

Basiscursus voor Cognitieve Gedragstherapeutisch Werkers

2021

Psy-Zo!

Data: Donderdagen 26/8, 9/9, 23/9, 7/10, 28/10, 11/11, 25/11, 9/12
Locatie: Psy-Zo! Zernikepark 12, 9747 AN Groningen
Tijd: 9:00 (inloop vanaf 08:30) – 16:00 uur
Docenten: Anne Vollbehrr & Jiska Weijermans

Werkbelasting

In totaal bestaat de cursus uit 48 uur ('contacturen'). Daarnaast moeten de cursisten literatuur lezen en huiswerkopdrachten maken ('werkuren') hieraan moet gemiddeld 52 uur worden besteed. De totale belasting van de cursus komt daarmee op 100 uur (zie bijlage).

Voor wie

Je hebt een op de (geestelijke) gezondheidszorg gerichte hbo-(bachelor) opleiding afgerond, bijvoorbeeld Verpleegkunde, Sociaal Pedagogische Hulpverlening, Toegepaste Psychologie of Maatschappelijk Werk- en Dienstverlening. Deze opleiding moet aantoonbaar 30 uur gespreksvaardigheden en 30 uur psychopathologie bevatten.

Heb je een HBO-opleiding gevolgd die niet gericht is op de (G)Gz? Dan beoordeelt de registratiecommissie je vooropleiding. Deze opleiding moet in ieder geval ook weer aantoonbaar 30 uur gespreksvaardigheden en 30 uur psychopathologie bevatten.

Docenten

De opleiding wordt gegeven door drs. Anne Vollbehre en drs. Jiska Weijermans. Drs. Anne Vollbehre is sinds 2016 als behandelaar verbonden aan Psy-zo!. Ze is geregistreerd als GZ-psycholoog (BIG), Cognitief Gedragstherapeut (VGct) en EMDR Europe Practitioner (VEN). Naast behandelaar en docent is Anne supervisor voor therapeuten die in opleiding zijn tot GZ-psycholoog en voor cognitief gedragstherapeutisch werkers in opleiding (VGct). Drs. Jiska Weijermans werkt sinds 2020 bij Psy-zo!. Daarvoor heeft ze jarenlang gewerkt binnen de kinder- en jeugdpsychiatrie en heeft ze 8 jaar een eigen, vrijgevestigde GGZ-praktijk gehad. Daarnaast is ze als docent en supervisor verbonden aan Psy-zo! en werkt ze als coördinerend hoofddocent CGt voor de GZ-opleidingen V&O en K&J van Opleidingsinstituut PPO. Jiska is geregistreerd als GZ-psycholoog (BIG), Cognitief Gedragstherapeut (VGct), Kinder- en Jeugdpsycholoog (NIP) en EMDR-practitioner (VEN).

Datum en tijd

8 donderdagen in 2021 van 9.00 – 16.00 uur

Blok 1: 26/8, 9/9, 23/9, 7/10

Blok 2: 28/10, 11/11, 25/11, 9/12

Plaats: Psy-Zo! Zernikepark 12, 9747 AN Groningen

Max. aantal deelnemers: 14

Accreditaties aangevraagd bij:

VGct

Registerplein / BAMw

Uitgangspunten van de cursus

Deze basiscursus is opgebouwd uit twee blokken.

In het eerste blok is met name aandacht voor kennismaking met het gedragstherapeutisch proces. Het cognitief gedragstherapeutisch denkmodel wordt geïntroduceerd door stil te staan bij de geschiedenis en uitgangspunten ervan. Cursisten leren klachten en problemen van cliënten te inventariseren. Ze krijgen een introductie in de operante en klassieke conditioneringsprincipes en leren deze herkennen in de problematiek van cliënten. Ze leren (eenvoudige) functie en betekenis analyse maken. De grotere samenhang van de problematiek leren ze vertalen in een holistische theorie. Doel is om met behulp van de analyses tot een duidelijk behandelplan te komen waarin interventies zijn opgenomen om deze doelen te bereiken. Verder komen er in dit blok diverse basale vaardigheden aan bod en wordt er geoefend met het toepassen van bepaalde interventies.

