

BASISCURSUS COGNITIEVE GEDRAGSTHERAPIE SPANJE EN NEDERLAND 100 UUR **Sant Ferriol, Spanje & Lunteren, Nederland 2019**

De Basis cursus CGT Spanje en Nederland is een unieke kans om cursus van kwalitatief hoog niveau te krijgen in een ontspannende omgeving. Het programma is ontwikkeld voor mensen die zich willen bekwamen in de cognitieve gedragstherapie. Na voltooiing van deze cursus kun je het adspirantlidmaatschap van de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCT) aanvragen.

Docenten:

Martijn Stöfseel en Pancras van den Bos, beiden klinisch psycholoog en supervisor bij de VGCT en beiden het volledige programma aanwezig.

Opzet:

Het basis-introductiedeel, 34 uur, 6 opeenvolgende dagen: 12 t/m 17 mei 2019 Sant Ferriol, Spanje.

Het basis-verdiepingsdeel, 66 uur, 11 tweewekelijkse dagen in 2019 bij De Lunterse Boer in Lunteren.

Algemeen

De 100-urige basis cursus cognitieve gedragstherapie (CGT) is methodisch specifiek en richt zich op de doelgroep volwassenen (en ouderen). De cursus leidt op tot een therapeut die de basisprincipes van het gedragstherapeutisch proces, gedragstherapeutische diagnostiek en gedragstherapeutische technieken kent en beheerst, die een volledige CGT-behandeling kan opzetten en die CGT-technieken op het gebied van met name angst- en stemmingsstoornissen kan toepassen. Deze cursus wordt geaccrediteerd door de Vereniging voor Gedragstherapie en Cognitieve therapie (VGCT) als basis cursus cognitieve gedragstherapie in het opleidingstraject tot Cognitief Gedragstherapeut van de VGCT.

Doelgroep

De cursus richt zich op afgestudeerde psychologen of andere afgestudeerden in de sociale wetenschappen of in de geneeskunde, die lid van de VGCT willen gaan worden of zich willen bekwamen in de cognitieve gedragstherapie. Belangrijke voorwaarde voor deelname aan deze cursus is dat men de in de cursus geleerde en geoefende technieken in de praktijk met cliënten kan oefenen. Cursisten moeten dus (al dan niet betaald) werkzaam zijn in de Geestelijke GezondheidsZorg (GGZ), in brede zin. De cursus omvat 100 contacturen en 350 werkuren. De 100 contacturen zijn onderverdeeld in 34 uur basisdeel en 66 uur verdiepingsdeel.

Verantwoording opzet

Deze cursus is opgezet vanuit het principe dat leren optimaal verloopt in een prettige omgeving en in een veilige groep. Daarbij is het van belang dat er een goed evenwicht is tussen het opdoen van kennis in een gestructureerde leeromgeving in een groep (en daarbinnen kunnen experimenteren met nieuw verworven technieken en vaardigheden) en het toepassen van die ervaringen in de klinische behandelpraktijk. Daarbij vinden we dat leren ook leuk mag (moet!) zijn en beter zal verlopen als er een ontspannende context is.

Het basis-introductiedeel

Vanuit deze uitgangspunten beginnen we met het basisdeel van de cursus in Sant Ferriol, Spanje op een aangename en rustgevende cursuslocatie. In de beginfase van een cursus is het creëren van een veilige leeromgeving van belang. Dat proces gaat sneller met een intensieve startperiode van een week cursus op een prettige, ontspannen, veilige plek. Het introductie-deel van de basis cursus bestaat uit het kennismaken met de gedragstherapeutische principes en het opdoen van basale CGT-vaardigheden, zoals het maken van een holistische theorie, oefenen met het opzetten van betekenisanalyses en functie-analyses, oefenen met de cognitieve technieken, ontspanningsoefeningen en exposure. Deze vaardigheden kunnen prima en misschien beter met medecursisten geoefend worden dan met echte cliënten, omdat het meer vrijheid geeft om te experimenteren. In de intensieve eerste week van deze cursus in Spanje raakt men dan ook vertrouwd met de CGT-principes en zal er veel geoefend worden.

