vědět o možnostech, kam eventuálně pacienta/klienta s traumatem odeslat; atd.

o 6.3.2: Pracovat s traumatizovanými lidmi: to znamená znát vlastní schopnosti a omezení při práci s osobami s traumatem; ve vhodných případech odeslat pacienty/klienty s traumatem do (další) specializované traumatologické péče; pokud je to zapotřebí, absolvovat odborný výcvik zaměřený na práci s osobami s traumatem; atd.

Oblast 7: Ukončení a zhodnocení

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§7.1: Směřovat k ukončení psychoterapie

o 7.1.1: Přípravovat se na ukončení psychoterapie: to znamená v průběhu psychoterapie (ve vhodných chvílích) probírat možnost jejího ukončení; pomoci pacientovi/klientovi rozebrat proces psychoterapie z hlediska jeho krátkodobých i dlouhodobých cílů stanovených na začátku i z hlediska jakýchkoli následných změn těchto cílů; pomoci mu identifikovat to, čeho bylo dosaženo, respektive předejít zklamáním; pracovat s pacientem/klientem tak, aby sám určil, kdy bude připraven na ukončení psychoterapie; odhadnout, do jaké míry je pacient/klient připraven k postupnému ukončení; pomoci pacientovi/klientovi uvědomit si, že je nevyhnutelné psychoterapeutická sezení ukončit a že to bude mít určité implikace; atd.

o 7.1.2: Zabývat se pocity spojenými s ukončením: to znamená zabývat se pocity, úzkostmi a nevědomými fantaziemi o „konci“, „ztrátě“, „odloučení“ nebo „opuštění“; pokusit se vyhnout nějakému „přehrávání“ nebo předčasnému ukončení; zabývat se procesy „individuace“, získání „nezávislosti“, „samostatnosti“ či procesem „seberegulace“; atd.

o 7.1.3: Identifikovat možná rizika nebo obtíže: to znamená identifikovat pravděpodobnost, že jedinec bude ukončením psychoterapie nepříznivě ovlivněn a rizika s tím spojená; zabývat se různými otázkami přenosu (a protipřenosu), regrese nebo závislosti, jež by mohly ukončení psychoterapie protáhnout (nebo naopak uspišit); zabývat se různými možnostmi předčasného ukončení a (nevědomými) problémy, jež se za ním mohou skrývat; zvažovat budoucí post-terapeutické potřeby pacienta/klienta, potřebu následných sezení nebo potřebu udržovat i nadále nějakou formu neterapeutického či méně než terapeutického kontaktu; prodiskutovat implikace plánovaného (nebo neplánovaného) ukončení psychoterapie se supervizorem, přímým nadřízeným; atd.

§7.2: Řídit ukončení psychoterapie

o 7.2.1: Řídit ukončení: to znamená umožnit pacientovi/klientovi prožít konec psychoterapie, který je (a) dojednaný, (b) nastává ve chvíli, kdy je pro něho psychoterapie dostatečná, (c) odehrává se způsobem, který ho (i jiné) v rozumné míře chrání před rizikem nebo újmou; (d) je pokud možno co nejméně vázáno na přenos spojený se „ztrátou“ nebo „koncem“, (e) umožňuje, aby se dostalo na povrch i to, co zatím nebylo vyřčeno, (f) umožňuje, aby se ke konci dospělo postupně a nenásilně; pracovat s pacientem/klientem na tom, aby se pokud možno jasně stanovilo ukončení psychoterapie; atd.

o 7.2.2: Posoudit proces: to znamená umožnit pacientovi/klientovi posoudit průběh psychoterapeutického procesu, jakož i přání a plány do budoucna; prodiskutovat, zda se změnilo vnímání sebe sama i jiných lidí, členů rodiny, kulturních a společenských struktur, otázky moci a sebeúcty ve vztazích i otázky vztahové vazby (attach ment) a nezávislosti; vyrovnat se s neřešitelnými problémy, které patrně během této psychoterapie nebudou uzavřeny; atd.

