

Syllabus
Cognitief
Gedragstherapeutisch Werker

leren maakt beter

Cognitief Gedragstherapeutisch Werker

Drs. R.E.O. van Schevikhoven

30 augustus 2019 t/m 6 december 2019

© Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een automatisch gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van RINO Zuid.

Inhoudsopgave

1. Inleiding en doelstelling cursus	4
2. Docent(en).....	5
3. Opleidingslocatie	5
4. Data, tijden, docenten en onderwerpen per bijeenkomst	5
5. Handboek.....	6
6. Wijze van toetsing	6
7. Evaluatie.....	6
8. Erkenning	6
9. Informatie per bijeenkomst	8
Literatuuroverzicht	18

1. Inleiding en doelstelling cursus

- Kennis:** het kennen van de basisbegrippen van de cognitieve gedragstherapie; het kennen van de verschillende motiveringstechnieken, cognitieve technieken, operante behandelprincipes, zelfcontrole procedures en procedures van geleidelijke exposure als basistechnieken van de cognitieve gedragstherapie.
- Vaardigheden:** de vaardigheid bezitten om gedragstherapeutische instrumenten en technieken te gebruiken als het maken van een functieanalyse, het registreren en meten van gedrag, het motiveren van en onderhandelen met patiënten, het opzetten en uitvoeren van stappenplannen, het uitdagen van gedachten en het onderhandelen over gedragsexperimenten, evenals het toepassen daarvan in gedragstherapeutische werkgroepen; de vaardigheid bezitten om bovenvermelde technieken althans op basaal niveau aan patiënten te presenteren en ze toe te passen. De nadruk zal liggen op het leren omgaan met weerstanden en moeilijkheden die zich in de interactie met de patiënt voordoen.
- Attitude:** in staat zijn tot een respectvolle bejegening van de patiënt: diens probleem als zodanig erkennen, hem aan het denken zetten over de mogelijke aanpak ervan, hem aldus weten te motiveren voor verandering en het in goede samenwerking meedenkend aanbieden van mogelijke interventies die verandering kunnen bewerkstelligen. Een visie hebben op de positie van de gedragstherapeutisch medewerker in het werkveld in relatie tot de gedragstherapeut en overige behandelaars.

Nadat de cursisten een inleiding in de leertheorie hebben doorlopen worden basisvaardigheden geoefend als het maken van analyses van probleemgedrag, het in kaart brengen en meten daarvan en het leren onderhandelen met/motiveren van de cliënt om te komen tot het stellen van haalbare therapiedoelen. Vervolgens wordt kennisgemaakt met en geoefend in specifieke gedragstherapeutische benaderingen en technieken zoals (geleidelijke) exposure en responspreventie (=blootstelling), zelfcontroleprocedures, operante activeringstechnieken, cognitieve gedragstherapeutische technieken als het maken van G-schema's en het opzetten van gedragsexperimenten, diverse vaardigheidstrainingen zoals COMET. Naast aandacht voor de aanpak van As-I-problematiek (angst, ongewenste gewoonten en depressie) is er gelegenheid om te oefenen in het hanteren van verschillende interactievormen bij persoonlijkheidsstoornissen.

Er wordt gewerkt met eigen in te brengen casuïstiek in subgroepen onder begeleiding van de docent nadat de diverse vormen van aanpak en/of technieken door hem of via DVD-demonstraties zijn gedemonstreerd.

2. Docent

Deze cursus wordt verzorgd onder verantwoordelijkheid van de volgende (hoofd)docenten.

