

# **FORTA**

## **OPLEIDINGEN**

### **Vervolgcurcus Cognitieve Gedragstherapie**

*100 uur*

# Vervolgcurcus Cognitieve Gedragstherapie

Omvang cursus: 16 bijeenkomsten van 6 uur en 15 minuten totaal.  
De cursus bestaat uit 100 contacturen en 250 werkuren.

Deze cursus is een vervolgcursus conform de VGCT-richtlijnen.

## Uitgangpunten:

De cursus behandelt de theorie en praktijk van Cognitieve Gedragstherapie ten aanzien van complexere problematiek. De rode draad van de cursus is het flexibel hanteren van werkzaam gebleken interventies. Hierbij wordt rekening gehouden met de vragen, motivaties, sterke kanten en beperkingen van de cliënt. Van cursisten verwachten we dat ze casuïstiek inbrengen en zelfstandig opdrachten uitvoeren voor de cursus. De cursus heeft een workshopachtig karakter. Ons uitgangspunt is dat wij cursisten algemene competenties willen leren, die zowel toegepast kunnen worden bij de uitvoering van protocollaire behandelingen als bij behandelingen op maat.

Centraal staan:

- zelfstandig leren door de cursist
- sterke koppeling van theorie en praktijk
- docenten coachen, begeleiden, instrueren, stimuleren, modelleren, demonstreren, en confronteren zo nodig.
- flexibel hanteren van protocollen en cognitieve gedragstherapie op maat volgens processtappen.

Om optimaal gebruik te maken van de cursus is het wenselijk dat cursisten tegelijkertijd supervisie volgen en werken met cliënten lijdend aan psychische problemen.

## I. Inleiding

De vervolgcursus gedragstherapie bestaat uit 100 contacturen en zelfwerkzaamheid (o.a. literatuurvoorbereiding, oefening in de praktijk, toetsen) en omvat verschillende behandelvormen en -methoden, die een aanvulling en verdieping vormen op de basismethoden en -technieken zoals deze zijn geleerd in de basiscursus cognitieve gedragstherapie. Deze technieken zullen gekoppeld worden aan een aantal specifieke stoornissen die in dit onderdeel aan bod gaan komen.

Met deze behandelvormen kan de (aspirant) gedragstherapeut zijn of haar mogelijkheden in de behandeling van cliënten met specifieke problematiek uitbreiden, dan wel deze behandelmethoden integreren binnen de cognitieve gedragstherapie.

### Samenhang van de thema's in de cursus

De cursus zal in aansluiting op de basiscursus het gedragstherapeutisch proces als leidraad hebben. De cursus richt zich op problematiek met meer complexiteit. Naast de aandacht voor de therapeutische relatie gaat de cursus vooral over het toepassen van cognitief- gedragstherapeutische technieken bij specifieke klachten en probleemgebieden. In deze cursus is qua cliëntdoelgroepen gekozen voor de veel voorkomende groepen van traumacliënten en cliënten met persoonlijkheidsproblematiek. Voor wat betreft methodieken is gekozen voor effectief gebleken/evidence based therapievormen voor persoonlijkheidsproblematiek en trauma, namelijk schematherapie, imaginaire exposure en EMDR. Verder is gekozen voor een kennismaking met de *Inquiry-Based Stress Reduction (IBSR)*, omdat deze cognitieve methodiek gebleken effectief is in het veranderen van kerncognities. Dit is van belang bij langer bestaande disfunctionele overtuigingen die je bij complexe problematiek vaak tegenkomt. Cliënten geven aan dat het leidt tot onmiddellijke veranderingen in de geloofwaardigheid van de stressvolle cognitie en tot diepgaande inzichten, met stressreductie, emotionele en gedragsverandering als gevolg. Tot slot worden systeemgerichte interventies behandeld, omdat bij complexe problematiek (onderdelen van) het systeem vaak een ontwikkelende en/of instandhoudende rol spelen. Cursisten leren hoe zij doelmatig vanuit het gedragstherapeutisch proces kunnen opereren in de context van de cliënt, zoals in de partnerrelatie, het gezin of breder systeem.

