

## **Κώδικας Ηθικής και Ελαχίστων Κριτηρίων Διαγωγής, Επίδοσης και Εκπαίδευσης για την Βέλτιστη Πρακτική της Λογικοθυμικής Συμπεριφορικής Πρακτικής (REBT)**

Ο κώδικας που ακολουθεί έχει σκοπό την εγκαθίδρυση και τη διατήρηση τυπικών κριτηρίων εξάσκησης της REBT από πιστοποιημένους REBT επαγγελματίες. Επιπλέον, ο κώδικας αυτός αποτελεί πηγή πληροφόρησης και προστασίας για τους ανθρώπους που αναζητούν θεραπευτικές και συμβουλευτικές υπηρεσίες.

Ο ιδρυτής της REBT, ο Albert Ellis, ο πιο επιδραστικός ψυχολόγος του εικοστού αιώνα, είναι ο προπάτορας της Γνωσιακής-Συμπεριφορικής Θεραπείας. Το 2001 σχολίασε «Η Γνωσιακή-Συμπεριφορική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία είναι μια από τις νεότερες και πιο σύγχρονες, δημοφιλείς, ψυχοθεραπείες και πιστεύω ότι μπορώ να πω, χωρίς φόβο και πάθος, ότι εγώ την ξεκίνησα τον Ιανουάριο του 1955 με το όνομα Ορθολογική Θεραπεία και Λογικοθυμική Θεραπεία».

Καθώς θα διαβάζετε αυτόν εδώ τον οδηγό θα διαπιστώνετε τα κοινά στοιχεία της ηθικής και των κριτηρίων της REBT με εκείνα των άλλων Γνωσιακών Συμπεριφορικών Προσεγγίσεων. Δεδομένου ότι η REBT είναι η πρώτη Γνωσιακή Συμπεριφορική Προσέγγιση στην Ψυχοθεραπεία, στόχος του παρόντος οδηγού είναι να αποτελέσει την έναρξη μιας προσπάθειας για την επιτέλεση μιας ενιαίας πιστοποίησης μεταξύ Γνωσιακών Συμπεριφορικών Θεραπευτών στην Ελλάδα ανεξαρτήτως Γνωσιακής Συμπεριφορικής

Προσέγγισης ακολουθώντας το παράδειγμα της διπλής πιστοποίησης μεταξύ των Βρετανικών Συλλόγων BABCP και AREBT.

Το αρχείο αυτό χωρίζεται σε δύο μέρη. Το πρώτο μέρος περιλαμβάνει μια σύνοψη του κώδικα ηθικής και των τυπικών κριτηρίων υπεύθυνης εφαρμογής της REBT και απευθύνεται και στο ευρύ κοινό και στους επιστήμονες επαγγελματίες. Το δεύτερο μέρος περιλαμβάνει μία επισκόπηση και αμοιβαία συμφωνημένη σειρά των ελαχίστων κριτηρίων εκπαίδευσης και εφαρμογής που προϋποτίθενται από τα πιστοποιημένα μέλη του Ελληνικού Ινστιτούτου για την RECBT (<http://www.recbt.gr/el/institouto/pistopoihsh-epaggelmatismation>).

## Μέρος Πρώτο

### **Ο Κώδικας Ηθικής και Κατάλληλων Κριτηρίων Εφαρμογής της REBT θέτει τις παρακάτω προϋποθέσεις στους ειδικούς αγωγής υγείας που ασκούν την REBT:**

1. Όλες οι πληροφορίες που δίνονται στους πελάτες πρέπει να αντανακλούν με ακριβή τρόπο τη φύση της REBT, να βασίζονται στα προσόντα, την εκπαίδευση/κατάρτιση και εμπειρία του επιστήμονα/επαγγελματία και να αντανακλώνται με ακρίβεια σε κάθε προβολή τους από την πλευρά του/της.
2. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει να παρέχουν λεπτομέρειες για την ιδιότητα μέλους που κατέχουν στον κύριο επαγγελματικό οργανισμό στον οποίο ανήκουν έτσι ώστε οι πελάτες να επικυρώνουν την επαγγελματική ακεραιότητα του θεραπευτή καθώς και να έχουν πρόσβαση σε διαδικασία διαμαρτυρίας η οποία πρέπει να εξηγείται με λεπτομέρεια στους πελάτες εάν εκείνοι/ες είναι δυσαρεστημένοι με την επάρκεια, τη συμπεριφορά ή οποιαδήποτε άλλη πτυχή της βοήθειας που λαμβάνουν από τον επιστήμονα/επαγγελματία.
3. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει επίσης να παρέχουν (στο Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT και σε κάθε άλλο σχετικό επαγγελματικό φορέα ή οργανισμό) κάθε σημαντική πληροφορία για τη διαγωγή και την επάρκειά τους. Οι πιστοποιημένοι επαγγελματίες πρέπει να συμπεριφέρονται με ειλικρίνεια, ακεραιότητα και να διασφαλίζουν ότι η συμπεριφορά τους δε βλάπτει την εμπιστοσύνη του κοινού στο πρόσωπό τους ή στο επάγγελμά τους.
4. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει να εργάζονται με τρόπους οι οποίοι προάγουν την αυτονομία και την ευημερία του πελάτη ενώ διατηρούν το σεβασμό και την αξιοπρέπεια προς τον πελάτη. Με άλλα λόγια, οι επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει πάντα να συμπεριφέρονται

προς το καλύτερο όφελος των πελατών τους και πρέπει να διατηρούν ακριβή αρχεία.

5. Η σύναψη συμβολαίου ψυχοθεραπείας ή συμβουλευτικής πρέπει να περιλαμβάνει ξεκάθαρα όρια και όρους για τη θεραπευτική σχέση που πρόκειται να αναπτυχθεί. Οι πελάτες πρέπει να είναι ενημερωμένοι εάν τα αρχεία αυτά φυλάσσονται και για τον βαθμό πρόσβασης που έχουν οι ίδιοι και οι άλλοι σε αυτά. Με άλλα λόγια, οι θεραπευτές πρέπει να σέβονται την εμπιστευτικότητα των πελατών τους.
6. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει να παρακολουθούν και να αναγνωρίζουν τα όρια της επάρκειάς τους μέσω δραστηριοτήτων όπως η συμβουλευτική υποστήριξη από ανώτερους ή ομήλικους REBT επαγγελματίες, η ψυχοθεραπεία, η συμβουλευτική, η εποπτεία και η ανατροφοδότηση από τους πελάτες. Με άλλα λόγια, οι θεραπευτές πρέπει να επικοινωνούν με κατάλληλο και αποτελεσματικό τρόπο με τους πελάτες τους και τους άλλους επαγγελματίες και, το πιο σημαντικό, πρέπει να ενεργούν εντός των ορίων των γνώσεων, των δεξιοτήτων και της εμπειρίας τους και σε διαφορετική περίπτωση πρέπει να συμβουλευτούν άλλον REBT επιστήμονα/επαγγελματία που διαθέτει τις απαραίτητες γνώσεις, δεξιότητες και εμπειρίες. Πρέπει επίσης να περιορίζουν την εργασία τους ή να σταματούν να εργάζονται εάν η επίδοση ή η κρίση τους επηρεάζεται σημαντικά από την υγεία τους ή από άλλους εξωγενείς παράγοντες (π.χ. θάνατο αγαπημένου προσώπου, διαζύγιο κ.λπ.).
7. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει να διατηρούν υψηλά επαγγελματικά κριτήρια ανανεώνοντας συνεχώς τις επαγγελματικές τους γνώσεις και δεξιότητες. Όλοι οι πιστοποιημένοι θεραπευτές πρέπει να αποκτούν τουλάχιστον 30 ώρες Συνεχιζόμενης Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΣΕΚ) ανά έτος και πρέπει να λαμβάνουν κλινική εποπτεία σε μηνιαία βάση για να διατηρούν υψηλά επίπεδα REBT/CBT δεξιοτήτων αξιολόγησης και πρακτικής. Δεν πρέπει να υπάρχει REBT επιστήμονας/επαγγελματίας που να ασκεί την REBT χωρίς τακτική διεπιστημονική συμβουλευτική υποστήριξη και εποπτεία.

8. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες πρέπει να εργάζονται με βάση το Ελληνικό νομικό δίκαιο και να είναι ενήμεροι/ες για την τρέχουσα νομοθεσία που αφορά την εργασία των ψυχοθεραπευτών και των συμβούλων.
9. Οι REBT επιστήμονες/επαγγελματίες οι οποίοι αξιοποιούν τις πληροφορίες των πελατών τους σε μελέτες περίπτωσης, στην έρευνα, σε δημοσιεύσεις ή άλλους σκοπούς πρέπει να διαθέτουν ενημερωμένη συγκατάθεση από τους πελάτες. Επιπρόσθετα, είναι σημαντικό να παραποιούνται τα στοιχεία ταυτότητας των πελατών σε βαθμό μη αναγνώρισης από τους άλλους ανθρώπους εκτός εάν ο πελάτης έχει δώσει τη συγκατάθεσή του για τη γνωστοποίηση των στοιχείων του.

## **Επιπλέον πληροφορίες**

1. Όταν λέμε για κάποιον ότι «πληροί τα κριτήρια REBT εργασίας» εννοούμε ότι διαθέτει τις δεξιότητες, τις γνώσεις, τον χαρακτήρα και την υγεία για την εφαρμογή της REBT/CBT με ασφαλή και αποτελεσματικό τρόπο.
2. Λαμβάνουμε υπόψη μας διαμαρτυρίες και παράπονα για τα πιστοποιημένα μέλη του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT από το κοινό, τους εργοδότες, τους επιστήμονες/επαγγελματίες και άλλους ανθρώπους και λαμβάνουμε δράση για να προστατεύσουμε το κοινό.
3. Εάν το πιστοποιημένο REBT μέλος είναι εγγεγραμμένο σε έναν οργανισμό ο οποίος ασκεί δικαιώματα επί των μελών του, τότε μπορούμε να απευθυνθούμε σε αυτόν τον οργανισμό σε περίπτωση διαμαρτυρίας από την πλευρά των πελατών. Σε περίπτωση διαμαρτυρίας για άλλου τύπου REBT επαγγελματίες οι οποίοι δεν πρόσκεινται σε κάποιον άλλο κύριο επαγγελματικό οργανισμό αλλά μόνο στο Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT, θα υπάρχει αντιμετώπιση της περίπτωσης σύμφωνα με τις διαδικασίες αντιμετώπισης διαμαρτυριών και πειθαρχικών πράξεων του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT.

4. Όταν λαμβάνουμε υπόψη μας μια διαμαρτυρία για κάποιο πιστοποιημένο μέλος μας, επιθεωρούμε το εάν και κατά πόσο εφαρμόστηκε ο Κώδικας Ηθικής και Ελάχιστων Κριτηρίων Διαγωγής και Επίδοσης κατά την Πρακτική της Λογικοθυμικής Συμπεριφορικής Θεραπείας και Πρακτικής καθώς αποφασίζουμε το εάν χρειάζεται να λάβουμε δράση για την προστασία του κοινού. Επίσης, λαμβάνουμε υπόψη μας αντίστοιχους κώδικές από άλλους επαγγελματικούς οργανισμούς ψυχολογία και ψυχοθεραπείας. Σε περίπτωση που διαπιστωθούν πειθαρχικές παραβάσεις μέσω των παραπάνω διαδικασιών, οι συνέπειες περιλαμβάνουν προειδοποίηση, περιοριστικούς όρους όσον αφορά την ιδιότητα μέλους και την πιστοποίηση ή, σε πιο σοβαρές περιπτώσεις, αφαίρεση της ιδιότητας μέλους ή αφαίρεση προσωπικών στοιχείων από τον Κατάλογο Πιστοποιημένων REBT Επιστημόνων/Επαγγελματιών.
5. Άλλοι επαγγελματικοί οργανισμοί είναι δυνατό να μπορούν να εφαρμόσουν παρόμοιες συνέπειες.

## **Μέρος Δεύτερο**

### **ΕΛΑΧΙΣΤΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ REBT**

#### **Εισαγωγικό Σημείωμα**

Ως πιστοποιημένα μέλη του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT, οι REBT θεραπευτές χρειάζεται να διασφαλίζουν ότι έχουν μελετήσει σε βάθος και εφαρμόζουν τα παρακάτω ελάχιστα κριτήρια εκπαίδευσης. Όταν κάποιος επιστήμονας/επαγγελματίας αιτείται ιδιότητας μέλους ή πιστοποίησης στο Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT, ζητείται η συμπλήρωση μιας υπεύθυνης δήλωσης για την επιβεβαίωση μελέτης και εφαρμογής των κριτηρίων αυτών.

#### **Σημείωση για τους θεραπευτές**

Είναι σημαντικό να διαβάσετε προσεκτικά και να εμπεδώσετε το παρακάτω κείμενο. Εάν κάποιος άνθρωπος προβάλλει διαμαρτυρίες για την ποιότητα της εργασίας σας, θα λάβουμε υπόψη μας τα παρακάτω κριτήρια καθώς αποφασίζουμε την διερεύνηση της υπόθεσης και την πιθανότητα ανάληψης δράσης.

Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να πληροίτε τα παρακάτω κριτήρια και να μπορείτε να εφαρμόζετε την REBT με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα. Επίσης επιθυμούμε να διασφαλίσουμε ότι διατηρείτε υψηλά επίπεδα ατομικής συμπεριφοράς και ότι δεν κάνετε κάτι το οποίο θα μπορούσε να βλάψει την εμπιστοσύνη του κοινού προς εσάς, το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT ή κάθε άλλο επάγγελμα στο οποίο ανήκετε ή ο χώρος στον οποίο εργάζεστε. Ωστόσο, δεν επιβάλλουμε τον τρόπο με τον οποίο θα πληροίτε τα κριτήρια αυτά. Το κάθε κριτήριο μπορεί να πληροίτε με περισσότερους από έναν τρόπους. Ο τρόπος με τον οποίο πληροίτε τα κριτήριά μας μπορεί να αλλάζει

με το πέρας του χρόνου εξαιτίας της προόδου της τεχνολογίας ή άλλων αλλαγών κατά την εφαρμογή της REBT από την πλευρά σας.

Ως αυτόνομος και υπεύθυνος επαγγελματίας, χρειάζεται να λαμβάνετε ενημερωμένες και ορθολογικές αποφάσεις για την εφαρμογή της REBT ώστε να διασφαλίζετε την πλήρωση των κριτηρίων τα οποία σχετίζονται με την REBT εργασία σας. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει τη λήψη συμβουλών και υποστήριξης από κατάλληλους εκπαιδευτές, εργοδότες, από τον κλινικό σας επόπτη, συναδέλφους και άλλους κατάλληλους ανθρώπους για να διασφαλίσετε ότι προστατεύετε την ευημερία των πελατών σας όλες τις φορές.

Πολλά μέλη του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT είναι μέλη και άλλων επαγγελματικών οργανισμών και για το λόγο αυτό δεσμεύονται και από κώδικες δεοντολογίας των οργανισμών αυτών. Το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT αναγνωρίζει τον πολύτιμο ρόλο που έχουν οι άλλοι επαγγελματικοί οργανισμοί στην αντιπροσώπευση και στην προαγωγή των συμφερόντων των μελών τους. Συχνά αυτό περιλαμβάνει την παροχή καθοδήγησης και συμβουλών καλής πρακτικής οι οποίες μπορούν να σας βοηθήσουν να πληροίτε τα κριτήριά τους καθώς και τα κριτήρια του παρόντος εγχειριδίου.

Αναμένεται ότι όλα τα μέλη του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT εργάζονται με σκοπό την επίλυση προβλημάτων και την προαγωγή της ευημερίας των πελατών τους και ότι αγωνίζονται για την αξιοποίηση των ικανοτήτων και των δεξιοτήτων τους για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα χωρίς προκαταλήψεις και σε συνδυασμό με την αναγνώριση της αξίας και της αξιοπρέπειας του κάθε ανθρώπινου όντος. Εάν προβαίνετε σε ενημερωμένες, ορθολογικές και επαγγελματικές κρίσεις κατά τη διάρκεια της εργασίας σας, προς τα συμφέροντα των πελατών σας ως πρωταρχικό καθήκον και εάν εξηγείτε πλήρως τις αποφάσεις που λαμβάνετε όταν σας ζητείται, τότε είναι ιδιαίτερα απίθανο να μην πληροίτε τα παρακάτω κριτήρια.

