

VIDEREUTDANNING I KOGNITIV TERAPI for leger og psykologer Molde 2023 - 2025

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 og spesifikk fobi
- Kognitiv terapi ved angstlidelse; sosial angstlidelse
- Kognitiv terapi ved personlighetsmessig forankrede problemer
- Kognitiv terapi ved PTSD
- Kognitiv terapi ved psykose

- Kognitiv terapi ved rusmiddelproblemer
- Kognitiv terapi ved generalisert angstlidelse (GAD)
- Kognitiv terapi ved psykose
- Kognitiv terapi ved sinne/vold
- Kognitiv terapi ved insomni

Målgruppe

Videreutdanningen er rettet mot leger og psykologer som jobber klinisk.

Psykologforeningen og legeforeningen 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-opptak av terapisaamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

Kurssted: Knausen DPS

29. – 31. august 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Innføring i grunnleggende kognitiv terapi v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

2. Samling

Kurssted: Knausen DPS

4. – 6. oktober 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved depresjon v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

3. samling

Kurssted: Knausen DPS

29. november – 1. desember 2023 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved panikklidelse, agorafobi og spesifikk fobi v/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

4. samling

Kurssted: Knausen DPS

10. – 12. januar 2024 kl 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved sosial angstlidelse ved/ Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

5. samling Kurssted: Knausen DPS

13 mars - 15. mars 2024 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved Psykose ved Ivar Elvik

Dag 3: Ferdighetstrening

6. samling

Kurssted: Knausen DPS

5.-7. juni kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved generalisert angstlidelse (GAD) ved Hagen og Maridal

Dag 3: Ferdighetstrening

7. samling

Kurssted: Knausen DPS 2024

11-13. september 2024 (høst 2024) kl. 09.00 – 16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved rusmiddelproblemer ved Torbjørn Tvedten

Dag 3: Ferdighetstrening

8. samling

Kurssted: Knausen DPS

14-15. november 2024 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv terapi ved PTSD ved Kristen Hagen

9. samling

Kurssted: Knausen DPS

6-7 februar 2025 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Personlighetsforstyrrelser ved Hans Nordahl

10. samling

Kurssted: Knausen DPS

NB Onsdag 23.- torsdag 24. April 2025 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Sinnemestring ved Steinar Sunde

11. samling

Kurssted: Knausen DPS

4-5 september 2025 kl 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Søvn ved Håvard Kallestad

Eksamen: Dato kommer kl. 10-13 (hjemmeeksamen)

Praktiske forhold

Kaffe/te serveres, lunsj kan kjøpes i kantinen. Med forbehold om endringer i programmet.

Kontaktadresser og fakturering

Kursleder Hans Kristian Maridal og Kristen Hagen, epost: hans.kristian.maridal@helse-mr.no ,
kristen.hagen@helse-mr.no

For praktiske spørsmål: kristin@kognitiv.no

Kursavgift er kr 9 000,- per semester, totalt kr 36 000,- (faktureres av NFKT/indeksreguleres 1. januar)

Veiledningsutgifter, inkl videovurdering (forutsatt 5 deltagere pr. gruppe) er ca kr 15.000,- pr.deltager.