# PROGRAMMA & LITERATUUR

# BASISCURSUS COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE

(**100** uur)

in het kader van de VGCT-opleiding

geaccrediteerd door de VGCt

**SPANJE EN LUNTEREN**

**Docenten:**

Martijn Stöfsel (hoofddocent) en Pancras van den Bos, beiden klinisch psycholoog en supervisor bij de VGCt, die beiden het volledige programma aanwezig zijn.

**Opzet:**

Het basis-introductie-deel van 34 uur vindt plaats gedurende 6 opeenvolgende dagen in Spanje.

Het basis-verdiepings-deel van 66 uur vindt plaats gedurende 11 tweewekelijkse dagen van 6 uur in Lunteren.

Start: 12 mei 2019

Eind: 19 december 2019

**Algemeen**

De 100-urige basiscursus cognitieve gedragstherapie (cgt) is methodisch specifiek en richt zich op de doelgroep ouderen en volwassenen. De cursus leidt op tot een therapeut die de basisprincipes van het gedragstherapeutisch proces, gedragstherapeutische diagnostiek en gedragstherapeutische technieken kent en beheerst en die een volledige cgt-behandeling kan opzetten en die cgt-technieken op het gebied van met name angst- en stemmingsstoornissen kan toepassen. Deze cursus wordt voor accreditatie aangeboden aan de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCt) als basiscursus cognitieve gedragstherapie (cgt) in het opleidingstraject om gewoon lid van de VGCt te worden.

De cursus richt zich op afgestudeerde psychologen of andere afgestudeerden in de sociale wetenschappen of afgestudeerden in de geneeskunde, die gewoon lid van de VGCt willen gaan worden of zich willen bekwamen in de cognitieve gedragstherapie.

Belangrijke voorwaarde voor deelname aan deze cursus is dat men de in de cursus geleerde en geoefende technieken in de praktijk met cliënten kan oefenen. Cursisten moeten daarom (al dan niet betaald) werkzaam zijn in de Geestelijke GezondheidsZorg (GGZ), in brede zin.

De cursus omvat 100 contacturen en 350 werkuren.

De 100 contacturen zijn onderverdeeld in 34 uur basisdeel in Spanje en 66 uur verdiepingsdeel in Nederland.

*Dit draaiboek is grotendeels gelijk aan het draaiboek van de 2017-versie van deze cursus, die in najaar 2016 is geaccrediteerd door de VGCt. Er zijn aanpassingen gedaan naar aanleiding van de opmerkingen van de accreditatiecommissie: een minder groot aantal onderwerpen wordt behandeld en de therapeutische relatie wordt in veel bredere CGT-zin behandeld.*

**Verantwoording opzet**

Deze cursus is opgezet vanuit het principe dat leren optimaal verloopt in een prettige omgeving en in een veilige groep. Daarbij is het van belang dat er een goed evenwicht is tussen het opdoen van kennis in een gestructureerde leeromgeving in een groep (en daarbinnen kunnen experimenteren met nieuw verworven technieken en vaardigheden) en het toepassen van die ervaringen in de klinische behandelpraktijk. Daarbij vinden we dat leren ook leuk mag zijn en beter zal verlopen als er een ontspannende context is.

**Het basis-introductie-deel**

Vanuit deze uitgangspunten willen we beginnen met het basisdeel van de cursus te geven in Spanje op een aangename en rustgevende cursuslocatie. In de beginfase van een cursus is het creëren van een veilige leeromgeving van belang. Dat zal naar ons idee sneller verlopen met een intensieve periode van een week cursus op een prettige ontspannen en veilige plek.

Het introductie-deel van de basiscursus bestaat uit het kennismaken met de gedragstherapeutische principes en het opdoen van basale cgt-vaardigheden, zoals maken van een holistische theorie, oefenen met het opzetten van BA’s en FA's, oefenen met de cognitieve technieken, ontspanningsoefeningen en exposure. Deze vaardigheden kunnen prima en misschien beter met medecursisten geoefend worden dan met echte cliënten, dat geeft namelijk meer vrijheid om te experimenteren. In de intensieve eerste week van deze cursus in Spanje raakt men dan ook vertrouwd met de cgt-principes en zal er veel geoefend worden.

**Het basis-verdiepings-deel**

In het verdiepingsgedeelte van de cursus willen we het principe van een prettige leeromgeving voortzetten door les te geven op een mooie ontspannende plek in de natuur in het midden van het land. Juist in het verdiepingsgedeelte van de cursus is het wel belangrijk dat cursisten de aangeleerde vaardigheden kunnen oefenen in hun klinisch werken met cliënten. In dit gedeelte zullen de bijeenkomsten dan ook één dag in de twee weken plaats vinden. Zodat tussen de bijeenkomsten door er de gelegenheid is om te oefenen met de nieuw aangeleerde vaardigheden en technieken. Elke bijeenkomst in het verdiepingsdeel zal worden afgesloten met een huiswerkopdracht waarin cursisten actief de geleerde vaardigheden en technieken moeten oefenen in hun klinische praktijk en daarvan de volgende keer schriftelijk verslag doen.

**Evaluatie cursus basiscursus 2017**

Deze cursus is halverwege. Er heeft inmiddels een uitgebreide tussenevaluatie plaats gehad.

Zonder uitzondering zijn alle cursisten enthousiast over de opzet, waarbij we begonnen met een intensieve cursusweek in Spanje en daarna om de twee weken cursusbijeenkomsten hebben in Nederland. De intensieve week in Spanje wordt gewaardeerd omdat daar een inhoudelijk stevig cognitief gedragstherapeutisch fundament is gelegd, maar er ook een plezierig groepsproces ontstond, waardoor er veel openheid en vertrouwdheid is in de cursusgroep om vragen te stellen, te oefenen en moeilijke situaties aan de orde te stellen. De demonstraties die wij als docenten geven, voordat cursisten zelf met technieken gaan oefenen, worden bijzonder gewaardeerd. De cursisten waarderen ons als docenten, op een tienpuntsschaal met een 9,3. De gehele cursus krijgt het cijfer 8,9.

Uit deze tussentijdse evaluatie kunnen we dan ook concluderen dat de opzet, zoals ons die voor ogen stond, leidt tot een optimaal leerklimaat. We zullen deze opzet dan ook in de nieuwe cursus handhaven.

Wel zullen we, conform de bevindingen van de accreditatiecommissie het aantal onderwerpen kleiner maken en meer aandacht aan de therapeutische relatie in de CGT bieden.

**Prijs**

Deze opzet van de basiscursus is qua reis- en verblijfskosten duurder dan ‘reguliere’ basiscursussen. Door de cursus in eigen beheer te geven kunnen we deze cursus echter voor een goed concurrerende prijs aanbieden.