Με τον όρο «ενημερωμένος» εννοούμε ότι διαθέτετε αρκετές πληροφορίες για τη λήψη αποφάσεων. Αυτό θα μπορούσε να περιλαμβάνει την ανάγνωση των κριτηρίων αυτού του εγχειριδίου καθώς και κάθε άλλου σχετικού εγχειριδίου κριτηρίων. Με τον όρο «ορθολογικός» εννοούμε ότι



χρειάζεται να λαμβάνετε λογικές, πρακτικές αποφάσεις κατά την εργασία σας λαμβάνοντας υπόψη όλες τις σχετικές πληροφορίες και δρώντας προς το καλύτερο δυνατό συμφέρον των ανθρώπων που κάνουν χρήση των υπηρεσιών σας ή επηρεάζονται από αυτές. Επίσης πρέπει να μπορείτε να εξηγείτε τις αποφάσεις σας εάν αυτό σας ζητείται. Μέσω αυτών των κριτηρίων, χρησιμοποιούμε τον όρο «χρήστης υπηρεσιών» για να αναφερθούμε σε κάθε άνθρωπο που αξιοποιεί ή επηρεάζεται από τις υπηρεσίες που παρέχει κάποιο πιστοποιημένο μέλος του Ελληνικού Ινστιτούτου για την REBT. Το ποιοι είναι οι χρήστες υπηρεσιών εξαρτάται από το πώς και το που εργάζεστε. Για παράδειγμα, εάν εργάζεστε σε κλινικό περιβάλλον, οι χρήστες υπηρεσιών μπορεί να είναι ασθενείς/πελάτες. Σε μερικές περιπτώσεις, οι χρήστες υπηρεσιών μπορεί να είναι οργανισμοί παρά άτομα. Επίσης, ο όρος αυτός περιλαμβάνει άλλους ανθρώπους οι οποίοι μπορεί να επηρεάζονται από την εργασία σας όπως άλλους επαγγελματίες αγωγής υγείας και συγγενείς σας.

### **Σκοπός των Ελάχιστων Κριτηρίων Εκπαίδευσης είναι:**

1. Να παρέχουν σε όσους αναζητούν επιπλέον εκπαίδευση τα κύρια κριτήρια τα οποία αναμένεται να ακολουθούν στο πλαίσιο της συνολικής τους εκπαίδευσης στις γνωσιακές και συμπεριφορικές θεραπείες.
2. Να παρέχουν έναν οδηγό εκπαίδευσης ο οποίος θα πρέπει να ακολουθείται από το εκπαιδευτικό τους πρόγραμμα.
3. Να παρέχουν τη δυνατότητα για πιστοποίηση σε διαφορετικά επίπεδα από το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT, καθώς και σε άλλους οργανισμούς, με βάση κριτήρια τα οποία πληρούν το επιθυμητό επίπεδο εκπαίδευσης για REBT/CBT εργασία.
4. Να παρέχουν στους εργοδότες μια σταθερή βάση αναφοράς για την ποιότητα παροχής Γνωσιακών και Συμπεριφορικών Θεραπειών.

## **Βασικές προϋποθέσεις:**

5. Όλοι οι θεραπευτές αξιολογούνται σε ατομική βάση αλλά συνήθως θα έχουν ένα αναγνωρισμένο βασικό προσόν σε κάποιο κατάλληλο επάγγελμα (π.χ. ψυχολογία ή ψυχιατρική) ή εναλλακτικά είναι άλλων ειδικοτήτων επαγγελματιών αγωγής υγείας ή προέρχονται από μη αναγνωρισμένες στην Ελληνική επικράτεια ιδιωτικές σχολές και θα έχουν ακολουθήσει τη διαδρομή πιστοποίησης «Γνώσεις-Δεξιότητες-Στάσεις» (περισσότερες πληροφορίες για τη διαδρομή αυτή δείτε <http://www.recbt.gr/el/institouto/pistopoihsh-epaggelmaton>).

Συνήθως οι παραπάνω επαγγελματίες είναι εγγεγραμμένοι σε έναν επαγγελματικό σύλλογο και έχουν λάβει μια ελάχιστη περίοδο δύο ετών εκπαίδευσης και εμπειρίας μετά την αποφοίτησή τους από το πανεπιστήμιο.

6. Οι θεραπευτές οι οποίοι αξιολογούνται για την παροχή πιστοποίησης θα διαθέτουν επάρκεια εμπειρίας στη θεραπευτική εργασία με πελάτες.
7. Οι θεραπευτές πρέπει να μπορούν να εκδηλώνουν ατομικά προσόντα τα οποία τους καθιστούν κατάλληλους για την εφαρμογή της REBT.
8. Οι θεραπευτές θα αξιοποιούν την REBT με συστηματικό τρόπο ως την κύρια, ή μία από τις κύριες, θεραπευτικές μεθόδους εκλογής τους.

## **Εύρος Εκπαίδευσης:**

9. Η εκπαίδευση, συμπεριλαμβανομένης της Βασικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και εμπειρίας καθώς και η εκπαίδευση στην REBT θα πρέπει να υπερβαίνει τα τέσσερα χρόνια τουλάχιστον.

## **Θεωρητική εκπαίδευση και εκπαίδευση σε δεξιότητες:**

10. Η περίοδος της εκπαίδευσης θα περιλαμβάνει την απόκτηση ενός υψηλού επιπέδου κατανόησης θεμάτων που άπτονται της ανθρώπινης ανάπτυξης, της ψυχοπαθολογίας, της ψυχολογίας, των κοινωνικών θεμάτων και της εμπειρικά βασισμένης πρακτικής.

11. Ο κάθε θεραπευτής μπορεί να διαθέτει εξειδικευμένα ενδιαφέροντα ως προς το μοντέλο της REBT. Ωστόσο, όλοι οι θεραπευτές θα έχουν καλύψει ένα επαρκές αναλυτικό πρόγραμμα το οποίο παρέχει ευρεία γνώση και κατανόηση της θεωρητικής βάσης της REBT και των υπόλοιπων CBT προσεγγίσεων καθώς και της εφαρμογής της σε ένα μεγάλο φάσμα προβλημάτων/ζητημάτων.
12. Η εκπαίδευση σε δεξιότητες είναι ένα ζωτικό συστατικό για την απόκτηση γνώσης και εμπειρία και το οποίο δε θα είναι λιγότερο από το 50% του συνολικού εκπαιδευτικού προγράμματος του θεραπευτή.
13. Η θεωρητική γνώση και οι δεξιότητες θα έχουν αποκτηθεί μέσω δομημένης διδασκαλίας και αυτό-κατευθυνόμενης μελέτης.
14. Ο ελάχιστος αριθμός ωρών συμμετοχής που απαιτείται για μια ολοκληρωμένη εκπαίδευση στην REBT είναι οι 450 ώρες εκ των οποίων οι 200 ώρες πρέπει να παρέχονται με άμεσο τρόπο από πιστοποιημένους επόπτες μέσω πιστοποιημένων προγραμμάτων ή άλλων μαθημάτων.
15. Οι θεραπευτές πρέπει να καταγράφουν το εύρος των σπουδών τους, τον αριθμό των διδασκόμενων ωρών, τους εισηγητές, τους εκπαιδευτές και τους μέντορες που αποτέλεσαν μέρος της εκπαίδευσής τους σε ένα ημερολόγιο εκπαίδευσης.
16. Οι θεραπευτές πρέπει να αποκτήσουν επαρκώς τις δεξιότητες κατανόησης και ερμηνείας της σχετικής βασικής και εφαρμοσμένης REBT έρευνας.

### **Εποπτευόμενη Κλινική Πρακτική:**

17. Οι θεραπευτές θα έχουν διεξαγάγει 200 ώρες εποπτευόμενης αξιολόγησης και θεραπείας κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής τους.
18. Όλοι οι θεραπευτές θα έχουν λάβει εποπτεία κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής τους και για την REBT αξιολόγηση και για την REBT θεραπεία. Η εποπτεία αυτή θα παρέχεται από πιστοποιημένο επόπτη ο οποίος πληροί τα κριτήρια πιστοποίησης του Ινστιτούτου Albert Ellis

της Νέας Υόρκης ή και του Συλλόγου για την REBT της Μεγάλης Βρετανίας.