o 7.2.3: Identifikovat problémy, myšlenky a pocity: to znamená prodiskutovat problémy, myšlenky, pocity a implikace spojené s jinými situacemi, kdy něco „končilo“, „uzavíralo se“, kdy docházelo k „odloučení“, „uzavření“, atd.; společně s pacientem/klientem přemýšlet o plánech a strategiích změny, jež berou v úvahu momentální situaci a vztahy; informovat se o možnostech, jak v jeho procesu pokračovat, o možném odeslání na jiné pracoviště, jak ho informovat a podporovat dále, o dalších terapeutických alternativách v případě potřeby, atd.;

§7.3: Zaznamenávat a hodnotit průběh psychoterapie

o 7.3.1: Zaznamenávat průběh psychoterapie: to znamená uzavřít (shrnout), zachovat a uložit klinické záznamy v souladu s klinickými, místními, celostátními, respektive profesními kritérii; všimnout si a náležitým způsobem zaznamenat zmírnění symptomů nebo jiné signály naznačující změnu (konec kouření, pití alkoholu, užívání narkotik, návrat do práce apod.), jakékoli změny okolností nebo uspokojivý (či neuspokojivý) závěr jakožto výsledek psychoterapie; atd.

o 7.3.2: Hodnotit psychoterapii: to znamená využívat hodnocení každého výsledku, dotazníky spokojenosti klientů, katamnestické studie apod. k hodnocení efektivity (nebo účinnosti) psychoterapie; ve vhodných případech sepsat shrnutí nebo anamnézu; reflektovat proces psychoterapie a provést hodnocení vlastního výkonu, problémů i praktického postupu; prodiskutovat se supervizorem, přímým nadřízeným nebo kolegy (intervize) chyby, ke kterým mohlo dojít, jak bylo možné se jich vyvarovat, poučení, eventuálně co by bylo možné zlepšit a jak; atd. (viz též §2.4.4)

Oblast 8: Spolupráce s jinými odborníky

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§8.1: Spolupracovat s jinými odborníky

o 8.1.1: Seznámit se sprací jiných odborníků: to znamená znát práci jiných odborníků, zejména těch, kteří pracují v oblasti duševního zdraví (psychiatrii, specializovaní konzultanti, kliničtí psychologové, komunitní psychiatrické sestry, psychoterapeuti, poradenští pracovníci, psychologičtí terapeuti, pečovatelé, apod.); seznámit se poskytováním zdravotnických služeb, dobrovolným i soukromým sektorem a blízkými disciplínami; znát „cesty“, kterými se pacient/klient může dostat k místním, centrálním a odborným službám v oblasti duševního zdraví, tedy přes lékaře, doporučení pracoviště, zdravotní pojištění apod.; dobře znát různé možnosti a typy zařízení zaměřené na duševní zdraví v oblasti, kde člověk pracuje jako odborník; uvědomovat si problémy spojené s přístupem, cenou, dostupností, zdroji atd.; (viz též § 1.1.4)

o 8.1.2: Vytvořit a udržovat dobré pracovní vztahy s jinými odborníky: to znamená hrát v odborné komunitě aktivní roli; pravidelně se setkávat s jinými odborníky na kolegiální úrovni, při různých akcích, na regionálních fórech, sympoziích, celostátních i odborných konferencích; v relevantních případech diskutovat pracovní záležitosti, problémy nebo obtíže, jakož i možnost spolupráce a součinnosti; zapojovat se patřičným způsobem do supervize a intervize (viz též §8); zapojit se účinně do prosazování takového přístupu k duševnímu zdraví, který je založen na součinnosti mnoha odborníků z různých pracovišť; vyměňovat si relevantní kontaktní informace; napomáhat rozvoji zdravého klimatu, v němž vládne vzájemný respekt a součinnost; identifikovat zdroje a sítě, jež by bylo možné využívat ku prospěchu služby, praktické činnosti a tudíž ku prospěchu pacientů/klientů; atd.

o 8.1.3: Komunikovat efektivně s jinými odborníky: to znamená prokázat, že psychoterapeut umí jasně a efektivně sdělovat všechny informace, rady, pokyny, respektive odborné názory nejen kolegům a jiným odborníkům, ale rovněž pacientům/klientům, pečovatelům apod.; znát a být schopen využívat různé dovednosti komunikace, neverbálního chování a řeči těla, obzvláště tam, kde existují kulturní, vzdělanostní, věkové, etnické, sexuální, genderové, náboženské a jazykové rozdíly a také rozdíly v sociálně ekonomickém postavení; být schopen jasně a otevřeně (nezaujatě) vysvětlit různé formy léčby, psychotherapeutické styly, přístupy a intervence; atd.

