

Formare în Psihoterapii cognitiv-comportamentale

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

Programul este avizat de Colegiul Psihologilor din România (RF-II-B-229/09.11.2020 - reavizat în 2025, AVIZ PROFESIONAL Nr. 314 din 09/10/2025, înregistrat în Registrul furnizorilor și programelor de formare profesională sub nr. RF-II-B-229).

Absolvenții programului pot fi încadrați în țările UE. Încadrarea profesională și recunoașterea activității unui psiholog avizat de Colegiul Psihologilor din România (CPR) în Uniunea Europeană se realizează prin **procedura de recunoaștere a calificărilor profesionale**, în baza Directivei Europene 2005/36/CE.

Notă: Absolvenții ATCCPR din țările UE au obținut încadrările profesionale în psihoterapie în țara în care locuiesc.

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

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

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

CAPITOLUL 1. PREZENTARE GENERALĂ

Activități – etapa 1: formare și dezvoltare personală

(1) Formare de bază – 500 ore în 31 module (2 ani și 9 luni). Cursurile se desfășoară în weekend sâmbătă și duminică (orele 10.00-18.00 și respectiv 10.00-16.00, cu pauză 13.00-14.00). În luna august nu au loc activități. *Cursanții care au echivalări* de ore vor avea o durată mai redusă a formării (vezi mai jos).

Taxe: 115 euro/ lună. Taxa acoperă două activități: **1. modul formare în psihoterapie + 2. modul dezvoltare personală.**

(2) Dezvoltare personală (DP - 250 ore/ 31 module). Orele se desfășoară vineri seara înainte de formarea de bază. Taxa este inclusă în suma contractului precizată mai sus (*cursanții cu echivalări vor achita după modulul final numai taxa de DP= 40 Euro/ modul: activități, ghiduri, materiale*).

Activități – etapa 2:

Supervizare în psihoterapie cognitiv-comportamentală (un an/ 12-15 module desfășurate lunar, în general în weekend). Taxa: 1000 euro pentru tot stagiul (sumă achitată în tranșe lunar).

Formatul de lucru: online sau hibrid (la cerere și în funcție de reglementările CPR).

Durata formării + supervizării: **3 ani și 9 luni** (*se reduce* la cursanții cu echivalări).

Formarea de bază în TCC

A) CURSANȚI standard: durata 2 ani și 9 luni/ 31 module (cursuri, aplicații + ore de examinare).

B) Cursanți cu echivalări:

- **Durata 1 an și 8 luni/ 20 module formare de bază (echivalare 1 an)** – studenții masterului *Terapii cognitiv-comportamentale*, studenții masterului *Psihologia Sănătății – cercetare clinică și optimizare comportamentală* (domeniul Psihologie, Universitatea din București).

C) Alte categorii de echivalări sau reduceri

1) Cursanți care au întrerupt un program de formare în terapie cognitiv-comportamentală avizat de Colegiul Psihologilor din România și doresc să reia formarea în cadrul ATCCPR vor beneficia de echivalări în acord cu criteriile: a. promovează interviul, b. au la dosar documente doveditoare/ adeverință privind orele parcurse/ examenele promovate (tematica și bibliografia), c. întreruperea nu a durat mai mult de 3 ani.

2) **Cetățenii cu domiciliu în Republica Moldova** – beneficiază de reduceri de taxă.

*Note: * Echivalările se aplică în condițiile: a) promovarea disciplinelor de specialitate din programul de master, b) oferta de echivalare are valabilitate în termenul de 4 ani de la data admiterii la master, c) absolvirea programului de master cu diplomă, d) prezența la cursurile de master.*

**** Oferta de reduceri de taxe se aplică unui singur criteriu, la alegere – de ex. cetățenie sau cursant cu echivalări** (nu se pot cumula mai multe criterii de echivalare sau de reducere a taxelor).

Pentru detalii, scrieți pe adresa asociatiatccpr@gmail.com.

*** **OFERTE:** (1) cursanții ATCCPR au prioritate pentru stagiul de **supervizare în psihologie clinică (1 an și 3 luni)**. (2) Toți cursanții programului de formare beneficiază de **cursurile creditate CPR** susținute de ATCCPR (se aplică numai o taxă de diplomă, nu se aplică taxa de curs/ reducere de aprox. 70%).

Programul de dezvoltare personală (DP)

ATCCPR practică un program de dezvoltare personală fundamentat științific și cu suport consistent din practica de specialitate.

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

Se derulează în paralel cu formarea de bază – o dată pe lună, vineri seara (presupune în plus activitatea de analiză personală în regim independent după ghid la fiecare temă de modul).

