

Vervolgkursus Cognitieve Gedragstherapie

Vanaf 2022

- Data:** Meerdere uitvoeringen vanaf 2022
- Locatie:** Groningen, Zwolle of incompany
- Tijd:** 9:30 (inloop vanaf 09:00) – 17:00 uur
- Docent:** Jiska Weijermans (hoofddocent) e.a.

VERVOLGCURSUS COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE

Inleiding

Uit veel onderzoek is onmiskenbaar naar voren gekomen dat in veel gevallen een protocollaire behandeling uit een oogpunt van efficiëntie en effectiviteit de voorkeur verdient boven een maatbehandeling. Tegelijkertijd is duidelijk dat (lang) niet alle patiënten (voldoende) opknappen van een protocollaire behandeling, dat er soms complicaties optreden in de behandeling en dat er (nog) niet voor alle stoornissen een wetenschappelijk gefundeerde protocollaire behandeling voorhanden is. Kennis en kunde op het gebied van probleematixatie en het ontwerpen van een geïndividualiseerd behandelplan blijft voorlopig dan ook noodzakelijk in de (cognitief-gedragstherapeutische) praktijk. De cursus heeft dan ook als uitgangspunt dat protocollaire behandeling en maatbehandelingen elkaar niet uitsluiten maar elkaar kunnen en moeten aanvullen. De rode draad in en de doelstelling van de cursus is dan ook dat de cursisten 1) de vaardigheden leren die nodig zijn een protocollaire behandeling adequaat uit voeren en 2) in voorkomende gevallen het behandelplan zodanig kunnen aanpassen en een (deel)behandeling op maat kunnen ontwerpen en uitvoeren.

In deze vervolgcursus leren de cursisten effectieve cognitief gedragstherapeutische interventies bij diverse stoornissen en complexe problematiek toe te passen. In tegenstelling tot de inhoud van de basis cursus staat in deze vervolgcursus *complexe problematiek* centraal, wat maakt dat de cursus voortborduurde op het geleerde in de basis cursus. We beogen hiermee te diepte in te gaan, zodat cursisten naast voldoende kennis ook over voldoende vaardigheden en een adequate attitude beschikken om de cognitief gedragstherapeutische behandeling van meer complexe problematiek naar behoren en op maat uit te kunnen voeren.

Het niveau van de training is conform de fase waarin de cursisten zich bevinden in hun ontwikkeling tot gedragstherapeut; op het niveau van een vervolgcursus. Dat betekent dat zowel de taxatievaardigheden als de interventievaardigheden worden getraind en worden beoordeeld op vervolgniveau. Het accent ligt op problematiek bij volwassenen, maar er is ook zijdelings aandacht voor interventies bij de doelgroep ouderen, jeugd en mensen met een lichte verstandelijke beperking.

Overzicht cursusgegevens

Werkbelasting

De cursus bestaat uit 100 contacturen, verdeeld over 15 bijeenkomsten van 7,5 uur inclusief een lunchpauze van 50 minuten. In totaal wordt uitgegaan van 350 werkuren. Deze cursus vraagt ongeveer 250 uur aan huiswerk, waaronder het toepassen van het geleerde in de praktijk.

Vooropleidingseisen cursist

Deze cursus is bedoeld voor collega's met een doctoraal/universitaire masteropleiding psychologie, pedagogische wetenschappen, gezondheidswetenschappen of geneeskunde, of een door de registratiecommissie gelijkwaardig geachte opleiding welke op masterniveau is afgerond. De cursist moet een door de VGCt erkende 100 uren basis cursus CGt afgerond hebben. Gezien de werkwijze binnen de cursus is het noodzakelijk ten tijde van de cursus werkzaam te zijn op het terrein van de GGZ.

Maximum aantal deelnemers

Het maximum aantal deelnemers is 14 bij 1 docent, en 18 bij 2 docenten.

Docent

Hoofddocent is mw. drs. J. Weijermans, GZ-psycholoog en supervisor/ opleider VGCT, supervisor NIP, EMDR practitioner en supervisor VEN.

NB: Deze cursus kan ook worden verzorgd door andere (erkende) docenten CGT, volgens bijgevoegd programma en draaiboek van de lesdagen.