§8.2: Vystupovat jako člen týmu

o 8.2.1: Být součástí fungujícího týmu: to znamená (v odpovídajících případech) mít jasno o vlastních rolích a povinnostech, jakož i rolích a povinnostech ostatních členů týmu; dojednat s ostatními členy týmu delegování úkolů a počtu případů; rozpoznat nerovnováhu moci a učinit společné kroky, pomocí kterých se předejde jakémukoli jejímu použití nebo zneužití; kdykoli je to možné, předejít „duálním vztahům“ a učinit aktivní kroky směrem k minimalizaci výskytu jakýchkoli konfliktních rolí; přispívat k zajištění maximalizace terapeutických výsledků; reflektovat a otevřeně diskutovat výkonnost a fungování týmu; určit rámec, v kterém se v případě potřeby poskytuje osobní a profesní podpora, rady, pomoc i supervize; chovat se jasně a zdvořile jak k sobě navzájem, tak i vůči pacientům/klientům i ostatním lidem; dodržovat etický rámec a zásady správné psychotherapeutické praxe; dodržovat všechny relevantní zákony, pravidla pro výkon praxe, profesní směrnice i interní provozní zásady; vypracovat a dodržovat koncepci a strategie pro navazování spolupráce s jinými týmy a pracovišti ; atd.

o 8.2.2: Aдекватně reagovat na nevhodné počínání jiného člena týmu/kolegy: to znamená promluvit s kolegou v soukromí a ve vší důvěrnosti o obavě, že jeho profesionální chování, kompetence, nějaká konkrétní intervence nebo nějaký konkrétní vztah by mohl vést k pochybení, porušení etického kodexu, nerespektování nebo zneužití moci; v případě dalších pochybností nebo nereagování ze strany kolegy, promluvit s manažerem či nadřízeným daného člověka nebo s někým, kdo má za úkol takovéto obavy prošetřit a v maximální míře zajistit, že se tak učiní důvěrně a bez zlovůle; v souladu s relevantními směrnici, etikou i etickým kodexem neignorovat nebo netolerovat jakékoli nevhodné počínání, zneužívání moci, neúctu nebo předpojatost; atd.

Oblast 9: Využití supervize, (peer) intervize a kritického hodnocení Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§9.1: Provádět rutinní hodnocení své praxe

o 9.1.1: Zajistit adekvátní supervizi: to znamená najít kvalifikovaného a zkušeného supervizora (nebo skupinu vrstevníků pro intervizi); explicitně se dohodnout na parametrech supervize / intervize (včetně frekvence, rolí jednotlivých účastníků, cílů, režimu důvěrnosti, (ve vhodných případech) nákladů a odpovědnosti); mít jasno ohledně kompetencí a toho, co je od supervize požadováno; uvědomit si, že účelem supervize je zlepšit psychoterapii, která je pacientovi/klientovi poskytována; zajistit, aby supervize/intervize byla v souladu s národními nebo profesními směrnicemi, jakož i pokyny pracoviště; atd.

o 9.1.2: Zapojit se do supervize: to znamená zapojovat se do supervize systematicky na odpovídající úrovni a s frekvencí odpovídající povaze klinické práce; prokázat schopnost využívat supervizi efektivně; zkoumat účinek vlastního vzdělávání, přesvědčení, postojů a chování na vlastní klinickou práci a na vztahy s pacienty/klienty; být vůči supervizorovi a kolegům otevřený a transparentní pokud jde o typ a povahu vlastní klinické práce; otevřeně předkládat poctivý popis vlastní klinické práce; zaměřovat se na nejdůležitější a relevantní materiál; zapojovat se aktivně do otevřených diskusí o klinické práci; snažit se nebýt vyhýbavý, agresivní nebo defenzivní; se supervizory (nebo kolegy) spolupracovat; reflektovat zpětnou vazbu a využívat v psychoterapeutickém procesu vhledy a domněnky; aktivně se ze supervize učit; využívat názory a doporučené texty; rozšiřovat vlastní odborné znalosti a pracovat na svém rozvoji; atd.

