

BASISCURSUS GEDRAGSTHERAPIE EN COGNITIEVE THERAPIE

I. Opzet en doelstellingen van de cursus Gedragstherapie en Cognitieve therapie.

De cursus is een basiscursus in de gedragstherapie en de cognitieve therapie. De cursus valt te onderscheiden in twee delen, te weten een introductie in de gedragstherapie en cognitieve therapie en een verdieping in de gedragstherapie en cognitieve therapie.

Doel is de cursist op theoretisch en praktisch niveau kennis te laten nemen van de denk- en werkwijze die in het algemeen binnen de gedragstherapie wordt gehanteerd en dat de cursist aan het eind van de cursus in staat is om onder supervisie cognitieve gedragstherapie (CGT) uit te voeren.

Deze basiscursus is speciaal opgezet voor cursisten die werkzaam zijn met ouderen en is onderdeel van de Gz-opleiding met aandachtsgebied ouderenzorg.

Werkuren:

Deze basiscursus omvat in totaal 100 contacturen, opgebouwd uit de introductie in de gedragstherapie en cognitieve therapie (50 contacturen) en de verdieping in de gedragstherapie en cognitieve therapie (50 contacturen). Het aantal externe uren is op 255 uur, waarvan 177 studie-uren en 77 overige uren (externe huiswerkopdrachten etc.), waardoor het totaal aantal werkuren komt op 357 uur.

Leerdoelen:

- het kunnen denken en handelen vanuit het leertheoretische- en cognitieve kader
- het kunnen hanteren van het gedragstherapeutische proces
- het kunnen vertalen van leerprincipes naar (een) analyse(s) van het probleem
- het kunnen uitvoeren van een aantal interventies

Opzet:

De Basiscursus Gedragstherapie en Cognitieve therapie bestaat uit een Basis-Introductie (50 uur) en een Basis-Verdieping (50 uur). Deze basiscursus omvat in totaal 102 contacturen. Het totaal aantal werkuren is 350.

- In de Basis-Introductie worden de volgende onderwerpen behandeld:
 - geschiedenis van en stromingen binnen de gedragstherapie
 - invloeden vanuit de wetenschap: leer- en sociale psychologie, emotietheorie, effectonderzoek
 - het gedragstherapeutische proces
 - leermodellen
 - het ontwerpen van functieanalyse en betekenisanalyse
 - Het opstellen van cognitieve casusconceptualisatie
 - het opstellen van een behandelplan
 - gedragstherapeutische en cognitieve interventies
 - met probleemgedrag samenhangende interactiepatronen
 - functieanalyse van de therapeutische relatie
 - Verscheidene technieken en procedures zoals exposure, uitdaagtechnieken en motiveringstechnieken

In de Basis-Verdieping komen specifieke toepassingen aan de orde. De onderwerpen van de cursus zijn zo gekozen dat van een inleiding kan worden gesproken die inzicht geeft in de theorie en praktijk van de gedragstherapie en cognitieve therapie, waarbij de nadruk ligt op het kunnen denken en handelen vanuit het leertheoretische en cognitieve kader. De onderwerpen zijn:

In de Basis-Verdieping komen specifieke toepassingen aan de orde. De onderwerpen van de cursus zijn zo gekozen dat van een inleiding kan worden gesproken die inzicht geeft in de theorie en praktijk van de CGT, waarbij de nadruk ligt op het kunnen denken en handelen vanuit het leertheoretische en cognitieve kader. Om deze doelstellingen te realiseren wordt op de volgende thema's/vraagstukken ingegaan:

- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Angststoornissen
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Depressie
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Persoonlijkheidsproblematiek
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Verlies en rouw
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Trauma

De verdieping in de gedragstherapie wordt afgesloten met een casusbespreking behandeling. Cursisten brengen een casus in met daarin: een meer gedragstherapeutische (functieanalyse; betekenisanalyse etc.) en een meer cognitief-therapeutische probleemanalyse een verslag van een (cognitief-)gedragstherapeutische behandelingsaanpak.

