

## Preparació PIR

Aquí trobareu tota la informació necessària sobre el **Pla de preparació per a l'examen PIR** que ofereix el Col·legi de Psicòlegs de les Illes Balears (COPIB).

### QUÈ ÉS EL PIR?

El **P.I.R.** (Psicòleg Intern Resident) és un **sistema de formació de postgrau** elaborat i desenvolupat conjuntament pels Ministeris de Sanitat i Educació, en forma de residència, a imatge del realitzat per a altres especialitats sanitàries com el M.I.R.

És una **formació sanitària especialitzada eminentment pràctica**, però complementada amb una formació teòrica, que està **remunerada** i es desenvolupa en el marc dels Serveis Públics. L'única manera d'accedir a ella és aprovant un **examen-oposició**, al qual, ara com ara, poden optar tots els llicenciats o graduats en Psicologia. Per tenir accés a una plaça en tots els casos caldrà **superar la nota de tall establerta**.

El programa formatiu PIR es desenvolupa **durant quatre anys** en els quals es realitzen diferents **rotacions** pels diferents serveis i dispositius assistencials de Salut Mental, d'altres especialitats i d'atenció primària (*B.O.E. núm.146, del 17 de Juny de 2009, pàg. 51210*).

El sistema PIR està orientat cap a la consecució del **títol d'ESPECIALISTA EN PSICOLOGIA CLÍNICA** (*Reial decret B.O.E. 2.12.98*), que en l'actualitat, és l'**única via d'accés** per a la seva obtenció.

Aquest títol serà **necessari per** utilitzar de manera expressa la denominació de **Psicòleg Especialista en Psicologia Clínica** i per ocupar **llocs de treball amb tal denominació en establiments o institucions públiques i privades**.

### PER QUÈ ÉS IMPORTANT UNA PREPARACIÓ?

El PIR és en l'actualitat, de totes les especialitats sanitàries, **l'especialitat amb major dificultat d'accés** a causa de les poques places ofertes (en 2014 es varen oferir 127 places per a més de 4.000 persones) amb un **ràtio actual de 34 aspirants per plaça**, mentre que la ràtio global de la resta d'especialitats és de 4,69 candidats per plaça. La superació de la prova requereix de moltes hores d'estudi per adquirir un **coneixement exhaustiu de la matèria**. Suposa de mitjana una dedicació gairebé a temps complet per part de l'opositor durant més de dos anys, amb una mitjana de 7,39 hores diàries d'estudi, una mitjana de 16,11 mesos d'estudi, i de 2.881,02 hores totals d'estudi. Gairebé al mateix nivell d'importància que els coneixements teòrics es troben les **habilitats per orientar i planificar l'estudi, organitzar les àrees i optimitzar el temps**. És recomanable que cada aspirant es traci un pla d'estudi individualitzat segons la seva disponibilitat horària i coneixement previ de la matèria. **El PIR és una carrera de fons, que requereix un alt grau de motivació, constància, tenacitat, autoregulació i autodisciplina**. Això es tradueix en la necessitat d'un **nivell de preparació molt superior** per aprovar l'examen, convertint-se en un repte per als psicòlegs interessats en la formació especialitzada en Psicologia Clínica.

A més, en l'actualitat **no existeix cap tipus de recurs oficial informatiu ni formatiu** per a la preparació de l'examen PIR a les Illes Balears. Malgrat que només l'any passat, es varen presentar a aquesta prova més de 30 psicòlegs residents a les Illes. En el COPIB s'han rebut

nombroses sol·licituds de col·legiats demandant algun tipus de preparació per a l'examen PIR.

Donades les dificultats intrínseques per superar l'examen i els pocs recursos existents creim en la **necessitat d'un assessorament, acompanyament i preparació especialitzats** per poder superar la prova d'accés a la formació PIR.