**Onderwerpen**

*Basis-introductie-deel*

De volgende onderwerpen komen aan bod in het basisgedeelte van 34 uur:

* kennis van het cognitief gedragstherapeutisch proces;
* leer- en emotietheorie relevant voor de klinische praktijk, in ieder geval de theorieën over klassieke en operante conditionering en het cognitieve model;
* cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en het opstellen van een verklarend model (inclusief gebruik van vragenlijsten, holistische theorie, functie- en betekenisanalyses en casusconceptualisatie) over de oorzakelijke en in stand houdende factoren van probleemgedrag plus adequate evaluatie- en monitoringsinstrumenten;
* opbouwen, onderhouden en afsluiten van een cgt-behandeling en een adequate therapeutische werkrelatie;
* ontwerpen van behandelplannen op basis van cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en cognitief gedragstherapeutische analyses;
* het toepassen van basistechnieken van de cognitieve gedragstherapie, waaronder ten minste registratieopdrachten en concretisering van probleemgedrag, exposure, responspreventie, gedragsexperimenten, sociale vaardigheidstraining, zelfregulatieprocedures, contraconditioneren, activeringstechnieken, uitdaagtechnieken, socratische dialoog en ontspanningsprocedures;
* overzicht over de verschillende generaties gedragstherapieën.

*Basis-verdiepings-deel*

In het verdiepingsgdeelte van 66 uur worden evidence based behandelprogramma’s met cgt-vaardigheden en technieken aangeleerd om met name angst- en stemmingsstoornissen en somatofome stoornissen te kunnen behandelen. Er wordt ook aandacht besteed aan de therapeutische relatie in de cognitieve gedragstherapie en er worden beperkte uitstapjes gemaakt naar persoonlijkheidsproblematiek en somatoforme problematiek.

**Algemene leerdoelen**

Na afloop van de basiscursus:

* 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 een cliënt met een angststoornis, een cliënt met een stemmingsstoornis en een cliënt met een somatoforme stoornis;
* 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.

**Literatuur**

Boeken waarover de cursisten dienen te beschikken gedurende de cursus:

* Korrelboom, C.W. & Ten Broeke, E. (2014). Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie. Coutinho. ISBN: 9046903818 of 9789046903810
* Ten Broeke, E., Korrelboom, C.W. & Verbraak, M.J.P.M. (2009). Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat. Coutinho. ISBN: 9789046901335
* Daarnaast worden er via een digitaal platform aanvullende artikelen beschikbaar gesteld.

**Didactische vormen en technieken**

Informatie wordt gegeven in de vorm van inleidingen, korte filmpjes, video’s, interactieve discussies en demonstraties. Het oefenen met het maken van analyses en behandelplan gebeurt in de vorm van rollenspelen aan de hand van casuïstiek, zowel plenair als in subgroepen. Op deze wijze zal tevens geoefend worden met de interventietechnieken. Zaken die in subgroepen geoefend worden, worden plenair nabesproken.

Vaardigheden en technieken worden eerst plenair gedemonstreerd door één van de docenten en daarna geoefend door de deelnemers in subgroepen.

**Toetsing en beoordeling**

* **Aanwezigheid** van 90%. Bij meer dan 10 uur verzuim moet er een vervangende opdracht worden gedaan. Bij meer dan 20 uur verzuim kan het certificaat niet meer worden afgegeven en kunnen eventueel de gemiste dagen bij een andere cursus worden ingehaald.
* **Toetsmoment 1:** Een toets, waarin de basale leerdoelen worden getoetst, vindt plaats aan het begin van de eerste bijeenkomst van het verdiepingsdeel.
* **Toetsmoment 2**: praktische huiswerkopdrachten moeten vóór elke bijeenkomst in het verdiepingsdeel gemaakt worden en ingeleverd. Deze opdrachten sluiten direct aan bij de zaken die besproken zijn in de voorafgaande bijeenkomst (over het algemeen toepassen van besproken vaardigheden en technieken met cliënten) en hebben tot doel de geboden stof meer eigen te maken. Deze opdrachten worden met commentaar door de docent de keer daarop aan de deelnemers teruggegeven.
* **Toetsmoment 3**: Onderlinge Gedrags Modificatie (OGM): in en na het basisdeel oefent de cursist met het opzetten van een cgt-behandeling aan de hand van eigen (kleine) problematiek. Een verslag hiervan wordt ingeleverd en beoordeeld op correcte toepassing van vaardigheden als opstellen Holistische Theorie, kiezen eerste behandeldoel, opstellen betekenis-, functie- of cognitieve analyses, motivatie keuze eerste interventie en uitvoer van die interventie.
* **Toetsmoment 4**: Op de voorlaatste bijeenkomst levert de cursist een toetscasus of mini-N=1 in (holistische theorie, analyses, behandelplan, interventies en korte bespreking) waarin hij/zij aantoont dat hij/zij de leerdoelen van de basiscursus beheerst. De laatste bijeenkomst krijgt de cursist de becommentarieerde mini N=1 terug.
* **Toetsmoment 5**: De cursus wordt afgesloten in de laatste bijeenkomst met de presentatie van een zogenaamde toets-clinic. In de toetsclinic demonstreert de cursist een bepaalde door hem of haar uitgevoerde cgt-techniek live (met een medecursist) of vertoont hij/zij een videoband, waarin hij of zij deze techniek demonstreert. De cursist wordt beoordeeld op een correcte toepassing van de techniek.
* **Beoordeling:** de cursist sluit de cursus met succes af, indien hij/zij voldaan heeft aan de aanwezigheidsverplichting, indien hij/zij alle 5 toetsmomenten voldoende heeft gedaan c.q. gemaakt en indien beide docenten de cursist geschikt achten voor de voortzetting van de opleiding tot cognitief gedragstherapeut. Dit moet blijken uit inbreng en opstelling tijdens de basiscursus.
* Bij onverhoopte onvoldoende prestaties zal er de gelegenheid zijn om een herkansing te doen.

**Certificaat**

Aan het einde van de basiscursus ontvangt iedere geslaagde cursist een certificaat met de gegevens van de cursist en de cursus. De lijst van geslaagde cursisten wordt toegevoegd aan PE-online van de VGCt.

**Continuïteits- en kwaliteitsbewaking**

Aan de hand van huiswerkopdrachten, literatuurtoets, verslag van de Onderlinge Gedragsmodificatie en de mini-N=1 en het oefenen met verschillende vaardigheden in rollenspelen tijdens de bijeenkomsten en de korte evaluaties na elke bijeenkomst wordt de kwaliteit bewaakt en continuïteit gewaarborgd.

