

Сертифікатна програма
Трансдіагностичне консультування СЕТА

1. Підготовка консультантів СЕТА

<i>Дисципліна</i>	<i>семестр</i>	<i>/ год. тижд.</i>	<i>/ контроль/</i>	<i>кред. ЄКТС</i>
Кваліфікаційний рівень		Сертифікатна програма		
1. Нормативні дисципліни				
1.1. Тренінг інтервенцій СЕТА	1 (2 тижні)/	40	/ залік	/ 3,0
1.2. Практика роботи з кейсами	2	/ 5	/ залік	/ 5,0
2. Вибіркові дисципліни відсутні				
Кредитів ЄКТС	з нормативних дисциплін			8,0
	Кредитів ЄКТС з вибірових дисциплін			0
	Разом:			Кредитів ЄКТС 8

2. Підготовка супервізорів СЕТА

<i>Дисципліна</i>	<i>семестр</i>	<i>/ год. тижд.</i>	<i>/ контроль/</i>	<i>кред. ЄКТС</i>
Кваліфікаційний рівень		Сертифікатна програма		
1. Нормативні дисципліни				
1.1. Тренінг навичок супервізії в СЕТА	1 (2 тижні)/	25	/ залік	/ 2,0
1.2. Практика супервізування кейсів	2	/ 4	/ залік	/ 5,0
2. Вибіркові дисципліни відсутні				
Кредитів ЄКТС	з нормативних дисциплін			7,0
	Кредитів ЄКТС з вибірових дисциплін			0
	Разом:			Кредитів ЄКТС 7

2. Підготовка тренерів СЕТА

<i>Дисципліна</i>	<i>семестр</i>	<i>/ год. тижд.</i>	<i>/ контроль/</i>	<i>кред. ЄКТС</i>
Кваліфікаційний рівень		Сертифікатна програма		
1. Нормативні дисципліни				
1.1. Тренінг з підготовки тренерів СЕТА	1 (1 тижд.) /	28	/ залік	/ 2,0
1.2. Практична підготовка	4	/ 8	/ залік	/ 12,5
2. Вибіркові дисципліни відсутні				
Кредитів ЄКТС	з нормативних дисциплін			14,5
	Кредитів ЄКТС з вибірових дисциплін			0
	Разом:			Кредитів ЄКТС 7

Завідувач кафедри Олександр

Декан Олександр

Ухвалено радою факультету протокол № 5 від 06.02.24

Голова ради факультету Олександр

Погоджено:

Навчальний відділ Олександр

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «КИЄВО-МОГИЛЯНСЬКА АКАДЕМІЯ»

Схвалено

Вченою радою Національного
університету «Києво-Могилянська
академія»,

Протокол № 7 (засідання 36, п.3)

від 30 травня 2019 р.

Сертифікатна програма

«Трансдіагностичне консультування СЕТА»

Галузь знань:	<u>05 Соціальні та поведінкові науки</u>
Спеціальність:	<u>053 Психологія</u>
Освітній рівень:	Магістр

Програма вводиться в дію
з « 1 » червня ___ 2019 р.

Київ – 2019

Відповідальна кафедра/ підрозділ: кафедра психології та педагогіки; Центр психічного здоров'я

Керівник програми: доцент Чернобровкіна Віра Андріївна

Програма розроблена як результат проєкту "Покращення сервісів з охорони психічного здоров'я для жертв тортур: дослідження ефективності різних форм психологічних інтервенцій серед ветеранів АТО і переселенців в Україні" (2015-2018 рр.), реалізованого за підтримки USAID Блумберзькою школою громадського здоров'я університету Джонса Хопкінса у співпраці з Національним Університетом "Києво-Могилянська Академія".

Мета програми: формування навичок трансдіагностичного терапевтичного підходу на основі спільних елементів (далі - СЕТА), ефективність якого було оцінено та доведено у психотерапії поширених психічних розладів (травми, тривоги, депресії та вживання психоактивних речовин), на рівні консультанта, супервізора та тренера.

Структура програми:

Навчальну програму було розроблено для трьох різних рівнів підготовки – консультанта, супервізора та тренера. Це багаторівнева структура навчання, кожен рівень якої є обов'язковою умовою для подальших рівнів підготовки (наприклад, для того, щоб стати супервізором, спочатку необхідно пройти підготовку та стати сертифікованим СЕТА-консультантом). На кожному рівні передбачаються такі форми навчання, як проходження навчального тренінгу, проведення практичних кейсів під супервізією та самопідготовка. Ці навчальні компоненти будуть лінійними та спираються на отримані з попередніх рівнів підготовки навички. Короткий опис кожного рівня підготовки наведено нижче.

Тривалість програми:

Рівні підготовки:

Консультант (Provider Trainee): 240 академічних годин (8 credits)

Супервізор (Supervisor Trainee): 212 академічних годин (7 кредитів)

Тренер (Trainer Trainee): 434 академічних годин (14,5 credits)

Підготовка консультантів

Загальна кількість навчальних годин складає орієнтовно 240 годин (8 credits) очного навчання. Структура навчальної програми є лінійною і модульною та складається з є:

- 80 годин очного тренінгу (2,7 credits)
- 64 годин супервізії (2,1 credits)
- щонайменше 60 годин безпосередньої роботи з клієнтами (2 credits)
- 36 годин самопідготовки (1,2 credits)

Студенти спочатку прийматимуть участь у **тренінгу**. Це 10-ти денний очний тренінг з підготовки консультантів, який містить дидактику, моделювання, рольові ігри та дискусії з метою опанування базовими навичками / інтервенціями СЕТА. Тренінг додатково включає навчання щодо використання діагностичних форм оцінювання симптомів клієнтів та використання інших даних, необхідних для прийняття клінічних рішень.

