

Initialer:.....

Dato:.....

Visning nr.:.....

## Din utvikling som kognitiv terapeut.

### Basert på Kognitive Therapy Adherence and Competance Scale (CTACS)

Innenfor hvert område skal kandidaten utføre ca 50 % av oppgavene med tilfredsstillende kompetanse (3 eller bedre)  
Dette kan gjøres ved å vise video/audio av en terapitime

#### Område: Kognitiv terapi struktur

Benytter i dag		Oppgaver	Kompetanse						
NEI	JA		Lav ----- Høy						
NEI	JA		0	1	2	3	4	5	6
		1. Agenda							
		2. Vurdering av sinnsstemning							
		3. Overgang fra foregående time							
		4. Undersøkelse av pågående problem							
		5. Vurdering av aktuelle hjemmeoppgave							
		6. Utforming av ny hjemmeoppgave							
		7. Oppsummering							
		8. Pasient oppsummering og tilbakemelding							
		9. Fokus/struktur							

#### Område: Samarbeidende terapeutisk relasjon

Benytter i dag		Oppgave	Kompetanse						
NEI	JA		Lav ----- Høy						
NEI	JA		0	1	2	3	4	5	6
		10. Sosialisering til KAT modellen							
		11. Varm, genuin, kongruent							
		12. Akseptering/respekt							
		13. Oppmerksomhet							
		14. Empati							
		15. Samarbeid							

#### Område: Anvendelse av kasusformulering

Benytter i dag		Oppgave	Kompetanse						
NEI	JA		Lav ----- Høy						
NEI	JA		0	1	2	3	4	5	6
		16. Aktivere automatiske tanker							
		17. Aktivere grunnleggende leveregler							
		18. Aktivere mening/forståelse/attribusjon							
		19. Fokus på nøkkeltémaer							
		20. Kasusformulering: koble fortid/nåtid							
		21. Dele formulering med pasient							

#### Område: Kognitive og atferdsteknikker

Benytter i dag		Oppgave	Kompetanse						
NEI	JA		Lav ----- Høy						
NEI	JA		0	1	2	3	4	5	6
		22. Veiledet oppdagelse							
		23. Ba om fakta/alternative tolkninger							
		24. Bruk av alternative teknikker							
		25. Helhetsvurdering som kognitiv terapeut							

.....  
Underskrift veileder

.....  
Underskrift veiledningskandidat