Scholingsprogramma, wat kun je verwachten?

Slaapscholing middels zelfstudie en fysieke bijeenkomsten die opleidt tot Slaapoefentherapeut. De behandelmethode van de Slaapoefentherapie is de Evidence Based Cognitieve Gedragstherapie insomnie (CGT-i) en meer…

Oefentherapeuten C/M kunnen doorpakken waar andere behandelaars stoppen.

**Programma:**

Blended Learning middels:

* Opdrachten: Je gaat wetenschap bestuderen en een slaapcasus voorbereiden
* Totaal 4 boeken, waarvan 2 lezen en 2 bestuderen en uitwerken.
* Je volgt e-learning: 6 TV-afleveringen (25 minp/st) en 5 e-health modules. Je zal een linkjespagina bekijken met EB webpagina’s, richtlijnen en werkwijzes van aanpalende disciplines. Je verwerft hierdoor brede slaapspecifieke inzichten.
* Je werkt het Slaapoefentherapie leer-werkboek zelfstandig door.

2 fysieke bijeenkomsten op zaterdagen van 10.00 uur tot 16.00 uur met een maand ertussen.

* De zelfstandig verkregen inzichten worden aan elkaar verbonden. Er vindt verbreding en verdieping plaats.
* Je leert alle essentiële ingrediënten om de CGT-i in je praktijk te kunnen geven. Je ontwikkelt een slaapspecifiek methodisch handelen, doelgericht denken en EB psycho-educatie, daarbij oefen je praktisch met elkaar de cognitieve therapie voor disfunctionele gedachten over slaap.
* De wetenschap komt bij de praktijk door het beleven van de relaxatie oefeningen. Deze praktijklessen zijn geweldig oefentherapeutisch en nemen 10% van de eerste lesdag en 40% van de tweede lesdag in. Bij dit cursusonderdeel mag je legitiem in slaap vallen ☺

Competenties (CanMeds):

50% vakinhoudelijk denken en handelen

50% kennis en wetenschap

*De kwaliteit van de zelfstudie telt mee voor het succesvol afronden van deze scholing.*

**Extra:**

Behorend bij de scholing en het Landelijk Netwerk Slaapoefentherapie krijg je toegang tot een grote Kennisbibliotheek (de Kennisbank) en ons casuistiekplatform (een besloten Facebookpagina). Hiermee borgen we je continue bijscholing en kun je altijd laagdrempelig overleggen met collega’s.

De e-health modules zijn onderdeel van je Slaapoefentherapeutische behandelingen.

Er is zeker ruimte voor individuele leerwensen passend bij je affiniteit of specialisaties.