Mod de lucru: trainerul prezintă tema și ghidul aferent, cursanții parcurg temele de analiză și dezvoltare personală. **Cursanții vor primi ghiduri de lucru pe care le vor utiliza în analiza și dezvoltarea personală. Aceste materiale vor putea fi utilizate și în activitatea ulterioară cu clienții.**

Cine se poate înscrie: 1. cursanții care sunt în programul de formare de bază la ATCCPR, 2. alți psihologi care sunt la formare sau au formarea de bază în psihoterapie la alte asociații (indiferent de orientarea terapeutică), 3. psihologii care au deja o diplomă ce atestă parcurgerea stagiului de dezvoltare personală (au *reducere de taxă pe contact pentru o parte în dorele de DP efectuate/ nu se vor echivala complet deoarece absolventul ATCCPR trebuie să treacă prin programul DP în acord cu standardul ATCCPR*). *Bonus: toate categoriile de cursanți menționate au 70% reducere (se face numai plata diplomei) la cursul de 10 credite - Metodologia analizei și dezvoltării personale.*

Supervizare în psihoterapie cognitiv-comportamentală

Durata minimă: un an / **12-15 module**/ 150 de ore.

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

Cine se poate înscrie: cursanții care au promovat formarea de bază la ATCCPR, alți psihoterapeuți care au terminat formarea la alte asociații cu orientare cognitiv-comportamentală.

Atenție! *În perioada de supervizare (psihoterapie, consiliere psihologică sau psihologie clinică), persoana supervizată trebuie să se asigure că are angajare într-o formă de exercitare a profesiei de psiholog recunoscută de CPR – angajare la o instituție care are structură de psihologie înscrisă la CPR/ sau înființare cabinet individual de psihologie (pentru atestare există condiția de suprapunere min. 1 an a stagiului de supervizare cu perioada de muncă într-o formă de exercitare a profesiei înregistrată la CPR).

CAPITOLUL 2. DURATA formării și TAXE

Repere de calcul: **115 euro/ modul de formare de bază în psihoterapie cognitiv-comportamentală plus modul dezvoltare personală** - activități și materiale). Plata se face lunar – o fracțiune din suma contractuală (se împarte taxa de contract la numărul de module – vezi tabel 1).

Tabelul 1. Contract formare de bază + dezvoltare personală.

Tip cursant	Cursanți - standard	Cursanți 20 module (echivalare 11 module)	Alt categorii de echivalări sau reduceri
Nr. module	31 module formare TCC și 31 module de dezvoltare personală	20 module formare TCC și 31 module de dezvoltare personală	se stabilesc în funcție de situația cursurilor sau de cetățenie cu domiciliu (Rep. Moldova)
Luna de finalizare la termen	septembrie	iulie	
Mod de plată	115 Euro modul/lunar	115 Euro lunar pentru 20 module, ulterior se plătesc numai orele de dezvoltare personală	
Valoare Euro	115x31 (3565 E)	115x20+11 module de dezvoltare personală (2740 E)	
Supervizare	1000 Euro/ <i>stagiu</i> complet (aprox 84 Euro/ modul/lună) sau în funcție de nr. sedințe necesare cursantului).		

Note:

1) În luna august este vacanță/ nu au loc activități;

- 2) Contractul se va stabili în Euro (plata se face în general în RON). *Înainte de intrarea în examenul final scris (solicitat de normele profesionale CPR), cursanții fac dovada încheierii tuturor condițiilor din contract - se verifică situația contabilă și portofoliul cu teme și dovezi de activitate;*
- 3) Conform normelor CPR: din totalul celor 250 de ore de dezvoltare personală, 150 de ore se vor derula obligatoriu înaintea obținerii dreptului de liberă practică pentru treapta de psiholog practicant, în regim de supervizare, în specialitatea/ competența psihoterapie. Diferența de 100 de ore va putea fi parcursă și după obținerea dreptului de liberă practică pentru treapta de psiholog practicant, în regim de supervizare, pe durata supervizării profesionale, fiind o condiție pentru obținerea autonomiei profesionale);
- 5) pentru supervizarea în psihoterapie cognitiv-comportamentală contractul se stabilește pe întreg stagiul.

CAPITOLUL 3. ORGANIZARE

Activități: online/ hibrid/ față în față (*în funcție de reglementările CPR*)

Formarea de bază: un weekend pe lună (sâmbătă: orele 10.00-18.00; duminică: orele 10.00-16.00)

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

*Participanții primesc ghiduri de analiză și dezvoltare personală ce pot fi utilizate în activitatea cu clienții.

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

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

Organizare: minim 11 module (durata minimă 1 an) și teme pentru acasă. Organizarea se va stabili în grupul de supervizare. Se lucrează cu cazurile propuse de supervisor și/sau cazurile propuse de supervizați. Cursanții primesc ghidul de sarcini, lucrează în grup și

individual la cazuri, au întâlniri de supervizare cu formatorii (un weekend pe lună), trimit rapoartele de progres formatorului și primesc feedback.