o 9.1.3: Adaptovat supervizi: to znamená rozšiřovat (nebo naopak) redukovat supervizi podle toho, jak se mění počet případů; zamýšlet se nad kvalitou supervize a nad tím, zda je z hlediska vlastních osobních i profesních potřeb dostatečná; jestliže jde o mimořádně složitou nebo neznámou klinickou práci, nebo jestliže vznikají další rizika (pro pacienta/klienta nebo pro psychoterapeuta), zajistit si dodatečnou specializovanou supervizi; v případě nějakých osobních problémů, konfliktů s pacienty/klienty, duálních vztahů, stížností apod. si zajistit dodatečnou supervizi; pokud je to zapotřebí nebo pokud je to vhodné, vyměnit supervizora - po náležité reflexi a diskusi; vzít na sebe odpovědnost za to, že jeho odborná supevize/intervize bude na nejvyšší možné úrovni z hlediska stávajících standardů; atd.

o 9.1.4: Zapojovat se do auditu: to znamená identifikovat vhodná kritéria a nástroje hodnocení; rutinně (alespoň jednou ročně) se zúčastnit systematického monitorování výsledků, jichž pacienti/klienti dosáhli, ročních hodnocení (počtu sezení na jednoho pacienta), zjišťování spokojenosti pomocí dotazníkových průzkumů a provádění katamnestických studií; atd.

Oblast 10: Etika a kulturní citlivost/vnímavost

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§10.1: Pracovat v rámci etických norem

o 10.1.1: Znat relevantní profesní a etické směrnice a pravidla pro výkon praxe: to znamená znát národní legislativu regulující odbornou činnost ve sféře duševního zdraví; znát národní i evropské kodexy a etické zásady (viz Příloha 6), jež se týkají profesionální psychoterapie a správné praxe poskytování služeb v oblasti duševního zdraví; znát a být si vědom správné etické praxe při používání svých psychoterapeutických metod a prostředků; atd.

o 10.1.2: Dodržovat profesní a etické zásady: to znamená být schopen vycházet ze znalosti relevantních profesních a etických směrnic i etického kodexu a ve své práci je aplikovat; ve vztazích s pacienty/klienty dodržovat náležité etické, profesionální i smluvní hranice; pro intervence získávat informovaný souhlas; chránit zájmy pacientů/klientů především při spolupráci s jinými odborníky, členy týmu a rodinnými příslušníky; uvědomovat si limity vlastní kompetence, dovednosti a zkušenosti a zapojit se do odpovídajícího výcviku a profesionálního rozvoje za účelem jejich zlepšení; zachovávat důvěrnost informací o pacientovi/klientovi a vědět, kdy může být porušena; udělat všechno pro to, aby praktická činnost psychoterapeuta odpovídala nejlepší praxi; zachovávat odpovídající standardy osobního chování; atd.

o 10.1.3: Řešit etické problémy: to znamená rozpoznat potencionální problémy, etická dilemata nebo rozpory mezi různými pravidly pro výkon praxe a etickými kodexy nebo mezi etickými požadavky a požadavky pracovními; rozpoznat různé problémy v takových oblastech jako duální jsou vztahy s pacienty/klienty, kolegy, supervidovanými, osobami ve výcviku, zaměstnanci nebo podřízenými; k vysvětlení potíží nebo problémů využívat supervizi nebo konzultace; analyzovat a diskutovat složitá etická dilemata se supervizory, kolegy nebo členy etické komise profesního sdružení; dojde-li k profesnímu pochybení jiných terapeutů nebo kolegů, je třeba ho identifikovat a učinit potřebné

kroky (včetně konzultace); pokud psychoterapeut překročí vlastní limity, nebo se ocitne v neetické situaci, či pokud dojde k nějaké osobní újmě, měl by zanechat své profesionální činnosti a měl by vyhledat potřebnou podporu; uskutečnit odpovídající změny tak, aby jeho praxe byla i nadále etická; atd.

