

FORTA

OPLEIDINGEN

Reader

Vervolgcurcus Cognitieve Gedragstherapie

100 uur

Versie: 2021-12

Copyright Forta Opleidingen. www.fortaopleidingen.nl

Inleiding

Inleiding

De vervolgcursus gedragstherapie bestaat uit 100 contacturen en zelfwerkzaamheid (o.a. literatuurvoorbereiding, oefening in de praktijk, toetsen) en omvat verschillende behandelvormen en -methoden, die een aanvulling en verdieping vormen op de basismethoden en -technieken zoals deze zijn geleerd in de basiscursus cognitieve gedragstherapie. Deze technieken zullen gekoppeld worden aan een aantal specifieke stoornissen die in dit onderdeel aan bod gaan komen. Met deze behandelvormen kan de (aspirant) gedragstherapeut zijn of haar mogelijkheden in de behandeling van cliënten met specifieke problematiek uitbreiden, dan wel deze behandelmethoden integreren binnen de cognitieve gedragstherapie.

Uitgangspunten

De cursus behandelt de theorie en praktijk van Cognitieve Gedragstherapie ten aanzien van complexere problematiek. De rode draad van de cursus is het flexibel hanteren van werkzaam gebleken interventies. Hierbij wordt rekening gehouden met de vragen, motivaties, sterke kanten en beperkingen van de cliënt. Van cursisten verwachten we dat ze casuïstiek inbrengen en zelfstandig opdrachten uitvoeren voor de cursus. Centraal staan samenwerkend leren, en het vertalen van theorie en technieken naar de praktijk. Ons uitgangspunt is dat wij cursisten algemene competenties willen leren, die zowel toegepast kunnen worden bij de uitvoering van protocollaire behandelingen als bij behandelingen op maat.

Centraal staan:

- zelfstandig leren door de cursist
- sterke koppeling van theorie en praktijk
- docenten coachen, begeleiden, instrueren, stimuleren, modelleren, demonstreren, en confronteren zo nodig.
- flexibel hanteren van protocollen en cognitieve gedragstherapie op maat volgens processtappen.

Om optimaal gebruik te maken van de cursus is het wenselijk dat cursisten tegelijkertijd supervisie volgen en werken met cliënten lijdend aan psychische problemen.

Onderwerpen

Samenhang van de thema's in de cursus

De cursus zal in aansluiting op de basiscursus het gedragstherapeutisch proces als leidraad hebben. De cursus richt zich op problematiek met meer complexiteit. Naast de aandacht voor de therapeutische relatie gaat de cursus vooral over het toepassen van cognitief- gedragstherapeutische technieken bij specifieke klachten en probleemgebieden. In deze cursus is qua cliëntdoelgroepen gekozen voor de veel voorkomende groepen van traumacliënten en cliënten met persoonlijkheidsproblematiek. Voor wat betreft methodieken is gekozen voor effectief gebleken/*evidence based* therapievormen voor persoonlijkheidsproblematiek en trauma, namelijk schematherapie, imaginaire exposure en EMDR. Verder is gekozen voor een kennismaking met *Inquiry Based Stress Reduction* (IBSR). Dit is een methode om gedachten te onderzoeken met een mindfulle houding, gebaseerd op *The Work* van Byron Katie. Het helpt zowel de cliënt als therapeut om de koppeling tussen situatie en subjectieve interpretatie los te maken, met als gevolg een minder stressvolle reactie op de situatie. Tot slot worden systeemgerichte interventies behandeld, omdat bij complexe problematiek (onderdelen van) het systeem vaak een ontwikkelende en/of instandhoudende rol spelen. Cursisten leren hoe zij doelmatig vanuit het gedragstherapeutisch proces kunnen opereren in de context van de cliënt, zoals in de partnerrelatie, het gezin of breder systeem.

De cursist doet kennis op over de theoretische achtergrond van de verschillende therapieën en behandelvormen en leert basisvaardigheden en interventies om de betreffende therapieën op een professionele wijze uit te voeren, volgens *evidenced based* methoden en technieken. Protocollen dienen als uitgangspunt, maar worden tot maatwerk gemaakt in relatie met de cliënt. Vanuit onze visie op cliëntgericht werken staat de samenwerkingsrelatie tussen cursist en docent, dan wel behandelaar en cliënt, voorop. Hierin worden respectievelijk de cursist en cliënt bejegend als mondige deskundigen wat betreft hun eigen doelen en leven.

Opbouw van de cursus

De cursus bestaat uit 16 klassikale bijeenkomsten met de volgende thema's: IBSR, Therapeutische relatie, Persoonlijkheidsstoornissen, cluster A, B en C, Schematherapie 1, Inleiding PTSS, IE en EMDR, Partner bij/in de behandeling, Partnerrelatietherapie specifiek, Gedragsverandering in gezinnen.

De cursus start met algemene onderdelen en gaat daarna in op klachtspecifieke onderdelen. De algemene onderdelen betreffen theorieën en interventies die los van het type klacht van de cliënt van belang zijn. Hierbij gaat het om het opbouwen van een goede therapeutische relatie en het toepassen van een cognitief gedragstherapeutische techniek die snel tot emotionele inzichten leidt, namelijk de *Inquiry-Based Stress Reduction* (IBSR). Vervolgens worden specifieke klachten en bijbehorende interventies behandeld. Eerst wordt er aandacht besteed aan het herkennen van persoonlijkheidsproblematiek en het behandelen hiervan met schematherapie. Vervolgens gaat de aandacht uit naar trauma en behandeling hiervan met IE en EMDR. Tot slot wordt aandacht besteed aan klachten die ontstaan en/of in stand gehouden worden door het systeem van de cliënt en hoe hierop geïntervenieerd kan worden.

Leerdoelen

Na afloop van de cursus:

1. Heeft de cursist theoretische kennis van de verschillende therapieën en methoden.
2. Is de cursist in staat om een indicatie te stellen en een afweging te maken wie in aanmerking komt voor de betreffende behandelvorm.
3. Kan de cursist het therapeutisch proces en de therapeutische relatie in de behandeling als instrument gebruiken.
4. Is de cursist in staat om de verschillende behandelvormen met bijbehorende technieken en interventies in de behandeling van cliënten met meer complexe problematiek toe te passen en uit te voeren.

Methode

De cursist leert de basisbegrippen uit de verschillende therapieën en methoden zowel door het aanreiken van theoretische kennis en interactieve bespreking van de leerstof, als door oefeningen in de praktijk. De cursist maakt op systematische wijze kennis met de bijbehorende methoden en interventies. Via modeling door docenten kan de cursist in de praktijk de interventies en vaardigheden ervaren en leren. De cursist oefent met het toepassen ervan door praktische oefeningen en rollenspellen, waarbij men wisselend als therapeut en als cliënt zal optreden. Aandacht wordt besteed aan het therapeutische proces en de therapeutische relatie.

- Theorie
- Presentaties
- Modelling
- Rollenspel
- Casuïstiek