19. Η εποπτεία θα είναι στενή θα αποτελείται από τακτική ανατροφοδότηση και συζήτηση. Η εποπτεία θα περιλαμβάνει τη χρήση ζωντανού, ηχογραφημένου ή βιντεοσκοπημένου υλικού.
20. Τουλάχιστον οκτώ (8) πελάτες θα αποτελέσουν το δυναμικό του κάθε εκπαιδευόμενου θεραπευτή μέχρι την ολοκλήρωση της τετραετούς εκπαίδευσής του στην REBT. Ο κάθε πελάτης μετρά ως πελάτης από τη στιγμή που ο θεραπευτής έχει διεξαγάγει μαζί του και τις τρεις φάσεις της REBT (αρχική, μέση και τελική φάση). Οι περιπτώσεις αυτές θα περιλαμβάνουν τουλάχιστον τρία (3) διαφορετικά προβλήματα. Τα τέσσερα από τα οκτώ περιστατικά θα πρέπει να έχουν εποπτευθεί στενά και συστηματικά στο πλαίσιο της εποπτείας και τα υπόλοιπα τέσσερα μπορούν εναλλακτικά να παραδοθούν στο Ινστιτούτο με μορφή γραπτής μελέτης περίπτωσης σύμφωνα με διαδικασίες συγγραφής κατά REBT που θα σας παρέχονται από το Ινστιτούτο.
21. Λεπτομέρειες της εποπτευόμενης κλινικής πρακτικής και των περιπτώσεων θα αρχειοθετούνται σε ένα ημερολόγιο εκπαίδευσης.

### **Προσωπική Ανάπτυξη:**

22. Οι θεραπευτές πρέπει να διασφαλίζουν ότι μπορούν να εντοπίζουν και να αντιμετωπίζουν με κατάλληλο τρόπο την προσωπική τους εμπλοκή και επιρροή κατά τη διαδικασία της REBT με τους πελάτες τους.
23. Οι θεραπευτές πρέπει να έχουν αναπτύξει την ικανότητα να αναγνωρίζουν το πότε πρέπει να αναζητούν επαγγελματική βοήθεια για τον εαυτό τους.

### **Πιστοποίηση REBT Θεραπευτή:**

24. Για να αιτηθούν πιστοποίησης από το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT οι θεραπευτές πρέπει να διαθέτουν δύο χρόνια εμπειρίας από τη στιγμή που αποφοίτησαν από την κύρια επαγγελματική τους εκπαίδευση, να πληρούν τα Ελάχιστα Κριτήρια Εκπαίδευσης στην REBT,

να διατηρούν έναν ικανό αριθμό ωρών ΣΕΚ στην REBT/CBT, να λαμβάνουν τακτική κλινική εποπτεία και να συμμορφώνονται με το σύνολο του παρόντος κώδικα.

### **Αξιολογώντας τα Ελάχιστα Κριτήρια Εκπαίδευσης:**

25. Από τους θεραπευτές αναμένεται να εκδηλώνουν κατανόηση της θεωρίας της REBT και της εφαρμογής της μέσω της παραγωγής αναφορών αξιολόγησης, εξεταστικών διαδικασιών και ερευνητικών εργασιών.
26. Η κατανόηση της εμπειρικά τεκμηριωμένης πρακτικής πρέπει να αξιολογείται μέσω (α) της παραγωγής εκτεταμένης γραπτής αναφοράς περιπτώσεων όπου συζητούνται δεδομένα με κριτικό τρόπο, μέσω (β) της συγγραφής ερευνητικής διατριβής, και μέσω (γ) μιας ερευνητικής εργασίας στην οποία οι θεραπευτές έχουν συνεισφέρει σημαντικά και η οποία έχει δημοσιευθεί σε έγκυρο επιστημονικό περιοδικό.
27. Η εποπτευόμενη πρακτική θα τίθεται υπό τυπική αξιολόγηση με βάση τέσσερις γραπτές μελέτες περίπτωσης (2000-4000 λέξεις).
28. Οι παραπάνω αξιολογήσεις συνήθως περιλαμβάνονται στα αναγνωρισμένα REBT εκπαιδευτικά προγράμματα.

### **Ως REBT θεραπευτής πρέπει να ενεργείτε με γνώμονα τα συμφέροντα των πελατών σας εφαρμόζοντας τα ακόλουθα κριτήρια:**

1. Είστε προσωπικά υπεύθυνος/η να διασφαλίσετε ότι προάγετε και προστατεύετε τα συμφέροντα των πελατών σας. Πρέπει να σέβεστε και να λαμβάνετε υπόψη σας τα συμφέροντά τους όταν παρέχετε φροντίδα ή κάποια υπηρεσία και πρέπει να μην παραβιάζετε από σεξουαλική, συναισθηματική οικονομική ή άλλη βλαπτική πλευρά τη θεραπευτική σχέση που έχετε με τον πελάτη σας. Μερικές παρεμβάσεις REBT μπορεί να περιλαμβάνουν την παρουσία σας σε κοινωνικές καταστάσεις. Ωστόσο, και σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να κάνετε μια

ξεκάθαρη διάκριση μεταξύ προσωπικών και επαγγελματικών σχέσεων. Εάν παρέχετε θεραπεία σε ιδιωτική βάση, πρέπει να ξεκαθαρίζετε στον πελάτη από την αρχή ποιες είναι οι χρεώσεις σας καθώς και το ποιοι είναι οι όροι και οι συνθήκες παροχής των υπηρεσιών σας για τις οποίες ο πελάτης θα σας πληρώνει.

2. Δεν πρέπει να εκφράζετε τις προσωπικές απόψεις σας για το φύλο, την ηλικία, το χρώμα, τη φυλή, την αναπηρία, τη σεξουαλική προτίμηση, την κοινωνικοοικονομική κατάσταση, το στυλ ζωής, τον πολιτισμό, τη θρησκεία ή τις πεποιθήσεις του πελάτη ώστε να μην επηρεάσετε την πορεία της θεραπείας ή τις επαγγελματικές οδηγίες που παρέχετε. Πρέπει να αντιμετωπίζετε τους πελάτες σας με σεβασμό και αξιοπρέπεια εμπλέκοντάς τους με κατάλληλο τρόπο στη θεραπεία τους όπως εκείνος ορίζεται από την εκπαίδευσή σας στην REBT.
3. Πρέπει να διασφαλίσετε κατά το δυνατόν κάθε πιθανότητα να τεθεί η υγεία ή η ασφάλεια των πελατών σας ή των άλλων που εμπλέκονται μαζί τους σε κίνδυνο. Αυτό περιλαμβάνει δικές σας ενέργειες καθώς και ενέργειες των άλλων ανθρώπων. Πρέπει να λάβετε κατάλληλη δράση για την προστασία των δικαιωμάτων των παιδιών και των ευάλωτων ομάδων εάν πιστεύετε ότι βρίσκονται σε κίνδυνο εφαρμόζοντας εθνικές και τοπικές νομοθεσίες και πολιτικές.
4. Είστε υπεύθυνος/η για την επαγγελματική σας διαγωγή, για κάθε είδος φροντίδας ή συμβουλής που παρέχετε, και για κάθε αποτυχία ανάληψης δράσης. Είστε υπεύθυνος/η για την καταλληλότητα των αποφάσεών σας να λάβετε μια πρωτοβουλία. Πρέπει να μπορείτε να τεκμηριώνετε τις αποφάσεις σας εάν σας ζητηθεί.
5. Πρέπει να προστατεύετε τους χρήστες υπηρεσιών ή τους άλλους που εμπλέκονται μαζί τους εάν πιστεύετε ότι βρίσκονται σε κίνδυνο στο πλαίσιο κάποιας κατάστασης. Αυτό περιλαμβάνει την αναφορά περί διαγωγής, επίδοσης ή υγείας ενός συναδέλφου. Η ασφάλεια των πελατών και των άλλων ατόμων που εμπλέκονται μαζί τους πρέπει είναι έχει προτεραιότητα σε κάθε περίπτωση. Καθώς θα γίνεστε όλο και πιο ενήμερος της κατάστασης κινδύνου, πρέπει να συζητάτε το ζήτημα με

τον κλινικό σας επόπτη, έναν ανώτερο συνάδελφο ή κάποιο άλλο κατάλληλα εκπαιδευμένο άτομο σε θέματα ηθικής και δεοντολογίας.