**Bijeenkomst 1 kennismaking, wat is cgt, geschiedenis cgt, overzicht leerprincipes**

6,5 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u:

Korrelboom en Ten Broeke (2014): hfst 1 en 3 *(boek)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. kennismaken en leerdoelen
2. geschiedenis van de gedragstherapie
3. operante en klassieke conditionerings-/leerprincipes

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft/kunt u:

1. inzicht in ontstaan van de cognitieve gedragstherapie en de verhouding met de andere therapiestromingen
2. inzicht in het principe van klassieke conditionering en de relevantie daarvan voor de praktijk
3. inzicht in het principe van operante conditionering en de relevantie daarvan voor de praktijk
4. basaal ontwerpen van een betekenisanalyse
5. basaal ontwerpen van een functieanalyse

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.00 – 09.15 | Welkom, uitleg en informatie over de cursus en praktische afspraken | **nvt** | Presentatie |
| 09.15 - 10.00 | Kennismaking en leerdoelen | **nvt** | Subgroep en plenair |
| 10.00 – 11.15 | Geschiedenis van de cognitieve gedragstherapie, nadruk op de gedragstherapeutische oorspong | **1** | Presentatie mbv powerpoint, geïllustreerd met filmfragmenten |
| 11.15 – 12.30 | Bespreking van de klassieke en operante leerprincipes, daarna vertalen van praktijkvoorbeelden in leertheoretische termen | **2 en 3** | Plenaire bespreking met uitwisseling |
| 14.30 – 15.00 | Oefenen met leerprincipes categoriseren adhv korte vignetten | **2 en 3** | Tweetallen |
| 15.00 – 15.30 | Nabespreken vorige oefening | **2 en 3** | Plenaire bespreking |
| 15. 30 – 16.15 | Verdieping in operante leerprincipe | **3 en 5** | Presentatie mbv powerpoint, geïllustreerd met filmfragmenten |
| 16.15 – 17.15 | Oefening in subgroepen van 3 personen met casuïstiek: is er. sprake is van klassieke of operante conditionering. Welke info mis je? Welke analysen kan je maken? | **4 en 5** | Subgroep 3 personen, plenaire nabespreking |
| 17.15 – 17.30 | Evaluatie en huiswerk voor volgende keer bespreken | **nvt** | Plenair |

**Huiswerk**

Maak van problematiek van een eigen cliënt een analyse in conditioneringstermen. Deze analyse moet, inclusief een korte beschrijving van de casus, de volgende bijeenkomst ingeleverd worden. Maximaal 1 A-4-tje.

**Bijeenkomst 2 gedragstherapeutisch proces, holistische theorie en functieanalyse**

6,5 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u:

* Hermans e.a., Inleiding tot de Gedragstherapie, hoofdstuk 3 Het Gedragtherapeutisch Proces*(digitaal)*
* Korrelboom en Ten Broeke, hoofdstuk 9 en 11*(boek)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Twee en drie factoren model
2. Het gedragstherapeutisch proces
3. Holistische theorie
4. Metingen en registraties
5. Topografische analyse

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft/kunt/weet u:

1. inzicht in het twee-/driefactorenmodel en de toepasbaarheid daarvan,
2. inzicht in het gedragstherapeutisch proces
3. een holistische theorie met en over een cliënt opzetten en presenteren
4. wanneer cognitief gedragstherapeutische metingen toegepast kunnen worden
5. een op specifieke probleemgedrag toegepaste meting ontwerpen
6. een topografische analyse maken

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.00 – 09.30 | Welkom, vragen nav de literatuur en toets | **nvt** | Plenair |
| 09.30 – 10.00 | Inleiding over het 2- en 3-factorenmodel | 1 | Plenair mbv powerpoint, |
| 10.00 – 10.45 | Oefening in subgroepen: breng de informatie van de oefening  onder in een 2- of 3-factoren model. Bepaal of er sprake is van vooral klassieke conditionering, vooral operante, of allebei | **1** | Subgroepen met plenaire nabespreking |
| 10.45 – 11.15 | Inleiding Gedragstherapeutisch Proces: holistische theorie/probleemsamenhang | **2 en 3** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 11.15 – 11.45 | Demonstratie van opstellen en uitleggen holistische theorie door docent aan de hand van een casus uit de groep die door groepslid wordt gespeeld. | **2 en 3** | Plenaire demonstratie door docent |
| 11.45 – 12.30 | Oefenen in subgroepen met het opstellen en presenteren van een holistische theorie aan een cliënt | **2 en 3** | Subgroepen |
| 14.30 – 15.00 | Vervolg oefenen in subgroepen met het opstellen en presenteren van een holistische theorie aan een cliënt | **2 en 3** | Subgroepen |
| 15.00 – 15.45 | Inleiding over metingen en registraties in het kader van het gedragstherapeutisch proces: vragenlijsten, registraties en topografische analyses | **4 en 5** | Presentatie mbv powerpoint, |
| 15.45 – 16.15 | In drietallen ontwerpen van een plan voor metingen, registraties en topografische analyse aan de hand van casuïstiek van één van de deelnemers | **4 en 5** | Subgroep 3 personen, plenaire nabespreking |
| 16.15 – 16.45 | Demonstratie van en oefenen met het maken van topografische  analyses van eenvoudig probleemgedrag aan de hand van casuïstiek van één van de deelnemers | **6** | Plenaire demonstratie door docent |
| 16.45 – 17.15 | Oefening topografische analyse | **5** | Groepen van 3 |
| 17.15 – 17.30 | Evaluatie en huiswerk voor volgende keer bespreken | **nvt** | Plenair |

**Huiswerk**

Maak samen met een medecursist van een echte cliënt een FA en/of BA.

**Bijeenkomst 3 betekenisanalyse, metingen: registratieopdrachten en vragenlijsten**

4 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u:

* Inleiding tot de Gedragstherapie, hoofdstuk 8 (behalve paragraaf 8.6 en 8.9)
* Korrelboom en ten Broeke, hoofdstuk 10, 12 en 13 *(boek)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Verdieping van de betekenisanalyse
2. Interventies bij betekenisanalyse
3. Exposureprocedures

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft/kunt u:

1. verdiepend inzicht in de betekenisanalyse
2. kennis van verschillende exposureprocedures
3. toepassen van exposureprocedures

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 13.30 – 13.45 | Welkom, inleveren huiswerk, vragen nav de literatuur | **nvt** | Plenair |
| 14.00 - 14.15 | Inleiding over betekenisanalyse, geheugennetwerk en responssystemen van Lang | **1 en2** | Plenair mbv powerpoint |
| 14.15 – 15.00 | Overzicht van mogelijke interventies bij een betekenisanalyse, met name exposure | **1 en 2** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 15.00 – 15.30 | Demonstratie referentiële (imaginaire) exposure of sequentiele exposure (angsthiërarchie) | **2 en 3** | Demonstratie door docent mbv echte spin of imaginaire (referentiële) exposure |
| 15.30 – 16.45 | Oefenen in subgroepen met één van de exposurevormen | **3** | Subgroepen van 2 of 3 deelnemers |
| 16.45 – 17.15 | Toepassing betekenisanalyse bij traumabehandeling | **1 en 2** | Demonstratie door docent adhv casuïstiek |
| 17.15 – 17.30 | Evaluatie en huiswerk voor volgende keer bespreken |  |  |

**Huiswerk**

Maak samen met een medecursist een BA van gedrag, waar je last van hebt of last van hebt gehad. Bedenk een registratieformulier hiervoor. Lever je eigen BA en registratielijstje in. Maximaal 1 A4.

