



NORSK FORENING FOR
KOGNITIV TERAPI®

STUDIEPLAN

Videreutdanning i kognitiv miljøterapi

Innledning

Videreutdanningen i kognitiv miljøterapi bidrar til en teoretisk innføring i grunnleggende prinsipper for kognitiv atferdsterapi og kognitiv miljøterapi. Studiet i kognitiv miljøterapi bygger på en basis studieplan. I samarbeid med ledelsen i avdelingen utarbeider NFKT innhold læringsaktivitetene i videreutdanningen. Læringsaktivitetene er rettet mot styrke kliniske ferdigheter. Ulike typer barnevernsinstitusjoner, avdelinger for psykose og spiseforstyrrelser er noen eksempel på der NFKT utformer studieplan tilpasset målgruppen

Den helhetlige kognitive miljøterapeutiske tilnærmingen innebærer et behandlingsprogram preget av felles struktur, rammer og informasjonsflyt. Hele det terapeutiske miljøet bør ha kunnskap om det teoretiske fundamentet kognitiv miljøterapi bygger på. Dette for en felles faglig tilnærming til de grunnleggende behandlingsmessige prinsippene. Funn fra studier viser at tverrprofesjonelt samarbeid bidrar til å styrke kunnskapsgrunnlaget, samt heve kvaliteten på helsetjenesten. Det anbefales at fagpersoner (medisin, psykologi og helse- og sosialfag) fra samme avdeling/enhet, tar videreutdanningen samtidig.

Læringsutbytte etter videreutdanningen

Deltaker har kunnskap om teoretiske grunnleggende prinsipper i kognitiv atferdsterapi og kognitiv miljøterapi.

Deltaker har inngående kunnskap i følgende **fem kompetanseområder** (lenke).

Deltaker har kunnskap om å lede kognitiv miljøterapi i tverrfaglig samarbeid.

Deltaker har kunnskap om tverrprofesjonelt samarbeid (ev. samarbeidslæring) og arbeide selvstendig med teoretisk og praktisk problemløsning.

Deltaker kan bruke kognitiv atferdsterapi til personer med depresjon og angstlidelser.

Deltaker kan bruke teoretiske grunnleggende prinsipper i kognitiv atferdsterapi og kognitiv miljøterapi.

Målgruppe

Utdanningen legger vekt på å videreutvikle erfarne fagpersoners kompetanse i kunnskapsbasert kognitiv atferdsterapi og kognitiv miljøterapi. Utdanningen retter seg primært mot fagpersoner som arbeider i døgn og dagavdelinger i psykisk helsevern og ulike typer barnevernsinstitusjoner.

Omfang

Videreutdanningen omfatter 150 timer totalt og strekker seg over 3 semestre. Det er 96 timer undervisning, 30 timer veiledning i gruppe og 24 timer ferdighetstrening.

Alle deltakere skal delta i kollegaveiledning i digital plattform. I forbindelse med gruppeveiledning skal alle levere et filmopptak av samtale. Det anbefales at en danner kollokviegrupper for litteraturgjennomgang, ferdighetstrening, filmopptak og rollespill, mellom samlingene.

Læringsaktiviteter og arbeidskrav

Undervisningssamlingene omfatter totalt 96 undervisningstimer à 45 minutter.

Læringsaktiviteter veksler mellom forelesninger, gruppearbeid, presentasjon av filmopptak, rollespill, summegrupper, ferdighetstrening, kliniske demonstrasjoner, plenumsdiskusjoner og bruk av selvhjelps litteratur og veiledet selvhjelp. Det legges stor vekt på egenaktivitet.

Brukerperspektivet er representert gjennom forelesning basert på brukererfaringer. Deltakeren bør være engasjert i pasientarbeid i avdelingen/enhet.

Veiledning

Deltakere inndeles i veiledningsgrupper på 4-5 personer. Veiledningen består av 30 timer, fordelt over hele utdanningsperioden. Deltakere må ta opp minimum et filmopptak, av samtale med en medstudent, som skal vurderes og godkjennes av veileder. Opptak av samtale skal brukes som veiledningsgrunnlag i veiledningen.

Ferdighetstrening

Det er tre dager, totalt 24 timer, med ferdighetstrening der man skal trene på praktiske ferdigheter. Ferdighetstrener vil først demonstrere før det samme praktiseres i grupper på to med en terapeut og en pasient. Noen ganger kan det være tre i gruppen hvor den tredje skal være observatør og gi tilbakemelding på terapeutferdigheter. Rollene byttes slik at alle får trening i å være terapeut.

Kollegaveiledning

Kollegaveiledningen foregår to og to. Dette innebærer at man har en å lære sammen med, og bidrar til økt motivasjon og bedre læring. I løpet av utdanningsperioden skal man ha i alt ti veiledningsøkter à 50 minutter. Man kan møtes hvis reiseavstander tillater det, eller det kan foregå på digital plattform. Kollegaveiledningen skal dokumenteres i form av en enkel [loggføring](#) (pdf).

Pris

Kursavgift er kr. 15 150,- totalt (min. 18 deltakere pr. kull). I tillegg kommer utgifter til 30 timer veiledning på ca. kr 9 000,- (avhengig av antall deltakere (4-5) i veiledningsgruppen). Reise- og oppholdsutgifter for veiledere belastes deltakere. Veileder fakturerer deltakere direkte. Kursavgiften indeksreguleres 1. januar.

Godkjenning

Godkjent diplom fra NFKT forutsetter minst 90 % deltakelse på undervisningsdagene og 100 % deltakelse på veiledning og ferdighetstrening samt bestått eksamen. Fraværslister vil bli ført. Alle arbeidskrav (kollegaveiledning og videoopptak) må være gjennomført og godkjent. For søkere med bachelorgrad i helse- og sosialfag kvalifiserer utdanningen til opptak på Videreutdanning i Kognitiv terapi Trinn 2 ved fullført videreutdanning i kognitiv miljøterapi.

Kriterier for deltakelse

1. Bachelorgrad i helse- og sosialfag
2. Klinisk praksis fra psykisk helsevern, institusjoner eller tilsvarende.
3. Klientsentrert miljøterapeutisk arbeid under hele utdanningen
4. Minimum tre deltakere fra samme avdeling/enhet
5. Det kan gjøres unntak fra de overnevnte kriterier når en hel avdeling/enhet tar denne utdanningen samlet. De som ikke kvalifiserer iht. kriteriene, vil få en kursbekreftelse.

Tema i basisstudieprogram

Kognitiv atferdsterapi og miljøterapi

- *Kognitive metoder*
- *Behandling og terapeutisk alliansebygging*

- *Tverrprofesjonelt arbeid og samarbeidslæring*
- *Veiledet selvhjelp*
- *Depresjon*
- *Angst*
- *Insomni*

Eksamen

En individuell prosessorientert skriftlig oppgave som påbegynnes ved studiestart. Oppgaven skal ha et omfang på 5000 ord +/-10% (brødtekst). Forside, eventuell innholdsliste og referanseliste og liste over selvvalgt litteratur kommer i tillegg. Studentene får skriftlig og muntlig tilbakemelding på oppgaven to ganger i løpet av videreutdanningen. Utfyllende detaljer gis ved emnestart.
Vurderingsuttrykk Bestått/ikke bestått.
Ved ikke bestått eksamen kan studenten bearbeide besvarelsen til ny eksamen en gang.

Pensum blir gjort kjent før oppstart av videreutdanningen.