§10.2: Pracovat se sociálními a kulturními odlišnostmi

o 10.2.1: Být si vědom kulturních a sociálních rozdílů: to znamená uvědomit si vlastní kulturní a sociální situaci a s ní spojená východiska, přesvědčení a hodnoty; uvědomovat si u konkrétních pacientů/klientů možné kulturní a sociální rozdíly i jejich dopady, obzvláště pokud pocházejí z různých sociálních a kulturních prostředí; uvědomovat si sociální a kulturní rozdíly pokud jde o společenskou třídu, pohlaví, sexualitu, etnicitu, původ, věk, náboženství, politiku, individualismus atd.; pochopit, jak pro různé sociální a kulturní systémy mohou být otázky duševního zdraví někdy problematické; uvědomovat si, jak mohou různé sociální a kulturní problémy ovlivňovat duševní pohodu; pochopit, jak mohou jednotlivci ovlivňovat traumatizující historické události (např. válka, migrace, přírodní katastrofy, pronásledování, diskriminace atd.); atd.

o 10.2.2: Využívat znalosti kulturních a sociálních rozdílů: to znamená respektovat pacientovy/klientovy osobní cíle, identitu a hodnotové systémy a uvědomovat si, jaký dopad může moje terapeutická práce mít; společně s pacientem /klientem rozebrat to, jak vidí a chápe svůj vztah k vlastnímu systému sociálních a kulturních jevů a hodnot, jakož i vztah k jiným takovým systémům; podporovat pacientova/klientova stanoviska a hodnotové systémy, i když se mohou od systémů psychoterapeuta odlišovat; uvědomit si při práci s kulturními a sociálními rozdíly svá vlastní omezení; atd.

o 10.2.3: Zabývat se sociálními a kulturními problémy: to znamená při práci s významně odlišnými kulturními a sociálními rozdíly se seznámit s konkrétními dalšími informacemi a údaji a (v odpovídajících případech) požádat o supervizi; být si vědom toho, že některé skupiny pacientů/klientů prožily v důsledku diskriminace a útlaku velmi těžké trauma; v odpovídajících případech si uvědomovat, že sociální a kulturní identita psychoterapeuta může mít na pacienta/ klienta určitý dopad; ve vhodných případech nabídnout možnost odeslání pacienta/klienta do péče psychoterapeutů pocházejících ze stejných sociálních a kulturních podmínek; poznat, kde pro přístup k psychologickým službám mohou existovat sociální, kulturní a politické bariéry a prosazovat jejich lepší dostupnost; spolupracovat se skupinami sociální a kulturní podpory, specializovanými pracovníky, tlumočníky a dalšími dostupnými službami a zmenšovat tak sociální a kulturní problémy; atd.

o 10.2.4 Při práci se skupinami „zvláštních“ pacientů/ klientů modifikovat svou praxi: to znamená při práci s klienty vyžadujícími další odborné kompetence, respektive s klienty, jejichž schopnost poskytnout validní souhlas může být nějakým způsobem omezena nebo narušena, jako např. u dětí, u osob s potížemi v učení, osob s komunikačními potížemi, osob zasažených mrtvicí nebo jinou duševní či tělesnou poruchou, nebo osob zakoušejících duševní nemoc nebo extrémní či alterované stavy, absolvovat výcvik a získat znalosti, další informace a údaje a v případě potřeby požádat o supervizi zkušeného pracovníka (zejména tam, kde běžný supervizor nemá v dané konkrétní oblasti zkušenosti); získat od pacienta/klienta platný informovaný souhlas, dohodnout se s ním na úkolech a odpovědnosti, ověřit jeho potřeby a celkově komunikovat zcela otevřeně o terapeutickém procesu s rodiči, opatrovníky nebo jinými důležitými osobami (v odpovídajících případech - bez porušení profesionálního tajemství nebo etických zásad) a toto všechno zaznamenat; dostane-li nebo vydává-li psychoterapeut zprávy týkající se takových pacientů/ klientů, potřebuje získat odpovídající souhlas od jiných stran (rodičů, opatrovníků, atd.), musí s nimi konzultovat a informovat je s tím, že vyslechne jejich názory a všechno zaznamená; v případech, kdy může dojít k problémům s porozuměním nebo s komunikací, zajistit podle potřeby přítomnost tlumočnicků a osob, jež umí komunikovat jinými prostředky nebo přítomnost pacientových obhájců; zajistit takové terapeutické prostředí a podmínky, jež budou pro pacienta/klienta vhodné z hlediska věku, stupně vývoje a konkrétních potřeb; atd.