Hoofddocent: De heer drs. R.E.O. van Schevikhoven

Arts, klinisch psycholoog, BIG-geregistreerd klinisch psycholoog, psychotherapeut en docent-supervisor van de VGCT.

e mail adres: mi2gofit@gmail.com

3. Opleidingslocatie

RINO Zuid
Vitruviusweg 2
5624 AD EINDHOVEN

4. Data, tijden, docenten en onderwerpen per bijeenkomst

<i>Datum</i>	<i>Tijd</i>	<i>Onderwerp</i>	<i>Docent</i>
30 augustus 2019	09.30-16.30	Basis leertheorie en Gedragstherapie	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
13 september 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige bijeenkomst. Vervolg Basis leertheorie en Gedragstherapie	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
27 september 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige bijeenkomst. Motiveren	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
11 oktober 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige bijeenkomst. Exposure	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
25 oktober 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige bijeenkomst. Depressie en Zelfcontroleprocedures	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
8 november 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige bijeenkomst. Cognitieve therapie; basis technieken	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
22 november 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst. Cognitieve therapie speciale technieken en gedragsexperimenten	Drs. R.E.O. van Schevikhoven
6 december 2019	09.30-16.30	Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst. / capita selecta (onderwerp in overleg met cursisten) Evaluatie van de cursus	Drs. R.E.O. van Schevikhoven

5. Handboeken

Tijdens de cursus wordt gebruik gemaakt van het volgende handboeken:

- Bas van Heycop ten Ham, Bert de Vos en Monique Hulsbergen (2012 en 2013). Praktijkboek Gedragstherapie deel 1 en deel 2 (Handboek voor Cognitief Gedragstherapeutisch Werkers). Boom, Amsterdam .

Deze handboeken dient men voorafgaand aan de cursus zelf aan te schaffen. NB bij het gelijktijdig aanschaffen van deze boeken krijgt men vaak korting (o.a. bij Boom.nl).

6. Wijze van toetsing

- Schriftelijke toetsen over de gelezen literatuur (kennis)
- Take-home casusopdrachten (o.a. het maken van analyses en een verslag van een behandeling volgens de regels van het gedragstherapeutisch proces)
- Beoordeling door de docent van beheersing van technieken (vaardigheid)
- Aanwezigheid bij alle cursusbijeenkomsten.

We gaan ervan uit dat iedereen alle bijeenkomsten aanwezig is. Bij evt. voorkomende afwezigheid worden de regels van de VGCT gehanteerd. Deze luiden als volgt:

Aanwezigheid van tenminste 90% is verplicht. Omdat de cursus verspreid over 8 dagen (=16 dagdelen van 3 uur elk) gegeven wordt is de maximaal toegestane afwezigheid 1 dag (6 uur = 12,5%). In dat geval dient een vervangende opdracht te worden uitgevoerd betreffende het gemiste onderdeel ter compensatie van de gemiste uren. Worden 2 dagen gemist (=25%) dan zal geen certificaat kunnen worden verstrekt. Dient zich in deze een noodgeval aan (dit ter beoordeling van de hoofddocent) dan kan worden overwogen betreffende cursist in de gelegenheid te stellen de betrokken dagen in te halen in een latere identieke cursus binnen een periode van een jaar na start van onderhavige cursus.

7. Evaluatie

Aan het eind van de cursus wordt een evaluatieformulier door de RINO-Zuid opgestuurd. Dit formulier dient u aan het einde van de cursus in te vullen en terug te sturen naar RINO Boulevard.

8. Erkenning

Deze cursus is (tot nu toe steeds) erkend als basis cursus Cognitief gedragstherapeutisch werker bij de VGCT voor 48 contacturen. De cursus dient met inbegrip van het aantal werkuren tenminste 100 uren te beslaan. **Er dient dus rekening te worden gehouden met 52 uur huiswerk.** In de praktijk is overigens gebleken dat cursisten gemiddeld eerder 60 uur in totaal voor het huiswerk nodig hebben.

Ook voor deze cursus wordt bij de VGCT accreditatie aangevraagd.