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen aan bod in het introductiedeel:

- kennis van het cognitief gedragstherapeutisch proces;
- leer- en emotietheorie relevant voor de klinische praktijk, in ieder geval de theorieën over klassieke en operante conditionering en het cognitieve model;
- cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en het opstellen van een verklarend model (inclusief gebruik van vragenlijsten, holistische theorie, functie- en betekenisanalyses en casusconceptualisatie) over de oorzakelijke en in stand houdende factoren van probleemgedrag plus adequate evaluatie- en monitoringsinstrumenten;
- opbouwen, onderhouden en afsluiten van een CGT-behandeling en een adequate therapeutische werkrelatie;
- ontwerpen van behandelplannen op basis van cognitief gedragstherapeutische diagnostiek en cognitief gedragstherapeutische analyses;

- het toepassen van basistechnieken van de cognitieve gedragstherapie, waaronder ten minste registratieopdrachten en concretisering van probleemgedrag, exposure, responspreventie, gedragsexperimenten, sociale vaardigheidstraining, zelfregulatieprocedures, contraconditioneren, activeringstechnieken, uitdaagtechnieken, socratische dialoog en ontspanningsprocedures;
- overzicht over de verschillende generaties gedragstherapieën (waaronder ACT en Schematherapie).

Het basis-verdiepingsdeel

In het verdiepingsgedeelte van de cursus willen we het uitgangspunt van een prettige leeromgeving voortzetten door les te geven op een mooie ontspannende plek in de natuur in het midden van het land. Juist in het verdiepingsgedeelte van de cursus is het wel belangrijk dat cursisten de aangeleerde vaardigheden kunnen oefenen in hun klinisch werken met cliënten. In dit gedeelte zullen de bijeenkomsten dan ook één dag in de twee weken plaats vinden. Zodat tussen de bijeenkomsten door er de gelegenheid is om te oefenen met de nieuw aangeleerde vaardigheden en technieken. Elke bijeenkomst in het verdiepingsdeel zal worden afgesloten met een huiswerkopdracht waarin cursisten actief de geleerde vaardigheden en technieken moeten oefenen in hun klinische praktijk en daarvan de volgende keer schriftelijk verslag doen.

Onderwerpen

In het verdiepingsdeel van 66 uur worden evidence based behandelprogramma's met CGT-vaardigheden en technieken aangeleerd om met name angst- en stemmingsstoornissen en somatofome stoornissen te kunnen behandelen. Er wordt ook aandacht besteed aan de therapeutische relatie in de cognitieve gedragstherapie en er worden beperkte uitstapjes gemaakt naar persoonlijkheidsproblematiek, somatoforme problematiek en verslavingsproblematiek.

Prijs

De cursuskosten bedragen € 2750,- vrijgesteld van BTW. Omdat de cursuskosten relatief laag zijn, komen de totale kosten, inclusief reis- en verblijfskosten, op een vergelijkbaar niveau uit als de reguliere basis cursussen die in Nederland gegeven worden.

Algemene leerdoelen

Na afloop van de basis cursus:

- heeft de cursist inzicht en basisvaardigheid in de cognitief gedragstherapeutische manier van denken;
- kan de cursist leermodellen toepassen in de eigen praktijk;
- kan de cursist het cognitief gedragstherapeutische proces toepassen;
- kan de cursist betekenis analyses, functie analyses en interventiestrategieën ontwerpen;
- 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, functie analyses en hulpvragen vaststellen wat er aan de hand is bij een cliënt met een angststoornis, met een stemmingsstoornis en/of een somatoforme stoornis;
- 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.

Literatuur

Boeken waarover de cursisten dienen te beschikken gedurende de cursus:

- Korrelboom, C.W. & Ten Broeke, E. (2014). Geïntegreerde cognitieve gedragstherapie. Coutinho. ISBN: 9046903818 of 9789046903810
- Ten Broeke, E., Korrelboom, C.W. & Verbraak, M.J.P.M. (2009). Praktijkboek Geïntegreerde Cognitieve Gedragstherapie. Protocolaire behandelingen op maat. Coutinho. ISBN: 9789046901335
- Daarnaast worden er via een digitaal platform aanvullende artikelen beschikbaar gesteld.

Didactische vormen en technieken

Informatie wordt gegeven in de vorm van inleidingen, korte filmpjes, video's, interactieve discussies en demonstraties. Het oefenen met het maken van analyses en behandelplan gebeurt in de vorm van rollenspelen aan de hand van casuïstiek, zowel plenair als in subgroepen. Op deze wijze zal tevens geoefend worden met de interventietechnieken. Zaken die in subgroepen geoefend worden, worden plenair nabesproken. Vaardigheden en technieken worden eerst plenair gedemonstreerd door één van de docenten en daarna geoefend door de deelnemers in subgroepen.

Aanmelden

Aanmelden kan via www.cerno-psycholoog-nijmegen.nl/opleiding.