



VIDEREUTDANNING I KOGNITIV TERAPI for leger og psykologer Stavanger høst 2021 – vår 2023

Utdanningens innhold og omfang er beskrevet i [studieplanen](#).

Norsk Forening for Kognitiv Terapi (NFKT) er en ideell medlemsforening og et utdanningsinstitutt (Nasjonalt Institutt for Kognitiv Terapi, NIKT), som mottar økonomisk støtte fra Helsedirektoratet. NFKT er medlem av European Association for Behavioral and Cognitive Therapies (EABCT), og arrangerer videreutdanningsprogrammer for helsepersonell over hele landet.

Kognitiv terapi

Kognitiv terapi, som også kalles kognitiv atferdsterapi, har en bred orientering som inkluderer elementer fra flere andre terapiformer, og har form av individual-, familie-, gruppe- eller miljøterapi.

Kjernen i kognitiv terapi er å støtte pasienten i å mestre livsproblemer og kunne endre uhensiktsmessige tankemønstre og atferd forbundet med problemene. Pasienten hjelpes til å fremstå som en problemløser og medarbeider i terapien. Kognitiv terapi handler om å lære ferdigheter og oppnå mål, og er en fleksibel arbeidsform som lett kan kombineres med andre behandlingsformer, som medikamentell behandling eller familieintervensjoner. Prinsippene i kognitiv terapi kan anvendes i hele behandlingsskjeden – døgnavdeling, dagbehandling, poliklinisk oppfølging, ambulant, oppsøkende virksomhet og allmennhelsetjenester.

Videreutdanning i kognitiv terapi for leger og psykologer

Deltakere av denne utdanningen vil tilegne seg teoretisk kompetanse og praktiske ferdigheter i kognitiv terapi rettet mot behandlingsoppgaver i spesialisthelsetjenesten.

Sentrale elementer i denne utdanningen:

- ◆ Innføring i grunnelementer i kognitiv terapi
- ◆ Kognitiv terapi ved depresjon
- ◆ Kognitiv terapi ved angstlidelser; panikklidelse, agorafobi, sosial angst, generalisert angstlidelse
- ◆ Kognitiv terapi ved PTSD,
- ◆ personlighetsforankrede problemer,
- ◆ rusmiddelproblemer,
- ◆ psykose,
- ◆ sinne/vold,
- ◆ insomni

Målgruppe

Videreutdanningen er rettet mot leger og psykologer som jobber klinisk.

Psykologforeningen og legeföreningen godkjenner utdanningen som fordypning/spesialisering. Se studieplan for nærmere detaljer.

Godkjenning

Godkjent kursbevis fra NFKT krever dokumentert 90 % fremmøte på forelesninger og 100 % oppmøte på veiledning og ferdighetstrening. Det er en forutsetning at søkerne jobber klinisk under utdanningen med pasienter. Deltakerne skal legge frem video- eller lydbåndopptak av terapisaamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

24. - 26. november 2021 kl 08.00 – 15.00

Dag 1 og 2: Grunnleggende innføring i kognitiv terapi
Psykologspesialist Ivar Elvik

Dag 3: Ferdighetstrening

Kurssted: Forsknings- og undervisningsenheten, Stavanger Universitetssjukehus, F301

2. Samling

2. - 4. februar 2022 kl 08.00 – 15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved depresjon

Dag 3: Ferdighetstrening. Tema: Grunnmodeller i kognitiv terapi
Psykologspesialist Ivar Elvik

3. samling

30. mars – 1. april 2022 kl 08.00 – 15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved panikkangst, agorafobi og spesifikke fobier

Dag 3: Ferdighetstrening
Psykologspesialist Ivar Elvik

4. samling

15. - 17. juni 2022 kl 08.00 – 15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved sosial angstlidelse

Dag 3: Ferdighetstrening
Psykologspesialist Ivar Elvik

5. samling

31. august - 2. september 2022 kl. 08.00 – 15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved posttraumatisk stresslidelse (CT-PTSD)

Dag 3: Ferdighetstrening
Ph.D. og psykologspesialist Jon Fauskanger Bjåstad

6. samling

19. - 21. oktober 2022 kl. 08.00 -15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved personlighetsforankrede problemer

Dag 3: Ferdighetstrening
Professor Hans Nordahl

7. samling

7. - 9. desember 2022 kl. 08.00 - 15.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved rusmiddelproblemer

Dag 3: Ferdighetstrening
Peter Prescott, spesialist i klinisk psykologi, fagbokforfatter

8. samling

26. - 27. januar 2023 kl. 08.00 - 15.00

Kognitiv terapi ved generalisert angstlidelse (GAD)
Professor Leif Edward Ottesen Kennair

9. samling

23. - 24. mars 2023 kl. 08.00 - 15.00

Kognitiv terapi ved psykoselidelser
Psykologspesialist Ivar Elvik

10. samling

8. - 9. juni 2023 kl. 08.00 - 15.00

Kognitiv terapi ved sinne/vold
Psykologspesialist Steinar Sunde

11. samling

24. - 25. august 2023 kl. 08.00 - 15.00

Kognitiv terapi ved insomni
Forsker og psykologspesialist Håvard Kallestad (digitalt)

Eksamen

3 timer hjemmeeksamen ca 3 uker etter siste samling

Praktiske forhold

Alle undervisnings-samlingene holdes ved Stavanger Universitetssjukehus, bygg F, 3. etasje, forsknings- og undervisningsenheten (FoU), rom F-301.

Lunch kan kjøpes i kantinen i 2. etasje.

Kontaktadresser

Kursleder: Elisabeth Christie Ørke elisabeth.christie.ørke@sus.no

For praktiske spørsmål: kristin@kognitiv.no

Kursavgift: SUS-ansatte har egen avtale.

Eksterne deltakere: kr. 8 500 pr. semester, totalt kr 34 000. I tillegg kommer veiledningsutgifter på ca. kr 15 000, avhengig av antall deltakere i veiledningsgruppen.