Cursisten die een vooropleiding hebben genoten op HBO-niveau kunnen na het volgen van deze cursus en 40 sessies supervisie bij een geregistreerd gedragstherapeut VGCT, toelating aanvragen tot het Register Cognitief gedragstherapeutisch werker VGCT. Zij dienen minimaal 1 jaar ervaring te hebben op het gebied van de geestelijke gezondheidszorg of aanverwante werkerreinen (bv verstandelijk gehandicaptenzorg). Daarnaast moet men ten minste 8 uren per week bezig zijn met cognitief gedragstherapeutisch werk. Inlichtingen over de mogelijkheden

tot registratie als CGW in opleiding VGCT kan men vinden op de website www.vgct.nl . Reeds na het behalen van de basiscursus CGW kan men zich als CGW i.o. laten registreren. Deze cursus is in principe bedoeld voor werkers in de geestelijke gezondheidszorg met een HBO vooropleiding. Als men een HBO opleiding heeft gevolgd op een geheel ander gebied dan dient men alsnog 30 uur te besteden aan gesprekstechniek en 30 uur aan psychodiagnostiek (overleg hierover voorafgaand aan de cursus met de accreditatie-commissie van de VGCT !

Als men een MBO opleiding heeft hoeft dit geen bezwaar te zijn voor het volgen van de cursus (werkervaring kan hierbij een belangrijke factor zijn); graag vooraf even overleggen (via het RINO-Zuid met de docent).

Helaas moet men er echter rekening mee houden dat de VGCT niet-HBO-ers niet zal toelaten tot het VGCT (HBO-)register CGW

9. Informatie per bijeenkomst

Bijeenkomst 1

Datum : 30 augustus 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp(en):

Basis leertheorie en Gedragstherapie

Vorbereiding bijeenkomst 1:

Lezen voorafgaand aan de bijeenkomst

1. Praktijkboek Gedragstherapie (CGW) deel 1 hoofdstuk 1 en 2 en een deel uit hoofdstuk 3. Pagina 19 t/m 89 en 91 -110 (tot aan Hoofdstuk 3.3. Betekenisanalyse)

Deze literatuur dient men voorafgaand aan de eerste bijeenkomst te lezen!

Schatting tijdsinvestering:

7 uur

Programma:

Inhoud

Theorie: Leertheorieën, het twee- en drie-factorenmodel
 Basisvaardigheden: Het maken en interpreteren van functieanalyses en betekenisanalyses

- Kennismaking
- Bespreking inhoud en opzet van de cursus
- Inleiding leertheorie

Behandeld worden de vijf vormen van leren:

1. Habitatie of leren door gewenning
2. Klassieke conditionering
3. Operante conditionering
4. Imitatie- of model-leren
5. Leren door instructie

Aan de hand van uitleg over 2. en 3. wordt het ontstaan en in stand houden van een fobie beschreven. Een DVD van 'Opvoeden zo' of van 'Super Nanny!' wordt getoond als voorbeeld van de principes van operante conditionering. Het gedragstherapeutisch proces wordt doorgenomen en de aandacht wordt gericht op die gedeelten daaruit die tot het werkdomein van de CGW behoren. Vervolgens wordt kort stilgestaan bij resp. het twee en driefactoren model

- Oefenen in het maken van functieanalyses

Bijeenkomst 2

Datum : 13 september 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp(en):

Vervolg basis leertheorie en Gedragstherapie

Vorbereiding bijeenkomst 2:

1. Maak thuis een functieanalyse van eigen hinderlijk gedrag of van probleemgedrag van een patiënt en neem deze mee naar de bijeenkomst
 Breng deze volgende sessie in om mee te oefenen.
2. Bestudeer verpleegkundig observatieschema Jan C. (**Artikel 2430**) en destilleer daaruit 'voorlopige' conclusies (zeer waarschijnlijke wetmatigheden) om de observaties te kunnen omzetten in een functieanalyse en een behandelaanpak
3. Registreer in de komende periode (ga hiermee door tot bijeenkomst 5) een geselecteerd minder-wenselijk gedrag van jezelf (te veel roken, koffie- of alcoholgebruik, nagelbijten, te laat komen, uitstellen van klussen o.i.d., kortom een gedrag dat meerdere malen daags voorkomt) of van een patiënt. Maak vooraf een globale inschatting van de frequentie en monitor vervolgens (tot bijeenkomst 5) het betreffend gedrag (een aantal keren) door de frequentie te turven, tijd te schrijven, o.i.d.
4. Ga na welke vragenlijsten / zelfbeoordelingslijsten en observatielijsten gebruikt worden op de afdeling waar je werkt; ga na wat hiermee gemeten wordt en hoe deze te interpreteren zijn. Neem ze mee naar de 2^e bijeenkomst
5. **Lezen vooraf : Praktijkboek Gedragstherapie (CGW) vervolg hoofdstuk 3 en hoofdstuk 4 ; pagina 110 – 205**

Schatting tijdsinvestering:

7 uur

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

Basisvaardigheden: De functieanalyse en de betekenisanalyse (vervolg)
 Registratie en meting (ROM en vragenlijsten)
 Onderhandelen en doelen stellen

- Oefenen in het maken van **functieanalyses en betekenisanalyses**

Plenair behandelen van een of twee voorbeelden van ingebrachte (eerder thuis gemaakte) analyses Vervolgens maken de deelnemers een functieanalyse van een casus sociale fobie aan hand van de DVD *Voorbeeldgesprek functionele analyse en wordt het resultaat besproken.*

Plenaire bespreken daarna het huiswerk: aan de hand van rapportage van Jan C.'s probleemgedrag formuleren we mbv de leertheorie waardoor dit probleemgedrag wordt beïnvloed en van daaruit worden er voorstellen gedaan om tot een betere aanpak van de problematiek te komen. In groepjes (trio's) brainstormen over een mogelijke afdelingsaanpak van het gedrag van Jan C. waarna plenaire terugkoppeling volgt.

- **Plenaire inleiding over registreren en meten**
-
- Oefenen met registreren en meten.
In tweetallen uiteen om huiswerkopdracht 3 uit te werken. (de een als behandelaar, de ander als cliënt) Plenaire terugkoppeling.
- Of in subgroepen (duo's) oefenen in **onderhandelen en doelen stellen**

Bijeenkomst 3

Datum : 27 september 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp:

Motiveren

Vorbereiding bijeenkomst 3:

1. Lezen: Dam, A. van. Hoe motiveer ik een cliënt die niet mee wil werken. Psychopraxis 11, nr.2 **Artikel 6252**
2. Lezen: Schippers, G.M. en Jonge, J. de. Motiverende gespreksvoering. MGv, 57, (2002)
Artikel 6253
3. Lezen: Appelo, MT & CAL Hoogduin (2003): 16 pp. **Artikel 2528**
4. Lezen: Sprey, A (2002): hfdst 2.6-2.11: 18 pp. **Artikel 2527**
5. Bereid een eigen casus voor waarbij de interactie met de patiënt herhaaldelijk moeilijk verloopt en/of waarbij ondanks herhaalde pogingen geen gedragsverandering plaats vindt. Concretiseer de typerende vorm van interactie zodanig dat deze geschikt is voor oefening in het kader van een rollenspel.
6. Neem een eigen casus en beschrijf bij wijze van **casustoets** (bij bijeenkomst 4 of tussentijds per mail in te leveren; hierover ontvang je tussentijds commentaar van de docent) van een omschreven klacht, de holistische Theorie, de Analyses., de wijze waarop gemeten wordt en de doelen die na onderhandeling tot stand zijn gekomen (ong. 4 A-4tjes). N.B. In een later stadium wordt van deze casus de keuze voor en het verloop en de resultaten van therapeutische interventies beschreven (evaluatie van het bereikte doel (dit geheel vormt de casustoets en is onderdeel van de beoordeling van de cursus)

Schatting tijdsinvestering:

7 uur (5,5 uur literatuur en 1,5 voor opdrachten)

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

Basisvaardigheden: inleiding in **motiverende gespreksvoering**

(N.B. later die dag komt ook als vergelijking het "socratisch motiveren" volgens Appelo aan bod)

- inleiding over motiveringstechnieken: Motiverende gespreksvoering (docent) metv tussendoor enkele groeps-oefeningen in basale motiverings technieken
- Voorbespreking casuïstiek
- Rollenspel motiverende gespreksvoering in subgroepen (in 3-4 tallen)
- Plenaire nabespreking
- Korte Inleiding over Socratisch Motiveren (overeenkomsten en verschillen)
- DVD Socratisch Motiveren

Bijeenkomst 4

Datum : 11 oktober 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp:

Depressie en zelfcontroleprocedures

Vorbereiding bijeenkomst 4:

1. **Zelfcontrole:** lezen: Hoogduin, CAL, Hagens, MA, van Minnen, A en GPJ Keijsers (2004): 18 pp. **Artikel 2788**
2. Opdracht voor onderdeel zelfcontrole: neem de registratieopdracht (opdracht 3. van bijeenkomst 2) mee en mail ook die vooraf aan de docent. Dit materiaal neem je mee zodat het kan worden gebruikt in de 5e bijeenkomst om aan de hand daarvan samen met je medecursisten een zelfcontroleprogramma op te stellen (dat je vervolgens tot bijeenkomst 7 dient uit te voeren).
3. Lezen van de casus "Mijnheer van Verre" **Artikel 5903** (met deze casus wordt in rollenspellen geoefend tijdens bijeenkomst 5).
4. lezen: Praktijkboek Gedragstherapie deel 2: hoofdstuk 2 (blz. 83 - 142; dit is 59 blz)

Schatting tijdsinvestering:

6 uur

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

korte powerpoint presentatie over depressie en activering door de docent

Specifieke technieken: **zelfcontrole bij ongewenste gewoontes operante programma's bij depressie**

1. Nabespreken van en feedback over huiswerk zelfcontrole en hiërarchieconstructie bij een eigen probleem
 2. Bespreken literatuur
 3. Demonstratie van het opstellen van een zelfcontroleprogramma door de docenten
 4. Oefenen in opstellen zelfcontroleprogramma adhv het huiswerk dat is voorbereid (groepjes van 3). Aandachtspunten daarbij:
 - uitleg hoe goed te registreren
 - formuleren en presenteren van de verschillende soorten interventies
 - onderhandelen over de haalbaarheid van deze interventies
 5. Plenaire terugkoppeling
 6. Bespreken casus ' dhr. Van Verre' en aansluitend in groepjes van 3 cursisten opstellen van een behandelplan volgens operante leerprincipes
 7. Plenaire nabespreking van de resultaten
- DVD manische depressieve episode en DVD electroshocktherapie (beide ong. 5 minuten)

Bijeenkomst 5

Datum : 25 oktober 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp:

Exposure

Vorbereiding bijeenkomst 5:

1. Opdracht exposure: schrijf een 8-10-tal in moeilijkheid oplopende situaties op binnen één eigen (angst)probleem (bijv. hoogtevrees, angst voor specifieke dieren, angst om in groepen te spreken oid.) Een kopie hiervan wordt vóór de 4^e bijeenkomst via de mail naar de docent gestuurd. Neem dit mee naar de bijeenkomst voor het oefenen in het maken van een oefenlijst.
2. Opdracht: iedereen brengt één of meerdere spinnen mee voor de exposure-oefening van de 5e bijeenkomst (spin in potje met luchtgaatjes en evt een watje met een beetje water en/of een dode vlieg).
3. Lezen: Praktijkboek Gedragstherapie deel 2 hoofdstuk 4 en 7 (pag. 191 - 264 en 367 - 438; dit is 142 blz !)