Після проходження очного тренінгу для консультантів, студенти систематично отримуватимуть **супервізію** від СЕТА-супервізора. Супервізія включатиме зустрічі раз на тиждень, приблизно 2-3 години з підготовленим СЕТА-супервізором у групі з ще 3-4-ма студентами. Спочатку супервізія полягає у роботі практичних груп, в рамках яких студенти додатково обговорюють та навчаються реалізовувати інтервенції СЕТА. Практичні групи працюватимуть приблизно 8-10 тижнів.

Протягом другої частини курсу студенти матимуть приблизно 60 годин супервізії, пов'язаної із **безпосередньою роботою з клієнтами**. Студенти будуть працювати приблизно із 5-ма клієнтами протягом курсу. Протягом усього цього часу студенти отримуватимуть щотижневу супервізію в групі, протягом 2-3 годин, в рамках якої будуть вчитися реалізації навичок з СЕТА та навичкам прийняттю клінічних рішень. Випадки / кейси включають роботу з клієнтами із депресивними, травматичними, тривожними проблемами та/або проблемами із вживанням психоактивних речовин.

Студенти також займатимуться **самопідготовкою**. Цей процес включатиме щотижневе читання матеріалів та виконання домашнього завдання на етапі роботи у практичних групах. Під час фази, яка передбачає безпосередню роботу з клієнтами, студенти робитимуть щотижневі записи після сесій з клієнтами та заповнюватимуть діагностичні форми оцінювання симптомів клієнтів для відстеження стану клієнта протягом

психотерапії і використовуватимуть їх під час супервізій. Ці записи та форми оцінювання допоможуть вивчати об'єктивну інформацію, пов'язану з динамікою клієнта, , удосконалити навички прийняття клінічних рішень, а також вести необхідну звітну документацію, яка використовується у практиці надання психотерапії СЕТА.

Підготовка супервізорів

Окремі студенти, які успішно пройшли підготовку консультантів, будуть запрошені до участі у тренінгу з підготовки супервізорів. Загальна кількість навчальних годин скрадатиме приблизно 212 (7 credits) годин очної підготовки. Структура навчальної програми є лінійною та модульною та складається з:

- 40 годин очного тренінгу (1,3 credits)
- 64 годин супервізії (2,1 credits)
- 84 годин самопідготовки (2,8 credits)
- 12-24 годин безпосередньої роботи із клієнтами (0,4 credits)

Спочатку студенти братимуть участь в **очних тренінгах**. Це 2,5-денний тренінг з підготовки супервізорів, який включає дидактику, моделювання, рольові ігри та дискусії для опанування технік супервізування в рамках СЕТА. Це додатково включає в себе навчання компонентів СЕТА та прийняття клінічних рішень для більш глибокого розуміння застосування СЕТА.

Після тренінгу з підготовки супервізорів, студенти отримують постійну **супервізію** від СЕТА-тренера . Супервізія передбачає щотижневий телефонний або Skype дзвінок протягом приблизно 2-3 годин із підготовленим СЕТА-тренером. Супервізійні дзвінки забезпечать додатковий зворотній зв'язок та підтримку навичок супервізора, а також контроль за веденням студентами, які навчаються на СЕТА-консультантів, клінічних кейсів.

Студенти також займатимуться **самопідготовкою**. Це включатиме щотижнєве супервізування групи СЕТА-консультантів (4-5 осіб), перегляд клінічних записів консультантів щодо роботи з клієнтами та оновлення інформації для СЕТА-тренера, що передбачає надання щотижневих записів роботи супервізійних груп для подальшого

обговорення їх під час супервізії з тренером. Ці заходи сприятимуть удосконаленню навичок СЕТА-супервізорів.

Протягом цього часу студенти, які навчаються на рівні «супервізор», безпосередньо **працюватимуть із клієнтами**. Вони будуть зобов'язані вести щонайменше 1-2 клієнтів або проводити 12-24 години безпосередньої індивідуальної клінічної роботи. Це буде покращувати клінічні знання студентів та застосування СЕТА для цілого ряду клієнтів.

Підготовка тренерів

Окремі студенти, які успішно пройшли підготовку супервізорів, будуть запрошені до участі у тренінгу з підготовки тренерів. Загальна кількість навчальних годин скрадатиме приблизно 434 (14,5 credits) години очної підготовки. Структура навчальної програми є лінійною та модульною та складається з:

- 48 годин очного тренінгу (1,6 credits)
- 218 годин супервізії (7,3 credits)
- 168 годин самопідготовки (5,6 credits)

Спочатку студенти братимуть участь в **очних тренінгах**. Це 6-денний тренінг з підготовки тренерів, який включає дидактику, моделювання, рольові ігри та дискусії для опанування навчальних протоколів, навичок та методів. На додаток, цей процес включає навчання в здійсненні нагляду за СЕТА-супервізорами та супервізійними групами.

Після тренінгу з підготовки тренерів, студенти отримують постійну супервізію від досвідченого СЕТА-тренера. Супервізія включатиме проведення тренінгу в якості ко-тренерів для нових консультантів та тренінгу з підготовки супервізорів разом із досвідченим СЕТА-тренером та проведення щонайменше одного тренінгу з підготовки консультантів та тренінгу з підготовки супервізорів під особистою супервізією досвідченого СЕТА-тренера. Супервізія також додатково включатиме щотижневий телефонний/Skype дзвінок, тривалістю приблизно 2-3 години з досвідченим СЕТА-тренером. Супервізійні дзвінки надаватимуть підтримку у підготовці та проведенні тренінгів з підготовки консультантів та супервізорів, а також сприятимуть розвитку тренерських навичок (наприклад, у роботі з супервізорами тощо).

Студенти також займатимуться **самопідготовкою**. Це включатиме щотижневі дзвінки з приблизно трьома СЕТА-супервізорами та здійснення нагляду за їхніми супервізійними групами. Тренери будуть переглядати клінічні записи консультантів щодо роботи з клієнтами та робити записи тренерів. Ця діяльність допоможе навчитися відслідковувати клінічні випадки/кейси, та навчитися контролювати навички супервізора, звітувати про проблеми області чи проблеми досвідченому тренеру.