§10.3: Pracovat se sociálním, kulturním a politickým kontextem psychoterapie

o 10.3.1: Znat sociální, kulturní a politický kontext psychoterapie: to znamená vědět, jak sféra duševního zdraví zapadá do sociálního, kulturního a politického kontextu a jak se na duševní zdraví pohlíželo v různých dobách a v různých kulturách; znát některé sociální, kulturní a politické kontexty takových konceptů jako: duševní zdraví versus duševní nemoc, sociální psychologie a duševní zdraví/ psychologie abnormality, „medicinský“ alopatický model versus biologicko-psychologicko-sociální model versus spíše „holistický“ komplementární model atd.; mezikulturní otázky a diskuse týkající se duševního zdraví, postižení; atd.

o 10.3.2: Mít představu o současných trendech v psychoterapii: to znamená získat představu o současných trendech nebo debatách na téma poskytování služeb duševního zdraví; uvědomovat si změny v sociálních, kulturních i politických názorech na psychoterapii (např. psychoterapie je činnost, kterou mohou provozovat jen psychologové a psychiatři versus psychoterapie je samostatná profese souběžná s psychologií a psychiatrií); znát „postmoderní“ názory na psychoterapii (např. zaměřená na řešení, silová psychoterapie, zdůrazňující odolnost, zaměřená na externalizaci problému apod.); být si vědom vzájemného působení různých teorií: kognitivně behaviorální versus psychodynamická versus humanistická versus systemická; uvědomovat si zvýšenou poptávku po psychoterapii „založené na důkazech“,

po vhodných nástrojích pro hodnocení psychoterapie a potřebu výzkumu ve všech oblastech psychoterapie; uvědomovat si dopad a implikace různých poznatků neurovědy na psychoterapii; atd.

Oblast 11: Řízení a administrativa

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§11.1: Vést odbornou praxi

o 11.1.1: Zvládat počet přidělených případů: to znamená: znát své vlastní schopnosti; na začátku každého sezení být svěží, zainteresovaný, soustředěný a zaměřený na pacienta/klienta; zahájit a uzavřít proces v rámci sezení ve vyhrazeném čase; dělat si potřebné poznámky a plynule zaznamenávat informace od klienta; mezi sezeními nechat dostatek času a nikdy během určitého období nepořádat příliš mnoho sezení; mít dostatek času a prostoru na jiné neprofesionální aktivity i na různé aktivity a akce spojené s profesí, aby bylo jasné, kdy jde o odbornou praxi a kdy nikoli; atd.

o 11.1.2: Udržovat náležité podpůrné systémy: to znamená zapojovat se do supervize, účastnit se případových konferencí a vyhodnocovat odbornou práci s klienty (viz též: Klíčová kompetence: Oblast 8); zapojovat se pravidelně do diskusí a kontaktů s kolegy; sledovat vývoj oboru zejména tu oblast psychoterapie, kterou se zabývá; účastnit se relevantních odborných seminářů, sympozií a konferencí; zapojit se do dalšího odborného vzdělávání Continuing Professional Development (CPD); udržet si své členství v profesních sdruženích; atd.

o 11.1.3: Pravidelně se o sebe starat: to znamená pravidelně a aktivně pečovat o sebe sama; udržovat se v relativně dobré kondici a zdraví; dělat si dostatečné přestávky, volno, dovolenou a zapojovat se do jiných aktivit; ve chvílích osobních nebo profesních potíží si zajistit zvýšenou supervizi, poradit se s nějakým vhodným kolegou nebo požádat o radu např. mentora; atd.