### **Πρέπει να διατηρείτε υψηλά επίπεδα REBT/CBT αξιολόγησης και πρακτικής:**

1. Κάθε διαδικασία παρέμβασης θα πρέπει να βασίζεται σε κατάλληλη εκτίμηση και αξιολόγηση της κατάστασης κατά REBT.
2. Πρέπει πάντα να μπορείτε να εξηγείτε τις αξιολογήσεις/παρεμβάσεις σύμφωνα με τη διαθέσιμη εμπειρικά τεκμηριωμένη βιβλιογραφία ώστε να μπορείτε να αξιολογείτε την αποτελεσματικότητά τους.
3. Πρέπει να συζητάτε και να συμφωνείτε με τους πελάτες σας για τους τρόπους αξιολόγησης και παρέμβασης από την έναρξη της θεραπείας καθώς και να επαναδιαπραγματεύεστε, να τερματίζετε ή να παραπέμπετε σε άλλο θεραπευτή κατόπιν αιτήματος δικού σας ή του πελάτη σας σε περίπτωση που δεν επιτυγχάνονται οι θεραπευτικοί στόχοι εντός μιας συγκεκριμένης χρονικής περιόδου ή σε περίπτωση που οι στόχοι κριθούν ως μη κατάλληλοι.
4. Σε περίπτωση έρευνας, πρέπει να διασφαλίζετε ότι ακολουθείτε κατευθυντήριες αρχές έρευνας και διασφάλισης του απορρήτου όπως εκείνες αναφέρονται σε όλους τους σχετικούς κώδικες δεοντολογίας.

### **Πρέπει να σέβεστε την εμπιστευτικότητα που αφορά τα στοιχεία των πελατών σας:**

1. Πρέπει να αντιμετωπίζετε κάθε στοιχείο και κάθε πληροφορία ως εμπιστευτικό/ή και να το/τη χρησιμοποιείτε για τους σκοπούς για τους οποίους δόθηκε. Δεν πρέπει επ' ουδέν και εν γνώσει σας να αποκαλύψετε οποιαδήποτε προσωπική ή εμπιστευτική πληροφορία σε κάποιον άλλο ο οποίος δεν είναι εξουσιοδοτημένος να τη μάθει. Κάθε πληροφορία του πελάτη πρέπει να αξιοποιείται για τη θεραπεία του και μόνον.

2. Σε περίπτωση που ο πελάτης σας δώσει την άδεια αποκάλυψης εμπιστευτικών πληροφοριών, τότε μπορείτε να την αξιοποιήσετε:
  - a. Στο πλαίσιο έρευνας.
  - b. Στο πλαίσιο εποπτείας ή διδασκαλίας
  - c. Για δημοσιοποίηση της περίπτωσης σε μορφή βιντεοσκόπησης, κινηματογραφικής ταινίας ή άλλου τύπου ηχογράφησης όπου θα συγκεκριμενοποιείται αν τα παραπάνω θα δημοσιοποιηθούν σε άλλους επαγγελματίες, σε φοιτητές ή και στο ευρύτερο κοινό.
3. Σε περίπτωση δημοσιοποίησης πληροφοριών, λεπτομέρειες που αφορούν τους πελάτες διατηρούνται σε ελάχιστο βαθμό ή παραποιούνται με σκοπό την έλλειψη ταύτισης από σύμπτωση.
4. Πρέπει επίσης να τηρείτε τους σχετικούς νόμους και να ακολουθείτε τις πιο σύγχρονες κάλλιστες πρακτικές για τη διαχείριση εμπιστευτικών πληροφοριών.

### **Πρέπει να διατηρείτε υψηλά επίπεδα προσωπικής διαγωγής και συμπεριφοράς καθόλη τη διάρκεια της θεραπείας:**

1. Πρέπει να είστε ενήμερος/η ότι η φτωχή θεραπευτική συμπεριφορά είναι επιζήμια για τη θεραπευτική σας πρακτική και για το επάγγελμα που πρεσβεύετε και υπηρετείτε.

### **Ως REBT θεραπευτής πρέπει να παρέχετε στο Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT και σε άλλους οργανισμούς με τους οποίους είστε συμβεβλημένος/η σημαντικές πληροφορίες για τη διαγωγή και την επάρκειά σας:**

2. Πρέπει να μας ενημερώνετε για το αν:
  - a. Καταδικαστήκατε για ποινικό αδίκημα, λάβατε κάποια περιστασιακή ποινή για κάποιο αδίκημα ή για το αν λάβατε προειδοποίηση από την αστυνομία.
  - b. Εκδιωχθήκατε πειθαρχικά από κάποιον οργανισμό.



- c. Αποβληθήκατε ή λάβατε περιοριστικούς όρους κατά την άσκηση της πρακτικής σας από κάποιον εργοδότη ή οργανισμό.
3. Πρέπει να συνεργάζεστε σε περίπτωση διερεύνησης της επαγγελματικής σας συμπεριφοράς, τη συμπεριφορά άλλου παρόχου θεραπευτικής βοήθειας ή τη θεραπεία κάποιου χρήστη υπηρεσιών όταν χρειάζεται. Πρέπει να παρέχετε τις απαραίτητες πληροφορίες σχετικά με τα παραπάνω σε όποιον είναι εξουσιοδοτημένος από το νόμο. Μπορούμε να αναλάβουμε δράση εναντίον σας σε περίπτωση που έχετε παραβεί το νόμο όπως αναφέρεται στις περιπτώσεις της παραγράφου αυτού του εδαφίου. Θα θεωρούμε κάθε περίπτωση από εξατομικευμένη σκοπιά σε περίπτωση που χρειάζεται να αποφασίσουμε την πιθανότητα ανάληψης δράσης για την προστασία του κοινού. Επιπλέον, θα θεωρήσουμε την αποπομπή σας από το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT σε περίπτωση που προκύψει ότι καταδικαστήκατε ή λάβατε προειδοποίηση από την αστυνομία για τους παρακάτω ενδεικτικούς τύπους συμπεριφοράς:
- a. Βία
  - b. Κακοποίηση
  - c. Σεξουαλική παρεκτροπή
  - d. Διακίνηση ουσιών
  - e. Παιδική πορνογραφία
  - f. Αδικήματα που εμπλέκουν ανειλικρίνεια
  - g. Αδικήματα για τα οποία καταδικαστήκατε σε φυλάκιση

**Πρέπει να διατηρείτε υψηλό επίπεδο επαγγελματικής γνώσης και δεξιοτήτων σύμφωνα με τις νέες τάσεις και εξελίξεις στην εμπειρικά τεκμηριωμένη έρευνα και πρακτική:**

1. Οι γνώσεις και οι δεξιότητές σας πρέπει να είναι υψηλής ποιότητας, σύγχρονες και σχετικές με την πρακτική σας.

2. Πρέπει να πληροίτε τα κριτήρια επάρκειας τα οποία αφορούν το εύρος της πρακτικής σας. Αναγνωρίζουμε και δεχόμαστε ότι το εύρος της πρακτικής σας μπορεί να αλλάζει με το πέρασμα του χρόνου.
3. Αναγνωρίζουμε ότι τα πιστοποιημένα μέλη μας μπορούν να εργάζονται σε ένα εύρος διαφορετικών πλαισίων, εκπαιδευτικών, ερευνητικών και κλινικών. Σε όποιο πλαίσιο και να εργάζεστε είναι απαραίτητο να μπορείτε να διασφαλίζετε την ασφάλεια και την αποτελεσματικότητα της εργασίας σας. Η κλινική εποπτεία από κατάλληλα εκπαιδευμένα και πιστοποιημένα άτομα στην REBT είναι απαραίτητο εργαλείο για την εκπλήρωση της παραπάνω προϋπόθεσης.
4. Το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT θέτει κριτήρια για ΣΕΚ και για κλινική εποπτεία τα οποία καλείστε να πληροίτε (βλ. παραπάνω στα Ελάχιστα Κριτήρια Εκπαίδευσης). Με βάση αυτά τα κριτήρια διασφαλίζετε τη συνέχιση της πιστοποίησής σας από το Ινστιτούτο.

**Πρέπει να ενεργείτε εντός των ορίων των γνώσεων, των δεξιοτήτων και της εμπειρίας σας εφαρμόζοντας διαδικασίες παραπομπής όπου αυτό είναι απαραίτητο:**

1. Πρέπει να εφαρμόζετε τα όσα μάθατε στο πλαίσιο της εκπαίδευσης, της κατάρτισης και της εμπειρίας σας. Αναγνωρίζουμε και δεχόμαστε ότι το εύρος της πρακτικής σας μπορεί να μεταβάλλεται με το χρόνο.
2. Σε περίπτωση που χρειάζονται επιπλέον υπηρεσίες θεραπείας στις οποίες δεν είστε ειδικευμένος, πρέπει να προχωρήσετε σε διαδικασίες παραπομπής του χρήστη υπηρεσιών δεδομένου ότι αποτελείτε ένα βασικό μέρος της συνολικής του/της φροντίδας. Σε περίπτωση παραπομπής σε άλλον επαγγελματία πρέπει να διασφαλίσετε ότι η παραπομπή διεξάγεται με κατάλληλο τρόπο και ότι ο χρήστης υπηρεσιών αντιλαμβάνεται το σκοπό της παραπομπής.
3. Σε αρκετές περιπτώσεις ο χρήστης υπηρεσιών λαμβάνει μια δεύτερη θεραπευτική γνώμη. Αποδεχθείτε αυτή τη διαδικασία και προχωρήστε

ανάλογα σε διαδικασία παραπομπής αν κριθεί αυτό καταλληλότερο σε συνεργασία με τον πελάτη.