In het tweede blok wordt aandacht besteed aan stoornis specifieke gedragstherapeutische behandelingen. Er volgt een introductie van de stoornissen met verdere aandacht voor het herkennen van de symptomen, diagnostiek, holistische theorie, analyses en behandelplan. Aandacht wordt besteed aan specifieke interventies en relevante vaardigheden die passen bij de betreffende stoornis. Telkens zullen in het eerste blok geleerde vaardigheden herhaald worden en specifiek toegepast worden op de tijdens die bijeenkomst besproken stoornis(sen).

Leerdoelen

Het einddoel is om na de cursus voldoende kennis en vaardigheden te hebben om onder supervisie een (deelaspect van een) cognitieve gedragstherapie te kunnen uitvoeren.

- De cursisten hebben basale kennis over klassieke en operante conditionering
- De cursisten kunnen het te bewerken probleemgedrag kiezen.
- De cursisten kunnen observaties en metingen verrichten t.b.v. een cognitieve gedragstherapie.
- De cursisten kunnen eenvoudige analyses maken.
- De cursisten kunnen een holistische theorie maken.
- De cursisten kunnen (bij enkelvoudige problematiek) een behandelplan opstellen en uitvoeren. Bij complexe problematiek kunnen ze een deel van het behandelplan opstellen en uitvoeren.
- De cursisten kunnen een aantal basis interventies op gestructureerde wijze uitvoeren (o.a. uitdagen van gedachten, exposure met responspreventie, contraconditionering, relaxatietechnieken en gedragsactivatie).
- De cursisten kunnen een behandelprogramma evalueren en terugrapporteren aan de verantwoordelijk cognitief gedragstherapeut.
- De cursisten zijn zich bewust van interactionele factoren in de behandelrelatie en hebben kennis gemaakt met motivatietechnieken.

Er is aandacht besteed aan angst en stemmingsproblematiek en een derde probleemgebied in overleg met de cursisten. De bijeenkomsten zijn zo vorm gegeven dat de cursisten telkens opnieuw worden aangezet om tot integratie van theorie en praktijk te komen met gebruik van kennis en vaardigheden om een gegeven "probleem" op te lossen.

Werkwijze

Competenties van de Cognitief gedragstherapeut VGCT®

In het competentieprofiel van de VGCT (www.vgct.nl) worden de competenties weergegeven waarover een cognitief gedragstherapeutisch werker moet beschikken. Het is een leidraad om de kwaliteit en de positie van het vak te bevorderen en te bewaken. In dit draaiboek wordt per cursusdag aangegeven welke specifieke competenties die dag aan bod komen.

Bijeenkomsten

Globaal genomen bestaat iedere bijeenkomst uit:

- Bespreken van de te bestuderen literatuur aan de hand van de vragen in het boek.
- Theoretische inleiding door de docent ondersteund door relevant beeldmateriaal; PowerPoint, animaties & video's.
- Bespreken van huiswerk en/of casuïstiek van de cursisten.
- Inleiding oefeningen docent met waar mogelijk videovoorbeelden van de te oefenen vaardigheden uit de praktijk.
- Zelf oefenen plenair, in subgroepen of tweetallen.
- Nabespreken van de oefeningen.
- Nabespreken en evaluatie van de bijeenkomst.
- Voorbereiding volgende bijeenkomst & huiswerkafspraken.

Eisen voor afronden cursus met voldoende resultaat

De cursist heeft de basiscursus met goed gevolg doorlopen wanneer aan de volgende, door de docent te controleren voorwaarden is voldaan:

- Aan de aanwezigheidsnorm is voldaan (zie kopje aan- afwezigheidsregels).
- De cursist moet geslaagd zijn voor de diverse toetsen over relevante aspecten van de tijdens de basiscursus behandelde lesstof (zie kopje toetsing)
- De cursist moet door de docent geschikt bevonden zijn voor voortzetting van de opleiding tot cognitief gedragstherapeutisch werker. Dit moet gebleken zijn uit inbreng en opstelling tijdens de basiscursus.