Schatting tijdsinvestering:

8 uur

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

Specifieke technieken: **exposure bij angststoornissen**

- Plenair bespreken literatuur **exposure**, huiswerkopdracht en beantwoorden van vragen
- DVD *agorafobie met paniekstoornis* of House of OCD (Salkovskis)
- Oefenen in het opzetten van een exposure programma
 In subgroepen uitwerken van een stappenplan m.b.t. de casus van het huiswerk
- Plenaire nabespreking
- Oefenen met enkele vormen van interoceptieve exposure
- DVD spinfobie, vragen cursisten
- Exposure bij een spinfobie wordt door iedereen geoefend in meerdere groepen (therapeut, cliënt, observator; wisselen van rollen)
- Plenaire nabespreking

De deelnemers worden verzocht zelf enkele spinnen mee te nemen naar deze bijeenkomst !

Bijeenkomst 6

Datum : 8 november 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp:

Cognitieve therapie; basis en speciale technieken.

Vorbereiding bijeenkomst 6:

1. Huiswerk voor thuis: Opdracht **exposure**: voer de eerste stappen uit van de (evt. gecorrigeerde eigen angsthiërarchie. Noteer daarbij je angstscores (SUDs). Dit huiswerk tussentijds inleveren bij de docent (e mail: mi2gofit@gmail.com): het wordt nabesproken in de deze bijeenkomst
2. Lezen uit: **Cognitieve therapie de basisvaardigheden** (2008), pp. 1-31 en 65-98
Artikel 6257
3. Maak zelf voorafgaand aan deze bijeenkomst een drietal cognitieve oefeningen en werk deze volgens het G-schema uit. (van twee alledaagse probleempjes/voorvallen en van één (wat) meer fundamenteel persoonlijk probleem dat je wel met anderen binnen de groep wilt delen). Neem dit materiaal mee naar de 6^e bijeenkomst om hiermee te kunnen oefenen

Schatting tijdsinvestering:

6 uur

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

* **cognitieve therapie technieken.**

Plenair bespreken literatuur en beantwoorden van vragen

- Inleiding (docent): de plaats van cognitieve therapie binnen de gedragstherapie
- Cognitieve therapie en cognitieve psychologie
- Opzet en uitvoer van cognitieve oefeningen
- In subgroepjes (n=3) oefenen in het uitleggen van de rationale van cognitieve therapie
- Keuze van het niveau van de cognitie die wordt uitgedaagd
- Keuze van de 'hot thought' (= 'brandende gedachte ' of zgn. de 'BANG')
- Oefenen in het toepassen van cognitieve therapie (mn de socratische dialoog (oefenen in 3-tallen)
- Plenair bespreken van de vragen en problemen die daarbij opkwamen
- Neerwaartse pijltechniek
- Het komen tot een eindconclusie + realistische nieuwe gedachte
- Visualisatieoefeningen
- DVD of live voorbeeld van een cognitieve oefening door de docent

Bijeenkomst 7

Datum : 22 november 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

Onderwerp:

Cognitieve therapie; basis en speciale technieken. Gedragsexperimenten

Vorbereiding bijeenkomst 7:

1. Lezen uit: **Cognitieve therapie de basisvaardigheden** (2008) pp 99-156 (hoofdstuk 5 en 6)
Artikel 6257
 2. Lezen: Berndes en Emmelkamp. Cognitieve therapie bij depressie pp. 71-94 **Artikel 5082**
 3. Lezen van de casus "Mevrouw Zorgvliet krijgt cognitieve therapie" **Artikel 6964**
(zie literatuurlijst bijeenkomst 7) (met deze casus wordt in rollenspellen geoefend tijdens bijeenkomst 7);
1. **Opdracht:** lever tussentijds (liefst vóór of tijdens de 6^e bijeenkomst) de casus-toets in bij de docent (per e-mail of schriftelijk)
Dwz: neem van één van je patiënten een welomschreven probleem, maak daarvan analyses en stel via meting vast in welke mate dit probleem voorkomt, beschrijf hoe je patiënt hebt gemotiveerd tot verandering (dit heb je allemaal al beschreven bij opdracht 4 van bijeenkomst 3). Maak deze casus af door te beschrijven welke doelen en tussendoelen je hebt afgesproken (met tijdspad), welke interventie(s) je vervolgens gebruikt hebt en wat het resultaat daarvan was (deze dienen ook weer gemeten te zijn) Beschrijf kort in een evaluatie wat er is bereikt en hoe patiënt dit waardeert. Maak zo mogelijk ook een terugval-preventie plannetje.

