

KURSUS I KOGNITIV TERAPI - KAT

Psykolog Lone Husby - Godkendt specialist og supervisor

KØBENHAVN: 4. & 5. APRIL OG 1.-2.-3. MAJ 2023

30 timers kursus: En generel indføring i kognitiv terapi – med særligt fokus på behandling af angst og depression.

Dette kursus er godkendt af Dansk Psykolog Forening til specialistuddannelse: Anden teoretisk referenceramme

Målgruppe: Psykologer og læger. Læs mere på min hjemmeside

www.lonehusby.dk/kursus

30 timers kursus:

En generel indføring i kognitiv terapi – med særligt fokus på behandling af angst og depression.

Dette kursus er godkendt af Dansk Psykolog Forening til specialistuddannelse: Anden teoretisk referenceramme.

Målgruppe: Psykologer og læger.

Indhold:

Kognitiv terapi. Uddannelse i kognitiv adfærdsterapi - En generel indføring i kognitive metoder - med konkret fokus på behandling af mennesker med depression og angst.

Formålet er at kursusedtagerne tilegner sig forudsætninger for generelt at kunne anvende kognitiv adfærdsterapi – med konkret fokus på kognitiv behandling af depression og angst.

Om Kognitiv Adfærdsterapi

Kognitiv terapi er en terapiform, der er udviklet i USA og England tilbage fra 1960'erne. Videnskabelige undersøgelser viser, at terapiformen er virksom i forhold til mange forskellige psykiske vanskeligheder, som f.eks. angst og depression.

Principperne i forbindelse med Kognitiv Adfærdsterapi er bl.a.:

- At man primært tager udgangspunkt i de vanskeligheder klienten oplever her og nu.
- At terapeut og klient arbejder med de tanker, klienten gør sig i forskellige situationer. Dette ud fra en erkendelse af, at der er en tæt sammenhæng mellem tanker, følelser, fysiske reaktioner og adfærd.
- At klienten introduceres for en række redskaber, der har vist sig virksomme i forhold til de psykiske vanskeligheder.
- At der i et samarbejde mellem klienten og terapeuten aftales hjemmeopgaver, som klienten udfører mellem samtalerne.
- At terapien er tidsbegrænset.

Kurset vil være meget praksisnært, så du vil få mulighed for umiddelbart at implementere teorien og de konkrete metoder i dit eget terapeutiske arbejde.

Jeg ønsker med kurset at give dig mulighed for at kunne anvende kognitiv terapi i dit daglige arbejde ved, at du:

- Får en grundig forståelse af kognitiv terapi
- Får en forståelsesramme, der kan give dig et overblik i dit kliniske arbejde, så det bliver lettere for dig at forstå dine klienters problemstillinger – så dit arbejde også kan blive mere målrettet i forhold til at hjælpe dine klienter
- Får udviklet kliniske kompetencer i dit arbejde som behandler

På kurset vil der primært blive undervist i teori og metoder fra traditionel kognitiv terapi – 2. generation KAT, men også inddragelse af metoder fra 3. generation kognitiv terapi . Mindfulness, ACT (Acceptance and Commitment Therapy) og CFT (Compassion Focused Therapy).

Det er min faglige og personlige vurdering, at uddannelse i traditionel kognitiv terapi er et rigtig godt grundlag for optimalt at kunne tilegne sig og bruge viden og metoder inden for 3. generation kognitiv terapi.

Kursets form vil veksle imellem teoretiske oplæg, eksempler, demonstrationer og træning af kognitive metoder ved rollespil. Der vil tilstræbes en meget stor tryghed i metodetræningen.

På kurset vil der primært være teori om formiddagen og metodetræning efter frokost.

Godkendt til følgende specialistuddannelser

Godkendt til specialistuddannelse(r) (Hvilke/n?)	Emneområde: Intervention Modul: Specialiseringsmodulet (udfyldes af sekretariatet)	
Specialist i Psykoterapi med børn og unge og voksne	12.4.4.2.3 Anden teoretisk referenceramme (30 timer) Kognitiv/adfærdsterapeutisk	30 timer
Specialist i Sundhedspsykologi med børn og unge og voksne	11.4.4.2.2. Teori og Intervention i det kliniske arbejde (90 timer) Uddannelse retning Voksne og børn- og unge	30 timer
Specialist i klinisk børn- og ungepsykologi	6.4.4.2.3. Klinisk teori og træning, i børne-unge psykologi (90 timer) tdl. Psykoterp. metoder	30 timer

Om mig:

Jeg er godkendt af Dansk Psykolog Forening som specialist i psykoterapi og supervisor på specialistniveau og har 20 års erfaring i forhold til undervisning og supervision af alle faggrupper inden for diverse behandlingsområder, herunder psykiatrien.