**Bijeenkomst 4 cognitieve technieken, behandelplan en begin OGM**

6,5 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u

* Korrelboom en ten Broeke, hoofdstuk 2, 14 en 15 *(boek),*
* A-Tjak. J.G.L. (2005) Forum: Functie-, betekenisanalyse en cognitieve casusconceptualisatie: Hart en ziel van de gedragstherapie. Gedragstherapie, 3. *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. verdieping van de functionele analyse
2. interventies bij functionele analyse
3. cognitieve leerprincipe
4. cognitieve technieken
5. opstellen behandelplan

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft/kunt u:

1. verdiepend inzicht in de functie-analyse
2. kennis van verschillende operante interventies
3. kennis van cognitieve procedures
4. uitleggen cognitieve model aan cliënt
5. toepassen van cognitieve technieken
6. opstellen behandelplan

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.00 – 09.15 | Welkom, vragen nav de literatuur. | **nvt** | Plenair |
| 09.15 - 09.30 | Terugblik op alle behandelde stof tot nu toe | **nvt** | Reclamefilmpje van de VGCt |
| 09.30 – 10.15 | Overzicht van mogelijke interventies bij een functie-analyse | **1 en 2** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.15 – 11.00 | Inleiding cognitieve therapie: Beck en Ellis | **2** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 11.00 – 11.15 | Uitleg cognitieve model aan een cliënt | **3 en 4** | Demonstratie door docent adhv casuïstiek |
| 11.15 – 11.45 | Uitleg cognitieve model aan een cliënt | **4** | Subgroepen van 2 of 3 deelnemers |
| 11.45 – 12.30 | Overzicht van mogelijke cognitieve interventies (uitdaagtechnieken, meer dimensionaal evalueren, et cetera) | **5** | Presentatie mbv powerpoint, en demonstraties door docent |
| 14.30 – 15.45 | Oefenen in groepen met cognitieve interventies. | **5** | Subgroep 3 personen |
| 15.45 – 17.00 | Opstellen complete behandelopzet van eigen cliënt, dus HT, FA/BA en behandelplan | **6 en alle anderen** | Subgroepen van twee |
| 17.00 – 17.30 | Uitleg OGM  Evaluatie en huiswerk voor volgende keer bespreken | **nvt** | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met 2 verschillende cognitieve interventies op een medegroepslid. Lever kort verslag daarvan in. Max 1 A4.
* Onderlinge GedragsModificatie: Samen met medecursist bedenken van een klein behandelbaar eigen probleem, dat zich echt voordoet in het nu. Voor volgende bijeenkomst bepaal probleemgedrag, waar je een tijdje aan kan werken.

**Bijeenkomst 5: ontspanningsoefeningen en lastige casuïstiek**

4 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u:

* Heycop ten Ham van B, de Vos en Hulsbergen. (2012). Progressieve ontspanningsoefening en suggestieve ontspanningsoefening (blz 389 – 395). In: Praktijkboek Gedragstherapie. Boom. *(digitaal))*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Indicatie verschillende ontspanningsprocedures
2. Ontspanningsprocedures
3. Hoe lastige casuïstiek aan te pakken

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft/kunt u:

1. kennis van indicatie voor ontspanningsprocedures
2. toepassen van korte snelle op ademhaling gerichte ontspanningsprocedures
3. toepassen van primair op spierontspanning gerichte ontspanningsprocedures
4. toepassen van hypnotisch gerichte ontspanningsprocedures
5. in BA en/of FA termen denken bij lastige casuïstiek

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 13.30 – 13.45 | Welkom, inleveren huiswerk vragen nav de literatuur | **nvt** | Plenair |
| 13.45 – 14.45 | Inleiding en plenaire demonstratie over ontspanningstechnieken | **1, 2, 3 en 4** | Presentatie mbv powerpoint, en demonstratie door docent |
| 14.45 – 15.45 | Oefenen in groepen: iedereen doet een oefening | **1, 2, 3 en 4** | Subgroep 3 personen |
| 15.45 – 16.30 | Lastige casuïstiek van een cursist bespreken en helder krijgen adhv de tot nu toe behandelde onderwerpen | **5** | Twee groepen met een docent |
| 16.30 – 17.00 | OGM: check met docent de ‘behandelbaarheid’ ervan, maak met OGM-maatje begin van een HT en van FA en/of BA’s. | **nvt** | Tweetallen |
| 17.00 – 17.30 | Uitleg OGM  Evaluatie en huiswerk voor volgende keer bespreken | **nvt** | Plenair |

**Huiswerk**

Maak analyses, holistische theorie en behandelplan van je OGM-onderwerp samen met je OGM-maatje.

**Bijeenkomst 6 verschillende cgt-stromingen, behandelrelatie, begin OGM**

6,5 uur Spanje

**Literatuur**

Ter voorbereiding van deze bijeenkomst bestudeert u

* Inleiding tot de Gedragstherapie, paragraaf 8.6 en 8.9, *(digitaal)*
* A-Tjak, J.G.L. (2008). Acceptance and Commitment Therapy, interventies NAO. De Psycholoog, maart 2008. *(digitaal)*
* Schurink, G., (2006). Mindfulness: integratie in de cognitieve gedragstherapie. Gedragstherapie 4, december 2006 *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Voor en nadelen protocollaire behandelingen
2. Verschillende gedragstherapeutische stromingen
3. Overzicht over gehele gedragstherapeutisch proces
4. Casuïstiek van deelnemers
5. Opleidingsprogramma VGCt
6. Afsluiten en afscheid nemen

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt/heeft u:

1. Inschatten wanneer een protocollaire behandeling wel en niet geïndiceerd is
2. Overzicht over 3 generaties gedragstherapieën
3. Het gedragstherapeutisch proces verder toepassen
4. Lastige casuïstiek analyseren in cognitief gedragstherapeutische termen
5. Inzicht in het opleidingsprogramma van de VGCt