Locatie

Psy-zo! Onderwijs: Groningen of Zwolle

Leerdoelen

Het uiteindelijke doel is dat de cursist aan het eind van deze vervolgcursus in staat is om cognitieve gedragstherapieën gericht op *complexe problematiek*, naar behoren en op maat uit te kunnen voeren. Uiteraard speelt naast het onderwijs de supervisie een grote rol bij het geoptimaliseerd bereiken van deze doelstelling. In deze vervolgcursus worden de volgende leerdoelen nagestreefd wat betreft kennis, vaardigheden en attitude:

Kennis

- (Verdiepte) kennisname van de diagnostiekfase van het cognitief gedragstherapeutisch proces: classificerende en verklarende diagnostiek bij cliënten met complexe problematiek.
- (Verdiepte) kennisname van de interventiefase van het cognitief gedragstherapeutisch proces: therapeutische interventies bij volwassenen met complexe problematiek.
- Kennisname van motivatietechnieken welke binnen het cognitief gedragstherapeutisch proces ingezet kunnen worden bij cliënten met complexe problematiek.
- Kennisname van de Zorgstandaarden/ GGZ-richtlijnen/ NICE-guidelines met betrekking tot de behandeling van complexe internaliserende problematiek.
- Kennisname van de leertheoretische onderbouwing en effectiviteit van behandelingen met betrekking tot de klachtgebieden: angststoornissen, trauma- en stressor gerelateerde stoornissen, depressieve-stemmingsstoornissen, obsessieve-compulsieve stoornissen, somatische symptoom- en verwante stoornissen, verslavingsproblematiek en persoonlijkheidspathologie.

Vaardigheden

- Vaardigheden in het uitvoeren van het cognitief gedragstherapeutisch proces bij volwassenen met complexe problematiek en in het bijzonder het *omgaan met valkuilen* die daarin kunnen voorkomen:
 - ✓ Vaardigheden in het uitvoeren van classificerende en verklarende diagnostiek bij cliënten met complexe problematiek.
 - ✓ Vaardigheden in het opzetten van een behandelplan bij cliënten met complexe problematiek, voortvloeiend uit de verklarende analyses en de wetenschappelijke inzichten.
 - ✓ Vaardigheden in het toepassen van cognitief gedragstherapeutische interventies bij cliënten met complexe problematiek.
 - ✓ Vaardigheden in motiverende gespreksvoering bij cliënten met complexe internaliserende problematiek.

Attitude

- Er op gericht zijn een goede samenwerkingsrelatie met de cliënt (het cliëntstelsel) na te streven.

- Oog hebben voor de rol van het cliëntsysteem in het gehele cognitieve gedragstherapeutisch proces.
- Oog hebben voor de machteloosheid van de cliënt (en het -systeem) bij complexe problematiek en de negatieve interactiepatronen die hierdoor kunnen ontstaan.
- 'Weerstand' zien als een vorm van feedback, een startpunt vormend voor een gezamenlijk zoeken.
- In het contact met de cliënt zich verantwoordelijk weten voor het therapeutisch proces en de therapeutische relatie, de nodige verantwoordelijkheden ook bij de cliënt kunnen laten.
- De zwaarte beseffen van complexe problematiek voor de cliënt (en het cliëntsysteem) en het belang van nauwkeurige diagnostiek, waarin de stappen van de diagnostiefase van het cognitieve gedragstherapeutisch proces zorgvuldig doorlopen worden.
- De zwaarte beseffen van complexe problematiek voor de cliënt (en het cliëntsysteem) en het belang van het zorgvuldig uitvoeren en (zo nodig) bijstellen van het behandelplan binnen de interventiefase van het cognitieve gedragstherapeutisch proces, waarbij aandacht is voor motiverende gespreksvoering.
- De rationale voor de verschillende cognitieve gedragstherapeutische interventies met overtuiging brengen aan de cliënt (en het cliëntsysteem).
- In staat zijn eigen gevoelens te hanteren (o.a. om vermijdingsgedrag te voorkomen).

De Competenties van de Cognitief gedragstherapeut VGCT®

In het competentieprofiel van de VGCT (www.vgct.nl) worden de competenties weergegeven waarover een cognitief gedragstherapeut moet beschikken. Het is een leidraad om de kwaliteit en de positie van het vak te bevorderen en te bewaken. In dit draaiboek (*vervolgcurcus cognitieve gedragstherapie*) komen alle specifieke VGCT competenties aan bod, waarbij de nadruk ligt op competenties 1, 2 en 4:

Competentie 1: Cognitief gedragstherapeutisch handelen

- 1.1. Theorietoepassing
- 1.2. Classificatie en probleemselectie
- 1.3. Probleemanalyse en behandelplan
- 1.4. Interventies cq. modificatieprocedures
- 1.5. Metingen