§11.2: Řídit svou vlastní praxi nebo živnost

o 11.2.1: Vést řádnou podnikatelskou praxi a mít v pořádku administrativu a účetnictví: to znamená vědět, jak vypadá dobrá podnikatelská praxe a správně vedená administrativa a účetnictví, sledovat aktuální vývoj v této oblasti; dodržovat všechny místní a národní právní, účetní, daňové i administrativní předpisy a požadavky jakožto odborník na daný byznys; podávat daňová přiznání a v odpovídajících případech platit DPH; včas platit faktury a platy zaměstnancům; atd.

o 11.2.2: Dodržovat odpovídající předpisy: to znamená znát a dodržovat odpovídající předpisy pro bezpečnost a zdraví, environmentální a ekologické předpisy a postupy týkající se lokality a dodávek; zajistit náležité pojištění pacientů/klientů, zaměstnanců i veřejnosti; sledovat aktuální požadavky ze strany profesních sdružení; atd.

Oblast 12: Výzkum

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§12.1: Znat psychoterapeutický výzkum

o 12.1.1: Znat psychoterapeutický výzkum: to znamená uvědomovat si hodnotu výzkumu při systematickém hodnocení psychoterapeutické praxe; vědět, čeho psychoterapeutický výzkum dosahuje a jaký dopad to má na současnou praxi; vědět, že existují různé výzkumné parametry a metodologie; vědět o vhodných výzkumných metodách, obzvláště pro vlastní modalitu psychoterapie; atd.

o 12.1.2: Využívat psychoterapeutický výzkum: to znamená být schopen si ze široké škály informačních zdrojů (knihy, časopisy, internet, atd.) vybrat ten, který je užitečný pro vlastní praxi a zajistit si k němu přístup; být schopen vyhodnotit výzkum i jiné důkazy a využít je pro svou praxi; využít nebo adaptovat významná a odpovídající zjištění ke zlepšení vlastní praxe; pozměnit svou praxi ve světle nových prokázaných výsledků; atd.

Oblast 13: Prevence a vzdělání

Evropský psychoterapeut je způsobilý:

§13.1: Provádět prevenci a osvětu klientů

o 13.1.1: Poznat v anamnéze pacienta/klienta repetitivní/dysfunkční vzorce: to znamená poznat z pacientovy/klientovy psychodynamické a psychosociální anamnézy určité repetitivní vzorce, jež mohou (začít) být dysfunkční; uvědomovat si, že některé projevené symptomy mohou zastírat dysfunkční nebo repetitivní vzorec (nebo poruchu osobnosti či závislost atd.), kterou je potřeba řešit, aby se předešlo dalšímu stresu; rozpoznat etiologické pozadí mnoha psychologických a psychických problémů a poruch; vědět o známých i zkoumaných způsobech, jak lze pacientům/klientům pomoci při řešení jejich problémů, jak problémům předcházet; atd.

o 13.1.2: Učit pacienty/klienty vyhýbat se repetici: to znamená pracovat s pacienty/klienty tak, aby pochopili všechny aspekty jejich potíží nebo problémů; pracovat s pacienty/klienty tak, aby prožili jakékoli potlačené nebo skryté emoce, které mohou mít vliv na jejich potíže nebo problémy; vést je k tomu, aby si přečetli něco o jejich konkrétních potížích nebo problémech; aby si uvědomili, že jejich vlastní vzorce chování, potíže nebo problémy mohou být podobné tomu, co trápí i jiné lidi a přesto jsou jedinečné; ve vhodných případech jim předložit názor, že jde spíše o normalitu a nikoli o patologii; prosazovat jak obecné tak konkrétní (specifické) uvědomování a introspekci; zabývat se na jedné straně jejich potížemi a problémy, na straně druhé napomáhat dosažení pozitivní sebeúcty a individuální pohody; podporovat odolnost vůči různým symptomům psychologických/ duševních problémů; pomáhat pacientům/klientům změnit dysfunkční vzorce chování a přijmout ty, které jsou prospěšnější; zdůrazňovat podporující strategie, respektive prevenci, zejména ve stádiu psychoterapie směřující k propuštění pacienta nebo k ukončení psychotherapeutického vztahu; atd.

o 13.1.3: Pomoci prosadit změnu u pacienta/klienta i v jeho nejbližší rodině a sociálním prostředí: to znamená pomoci pacientovi/klientovi rozpoznat, které aspekty jeho rodinné struktury, přátelství, navykých vzorců a pracovního a sociálního prostředí jsou podpůrné, a které jsou dysfunkční; zkoumat nové a odlišné postoje, hodnotové systémy a přesvědčení o sobě samém i o jiných a poznat, zda by mohly být prospěšné; pomoci jim prosazovat a konsolidovat řadu pozitivních změn a vzorců chování; podporovat je v tom, aby informovali a poučili o těchto změnách lidi kolem sebe; vést je k vybudování lepší psycho-sociální a rodinné sítě, jež je bude více podporovat a pomůže upevnit tyto nové změny; atd.