**Tijdschema**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.00 – 09.15 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur, | **nvt** | Plenair |
| 09.15 - 09.45 | Inleiding over protocollaire behandelingen: voor- en nadelen, ervaringen? | **1** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 09.45 – 11.00 | Inleiding over de verschillende gedragstheoretische stromingen (1e, 2e en 3e generatie), met nadruk op de 3e generatie: ACT, mindfulness en oplossingsgerichte therapie | **2** | Presentatie mbv powerpoint, en demonstraties door docent |
| 11.00- 12.30 | Eierwekkerbehandeling: met de hele groep een casus behandelen | **3 en 4** | Rollenspel voor de plenaire groep, waarbij groepsleden na 5 minuten voor elkaar inspringen |
| 14.30 – 15.15 | Problematische casuïstiek doornemen in groepjes van 3 en daarna plenair | **3 en 4** | Subgroepen van 3 |
| 15.15 – 15.45 | 30 uur opleidingsprogramma van de VGCt doornemen | **5** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over de OGM en plannen maken voor meting en eerste interventies in Nederland |  |  |
| 16.15 – 17.00 | Rollenspel ter lering van de verschillende gedragstherapeutische stromingen en vermaak | **2** | Groepsrollenspel waarbij team met verschillend georiënteerde gedragstherapeuten een casus bespreekt |
| 17.00 – 17.30 | Laatste restjes van dit eerste gedeelte van de cursus, tussentijdse evaluatie, planning in Nederland doornemen | **nvt** | Plenair |

**Huiswerk:**

* Verder uitvoeren OGM
* Voorbereiden op schriftelijke toets in bijeenkomst 7 over alle tot nu toe behandelde stof

**BASIS-VERDIEPINGS-DEEL**

**Bijeenkomst 7 schriftelijke toets, exposure en specifieke fobie**

6 uur Lunteren

**Literatuur**

**Specifieke fobie**

* Jongh, A. de., et al. (2009). Specifieke fobieën. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*
* Bouman, Th. en van Hout, W. (2006). CS-exposure werkt bij emotofobie, Gedragstherapie, 39, 127-138. *(digitaal)*
* Huijding, J & de Jong, P. (2008) De rol van disfunctionele automatische associaties bij angststoornissen. Gedragstherapie, 41, 153-169. *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Angstconditionering: hoe werkt dat?
2. Algemene principes van exposure
3. Specifieke fobieën

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. Exposure in vivo procedures uitleggen
2. Een FA en BA maken bij een specifieke fobie
3. Een behandelplan opstellen voor een specifieke fobie
4. De rationale/psycho-educatie van behandeling bij specifieke fobie met een cliënt bespreken
5. Exposure in vivo toepassen bij een specifieke fobie

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30-09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.45 | Schriftelijke toets over alle tot nu toe bestudeerde literatuur | Alle leerdoelen tot nu toe |  |
| 10.45-11.45 | Ontstaan van angstconditionering bespreken en waarom exposure de aanbevolen methode is om angstproblematiek aan te pakken. Inzicht in de werkzame principes bij exposure. | 1 | Plenaire bespreking mbv powerpoint met uitwisseling |
| 11.45-12.30 | Inleiding specifieke fobie, FA en BA specifieke fobie, rationale behandeling fobie | **2, 3** | Plenaire bespreking mbv powerpoint en video, met uitwisseling |
| 13.30 – 14.00 | Oefening anamnese (met FA en BA) afnemen bij specifieke fobie | **2,3** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 14.00-14.30 | Behandeling specifieke fobie | 3,4,5 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 14.30 – 15.00 | Demonstratie behandeling specifieke fobie | **3,4,5** | Demonstratie door docent |
| 15.00 – 15.45 | Oefenen met exposure in vivo-instructie bij specifiek fobie | **3,4,5** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 15.45-16.15 | Met maatje overleg over voortgang OGM |  |  |
| 16.15-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met een van de vandaag besproken interventie-technieken op een cliënt (partner, vriend of familielid). Schrijf kort verslag: korte introductie cliënt, relevante analyses, gekozen procedure en kort verloop. Max 1 A-4.
* Verder uitvoeren OGM.

**Bijeenkomst 8 paniekstoornis**

6 uur Lunteren

**Literatuur**

**Paniekstoornis**

* Melis, P. et al. (2009). Paniekstoornis met agorafobie. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. ontstaan paniekstoornis

2. psycho-educatie bij paniekstoornis

3. behandeling van Paniekstoornis

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. inzicht in het ontstaan van een paniekstoornis

2. Een FA en BA maken bij een paniekstoornis

3. psycho-educatie geven over een paniekstoornis

4. Een behandelplan opstellen voor een paniekstoornis

5. Interoceptieve exposure toepassen bij een paniekstoornis

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30-09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.15 | Inleiding paniekstoornis | 1 |  |
| 10.15-11.00 | Oefenen met anamnese (met FA en BA) afnemen bij paniekstoornis | 2 | Subgroepen van 2, eigen casuïstiek |
| 11.00-11.45 | Inleiding behandeling paniekstoornis: psycho-educatie en behandeling, waaronder kritische bespreking concept hyperventilatie | 3,4 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 11.45- 12.30 | demonstratie psycho-educatie en uitleg paniekstoornis | 3,4 | Demonstratie door docent |
| 13.30 – 14.00 | Oefenen met psycho-educatie en uitleg paniekstoornis | **3,4** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 14.00-14.45 | Inleiding interoceptieve exposure en demonstratie met groep | **5** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling en groepsdemonstratie |
| 14.45-15.45 | Oefenen met interoceptieve exposure | **5** | Subgroepen van 2, eigen casuïstiek |
| 15.45-16.15 | Met maatje overleg over voortgang OGM |  |  |
| 16.15-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met een van de vandaag besproken interventie-technieken op een cliënt (partner, vriend of familielid). Schrijf kort verslag: korte introductie cliënt, relevante analyses, gekozen procedure en kort verloop. Max 1 A-4.
* Verder uitvoeren OGM.