Навчальний план з підготовки консультантів

Тематичний план підготовки СЕТА-консультантів

№	Назва теми	Кількість годин			
		всього	Лекцій	практичних занять	самостійна та індивідуальна робота
Тренінг: Інтервенції СЕТА					
1	Вступ: СЕТА як терапевтичний підхід	2	2		
2	Заохочення клієнта до участі та Вступ до терапії	4		4	
3	Інтервенції з когнітивної реконструкції: Думати по-іншому - Частина I і Частина II	17		16	1
4	Інтервенції з психотерапії травми: Обговорення важких спогадів	11		10	1
5	Інтервенції з психотерапії депресії: Відновлення активності	9		8	1
6	Інтервенції зі Зменшення вживання хімічних речовин	11		10	1
7	Інтервенції з Розв'язання проблем	5		4	1
8	Інтервенції зі зниження напруги: Релаксація	3		2	1
9	Інтервенції з психотерапії клієнтів з ризиком суїциду та гоміциду: Безпека	7		6	1
10	Інтервенції з психотерапії тривожного розладу: Життєва експозиція	5		4	1
11	Завершення терапії: Заключні кроки	5		4	1
12	Прийняття клінічних рішень	11		10	1
	Разом	90	2	78	10
Практична підготовка					
13	Ведення практичних кейсів (робота з клієнтами)				60

14	Щотижнева супервізія практичних кейсів			64	
15	Самопідготовка				26
	Разом	240	2	142	96

Очний тренінг з підготовки консультантів

Мета: Студенти беруть участь у 10-денному тренінгу з метою вивчення компонентів СЕТА (перелік компонентів наведено нижче) та використання діагностичних клінічних оцінювань для подальшого напрямку психотерапії та прийняття клінічних рішень.

Зміст: СЕТА - це ключовий набір загальних елементів, які визнано ефективними та широко поширеними в інших науково-обґрунтованих практиках, які лікують спільні психічні проблеми. Під час підготовки студенти вивчатимуть зміст та практикуватимуть використання цих елементів. Елементи включають в себе: Вступ та Заохочення участі (залучення), Думати по-іншому Частина I та II (когнітивний копінг та зміна системи поведінки), Обговорення важких спогадів (уявна експозиція), Життєва експозиція (in vivo exposure), Відновлення активності (активація поведінки), Релаксація, Розв'язання проблем, Безпека, використання когнітивно-поведінкової терапії щодо зменшення вживання хімічних речовин. Студенти вивчатимуть ключові, міждисциплінарні когнітивно-поведінкові стратегії, які включені в ці елементи. До них відносяться: а) щотижневий моніторинг симптомів (тобто, допомога на базі вимірювання), б) «Що» (наприклад, опис елемента) та «Навіщо» (наприклад, обґрунтування); в) практика під час сесій, кероване використання елементів (моделювання, рольові ігри); г) щотижнєве домашнє завдання, огляд та вирішення проблем з метою усунення бар'єрів. Кожен елемент має опис послідовності «кроків», які можуть використовуватися консультантом для практики та підготовки перед та після сесії (prepare prior to sessions and as in-session provider guides). Студенти також навчаються проводити початкове оцінювання та щотижнєву форму моніторингу для визначення напрямку лікування та прийняття клінічних рішень (перелік необхідних елементів терапії, їхніх «доз» та послідовності).

Теми тренінгу:

- Заохочення участі та Вступ: Люди мають різний попередній досвід терапії та їх наявні проблеми можуть бути різними. Важливо, щоб клієнти дізналися більше про терапію СЕТА та як вона може допомогти їм у вирішенні проблем. Цей компонент

сфокусований на заохоченні участі клієнта у терапії та збору більшої кількості інформації щодо наявних симптомів, з метою визначення напрямів лікування/терапії. Під час опрацювання компоненту Заохоченні участі, студенти навчатимуться заохочувати клієнтів до участі, з метою попередження проблем з відвідуванням сесій та участю в терапії. Зокрема, студенти навчатимуться крокам нормалізації проблем психічного здоров'я, надання інформації про терапію СЕТА (наприклад, у вирішенні яких саме проблем вона допомагає, скільки часу займає і т.п), з'ясувати проблеми клієнтів з безперервним відвідуванням терапевтичних сесій та обговорювати шляхи вирішення проблем, пов'язаних з відвідуванням терапевтичних сесій. Під час вивчення Вступу студенти навчатимуться збирати важливу інформацію про клінічні симптоми та проблеми клієнтів, необхідну для прийняття рішень щодо основного напрямку лікування (наприклад, депресія є основною), показувати клієнтам зв'язок елементів СЕТА з цими симптомами чи проблемними сферами, надавати інформацію про зміст програми кожному конкретному клієнту (тобто опис компонентів, за якими, найімовірніше, будуватиметься курс терапії), пояснювати важливість систематичних зустрічей з консультантом (кожного тижня), використовуючи аналогію або особистий досвід клієнта, а також в подальшому заохочувати клієнта до участі, вселяючи надію на зміни.

- Думати по-іншому Частини I і Частини II: від непродуктивних думок люди можуть почуватися більш сумними, стурбованими чи безнадійними та дуже часто ці думки можуть викликати непродуктивні почуття та призводити до непродуктивної поведінки. Вони можуть бути пов'язані з конкретним досвідом (наприклад, травма) чи із повсякденними життєвими ситуаціями (наприклад, депресія). Цей компонент зосереджений на тому, щоб допомогти клієнтам змінити непродуктивні думки, які впливають на почуття та поведінку. Під час опрацювання Частини I Думати по-іншому студенти дізнаються, як навчити клієнтів **розрізняти** думки, почуття та поведінку, **встановлювати зв'язок** між тим, як думки, почуття та поведінка впливають одне на одне, і **змінювати** думки, щоб почуватися краще, коли не можна змінити ситуацію (когнітивний копінг). Під час опрацювання Частини II Думати по-іншому студенти вивчатимуть, як допомагати клієнтам визначати та взяти під сумнів

непродуктивні шаблони власного мислення, навчаючи клієнтів використовувати спеціальні інструменти, щоб знайти більш продуктивні способи мислення (зміна системи поведінки). Ці техніки, як правило, використовуються для зміни неправильних або неприйнятних думок (наприклад, якщо клієнт вважає, що травмуюча подія «була моєю помилкою»), що призводить до непродуктивних почуттів та поведінки.