§13.2: Prevence a osvěta ostatních

o 13.2.1: Znat etiologii problémů duševního zdraví: to znamená chápat, jak jsou pocity, myšlení a chování lidí ovlivňováno skutečnou, představovanou nebo domnělou přítomností ostatních; chápat, jak a proč mohou u lidí vzniknout problémy s duševním zdravím; jak se mohou rigidní nebo patologické postoje, nepříznivé nebo škodlivé sociální či politické podmínky, environmentální nebo individuální katastrofy upevnit jako škodlivé nebo problematické vlivy; uvědomit si, jak škodlivé mohou pro jednotlivce i pro komunity být běžné sociální fenomény jako je náboženství, alkohol, chudoba, tradice, institucionalizace, industrializace, negativní společenské postoje, hodnotový systém, uskupení a média; atd.

o 13.2.2: Prosazovat psychosociální osvětu: to znamená dokázat vysvětlit základní otázky duševního zdraví jednoduše a srozumitelně; spolupracovat s jinými odborníky, především se zdravotními sestrami, příbuznými zdravotnickými odborníky, sociálními pracovníky atd.; tam, kde je to případné, propagovat poznávání běžných problémů, brát je jako součást normality a pomáhat lidem rozpoznat jejich problémy nebo obtíže mnohem dříve; pomáhat odstranit patologizaci a stigmatizaci běžných problémů duševního zdraví; otevřeně odsuzovat chování, systémy, instituce, praktiky a postoje, které jasně poškozují nebo ohrožují duševní zdraví lidí; atd.

Finální (Verze 3.3: červenec 2013) soubor klíčových kompetencí zde končí. Tím je dokončena 1.fáze projektu EAP spočívající ve vypracování profesionálních kompetencí evropského psychoterapeuta.

Podrobnější informace naleznete na webové stránce projektu: www.psychotherapy-competency.eu

Nástin dalších fází projektu:

Počítá se s tím, že budou vypracovány „Specifické kompetence“ - tedy kompetence, jež jsou specifické pro různé modalitativy psychoterapie nebo specifické pro určité země. Vypracují je relevantní celoevropské organizace a zastřešující organizace jednotlivých zemí. (Fáze 2)

Dále se předpokládá, že budou zformulovány další „kompetence specializovaných odborníků“ - tedy ty, jež jsou

potřebné jen při praktikování psychoterapie:

- s konkrétními skupinami klientů (např. psychoterapie s dětmi, adolescenty, psychotiky, lidmi s potížemi v učení, závislými osobami, seniory atd.),
- v určitých zvláštních prostředích (např. psychoterapie v psychiatrických léčebnách, vězeních, uprchlických táborech, skupinách atd.),
- za účelem plnění určitých speciálních funkcí v psychoterapii (např. výcvik, supervize, řízení provozu atd.)

Vypracování kompetencí těchto specializovaných odborníků bude tvořit 3.fázi tohoto projektu.

Rámcové vědomosti a dovednosti - tedy to, co člověk musí vědět a umět, chce-li být profesionálním psychoterapeutem, jakož i stanovení náležitých výkonových a hodnotících kritérií a metod bude představovat 4.fázi tohoto projektu.

Poslední fází projektu (fáze 5) bude začlenění těchto kompetencí do standardů výcviku EAP, což bude úkolem ETSC (Evropský výbor pro výcvikové standardy) a TAC (Výbor pro výcvik a akreditace) a nakonec do skutečných psychoterapeutických výcviků a škol zastoupených Evropskými instituty pro akreditované výcviky v psychoterapii (EAPTI).