Competentie 2: Communicatie

- 2.1. Communicatievaardigheden
- 2.2. Behandelrelatie
- 2.3. Gezamenlijke besluitvorming

Competentie 3: Samenwerking

Competentie 4: Kennis en wetenschap

- 4.1. Wetenschappelijk verantwoorde zorg
- 4.2. Optimaliseren van eigen kennis en kunde
- 4.3. Verspreiding van eigen kennis en kunde
- 4.4. Ontwikkeling wetenschappelijke vakkennis

Competentie 5: Maatschappelijk handelen

Competentie 6: organisatie

Competentie 7: Professionaliteit

Inhoud

Deze vervolgcursus bestaat uit 15 bijeenkomsten. De cursus valt in feite uiteen in drie delen. Het eerste deel omvat 3 bijeenkomsten waarin de kennis en kunde op het gebied van probleemtaxatie (herhaling en verdieping van de conceptuele vaardigheden) en het ontwerpen van een geïndividualiseerd behandelplan wordt aangescherpt. Ook wordt uitvoerig stil gestaan bij valkuilen in de therapeutische interactie. De eigen therapeutische attitude van de cursisten binnen de therapeutische relatie wordt belicht. Ze leren de therapeutische relatie te hanteren bij complexe problematiek.

Deel twee bestaat uit 10 bijeenkomsten waarin de toepassing van het CGt proces centraal staat bij verschillende specifieke stoornissen/ klachtgebieden (angst- en stemmingsstoornissen, trauma en stressor gerelateerde stoornissen, obsessief compulsieve en verwante stoornissen, somatische symptoom- en verwante stoornissen, persoonlijkheidsstoornissen en verslavingsproblematiek). De cursisten leren een behandelplan aan te passen aan complexe problematiek en oefenen met passende interventies. Naast de aandacht voor stoornis specifieke aspecten, leren de cursisten met betrekking tot complexe problematiek werken met interventies waarbij de nadruk ligt op het veranderen van disfunctionele kernopvattingen.

In deel 3, bestaande uit 2 bijeenkomsten presenteren de cursisten hun eindopdracht. De opgedane kennis en vaardigheden in deze vervolgcursus worden geïntegreerd in de 'techniekdagen'. Iedere cursist brengt een casus in, toont een opname van de uitvoer van een geleerde CGt-techniek bij een patiënt met complexe problematiek. Tevens dient de cursist de keuze van deze CGt-interventie te motiveren via FABAs. Voordeel van deze 'techniek-demonstratiedagen' is dat modeling een belangrijke rol speelt en dat veel technieken weer de revue passeren. We kunnen in deze dag de geleerde puntjes op de i zetten. Al het geleerde wordt in deze twee 'examendagen' geïntegreerd. Met deze dag sluiten we deze vervolgcursus af.

Uitgangspunt bij iedere bijeenkomst is dat de cursisten reeds (dienen te) beschikken over (basis)vaardigheden m.b.t. taxatie en interventie(s). Het niveau van de besprekingen, demonstraties en oefeningen wordt daarop aangepast.

Werkwijze

In de cursus zal gebruik worden gemaakt van de volgende methoden van kennis- en vaardigheidsverwerving:

- Literatuurstudie
- Bespreking en discussie n.a.v. de literatuur
- Uitleg en informatieverstrekking door de docenten (Inleidingen)
- Demonstratie van technieken d.m.v. beeldmateriaal of rollenspel
- Trainen van vaardigheden d.m.v. rollenspel (zo mogelijk met trainingsacteurs)
- Trainen van vaardigheden d.m.v. (huiswerk)opdrachten
- Groepsoefeningen
- Uitwisselen van ervaringen

Korte inleidingen bij de thema's omvatten een uiteenzetting over verschijningsvormen/symptomen, leertheoretische verklaringen, betekenis- en functieanalyses en mogelijkheden van behandeling. Tijdens de cursus ligt het accent sterk op het in de praktijk (via rollenspelen aan de hand van door de docent en door de cursisten zelf ingebrachte casuïstiek) oefenen met probleemanalyses en interventies.

