

Verdiepingscursus Cognitieve Gedragstherapie volwassenen
(70 uur)



Inhoud

Het vertrekpunt in deze verdiepende deel cursus is de cognitief gedragstherapeutische behandeling van volwassenen. De cursusonderdelen zijn praktijkgericht, er wordt veel gewerkt met rollenspelen en oefeningen. De cursisten leren om zowel de technieken (vaardigheden) te kunnen toepassen alsook een goede therapeutische attitude en relatie te kunnen hanteren. Tijdens de opleiding zullen cursisten opdrachten uitvoeren in hun klinische praktijk en daarover rapporteren tijdens de cursusbijeenkomsten (casuïstiek inbreng).

Doelgroep

Vooropleiding

Je hebt een afgeronde masteropleiding psychologie, pedagogische wetenschappen, gezondheidswetenschappen of geneeskunde. In je vooropleiding moet je de vakken leertheorieën, psychopathologie, persoonlijkheidsleer en gespreksvaardigheden hebben gevolgd.

Werk

Je bent minimaal twaalf uur per week werkzaam op het gebied van de GGZ de Jeugdzorg of Onderwijs. Deze uren mogen ook worden opgedaan binnen een werkervaringsplek. Indien dit niet het geval is dan moet je in ieder geval werken met cliënten met psychische problemen of met teams die met cliënten werken aan psychische problemen. Bij twijfel over de werksetting en gelegenheid tot oefenen van het geleerde, neem contact op met King nascholing. Om je te kunnen registreren als Cognitief Gedragstherapeut in opleiding bij de VGCT dien je te kunnen aantonen dat je de verdiepingscursus bent gestart binnen 1 jaar na afronding van de Inleiding van 30 uur.

Doelstelling

Centraal in de cursus staat de systematische, op leertheorie gefundeerde, analyse van klachten en probleemgedrag en het ontwerpen van daarop aansluitende behandelplannen. Daarnaast zal geoefend worden met belangrijke cognitief gedragstherapeutische behandelprocedures en besteden we aandacht aan de theorie en praktijk van diagnostiek en (protocollaire) behandeling van enkele veel voorkomende stoornissen zoals angststoornissen en stemmingsstoornissen. De nadruk ligt bij het aanleren en intrainen van de basistechnieken, zodat er een stevige basis gelegd wordt waar de vervolgcursussen op door kunnen borduren.

Aan het einde van de cursus zullen cursisten in staat zijn om - onder supervisie - zelfstandig gedragstherapieën uit te voeren bij verschillende stoornissen en om verschillende basale gedragstherapeutische en cognitieve technieken toe te passen.

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 praktijk;
- kan de cursist het cognitief gedragstherapeutische proces toepassen;
- 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 derde probleemgebied naar keuze;
- 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.

Inhoudelijke opzet

Elk dagdeel is gecentreerd rond een bepaald onderwerp of thema. Er is specifieke aandacht voor evidence-based en best practice behandelvormen.

Aansluitend bestaat de inhoud uit theorie en praktijk van een aantal gedragstherapeutische basisinterventies: motiverende gespreksvoering, basistechnieken van cognitieve therapie, gedragsexperiment en exposure. Vervolgens komt het toepassen van deze procedures aan bod bij behandeling van verschillende klachtgebieden, waaronder angststoornissen en stemmingsstoornissen. Vóór aanvang van de interventies komt het behandelplan aan de orde, waarop gaandeweg wordt teruggekomen (evalueren en zonodig bijstellen).

Opzet per bijeenkomst

Per cursusdag is globaal sprake van dezelfde opzet:

Inleiding op thema's

Bespreken relevante literatuur

Verwerkingsoefeningen en –opdrachten, bijvoorbeeld film, rollenspelen, opdrachten, bespreken casuïstiek, verdiepende literatuur

Oefenen en onderlinge gedragsmodificatie cursisten

Werkwijze

Korte presentaties door docente en cursisten, groepsdiscussies, oefenen aan de hand van papieren casuïstiek, oefenen met het toepassen van de diverse analysemodellen en opstellen van cognitieve casusconceptualisatie, demonstratie van technieken (DVD, modellering door docente), rollenspelen en oefenen van diverse bovengenoemde technieken. Er is veel ruimte voor casuïstiek van cursisten en verdiepende vragen.

De cursisten bereiden de cursusbijeenkomsten voor door:

Bestuderen literatuur

Maken van huiswerkopdrachten.

De cursus bijeenkomsten omvatten:

Voor- en nabespreken van het huiswerk

Literatuurbespreking door cursisten en docent

Uitleg theorie door de docent

Praktische oefeningen met betrekking tot de verschillende onderdelen van het gedragstherapeutische proces, in de vorm van rollenspelen.

Er wordt zoveel mogelijk geoefend aan de hand van concreet praktijkmateriaal van de cursisten.

Aanwezigheid

De cursisten dienen minimaal 90% van de bijeenkomsten aanwezig te zijn. Bij afwezigheid meldt de cursist zich af bij King nascholing en krijgt de cursist een vervangende opdracht. Dit betekent dat maximaal 10% van de contacttijd verzuimd mag zijn. In dat geval kan worden volstaan met het inhalen van de voor de verzuimde uren opgegeven huiswerkopdrachten.

Wanneer meer dan 10% van de contacttijd, maar minder dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten bovendien extra opdrachten worden uitgevoerd ter compensatie van de gemiste uren. Als er meer dan 20% is verzuimd, kan de cursus niet meetellen voor het lidmaatschap van de VGCT.

Toetsing

Kennis en vaardigheden worden op verschillende manieren getoetst:

- actieve participatie tijdens de cursus
- eigen gedragsmodificatie
- het maken van een mini N=1 (dit is de EINDTOETS, zie hieronder).

Mini N=1:

Aan de hand van een eigen casus wordt een verslag gemaakt met daarin: klachtinventarisatie, diagnostiek, differentiaal diagnostische overwegingen, Holistische Theorie, Functie- en Betekenisanalyses, behandelplan, korte omschrijving toepassing interventies en kritische reflectie op eigen gedrag als therapeut. De mini N=1 beslaat maximaal acht pagina's.

Vanaf de eerste bijeenkomst wordt in de cursus aandacht besteed aan het therapieproces waarop de N=1 is geënt. Het verslag wordt op de 1 na laatste lesdag ingeleverd, en na door de docent te zijn nagekeken en van feedback voorzien, op de laatste lesdag besproken.

Draaiboek

Het draaiboek bestaat uit een inzichtelijke weergave van de indeling van de lesdagen. De onderdelen en de bijbehorende literatuur worden per lesdag benoemd, waarbij de benoemde leerdoelen in het tijdschema aangehaald. Ook de werkvormen waarin de cursisten leren wordt benoemd. Zo is zichtbaar hoe de cursisten de stof leren beheersen.

Lesdagen	Inhoud
Dag 1	Kennismaking, opfrissen van kennis uit de Inleiding. Behandelplan
Dag 2	Therapeutische relatie, motiverende gespreksvoering
Dag 3	Gedragsexperiment en exposure
Dag 4	Paniekstoornis en sociale angst
Dag 5	Obsessief-compulsieve stoornis, Gegeneraliseerde angststoornis
Dag 6	PTSS, COMET
Dag 7	Depressie (en suïcidepreventie)
Dag 8	Impulsstoornissen
Dag 9	SOLK
Dag 10	Derdegeneratie gedragstherapie, afronden cursus