- **Обговорення важких спогадів:** у людей, які переживають травмуючі події, або такі події, які були дуже страшними, пов'язаними з насильством чи небезпекою (наприклад, війна, тортури), можуть розвинутися симптоми травматичного стресу (наприклад, нав'язливий спогад про подію, уникання місць, людей та видів діяльності, які нагадують про травмуючу подію). Ці симптоми можуть призвести до значного дистресу в житті людини, а також викликати труднощі з повсякденним функціонуванням. Цей компонент зосереджується на використанні поступової експозиції до травмуючої події, щоб зменшити симптоми травматичного стресу. Під час опрацювання компоненту Обговорення важких спогадів студенти дізнаються, як допомагати клієнтам поступово повертатися обличчям до спогадів про травмуючі події - до тих пір, поки спогади почнуть викликати менше дистресу, бажання уникнути їх та фізіологічної симптоматики. Зокрема, студенти вивчатимуть, як допомогти клієнту поступово й детально розповісти свою історію(і) травматичного досвіду, додаючи деталі, думки та почуття протягом усієї історії, а також визначити непродуктивні думки, пов'язані з травматичним досвідом, які, можливо, необхідно буде змінити для покращення функціонування.
- **Відновлення активності:** Багато людей, які переживають депресію чи інші проблеми, пов'язані з психічним здоров'ям, часто ізольовані від людей і діяльності, які приносять їм задоволення чи радість. Для деяких клієнтів змінити поведінку легше, аніж змінити думки, тому для них цей метод є цінним. Цей компонент зосереджений на зміні поведінки - від відмови від дій (поширений симптом депресії) до залучення до діяльності, що може покращити їх настрій / почуття та думки. Під час вивчення елемента Відновлення активності студенти навчатимуться допомагати залучати клієнтів до діяльності, що приносить їм задоволення, радість, відчуття корисності, дієвості для покращення їх настрою. Зокрема, студенти навчатимуться

допомагати клієнтам визначати та здійснювати відповідну діяльність у повсякденному житті, щоб клієнт міг почуватися краще.

- **Зменшення вживання хімічних речовин:** Люди можуть надпомірно вживати (зловживати) алкоголь чи інші хімічні речовини через стрес, почуття смутку чи симптоми, пов'язані з травмуючим досвідом. Таке непомірне зловживання речовинами може відобразитися на повсякденному функціонуванні (наприклад, пропуски роботи, конфлікти в сім'ї) та/або викликати іншу неадаптивна поведінка (maladaptive behaviors). Цей компонент зосереджується на поступовому зниженні вживання алкогольних чи наркотичних речовин для зменшення неадаптивна поведінки, пов'язаної із вживанням речовин та для покращення повсякденного функціонування. Під час опрацювання компоненту Вживання хімічних речовин студенти дізнаються, як мотивувати клієнтів до зменшення вживання алкогольних чи наркотичних речовин, а також як допомогти клієнтам визначати реалістичну мету щодо зменшення вживання. Зокрема, студенти навчатимуться збирати інформацію про паттерни поведінки клієнтів та причини вживання, допомагати клієнтам усвідомити і визнати негативні наслідки вживання, мотивувати клієнтів до змін, допомагати клієнтам встановлювати реалістичні щотижневі цілі щодо зменшення вживання та навчати клієнтів навичкам, які допоможуть їм досягти цих цілей. навчатимуться
- **Розв'язання проблем:** Проблеми можуть здаватися величезними, неможливими для вирішення, та можуть викликати почуття розчарування, стресу, смутку, та/або безнадійності. Цей компонент зосереджений на тому, щоб допомогти клієнтам навчитися крокам розв'язання проблеми, допомогти їм відчувати контроль над речами, що відбуваються в їхньому житті та працювати із непродуктивними думками. Під час опрацювання компоненту Розв'язання проблем студенти навчатимуться допомагати клієнтам розв'язувати повсякденні проблеми. Зокрема, студенти вивчатимуть, як навчати клієнтів крокам розв'язання проблем, потренуються визначати реальні життєвої проблеми клієнта та способи оцінки реалістичності мети, яку клієнт обирає, та навчать клієнтів застосувати це вміння для вирішення проблем у власному житті.

- **Релаксація:** Переживання смутку, страху чи хвилювань може викликати відчуття стресу в тілі. Деякі люди відчувають, що серце б'ється швидше, головний біль, чи дискомфорт в шлунку через стрес. Цей компонент зосереджений на тому, щоб допомогти клієнтам навчитися зменшувати цю тілесну напругу чи стрес. Під час опрацювання компоненту Релаксація, студенти вивчатимуть, як навчати клієнтів простим вправам, які розслабляють тіло, надаючи можливість сфокусуватися на інших запланованих на цей день завданнях. Зокрема, студенти вивчатимуть, як навчати клієнтів технікам глибокого дихання, візуалізації та прогресивній м'язовій релаксації, щоб справлятися зі стресом.
- **Безпека:** Люди, які переживають симптоми страху, смутку чи стурбованість, можуть мати занепокоєння щодо безпеки, включаючи самогубчі наміри, наміри заподіяння шкоди іншим, недоцільну надмірно-ризикову поведінку, мати досвід / бути жертвою фізичного або сексуального насилля вдома чи в громаді. Цей компонент зосереджений на зниженні ризику безпеки клієнта. Під час опрацювання компоненту Безпека студенти вивчатимуть, як оцінювати ризик, працювати разом із клієнтом над розробкою короткого, детального плану безпеки, який клієнт зможе використовувати перед або під час криз, що загрожують безпеці; або, якщо клієнт піддається безпосередньому ризику, студенти навчатимуться, коли і яким чином направляти / перенаправляти клієнтів для надання спеціалізованої допомоги на вищому рівні.
- **Життєва експозиція:** Місця, люди, ситуації чи тварини можуть асоціюватися зі страхом чи тривогою, та призводити до того, що людина починає сприймати ці речі як небезпечні (навіть якщо місця, тварини або речі об'єктивно не є небезпечними). Тоді клієнти уникають цих речей, щоб почуватися краще, проте уникнення цих речей може мати негативний вплив на життя клієнта, наприклад, ускладнювати виконання клієнтом повсякденних завдань та заважати відчувати себе спокійно. Під час опрацювання компоненту Життєва експозиція, студенти допоможуть клієнтам поступово повертатися обличчям до речей, яких вони уникають, щоб вони навчилися усвідомлювати, що можуть знаходитися навколо цих речей і керувати своїми почуттями. Зокрема, студенти навчатимуться допомагати клієнтам поступово контактувати з речами, яких вони побоювалися, зменшувати уникання цих місць та