**Bijeenkomst 9 Gegeneraliseerde AngstStoornis**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Heiden, C. van der., et al. (2009). Gegeneraliseerde angststoornis. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*
* Ehring, T en Watkins, E.R. (2012). Repetitief negatief denken als transdiagnostisch proces, Gedragstherapie, 45, 5-21. *(digitaal)*
* Heiden, C. van der et al. (2012). Behandeling van de gegeneraliseerde angststoornis: anders leren denken over piekeren of leren verdragen van onzekerheden? Een gerandomiseerde, gecontroleerde studie, Gedragstherapie,45, 101-115. *(digitaal)*
* Wigboldus et al. (2012). Metacognitieve therapie voor GAS vanuit een geïntegreerd cognitief gedragstherapeutisch perspectief: een gevalsbeschrijving; Gedragstherapie, 45, 117-128. *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Gegeneraliseerde angststoornis
2. Intolerance of Uncertainty
3. Metacognitieve interventies
4. Piekerexposure

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een FA en BA maken bij GAS
2. de rationale van behandeling van GAS uitleggen
3. toepassen van cognitieve procedures bij GAS
4. toepassen van IoC-procedures bij GAS
5. toepassen van megacognitieve-procedures bij GAS
6. toepassen van piekerexposure-procedures bij GAS

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30-09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur, | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.30 | Inleiding GAS | 1,2,3,4,5 en 6 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.30 – 11.30 | Oefenen met cognitieve interventies bij GAS, voorafgegaan door korte demonstratie docent | 2, 3 | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek en docent |
| 11.30-12.30 | Oefenen met IoC-interventies, voorafgegaan door korte demonstratie docent | **4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek en docent |
| 13.30- 14.30 | Oefenen met metacognitieve interventies, voorafgegaan door korte demonstratie docent | **5** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek en docent |
| 14.30 – 15.30 | Oefenen met piekerexposure, voorafgegaan door korte demonstratie docent | **4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek en docent |
| 15.30 – 16.00 | Met maatje overleg over voortgang OGM |  |  |
| 16.00-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met één van de vandaag besproken interventie-technieken op een cliënt (partner, vriend of familielid). Schrijf kort verslag: korte introductie cliënt, relevante analyses, gekozen procedure en kort verloop. Max 1 A-4.
* Verder uitvoeren OGM.

**Bijeenkomst 10 Dwangstoornis**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Verbraak, M. & ten Broeke, E. (2009). In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(digitaal)*
* Najmi, S. et al. (2009). Managing unwanted intrusive thoughts in obsessive-compulsive disorder: Relative effectiveness of suppression, focused distraction, and acceptance. *Behaviour Research and Therapy*, **47**, 494-503 *(digitaal)*
* Nauta, K.J. et al (2012)De obsessieve-compulsieve stoornis vanuit gezinsperspectief; implicaties voor behandeling en onderzoek, Tijdschrift voor psychiatrie, 54, 4, 439-448 *(digitaal)*
* Grouwels et al (2009) Obsessieve compulsieve stoornis en metacognitief vertrouwen in aandacht perceptie en geheugen, Gedragstherapie, 2009, 42, 35-48 *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Dwangstoornis
2. Behandeling dwanghandelingen
3. Behandeling obsessies

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een FA en BA maken bij dwang
2. de rationale van behandeling van dwangproblematiek uitleggen
3. toepassen van procedures bij overte dwanghandelingen
4. toepassen van procedures bij coverte dwanghandelingen
5. toepassen van procedures bij obsessies

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30-09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur, | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.30 | Inleiding dwanghandelingen | 1,2,3,4 en 5 | Plenaire bespreking mbv powerpoint en video, met uitwisseling |
| 10.30 – 10.45 | Inleiding obsessies en compulsies | 2, 3, 4 en 5 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.45 - 11.30 | Oefenen met uitleg en rationale en opzetten behandeling bij overte dwang | **3** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 11.30 – 12.30 | Oefenen met uitleg en rationale en opzetten behandeling bij coverte dwang | **4** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 13.30- 14.00 | Inleiding obsessies; uitleg rationale en behandelinterventies | **5** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 14.00 – 14.30 | Demonstratie docent | **5** | Plenair |
| 14.30 – 15.30 | Oefenen met uitleg rationale en behandelinterventies bij obsessies | **5** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 15.30 – 16.00 | Met maatje overleg over voortgang OGM | **OGM-doelen** | tweetallen |
| 16.00-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met een van de vandaag besproken interventie-technieken op een cliënt (partner, vriend of familielid). Schrijf kort verslag: korte introductie cliënt, relevante analyses, gekozen procedure en kort verloop. Max 1 A-4. Bij gebrek aan oefenmogelijkheid: maak een behandelplan
* Verder uitvoeren OGM

**Bijeenkomst 11 Sociale fobie en vermijdende persoonlijkheidsproblematiek**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Oosterbaan, D. & Korrelboom, K. (2009). Sociale angststoornis. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*
* Luana Marques et al (2012) Avoidant personality disorder in individuals with generalized social anxiety disorder: what does it add ?, Journal of Anxiety Disorders, 26, 665-672 *(digitaal)*
* Koster, E. et al (2006) Aandachtstraining bij angst en depressie: een wetenschappelijke innovatie met klinische relevantie, Gedragstherapie, 39, 243-257 *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Sociale angst
2. Ontwijkende persoonlijkheidsproblematiek
3. Taakconcentratietraining
4. Sociale vaardigheidstraining

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een FA en BA maken bij sociale angst
2. onderscheid maken tussen sociale angst en ontwijkende persoonlijkheidsproblematiek
3. de rationale van behandeling van sociale angst uitleggen
4. cognitieve interventies toepassen
5. taakconcentratie-procedure toepassen
6. exposureprocedures toepassen
7. sociale vaardigheidstechnieken toepassen

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.15 | Inleiding sociale angst en ontwijkende persoonlijkheidsstoornis | 1,2 en 3 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.15 – 10.45 | Oefening anamnese (met FA en BA) afnemen en uitleg rationale bij sociale angst | 1, 2 en 3 | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 10.45 - 11.30 | Oefenen met cognitieve interventies bij sociale angst | **4** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 11.30 – 11.45 | Demonstratie taakconcentratietraining | **5** | Plenaire demonstratie door docent |
| 11.45 – 12.30 | Oefenen met taakconcentratietraining | **5** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 13.30 – 14.15 | Oefenen met exposureprocedures | **6** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 14.15 – 15.00 | Inleiding over sociale vaardigheidstrainingen en technieken | **7** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 15.00 – 15.30 | Oefenen met assertiviteits oefeningen en sociale vaardigheidstechnieken | **7** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 15.30 – 16.00 | Met maatje overleg over voortgang OGM | **OGM-doelen** | Tweetallen |
| 16.00 - 16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen met één van de vandaag besproken interventie-technieken op een cliënt (partner, vriend of familielid). Schrijf kort verslag: korte introductie cliënt, relevante analyses, gekozen procedure en kort verloop. Max 1 A-4. Bij gebrek aan oefenmogelijkheid: maak een behandelplan.
* Verder uitvoeren OGM

**Bijeenkomst 12 Trauma en PTSS**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Broeke, E. ten et al. (2009). (Complexe) posttraumatische stressstoornis (C-PTSS). In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*
* Cukor (et al) (2010) Evidence-based treatments for PTSD, new directions and special challenges, Annals of the New York academy of sciences *(digitaal)*
* Mooren, T, M. Stöfsel & J. Truyens (2012). Complexe PTSS. In: E. Vermetten,R. Kleber & O. van der Hart (red.). Handboek Posttraumatische stressstoornissen. Utrecht: de Tijdstroom. *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Trauma: PTSS en complex trauma
2. Psycho-educatie bij trauma: retraumatiseringsdriehoek
3. Imaginaire exposure
4. Kennismaken met EMDR

