

DRAAIBOEK Basiscursus Cognitief gedragstherapeutisch werker



Docent: Femke van de Linde

Programma Basis cursus Cognitief gedragstherapeutisch werker

Inleiding:

De basis cursus cognitief gedragstherapeutisch werker is opgezet conform de richtlijnen van de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCT) en bestaat uit 48 contacturen. Daarnaast wordt uitgegaan van 125 uur zelfwerkzaamheid. De cursist moet rekenen op een dag studiebelasting per cursusdag. Deze studiebelasting is afgestemd op de eisen van de VGCT. Na afsluiting van de cursus kunnen cursisten de registratie cognitief gedragstherapeutisch werker VGCT in opleiding aanvragen.

Doelstellingen:

Aan het einde van de cursus:

- heeft de cursist kennis over de cognitief-gedragstherapeutische behandeling van veel voorkomende stoornissen
- beschikt de cursist over vaardigheden voor de cognitief-gedragstherapeutische behandeling van verschillende enkelvoudige stoornissen
- is de cursist in staat om onder supervisie cognitieve gedragstherapieën uit te voeren

Inhoud:

In de cursus komen de volgende onderwerpen aan bod:

- leertheorie
- opzetten van cognitief-gedragstherapeutische analyses (functie- en betekenisanalyse)
- leren uitvoeren van verschillende cognitief-gedragstherapeutische basistechnieken
- behandeling van enkele veelvoorkomende stoornissen

Er wordt geoefend met de volgende stappen van het gedragstherapeutisch proces: inventarisatie van de problematiek, verklarende diagnostiek (met behulp van functie- en betekenisanalyses), kiezen van het te bewerken probleemgebied, opzetten van registratieopdrachten, en uitvoeren van veel gebruikte modificatieprocedures bij verschillende klachtenbeelden. De volgende interventies komen aan bod: vaardigheidstraining (ontspanningsoefeningen, zelfcontroleprocedures, sociale vaardigheidsprocedures), exposure (interoceptief, imaginair, in vivo), gedragsactivatie, en cognitieve herstructurering (socratische dialoog, gedragsexperimenten).

Opzet:

De bijeenkomsten hebben over het algemeen een vergelijkbare opzet:

1. Bespreking van de literatuur aan de hand van een korte voordracht (20 min.) over de te lezen literatuur door de deelnemers. De overige deelnemers bereiden allen een vraag dan wel een stelling over de literatuur voor. *De cursisten die geen voordracht houden presenteren een casus (zie punt 3)*
2. geformuleerde stellingen en uitwisselen eigen ervaringen
3. *bijeenkomsten 1-4:* Onderlinge gedragsmodificatie (OGM); *bijeenkomsten 4-7:* presentatie van een casus m.b.v. een videofragment door een cursist die geen voordracht over de literatuur houdt (in de eerste bijeenkomst wordt afgesproken welke cursist in welke bijeenkomst een casus presenteert). In de presentatie worden a) de diagnostische overwegingen (DSM-IV-diagnose, FA/BA) en b) een beargumenteerd behandelplan (protocollair dan wel 'op maat') gepresenteerd. De presentatie wordt ondersteund door een videofragment van een gesprek met de besproken patiënt. Tot slot wordt er een vraag dan wel discussiepunt geformuleerd n.a.v. de gepresenteerde casus.
4. Presentatie van het thema door de docent en evt. videodemonstratie of demonstratie door de docent

5. Rollenspel/ oefening (voor de groep dan wel in subgroepen)
6. Nabespreken rollenspel/ oefening/ video
7. *Optioneel*: consultatie van de docent (Max. 20 min.)
8. Huiswerkafspraken

De docent is verantwoordelijk voor de samenhang tussen de verschillende onderwerpen. De nadruk ligt uitdrukkelijk meer op training in het toepassen van vaardigheden dan op discussie en/of min of meer passieve kennisoverdracht. Hoewel er in het programma ruimte is voor presentatie van de theorie en demonstraties van technieken door de docenten, wordt het merendeel van de tijd besteed aan het oefenen met de verschillende analysemodellen en interventiemethoden.

Er wordt dan ook vanuit gegaan dat de cursisten de literatuur van tevoren grondig bestuderen en waar nodig casuïstiek voorbereiden, zodat zoveel mogelijk tijd besteed kan worden aan de oefeningen.

Daarnaast wordt sterk aanbevolen technieken binnen de eigen werksetting te oefenen. Zoek dus actief naar mogelijkheden om met patiënten te werken.

Onderlinge gedragsmodificatie:

Om de eerste stappen van het cognitief gedragstherapeutisch proces tijdens de cursus goed te volgen is ervoor gekozen in het inleidende deel gebruik te maken van een onderlinge gedragsmodificatie (OGM) om de basiselementen van het cognitief- gedragstherapeutische proces uitgebreid en systematisch te oefenen. De in de eerste vier bijeenkomsten geleerde methoden worden met elkaar geoefend, met eigen problematiek. De cursisten schrijven over het OGM een verslag, dat tevens geldt als **toets** voor het inleidende deel.

