|  |
| --- |
|  |
| Basiscursus cognitieve gedragstherapie |
|  |
| Rebecca Warner Therapie|Supervisie|Opleidingen |

Basiscursus cognitieve gedragstherapie

Rebecca Warner Therapie|Supervisie|Opleidingen

# Algemeen

De 100-urige basiscursus cognitieve gedragstherapie volgt het gehele cognitief gedragstherapeutische proces bij volwassenen. Er wordt in de cursus zowel gewerkt met casuïstiek van de deelnemers als van de docent. Er wordt geoefend met cognitief gedragstherapeutische interventies en er wordt aandacht besteed aan de diagnostiek en (protocollaire) behandeling van veel voorkomende stoornissen, zoals paniekstoornis, specifieke fobieën, depressieve stoornis, PTSS, sociale angststoornis, obsessief compulsieve stoornis, burnout, SOLK en impuls-controleproblematiek. De basiscursus bestaat uit twee delen. Het eerste deel van de cursus (30 uur) is gericht op het gedragstherapeutisch proces, de betekenis analyse en functie-analyse. Het tweede deel van de cursus (70 uur) is gericht op de toepassing van cognitieve gedragstherapie bij angst- en stemmingsstoornissen en problematiek in de impulsbeheersing. Iedere les wordt er een stoornis besproken. In de les staan echter interventies en de bredere toepassing daarvan centraal. Het doel van de cursus is de therapeut op te leiden tot een therapeut die het gedragstherapeutisch proces, gedragstherapeutische diagnostiek en gedragstherapeutische technieken beheerst. De nadruk ligt nadrukkelijk meer op training in het toepassen van vaardigheden dan op discussie en min of meer passieve kennisoverdracht. Hoewel er in het programma ruimte is voor presentaties van de theorie en (video)demonstraties van technieken door de docent, wordt het merendeel van de tijd besteed aan het oefenen met de verschillende analysemodellen en interventiemethoden aan de hand van casuïstiek.

## Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen aan bod:

* Kennis van het cognitief gedragstherapeutisch proces
* Leer- en emotie theorieën, onder andere de theorieën over klassieke en operante conditionering en het cognitieve model
* Cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en het opstellen van een verklarend model (onder andere het gebruik van vragenlijsten, holistische theorie, functie- en betekenisanalyses en casusconceptualisatie) over de oorzakelijke en instandhoudende factoren van probleemgedrag plus adequate evaluatie- en monitoringsinstrumenten
* Opbouwen, onderhouden en afsluiten van een CGt-behandeling en een adequate therapeutische werkrelatie
* Ontwerpen van het behandelplan op basis van cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en - analyses
* Het toepassen van basistechnieken van de cognitieve gedragstherapie, onder andere registratieopdrachten en concretisering van probleemgedrag, exposure, responspreventie, gedragsexperimenten, sociale vaardigheidstraining, zelfregulatieprocedures, contraconditioneren, activeringstechnieken, uitdaagtechnieken, socratische dialoog en ontspanningsprocedures
* De uitvoering van behandelingen volgens evidence based behandelprogramma’s bij de meest voorkomende problematieken in de doelgroep, maar in ieder geval angststoornissen, stemmingsstoornissen en impulsproblematiek

## Algemene leerdoelen

Na afloop van de cursus:

* heeft de cursist inzicht en basisvaardigheid in de cognitief gedragstherapeutische manier van denken
* kan de cursist leermodellen toepassen in de eigen praktijk; kan de cursist het cognitief gedragstherapeutische proces toepassen
* kan de cursist betekenisanalyses, functieanalyses en interventiestrategieën ontwerpen
* kan de cursist de kenmerken van de verschillende angst- en stemmingsstoornissen beschrijven
* kan de cursist biologische, psychologische, leertheoretische en systeemverklaringen voor het ontstaan van angst- en stemmingsstoornissen benoemen
* kan de cursist op grond van diagnostiek, assessment, functieanalyses en hulpvragen vaststellen wat er aan de hand is bij cliënten met een angststoornis, cliënten met een stemmingsstoornis en cliënten met impulscontrole problematiek
* kan de cursist vaststellen welk behandelprogramma, op grond van wetenschappelijke inzichten, voor de cliënt het meest aangewezen is
* kan de cursist op grond van diagnostiek en indicatiestelling een individueel behandelplan opstellen, een behandeling uitvoeren, evalueren en afsluiten
* kan de cursist een adequate werkrelatie opzetten en onderhouden en waar nodig het systeem daarbij betrekken