4. Εάν δεχθείτε παραπομπή από άλλον επαγγελματία, πρέπει να διασφαλίσετε ότι κατανοείτε πλήρως το αίτημά του/της και πρέπει να παρέχετε υπηρεσίες σε περίπτωση που πιστεύετε ότι αυτές είναι κατάλληλες και θα έχουν αποτελεσματικότητα. Εάν δεν ισχύουν τα παραπάνω, τότε πρέπει να συζητήσετε με τον επαγγελματία που έκανε την παραπομπή, καθώς και με τον χρήστη υπηρεσιών, πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε παροχή υπηρεσιών.

### **Πρέπει να επικοινωνείτε με κατάλληλο και αποτελεσματικό τρόπο με τους χρήστες υπηρεσιών και τους άλλους επαγγελματίες:**

Πρέπει να επικοινωνείτε με κατάλληλο τρόπο, να συνεργάζεστε και να μοιράζεστε τις εξειδικευμένες γνώσεις σας με τους άλλους επαγγελματίες προς όφελος των πελατών σας.

### **Πρέπει να παρακολουθείτε και να εποπτεύετε με αποτελεσματικότητα τα έργα που αναθέτετε στους πελάτες σας:**

1. Δεδομένου ότι διαθέτετε τις κατάλληλες γνώσεις και δεξιότητες για την ανάθεση κατάλληλων θεραπευτικών (σε πελάτες) ή εκπαιδευτικών (σε εκπαιδευόμενους) καθηκόντων, πρέπει να διασφαρίζετε ότι εκείνοι διαθέτουν τις γνώσεις και τις δεξιότητες να τις φέρουν σε πέρας με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα ενώ δεν πρέπει να αναθέτετε εργασία η οποία να είναι εκτός του εύρους της γνώσης και των δεξιοτήτων τους.
2. Πρέπει επίσης να δίνετε τακτική και συνεχή εποπτεία μετά την ανάθεση έργων και καθηκόντων. Είστε υπεύθυνος/η για την καταλληλότητα των αποφάσεων κατά τη διάρκεια της εποπτείας. Σε περίπτωση που κάποιος πελάτης ή εκπαιδευόμενος σας πει ότι είναι απρόθυμος να εκτελέσει κάποιο καθήκον επειδή πιστεύει ότι δε μπορεί να το φέρει σε πέρας με

ασφάλεια και αποτελεσματικότητα, δε θα πρέπει να τον/την αναγκάσετε να το κάνει σε κάθε περίπτωση. Σε περίπτωση που υπάρχει πειθαρχικό ή εκπαιδευτικό ζήτημα από την πλευρά του πελάτη ή του εκπαιδευόμενου, θα πρέπει να το αντιμετωπίσετε αρχικά σε εξατομικευμένη βάση χωρίς να θέσετε σε κίνδυνο την παροχή θεραπευτικών ή εκπαιδευτικών υπηρεσιών.

3. Η παροχή εποπτείας που αναφέρεται σε αυτό το εδάφιο δεν αφορά περιπτώσεις παραπομπής πελατών από την πλευρά σας σε άλλους επαγγελματίες καθώς και σε περιπτώσεις εποπτείας σε συναδέλφους οι οποίοι εργάζονται με άλλους χρήστες υπηρεσιών.

### **Πρέπει να λαμβάνετε ενημερωμένη συγκατάθεση για την παροχή θεραπείας (εκτός από επείγουσες περιπτώσεις):**

1. Πρέπει να εξηγείτε τον τύπο της θεραπείας που θα παρέχετε, τους σκοπούς, τη λογική και τα βήματα της θεραπείας, τους πιθανούς κινδύνους και τις εναλλακτικές τακτικές. Πρέπει επίσης να εξηγείτε αν ο σκοπός σας είναι μόνο αξιολογητικός ή διαγνωστικός και όχι θεραπευτικός. Σε περίπτωση που η θεραπευτική προσέγγιση δεν είναι εμπειρικά τεκμηριωμένη, θα πρέπει να ενημερώνετε σχετικά τον πελάτη. Θα πρέπει να διατηρείτε αρχείο με τους θεραπευτικούς στόχους και τις θεραπευτικές αποφάσεις του πελάτη τους/τις οποίους/οποίες θα πρέπει να επικοινωνείτε σε όλα τα εξουσιοδοτημένα μέρη που εμπλέκονται στη φροντίδα του.
2. Σε επείγουσες περιπτώσεις, μπορεί να μπορείτε να εξηγήσετε τη θεραπευτική τακτική, να λάβετε συγκατάθεση ή να μεταβιβάσετε πληροφορίες σε όλα τα εξουσιοδοτημένα μέρη φροντίδας. Ωστόσο, μπορείτε να το κάνετε αναδρομικά το συντομότερο που αυτό είναι εφικτό.
3. Είναι κατανοητό ότι η συγκατάθεση είναι μια συνεχής διαδικασία καθόλη τη διάρκεια της θεραπείας η οποία τονίζει το ρόλο του χρήστη υπηρεσιών στη συνεχή αξιολόγησή τους.

4. Για όσους χρήστες υπηρεσιών κριθούν μη ικανοί να δώσουν ενημερωμένη συγκατάθεση, θα πρέπει να διασφαλίσετε ότι ακολουθείτε τους σχετικού νόμους και τους κανονισμούς του Ελληνικού νομικού δικαίου σχετικά με την απόκτησή της.
5. Το άτομο που μπορεί να δώσει συγκατάθεση διατηρεί το δικαίωμα άρνησης της θεραπείας του στη συνέχεια. Πρέπει να σέβεστε το δικαίωμα αυτό. Πρέπει επίσης να διασφαλίσετε ότι ο πελάτης είναι πλήρως ενήμερος/η για τους κινδύνους της άρνησης θεραπείας ιδιαίτερα στην περίπτωση που πιστεύετε ότι υπάρχει επικείμενος κίνδυνος για τη ζωή του/της ή τη ζωή άλλων ανθρώπων.
6. Θα πρέπει να ακολουθείτε τις διαδικασίες συγκατάθεσης του οργανισμού για τον οποίο εργάζεστε και να είστε ενήμερος/η για τις σχετικές νομικές διαδικασίες του Ελληνικού νομικού δικαίου.

### **Πρέπει να τηρείτε ακριβή αρχεία:**

1. Πρέπει να τηρείτε αρχεία για κάθε πελάτη σας ή για όποιον ζητά συμβουλές ή υπηρεσίες. Σε περίπτωση χειρόγραφων σημειώσεων, θα πρέπει να είναι ξεκάθαρα γραμμένες και ευανάγνωστες ενώ θα πρέπει να καταγράφετε, να υπογράφετε και να δηλώνετε ημερομηνία για κάθε καταχώρηση.
2. Θα πρέπει να διασφαρίζετε επίσης ότι και οι σημειώσεις των εκπαιδευόμενων θεραπειών τους/τις οποίους/ες εποπτεύετε είναι ξεκάθαρα γραμμένες, ακριβείς και κατάλληλες. Κάθε φορά που επισκοπείτε αρχεία εκπαιδευόμενων θεραπειών, πρέπει να τα ανανεώνετε και να συμπεριλαμβάνετε αρχεία με τις διευθετήσεις που διδάξατε για τη συνεχή και υπεύθυνη καταγραφή των παρεχόμενων υπηρεσιών.
3. Πρέπει να προστατεύετε τις πληροφορίες από απολεσθέντα, κατεστραμμένα, προσβάσιμα από όλους ή παραποιημένα αρχεία. Όταν ανανεώνετε κάποιο αρχείο, δεν πρέπει να διαγράφετε πληροφορίες που ήταν καταχωρημένες προηγουμένως εκεί ή δεν πρέπει να κάνετε τις

πληροφορίες αυτές να είναι δύσκολα αναγνώσιμες. Αντ' αυτού, διαγράψτε με μια γραμμή το παλαιότερο κείμενο ή αξιοποιείστε άλλες τεχνικές διαγραφής κειμένου.