Cursanți: 1) absolvenți ai programului de formare organizat de ATCCPR; 2) absolvenți ai altor asociații formatoare în terapii cognitiv-comportamentale.

Contact

Pentru cereri de înscriere și CV: asociatiatccpr@gmail.com

ADMITERE

În urma înscrierii pe email, veți fi contactat/ă pentru **interviul de selecție (verificarea cunoștințelor de bază, aspecte privind cariera, aptitudini)**. **Nu se percepe taxă de interviu.** Procedura de comunicare a rezultatului: *candidaților admiși* li se transmite confirmarea pe email în următoarele 2 zile de la momentul interviului.¹

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

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

- Formular GDPR
- Copie act de identitate
- Copii de pe actele de studii (diploma de licență, de master și foile matricole aferente)
- Copii de pe diplome/ certificate, adeverințe care atestă promovarea altor programe de formare, cursuri de specializare sau alte forme de perfecționare profesională (unde este cazul)
- Cerere scrisă de solicitare a echivalării unor ore de formare de bază sau ore de dezvoltare personală, în condițiile în care aplicantul este eligibil pentru echivalare.

¹ Înscrierea în școlile de psihoterapie se face și în perioada următoarelor 3 luni de la începerea programului/ după comunicarea listei cursanților la Colegiul Psihologilor nu se pot face înscrieri.

CAPITOLUL 3

Tematica programului de formare de bază în psihoterapie cognitiv-comportamentală

Tematică generală:

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

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

- Introducere în principiile și serviciile din aria psihoterapiei, elemente de marketing
- Terapia schemelor cognitive disfuncționale
- Evaluarea psihologică în psihoterapie
- Analiza de caz în psihoterapie și în reabilitare (codurile OMS, implicații în evaluare și intervenție: Clasificarea intervențiilor cognitive în acord cu ICD-AM, Clasificarea factorilor care influențează sănătatea = ICD-AM, Clasificarea internațională a funcționării, dizabilității și sănătății/ ICF, Clasificarea internațională a deficiențelor, dizabilităților și handicapurilor/ICIDH)
- Hipnoză clinică și relaxare
- Psihoterapia de grup
- Psihoterapia cognitiv-comportamentală în tulburările depresive
- Terapia tulburărilor anxioase
- Terapia tulburării obsesiv-compulsive
- Terapia tulburărilor de comportament alimentar
- Terapia în tulburările legate de consumul de substanțe și dependențe
- Intervenții terapeutice în tulburările psiho-emoționale la copii și adolescenți
- Intervenția psihologică și terapia ocupațională în tulburările de neurodezvoltare
- Practica în psihologie clinică, consiliere și psihoterapie
- Aplicații cognitiv-comportamentale (focalizate pe contextul profesional și organizații)
- Psihoterapia în tulburările de personalitate
- Intervenții în afecțiunile somatice, psihosomatice, oncologice

- Psihoterapia disfuncțiilor sexuale și problemelor de cuplu
 - Programe de reabilitare cognitivă și comportamentală. Intervenții în tulburările neurocognitive
 - Dezvoltări în psihoterapie
 - Practica în specialitate
- *Examinare finală

CAPITOLUL 4. Cariera în psihoterapie. Libera practică și eligibilitate

- Reglementări: vezi normele metodologice ale Legii privind exercitarea profesiei de psiholog cu drept de liberă practică.
- După finalizarea formării de bază, cursanții pot obține de la CPR atestat de liberă practică în psihoterapie cognitiv-comportamentală, treapta practicant sub supervizare.
- După terminarea supervizării în psihoterapie, cursanții pot obține de la CPR atestat de liberă practică în psihoterapii cognitiv-comportamentale, treapta practicant autonom.

Atenție! Pentru cariera de psihoterapeut există următoarele rute:

2.1. absolvenții de licență în psihologie se pot înscrie imediat după licență la un program de formare de lungă durată în psihoterapie,

2.2 pot intra în formarea de psihoterapie absolvenți ai altor domenii/facultăți decât psihologia, cu condiția completării studiilor de licență. Lista ce prevede aceste categorii trebuie consultată în nomele legale.

2.3. normele actuale prevăd obligativitatea masterului pentru atestarea în psihoterapie **pe treapta autonom** (cursanții care nu au un master cu profil clinic-consiliere psihologică-psihoterapie – pot lua atestarea pentru treapta **psihoterapeut în supervizare**, însă pentru treapta de practicant autonom este necesar un master avizat de Colegiul Psihologilor pentru domeniul clinic – vezi listele/ registrele Colegiului).