речей, що може суттєво полегшити життя клієнтів, а також допоможе їм усвідомлювати, що вони можуть почуватися краще та впевненіше, повертаючись обличчям до своїх страхів, а не уникаючи їх.

- **Заключні кроки:** Навіть після отримання ефективної допомоги з метою покращення психічного здоров'я, типово і нормально для людей відчувати повторну появу симптомів. Цей компонент зосереджений на перегляді досягнень та цілей терапії. Під час опрацювання компоненту Заключні кроки, студенти навчатимуться, як допомогти клієнтам визначати досягнення терапії, повторювати свої навички та планувати процес вирішення майбутніх проблем. Зокрема, студенти навчатимуться допомогти клієнтам підсумовувати, чому вони навчились упродовж терапії, визначати потенційні проблеми чи симптоми в майбутньому, а також - визначати, які навички, засвоені під час терапії, вони можуть використовувати для розв'язання як конкретних, так і більш широких проблем, або для подолання будь-яких рецидивів симптомів.
- **Прийняття клінічних рішень:** Дуже часто у людей присутній більше ніж один тип симптомів (наприклад, депресивні та тривожні симптоми), та/або їх симптоми змінюються/коливаються впродовж лікування. Прийняття клінічних рішень важливе для визначення використовуваних компонентів, а також порядку та дозування компонентів. Під час опрацювання Прийняття клінічних рішень студенти навчатимуться елементам і послідовності для кожної основної спільної проблеми психічного здоров'я (наприклад, депресії, травми, тривоги, вживання речовин та поведінкових проблем для молоді), як оцінювати і розуміти первинні проблему(и), і як оцінювати випадки, щоб обрати та упорядкувати елементи для лікування симптомів клієнта. Це дозволяє студентам навчитися будувати лікування за конкретною симптоматикою, а також враховуючи коморбідність та динаміку симптомів протягом лікування.

Методи: Студенти пройдуть 10-денний очний тренінг. Тренінг включає дидактичний матеріал, моделювання навичок, групові рольові ігри та дискусії з метою опанування посібника СЕТА. Окрім того, студенти прийматимуть участь у діяльності, яка називається «сортування карток», відповідно до якої тренери зачитують коротку (3-5-речень) віньєтку, і студентам буде запропоновано обрати і упорядкувати елементи

відповідно до первинної проблеми. Під час цього завдання студенти працюватимуть у невеликих групах та повинні будуть обґрунтувати обраний порядок елементів тренеру. У процесі цього тренери безпосередньо тренують студентів мислити на основі врахування основних видів даних «data points of information», які зазначаються у віньєтці (наприклад, бали оцінювання, розповідь клієнта, консультація супервізора), для визначення послідовності та кількості елементів терапії СЕТА. Студенти отримують відгуки та вказівки від тренерів протягом усього навчання, щоб переконатися у правильності розуміння та засвоєнні навичок. Студентам призначатиметься щотижневе домашнє завдання для відпрацювання навичок та для ознайомлення із матеріалами наступних навчальних днів.

Супервізія консультантів

Мета: Після проходження 10-денного тренінгу, студенти прийматимуть участь у постійній груповій супервізії для того, щоб збільшити навички та знання щодо впровадження СЕТА.

Зміст: Групова супервізія дає можливість попрактикувати та в подальшому розвивати навички в структурованих умовах. Студенти зустрічатимуться для групової супервізії із супервізором та 3-4-ма іншими студентами, протягом приблизно 2-3 годин, один раз на тиждень. Супервізія буде проводитися у два етапи: практична програма та практичні кейси.

Темі супервізії:

- **Практичні групи:** Практичні групи будуть зосереджені на розгляді матеріалів, охоплених в 10-ти денному навчанні з підготовки консультантів, для подальшої практики їхніх навичок та підвищення розуміння компонентів СЕТА до початку роботи з клієнтами, протягом 8-10-ти тижнів. Це включатиме перегляд кроків, обговорення впровадження та рольових ігор з кожним компонентом в межах супервізійної групи. Супервізори надаватимуть свої відгуки впродовж рольових ігор для сприяння додаткового навчання.
- **Практичні кейси:** Консультанти будуть впроваджувати СЕТА щонайменше із п'ятьма клієнтами під наглядом СЕТА-супервізора. Робота супервізійної групи буде зосереджена на перегляді змісту кожної сесії, перевірці навичок реалізації СЕТА та на перегляді прийняття клінічних рішень. Консультанти навчатимуться

реалізувати СЕТА на належному рівні точності в рамках власних практичних кейсів, а також вивчатимуть теорію СЕТА, слухаючи та сприяючи розгляду кейсів інших членів групи.