### **Πρέπει να αντιμετωπίζετε με ασφαλή και αποτελεσματικό τρόπο κινδύνους μόλυνσης:**

1. Δεν πρέπει να αρνείστε να παρέχετε υπηρεσίες σε κάποιον απλά και μόνο επειδή έχει κάποια μόλυνση. Επιπλέον, θα πρέπει να διατηρείτε εμπιστευτικές τις σχετικές πληροφορίες. Για μερικές μολύνσεις, όπως για σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, οι κανόνες αυτοί θα πρέπει να είναι πιο περιοριστικοί από τους κανόνες της εμπιστευτικότητας.
2. Πρέπει να λαμβάνετε προφυλάξεις για να προστατεύσετε τους χρήστες υπηρεσιών και τον εαυτό σας από τη μόλυνση καθώς και από τη μεταξύ χρηστών μετάδοση της μόλυνσης. Θα πρέπει να λάβετε ιατρική καθοδήγηση και να ενεργήσετε άμεσα. Αυτό μπορεί να σημαίνει ότι θα τερματίσετε τη θεραπεία ή ότι θα αλλάξετε τον τρόπο παροχής θεραπείας προς όφελος των πελατών και του πλαισίου.

### **Πρέπει να περιορίσετε ή να τερματίσετε την παροχή υπηρεσιών εάν η επίδοση ή η κρίση σας επηρεάζονται από την υγεία σας:**

Είναι υποχρέωσή σας να φροντίσετε τη σωματική ή την ψυχική υγεία σας σε περίπτωση που εκείνες σας επηρεάζουν στη δουλειά σας. Πρέπει να λάβετε κατάλληλη ιατρική ή ψυχολογική καθοδήγηση σχετικά με την αλλαγή του τρόπου εργασίας σας και την πιθανότητα παύσης της εργασιακής σας δραστηριότητας εάν αυτό κριθεί απαραίτητο.

### **Πρέπει να συμπεριφέρεστε με ειλικρίνεια και ακεραιότητα και να διασφαλίζετε ότι η συμπεριφορά σας δεν καταστρέφει τη γνώμη του κοινού στο πρόσωπό σας ή στο επάγγελμά σας:**

Πρέπει να εξηγείτε στους άλλους ανθρώπους γιατί είναι σημαντικό να σας εμπιστεύονται ενεργώντας κάθε φορά ως πρότυπο ειλικρίνειας και ακεραιότητας.

### **Πρέπει να διασφαλίσετε ότι κάθε ενέργεια προβολής (διαφήμισης) που κάνετε είναι ακριβής και κατάλληλη:**

1. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείτε ψευδή στοιχεία όσον αφορά το επίπεδο ιδιότητας μέλους σας από το Ελληνικό Ινστιτούτο για την REBT για διαφημιστικούς ή άλλους σκοπούς ή για να υπαινιχθείτε κάποιο άλλο επαγγελματικό επίπεδο από αυτό που κατέχετε.
2. Κάθε διαφημιστική ενέργεια σε σχέση με τις επαγγελματικές σας δραστηριότητες πρέπει να τις αντανakλά με ακρίβεια. Οι σχετικές ενέργειες δεν πρέπει να είναι παραπλανητικές, εσφαλμένες, άδικες ή υπερβολικές. Ιδιαίτερα, δεν πρέπει να ισχυρίζεστε ότι διαθέτετε προσωπικές δεξιότητες, εξοπλισμό ή ότι παρέχετε υπηρεσίες καλύτερες από τους άλλους εκτός αν αυτό έχει ευρέως αποδειχθεί κατόπιν συστηματικής εμπειρικά τεκμηριωμένης έρευνας.
3. Εάν εμπλέκεστε σε ενέργειες διαφήμισης θεραπευτικών προϊόντων ή υπηρεσιών, πρέπει να διασφαλίσετε ότι αξιοποιείτε τις γνώσεις, τις δεξιότητες και την εμπειρία σας με ακριβή και υπεύθυνο τρόπο. Δεν πρέπει να προβαίνετε ή να υποστηρίζετε ανυπόστατες δηλώσεις σχετικά με τα προϊόντα ή τις υπηρεσίες διαφήμισης. Οποιαδήποτε οικονομική αμοιβή δε θα πρέπει παίζει ρόλο στην ποιότητα του συνόλου των υπηρεσιών που παρέχετε.

**Οι REBT θεραπευτές δεσμεύονται ότι θα ακολουθούν τη διαδοχή αξιολόγησης και θεραπείας όπως εκείνη προτείνεται από τις βασικές αρχές της REBT και καταγράφεται στα βασικότερα σχετικά εγχειρίδια και άρθρα (π.χ. DiGiuseppe, Doyle, Dryden, & Backx, 2013. Dryden, Beal, Jones, & Trower, 2010). Συγκεκριμένα, οι REBT θεραπευτές πρέπει να ακολουθούν τα παρακάτω 21**

**βήματα κατά τη διαδικασία της REBT αξιολόγησης και παρέμβασης. Υπενθυμίζεται ότι στην REBT η παρέμβαση ξεκινά από την πρώτη συνεδρία και είναι οργανικά δεμένη με την αξιολόγηση:**

1. Ζητήστε από τον πελάτη να σας πει ένα συγκεκριμένο πρόβλημα.
2. Καθορίστε το πρόβλημα και συμφωνήστε στο πιο σημαντικό πρόβλημα-στόχο.
3. Συμφωνείτε σε έναν στόχο σύμφωνα με τον ορισμό του προβλήματος από την πλευρά του πελάτη.
4. Ζητήστε ένα συγκεκριμένο παράδειγμα του προβλήματος-στόχου.
5. Αξιολογήστε τις συναισθηματικές και τις συμπεριφορικές συνέπειες του προβλήματος (C).
6. Αξιολογήστε το γεγονός ενεργοποίησης (A) των συναισθηματικών και συμπεριφορικών συνεπειών του προβλήματος.
7. Συμφωνείτε σε έναν στόχο σύμφωνα με τον ορισμό του προβλήματος όπως αυτό αξιολογήθηκε κατά REBT από την πλευρά σας σε συνεργασία με τον πελάτη.
8. Βοηθήστε τον πελάτη να κατανοήσει τη σύνδεση μεταξύ του στόχου όπως τον όρισε ο ίδιος και του στόχου όπως τον αξιολογήσατε εσείς σε συνεργασία με τον πελάτη.
9. Εντοπίστε και αξιολογήστε οποιοδήποτε μετασυναισθηματικό πρόβλημα.
10. Διδάξτε τη σύνδεση πεποιθήσεων (B) και συναισθηματικών/συμπεριφορικών συνεπειών (C).
11. Αξιολογήστε τη μη ορθολογική πεποίθηση (iB).
12. Συνδέστε τη μη ορθολογική πεποίθηση (iB) με τις συναισθηματικές και συμπεριφορικές συνέπειες.
13. Διδάξτε την ορθολογική πεποίθηση (rB).
14. Αμφισβητήστε τη μη ορθολογική πεποίθηση (iB) και την ορθολογική πεποίθηση (rB).



- Λογική αμφισβήτηση της μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) για αυτό το συγκεκριμένο πρόβλημα.
  - Εμπειρική αμφισβήτηση της μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) για αυτό το συγκεκριμένο πρόβλημα.
  - Πραγματιστική αμφισβήτηση της μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) για αυτό το συγκεκριμένο πρόβλημα.
  - Λογική, εμπειρική και πραγματιστική αμφισβήτηση της ορθολογικής πεποίθησης (rB) για αυτό το συγκεκριμένο πρόβλημα.
- a. Λογική αμφισβήτηση της γενικής μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) του πελάτη.
  - b. Εμπειρική αμφισβήτηση της γενικής μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) του πελάτη.
  - c. Πραγματιστική αμφισβήτηση της γενικής μη ορθολογικής πεποίθησης (iB) του πελάτη.
  - d. Λογική, εμπειρική και πραγματιστική αμφισβήτηση της γενικής ορθολογικής πεποίθησης (rB) του πελάτη.
15. Προετοιμασία του πελάτη να εμβαθύνει τη δέσμευσή του στην ορθολογική πεποίθηση (rB).
  16. Ελέγξτε την εγκυρότητα του γεγονότος ενεργοποίησης (A).
  17. Διαπραγματευτείτε την ανάθεση εξάσκησης εκτός θεραπείας.
  18. Διευκολύνετε τη διαδικασία εξάσκησης.
  19. Ενθαρρύνετε τον πελάτη να γίνει ο θεραπευτής του εαυτού του/της.
  20. Διατηρήστε κατάλληλο θεραπευτικό δέσιμο με τον πελάτη.
  21. Συμβιβαστείτε ως προς τη χρήση της ολοκληρωμένης (κομψής) μορφής παροχής της REBT αν το κρίνετε αναγκαίο και αξιοποιήστε εναλλακτικές μορφές παροχής REBT (και δικαιολογήστε το γιατί).