Periode:

17 bijeenkomsten van 3 uur.

I.a. Verdieping in de gedragstherapie en cognitieve therapie:

In de verdieping in de gedragstherapie komen specifieke toepassingen aan de orde. De onderwerpen van de cursus zijn zo gekozen dat van een inleiding kan worden gesproken die inzicht geeft in de theorie en praktijk van de gedragstherapie en cognitieve therapie, waarbij de nadruk ligt op het kunnen denken en handelen vanuit het leertheoretische en cognitieve kader. De onderwerpen zijn:

- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Angststoornissen
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Depressie
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Persoonlijkheidsproblematiek
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Verlies en rouw
- Gedragstherapie en cognitieve therapie bij Trauma

Periode:

15 bijeenkomsten van 3 uur.

De verdieping in de gedragstherapie wordt afgesloten met een casusbespreking behandeling. Cursisten brengen een casus in met daarin:

- een meer gedragstherapeutische (functie-analyse; betekenisanalyse etc.) en een meer cognitief-therapeutische probleemanalyse
- een verslag van een (cognitief-)gedragstherapeutische behandelingsaanpak.

Periode:

2 bijeenkomsten van 3 uur.

2. Werkwijze, toets en opdrachten

Literatuur:

Het boek van Korrelboom en Ten Broeke dient als basis bij de introductie in de gedragstherapie. In de verdieping in de gedragstherapie wordt gebruik gemaakt van literatuur gekozen bij het specifieke onderwerp. Voor elke bijeenkomst wordt de opgegeven literatuur bestudeerd. De docenten geven tijdens de bijeenkomsten een inleiding over de diverse onderwerpen.

Werkwijze:

In de cursus wordt gebruik gemaakt van verscheidene werkvormen zoals presentaties door de docenten, audio-visueel materiaal, demonstratie van technieken, oefening van vaardigheden door middel van rollenspellen en bespreking van casuïstiek*.

Iedere bijeenkomst wordt er een pauze gehouden van een kwartier op een daarvoor geschikt moment. Als er twee bijeenkomsten op één dag zijn, is er tussen de twee bijeenkomsten een pauze van een uur. Zowel de cursisten als de docent brengen casuïstiek in.

Opzet van de bijeenkomsten:

- Introductie door twee cursisten naar aanleiding van de bestudeerde stof
- Toelichting door de docenten
- Het oefenen van het in praktijk brengen van de theorie met behulp van hierboven genoemde werkvormen
- Reflectie op de verbinding van theorie en praktijk en eigen rol van therapeut
- Verbinding met de volgende bijeenkomst.

Huiswerk:

Het huiswerk bestaat uit het bestuderen van de literatuur en uit enkele opdrachten, zoals het maken van bijvoorbeeld analyses van een eigen casus. Deze worden besproken in de groep.

Aanwezigheid:

Aanwezigheid is verplicht. Slechts bij overmacht is afwezigheid tot een maximum van 10% van het totale aantal cursusuren toegestaan. Wanneer er sprake is van overmacht of ziekte dient de gezondheidszorgpsycholoog i.o. zich af te melden bij de opleidingsmanager en, in overleg met de docent, een voorstel voor compensatie te doen aan de hoofdopleider. De hoofdopleider beoordeelt of en zo ja welke compensatiemaatregelen nodig zijn om een voldoende beoordeling voor het hele cursusonderdeel te kunnen geven.

Toetsing:

De introductie in de gedragstherapie en cognitieve therapie wordt schriftelijk getoetst in bijeenkomst 8. De casusbespreking aan het eind van de basis cursus is een toets van de verdieping in de gedragstherapie en van de basis cursus in het geheel. Door de cursist ingebrachte casuïstiek en de uit de deelname gebleken vaardigheden worden bij de beoordeling betrokken.