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een FA en BA maken bij trauma
2. onderscheid maken tussen PTSS en complex trauma
3. psycho-educatie over trauma geven
4. behandelvormen bij trauma onderscheiden
5. imaginaire exposure toepassen

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.30 | Inleiding trauma, psycho-educatie en behandelmodellen | 1, 2, 3 en 4 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.30 – 11.00 | Uitleg en demonstratie psyo-educatie bij trauma: retraumatiseringsdriehoek | 1en 3 | Demonstratie door docent |
| 11.00 – 12.00 | Oefenen met retraumatiseringsdriehoek | **3** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 12.00 – 12.30 | Uitleg en demonstratie EMDR | **4** | Powerpoint en plenaire demonstratie door docent |
| 13.30 – 14.00 | Inleiding imaginaire exposure | **4 en 5** | Plenaire bespreking mbv powerpoint en video |
| 14.00 – 14.30 | Demonstratie imaginaire exposure adhv echte (kleine) onverwerkte problematiek cursist | **4 en 5** | Demonstratie door docent |
| 14.30 – 15.30 | Oefenen met imaginaire exposure adhv echte (kleine) onverwerkte problematiek | **4 en 5** | Tweetallen |
| 15.30 – 15.45 | Introductie en uitleg mini N=1 | **nvt** | Plenair |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over voortgang OGM en presentatie | **OGM-doelen** | Tweetallen |
| 16.15 - 16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Voor volgende bijeenkomst of bijeenkomst daarna: Oefen in ieder geval één keer met imaginaire exposure bij voorkeur op een echte cliënt, anders op een collega of familielid of vriend of buurman/vrouw of wie dan ook. Want oefening baart kunst. Schrijf kort verslag hoe het ging! Max 1 a 2 A4.
* Voorbereiden presentatie OGM en in te leveren handout daarvan.

**Bijeenkomst 13 OGM-presentaties, begin mini-N=1 en tussentijdse evaluatie**

6 uur Lunteren

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Presentatievaardigheden
2. Toepassen gedragstherapeutisch proces op eigen problematiek
3. Omgaan met eigen kwetsbaarheid en daarop feedback ontvangen

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft u laten zien dat u:

1. een powerpointpresentatie kunt verzorgen,
2. het gedragstherapeutisch proces kunt vormgeven
3. een mondelinge presentatie kunt verzorgen
4. om kunt gaan met uw eigen kwetsbaarheid in een cursusgroep
5. meer inzicht heeft in de eigen problematiek waar u aan gewerkt heeft en mogelijk resultaten geboekt

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, plan voor indeling van de dag | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 12.30 | OGM-Presentaties van cursisten | 1, 2, 3, 4 en 5 | Plenaire presentaties mbv powerpoint, met aansluitend op elke presentatie uitwisseling in groep en beoordeling door docent |
| 13.30 – 15.15 | OGM-Presentaties van cursisten | 1, 2, 3, 4 en 5 | Plenaire presentaties mbv powerpoint, met aansluitend op elke presentatie uitwisseling in groep en beoordeling door docent |
| 15.15 – 15.45 | Introductie en uitleg mini N=1 en toets-clinic | **nvt** | Plenair |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over mini-N=1 en toets-clinic | **nvt** | Tweetallen |
| 16.15-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk:**

* Voor zover nog niet gedaan: Oefen in ieder geval één keer met imaginaire exposure bij voorkeur op een echte cliënt, anders op een collega of familielid of vriend of buurman/vrouw of wie dan ook. Want oefening baart kunst. Schrijf kort verslag hoe het ging! Max 1 a 2 A4.

**Bijeenkomst 14 Depressie (1 depressie en dysthymie)**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Keijsers, G.P.J. et al. (2004). Protocollaire behandeling van depressieve patiënten. Uit: *Protocollaire Behandeling in de AGGZ I* *(digitaal)*
* Marc Blom en Kosse Jonker, Hfdst 9 Protocollaire behandeling van depressieve patënten, interpersoonlijke psychotherapie. Blz. 289 - 307*.(digitaal)*
* Willem Kuyken (2010) How does mindfulness-based cognitive therapy works ?

Behaviour Research and Therapy, 48,2010, 1105-111 *(digitaal)*

* Introducing compassion-focused therapy Paul Gilbert blz 199 - 208. *(digitaal)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Verschillende soorten depressie
2. Psycho-educatie bij depressie
3. Gedragsactivatie
4. Cognitieve interventies

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt/heft u:

1. een FA en BA maken bij depressie
2. onderscheid maken tussen depressie IEZ en dysthymie
3. psycho-educatie over depressie geven
4. gedragsactivatie toepassen
5. cognitieve interventies toepassen
6. kennis van COMET

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.45 | Inleiding depressie, verschillende soorten depressie, psycho-educatie en behandelmodellen | 1, 2, 3, 4, 5 en 6 | Plenaire bespreking mbv powerpoint en video, met uitwisseling |
| 10.45 – 11.30 | Oefenen met analyses maken bij depressie | 1 en 2 | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 11.30 – 12.30 | Oefenen met rationale geven en uitvoeren gedragsactivatie-interventie bij depressie | **3 en 4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 13.30 – 14.30 | Oefenen met cognitieve interventies | **5** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 14.30 – 15.00 | Inleiding over contraconditionering en COMET bij zelfbeeldproblematiek/depressie | **6** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 15.00 – 15.45 | Oefenen met aspecten van COMET | **6** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over voortgang mini-N=1 en toets-clinic | **nvt** | Tweetallen |
| 16.15 - 16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Oefen een keer met aspecten van het depressieprotocol op een echte cliënt of als die niet voorhanden is maak analyses van de depressieve problematiek van een cliënt.
* Voortgang mini-N=1 en toetsclinic

**Bijeenkomst 15 Depressie ( 2 Rouw en suïcide-preventie) en therapeutische relatie bij cgt**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

* Boelen P.A. & Bout J. van den (1999) Theorie en behandeling van gecompliceerde rouw vanuit een cognitief gedragstherapeutisch perspectief: Vermijding, emotie en cognitie. Gedragstherapie, 32, 239-270 *(digitaal)*
* Stöfsel, M. & Mooren, T. (2017). *De therapeutische relatie en de behandeelaar.* In: Trauma en persoonlijkheidsproblematiek, Houten: BSL

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Depressie en rouw
2. Depressie en suïcide
3. Depressie en mindfulness
4. De therapeutische relatie