*“Podríem definir la preparació PIR com una marató, cal anar molt preparat però la clau no és només saber molt, és guanyar als altres, quedar entre els primers, l'única forma és tenir una estratègia clara des de l'inici de la carrera, anar avançant a poc a poc, però sòlidament, mai accelerar al principi, no desgastar-se en el camí, i anar passant als adversaris en els últims quilòmetres per aconseguir en la meta, i només allà, ser el primer”.*

*“Ser dels millors en els simulacres des de març fins a novembre no significa res, absolutament res, només compte l'últim, el de l'examen definitiu, qualsevol errada en el procés duu al fracàs, i la major part dels fracassos es produeixen en l'últim mes en el qual l'angoixa t'impedeix una planificació racional, que fins i tot ha d'arribar a ser hora per hora”.*

## QUÈ OFERIM?

Oferim **assessorament i preparació intensiva** per presentar-se a les proves selectives d'accés a la formació sanitària especialitzada de Psicologia Clínica (via PIR). No es proporciona formació teòrica encara que sí existeix assessorament bibliogràfic i facilitació en la recerca de recursos formatius.

**Assessorament:** cites puntuals programades per **orientar, informar i resoldre dubtes** respecte a l'examen i la formació PIR.

**Preparació PIR:** sessions regulars per a **preparació intensiva** enfocades a superar l'examen PIR.

<b>Modalitat INDIVIDUAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- sessions individuals de 45 minuts</li><li>- freqüència a triar per l'usuari</li><li>- pla d'estudi personalitzat</li><li>- tutories personalitzades d'orientació i planificació d'estudi</li><li>- resolució de dubtes pràctics</li><li>- mode presencial/online</li></ul>
<b>Modalitat GRUPAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- sessions grupals de 2 hores, grups de treball de 6 a 8 participants</li><li>- freqüència bisetmanal</li><li>- pla d'estudi personalitzat</li><li>- dirigit per tutora principal i cotutores</li><li>- simulacres mensuals</li><li>- comunicació freqüent via e-mail i grup <i>WhatsApp</i></li><li>- resolució de dubtes pràctics</li><li>- mode presencial</li></ul>

**Simulacres:** exàmens simulacre en idèntiques condicions que l'examen PIR.

- dissabtes de 9.00 a 14.00 h
- Mode presencial/telemàtic

## A QUI VA DIRIGIT?

A tots aquells psicòlegs que estiguin interessats a treballar tant en el sector públic com privat com a **Psicòlegs Clínics** i vulguin accedir a la formació sanitària especialitzada.

### Requisits:

- **graduats o llicenciats en Psicologia**
- **actitud de motivació**
- **capacitat d'estudi**
- **disponibilitat real per a l'estudi**
- **estar en possessió de material teòric oficial**

## QUI SOM?

L'equip de professionals està format per **psicòlegs que han superat la prova-oposició** per accedir a la formació especialitzada de Psicologia Clínica:

**Mariona Fuster Forteza** (foto) Núm. Col·l.: B-02069

Coordinadora del programa de preparació PIR, vocal de Psicologia Clínica i Salut del COPIB i psicòloga especialista en Psicologia Clínica.

Llicenciada en Psicologia amb itinerari Clínic per la Universitat Complutense de Madrid en 2008.

Prepara el PIR en l'acadèmia CEDE a Madrid, aprova l'examen PIR en 2011, obtenint el lloc núm. 28 i triant plaça a l'Hospital Universitari Son Espases. Acaba la formació sanitària especialitzada obtenint el títol de Psicòloga especialista en Psicologia Clínica via PIR al maig de 2015.

En l'actualitat exerceix com a psicoterapeuta en l'àmbit privat a Palma i col·labora amb el Centre Aprens d'Inca. Treballa amb població adulta i infanto-juvenil abordant problemàtiques de diversa índole com Trastorns de Personalitat, TEPT (Trastorn d'Estrès Posttraumàtic) i Dissociació, Depressió, Ansietat, Fòbies, TOC, Trastorns d'Alimentació i Addiccions. Està especialitzada en Trastorns de Personalitat, Trauma i Dissociació amb formació certificada en EMDR (Dessensibilització i Reprocessament mitjançant Moviments Oculars) per l'Associació EMDR a Espanya. A més, d'una extensa formació en teràpies més convencionals com la Teràpia Cognitivoconductual, Mindfulness i Teràpia d'Acceptació i Compromís, entre d'altres.