Aan- afwezigheidsregels

Bij een aanwezigheid van 100% is aan de aanwezigheidsplicht voldaan. Bij verzuim van maximaal 10% kan worden volstaan met het inhalen van de voor de verzuimde uren opgegeven huiswerk-opdrachten. 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. Wanneer meer dan 20% van de contacttijd is verzuimd moeten de gemiste bijeenkomsten worden ingehaald in een andere basiscursus. Pas na het inhalen mag, wanneer aan de andere voorwaarden is voldaan, een verklaring van geslaagd zijn worden afgegeven. Gemiste sessies moeten binnen een jaar na het einde van de cursus zijn ingehaald.

Toetsing

- Elke cursist bestudeert elke keer voor de bijeenkomst de aangegeven literatuur en beantwoord schriftelijk de in het boek gestelde vragen.

- Elke cursist bereid (samen met een andere cursist) éénmaal die literatuur voor aan de hand van de vragen en presenteert dit voor de groep.
- Iedere cursist maakt de aangegeven huiswerkopdrachten.
- De cursist is geslaagd voor de schriftelijke eindtoets over de relevante aspecten van de tijdens de cursus behandelde stof.

Literatuur

Het gemiddeld aantal ter voorbereiding per bijeenkomst te lezen pagina's is rond de 70 bladzijden. De deelnemers worden geacht onderstaande boeken zelf aan te schaffen.

- Heycop ten Ham, B.F. van, Vos, B. de & Hulsbergen, M. (2013) *Praktijkboek gedragstherapie: Handboek voor de cognitief gedragstherapeutisch werkers, deel 1 en deel 2*. Amsterdam: Boom.

Overzicht Literatuur

Blok 1

Praktijkboek Gedragstherapie deel 1:

Bijeenkomst 1:

- H 1 = De geschiedenis van de cognitieve gedragstherapie, blz. 19 t/m 47 (29 blz.)

Bijeenkomst 2:

- H 2 = Functieanalyse: analyse van disfunctioneel gedrag, blz. 49 t/m 89 (40 blz.)
- H 3 = Betekenisanalyse: analyse van disfunctionele emotionele reacties, blz. 91 t/m 142 (51 blz.)

Bijeenkomst 3:

- H 4 = Het gedragstherapeutisch proces: probleemsamenhang en behandelplan, blz. 143 t/m 205 (62 blz.)
- H 5 = Technieken: gedragsverandering en vaardigheidstraining, blz. 207 t/m 225 (18 blz.)
- H 6 = Technieken: veranderingen van emotionele reacties, blz. 227 t/m 246 (19 blz.)

Bijeenkomst 4:

- H 7 = Cognitieve therapie, blz. 247 t/m 274 (29 blz.)
- H 10 = De therapeutische context, blz. 335 t/m 365 (30 blz.)

Blok 2

Praktijkboek Gedragstherapie deel 2:

Bijeenkomst 5:

- H 4 = Paniekstoornis en Agorafobie, blz 191 t/m 263 (72 blz.)

Bijeenkomst 6:

- H 7 = Obsessief- compulsieve stoornis, blz. 367 t/m 437 (70 blz.)
- H 8 = Posttraumatische stress stoornis, blz. 439 t/m 495 (56 blz.)

Bijeenkomst 7:

- H 2 = Depressie, blz. 83 t/m 141 (58 blz.)
- H 5 = Sociale angststoornis, blz. 265 t/m 323 (58 blz.)

Bijeenkomst 8:

- H 8 = schematherapie (let op H 8 uit deel 1!), deel 1: blz. 275- 318 (43 blz.)
- Persoonlijkheidsproblematiek en RECAP, factsheet persoonlijkheidsstoornissen (6 blz.)