Методи: Студенти прийматимуть участь у груповій супервізії впродовж всього курсу. Групова супервізія використовує керовану дискусію та рольові ігри, з метою подальшого вивчення впровадження СЕТА та засвоєння вмінь прийняття клінічних рішень. Студенти отримують зворотній зв'язок та рекомендації від супервізора протягом усього перебігу навчання та всіх етапів практики для забезпечення належного впровадження СЕТА. Студентам призначатиметься щотижневе домашнє завдання - прочитати зміст для практичної супервізійної групи, а також навчатися вести записи про об'єктивну інформацію, отриману під час сесій.

Самопідготовка консультантів: Студенти займатимуться самопідготовкою, для посилення свого досвіду, після 10-ти денного навчання та супервізійного досвіду, для більш глибокого розуміння та впровадження СЕТА.

Зміст: Студенти займатимуться щотижневим читанням протягом очного тренінгу та практичних груп для більш глибокого розуміння компонентів СЕТА. По завершенню практичних груп, студенти будуть додатково оцінювати щотижневі форми моніторингу та складати щотижневі клінічні нотатки для подальшого ведення клінічної звітності та розвитку вмінь щодо прийняття клінічних рішень.

Безпосередня робота консультанта із клієнтом

Мета: Студенти працюватимуть із клінічними кейсами / випадками для практики впровадження СЕТА та навичок прийняття клінічних рішень.

Зміст: Студенти працюватимуть щонайменше із 5-ма СЕТА-клієнтами, щоб попрактикувати реалізацію навичок СЕТА. Зустріч / сесія із клієнтом триватиме 60-90 хвилин, 1 раз на тиждень, протягом приблизно 8-12 тижнів. Зміст цих сесій буде переглядатися під час групових супервізійних зустрічей для того, щоб студенти могли отримувати коментарі щодо впровадження СЕТА.

Навчальний план з підготовки супервізорів

Тематичний план підготовки СЕТА-супервізорів

№	Назва теми	Кількість годин			
		всього	Лекцій	практичних занять	самостійна та індивідуальна робота
Очний тренінг з підготовки супервізорів					
1	Модель наставництва	2	2		
2	Роль супервізора	2	2		
3	Призначення супервізії	2	2		
4	Методи супервізії	12		12	
5	Огляд компонентів СЕТА	14		8	6
6	Навички прийняття клінічних рішень	10		8	2
7	Ведення клінічних записів	8		6	2
	Разом	50	6	34	10
Практична підготовка					
8	Ведення практичних кейсів (робота з клієнтами)	24			24
9	Щотижневе ведення супервізійної групи та супервізія супервізорів	64		64	
10	Самопідготовка	74			74
	Разом	212	6	98	108

Очний тренінг з підготовки супервізорів

Мета: студенти візьмуть участь у навчальному тренінгу, що триватиме 2,5 дні, з метою опанування навичок супервізування в рамках СЕТА (наведено нижче).

Зміст: СЕТА базується на моделі наставництва (apprenticeship model), яка включає координоване подальше навчання між супервізором та групою консультантів, та між супервізором та тренером СЕТА. Ця модель дозволяє розвивати вміння, максимально

збільшуючи продуктивність. Навчальні тренінги СЕТА включають теми, пов'язані із супервізуванням груп консультантів задля забезпечення безперервного навчання і засвоєння та точності щодо надання послуг СЕТА попередньо підготовленими консультантами. Наведені нижче теми супервізії включають: огляд моделі наставництва, роль супервізорів, методи супервізії, як призначати та керувати супервізійними групами, а також більш поглиблене розуміння елементів СЕТА та прийяття клінічних рішень.

Теми тренінгу:

- **Модель наставництва/Apprenticeship Model:** Студенти навчатимуться, яким чином ефективно приймати участь у багаторівневій підготовці згідно із запропонованою моделлю, що дозволяє студентам розвивати навички супервізування в рамках СЕТА, забезпечуючи їх знаннями та відгуками в процесі навчання.
- **Роль супервізорів:** Студенти дізнаються про роль супервізорів та відповідні обов'язки в рамках цієї ролі. Деталі та очікування щодо подальшого навчання будуть надаватися впродовж та після тренінгу з підготовки супервізорів.
- **Призначення супервізії:** Студенти навчатимуться, як призначати та керувати супервізійною групою, включаючи покращення та зміцнення навичок СЕТА завдяки паралельному процесу, а також конкретним методам аналізу кейсів / випадків для посилення навчання.
- **Методи супервізії:** Студенти навчатимуться методам, що сприятимуть безперервному навчанню та впровадженню СЕТА із консультантами, включаючи рольові ігри, саморозкриття, детальні нотатки, об'єктивну звітність, а також навчатимуться працювати із різними питаннями чи зауваженнями від консультантів.
- **Огляд компонентів СЕТА:** Студенти отримують додаткову інформацію про СЕТА, щоб покращити розуміння та використання компонентів, включаючи посилене навчання щодо безпеки. Це дозволить студентам надавати більш якісну супервізію молодим консультантам.
- **Навички прийяття клінічних рішень:** Студенти отримують додаткову інформацію та практику з прийяття клінічних рішень, включаючи огляд клінічних форм та поглиблений тренінг з використання видів даних (data points) задля

визначення порядку та дозування компонентів. Це дозволить студентам провести додаткове навчання для консультантів щодо процесу прийняття клінічних рішень, а також надавати відгуки стосовно практичних кейсів.

- **Ведення клінічних записів/Clinical Record Keeping:** Студенти навчатимуться робити записи під час супервізій та заповнювати їх в клінічні бази даних, де міститься інформація про клієнтів задля відстеження навичок впровадження СЕТА у консультантів та фіксації клінічної інформації з практичних кейсів (practice case clinical data). Ці записи та бази даних допоможуть студентам навчитися використовувати об'єктивну інформацію, щоб направляти консультантів та практикувати прийняття рішень щодо окремих кейсів.

