

Basismodule Cognitieve Gedragstherapie

Hoofddocent: mw. drs. P.M.L. Melis

Periode: 28 augustus t/m 11 december 2017

Onderdeel van de opleiding tot psychotherapeut + basiscursus VGCT (100 uur)

1. Algemene cursusoriëntatie

Dit draaiboek tracht zoveel mogelijk informatie te geven omtrent opzet en inhoud van de opleiding in gedragstherapeutische principes. Deze cursus is een basiscursus van 100 uur in het kader van de Opleiding Gedragstherapie en voldoet aan de eisen die door de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie gesteld worden. Nadat minimaal 30 uur van de basiscursus is gevolgd mag de cursist starten met supervisie. Men kan maximaal 25 uur supervisie volgen voordat aan de criteria van het aspirant lidmaatschap wordt voldaan. Voor verdere gegevens omtrent waardering van de cursus verwijzen we naar het huishoudelijk reglement van deze vereniging (www.vgct.nl).

1.1. Inhoud:

De cursus bestaat uit drie onderdelen: Hierin worden de volgende onderwerpen behandeld:

- Inleiding leertheorie
- Inleiding tot het gedragstherapeutisch proces en gespreksvoering
- Inleiding tot de gedragstherapeutische vorm van de psychotherapie (kennismaking met diverse technieken toegepast op diverse klachten)

In deze cursus zal het accent liggen op de behandeling van psychische klachten van volwassenen, maar op verschillende momenten kan, indien gewenst, de problematiek bij kinderen en ouderen extra aandacht krijgen. Er is wel een dag toegevoegd speciaal gericht op kind&jeugd met als focus mediatietherapie en specifieke vertaling van CGt naar deze doelgroep. In de voorliggende cursus staat het gedragstherapeutische proces centraal, als ook het kunnen plaatsen van gedragstherapeutische technieken binnen het leertheoretisch denkkader, en het op adequate wijze

kunnen uitvoeren van deze interventies op voornamelijk angststoornissen, depressieve stoornissen en somatoforme stoornissen. Het streven is om dusdanig begrip van deze interventies te krijgen dat de cursist in staat is deze interventies op creatieve wijze te vertalen binnen meer complexe casussen. De behandeling van persoonlijkheidsstoornissen en relatieproblematiek zal voornamelijk aan de orde komen in de verdiepingscursussen van de Opleiding tot Gedragstherapeut.

1.2. *Vorm:*

Iedere bijeenkomst vergt voorbereidingstijd. Tijdens de bijeenkomsten wordt er vanuit gegaan dat de cursisten op de hoogte zijn van de literatuur zoals voorgeschreven. Binnen de bijeenkomsten wordt de literatuur niet herhaald, maar wel naar een hoger plan gebracht. Interventies worden hieraan gekoppeld en geoefend. Hierdoor krijgen de bijeenkomsten een integrerend karakter. De verschillende opdrachten die tijdens de cursus als 'huiswerk' worden gevraagd dienen deze integratie verder te bevorderen. De discrepantie tussen 'weten' en 'doen' wordt hiermee verkleind. Het mag duidelijk zijn dat actieve participatie hiertoe een vereiste is.

Het onderwijs is ingedeeld in drie onderwijsvormen:

- De **theorie**: In de onderwijsgroep wordt aan de hand van een casus op de theoretische achtergrond van een probleem ingegaan.
- De **werkgroep**: In een werkgroep wordt geoefend met technische aspecten van vaardigheden met behulp van rollenspellen. Ook is ruimte voor discussie en reflectie. De groep wordt bij voorkeur verdeeld in twee subgroepen om coaching en verdieping te bevorderen. Indien gewenst kan worden gewerkt in kleinere subgroepen.
- De **interviewgroep**: Aan het begin van de cursus worden groepen gemaakt van 3 personen. Binnen deze groepen wordt gezamenlijk gewerkt aan de verschillende opdrachten van de cursus. De bedoeling is dat de cursisten elkaar helpen, corrigeren en aanvullen.

Elk dagdeel bestaat uit een mengvorm van bovengenoemde onderwijsvormen. Daarnaast zal in de cursus expliciet ruimte worden ingeruimd om de eigen gemaakte opdrachten binnen de bijeenkomst te bespreken. De groep krijgt hiermee op die momenten een interview-karakter.