Deze casus geldt als een deel van de toets (en moet voldoende zijn beoordeeld).

Schatting tijdsinvestering:

7 uur

Programma:

Inhoud

Korte toets over de literatuur van de vorige en huidige bijeenkomst.

Specifieke technieken binnen de cognitieve therapie en gedragsexperimenten

- Enkele bijzondere cognitieve technieken zoals:
 - Meerdimensionaal evalueren
 - Taartdiagrammen
 - kansberekeningen
 - Flash-cards / zelfinstructie
 - Historische toets
- Vervolg op cognitieve oefeningen (van weten naar doen, komen van weten dat het zo is naar voelen/merken dat het zo werkt) **Gedragsexperimenten**
- (oefenen in met deze technieken in de cursusgroep en/of in drietallen)

Bijeenkomst 8

Datum : 6 december 2019
 Tijd : 09.30-16.30
 Docent : Drs. R.E.O. van Schevikhoven

1. **Bij bijeenkomst 5 wordt afgesproken welk onderwerp (zie Capita Selecta) in deze bijeenkomst naast COMET aan bod zal komen. Tevens zal vervolgens de te bestuderen literatuur worden aangegeven.**
2. **Opdracht:** bereid de evaluatie van de cursus voor. Formuleer daarbij vooral leerpunten voor jezelf (hoe kan je verder gaan met CGT in jouw werk / regel ok dat je supervisie krijgt van een erkende gedragstherapeut VGCT (dit hoeft niet per se een supervisor te zijn).

Onderwerp: COMET (counter conditioneren)

CAPITA SELECTA

In overleg met de cursisten wordt uiterlijk in de 5^e bijeenkomst bepaald wat het onderwerp van de

laatste middag-bijeenkomst zal zijn.

Er kan gekozen worden uit diverse onderwerpen zoals:

- Cognitieve therapie bij wanen, literatuur: Gaag, M van der (1999), 25 pp. **Artikel 2205** (DVD gedachten uitpluizen)
- Andere angststoornissen zoals PTSS of GAS / omgaan met piekeren
- Burn-out
- Schemagerichte cognitieve therapie bij persoonlijkheidstoornissen
- of evt. een ander onderwerp (op het gebied van de CGTh.) dat door cursisten is voorgesteld
 Literatuur wordt uiterlijk in bijeenkomst 5 afgesproken

Vorbereiding bijeenkomst 8:

Wordt nader bekend gemaakt

Verder komt aan bod:

- Individuele **evaluatie** van de cursus (evaluatielijst)
- Plenaire evaluatie van de cursus
- Bespreking individuele leerpunten en leerdoelen voor de toekomst (o.a. hoe door te gaan met CGTh. en het volgen van supervisie
- Info over het lidmaatschap van de VGCT en registratie als CGW i.o.

Schatting tijdsinvestering: wordt nader bekend gemaakt

Literatuurlijst

NB. De literatuur dient gelezen te zijn vóórafgaand aan alle bijeenkomsten !!

Bijeenkomst 1 & 2

Artikel 2430 Observatieschema Jan C. Uit: *Cursus inleiding gedragstherapie RINO-Zuid*. (8 pp.)

