



VIDEREUTDANNING I KOGNITIV ATFERDSTERAPI for leger og psykologer i Tromsø 2024–2025

Utdanningens innhold og omfang er beskrevet i studieplanen.

Norsk forening for kognitiv atferdsterapi (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 atferdsterapi

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

Kjernen i kognitiv atferdsterapi 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 aktiv problemløser og medarbeider i terapien. Kognitiv atferdsterapi handler om å lære ferdigheter og oppnå viktige mål for pasienten, og er en fleksibel arbeidsform som lett kan kombineres med andre behandlingsformer, som medikamentell behandling eller familieintervensjoner. Prinsippene anvendes i hele behandlingskjeden, i døgnavdeling, dagbehandling, poliklinisk oppfølging, ambulant, oppsøkende virksomhet og allmennhelsetjenester.

Videreutdanning i kognitiv atferdsterapi for leger og psykologer

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

Sentrale elementer i utdanningen:

- ◆ Innføring i grunnelementer i kognitiv atferdsterapi
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved depresjon
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved angstlidelser: panikklidelse, agorafobi og spesifikke fobier
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved angstlidelse: sosial angstlidelse
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved posttraumatisk stresslidelse
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved personlighetsmessig forankrede problemer
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved rusmiddelproblemer
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved generalisert angstlidelse
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved psykoselidelser
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved sinneproblemer og forebygging av vold
- ◆ Kognitiv atferdsterapi ved 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 audioopptak av terapisaamtaler som ledd i veiledning. Etter endt undervisning og veiledning gjennomfører kursdeltakerne en avsluttende skriftlig eksamen.

Program

1. Samling

Kurssted: UNN Åsgård, Fyrhuset

Dato: 24.-26. januar 2024 kl 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Innføring i grunnleggende kognitiv atferdsterapi v/Torkil Berge

Dag 3: Ferdighetstrening v/Erlend Hunstad

2. Samling

Kurssted: UNN Åsgård, Fyrhuset

Dato: 18.-20. mars 2024 kl 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved depresjon v/Torkil Berge

Dag 3: Ferdighetstrening Erlend Hunstad

3. samling

Kurssted: UNN Åsgård, Fyrhuset

Dato: 3.-5. juni 2024 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved panikklidelse, agorafobi og spesifikke fobier v/Torkil Berge

Dag 3: Ferdighetstrening v/Erlend Hunstad

4. samling

Kurssted: UNN Åsgård, Fyrhuset

Dato: 26.-28. august 2024 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved sosial angstlidelse v/Torkil Berge

Dag 3: Ferdighetstrening v/Erlend Hustad

5. samling

Kurssted: UNN Åsgård, Fyrhuset

Dato: 14.-16. oktober 2024 kl. 09.00-16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved posttraumatisk stresslidelse (CT-PTSD) v/Jon F. Bjåstad

Dag 3: Ferdighetstrening v/ Jon. F. Bjåstad

6. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved psykoselidelser v/Ivar Ervik

Dag 3: Ferdighetstrening

7. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved rusmiddelproblemer v/Peter Prescott

Dag 3: Ferdighetstrening

8. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved insomni v/Åsta Schnell Husby

9. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved personlighetsforankrede problemer v/Hans Nordahl

10. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved generalisert angstlidelse v/Leif E.O. Kennair

11. samling

Kurssted:

Dato: kl. 09.00–16.00

Dag 1 og 2: Kognitiv atferdsterapi ved sinneproblemer og forebygging av vold v/Steinar Sunde

Eksamen: kl. 9–12 (hjemmeksamen)

Praktiske forhold

Det serveres kaffe og te på samlingene.

Kontaktadresser og fakturering

Kursleder: Torkil Berge, epost: torkil.berge@gmail.com

For praktiske spørsmål: kristin@kognitiv.no

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

Veiledningsutgifter, videovurdering inkludert (forutsatt fem deltagere per gruppe) er ca. kr. 15.000 per deltager. Eventuelle reiseutgifter til veileder kommer i tillegg. Veiledning faktureres av veileder.