

# **FORTA**

## **OPLEIDINGEN**

**Basiscursus Cognitieve Gedragstherapie**

**Blended**

**100 uur**

Bedankt voor je interesse in de 100 uren basis cursus CGT met E-learning module van Forta Opleidingen. De online module is gericht op het versterken van persoonlijke competenties van de cursist. In de bijeenkomsten op locatie staan theorie en praktische toepassing centraal. Hierbij ligt de nadruk op onderwerpen uit de literatuur, theoretische concepten en het oefenen van praktische vaardigheden. 78% procent van de lessen volgen de cursisten in groepsbijeenkomsten. Dit zijn 12 lesdagen van 6,5 uur. De overige 22% van de uren worden besteed op het online platform en bestaan uit 11 wekelijkse contactmomenten van 2 uur. In het online onderwijs wordt de nadruk gelegd op persoonlijke leerdoelen, het bespreken van relevante thema's uit het lesprogramma en oefening van praktische vaardigheden.

## Uitgangspunt

De basis cursus CGT met E-learning biedt grote variatie in didactiek en maakt gebruik van nieuwe methodieken en leervormen. Vanuit het competentie gerichte onderwijs werken de cursisten aan hun vaardigheden middels persoonlijke leerdoelen. Cursisten worden hiermee gestimuleerd hun ontwikkeling naar een hoger niveau te brengen. Daarnaast brengt het aanbieden van digitaal onderwijs met zich mee dat cursisten vertrouwd raken met de digitalisering van het werkveld. In therapie is er eveneens de ontwikkeling gaande dat cliënten steeds meer gebruik maken van E-health toepassingen.

## Doel en methode

De basisbegrippen uit de cognitieve gedragstherapie leer je door het bestuderen van de theoretische achtergronden, interactieve bespreking van de leerstof en door oefeningen in de praktijk. Je maakt tijdens de bijeenkomsten op systematische wijze kennis met de methoden en interventies gericht op specifieke stoornissen zoals angststoornissen, depressie, somatisch-symptoom stoornissen, impulscontrolestoornissen en persoonlijkheidsstoornissen. Vaardigheden worden onder andere geoefend in rollenspellen, waarbij je wisselend als therapeut en als cliënt zal optreden. Tijdens de praktische oefeningen staat het therapeutische proces en de therapeutische relatie centraal. Einddoel is dat men in staat is om het geleerde (onder supervisie) toe te passen in de behandeling van cliënten.

## Doelgroep

- Professionals die lid willen worden van de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve Therapie: [vgct.nl](http://vgct.nl)
- Afgestudeerden in o.a. Sociale Wetenschappen of de Geneeskunde.
- Professionals & hulpverleners die in de praktijk werken met cognitieve gedragstherapie en hun kennis en ervaring willen verdiepen en theoretisch willen onderbouwen.

## Toelatingscriteria

- Universitaire Master in de Sociale Wetenschappen of de Geneeskunde
- Wij adviseren een werkplek te hebben waarin het geleerde in de praktijk kan worden gebracht

## Onderwerpen

Onderwerpen die in de opleiding aan bod komen zijn:

- Algemene inleiding in de gedragstherapie, functieanalyse, betekenisanalyse, holistische theorie, opstellen van behandelplannen en cliënt gericht werken.

Specifieke stoornissen:

- Angststoornissen; paniekstoornis, fobieën, sociale angst, obsessief compulsieve stoornis, gegeneraliseerde angststoornis en PTSS.
- Stemningsstoornissen; depressieve stoornis, dysthyme stoornis, , suïcidaliteit en motivatietechnieken.
- Impulscontrolestoornissen & verslaving.
- Somatisch-symptoom stoornissen; stress gerelateerde stoornissen en chronisch vermoeidheidssyndroom.
- Persoonlijkheidsproblematiek, lastige interacties.

Onderdelen die in het cursustraject steeds terugkeren zijn:

1. Bespreking van de literatuur aan de hand van presentaties.
2. Interactieve bespreking van de leerstof & discussie.
3. Demonstraties, praktische oefeningen en rollenspellen.
4. Praktijkopdrachten, toetsing en eigen casuïstiek (volwassenen, jongeren en kinderen).

## Leerdoelen

Het uiteindelijke doel van de cursus is dat de cursist, waar nodig onder begeleiding van een supervisor of meer ervaren collega, in staat is om zelfstandig een cognitief gedragstherapeutische behandeling uit te voeren, zowel door het toepassen van een evidence based behandelprotocol als door het opzetten, uitvoeren en evalueren van een op maat gemaakt traject. Dit doel komt naar voren in de volgende doelen op het gebied van kennis, vaardigheden en attitude;

### Kennis

- Weet hebben van de grondslagen van de cognitieve gedragstherapie.
- Op de hoogte zijn van empirische toetsing van cognitieve gedragstherapie, inclusief recente ontwikkelingen.
- Beschikken over actuele kennis op het gebied van angststoornissen, stemmingsstoornissen, impulscontrole stoornissen en somatisch-symptoom stoornissen.

### Vaardigheden

- Toepassen van leermodellen in de eigen praktijk.
- Het opzetten en uitvoeren van het cognitief gedragstherapeutisch proces als een empirische cyclus.
- Het aangaan en monitoren van een therapeutische relatie.
- Evalueren van de therapeutische relatie en zo nodig aanpassen van de eigen interactiestijl.
- Kiezen en uitvoeren van een evidence based behandelprotocol.

### Attitude

- Inzicht in de positie van cognitieve gedragstherapie in het veld van gesprekstherapeutische behandelingen.
- Een positief kritische houding ten opzichte van evidence based behandelen.
- Een visie op de verhouding tussen het uitvoeren van interventies en het opbouwen van een therapeutische relatie.

### Wil je meer weten?

**Bezoek onze site of neem contact met ons op!**

[fortaopleidingen.nl](http://fortaopleidingen.nl)