Globaal genomen bestaat iedere bijeenkomst uit de volgende opbouw:

- Vaststellen van de dagagenda: belangrijke onderwerpen en aandachtspunten van de cursusbijeenkomst.
- Warming-up: samenvatting belangrijkste punten vorige bijeenkomst (voorbereid door een cursist).
- Schriftelijke toets over de bestudeerde literatuur en nabespreking.
- Theoretische bespreking door de docent, ondersteund door relevant beeldmateriaal, powerpoint, animaties en video's. Het CGt proces bij de betreffende problematiek van de bijeenkomst: fase I diagnostiek.
- Oefenen FABA's en formulering behandelplan. Vervolgens plenaire nabespreking.
- Lunch.
- Consultatie/ vragenkwartiertje: mogelijkheid voor vragen m.b.t. uitvoeren van geleerde vaardigheden/lopende behandelingen et. aan de docent.
- Theoretische bespreking door de docent, ondersteund door relevant beeldmateriaal, powerpoint, animaties en video's. Het CGt proces bij de betreffende problematiek van de bijeenkomst: fase II interventies.
- Rollenspelen of specifieke oefeningen (oefenen vaardigheden, waar mogelijk met een trainingsacteur) en nabespreking.
- Afronding van de dag (evaluatie op de bijeenkomst en voorbespreken volgende bijeenkomst).

Huiswerkafspraken

Iedereen bestudeert elke keer de bij de bijeenkomst behorende verplichte literatuur en neemt kennis van de eventuele extra documenten welke op 'de Psy-zo! Onderwijs drive' zijn geplaatst.

Daarnaast dienen er praktijkopdrachten te worden uitgevoerd ter voorbereiding op een volgende zitting.

Consultatie (vragen kwartiertje)

Bij iedere bijeenkomst is de gelegenheid de docent te consulteren ten aanzien van (problemen bij) lopende of nieuwe behandelingen. Hiervoor wordt maximaal 15 minuten uitgetrokken.

Aan- en afwezigheidsregels

Er geldt een aanwezigheidsnorm van 90%. Maximaal 10% van de contacttijd mag verzuimd worden. Volstaan wordt met het inhalen van de schriftelijke toets van de betreffende bijeenkomst.

Wanneer meer dan 10%, maar minder dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten extra opdrachten worden uitgevoerd ter compensatie van de gemiste uren. Wanneer meer dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten de gemiste bijeenkomsten worden ingehaald bij een andere vervolgcursus binnen een jaar na het einde van de oorspronkelijke cursus. Pas na het inhalen mag, wanneer aan de andere voorwaarden is voldaan, een verklaring van geslaagd zijn worden afgegeven.

Toetsing

In de vervolgcursus vinden drie toetsen plaats:

- De literatuur (gemiddeld 110 pagina's per bijeenkomst) wordt per bijeenkomst schriftelijk getoetst.
- De uitvoer van een CGt techniek met een patiënt (opname) geldt als tweede toets.
- Het schrijven van een mini N=1 geldt als derde toets.

1 Literatuurlijst

Zelf aan te schaffen of toegang hebben tot:

- Bennet-Levy, J. (red.). (2015, vertaling). *Gedragsexperimenten in cognitieve therapie*, handboek. Amsterdam: Pearson. ISBN: 978 90 265 2273 4
- Broeke, E. t., Heiden, C. v.d , Meijer, S., Hamelink, H. (2008) *Cognitieve Therapie, de basisvaardigheden*. Boom, Amsterdam. ISBN: 978 90 8506 599 9
- Broeke, E. ten, Korrelboom, K., Verbraak, M. & Meijer, S. (2021). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat*. Bussum: Uitgeverij Coutinho. ISBN: 978 90 469 0656 9
- Keijsers, G., Van Minnen, A., Verbraak, M., Hoogduin, K. & Emmelkamp, P. (2017). *Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten deel 1*. Amsterdam: Boom. ISBN: 978 90 895 3713 3
- Keijsers, G., Van Minnen, A., Verbraak, M., Hoogduin, K. & Emmelkamp, P. (2017). *Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten deel 2*. Amsterdam: Boom. ISBN: 978 90 895 3714 0
- Keijsers, G., Van Minnen, A., Verbraak, M., Hoogduin, K. & Emmelkamp, P. (2017). *Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten deel 3*. Amsterdam: Boom. ISBN: 978 90 895 3715
- Korrelboom, K. (2011) *COMET voor negatief zelfbeeld*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN: 9789031390557.
- Wijngaart, R. van der (2020): *Imaginaire rescripting: theorie en praktijk*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN: 978 90 368 2450 7.

Voorkennis (kennis uit onderstaand boek wordt bekend verondersteld vanuit de basis cursus CGt)

- Korrelboom, K. & Ten Broeke (2014). *Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie: Handboek voor theorie en praktijk*. Muiderberg: Coutinho. ISBN 9789046903810

Door Psy-zo! Onderwijs wordt aanvullende literatuur digitaal aangeboden aan de cursisten.