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een onderscheid maken tussen gewone rouw en pathologische rouw
2. rouwbehandeling
3. inschatten wanneer mindfulness bij hardnekkige depressies een zinvolle interventie is
4. inschatten wanneer er suïcidegevaar is
5. inzicht in de mogelijkheden en valkuilen van de therapeutische relatie in een cgtbehandeling
6. een FA en BA maken van een problematische therapeutische relatie

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, huiswerk inleveren, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.15 | Inleiding rouw en depressie en behandelmogelijkheden, waaronder mindfulness | 1, 2 en 3 | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 10.15 – 10.45 | Video over rouwbehandeling | 2 | Plenair |
| 10.45 – 11.30 | Oefenen met psycho-educatie geven bij rouwproblematiek en rouwbehandeling opzetten | **1,2 en 3** | Subgroepen van 2 a 3 eigen casuïstiek |
| 11.30 – 12.00 | Inleiding suïcide en depressie | **4** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 12.00 – 12.30 | Oefenen met inschatten suïciderisico en maatregelen treffen | **4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 13.30 – 14.00 | Inleiding over therapeutische relatie | **5 en 6** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 14.00 – 14.30 | Groepsgewijs opstellen van FA en BA van (problematische) therapeutische relatie |  | Plenaire bespreking |
| 14.30 – 15.45 | Oefenen in tweetallen met opstellen van FA en BA van (problematische) therapeutische relatie en oefenen met aandere aanpak op basis van FA/BA |  | Subgroepen van 3, eigen casuïstiek |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over voortgang mini-N=1 en toets-clinic | **nvt** | Tweetallen |
| 16.15-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Pas een van de besproken technieken toe op een cliënt of eventueel op een familielid of andere naaste. Maak hiervan een kort verslag en lever dat, inclusief relevante BA, FA en/of cognitieve analyse in op de volgende bijeenkomst
* Voortgang mini-N=1 en toetsclinic

**Bijeenkomst 16 Somatoforme stoornissen: Lichamelijke klachten, hypochondrie, burn-out/chronisch vermoeidheidssyndroom**

6 uur Lunteren

**Literatuur:**

**1. Burn out**

* Verbraak-Ekelschot, M. & E. ten Broeke (2009). Burn-out. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*
* Kaschka(2011): Burnout: a fashionable diagnosis, Deutsches Aertzteblatt International, 108(46): 781-7 *(digitaal)*
* Kumar (2011) Burn out and psychiatrists: what do we know en where to from here? Epidemiology and Psychiatric Sciences, 2011, 20, 295-301 *(digitaal)*

**2. Het chronisch vermoeidheidssyndroom**

* Knoop, H. en Bleijenberg, G.(2011) Protocollaire behandeling van patienten met het chronisch vermoeidheidssyndroom, In: *Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten, 2, 2011,* 197-224 *(digitaal)*

**3. Body dysmorphic disorder**

* Bouman, T. (2011) Protocollaire behandeling van patienten met een body dismorphic disorder In: *Protocollaire behandelingen voor volwassenen met psychische klachten, 2, 2011,* 85-117 *(digitaal)*

**4. Somatiek**

* Rood, Y. van, et al. (2009). Somatoforme stoornissen. In: Broeke, E. ten et al. (red). *Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocollaire behandelingen op maat.* Coutinho *(boek)*

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Verschillende soorten SOLK
2. Psycho-educatie bij SOLK
3. SOLK-behandeling

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst kunt u:

1. een FA en BA maken bij SOLK
2. verschillende behandelmodellen onderscheiden en toepassen
3. behandeling bij hypochondrie opzetten
4. behandeling bij pijnstoornis opzetten
5. behandeling bij chronische vermoeidheid en burn-out opzetten
6. onderscheiden wanneer er sprake is van conversie

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, inleveren verslag mini N=1, vragen nav de literatuur | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 11.00 | Inleiding SOLK, verschillende soorten SOLK, psycho-educatie en behandelmodellen | 1, 2, 3, 4, 5 en 6 | Plenaire bespreking mbv powerpoint en video, met uitwisseling |
| 11.00 – 11.30 | Oefenen met analyses maken bij hypochondrie | 1 | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 11.30 – 12.00 | Inleiding over BDD en pijnstoornis | **4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 12.00 – 12.30 | Oefen met psycho-educatie en behandelopzet pijnstoornis | **2 en 4** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 13.30 – 14.00 | Inleiding over chronische vermoeidheid | **5 en 2** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 14.00 – 14.45 | Oefenen met psycho-educatie en behandeling bij chronische vermoeidheid | **5 en 2** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 14.45 – 15.15 | Inleiding over burn-out | **5 en 2** | Plenaire bespreking mbv powerpoint, met uitwisseling |
| 15.15 – 15.45 | Oefenen met psycho-educatie en behandeling bij burn-out | **5 en 2** | Subgroepen van 2 a 3, eigen casuïstiek |
| 15.45 – 16.15 | Met maatje overleg over voortgang mini-N=1 en toets-clinic | **nvt** | Tweetallen |
| 16.15-16.30 | Evaluatie bijeenkomst en huiswerk volgende keer bespreken | nvt | Plenair |

**Huiswerk**

* Voorbereiden verslag mini-N=1, dat volgende bijeenkomst moet worden ingeleverd en presentatie toets-clinic

**Bijeenkomst 17: presentaties toets-clinics, VGCT-programma, afronding en evaluatie**

6 uur Lunteren

**Literatuur:** Geen

**Onderwerpen**

De volgende onderwerpen komen in deze bijeenkomst aan bod:

1. Toets-clinics
2. Opleidingsprogramma VGCt
3. Evaluatie en afscheid

**Leerdoelen**

Na afloop van deze bijeenkomst heeft u:

1. kennis genomen van een scala aan cgt-technieken dmv de toetsclinics van medecursisten
2. inzicht in de opleiding tot gewoon lid van de VGCt
3. deze cursus geëvalueerd
4. en goed afscheid genomen.

**Tijdschema:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Activiteit** | **Leerdoel** | **Werkvorm** |
| 09.30 - 09.45 | Welkom, inleveren huiswerk | nvt | Plenaire bespreking |
| 9.45 – 10.45 | Teruggave mini-N=1 met commentaar door de docenten | nvt | In twee groepen met ieder een docent |
| 10.45 – 12.30 | Presentaties toets-clinics | 1 | In twee groepen met ieder een docent |
| 13.30 – 15.00 | Vervolg presentaties toets-clinics | **1** | In twee groepen met ieder een docent |
| 15.00 – 16.00 | Opleidingsprogramma VGCt doornemen en vragen daarover beantwoorden | **2** | Tweetallen |
| 16.00 - 16.30 | Evaluatie cursus en afscheid nemen | 3 en 4 | Plenair |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_