Методи: Очний тренінг включає дидактичний матеріал, моделювання навичок, рольові ігри та дискусії задля опанування навичок супервізування в рамках СЕТА. Студенти отримуватимуть відгуки та вказівки від тренерів впродовж усього навчання, щоб забезпечити розуміння та засвоєння навичок. Студентам призначатимуться щотижневі домашні завдання для відпрацювання навичок, а також ознайомлення із матеріалами наступних навчальних днів.

Супервізія для супервізорів

Мета: Студенти прийматимуть участь у безперервній супервізії для супервізорів із призначеним СЕТА-тренером, щоб покращити свої навички супервізування в рамках СЕТА.

Зміст: Студенти прийматимуть участь в щотижневій супервізії із СЕТА-тренером протягом 2-3 годин для того, щоб практикувати та набувати навички супервізування.

Темати супервізії:

- Супервізори вивчатимуть, як призначати та ефективно керувати супервізійними групами СЕТА
- Супервізори навчатимуться, як надавати об'єктивну звітність щодо консультантів та кейсів, а також ефективно передавати клінічну інформацію в стислому та лаконічному форматі.
- Супервізори вивчатимуть, як використовувати методи супервізування з використанням рольових ігор, саморозкриття та заохочення.

- Супервізори навчатимуться, як в подальшому розвивати клінічні навички впровадження СЕТА та адаптувати СЕТА до складних коморбідних випадків.

Методи: Під час супервізування супервізорів використовуються рольові ігри для подальшого опанування навичок супервізування в рамках СЕТА та більш глибокого розуміння впровадження СЕТА-компонентів. Студенти отримуватимуть відгуки та вказівки від СЕТА-тренерів впродовж усього періоду ведення студентом супервізійних групових зустрічей СЕТА.

Самопідготовка супервізорів:

Мета: Студенти займатимуться самопідготовкою для посилення свого досвіду після проходження тренінгу та отримання власного супервізійного досвіду з метою подальшого розвитку супервізійних навичок.

Зміст: Студенти проводитимуть щотижневі групові супервізійні зустрічі протягом 2-3 годин із 4-5 консультантами задля відпрацювання супервізійних навичок в рамках СЕТА. Додатково студенти будуть робити щотижневі клінічні записи та заповнювати їх в клінічні бази даних з метою подальшого розвитку навичок клінічного звітування та навичок прийняття клінічних рішень.

Навчальний план з підготовки тренерів

Тематичний план підготовки СЕТА-тренера

№	Назва теми	Кількість годин			
		всього	Лекцій	практичних занять	самостійна та індивідуальна робота
Тренінг з підготовки тренерів					
1	Вступ: СЕТА як система навчання консультантів, супервізорів та тренерів		2		
2	Навички фасилітації: базові навички СЕТА-тренера			2	
3	Організація та проведення тренінгу з підготовки консультантів: послідовність тренерських кроків у навчанні СЕТА-консультантів			4	4
4	Навчання консультантів компонентам СЕТА			24	6

5	Навчання консультантів прийняттю клінічних рішень			8	
6	Організація та проведення тренінгу для супервізорів			8	
	Разом	58	2	46	10
Практична підготовка					
7	Щотижневе супервізування супервізорів			64	
	Супервізія тренера: Співпраця з організаціями задля організації СЕТА-тренінгів			34	
	Супервізія тренера: Розробка навчальних планів, проведення навчання в якості ко-тренера і тренера			60	
	Супервізія тренера: зворотний зв'язок організації у процесі навчання, підготовка матеріалів для супервізійних груп, планування регулярних дзвінків із СЕТА-супервізорами			60	
8	Самопідготовка				158
	Разом	434	2	264	168

Тренінг з підготовки тренерів

Мета: Студенти прийматимуть участь у 6-ти денному очному тренінгу задля вивчення протоколів проведення тренінгів з СЕТА (learning CETA training protocols), навичок та методів, а також підготовки щодо здійснення нагляду за СЕТА-супервізорами та супервізійними групами (теми наведено нижче).

Зміст: Відповідно до моделі наставництва, очний тренінг з підготовки тренерів є першим етапом навчального процесу. Протягом цих 6-ти днів студенти розглянуть основні навички фасилітації, обговорюватимуть, як підготуватися до тренінгу, включаючи розробку та адаптацію всіх навчальних матеріалів із прикладами; попрактикують поетапний процес проведення тренінгу з підготовки консультантів та супервізорів, включаючи безперервну практику навчання кожному компоненту та прийняття клінічних рішень; розроблятимуть систему моніторингу за прогресом консультанта та супервізора; навчатимуться продумувати / створювати запитання для «сортування карток» та організації цього процесу загалом; а також навчатимуться, як організувати супервізію для супервізорів та

розглянуть особливості підтримки нових супервізорів під час групової практичної роботи та роботи із практичними кейсами.

Теми тренінгу:

- **Навички фасилітації:** Студенти навчатимуться спеціальним навичкам, необхідними для координування та реалізації тренінгу з підготовки консультантів та супервізорів. Завдання тренінгу включають визначення ключових напрямів фасилітації, таких як організація, залучення та спілкування. Тренери будуть працювати з кожним студентом індивідуально, щоб вдосконалити набір навичок кожного, надаючи зворотній зв'язок / відгуки впродовж тривалості усього тренінгу з підготовки тренерів.
- **Організація та проведення тренінгу з підготовки консультантів/Setting up and running CETA counselor training:** Студенти дізнаються про керівні принципи щодо залучення та проведення тренінгів із зацікавленими організаціями. Це включає: організаційну участь (organizational engagement), закупівлю та матеріально-технічне забезпечення, а також логістику до і впродовж усього тренінгу. Після цього студенти пройдуть поетапний процес, щоб дізнатися, як навчати консультантів кожному СЕТА-компоненту. Під час тренінгу студенти навчатимуться розробляти навчальні графіки та щоденні навчальні плани для кожного СЕТА-компоненту. Студенти також навчатимуться проводити моніторинг та контролювати прогрес консультанта, організовувати невеликі групи, проводити низку цілеспрямованих заходів та активацій (energizers), а також відповідати на запитання майбутніх консультантів.
- **Організація та проведення тренінгу для супервізорів/Setting up and running CETA supervisor training:** Ця тема включатиме огляд процесу, який використовується для відбору супервізорів, поглиблений огляд усіх матеріалів, що стосуються підготовки супервізорів, обговорення графіку тренінгу з підготовки супервізорів та практику розробки щоденних навчальних планів для тренінгу з підготовки супервізорів. Студенти також дізнаються, як навчати супервізорів використовувати клінічну базу даних та форми моніторингу, а також допомагати супервізорам організовувати групи після проходження підготовки. На додаток, студенти отримають інструктаж щодо того, як формувати практичні групові