*"Crec que el meu truc per superar l'examen va ser mai perdre l'objectiu però mantenir la meua vida personal".*

**Miriam Belber Gómez** (foto) Núm. Col·l.: B-02292

Preparadora PIR, psicòloga especialista en Psicologia Clínica.

Llicenciada en Psicologia amb itinerari Clínic per la Universitat d'Oviedo en 2009.

Prepara el PIR en l'acadèmia FOCO de Santiago de Compostel·la, aprova l'examen PIR en 2011, obtenint el lloc núm. 117 i triant plaça a l'Hospital Universitari Son Espases. Acaba la

formació sanitària especialitzada obtenint el títol de Psicòloga especialista en Psicologia Clínica via PIR al maig de 2015.

En l'actualitat exerceix com a psicoterapeuta en l'àmbit privat a Palma en la Clínica Psicopedagògica Avançam i com a psicòloga en l'Associació de dones afectades de càncer de mama AUBA. Treballa amb població adulta i infanto-juvenil abordant problemàtiques com trastorns emocionals, trastorns adaptatius, trastorns de la conducta alimentària, problemes sexuals i de parella, problemes oncològics i de salut, trastorns de la infància i adolescència i problemes familiars. Especialitzada en Teràpies Psicològiques de Tercera Generació per la Universitat Internacional de València. A més, àmplia experiència en Teràpia Grupal, Teràpia Familiar-Sistèmica i Teràpies Cognitives.

*“En el meu cas crec que la clau va ser mantenir un sa equilibri entre hores d'estudi i moments de descans i desconnexió”*

**Ana Bellver Arbona** (foto) Núm. Col·l.:B-02451

Preparadora PIR, psicòloga interna resident.

Llicenciada en Psicologia per la Universitat Autònoma de Barcelona en 2012.

Prepara el PIR en l'acadèmia FOCO de Santiago de Compostel·la, aprova l'examen PIR en 2014, obtenint el lloc núm. 30 i triant plaça a l'Hospital Universitari Son Espases.

En l'actualitat és psicòloga interna resident de segon any a l'Hospital Universitari Son Espases.

*“Si hagués de definir la meua experiència a l'hora d'estudiar l'examen diria perseverança però principalment estratègia, estratègia i més estratègia”*

## **INSCRIPCIÓ**

Els qui hi esteu interessats, posau-vos en contacte amb el COPIB

Carrer Manuel Sanchis Guarner, 1 baixos

07004 - Palma

**971 764 469**

**[copib@cop.es](mailto:copib@cop.es)**

## TARIFES 1

<b>Assessorament/Preparació individual 2</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- 1 al mes</li><li>- 2 al mes</li><li>- 3 o més al mes</li></ul>	<b>Preu per sessió</b> 40 euros 30 euros 25 euros
<b>Preparació grupal</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- 2 reunions mes (2 h)</li><li>- simulacre mensual</li><li>- grup correu/<i>WhatsApp</i></li></ul>	<b>Preu total</b> 60 euros
<b>Simulacres 3</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Presencial 4</li><li>- Telemàtic 5</li></ul>	<b>Preu per sessió</b> 25 euros 15 euros

1. L'estipulat s'abonarà al compte del COPIB sempre a l'inici del mes o previ a la sessió individual o simulacre.
2. No inclou l'assistència a simulacres.
3. Confirmació (i transferència bancària) fins a les 14.00 del dia previ al simulacre.
4. Hora d'inici del simulacre: 09.00.  
Duració màxima del simulacre: 5 h.  
En cas que el nombre d'assistents sigui menor de 5, es farà telemàticament.
5. Enviament del simulacre via e-mail a les 09.00.  
Reenviament de plantilla amb RR fins al diumenge a les 23h. Les que arribin a partir d'aquesta hora, ja no es corregiran.