

Basisopleiding Mindfulness-Based Cognitive Therapy voor (G)GZ professionals - Radboudumc

Omschrijving en leerdoelen

MBCT is een acceptatiegerichte behandelmethodiek waarbij deelnemers anders leren omgaan met chronische psychische en lichamelijke klachten. In deze 8-daagse opleiding leert u naast indicatiestelling en diagnostiek vooral toepassingsmogelijkheden op basis van het evidence-based MBCT protocol ontwikkeld door psychologen Segal, Williams en Teasdale. In het zelf doorlopen en beoefenen van een mindfulness-based interventie leert u naast aandachtsregulatie ook methodische vaardigheden. Ook is er veel expliciete aandacht voor hoe men mindfulness kan integreren in de therapeutische basishouding.



De basisopleiding biedt toegang tot een vervolgopleiding die op een later tijdstip wordt aangekondigd.

Doelen

- ✓ Het ontwikkelen van basisvaardigheden en kennis om Mindfulness-Based interventies in te zetten.
- ✓ Kennis opdoen van de wetenschappelijke onderbouwing en toepassing bij diverse doelgroepen.
- ✓ Kennis vergaren van de positie van mindfulness binnen de derde generatie cognitieve gedragstherapie.



Mindfulness-Based interventies kunt u toepassen bij doelgroepen zoals mensen met angststoornissen, depressies, verslavingen of lichamelijk chronische klachten. In deze basisopleiding wordt gewerkt met plenair en dyadisch onderwijs waarin de deelnemers ook oefenen, feedback krijgen en getoetst worden op hun vaardigheden.

Programma

In de ochtenden wordt de MBCT training aangeboden via modellerend en ervaringsgericht onderwijs. Gedurende de middag wordt er gereflecteerd en zelf geoefend met de diverse onderdelen van de training. Daarnaast is er aandacht voor diverse toepassings-mogelijkheden en de wetenschappelijke evidentie van deze interventies.

Instapeisen

Een MBCT, dan wel MBSR hebben gevolgd bij een categorie 1 trainer.

Doelgroep

Psychologen, cognitief gedragstherapeuten, psychiaters, POH-GGZ, (sociaal psychiatrisch) verpleegkundigen, geestelijk verzorgers, vaktherapeuten.

Praktische informatie

Duur: 9 lesdagen

Contacturen: 56 uur

Studie-uren: 36 uur

Data: 27 augustus, 3, 17, 30 september, 15 oktober, 5, 19 november, 3 en 17 december 2021

Tijd: 9.45 – 17.00 uur

Kosten: € 1825,-

Literatuur: Mindfulness en cognitieve therapie bij depressie. Segal, Williams en Teasdale- uitgeverij Nieuwezijds, tweede editie - Heal Thy self, Lessons on Mindfulness in Medicine. Saki Santorelli, Random House, New York, 1999 - Wetenschappelijke artikelen.

Aanmelden: Via <https://radboudcentrumvoormindfulness.nl/opleiding/>