



VIDEREUTDANNING I KOGNITIV TERAPI VED FYSIKALSK MEDISIN OG REHABILITERING Oslo, 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 behandlingkjeden – døgnavdeling, dagbehandling, poliklinisk oppfølging, ambulant, oppsøkende virksomhet og allmennhelsetjenester.

Kognitiv terapi ved fysikalsk medisin og rehabilitering

Videreutdanningen i kognitiv terapi for fysioterapeuter og manuellterapeuter skal utvikle deltakernes kompetanse med utgangspunkt i hele bredden av behandlingsoppgaver som møter deltakeren i arbeid med fysikalsk medisin og rehabilitering

Sentrale elementer i kognitiv terapi ved denne utdanningen:

- Innføring i grunnleggende kognitiv terapi
- Brief Intervention
- Kognitiv terapi ved langvarige smerter
- Kognitiv terapi ved vedvarende utmattelse ved somatisk sykdom
- Kognitiv terapi ved depresjon
- Kognitiv terapi ved angstlidelser (panikkangst, agorafobi, spesifikk fobi og sosial angst)
-

Målgruppe

Fysioterapeuter og manuellterapeuter som jobber innen fysikalsk medisin og rehabilitering.

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 og kan vise til dette gjennom fremlegg av video- eller lydbandopptak av terapisamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

Sted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

13.-15. februar 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Introduksjon til utdanningen, etablering av veiledningsgrupper.

Innføring i grunnleggende kognitiv terapi

Dag 3: Ferdighetstrening

Kursleder: Alexander Hoel, psykomotorisk fysioterapeut

2. Samling

Sted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

27.-28. mars 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Brief Intervention

Foreleser: Ingar Heier, overlege

3. samling

Kurssted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

4.-5. mai 2023 kl 09.00 – 16.00

Kognitiv terapi ved smerte/utmattelse

Forelesere: Elin Fjerstad, psykologspesialist og Torkil Berge, psykologspesialist

4. samling

Kurssted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

14.-16. august 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved depresjon

Dag 3: Ferdighetstrening, depresjon

Foreleser: Alexander Hoel, psykomotorisk fysioterapeut

5. samling

Kurssted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

9.-11. oktober 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved panikklidelse/agorafobi

Dag 3: Ferdighetstrening, panikklidelse/agorafobi

Foreleser: Alexander Hoel, psykomotorisk fysioterapeut

6. Samling

Kurssted: NFKTs kurslokale i Torggata 10, Oslo

13.-15. november 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved sosial angstlidelse

Dag 3: Ferdighetstrening, sosial angstlidelse
Foreleser: Alexander Hoel, psykomotorisk fysioterapeut

Eksamen

Dato ikke bestemt ennå.

Praktiske forhold

Kurssted: NFKT kurslokale i Torggata 10, Oslo
Kaffe/te serveres, lunsj kan kjøpes i butikk eller på kafé i nærområdet.

Kursavgift er kr 9.430,- pr semester inkl veiledning, totalt kr 18.860,-
Kursavgiften indeksreguleres 1. januar.

Kontaktinformasjon

Kursleder: Alexander Hoel hoel77@hotmail.com

Norsk Forening for Kognitiv Terapi, tlf. 90 54 37 54, e-post: post@kognitiv.no
Postadresse: NFKT, Furuhallvn. 8c, 3512 Hønefoss.

16. august 2022