De cursist doet kennis op over de theoretische achtergrond van de verschillende therapieën en behandelvormen en leert basisvaardigheden en interventies om de betreffende therapieën op een professionele wijze uit te voeren, volgens *evidenced based* methoden en technieken. Protocollen dienen als uitgangspunt, maar worden tot maatwerk gemaakt in relatie met de cliënt. Vanuit onze visie op cliëntgericht werken staat de samenwerkingsrelatie tussen cursist en docent, dan wel behandelaar en cliënt, voorop. Hierin worden respectievelijk de cursist en cliënt bejegend als mondige deskundigen wat betreft hun eigen doelen en leven.

#### Opbouw van de cursus

1. IBSR 1
2. IBSR 2
3. Therapeutische relatie
4. Persoonlijkheidsstoornissen, cluster A
5. Persoonlijkheidsstoornissen, cluster B
6. Persoonlijkheidsstoornissen, cluster C
7. Schematherapie 1
8. Schematherapie 2
9. Schematherapie 3
10. Schematherapie 4
11. Inleiding PTSS, IE
12. Inleiding PTSS, EMDR
13. Partner bij/in de behandeling
14. Partnerrelatietherapie specifiek
15. Gedragsverandering in gezinnen 1
16. Gedragsverandering in gezinnen 2

De cursus start met algemene onderdelen en gaat daarna in op klachtspecifieke onderdelen. De algemene onderdelen betreffen theorieën en interventies die los van het type klacht van de cliënt van belang zijn. Hierbij gaat het om het opbouwen van een goede therapeutische relatie en het toepassen van een cognitief gedragstherapeutische techniek die snel tot emotionele inzichten leidt, namelijk de Inquiry-Based Stress Reduction (IBSR). Vervolgens worden specifieke klachten en bijbehorende interventies behandeld. Eerst wordt er aandacht besteed aan het herkennen van persoonlijkheidsproblematiek en het behandelen hiervan met schematherapie. Vervolgens gaat de aandacht uit naar trauma en behandeling hiervan met IE en EMDR. Tot slot wordt aandacht besteed aan klachten die ontstaan en/of in stand gehouden worden door het systeem van de cliënt en hoe hierop geïntervenieerd kan worden.

#### **Methode**

De cursist leert de basisbegrippen uit de verschillende therapieën en methoden zowel door het aanreiken van theoretische kennis en interactieve bespreking van de leerstof, als door oefeningen in de praktijk. De cursist maakt op systematische wijze kennis met de bijbehorende methoden en interventies. Via modeling door docenten kan de cursist in de praktijk de interventies en vaardigheden ervaren en leren. De cursist oefent met het toepassen ervan door praktische oefeningen en rollenspellen, waarbij men wisselend als therapeut en als cliënt zal optreden. Aandacht wordt besteed aan het therapeutische proces en de therapeutische relatie.

#### **Einddoel**

De cursist heeft na afloop van de cursus theoretische kennis van de verschillende therapieën en methoden en is in staat om een indicatie te stellen en een afweging te maken wie in aanmerking komt voor de betreffende behandelvorm. De cursist kan het therapeutisch proces en de therapeutische relatie in de behandeling als instrument te gebruiken. Daarnaast is de cursist in staat om de verschillende behandelvormen met bijbehorende technieken en interventies in de behandeling van cliënten met meer complexe problematiek toe te passen en uit te voeren.