Verplicht aan te schaffen boek: Heycop ten Ham, Bas, Bert de Vos en Monique Hulsbergen. (2012) *Praktijkboek Gedragstherapie deel 1 (Handboek voor Cognitief Gedragstherapeutisch Werkers)* Boom, Amsterdam

Bijeenkomst 3

Artikel 6252 Dam, A. van. Hoe motiveer ik een cliënt die niet mee wil werken. *Psychopraxis* 11, nr.2

Artikel 6253 Schippers, G.M. en Jonge, J. de. Motiverende gespreksvoering. *MGV*, 57, (2002)

Artikel 2528 Appelo, M.T. & Hoogduin, C.A.L. (2003). Socratisch motiveren. In *Omgaan met moeilijke mensen: naar een professionele aanpak*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu Van Loghum, (p. 23-38)

Artikel 2527 Sprey, A. (2002). Interactiestoornissen in de psychotherapie bij persoonlijkheidsstoornissen. Hfdst 2.6-2.11 in: *Praktijkboek persoonlijkheidsstoornissen; diagnostiek, cognitieve gedragstherapie en therapeutische relatie*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu Van Loghum, (p. 110-127)

Bijeenkomst 4

Verplicht aan te schaffen boek: Heycop ten Ham, Bas, Bert de Vos en Monique Hulsbergen. (2013) *Praktijkboek Gedragstherapie deel 2 (Handboek voor Cognitief Gedragstherapeutisch Werkers)* Boom, Amsterdam

Bijeenkomst 5

Artikel 2788 Hoogduin, C.A.L, Hagenaars, M.A., Minnen, A. van en Keijsers, G.P.J. (2004). Protocollaire behandeling van patiënten met ongewenste gewoonten: zelfcontroleprocedures. In Keijsers, G.P.J., Minnen, A. van & Hoogduin, C.A.L. *Protocollaire behandelingen in de ambulante geestelijke gezondheidszorg I*. Houten/Diegem, Bohn Stafleu Van Loghum, (p. 261-278)

Artikel 5903 Casus Mijnheer van Verre

hoofdstuk 2 uit *Praktijkboek Gedragstherapie* (zie bijeenkomst 4)

Bijeenkomst 6

Praktijkboek Gedragstherapie (CGW): Hoofdstuk 7 (pagina 247 – 274)

Artikel 6257 Broeke, E. ten, C. van der Heiden, St. Meijer en G. Schurink, (2008 – 2^e druk). Cognitieve therapie de basisvaardigheden. Boom pp. 1-31 en 65-98

Bijeenkomst 7

Artikel 6257 Broeke, E. ten, C. van der Heiden, St. Meijer en G. Schurink, (2008 – 2^e druk). Cognitieve therapie de basisvaardigheden. Boom pp. 99 – 156.

Artikel 6964 Casus Mevrouw Zorgvliet krijgt cognitieve therapie (1 blz)

Artikel 5082 Berndes en Emmelkamp: Cognitieve therapie bij depressie. In Bögels S.M. en P. van Oppen, Cognitieve therapie: theorie en praktijk. Bohns Stafleu Van Loghum. Houten, 1999. (pp.71- 95)

Bijeenkomst 8

Literatuur betreffende de capita selecta wordt opgegeven in de 5^e bijeenkomst.

Ondersteunend materiaal

DVD *Voorbeeldgesprek functionele analyse*. Universiteit Maastricht

DVD *Opvoeden zo! of afleveringen van 'Supernanny' (operante conditionering)*

DVD *Socratische motiveren (Appelo)*

DVD *Spiderphobia (één sessie behandeling)* Universiteit van Maastricht

DVD *Exposure bij dwang door Prof Dr. Salkovskis (House of OCD)*

DVD *met materiaal uit de RTL serie 'Geef mij nu je angst' (2014)*

DVD *Exposure bij agorafobie en paniekstoornis door Prof. dr. Salkovskis*

Syllabus CGW met de hierboven genoemde artikelen