програми та як проводити щотижневі супервізії для супервізорів впродовж усіх етапів практики консультантів та пілотних етапів.

Методи: Подібним чином, що й очне навчання з підготовки консультантів та супервізорів, навчання з підготовки тренерів включає дидактичний матеріал, моделювання навичок, рольові ігри та дискусії задля опанування навичок СЕТА-тренера. Під час тренінгу студенти отримують відгуки та вказівки від тренерів.

Супервізія для тренерів

Мета: Після проходження очного 6-ти денного тренінгу з підготовки тренерів, студенти прийматимуть участь в безперервній супервізії для тренерів, щоб навчитися співпрацювати з організацією для подальшого проведення очного навчання; розвивати і надалі свої навички проведення очних тренінгів, навчитися, як підтримувати постійну співпрацю з організаціями, а також здійснювати моніторинг супервізійних груп, щоб забезпечити точність та відповідність щодо СЕТА моделі.

Зміст: Студенти прийматимуть участь у щотижневій супервізії протягом 2-3 годин із досвідченим СЕТА-тренером задля практики та подальшого вдосконалення супервізійних навичок в рамках СЕТА.

Теми супервізії:

- Тренери навчатимуться співпрацювати з організаціями, щоб організувати СЕТА-тренінги. Це включатиме обговорення з організацією очікувань та критеріїв, призначення дат та погодження часових рамок проведення тренінгів, знаходження місця проведення тренінгу, розподіл та підготовку навчальних матеріалів, а також створення графіку навчання та інших документів, якщо потрібно.
- Тренери навчатимуться проводити тренінги в рамках СЕТА. Це включатиме розробку навчальних планів та рольових ігор, проведення навчання в якості ко-тренера із досвідченим СЕТА-тренером, а також спостереження та відгуки по завершенню очного тренінгу, проведеного вже без додаткової допомоги.
- Тренери будуть навчатися надавати зворотній зв'язок організації у процесі навчання, організовувати всі матеріали для супервізійних груп, планувати регулярні дзвінки із СЕТА-супервізорами, оновлювати навчальний матеріал по мірі необхідності та здійснювати моніторинг точності щодо методів СЕТА зі сторони організації,

супервізорів/консультантів. (and monitor organizational and supervisor/provider fidelity to CETA.)

Методи: Під час супервізування тренерів використовуються дискусія, завдання із відгуками та рольові ігри для подальшого опанування навичок CETA-тренерів та для поглибленого розуміння реалізації CETA. Студенти отримуватимуть відгуки та вказівки від досвідченого CETA-тренера протягом всього часу, коли студент є CETA-тренером в процесі навчання.

Самопідготовка тренерів

Мета: Студенти займатимуться самопідготовкою для посилення свого досвіду, після проходження очного тренінгу та супервізійного досвіду, задля формування поглибленого розуміння CETA та тренерських навичок.

Зміст: Студенти виконуватимуть щотижневі завдання для підготовки до тренінгів CETA, включаючи підготовку навчальних планів, усіх навчальних матеріалів CETA, включаючи безпосередню роботу з організацією, щоб підготуватися до тренінгу CETA (наприклад, місце проведення, дні, очікування консультантів, надання інформації про CETA), підготовка матеріалів для практичних супервізійних груп та розгляду кейсів (напр., розробка практичних групових повісток дня). На додаток, студенти здійснюватимуть щотижневі дзвінки/Skype із CETA-супервізорами, щоб попрактикувати нагляд за впровадженням CETA та точність на рівні тренера.

Критерії оцінювання знань студентів

Навички студентів будуть оцінювати за наступними тематичними рубриками, які відрізняються для кожного рівня підготовки: (Students will be evaluated via a rubric of skills, including the following for each level of training)

- **Консультант (Provider Trainee):**
 - Точність щодо основних характеристик CETA-компонентів
 - Точність щодо основних принципів КПТ
 - Розуміння процесу прийняття клінічних рішень в рамках CETA
 - Базові клінічні навички (наприклад, емпатія, вміння нормалізувати)
 - Залучення та прийняття участі у тренінгу та в безперервній супервізії

- Супервізор (Supervisor Trainee)
 - Розуміння СЕТА-компонентів
 - Розуміння процесу прийняття клінічних рішень в рамках СЕТА
 - Здатність використовувати навички супервізування в рамках СЕТА, задля забезпечення консультантів ефективними відгуками/зворотнім зв'язком
 - Здатність збирати та надавати об'єктивні звіти щодо сесій із клієнтами та вмінь консультантів
 - Організація, ведення клінічних записів та підготовка до усієї супервізійної діяльності

- Тренер (Trainer Trainee)
 - Здатність професійно та всесторонньо співпрацювати із організаціями, для яких проводиться СЕТА-навчання
 - Розуміння та здатність проводити навчання з використання СЕТА-компонентів
 - Розуміння та здатність проводити навчання з клінічного прийняття рішень в рамках СЕТА
 - Точність щодо навчальних методів СЕТА
 - Здатність збирати та надавати об'єктивні звіти консультантів та клінічних вмінь супервізора
 - Організація, ведення клінічних записів та підготовка до усієї тренерської діяльності.