## II. Werkwijzen.

- Theorie:* Tijdens de bijeenkomsten zal de docent inleidingen verzorgen over de diverse onderwerpen.
- Presentaties:* Cursisten en of docent presenteren een bijdrage, gerelateerd aan het onderwerp dat op de agenda staat (rollenspel, extra literatuur, discussie naar keuze).
- Modelling:* De docent doet aan de cursisten voor hoe de verschillende te leren vaardigheden dienen te worden toegepast.
- Rollenspel:* Praktische oefening van de (gespreks)vaardigheden vindt plaats via rollenspel. Plenair worden de moeilijkheden nabesproken, korte demonstraties gegeven en opnieuw geoefend. Van de deelnemende cursisten wordt verwacht dat zij onbevangen meedoen met 'modellen' en oefenen.
- Casuïstiek:* Casuïstiek wordt door zowel docent als cursisten ingebracht.
- Huiswerk:* De cursisten zullen theorie moeten bestuderen en schriftelijke opdrachten moeten uitvoeren zoals het voorbereiden van casuïstiek, maken van verslagen van praktijkoefeningen, rapportage en vragenlijsten.

## III. Toetsingscriteria

- Voldoen aan de vooropleidingseisen
- Aanwezigheidsreglement voor de 16 lesbijeenkomsten
- Actieve en coöperatieve deelname aan de cursus
- Bestudering van verplichte literatuur

### Toetsing

- Ter afronding van verschillende onderdelen per docent zullen mondelinge of schriftelijke eindtoetsen worden gedaan
- Observaties van het functioneren tijdens de praktijkoefeningen. De presentaties worden betrokken bij de totale beoordeling.
- Tijdens de laatste bijeenkomst vindt een groepevaluatie plaats. De cursisten krijgen aan het eind van de cursus een formulier waarop zij o.a. de cursusinhoud en didactische vaardigheden van de docent kunnen beoordelen.

De deelnemer ontvangt na afloop van de opleiding het getuigschrift voor de opleiding als voldaan is aan bovengenoemde criteria.

## IV. Verplichte Literatuur.

U dient zelf te beschikken over:

- Korrelboom, K., E. ten Broeke, Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie, handboek voor theorie en praktijk, (2014), Coutinho ISBN 9789046903810 (mei 2014)
- Korrelboom, K., E. ten Broeke, M. Verbraak. Praktijkboek geïntegreerde cognitieve gedragstherapie Coutinho ISBN 9789046901335 (2009)
- Keijsers, G e.a.(red), Protocolaire behandelingen voor volwassenen met psychiatrische stoornissen, deel 1, ISBN 9789089537133 (2017)

- Of de oude uitgave: Keijsers, G e.a.(red), Protocolaire behandelingen voor volwassenen met psychiatrische stoornissen, deel 1, ISBN 9789461052971 (2011)
- Sprey, A. Praktijkboek persoonlijkheidsstoornissen (2017) Bohn Stafleu van Loghum ISBN 9789036817592
- Keijsers, L.H.A. (2016), Protocol voor relatietherapie: gebaseerd op EFT en CBCT. Brave New Books ISBN 9789402151725
- Young, J.E., Klosko J.S., & Weishaar, M.E. (2005). Schemagerichte therapie. Handboek voor therapeuten. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. ISBN 9789031343355
- Genderen, H. van & Arntz, A., 2010, Schematherapie bij borderline persoonlijkheidsstoornis. Amsterdam: Uitgeverij Nieuwezijds. ISBN 9789057123085
- Van Rhijn, M.O., & Leuning, E (2016), Inquiry-Based Stress Reduction in de praktijk. The Work van Byron Katie in psychotherapie. ISBN 9789492297006
- Savenije, A., Lawick, M. J. van, Reijmers, E. T. M. (2014) Handboek systeemtherapie. ISBN 9789058982575
- Weertman, A, & de Sager, H (2008). Indicatiestelling voor schematherapie. In M. Van Vreeswijk, J. Broersen & M. Nadort (red), Handboek Schematherapie. Theorie, praktijk en onderzoek. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Houten: Bohn Stafleu van Loghum. Pag. 35 t/m 45. (10 pag.)