Consultatie:

Bij iedere bijeenkomst wordt de gelegenheid geboden de docent te consulteren over (problemen bij) nieuwe dan wel lopende behandelingen. Hieraan wordt maximaal 20 minuten besteed.

Toetsing:

1. Voor de eerste helft van de cursus geldt het OGM-verslag als **toets**
2. Voor de tweede helft van de cursus geldt een behandelingsverslag van een eigen patiënt waarmee het cognitief-gedragstherapeutisch proces is of wordt doorlopen, als toets. **Hiertoe selecteert elke cursist zo snel mogelijk een casus uit de eigen caseload.** Het verslag wordt uiterlijk tijdens de laatste bijeenkomst ingeleverd. De behandeling hoeft dan nog niet afgerond te zijn. Het gaat er om dat beoordeeld kan worden of de cursist het CGT-proces begrijpt en kan uitvoeren. De richtlijnen voor dit 'mini-N=1 behandelverslag' worden in de volgende paragraaf beschreven. De verslagen worden binnen een maand na afloop van de cursus beoordeeld (onvoldoende, voldoende, goed).

De beide toetsverslagen dienen ten minste als voldoende te zijn beoordeeld. Bij een onvoldoende beoordeling wordt de cursist de kans geboden het verslag aan te passen op basis van de feedback van de docenten.

Naast de verslagen gelden ook de kwaliteit van zowel de deelname aan de bijeenkomsten als van het huiswerk (casus- of literatuurpresentatie) als toets.

Instructies voor de "mini-N=1"

Het uitgangspunt is een behandelingsverslag van maximaal 8 pagina's A4 (exclusief bijlagen). In het verslag dienen de volgende onderwerpen, bij voorkeur in de hierna gegeven volgorde, uitgewerkt te worden (*noot: vind je een onderwerp in jouw geval niet relevant, vermeldt dit s.v.p. met korte onderbouwing*):

1. Beschrijving van relevante gegevens over de patiënt/cliënt en zijn/haar problematiek:

- a. Leeftijd, geslacht, socio-demografische gegevens, reden voor verwijzing, omschrijving van de klacht(en), duur en beloop van de klachten, eventuele aanleiding, eventuele eerdere behandeling en resultaat daarvan.
 - b. DSM-IV classificatie
 - c. Functieanalyse(s) en/of betekenisanalyse(s)
 - e. Beschrijvende diagnose, differentiaal diagnostische overwegingen.
 - d. Beargumenteer je behandelplan/beslissingen/keuzes (besteed vooral aandacht aan de afweging protocollair versus maatbehandeling)
2. Verloop van de behandeling. Beschrijf:
- a. Het therapeutisch proces. Laat hierin duidelijk naar voren komen hoe je te werk bent gegaan (welke interventies, resultaten daarvan), de moeilijkheden die je tegen kwam en hoe je die oploste.
 - b. De therapeutische relatie. Hoe verloopt het contact? Hoe ga je ermee om?
 - c. Veranderingen in het therapieplan of het therapeutisch proces.
 - d. *Indien relevant*: De afronding en resultaten van de behandeling.
3. Evaluatie van de behandeling (ook als die nog niet is afgerond!) met kritische beschouwing:
- a. Wat is je eigen evaluatie van de behandeling?
 - b. Wat heb je geleerd met betrekking tot de relatie van praktijk en theorie van behandeling?
 - c. Wat heb je over jezelf geleerd (wat waren je zwakke en wat je sterke kanten)?
 - d. Zou je een volgende keer de behandeling anders doen? Zou je andere keuzes maken? Welke en waarom?

Verzuim:

Bij meer dan 10% afwezigheid (en minder dan 20%) moet een vervangende opdracht gemaakt worden. Bij meer dan 20% afwezigheid krijgt de deelnemer geen certificaat van deelname.

Doelgroep:

De cursus is bestemd voor hbo-opgeleide hulpverleners in de GGZ die voldoen aan de door de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCT) gestelde vooropleidingseisen (zie voor de vooropleidingseisen: www.vgct.nl).

Literatuur:

De literatuur bestaat grotendeels uit boeken, die de cursisten zelf dienen aan te schaffen. Daarnaast zullen er artikelen gebruikt worden, die online beschikbaar worden gesteld.

Boeken waaruit wordt gewerkt (door cursisten zelf aan te schaffen):

Broeke, E. ten, Heiden, C. van der, Meijer, S. & Hamelink, H. (2008). *Cognitieve therapie: De basisvaardigheden*. Amsterdam: Boom testuitgevers.

Heycop ten Ham, B., De Vos, B., & Hulsbergen, M. (2012). *Praktijkboek Gedragstherapie. Handboek voor cognitief-gedragstherapeutisch werkers, deel 1 & 2*. Amsterdam: Boom.