Kennisoverdracht vindt plaats door middel van:

* theoretische en praktijkgerichte uitleg
* literatuurstudie en -besprekingen
* demonstratie (door docent en d.m.v. videofragmenten)
* veel oefenen van vaardigheden in rollenspel (tweetallen, subgroepen, plenair)
* praktijkopdrachten
* casuïstiek bespreking

## Doelgroep

* Professionals die lid willen worden van de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie: [vgct.nl](http://www.vgct.nl/)
* Professionals & hulpverleners die in de praktijk werken met cognitieve gedragstherapie en hun kennis en ervaring willen verdiepen en theoretisch willen onderbouwen

## Literatuur

De literatuur bestaat uit een aantal handboeken en aanvullende literatuur. De aanvullende literatuur wordt middels een reader verstrekt. De cursisten dienen te beschikken over de volgende boeken:

* Keijsers, G., Minnen, A. van, Verbraak, M., Hoogduin, K., Emmelkamp ,P. (2017) [Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten 1](https://www.boompsychologie.nl/product/3552/Protocollaire-behandelingen-voor-volwassenen-met-psychische-klachten-1?h=131), 2 en 3. Amsterdam, Boom.
* Korrelboom, K., Broeke, E. ten. (2014) Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie, handboek voor theorie en praktijk. Bussum, Countinho.
* Broeke, E. ten, Heiden, C. van der, Meijer, S., & Hamelink, H. (2013) Cognitieve therapie, de basisvaardigheden. Amsterdam, Boom.
* Keijsers, G.P.J., Vossen, J.C., & Keijsers, L.H.A. (2012) Helpen veranderen: motiveringsstrategieën in de psychotherapie. Amsterdam, Boom.

## Toetsing

Gedurende de opleiding worden theoretische kennis en vaardigheden getoetst aan de hand van presentaties, praktijkopdrachten en casuïstiek. De cursisten ontvangen een certificaat indien zij minimaal 90% aanwezig zijn geweest en de cursus met goed gevolg hebben afgerond. Volgens de richtlijnen van de VGCT mag er niet meer dan 10% van de contacttijd verzuimd worden. Bij 10 tot 20% verzuiming van de contacttijd zal er een compensatieopdracht moeten worden uitgevoerd. Bij meer dan 20% verzuim kan het certificaat niet worden behaald. Wel kunnen er, binnen een jaar, cursusdagen worden ingehaald, om zo alsnog het certificaat te behalen.

* Mini N=1, een uitgewerkte casus volgens de principes van het cognitief gedragstherapeutisch proces
* Aanwezigheid conform de eisen van de VGCT
* Actieve deelname aan oefeningen, literatuurbesprekingen en praktijkopdrachten
* Presentatie over een stoornis binnen het curriculum
* Filmopname van een eigen behandelsessie

## Continuïteits- en kwaliteitsbewaking

Gedurende de cursus zal er verschillende keren mondeling worden geëvalueerd. De feedback vanuit de mondelinge evaluaties zullen worden gebruikt om de cursus goed te laten aansluiten op de wensen en behoeftes van de cursisten. Aan het eind van de cursus wordt er schriftelijk geëvalueerd. De uitkomsten van de evaluaties worden gebruikt om de inhoud en vorm van het programma bij te sturen voor een volgende uitvoering.

## Docent

Rebecca Warner, GZ-psycholoog, cognitief gedragstherapeut VGCT, supervisor, docent