



## VEILEDERS OPPGAVER

### *VIDEREUTDANNING I KOGNITIV IDRETTSPSYKOLOGI*

Videreutdanningen omfatter ti samlinger over to år, til sammen 160 timer undervisning og øvelser. Kursleder har faglig ansvar for at seminaret gjennomføres i tråd med foreningens mål for utdanningen. Kursleder har ansvar for avtaler med veileder, og setter opp hvilke deltakere som skal i hvilke veiledningsgrupper. Kursleder har ansvar for å informere veileder om veiledningens rammer, honorarer og prosedyrer for fakturering.

*Mål:* I kognitiv idrettspsykologi benyttes prinsipper fra en kognitiv atferdstilnærming i mental og fysisk trening. Målgruppe er utøvere innenfor toppidrett og annen konkurranseidrett, og personer som ønsker og trenger å øke sitt fysiske aktivitetsnivå. Utdanningen kan også være relevant på andre prestasjonsarenaer, som utøvende kunst, for eksempel ballett, opera og teater, og næringsliv. Sentrale anvendelsesområder er mental trening, stresshåndtering, motivasjonsfremming og ressursorientering. Her inngår også tiltak ved prestasjonsangst, urimelig selvkritikk og negative og hemmende tankemønstre og tenkemåter. Utdanningen vil supplere annen og mer omfattende psykologiutdanning og idrettsvitenskapelig utdanning. Den skal bidra til å øke kandidatens evne til refleksjon over egne handlinger som kognitiv rådgiver og bevisstgjøre etiske valg. Det stilles derfor store krav til veileders kompetanse i å forstå veiledningen som en pedagogisk prosess.

Veileder må sette seg inn i den aktuelle studieplans innhold.

Det skal inngås skriftlig avtale med kandidaten, se «Veiledningskontrakt».

Det forutsettes at kandidaten veiledes på minst to utøvere. Veiledningen gis fortrinnsvis i forhold til video-/audio-opptak som kandidaten har gjort av egen rådgivning. Hver kandidat skal levere minst tre video-/audio-opptak til gruppeveiledningen.

Veileder må sette seg inn i prosedyre for sending og oppbevaring av video/audio, og informere kandidatene om dette.

*Omfang:* Hver deltaker skal ha minimum 50 timer gruppeveiledning i løpet av to år. Veileder avtaler tidspunkter for veiledning direkte med kandidatene. Det er viktig at veileder så tidlig som mulig tar initiativ for å få satt opp avtaler for møtetidspunkter.

Skjemaer til bruk i veiledningen:

<https://www.kognitiv.no/utdanning-i-kognitiv-terapi/for-veileder/>

- **Veiledningskontrakt** – fylles ut av veileder og kandidat, og kopi sendes inn til NFKT når veiledningen starter opp.
- **Sjekkliste for veileder** – skal brukes av veileder som en egenevaluering og huskeliste for hvert veiledningsmøte
- **Din utvikling som kognitiv terapeut** – er et skjema som brukes til å vurdere kandidatens kompetanse basert på video-opptak
- **Bekreftelse for veiledning** – sendes til NFKT ved avsluttet veiledning
- **CTACS-skjema** som video vurderes og skåres etter.
- **Retningslinjer for opptak og innlevering av video.**

Bekreftelse på fullført veiledning og Din utvikling som kognitiv terapeut sendes til NFKT ved fullført veiledning.

*Takst:* Veiledning 45 minutter (regnes som en veiledningstime): 1250 kr. som fordeles mellom deltakerne. 3 video-/audio-opptak skal gjennomgås på forhånd av veileder, da etter følgende takst: 900 kr. Veileder gir beskjed til kursleder når veiledningen er fullført. Veileder sender faktura direkte til kandidatene dersom annet ikke er avtalt.

Dersom en kandidat må avslutte studiet og har levert legeattest, må de gjenværende deltakerne betale en høyere andel som følge av færre å fordele utgiftene på.

Vi setter pris på om du som veileder gir kursleder beskjed om forhold ved seminaret som bør rettes på, for eksempel sider ved undervisning og veiledning som deltakerne kunne ønsket gjort på en annen måte.

Takk for at du har påtatt deg den viktige oppgaven som veileder!

**Lene B. Finnerud, admin.leder NFKT, e-post: [post@kognitiv.no](mailto:post@kognitiv.no)**