**Επιπλέον, οι παρακάτω REBT διαδικασίες αξιολόγησης (πβ. DiGiuseppe, Doyle, Dryden, & Backx, 2013) εμπλουτίζουν τα παραπάνω 21 βήματα. Οι REBT θεραπευτές είναι υποχρεωμένοι να ακολουθούν τις παρακάτω διαδικασίες για τη διασφάλιση μιας ασφαλούς, υπεύθυνης και αποτελεσματικής παροχής REBT υπηρεσιών. Έτσι οι REBT θεραπευτές:**

1. Από την αρχή της θεραπευτικής διαδικασίας είναι ξεκάθαρο ότι εργάζονται σε συνεργασία με τον πελάτη για την επίτευξη θεραπευτικών στόχων σε όλες τις θεραπευτικές συνεδρίες (π.χ. για την αλλαγή πεποιθήσεων, συναισθημάτων, συμπεριφορών).
2. Θέτουν κατάλληλους και σχετικούς από κλινική άποψη στόχους οι οποίοι υποστηρίζονται και από την εμπειρικά τεκμηριωμένη έρευνα.
3. Συντονίζονται με τη θεματολογία του πελάτη, αξιολογούν με κατάλληλες μεθόδους την πρόοδό του και δεν αποκλίνουν από τα θέματα τα οποία επιθυμεί να συζητήσει ο τελευταίος εκτός αν πρόκειται για κάποιο πολύ επείγον θέμα ή για κάποιο ζήτημα το οποίο σχετίζεται στενά με τα θεραπευτικά ζητήματα του πελάτη και ο κλινικός κρίνει ότι χρήζει προτεραιότητας από κλινική άποψη. Αυτό εξηγείται ξεκάθαρα στον πελάτη για τη διασφάλιση της διαδικασίας της συνεργατικής στοχοθέτησης που έχει προηγηθεί.
4. Χρησιμοποιεί γλώσσα κατάλληλη και κατανοητή από τον πελάτη.
5. Κάνει ορθή χρήση του χρόνου εστιάζοντας στα 21 βήματα της REBT διαδοχής χωρίς να καταφεύγει σε περιφερειακό υλικό που αφορά πληροφορίες ιστορικού ή άλλων μεταβλητών υποβάθρου του πελάτη εκτός αν αυτό είναι απαραίτητο.
6. Εστιάζει σε έναν στόχο τη φορά και δεν πετάγεται από στόχο σε στόχο.
7. Δεν καταφεύγει σε μονόλογο τύπου διάλεξης ή αμφισβήτησης και επιτρέπει στον πελάτη να μιλήσει.

8. Κάνει περιοδική σύνοψη της συζήτησης για τη διαπίστωση του επιπέδου κατανόησης από την πλευρά του πελάτη.
9. Ζητά από τον πελάτη να κάνει περιοδική σύνοψη της συζήτησης για τη διαπίστωση του επιπέδου κατανόησης από την πλευρά του.
10. Αξιοποιεί κατάλληλο θεραπευτικό στυλ το οποίο σκοπό έχει την ενίσχυση της θεραπευτικής συμμαχίας σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά και τις προσδοκίες του πελάτη.
11. Εστιάζει και επιμένει στην εξήγηση της σύνδεσης μεταξύ πεποιθήσεων (B) και συναισθηματικών/συμπεριφορικών συνεπειών (C) ενώ αν ο πελάτης δεν την κατανοεί τότε ο θεραπευτής παραμένει σε επίπεδο γνωσιακό προσπαθώντας να διδάξει στον πελάτη τη σύνδεση αυτόματων σκέψεων και συνεπειών πριν επιστρέψει ξανά στην παραπάνω σύνδεση.
12. Εντοπίζει με ξεκάθαρο τρόπο αρνητικές συναισθηματικές και συμπεριφορικές συνέπειες.
13. Αξιολογεί παράλογες πεποιθήσεις σχετικές με το πρόβλημα του πελάτη.
14. Προσπαθεί με ενεργητικό τρόπο να βοηθήσει τον πελάτη να αυξήσει την ενημερότητά του για τη δυσλειτουργική φύση των μη υγιών συναισθημάτων και δυσλειτουργικών συμπεριφορών μέσω των κατάλληλων διαφοροποιήσεων.
15. Αξιοποιεί αρχικά την πραγματιστική αμφισβήτηση.
16. Επιδεικνύει ορθή κρίση και επιλέγει τον τύπο και το στυλ (π.χ. σωκρατικό, διδακτικό, χιουμοριστικό) αμφισβήτησης ανάλογα με τις παράλογες πεποιθήσεις του πελάτη, την προσωπικότητα του πελάτη και την εμπειρικά τεκμηριωμένη έρευνα και κλινική πρακτική.
17. Εφαρμόζει την αμφισβήτηση σε φιλοσοφικό επίπεδο και δεν εστιάζει μόνο στα εμπειρικά συμπεράσματα, στις αυτόματες σκέψεις ή στα γεγονότα ενεργοποίησης.
18. Εφαρμόζει σαφείς και δομημένες γνωσιακές, συναισθηματικές και συμπεριφορικές παρεμβάσεις.

19. Προσπαθεί με ενεργητικό τρόπο να ενισχύσει την ενημερότητα του πελάτη για τη λειτουργική και δυσλειτουργική φύση των υγιών και μη υγιών συναισθημάτων και των λειτουργικών κι δυσλειτουργικών συμπεριφορών αντίστοιχα μέσω διαφορετικών τύπων αμφισβήτησης.
20. Αξιοποιεί κατάλληλα παραδείγματα, μεταφορές, παρομοιώσεις, αναλογίες, εικόνες, ιστορίες, στίχους από τραγούδια κατά τη διάρκεια της αμφισβήτησης ανάλογα με την προσωπικότητα του πελάτη.
21. Αξιοποιεί με κατάλληλο τρόπο συναισθηματικές, ριζοσπαστικές και ενεργοποιητικές τεχνικές όπως αντίστροφο παίξιμο ρόλων, άσκηση στη φαντασία, αλλαγές στον τόνο φωνής κ.α..
22. Παρέχει λογικές εναλλακτικές πεποιθήσεις ή βοηθά τον πελάτη να τις παραγάγει όταν χρειάζεται.
23. Αξιολογεί με επάρκεια το αν ο πελάτης έφερε σε πέρας την εξάσκηση εκτός θεραπείας με κατάλληλο τρόπο.
24. Αμφισβητεί τις πεποιθήσεις του πελάτη σε αφηρημένο (γενικές πεποιθήσεις) και σε συγκεκριμένο (πεποιθήσεις με βάση το πρόβλημα-στόχος) επίπεδο.
25. Ενισχύει και επαινεί τον πελάτη σε περίπτωση που έφερε σε πέρας την εξάσκηση εκτός θεραπείας ενώ διδάσκει τρόπους απόδοσης διδακτικού τύπου ποινής προς τον εαυτό σε περίπτωση που δεν την έκανε ή την έκανε με φτωχό τρόπο.
26. Αξιολογεί και συζητά αναλυτικά τους λόγους, τις παράλογες πεποιθήσεις, τις αυτόματες σκέψεις και τα συναισθήματα που συνδέονται με τη μη επιτέλεση της εξάσκησης εκτός θεραπείας.
27. Δείχνει επιδεξιότητα στην επαναδιαπραγμάτευση ανάθεσης νέας εξάσκησης εκτός θεραπείας.
28. Βοηθά τον πελάτη να κατανοήσει τη σχετικότητα της εξάσκησης εκτός θεραπείας στην επίτευξη των θεραπευτικών του στόχων.
29. Αναθέτει ξεκάθαρη, και όχι ασαφή, εξάσκηση εκτός θεραπείας.
30. Ο θεραπευτής αξιολογεί και αμφισβητεί τους πιθανούς λόγους για τους οποίους η εξάσκηση εκτός θεραπείας μπορεί να μην επιτελέστηκε/ολοκληρώθηκε.

Συγγραφέας: Δημήτρης Κατσίκης (Ph.D., RECBT)

*Συντονιστής Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας, Έρευνας και Εκπαίδευσης Ελληνικού Ινστιτούτου για την RECBT*