Jeg har en 2-årig videreuddannelse i kognitive behandlingsformer, samt efteruddannelser inden for 3. generation kognitiv adfærdsterapi (Mindfulness, ACT (Acceptance and Commitment Therapy) og CFT (Compassion Focused Therapy).

Jeg har fra 2005 været medejer af Kognitiv Center Fyn, hvor vi igennem alle årene har udbudt uddannelser og kurser med udgangspunkt i kognitiv terapi. Vi har udbudt specialistgodkendte uddannelser til psykologer og læger; uddannelser til tværfagligt personale inden for social – og sundhedssektoren. Igennem mange år har vi uddannet og superviseret tværfagligt personale inden for psykiatrien ved Region Syddanmark.

Jeg har de seneste 15 år haft ydernummer igennem den offentlige sygesikring med meget stor klinisk erfaring af behandling af klienter henvist fra egen læge.

Jeg flyttede fra Odense til København i 2015. I 2020 fik jeg ydernummer på Nørrebro. Jeg har praksis ved psykologfællesskabet – Psykologerne ved Sankt Hans Torv.

Pris

Kurset er momspligtigt.

9800 kr. ekskl. moms (12250 kr. inkl. moms). Fuld forplejning er inkluderet på alle kursusdage.

Kursussted: Vartov, Farvergade 27, 1463 København K

Tilmeldingsfrist

Sidste frist for tilmelding er 9. marts 2023.

Tilmelding er bindende.

Undervisningsdage:

4. – 5. april 2023

1.-2.-3. maj 2023

4. april 2023 – kl. 9-15.30

- Kognitiv adfærdsterapi – Historik/baggrund
- Den kognitive samtale
- Kognitive modeller
- Opbygning/ struktur af behandlingsforløb

5. april 2023 Kl. 9.-15.30

- Depressionsmodel
- Caseformulering
- Adfærdsterapeutiske metoder
- Kognitive metoder

1.maj 2023 – kl. 9-15.30

- Forskellige angstformer
- Psykoedukation i forhold til angst – Psykoedukation i forhold til hjernefunktioner
- Kognitive modeller : Angstens onde cirkel – med undgåelse og sikkerhedsadfærd som vedligeholdende faktorer.
- Faser i kognitiv behandling af angst

2. maj 2023 – kl. 9-15.30

- Eksponering : Planlægning og udførelse af adfærdseksperimenter

3.maj 2023 – kl. 9-15.30

- Kognitiv adfærdsterapi med inddragelse af metoder fra 3. generation kognitiv adfærdsterapi – Mindfulness, Compassion Focused Therapy (CFT) og ACT (Acceptance and Commitment Therapy)

Litteraturliste

Litteraturliste – Uddannelse i Kognitiv Adfærdsterapi – Anden teoretisk referenceramme 30 timer

Mikkel Arendt og Nicole K. Rosenberg (2012):

Kognitiv terapi – Nyeste udvikling. Hans Reitzels Forlag

Dennis Greenberger og Christine A. Padesky (2017):

Følelser med Fornuft. KLIM

Judith S. Beck (2009):

Kognitiv Terapi – teori, udøvelse og refleksion. Akademisk Forlag

Mikkel Arendt og Nicole K. Rosenberg (2021) :

Kognitiv adfærdsterapi på tværs. Hans Reitzels Forlag

Esben Hougaard (2006):

Kognitiv Behandling af panikangst og socialfobi. Dansk Psykologisk Forlag

Tilmelding

Tilmelding skal ske via min hjemmeside: <https://lonehusby.dk/kursus/>

Kontakt

Psykolog Lone Husby
Skt. Hans Gade 19, 1. tv.
2200 København N.

Mobil: 21 43 93 51 - 23 30 93 51

E-mail: psykolog@lonehusby.dk